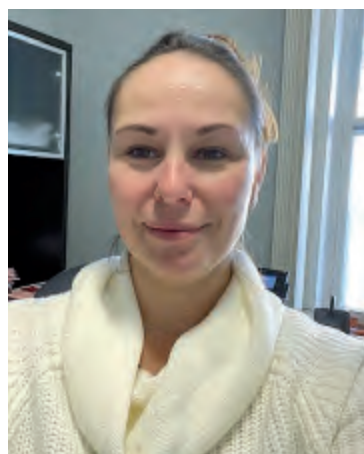




QUALITÉ DE
L'AIR DANS LES ÉCOLES
TOUT VA BIEN,
ASSURE LE CSSMI

05



LES DÉFIS DE LA
NOUVELLES DIRECTRICE
CHANGEMENT DE GARDE
CHEZ REGAIN DE VIE

11

LE TEMPS DES SUCRES S'ANNONCE DIFFICILE

▶ POUR LES ÉRABLIÈRES COMMERCIALES

PAGE 3



La force de la sélection et de la spécialisation.
Nous sommes le géant mondiale de luxe depuis 1977.
Quand le rêve prend demeure.
Nous sommes... **Engel & Völkers.**

SELENA DUPUIS
Courtier Immobilier Résidentiel
T. 514-777-2975



ENGEL & VÖLKERS®

866448 58052 1

866350 60755 1

CONSTANTIN
famille & tradition

BOUTIQUE OUVERTE 7 JOURS
450.473.2374 • CONSTANTIN.CA

RABAIS DE **5\$** APPLICABLE SUR LES BOITES REPAS
DE NOTRE BOUTIQUE D'ANTAN
*Échangeable uniquement sur les achats effectués en boutique
Valide jusqu'au 28 février 2021
1 COUPON PAR CLIENT - NE PEUT ÊTRE JUMELÉ À AUCUNE AUTRE OFFRE

- BOITES REPAS -
DE CABANE À SUCRE



La plus grande chaîne de boutiques
d'animaux de quartier au Québec

**Bois-des-Filion
Boisbriand
Blainville**

boutiquedanimauxchico.com

Nous sommes un
service essentiel,
donc **ouvert**
pour votre animal
de compagnie



**365, Adolphe-Chapleau
Bois-des-Filion**
J6Z 1H1
450 951-2278

**39, Ch. Grande-Côte
Boisbriand**
J7G 1C8
450 430-8485

NOUVELLE ADMINISTRATION
**1375, boul. Michèle-Bohec,
Blainville, local 104,**
J7C 0M4
579 477-0354

HEURES D'OUVERTURE
L-M-M : 10 h à 18 h
J-V : 10 h à 21 h
S-D : 10 h à 17 h

**NOUS PAYONS
les TAXES!**
sur tout en magasin
sauf sur la nourriture pour chien et chat.
**SUR PRÉSENTATION
DE CE COUPON**
Valide à la succ. Chico de Boisbriand, Bois-des-Filion et
Blainville seulement. *Certaines exclusions peuvent
s'appliquer. Voir les détails en magasin.



**Maintenant
à Blainville**



Cartes de fidélité
et **carte-cadeau**
disponibles en
magasin



**Service de
livraison**



**Vente
d'animaux**



**Gravure de
médailles**



Toiletage



Pèse-Chien

50 succursales pour vous servir / 50 branches at your service

Vente d'animaux 🐾 Toiletage ✂️ Livraison 🚚 Balance pour animaux dans toutes les succursales 📦

Beauharnois
Bellefeuille
Beloil
Blainville
Bois-des-Filion
Boisbriand
Boucherville
Brossard
Chelsea
Gatineau (Aylmer)
La Prairie
Laval (St-François)
Laval-Est



Laval-Ouest
Lachine
Lachute
Lavaltrie
Longueuil
Maniwaki
Mont-Laurier
Mont-Tremblant
Montréal (Hochelaga)
Montréal (Mont-Royal Est)
Montréal (Ontario Est)
Montréal (Masson)
Neufchâtel



N.D.P. (Joliette)
Pointe-aux-Trembles
Prévost
Repentigny
St-Eustache
St-Eustache Nord
St-Lin-Laurentides
Ste-Adèle
Ste-Julienne
Ste-Marthe-sur-le-Lac
Sherbrooke
Ste-Agathe



Ste-Anne-des-Plaines
St-Amable
St-Canut (Mirabel)
St-Jean-sur-Richelieu
St-Jérôme
St-Hubert
Trois-Rivières
Terrebonne
Val-des-Monts
Val-d'Or
Vaudreuil
Verdun



Les inventaires peuvent différer d'une
succursale à l'autre.
Inventory may change from one branch to
another.

Bientôt ouvertes

Mercier
L'Île-Perrot
St-Bruno
St-Hyacinthe
Contrecoeur



Inscrivez-vous à notre infolettre sur
boutiquedanimauxchico.com

▀ CABANES À SUCRE COMMERCIALES DIFFICILE DE **VOIR** **LA LUMIÈRE** AU BOUT DU TUNNEL

Christian Asselin
cassel@groupejcl.ca

A moins d'un revirement de situation, les propriétaires de cabanes à sucre commerciales du Québec, servant des repas traditionnels, seront contraints d'annuler une fois de plus leur saison des sucres. Sans aide réelle du gouvernement, ou même des municipalités qui les hébergent, certains ne voient pas la lumière au bout du tunnel.

Déjà, en décembre, l'Association des Salles de réception et Érablières du Québec annonçait que le quart des 200 cabanes à sucre commerciales de la province avaient fermé leurs portes, faute de revenus générés par l'agro-tourisme. La situation n'est guère mieux, trois mois plus tard, pour celles qui ont trouvé les moyens de demeurer ouvertes.

«Honnêtement, nous sommes à fleur de peau. Ça ne prendrait pas grand-chose pour me faire pleurer!», lance d'emblée Marilyne Gauthier. Avec son conjoint Denis Provençal, elle est propriétaire de la cabane à sucre D'Amours à Sainte-Anne-des-Plaines.

Le couple peine à arrondir ses fins de mois, et même ses débuts de de mois, toutes leurs activités habituelles tels les mariages, réunions familiales et bien sûr la saison des sucres ayant été annulés au cours de la dernière année.

«Ça fait un an que ça dure, ajoute-t-elle, et juste cette semaine, avec les annonces faites par le gouvernement, ce n'est encore que des annulations. On dirait qu'on ne voit pas le bout!»

On accueille, bon an mal an, quelque 15 000 personnes à la Cabane à sucre d'Amours lors de la saison des sucres. Faites le calcul.

PEU D'AIDE

En août dernier, plus d'une quarantaine de propriétaires de cabanes à sucre et de salles de réception étaient réunis à Montréal pour lancer un appel au secours au gouvernement du Québec.

Comme plusieurs de leurs confrères, Marilyne Gauthier et Denis Provençal y étaient. Déclarant alors «être au bout du rouleau», ils soulignaient que les conséquences de la crise étaient particulièrement importantes dans leurs secteurs d'activités. Dans ce contexte, la Fédération canadienne de l'entreprise indépendante (FCEI) leur avait offert son appui et avait demandé qu'une aide soit adoptée pour sauver ces PME durement touchées par la pandémie.

L'aide de Québec est toutefois venue sous forme de prêts difficiles à rembourser.

«On est en train de piger dans nos REER et l'hypothèque de la maison, rage Marilyne Gauthier. Je sais que le gouvernement essaie de faire de son mieux, mais à un moment donné, payer des frais fixes lorsqu'il n'y a pas de profits depuis un an, ça devient difficile.»

FRAIS FIXES

Parlons-en de ces fameux frais fixes. Simon Farsa, propriétaire de la Cabane à sucre Farsa, à Saint-Eustache, les estime à 8 000 dollars par mois. Heureusement pour lui et sa famille, le restaurant Farsa, qu'il opère à Sainte-Marthe-sur-le-Lac «va très bien», mais sans ces revenus, il serait pris à la gorge.

«Juste en taxes municipales, nous devons payer 21 000 \$ par année. Ajoutez à cela l'électricité, le chauffage, le déneigement, l'hypothèque, etc., ça ne finit plus!»

Les plats pour emporter ou boîtes-repas que comptent offrir autant la Cabane à sucre d'Amours que la Cabane à sucre Farsa pourraient leur permettre de garder la tête hors de l'eau, mais rien n'est sûr.

«Ce marché est très difficile, de conclure Marilyne Gauthier. Tout le monde se lance là-dedans et il est difficile de se démarquer, mais on se croise les doigts!».

Pour en apprendre davantage sur les deux cabanes à sucre qui ont participé à ce reportage ou pour commander leurs plats, il suffit de visiter le [farsa.ca] ou le [damours.ca].



Marilyne Gauthier et Denis Provençal de la Cabane à sucre d'Amours de Sainte-Anne-des-Plaines, en compagnie de leurs enfants.

Alain ST-JEAN
Courtier immobilier agréé D.A.
Équipe Alain St-Jean Inc.

Daniel LAMBERT
Courtier immobilier agréé D.A.
AlainetDaniel.com

Commission à partir de **2%**

Alain et Daniel
Votre équipe d'expérience!

514-827-9096

Proprio Direct

864256_58049_2

CHOISISSEZ LA RÉPUTATION ET LA QUALITÉ DE VIANDES BOVITENDRES

B VIANDES BOVITENDRES

POUR UNE ST-VALENTIN 100% RÉUSSIE

PASSEZ VOTRE COMMANDE

450.937.6477
www.bovitendres.com

95, RUE DE LA POINTE-LANGLOIS, LAVAL H7L 3J4



La Ville de Rosemère va de l'avant dans son projet de circonscrire sa vision urbanistique dans un plan tourné vers l'avenir.

Claude Desjardins
cdesjardins@groupejcl.ca

Rome ne s'est pas faite en un jour et c'est avec un enthousiasme manifeste que le maire de Rosemère, Eric Westram, a présenté, à la fois comme une «bonne nouvelle» et l'aboutissement d'un long processus, le dépôt du projet préliminaire de son Plan d'urbanisme, le lundi 18 janvier, dès l'ouverture de la première séance du conseil de ville de l'année 2021.

«Cette réflexion, que l'on nourrit depuis trois ans, nous a permis de bien cerner les acquis à consolider, les actions à poser et les défis à anticiper, afin de bien encadrer l'aménagement et le développement de Ro-

semère pour en faire une ville fière, verte et prospère», a déclaré le maire à propos de ce document qui apparaîtra bientôt (si ce n'est déjà fait) sur le site Web de la municipalité.

Le maire de Rosemère a longuement insisté sur la participation citoyenne, tout au long d'un processus qui a permis à 1 700 Rosemérois et Roseméroises de se prononcer dans le cadre d'une douzaine de consultations publiques. «Ce plan répond aux préoccupations que nous avons identifiées ensemble», a-t-il insisté.

LE DOSSIER DE L'ANCIEN GOLF

Il a évidemment été question du site de l'ancien golf, mais le maire de Rosemère affirme que le Plan à venir va bien au-delà de ce dossier. Tout de même, il s'est

longuement attardé sur la chose, dans son laïus d'ouverture, assurant d'emblée qu'aucun projet de développement ne sera recevable avant l'adoption et la mise en vigueur du Plan d'urbanisme et de ses règlements, c'est à dire quelque part en 2022. «Plus est, le jour où un projet sera acceptable et en adéquation avec les règlements d'urbanisme en vigueur, une consultation citoyenne sera organisée afin d'en valider l'acceptabilité sociale», d'assurer M. Westram.

Chose certaine, il a été statué qu'au minimum, la moitié de la superficie de l'ancien golf serait préservée, ce qui représente un espace vert de quelque 30 hectares. «Un développement éventuel du terrain de golf se produira selon la volonté

de la population et non en fonction de celle des promoteurs», a-t-il ajouté, reprenant des propos qu'il avait tenu en 2018.

Pour la mécanique des choses, sachez que le projet préliminaire du Plan d'urbanisme devra, d'abord et avant tout, être avalisé par les autorités supra locales que sont la MRC de Thérèse-De Blainville et la Communauté métropolitaine de Montréal (CMM).

Par la suite, les citoyens pourront suivre l'évolution du dossier sur une page Web qui apparaîtra sur le site de la Ville et qui sera mise à jour périodiquement. Des soirées virtuelles d'information seront également annoncées dès cet hiver. «Soyez à l'affût», a suggéré le maire Westram.

BÂTIMENT MODERNE ET HAUT DE GAMME



CARACTÉRISTIQUES

- Piscine intérieure (phase 1) et extérieure (phase 2)
- Salle d'entraînement
- Terrasse en plein air sur le toit pour le yoga et la détente
- Bar sportif / Lounge
- Terrasse sur le toit / BBQ
- Terrain de pétanque
- Salles communautaires pour événements
- Ascenseur - Chute de déchets
- Entrée sécurisée - Concierge sur place
- Dossieret - Comptoir de quartz
- Porte de verre pour bain et douche
- Support pour vélo

INCLUSIONS

- Wi-Fi dans les airs communs + 70 postes TV
- Échangeur d'air/ air climatisé mural
- Eau chaude - 6 électroménagers



Dans le Faubourg Boisbriand

www.signatureboisbriand.com • location@signatureboisbriand.com • 450 818-1899 Bureau

NORDINFO

nordinfo.com
Membre du GROUPEJCL
50C, rue Turgeon, Sainte-Thérèse
Québec J7E 3H4
Bureau d'affaires: 450 435-6537
Petites annonces: 450 974-2244
Télé.: publicité: 450 435 7968
Télé.: rédaction: 450 435-0588
Site Internet: www.groupejcl.com

Les Éditions Blainville-Deux-Montagnes inc.
Pour couvrir son territoire complètement,
LE NORD INFO distribue toutes les semaines:

3 000 exemplaires à Lorraine
0 exemplaires à Bois-des-Filion
4 580 exemplaires à Rosemère
19 006 exemplaires à Blainville
9 857 exemplaires à Sainte-Thérèse
7 860 exemplaires à Boisbriand
8 419 exemplaires à Saint-Janvier
125 exemplaires en dépôt
Nombre d'exemplaires au 3 février 2021
53 868 EXEMPLAIRES CERTIFIÉS

Fondateur: Jean-Claude Langlois • Président-Éditeur: Serge Langlois • Directeur général: Pierre-Marc G. Langlois • Conseil d'administration: Claude Langlois, Michel Langlois, Serge Langlois • Directeur de la production: Yves Bourbonnais • Assistante: Michèle Giroux • Directeur du contenu: Christian Asselin • Adjoint au directeur du contenu: Claude Desjardins • Journalistes: Benoît Bilodeau, Nicolas Parent • Rédactrice publicitaire: Geneviève Blais • Photographes: Yves Déry • Directeur développement numérique et relations publiques: Jean-François Legault • Publicitaire: Clémence Leblanc • Coordinatrices aux ventes internes: Annie Bourret, Lynda Archambault

NORD INFO est lithographié par l'Imprimerie Transmag et publié par Les Éditions Blainville-Deux-Montagnes. Toute annonce, grande ou petite, est acceptée par NORD INFO. Cependant, le journal dégage sa responsabilité au-delà du coût de l'annonce, en cas d'erreur ou d'omission. La reproduction des annonces et des nouvelles de ce journal est interdite. Distribution Blainville Deux-Montagnes, distributrice de circulaires, ne peut être tenue responsable, pour un montant supérieur au coût du contrat, des dommages résultant d'un incendie, d'une inondation ou d'autres avaries. «Société canadienne des postes - Envois de poste, publication, contrat de vente n° 0109576»



▼ QUALITÉ DE L'AIR DANS
LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

LE CSSMI SE FAIT RASSURANT

 **Christian Asselin**
 casassin@groupejcl.ca

Le 24 janvier, la Centrale des syndicats du Québec (CSQ) et l'ensemble de ses fédérations du réseau scolaire pressaient formellement le gouvernement du Québec d'agir sans plus tarder afin de donner suite aux recommandations du groupe d'experts sur la qualité de l'air et la transmission par aérosol de la COVID-19.

En plus d'effectuer immédiatement tous les correctifs nécessaires et urgents, la CSQ et ses fédérations réclament que quatre mesures soient mises en place sans délai, soit la fermeture immédiate des locaux non ventilés ne comportant pas de fenêtres, le retrait des femmes enceintes des établissements, l'utilisation de purificateurs d'air comme solution d'appoint dans les locaux avec fenêtres, et la constitution, à court terme, d'un registre complet des équipements ainsi que d'un calendrier détaillé d'entretien et de tests pour chaque établissement, accessibles au grand public.

«Il va de soi que la sécurité des élèves et de tout le personnel de l'éducation doit absolument être assurée pour que les écoles demeurent ouvertes. Or, c'est ce que les enseignants souhaitent, au plus grand bénéfice des élèves et de la réussite. Mais ils sont formels: on doit donc être rigoureux et diligents pour que l'air que nous respirons dans le cadre de notre travail soit sain et que notre milieu soit sécuritaire», ont fait savoir Josée Scalabrini et Heidi Yetman, représentantes syndicales qui représentent quelque 73 000 enseignantes et enseignants du réseau public.

EXTRÊME VIGILANCE

Au Centre de services scolaire de la Seigneurie des Mille-Îles (CSSMI), questionné au sujet de la ventilation de ses classes, on a affirmé faire preuve d'une extrême vigilance quant à la qualité de l'air dans ses établissements.

D'ailleurs, le CSSMI indique avoir procédé à des mesures du niveau de CO₂ dans tous ses bâtiments. Dans le cas où des locaux ne répondraient pas aux normes de 1000 ppm (tel que demandé par le ministre), des correctifs doivent être alors apportés selon un échéancier prescrit. Les résultats des tests doivent être transmis au ministère de l'Éducation au plus tard le 22 mars 2021.

Rappelons que le CSSMI a bénéficié d'une mesure d'aide financière supplémentaire pour la gestion des risques associés à la COVID-19. Cette somme a été consacrée à l'accélération du plan de nettoyage de conduits et de calibration des systèmes de ventilation. Un surplus de filtres a été acheté pour effectuer des remplacements plus fréquents.

«Je veux rassurer la population, a conclu Nathalie Joannette, directrice générale du CSSMI. Nos milieux scolaires sont sains et sécuritaires. La gestion de la qualité d'air est une préoccupation depuis plusieurs années au CSSMI. Les données compilées annuellement démontrent que les mécanismes de contrôle mis en place par notre équipe du Service des ressources matérielles sont efficaces. Chez nous, un ingénieur est dédié à la gestion de la qualité de l'air et de l'énergie dans nos écoles et nos centres de formation.»



Photo Christian Asselin
Nathalie Joannette, directrice générale du CSSMI.

Le plaisir de bien dormir



Lits ajustables électriques

avec matelas personnalisé



Économisez
Achetez directement
du **manufacturier**

**FABRIQUÉ ICI MÊME
À SAINT-EUSTACHE**

Entièrement
Québécois



**OUVERT
AU PUBLIC**

Découvrez nos avantages!

- Manufacturier de matelas de tous genres depuis plus de 40 ans
- Matelas disponibles en mousse, viscosse et latex naturel
- Exclusivité matelas triple confort
- Lits ajustables / Lits électriques
- Bases de lits de tous genres
- Literie et oreillers de tous genres

Depuis 1988
**Matelas
Prestige**

OUVERT du lundi au vendredi de 9 h à 18 h
Samedi de 9 h à 17 h. Dimanche **FERMÉ**.



405, boul. Industriel, **Saint-Eustache**, 450.491.7717

matelasprestige.com

863427_74019_1

**LE SAVIEZ-VOUS ? DONNER 1 DOLLAR PAR JOUR DURANT
UN AN PERMET DE SERVIR 340 REPAS COMPLETS À DES
PERSONNES QUI ONT FAIM.**



APPOUVEZ-VOUS À NOTRE CAUSE
JEDONNE.CA



ICI CHEZ VOUS

Serge Langlois

Plus tôt cette semaine, l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) précisait qu'en moyenne, trois personnes par jour meurent par suicide au Québec. Un nombre trop élevé qui met en lumière toute l'importance et la pertinence de la Semaine nationale de prévention du suicide, qui se déroule jusqu'au 6 février. Cette campagne de sensibilisation se tient cette année sous le thème «Parler du suicide sauve des vies». Lorsqu'une personne de notre entourage ne va pas bien ou pense au suicide, on peut se sentir impuissant et démuni, s'interroger sur ce qu'il faut faire ou ne pas faire pour l'aider. En ce sens, je vous invite à visiter le site [commentparlerdusuicide.com]. Il est très bien fait et on y trouve de judicieux conseils pour initier la discussion. Aussi, si vous pensez au suicide ou êtes inquiet pour un proche, la ligne 1 866 APPELLE (277-3553) est accessible 24 heures sur 24, sept jours sur sept. Il ne faut pas hésiter à demander de l'aide. De plus, localement, il y a le Centre de prévention suicide Faubourg qui fait un travail formidable auprès des personnes suicidaires, de leurs proches et des personnes endeuillées. Pour en savoir plus sur les services offerts par cet organisme, n'hésitez pas à consulter le [cps-le-faubourg.org].

Dans un autre ordre d'idée, mais d'une importance tout aussi grande, la 33e édition de la campagne en sécurité en transport scolaire a été lancée lundi et se poursuit jusqu'au 14 février. Chaque jour, ce sont 21 000 élèves du primaire et du secondaire du Centre de services scolaire de la Seigneurie-des-Mille-Îles (CSSMI) qui prennent l'autobus pour se rendre à l'école. Pour la sécurité de nos enfants, on se doit de respecter la signalisation routière et de ralentir dans les zones scolaires. Comme la Fédération des transporteurs par autobus le rappelle, on peut ignorer bien des choses dans la vie, mais pas un autobus scolaire... Finalement, parce que c'est une cause qui me tient à cœur, je vous rappelle qu'il est encore temps d'encourager la Fondation Sercan et de réserver votre boîte-repas de la Saint-Valentin. Pour en savoir plus: 450 491-1912 ou [www.maisonsercan.ca].

Sur ce, bonne semaine, ici chez vous!



HOROSCOPE

Alexandre Aubry

alexandre@norja.net
www.lignevision.com
1 900 456-4114 ou par cell. #4114

Signes chanceux de la semaine: Poissons, Bélier et Taureau

SEMAINE DU 4 AU 10 FÉVRIER 2021



BÉLIER

(21 MARS - 20 AVRIL)

Les responsabilités familiales et professionnelles prennent toute la place. Vous n'aurez que très peu de temps pour vous-même. Vous aurez également une réunion importante à planifier pour le travail.



TAUREAU

(21 avril - 20 mai)

Au travail, vous connaîtrez un tel succès que vos patrons ne pourront faire autrement que de vous offrir une augmentation afin de s'assurer de vos loyaux services. Vous ressentirez passablement de fierté.



GÉMEAUX

(21 mai - 21 juin)

Vous devrez faire face à quelques questions existentielles, et vous sentirez le besoin de faire de grands changements pour vous permettre de voir la vie avec une meilleure perspective. L'engagement sera à l'honneur dans votre couple.



CANCER

(22 juin - 23 juillet)

Vous serez en mesure d'établir une entente avec les gens de votre entourage après un conflit. Vous ferez preuve d'une grande sagesse dans cette situation qui nécessitait probablement une intervention rapide.



LION

(24 juillet - 23 août)

La semaine sera des plus stimulantes sur le plan professionnel. Cependant, évitez de vous créer des attentes démesurées; ainsi, la réussite sera à la hauteur de vos efforts. Tensions possibles avec des collègues au bureau.



VIERGE

(24 août - 23 septembre)

Vous vous retrouverez au centre de toute l'attention, alors attendez-vous à recevoir quelques applaudissements pour vos brillants exploits. Ce sera une situation qui rehaussera considérablement l'estime de soi.



BALANCE

(24 septembre - 23 octobre)

Peut-être devrez-vous passer une journée à la maison à tourner en rond, à attendre après une livraison, par exemple. Ce sera une situation qui pourrait vous inciter à revoir la décoration dans certaines pièces.



SCORPION

(24 octobre - 22 novembre)

Si vous prenez la route, assurez-vous d'avoir les bonnes indications pour éviter de perdre un temps fou à chercher l'endroit. Mettez à jour votre appli GPS, qui sera un outil très précieux dans cette circonstance.



SAGITTAIRE

(23 novembre - 21 décembre)

Personne n'aime se serrer la ceinture et ce sera exactement ce qui vous motivera à corriger la situation. Vous entreprendrez donc les démarches qui s'imposent dès que vous trouverez la voie à suivre.



CAPRICORNE

(22 décembre - 20 janvier)

Non seulement il y aura beaucoup d'action, mais vous devrez répondre à toutes sortes d'obligations qui occuperont la majeure partie de votre temps. Heureusement, vous savez vous organiser dans ce genre de situation.



VERSEAU

(21 janvier - 18 février)

Un rhume signale souvent que le corps a fortement besoin de repos et de ressourcement. Vous aurez également tendance à vous inquiéter pour mille et une raisons. Détente et méditation seraient bienvenues.



POISSONS

(19 février - 20 mars)

Un groupe de gens dont vous serez responsable s'attendra à ce que vous preniez toutes les initiatives; vous aurez passablement de gestion à faire. Prenez la place qui vous revient et n'ayez surtout pas peur de vous imposer.

SYLVIE SURPRENANT À LA RENCONTRE DU GEST RÉSILIENCE ET COLLABORATION ONT FAIT LA DIFFÉRENCE

Claude Desjardins

cdesjardins@groupejcl.ca

C'est devenu une tradition de début d'année, la mairesse de Sainte-Thérèse, Sylvie Surprenant, est allée à la rencontre des membres du Groupement des entreprises de Sainte-Thérèse (GEST), le mardi 26 janvier, à qui elle a exposé les grandes lignes du budget municipal adopté en décembre et les projets pour l'année à venir.

Il va sans dire que cette rencontre s'est déroulée de façon virtuelle, la mairesse s'adressant à son auditoire en direct des studios de TVBL, en présence (physique et dûment distancée) de la présidente du GEST, Marie-Chantale Desjardins, et du directeur du Service de l'urbanisme et du développement durable à la Ville de Sainte-Thérèse, Nicola Cardone.

Ce budget équilibré (avec l'aide du provincial), à hauteur de 59 502 100 \$ et adopté dans le contexte sans précédent de la pandémie de COVID-19, a rappelé la mairesse de Sainte-Thérèse, est également assorti d'un gel des taxes foncières pour l'ensemble des contribuables, tant pour les secteurs résidentiel commercial et industriel.

«Une ville n'est rien sans son milieu, ses citoyens, ses commerçants», a exprimé Mme Surprenant en soulignant la capacité de tout un chacun de s'adapter et de se réorganiser. «Il faut continuer, aller de l'avant, se réinventer et user de créativité», a-t-elle ajouté, soulignant qu'il s'agit là de qualités propres aux entrepreneurs. «Je suis fière de l'ouverture de chacun, de la collaboration et de la résilience de tous. Travailler en synergie fait toute la différence. Il faut maintenir l'unité», a-t-elle souhaité.

La mairesse a également pointé que le programme triennal d'immobilisations prévoyait notamment des investissements de 16 652 700 \$ pour la seule année 2022, dont une bonne portion de près de 50 % serait consacrée à la construction d'un aréna, si les subventions attendues des paliers supérieurs de gouvernements sont acceptées. Les espoirs seraient raisonnablement bons, a-t-elle suggéré.

NOUVELLE ENTENTE DE DEUX ANS

Revenant sur la relation entre le GEST et son administration, qui date de 2014, la

maïresse soulignait qu'une nouvelle entente venait d'être signée pour deux ans. Il en a résulté des initiatives économiques diverses, comme les Terrasses du Village, l'été dernier, un exemple que la mairesse a choisi parmi d'autres parce que ce projet de collaboration est né dans le contexte que l'on sait. «Ce projet a permis aux commerces de fonctionner et aux citoyens de visiter le Village», de rappeler la mairesse, alors que la Ville consentait notamment à fermer une partie de la rue Blainville à la circulation automobile. «Il y a une fenêtre d'ouverture pour que ça continue l'été prochain, COVID ou pas», de préciser Mme Surprenant, tout en rappelant que les commerçants pourraient à nouveau bénéficier d'un report du paiement taxes, en 2021, une mesure destinée à donner un peu d'air à ceux qui ont été durement touchés par la pandémie.

Bien entendu, il a été question du grand chantier de la rue Turgeon, qui se poursuivra en 2021, mais qui ne fera plus l'objet de fermetures prolongées du côté de cet artère routier. Le gros est fait, pour ainsi dire. «On en est rendu à des interventions ponctuelles», de dire la mairesse, en parlant de travaux qui ne causeront pas des irritants aussi considérables que ceux qu'on a connus dans les deux premières phases d'un chantier qu'elle a désigné comme étant le plus grand projet jamais réalisé à Sainte-Thérèse.

RENOUVEAU URBAIN

Dans le segment qui lui était attribué, le directeur du Service d'urbanisme et du développement durable, Nicola Cardone pour faire la nomenclature des différents projets de construction d'immeuble à logements (leur phase d'avancement varie) qui portent des noms comme Quartier Belmont, Le Ste-Thé, Viva Cité, Le Phare (pour n'en nommer que quelques-uns et qui s'inscrivent, dit-il dans une dynamique de renouveau urbain. Leur succès est probant puisque la totalité des logements annoncés ont trouvé preneur. Des maisons de villes, des maisons à trois ou quatre logements, des rénovations en milieu scolaire, des immeubles à bureaux, sans oublier le centre récréatif aménagé à la Plaza Ste-Thérèse par le pilote automobile Alex Tagliani, s'ajoutent à ce renouveau dont parlait M. Cardone.

COVID-19 : LA SITUATION DEMEURE STABLE

(C. D.) — Comme elle le fait tous les jeudis, la Santé publique des Laurentides a dévoilé les données hebdomadaires concernant chacune des municipalités de ce grand territoire.

En date du 28 janvier, on observe donc que la situation s'est somme toute stabilisée, avec de légères hausses dans les colonnes des cas cumulatifs, alors que les cas actifs continuent généralement leur descente vers le bas, d'une façon moins prononcée cependant.

MRC DE DEUX-MONTAGNES

Dans la MRC de Deux-Montagnes, c'est toujours à Saint-Eustache que l'on a enregistré les plus de résultats positifs, depuis le début de la pandémie. Jeudi dernier, on

en recensait 1 376, c'est à dire 74 de plus que la semaine précédente, alors que le nombre de cas actifs passait de 87 à 84. À noter que cet écart avait été de 34 une semaine plus tôt.

À Sainte-Marthe-sur-le-Lac, 466 citoyens (+16) ont contracté la COVID-19 jusqu'ici, alors que le nombre de cas actifs est désormais de 21 (-5). Deux-Montagnes vient au troisième rang pour le nombre de cas cumulatifs, avec 387 (+8), et se retrouve au même échelon en ce qui a trait aux cas actifs, avec 9 (-8).

Dans les autres villes de la MRC, la situation se lit comme suit : Pointe-Calumet, 140 cas (-3) et 1 à 4 cas actifs (*donnée approximative); Saint-Joseph-du-Lac, 131 cas (+3) et 1 à 4 cas actifs (*); Oka, 76 cas (+2) et

1 à 4 cas actifs (*); Saint-Placide 17 cas (+0) aucun cas actif; Kanasetake, 10 cas (+0) et aucun cas actif.

MRC DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE

Dans la MRC de Thérèse-De Blainville, 74 tests se sont révélés positifs à Blainville, qui affiche désormais un total de 1 574 cas depuis le début de cette crise sanitaire, alors que le nombre de cas actifs est passé de 69 à 79 en une semaine. C'est le seul endroit, avec Rosemère (voir plus bas), où l'on enregistre une hausse dans cette colonne.

Sainte-Thérèse vient encore au deuxième rang avec 906 citoyens infectés (+25) jusqu'ici. On y retrouve par ailleurs 37 cas actifs, soit un de moins que la semaine dernière. À Boisbriand, on a recensé

802 cas (+21) jusqu'ici, alors que le nombre de cas actifs est demeuré à 24 depuis le 21 janvier.

Dans les autres villes de la MRC, le bilan est le suivant : Rosemère, 403 cas (+27) et 29 cas actifs (+5); Bois-des-Filion, 349 cas (+15) et 17 cas actifs (-2); Lorraine, 275 cas (+9) et 12 cas actifs (-9); Sainte-Anne-des-Plaines, 296 cas (+8) et 25 cas actifs (-3).

MIRABEL

Enfin, à Mirabel, qui est à la fois Ville et MRC, le nombre de cas atteint désormais un total de 1 433 (+53), alors qu'on recensait 61 cas actifs, le 28 janvier, c'est à dire cinq de moins que la semaine précédente.

COVID-19 : État de la situation Données du 1 ^{er} février 2021 (12h)	TOTAL CAS	CAS ACTIFS	TOTAL DÉCÈS
MRC de Thérèse-De Blainville	4 696	210	159
MRC de Deux-Montagnes	2 666	128	67
Ville de Mirabel	1 463	61	8
MRC de La Rivière-du-Nord	3 099	205	112
Région des Laurentides	14 676	760	439

CONDOS LOCATIFS SAN LEON – Phase 3



Livraison juillet 2021

Maintenant en pré-location

**PHASES 1 et 2
100 % LOUÉES**



Constructeur/Promoteur depuis 35 ans
Style européen unique avec vestibule privé
Entièrement en béton / insonorisation supérieure
3 1/2 et 4 1/2
Garage / 2 ascenseurs
2 salles de bains

859277_57291_1

Administration personnalisée



Bureau de location
1035, Francs-Bourgeois,
Boisbriand, J7H 0G3
450 977-1595 • 514 430-9016

www.sanleon.ca

Appel de candidatures



Votre caisse a lancé un appel de candidatures afin de pourvoir un ou des postes au sein de son conseil d'administration.

Renseignez-vous à la Caisse ou visitez son site au www.desjardins.com/caissedelenvolee pour prendre connaissance de cet appel et connaître tous les détails.

L'appel de candidatures demeurera ouvert pendant une période de 20 jours jusqu'au 8 février 2021.

Desjardins
Caisse de l'Envolée

866430_61114_2

Le Québec en confinement

Un confinement et un couvre-feu sont en vigueur
du 9 janvier au 8 février 2021 inclusivement* dans tout le Québec,
sauf les Terres-Cries-de-la-Baie-James et le Nunavik.

Ces mesures sont en place afin de freiner la propagation du virus et protéger la population,
dont les aînés, les personnes vulnérables et les travailleurs de la santé.

LE CONFINEMENT EN BREF



Rassemblements interdits

- Les rassemblements privés à domicile (maison et chalet) à l'intérieur ou à l'extérieur sont interdits.
- Il y a quelques exceptions :
 - un seul visiteur d'une autre adresse pour les personnes seules (il est demandé de toujours recevoir la même personne afin de limiter les contacts sociaux);
 - une personne proche aidante;
 - une personne offrant un service ou du soutien;
 - main-d'œuvre pour travaux prévus.



Déplacements non recommandés

- Les déplacements entre les régions et les villes sont non recommandés (sauf certains déplacements essentiels permettant aux étudiants, aux travailleurs, aux parents en garde partagée et aux marchandises de circuler).



Activités sportives et récréatives avec sa bulle familiale seulement

- Les activités sportives et récréatives doivent désormais se limiter à une même bulle familiale. Les activités telles que la marche et la pratique du ski alpin ou du ski de fond sont tolérées, à condition qu'elles soient pratiquées en bulle familiale ou en solo et qu'elles respectent le couvre-feu en vigueur.
- Une exception est également permise pour une personne habitant seule, qui peut alors pratiquer une activité avec une autre personne (idéalement toujours la même). Dans ce cas, une distance minimale de deux mètres doit être maintenue en tout temps.



Commerces ouverts pour les produits essentiels seulement

- Les commerces considérés comme non prioritaires doivent fermer leurs portes jusqu'à la fin du confinement. Ceux ayant l'autorisation d'exercer leurs activités doivent quant à eux offrir seulement des biens et services considérés comme essentiels.
- La cueillette à la porte est toutefois permise. Ainsi, il est possible d'acheter un produit en ligne ou par téléphone et de se le faire livrer ou d'aller le chercher sur place, sans entrer dans le commerce, en respectant les consignes sanitaires.
- Les salles à manger des restaurants demeurent fermées. La livraison, les commandes pour emporter et les commandes à l'auto sont permises. Durant toute la période du couvre-feu, seule la livraison demeure possible.
- Afin de s'arrimer avec le couvre-feu de 20 h, tous les commerces doivent fermer leurs portes au plus tard à 19 h 30.
- Durant la période du couvre-feu, les pharmacies et les stations-service demeureront ouvertes selon leur horaire habituel. Les pharmacies ne pourront vendre que des médicaments et des produits essentiels comme des produits pharmaceutiques, hygiéniques ou sanitaires. Les stations-service ne pourront vendre que de la nourriture, des boissons non alcoolisées, de l'essence et des produits pour véhicules routiers. Les stations-service ne sont donc pas autorisées à vendre du tabac et des produits alcoolisés durant la période du couvre-feu.



Télétravail obligatoire et réduction des activités

- Le télétravail est obligatoire pour les personnes qui travaillent dans les édifices à bureaux.
- Dans les secteurs manufacturiers et la construction, les activités sont réduites au minimum pour assurer la réalisation des engagements. Le télétravail est obligatoire lorsque possible et l'ajustement des quarts de travail doit être fait pour limiter les présences sur les sites de production et de construction au même moment.

Consultez [Quebec.ca/confinement](https://quebec.ca/confinement) pour obtenir plus de détails sur l'ensemble des mesures en vigueur.



LE COUVRE-FEU EN BREF

On reste chez soi de 20 h à 5 h du matin

Durant le confinement, un couvre-feu est en vigueur de **20 h à 5 h du matin**. Pendant cette période, il est formellement interdit à quiconque de se trouver hors de son lieu de résidence ou du terrain de celle-ci, hormis dans les cas d'exception.

Exceptions permises

- Une personne dont la présence est essentielle sur les lieux de son travail ou qui doit assurer le transport de biens nécessaires à la poursuite des activités de son entreprise;
 - Une personne qui se rend dans une pharmacie pour obtenir des médicaments ou des produits pharmaceutiques, hygiéniques ou sanitaires;
 - Une personne qui doit se rendre à l'hôpital ou à la clinique, chez le dentiste, l'optométriste, ou en revenir;
 - Une personne qui doit se rendre au chevet d'un parent malade ou blessé;
 - Un étudiant qui doit participer à un cours du soir en présentiel ou à un laboratoire dans une école reconnue;
 - Un parent qui doit reconduire ses enfants chez l'autre parent qui en a la garde;
 - Une personne qui doit prendre un autobus
- assurant un service interrégional ou interprovincial, un train ou un avion pour se rendre, à la suite de son trajet, à sa destination;
 - Une personne qui doit sortir pour que son chien puisse faire « ses besoins », dans un rayon maximal d'un kilomètre autour de sa résidence;
 - Une personne qui se déplace pour se conformer à un jugement rendu par un tribunal, pour répondre à une assignation à comparaître devant un tribunal ou pour permettre l'exercice des droits de garde ou d'accès parentaux;
 - Une personne qui doit accompagner une autre personne incapable de conduire pour se rendre à un rendez-vous médical;
 - Un parent qui doit accompagner un enfant malade à l'hôpital;
 - Une personne qui se déplace pour faire un don de sang à Héma-Québec;

- Une personne qui doit en accompagner une autre ayant besoin d'assistance dans l'une des situations mentionnées ci-dessus (ex. : un parent qui doit reconduire son enfant adolescent au travail).

Une surveillance accrue et des amendes pour les contrevenants

- Les policiers continueront d'assurer le respect des mesures sanitaires et pourront intervenir si une personne se trouve à l'extérieur de sa résidence lors des heures non permises.
- Les contrevenants s'exposent à des amendes de 1 000 \$ à 6 000 \$ s'ils ne sont pas en mesure de justifier adéquatement la raison de leur sortie. Les jeunes de 14 ans et plus sont passibles de recevoir une amende de 500 \$.

Pour en savoir plus sur le couvre-feu, consultez [Québec.ca/confinement](https://quebec.ca/confinement)

Soyez là pour vous comme vous l'êtes pour vos proches

Il est possible que la situation actuelle suscite des émotions difficiles ou de la détresse. Il est normal de vivre un certain déséquilibre dans différentes sphères de sa vie. La gestion de ses pensées, de ses émotions, de ses comportements et de ses relations avec les autres peut devenir plus ardue. La plupart des gens arriveront à s'adapter à la situation, mais il demeure important que vous restiez à l'écoute de vos besoins. N'hésitez pas à prendre les moyens nécessaires pour vous aider.

Des solutions existent. Visitez [Québec.ca/allermieux](https://quebec.ca/allermieux) pour en savoir plus.



[Québec.ca/coronavirus](https://quebec.ca/coronavirus)

☎ 1 877 644-4545

Québec 

* Ce publiereportage contient l'information valable en date du 12 janvier 2021. Pour les dernières informations, consultez [Québec.ca/confinement](https://quebec.ca/confinement).



Le p'tit panier vert, une initiative locale permettant l'achat abordable d'une variété de fruits et de légumes.

CROISSANCE DÉMOGRAPHIQUE MIRABEL FAIT BONNE FIGURE SELON LES DONNÉES DE L'ISQ

(N. T.-P.) — L'Institut de la statistique du Québec (ISQ) a publié, en novembre dernier, un ouvrage de référence intitulé «Panorama des régions du Québec». La Ville de Mirabel y fait bonne figure, alors qu'elle affiche la plus forte croissance de population entre les années 2016 et 2019, pour l'ensemble des régions de la province.

L'ISQ précise que 14 des 17 régions administratives du Québec ont connu une hausse remarquable en terme de population, avec, tout en haut de la liste, celle des Laurentides qui contenait une population globale de 620 264 habitants, en 2019.

Pour Mirabel, à la fois ville et municipalité régionale de comté (MRC), le taux d'accroissement annuel moyen est le plus élevé des trois dernières années, soit 39,4 pour 1 000 habitants. Mirabel se classe donc bonne première pour l'ensemble des MRC du Québec, avec une population passant de 51 100, en 2016, à 57 596, en 2019.

PRÉVISIONS POUR 2041

Les chiffres projetés par l'ISQ, en 2021, illustrent que la croissance démographique se poursuivra à Mirabel et dans les Laurentides, et ce, pour les décennies à venir. Cette année, Mirabel devrait desservir une population d'environ 59 200 âmes, et ce, malgré la situation pandémique. Or, le décret du ministère québécois des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH) adopté par le Conseil des ministres, le 16 décembre dernier, mentionne une estimation de 59 612 habitants, pour 2021.

C'est donc dire que la Ville de Mirabel poursuivra sur le chemin de l'accroissement jusqu'en 2041, pour atteindre le plateau des 74 000 citoyens.

De son côté, l'administration municipale se dit heureuse de ces projections, qui montrent, selon elle, une appréciation envers «*le faible taux de taxation, la qualité de vie, les grands espaces, la proximité de la nature et le milieu de vie sécuritaire qu'offre la ville de Mirabel*».

Pour plus d'informations relatives à l'Institut de la statistique du Québec et les données mentionnées plus haut, rendez-vous au [www.statistique.quebec.ca].



Photo Alexander Dummer (Unsplash)

Selon les données de l'ISQ, la Ville de Mirabel montre la plus forte croissance de population entre les années 2016 et 2019, pour l'ensemble des régions de la province.

LE P'TIT PANIER VERT

MIRABEL: UN GROUPE D'ACHAT PERMETTANT DE SE NOURRIR PLUS SAINEMENT

Nicolas T. Parent

Initiative de journalisme local | Canada

Le p'tit panier vert, porté par la Table de concertation communautaire mirabelloise (TCCM), est un exemple de projet d'entraide et de solidarité, adapté à la situation actuelle, qui permet de rendre la vie plus facile aux familles et aux personnes seules qui souhaitent s'alimenter plus sainement et à faible coût.

Il s'agit ici d'un groupe d'achat de fruits et de légumes, qui met en commun la contribution de ses participants et qui, par la force du nombre, permet de faire des économies sur le panier d'épicerie. Le tout est géré par la TCCM, un organisme communautaire œuvrant en développement social sur le territoire de Mirabel.

«Cela signifie que les participants mettent en commun leur pouvoir d'achat pour réussir à s'alimenter à moindre coût. C'est l'objectif initial du projet», de mentionner Guillaume Pronovost, coordonnateur de l'organisation locale.

«Nous ne sommes pas, en premier lieu, un fournisseur d'aliments produits localement. On s'approvisionne auprès d'un distributeur grossiste de Mirabel, et nous essayons, lorsque possible, d'inclure le plus d'aliments québécois au contenu de notre panier. Nous devons néanmoins utiliser des denrées issues de l'importation, surtout en dehors de la saison été-automne.»

COMMENT ÇA FONCTIONNE?

Les intéressés sont d'abord conviés sur le groupe Facebook «Le p'tit panier vert», afin de recevoir des informations et des rappels. Le contenu du panier, emballé

dans des sacs en papier, est distribué dans le secteur de Sainte-Scholastique (9945, rue de Belle Rivière), à Mirabel, un mercredi sur deux, de 15 h à 18 h. Il en est ainsi pour simplifier le travail des responsables et, surtout, pour gérer plus facilement les mesures sanitaires exigées.

Si la demande est modifiée, il peut arriver que l'horaire le soit également.

«Nous ne faisons pas de livraisons à domicile pour nos paniers. Toutefois, il est possible de s'arranger entre membres du groupe résidant à proximité pour aller chercher votre panier et vous le livrer, au besoin! Vous êtes invités à demander de l'aide sur le groupe si vous le désirez», d'ajouter M. Pronovost.

Ce dernier mentionne que le panier est au coût de 18 \$ et contient différents produits. Les citoyens peuvent participer lorsqu'ils le désirent. Il est loisible de payer pour la saison complète ou pour quelques distributions. Néanmoins, on signale que le tout doit être payé à l'avance, par virement Interac, via courriel seulement.

«Le contenu du panier varie à chaque distribution. Nous essayons d'inclure 7 ou 8 variétés de légumes et 3 ou 4 variétés de fruits. Un panier permet de bâtir une base dans nos frigos, mais il est possible qu'il ne comble pas entièrement la demande en fruits et légumes de votre ménage.»

Voici donc les dates de distribution pour la session en cours: les 3 et 17 février, les 3, 17 et 31 mars, les 14 et 28 avril, les 12 et 26 mai et le 9 juin.

Pour plus d'informations ou pour toutes questions, il est possible de contacter Guillaume Pronovost, via courriel, au coordo@tccdemirabel.com, ou par téléphone, au 450 848-0219.

CENTRE REGAIN DE VIE UN **PREMIER MANDAT** **IMPORTANT** POUR LA NOUVELLE DIRECTRICE GÉNÉRALE

 **Christian Asselin**
 casselin@groupejcl.ca

A peine nommée à la direction générale du Centre regain de vie, la semaine dernière, Sandrine Gaudalet doit déjà trouver 85 000 \$ dans le cadre de la campagne d'autofinancement annuel de l'organisme.

Organisé sous la coprésidence d'honneur de Sylvie Surprenant, mairesse de Sainte-Thérèse, et de Carolyn Leclair du Groupe Leclair, cette campagne permettra au Centre de poursuivre sa mission auprès des personnes démunies de Thérèse-De Blainville. L'un des objectifs visés par cette campagne est d'offrir le service de halte-garderie cinq jours par semaine au lieu des quatre actuels.

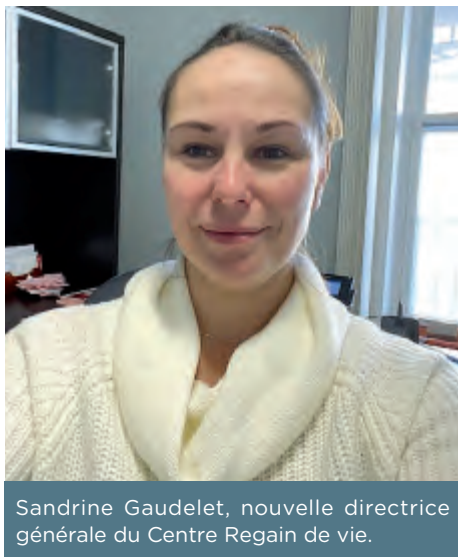
«*Même si nous ne pouvons pas faire d'activités de regroupement, il est important que la population sache que nous tenons tout de même notre activité majeure de financement*», a indiqué Sandrine Gaudalet, souhaitant vivement voir les personnes mieux nanties de la région contribuer à cette collecte de fonds si importante à la survie du Centre Regain de vie.

«*Nous sommes restreints actuellement au niveau du nombre d'enfants que nous pouvons recevoir à la halte-garderie, mais il s'agit d'un service essentiel que nous souhaitons vraiment offrir cinq jours par semaine*», d'ajouter Mme Gaudalet, rappelant que c'est grâce à une offre de services diversifiée, incluant la halte-garderie, que le Centre Regain de vie réussit à combler les différents besoins des personnes qui le fréquentent. Ils sont des centaines à le faire annuellement.

EN TEMPS DE PANDÉMIE

En raison de la pandémie, les cuisines collectives qu'offraient le Centre Regain de vie depuis plus de 30 ans ont dû être repensées. Dorénavant, ce seront des plats pour emporter que l'organisme offrira à sa clientèle vulnérable. Préparés le jeudi par l'équipe du centre, les plats seront distribués le vendredi.

L'une des principales hausses constatées depuis le début de la pandémie se situe par ailleurs au niveau des demandes pour l'aide alimentaire, un service qu'on a continué à offrir malgré le contexte actuel. De 30 à 40 familles de plus par semaine la demande depuis le début de la pandémie.



Sandrine Gaudalet, nouvelle directrice générale du Centre Regain de vie.

C'est donc pour financer l'ensemble de ces projets que l'organisme se voit obligé de recourir à des campagnes d'autofinancement annuelles telle que celle qui a cours actuellement.

Pour aider à atteindre l'objectif visé, le Centre Regain de vie compte sur la générosité habituelle des citoyens et des gens d'affaires de la MRC Thérèse-De Blainville. La campagne se déroulera jusqu'au 23 mars 2021.

Les dons peuvent être versés par chèque à l'ordre du Centre Regain de vie au 12, rue Turgeon, Ste-Thérèse, QC J7E 3H3. Par Internet, il suffit de visiter le [centreregaindevie.ca/comment_aider.htm] et de cliquer sur «faire un don». Il est aussi possible d'envoyer un virement bancaire à dons@centreregaindevie.ca.

Arrivée au Québec depuis la région bordelaise de France il y a de cela une vingtaine d'années, Sandrine Gaudalet oeuvrait à Laval jusqu'à tout récemment à titre de directrice de Dimension Travail, un organisme communautaire spécialisé en employabilité. Juste avant, elle était à la tête d'un organisme lavallois destiné à encadrer l'itinérance.

«*La pauvreté est un dossier que je connais très bien depuis plusieurs années. Je suis entrée en poste le 25 janvier et je remarque déjà que la précarité financière est bien présente à Sainte-Thérèse*», a-t-elle conclu, assurée que ses expériences passées la serviront adéquatement au Centre Regain de vie.

PROGRAMMATION DES LOISIRS ET DE LA CULTURE

Février 2021...
mois «*Coup de cœur*»



Les liens Zoom et les liens pour vous inscrire sont indiqués dans la programmation complète, disponible au www.ville.lorraine.qc.ca.

COURS ET ATELIERS VIRTUELS

Essentrics en douceur - Pour tous, à compter du 2 février

Zumba Or - 50 ans et plus, à compter du 3 février

Yoga stretching - Pour tous, à compter du 1^{er} février

Pilates au sol - Pour tous, à compter du 4 février

Danse créative - Enfants de 5 à 10 ans, à compter du 7 février

Gardiens avertis - Enfants de 11 à 15 ans, horaire disponible en ligne

Prêts à rester seuls - Enfants de 9 à 13 ans, horaire disponible en ligne

Activité « Nos amis à plumes » - Enfants de 5 à 12 ans, 21 février de 10 h 30 à 12 h

VA JOUER DEHORS!

Concours « Mon bonhomme et moi! » - Jusqu'au 21 février

Défî Château de neige - Jusqu'au 8 mars

Sculpture sur bloc - À compter du 11 février, parc Lorraine et bibliothèque

CONFÉRENCES VIRTUELLES POUR ADULTES

«**Zéro gaspillage**» - 3 février à 19 h

«**Assainir sa maison, son logis**» - 24 février à 19 h

AUTRES ACTIVITÉS

Concours « Mon coup de cœur » de la bibliothèque - Du 1^{er} au 28 février

Bricolage « À vos ciseaux! » - Tout le mois de février



Ville de LORRAINE

ville.lorraine.qc.ca



facebook.com/VilleLorraine



villedelorraine

FAIRE L'ÉPICERIE
OU
PAYER L'HYDRO...

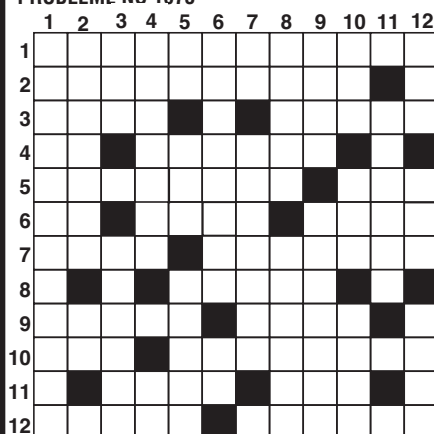
PERSONNE NE
DEVRAIT AVOIR
À CHOISIR.



AGISSONS ICI, AVEC CŒUR
JEDONNE.CA

Les mots croisés de chez nous

PROBLÈME NO 1673



HORIZONTALEMENT

- 1- Qui paraît, se produit tous les deux mois.
- 2- Dont le principe de fonctionnement est fondé sur l'inertie
- 3- Personne. – Fruit à noyau.
- 4- Négation. – Incompétent, incapable.
- 5- État d'exaltation violente. – Tenta avec audace.
- 6- Année. – Carapace des crustacés. – Satisfaisant.
- 7- Ville d'Allemagne. – Organiste unicellulaire des eaux douces.
- 8- Fabrique à la machine.
- 9- Peu fréquents. – Suça le lait.
- 10- À cet endroit. – Qui n'a pas d'étendue.
- 11- Partie du bréviaire. – Période.
- 12- Bois dur et lourd. – Renard polaire.

VERTICALEMENT

- 1- Personne qui apporte son aide, son soutien.
- 2- Étudiant en fin d'études de médecine. – Sont séparées par une lettre.
- 3- Un très grand nombre. – Ouverture du nez.
- 4- Fatigue, lassé. – Pronom indéfini.
- 5- Se suivent. – Venue au monde. – Établissement industriel.
- 6- Filets utilisés pour prendre des caillies. – Négation.
- 7- Dans la gamme. – Liquide glaireux régurgité le matin.
- 8- Esclave. – Arbrisseaux à fleurs larges.
- 9- Personnel. – Poussa son cri en parlant du bélier.
- 10- Monnaies roumaines. – Femelle du jars. – Dans l'Eure-et-Loir.
- 11- Ont un objectif en vue.
- 12- Saison. – Solipède. – Changements dans le plumage.

RÉPONSES DU NO 1672



LE MAIRE WESTRAM AU DÎNER DE L'AGAR «ÇA PREND DU COURAGE POUR ÊTRE ENTREPRENEUR»

Claude Desjardins
cdesjardins@groupejcl.ca

L'Aile des gens d'affaires de Rosemère (AGAR) et son président Jessy Turcotte accueilleraient le maire Eric Westram, le jeudi 28 janvier, dans le cadre de son dîner traditionnel de début d'année, un événement au cours duquel la présentation du budget municipal demeure un prétexte pour relancer les activités de l'organisme affilié à la Chambre de commerce et d'industrie Thérèse-De Blainville (CCITB).

Ce budget, on le sait, a été adopté à hauteur de 33 017 900 \$ (une majoration de 1,8 % par rapport à 2020) et déposé en décembre dernier, alors qu'on annonçait un gel des taxes et de la tarification pour 2021, tant pour les secteurs résidentiels que commercial. On a néanmoins décoré la chose dans ses moindres détails, dans une formule que l'on s'est efforcé de rendre conviviale, alors que sévit cette pandémie qui empêche les vrais contacts humains.

C'est donc de façon virtuelle que cette présentation s'est déroulée, alors que le maire Westram et la conseillère Melissa

Monk, responsable des dossiers financiers à la table du conseil, ont livré le tout sur le ton de la conversation, avant de répondre aux questions de l'auditoire.

Auparavant, celui-ci avait été réparti en différentes cellules virtuelles, à l'intérieur desquelles se retrouvaient un certain nombre de participant appelés à discuter entre eux, dans une dynamique de réseautage. Chacun a pu s'exprimer sur les difficultés rencontrées durant la dernière année, mais on a aussi eu l'idée de demander aux convives d'identifier malgré tout un bon coup ou un événement heureux survenu dans le contexte que vous savez.

«Merci de participer à nos activités», exprimait le président Turcotte, ajoutant que «la force de l'AGAR réside dans le dynamisme de ses membres et les efforts communs à mettre sur pied de beaux projets collectifs qui permettent de faire rayonner la communauté d'affaires.»

ÇA PREND UN RÊVE...

Dans leur présentation commune du budget 2021, Mme Monk et M. Westram se sont dits sensibles aux difficultés rencontrées par les commerçants et les gens d'affaires, au cours des derniers mois, assurant tout un chacun du support indé-

fectible de la Ville, avec les moyens mis à la disposition d'une administration municipale, bien sûr, tels la promotion active de l'achat local et le reports des paiements de taxes.

«C'est aussi mon rôle, d'ajouter le maire, d'attirer de nouveaux commerçants chez nous, en leur faisant valoir les avantages qu'ils y trouveraient»,

a répondu le maire à l'un des convives qui se questionnait à propos des locaux qui demeureront malheureusement vacants quand cette crise sera derrière nous. Le taux de taxation est l'un de ces avantages dont parlait le maire, mais aussi le positionnement de Rosemère et sa réputation, qui pourraient attirer les gens de différents styles de commerces et de différents segments d'affaires.

«Ça prend un rêve, mais ça prend aussi du courage pour être un entrepreneur», a souligné le maire Westram en conclusion de cet événement, en évoquant évidemment le contexte particulier de la dernière année: «Je vous dis bravo pour votre investissement personnel et pour le courage que vous avez. Certains d'entre vous ont su se renouveler. Vous avez démontré que vous résiliez et c'est dans l'adversité qu'on reconnaît les champions.»

BRÈVES MUNICIPALES ROSEMÈRE

(C. D.) — Les élus de Rosemère ont tenu une première séance régulière en 2021, dans la soirée du lundi 18 janvier, et de façon virtuelle, bien entendu, en raison du confinement et du couvre-feu décrété dans le cadre de l'actuelle pandémie. Le maire Eric Westram en a profité pour offrir ses vœux du nouvel An à la population, souhaitant pour tous une bonne santé et «un retour à la réalité.»

ANNÉE ÉLECTORALE

On a peut-être tendance à l'oublier, 2021 sera une année électorale pour l'ensemble des municipalités du Québec. C'est le dimanche 7 novembre, en effet, que les citoyens seront appelés aux urnes et une citoyenne profiterait de la période de questions pour savoir si une réflexion s'amorçait, à Rosemère, quant à la façon dont le scrutin se tiendrait (par la poste ou autrement), si la pandémie faisait toujours rage à ce moment-là. «On a bien hâte de savoir», a répondu le maire, signifiant par là que la décision reviendrait au gouvernement du Québec et qu'à ce jour, aucune annonce n'avait été faite en ce sens par le Directeur général des élections (DGE).

BILAN VERT

À une question portant sur les investissements dans les infrastructures vertes, le maire Westram répondait en faisant le bilan de son administration en cette matière, pour la dernière année: plantation de 600 arbres dans la forêt du Sacré-Cœur, création de jardins communautaires à des fins récréatives et éducatives, processus visant l'acquisition d'un partie de la forêt du Grand Coteau (au moins 13 hectares), réparation de la passerelle du marécage Tylee (un règlement d'emprunt de 976 000 \$ avait d'ailleurs été adopté à cette fin, en janvier 2020) et, à venir en 2021, un Plan de conservation et de mise en valeur de la foresterie urbaine.

FINANCES

Le conseil a enregistré le dépôt de la liste des déboursés, pour la période comprise entre le 14 décembre 2020 et le 10 janvier 2021, laquelle affiche un montant total de 4 072 799,49 \$. La Ville procèdera par ailleurs au versement de sa quote-part «provisoire» 2021 à la Communauté métropolitaine de Montréal (CMM), au montant de 434 282 \$.

S'ajoute une somme de 2 964 \$ dirigée vers le service d'appel 211, qui oriente vers les bons organismes les personnes en quête de ressources communautaires.

RÈGLEMENTS D'EMPRUNT

En prévision de travaux pour la réfection du réseau pluvial de la rue de l'Érablière, les élus ont adopté le règlement 939, qui prévoit un emprunt de 3 306 000 \$. Un avis de motion a par ailleurs été déposé relativement à des travaux en immobilisation pour le programme de réfection des infrastructures (eau potable et usées, réfection du réseau routier) et la réfection du poste de pompage Nicholas-Manthet. Un emprunt de 4 100 000 \$ est prévu.

MOIS DE L'ALZHEIMER

Le conseil a adopté une résolution d'appui à la Société Alzheimer des Laurentides, afin que janvier soit décrété mois de sensibilisation à cette maladie. Le maire Westram, qui a notamment vu sa mère en souffrir, a parlé de l'Alzheimer comme «l'une des maladies les plus méchantes et les plus injustes» qui soient.



Cueillette et livraison disponibles.
Consultez notre site Web

fruiteriepotager.com

Sac d'avocats

Produit importé
catégorie no 1

Sac de
5 unités

1 49\$
ch.

Tomates rouges

Produit du Canada
ou importé
catégorie no 1

99¢
lb
2,18 \$ / kg

Ananas

Produit importé
catégorie no 1

Sucrées

1 99\$
ch.

Asperges

Produit importé
catégorie no 1

1 99\$
ch.

Pqt
de 1 lb



539, boul. Arthur-Sauvé, Saint-Eustache J7P 4X5 Tél. 450 472 7776
1360, boul. Curé-Labelle, Blainville J7C 2P2 Tél. 450 420 5626

SPÉCIAUX VALABLES DU JEUDI 4 AU MERCREDI 10 F

Pommes Granny Smith

Produit des É.-U.
catégorie no 1

1 29\$

lb
2,84 \$ / kg

Poires Bosc

Produit importé
catégorie no 1

1 29\$

lb
2,84 \$ / kg

Choux de Bruxelles

Produit des É.-U.
ou importé
catégorie no 1

1 99\$

lb
4,38 \$ / kg

Céleri

Produit des É.-U.
catégorie no 1

Tomates raisins

Produit importé
catégorie no 1

2/5\$

Coeurs de romaine

Produit importé
catégorie no 1

2/5\$





000458_00045_2

NOS AINÉS...

MOTEUR

de nos communautés



- services
- soins
- résidences

000503_00045_2




Alyn Simard
AUDIOPROTHÉSISTES

Des passionnés de la Santé...

ROSEMÈRE: 380, boul. Labelle, #201 **Tél. 450 979-4848** www.alynsimardaudio.com



NOS AINÉS...

MOTEUR

de nos communautés

866526_46804_2

**SERVICE ESSENTIEL!
NOUS SOMMES**

OUVERTS!

LES IMPLANTS DENTAIRES

pour sourire en toute confiance

Votre prothèse dentaire vous gêne et vous blesse fréquemment? Vous avez de la difficulté à mastiquer? Non seulement les implants dentaires permettent-ils de bonifier la stabilité des dents et des prothèses, mais ils vous permettent également de redécouvrir le plaisir de sourire, de parler, de déguster un bon repas et de vous adonner à vos activités préférées, en toute confiance.

Les implants sont des ancrages qui offrent une stabilité accrue à votre prothèse, vous permettant ainsi de retrouver une mastication efficace et confortable. Il s'agit là d'une solution qui se veut à la fois fonctionnelle, esthétique et durable. Une consultation avec Dr Vincent Giguère, dentiste, et M. Guy Dragon, denturologiste, vous permettra d'en savoir plus sur les possibilités qui s'offrent à vous et les différentes options proposées.

UNE EXPERTISE RECONNUE

Dr Vincent Giguère et Guy Dragon possèdent une grande expertise en prothèses sur implants. Ceux-ci travaillent en étroite collaboration et vous accueillent dans des locaux à la fine pointe de la technologie, au 200, boulevard Curé-Labelle, à Sainte-Thérèse.

À noter que Dr Giguère est l'un des rares dentistes québécois possédant le titre de «diplomate» en implantologie. Il est pleinement qualifié pour vous offrir en douceur une intervention sécuritaire, de grande qualité et bien adaptée à votre situation personnelle.

Une seule et même adresse pour tous vos soins dentaires. Entourés d'une équipe professionnelle

et compétente, Dr Giguère et M. Dragon sont en mesure de répondre à tous vos besoins de soins dentaires. Outre les services d'implantologie et de denturologie, sont aussi offerts sur place les services d'orthodontie et de dentisterie générale et familiale. Informez-vous des différentes modalités de financement disponibles (Accord D, Dentoplan).

Au plaisir de vous accueillir!

CLINIQUE DENTAIRE VINCENT GIGUÈRE

T 450 433-3048

DENTUROLOGISTE GUY DRAGON

T 450 435-9657

DENTISTERIE GÉNÉRALE & FAMILIALE
SERVICES D'IMPLANTOLOGIE, D'ORTHODONTIE ET DE DENTUROLOGIE
LE TOUT DANS UN ENVIRONNEMENT SÉCURITAIRE



Dr Vincent Giguère
Dentiste généraliste



Dre Catherine Chartier
Dentiste généraliste



Guy Dragon
Denturologiste

UN SERVICE
GLOBAL



CLINIQUE DENTAIRE
VINCENT GIGUÈRE

450. 433.3048

DENTUROLOGISTE
Guy Dragon d.d.

450. 435.9657

www.cdvg.ca

200 boul. du Curé-Labelle, suite 200, Ste-Thérèse

www.guydragon.com

EFFECTUER SES PRÉLÈVEMENTS SANGUINS EN 2021



JMA Diagnostics a été fondée en 1992 par M. Aldo Lapointe. Sa famille est grandement impliquée dans l'entreprise. Sur la photo, M. Lapointe est accompagné de sa conjointe, Caroline, et de ses enfants, Nicolas (à gauche), Valérie et Alexandre (à droite).

En ces temps de confinement, nul besoin de sortir pour vos prises de sang et votre bilan de santé. L'équipe de JMA Diagnostics effectue les prélèvements à domicile, un service sécuritaire, rapide et efficace, offert sans frais supplémentaires, et qui vous permet d'obtenir vos résultats rapidement. Prenez rendez-vous dès maintenant !

En fondant JMA Diagnostics en 1992, M. Aldo Lapointe s'est donné comme objectif de favoriser l'accessibilité aux services de santé et de faciliter la vie des gens. Une vision que partagent sa conjointe, Caroline Fillion, et ses enfants, Alexandre, Valérie et Nicolas, tous impliqués au sein de l'entreprise familiale, et qui, dans le contexte actuel, prend encore plus d'importance.

Plus que jamais, il est rassurant de pouvoir éviter de longs délais et bénéficier d'un service à domicile en ce qui concerne les prises de sang et autres prélèvements. D'ailleurs, les résultats sont généralement disponibles

et transmis au client et à son médecin traitant dans un délai de 24 heures, ce qui est fort apprécié.

JMA Diagnostics est bien établie sur la Rive-Nord. Le service de prélèvement à domicile est offert sur le territoire le mardi et le jeudi. Pour prendre rendez-vous, il faut avoir la requête médicale en main et téléphoner au 450 622-4556. Il est aussi possible de remplir le formulaire en ligne au [www.jmadiagnostics.com].

Habituellement, les frais d'analyses sont couverts par les assurances collectives et privées aux alentours de 80 %.

À noter que toutes les mesures sanitaires et de désinfection du matériel sont appliquées de façon rigoureuse, pour la santé et la sécurité de chacun.

JMA Diagnostics
www.jmadiagnostics.com
450 622-4556

VOTRE AUDITION EST-ELLE EN SANTÉ?

En ce début d'année, on parle beaucoup de santé mentale et de santé physique. On ne saurait trop insister sur l'importance de bouger, de prendre l'air et de bien manger, de saines habitudes à intégrer au quotidien et qui font aussi du bien au moral. Cependant, il ne faut pas oublier que prendre soin de soi, c'est aussi prendre soin de sa santé auditive.

Avec l'âge, on voit progressivement apparaître une perte d'acuité en ce qui concerne l'audition. La presbycousie, comme on l'appelle, touche une personne sur deux après 75 ans. L'atteinte auditive s'installe très lentement, si bien qu'elle peut passer inaperçue pendant plusieurs années. Si vous avez l'impression de ne plus entendre comme avant ou si vous avez des doutes concernant votre audition, il est important de consulter. Plusieurs solutions peuvent améliorer votre qualité de vie!

Située à Rosemère, la clinique Alyn Simard audioprothésistes saura vous renseigner sur le sujet. Tous les services associés aux appareils auditifs y sont offerts. Il est également possible de s'y procurer différentes aides de suppléance à l'audition, comme des téléphones avec amplificateur, systèmes d'écoute de télévision et amplificateurs pour cellulaire.



Dans le contexte actuel, toutes les mesures sont mises en place afin d'assurer la sécurité du personnel et de la clientèle. Pour prendre rendez-vous: 450 979-4848.

Test de d pistage auditif sans frais offert avec rendez-vous, valide jusqu'au 31 mars 2021!

Alyn Simard audioprothésistes
alynsimardaudio.com
Rosemère: 450 979-4848



859782_57264_1

PRÉLÈVEMENTS SANGUINS

- Service rapide, chaleureux et professionnel
- Remboursable par les assurances collectives et privées

JMA
Diagnostics.

Un Simple Coup De Fil...
450.622.4556
514.370.8556
info@jmadiagnostics.com

EBEN
L'essence du Bien-être

Manoir de la Rive
Résidence pour aînés

Soins de santé

Sécurité & Confort

80, rue Saint-Joseph, Terrebonne (Québec) J6W 2Y3 (450) 492-2144
www.ebenresidences.ca

866475_58053_2

POURQUOI FAIRE APPEL À UNE ENTREPRISE SPÉCIALISÉE EN SOINS À DOMICILE?

Vivre dans votre maison est de plus en plus difficile? Pour adoucir votre quotidien, vous auriez tout intérêt à recourir aux services offerts par les entreprises de soins à domicile. Voici quelques éléments de réflexion qui sauront vous en convaincre!

Vos tâches quotidiennes vous épuisent : après avoir fait votre toilette et exécuté quelques tâches domestiques, vous êtes « à plat »? Si votre fatigue vous empêche de profiter de la vie, déléguez le maximum de corvées à des professionnels qualifiés! Vous pourrez ainsi utiliser votre énergie pour faire ce qui vous plaît vraiment (ex. : vous promener, jardiner, socialiser).

Vous ne voulez pas déménager dans une résidence : votre autonomie décline, mais la perspective de devoir quitter votre logement pour vivre en résidence pour aînés — ou en centre d'héberge-

ment — vous met dans tous vos états? Sachez qu'il est généralement possible de demeurer chez vous en toute sécurité pendant plusieurs années si vous recevez les services appropriés. Encourageant, n'est-ce pas?

Vous avez besoin d'aide pour suivre un traitement : vous oubliez parfois de prendre vos médicaments ou vous manquez de motivation pour faire vos exercices de réadaptation après une opération? Les employés des entreprises de soins à domicile peuvent contribuer à vous remettre sur pied en supervisant votre prise de médicaments ou en vous assistant dans l'exécution de vos mouvements, par exemple.

Les soins à domicile sont une solution hautement sensée pour votre tranquillité d'esprit, votre bien-être et votre santé. Pourquoi vous en priver?



SERVICES

Voici quelques exemples de services offerts par les entreprises de soins (aussi appelées « de soutien » ou « de maintien ») à domicile qui pourraient littéralement transformer votre vie :

- Accompagnement à des rendez-vous médicaux;
- Aide au magasinage (courses à la pharmacie, à l'épicerie, etc.);

- Entretien ménager (passer l'aspirateur, sortir les ordures, faire le lavage, etc.);
- Préparation de repas en fonction de votre diète et de vos goûts;
- Soins de plaie ou de stomie;
- Suivi infirmier d'un problème de santé (diabète, hypertension artérielle, etc.);
- Surveillance 24 heures sur 24.

Chers aînés, Blainville pense à vous!

Depuis plusieurs mois, nous sommes aux prises avec une pandémie qui nécessite de grands sacrifices de notre société.

L'une de nos priorités est de protéger notre population, dont nos aînés.

Malheureusement, les mesures sanitaires ont des effets collatéraux, dont la solitude et l'isolement.

N'hésitez pas à faire appel aux nombreuses ressources dans la région.

Avec nos collègues du conseil municipal, on pense à vous et on a hâte de vous voir en personne !

On va s'en sortir, ensemble !



Blainville



Richard Perreault
Maire



Marie-Claude Collin
Présidente de la commission
des sports, loisirs, famille,
aînés et vie associative



Serge Paquette
Vice-président de la
commission des sports,
loisirs, famille, aînés et vie
associative

DES SOLUTIONS POUR RALENTIR LA PERTE D'AUDITION ET LE DÉCLIN COGNITIF

De plus en plus d'études tendent à démontrer qu'il existe un lien entre la perte d'audition due à l'âge et le déclin des fonctions cognitives (mémoire, capacité d'attention, calcul, etc.). Fort heureusement, le port de prothèses auditives permet de ralentir ce processus, tout en contribuant de façon significative à la qualité de vie de la personne malentendante.

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) s'est penchée sur la question du déficit cognitif et a publié des directives sur le sujet en 2019.

«Fondamentalement, si l'âge constitue le principal facteur de risque du déclin cognitif, la démence n'est pas une conséquence naturelle ou inévitable de la vieillesse», déclare-t-elle d'emblée.

Elle suggère que la gestion proactive des facteurs de risque – inactivité physique, tabagisme, alimentation, consommation d'alcool, isolement social, entre autres exemples – peut retarder ou ralentir sa survenue ou sa progression.

Au total, l'OMS émet 12 recommandations. Parmi celles-ci, on note l'importance de la prise en charge rapide de la perte auditive par le dépistage et par le port de prothèses auditives au besoin.

QUAND FAIRE VÉRIFIER VOTRE AUDITION?

Si vous avez l'impression que les autres ne parlent pas clairement, que vous faites souvent répéter, que vous avez tendance à augmenter le volume de la télévision ou que votre entourage vous dit que vous parlez fort, il serait bon de faire vérifier votre audition. Prenez rendez-vous dès maintenant à la Clinique auditive Marie-Josée Paul!

Clinique auditive Marie-Josée Paul
mjpaulaudio.ca
450 433-7966



Planifiez votre dépistage auditif



MARIE-JOSÉE PAUL

CLINIQUE AUDITIVE - AUDIOPROTHÉSISTES

Entendez bien. Vivez mieux!

Service complet en audioprothèse

Vente, pose et ajustement d'aides auditives

Certains modèles sont couverts par la RAMQ et la CNESST, selon les critères d'admissibilité.

GRATUIT POUR UN TEMPS LIMITÉ!*
TEST DE DÉPISTAGE AUDITIF

*Valide jusqu'au 31 mars 2021, sur prise de rendez-vous seulement

Sainte-Thérèse
233, rue Turgeon Bureau 102
Stationnement gratuit
450 433-7966 | mjpaulaudio.ca

PIEDS DOULOUREUX: CONSULTEZ!

Les douleurs aux pieds ne doivent pas être prises à la légère. En faire fi peut avoir d'importantes conséquences, allant jusqu'à entraîner la mobilité, d'où l'importance de faire évaluer le tout par un podiatre réputé.

Dr Martin Scutt et son équipe de la Clinique podiatrique Rive-Nord, à Rosemère, ont plusieurs solutions pour soulager la douleur, quelle qu'en soit la cause. Parmi les services offerts: examen biomécanique, orthèses, chirurgies, thérapie au laser, thérapie MBS pour la douleur et autres problèmes de pied, évaluation de la fasciite plantaire et de la douleur



Le Dr Scutt procède avec la méthode Buried K-wire pour la correction des oignons dits «hallux valgus»

VOS OIGNONS VOUS FONT SOUFFRIR?

Le Dr Scutt procède avec la méthode Buried K-wire pour la correction des oignons dits «hallux valgus». «Cette méthode est très efficace: les risques associés sont minimes, l'opération est de courte durée et l'apparence après guérison est supérieure», dit-il.

HONNÊTETÉ ET INTÉGRITÉ

La Clinique podiatrique Rive-Nord est reconnue pour offrir des soins de première qualité avec un barème de frais raisonnable. D'ailleurs, l'équipe éprouve une grande fierté devant les liens sincères qui l'unissent à sa clientèle et aux professionnels de la santé. Des questions? Contactez le bureau de Rosemère au 450 979-0303. Vous y serez servis en français, anglais et espagnol.

Clinique podiatrique Rive-Nord
Dr Martin Scutt, podiatre, DPM, FAFAS
(Academy of Ambulatory Foot and Ankle Surgery)
www.podiatrerivenord.com
450 979-0303

DAMES DE COMPAGNIE & CIE: UNE PRÉSENCE RASSURANTE!

Ayant à cœur le bien-être et le bonheur des personnes en perte d'autonomie et du troisième âge, les Dames de compagnie continuent d'offrir aux aînés une présence chaleureuse, rassurante et un service de soutien au quotidien, et ce, malgré le contexte particulier que l'on connaît actuellement.

Ayant toutes bénéficié d'une trentaine d'heures de formation supplémentaire englobant les équipements de protection et les mesures de santé et sécurité à respecter en ces temps de COVID-19, celles-ci peuvent se déplacer à domicile, en résidence, en centre d'hébergement et même à l'hôpital. Elles continuent d'être vos alliées, peu importe l'endroit!

UNE AIDE PERSONNALISÉE

Les Dames de compagnie sont présentes dans les Basses-Laurentides, Laval et Montréal depuis déjà plusieurs années. Les services qu'elles proposent sont diversifiés,

allant de la simple conversation à l'aide au maintien à domicile. Les dames peuvent vous assister lors de visites médicales, faire vos courses, vous aider à préparer les repas, à faire du rangement ou encore vous assister dans vos activités quotidiennes. Elles sont également de précieuses alliées pour les proches aidants qui ont besoin d'un moment de répit. Leur présence positive et chaleureuse est d'ailleurs très appréciée des familles.

Les Dames de compagnie vous offrent un soutien récurrent ou occasionnel, le tout selon vos besoins. Renseignez-vous et partagez les beaux moments de votre quotidien en bonne compagnie!

Dames de compagnie & Cie
www.damesdecompagnie.ca
info@damesdecompagnie.ca
450 430-5547

DR MARTIN SCUTT & ASSOCIÉS

PODIATRES
SOINS ET CHIRURGIES PODIATRIQUES

SALLE OPÉRATOIRE, RADIOGRAPHIE

DOULEUR AUX PIEDS?
NOUS POUVONS VOUS AIDER...
3 PODIATRES DÉDIÉS ET EXPÉRIMENTÉS
ENFANTS ET ADULTES
EXAMENS BIOMÉCANIQUES
ORTHÈSES DE QUALITÉ
VERRUES, CORS, LASER
(ONGLES FONGIQUES)
ÉVALUATION CHIRURGICALE ET PLUS!

OIGNONS • ORTEILS MARTEAUX • NÉVROME DE MORTON • CORS

ROSEMÈRE
260, CH. GRANDE-CÔTE

450.979.0303

WWW.PODIATRERIVENORD.COM

DR MARTIN SCUTT
NEW YORK COLLEGE OF PODIATRIC
MEDICINE, CLINICIEN À L'UQTR

DR DAVID YODIM,
PODIATRE

DR DARRELL BEVACQUA,
NEW YORK COLLEGE OF PODIATRIC
MEDICINE, CLINICIEN À L'UQTR

Une présence rassurante

Les Dames de compagnie offrent un soutien récurrent ou occasionnel, selon les besoins.

DAMES DE COMPAGNIE & CIE:

Plus de 10 ans de soutien aux familles!

Dames de compagnie & Cie s'engage depuis plus de 10 ans à soutenir les familles en offrant du répit aux proches aidants par une présence rassurante auprès des personnes âgées ou en perte d'autonomie. Nos dames de compagnie sont devenues des alliées indispensables aux familles par leur soutien, présence, écoute et discrétion.

Nos dames sont judicieusement sélectionnées et formées pour assurer une présence chaleureuse et bienveillante au quotidien. Le bien-être de la personne accompagnée est notre priorité.

Nos services professionnels et personnalisés d'accompagnement se font où vous en avez besoin.

Nos services englobent entre autres, la création et l'accompagnement des activités et loisirs, l'aide aux repas ou à la participation de la préparation de ceux-ci, l'aide à l'habillement et au rangement, participent aux courses, au magasinage et aux visites médicales.

Leur présence aide à alléger les activités de la vie quotidienne.

Saviez-vous que nos Dames ont reçu une trentaine d'heures au total de formations supplémentaires afin d'offrir nos services en ce temps de pandémie et ce en toute sécurité? Les formations englobent entre autres les mesures de sécurité et les équipements de protection pour nommer que celles-là!

DAMES DE COMPAGNIE & CIE

10 ans

Dames de compagnie & Cie est actuellement en recrutement

Pour en savoir plus sur nos services ou pour devenir Dame de compagnie
Contactez-nous: 450 430-5547
Visitez notre site internet www.damesdecompagnie.ca

AMIKA: DES SOINS ADAPTÉS À VOS BESOINS



Amika accorde une grande attention au processus de jumelage, afin que chacun soit heureux et en confiance.

La majorité des gens souhaitent vieillir et demeurer dans leur maison le plus longtemps possible. Avec les soins et le soutien des aides-soignantes d'Amika, l'espoir devient réalité!

Préposées aux bénéficiaires de formation avec expérience en soins pour personnes âgées en perte d'autonomie, elles sont là pour vous accompagner selon vos besoins, que ce soit pour des soins à la personne (hygiène personnelle, habillement, mobilité, etc.), de l'aide domestique (entretien ménager, repas, etc.), ou un accompagnement au quotidien. Pour la personne aidée, comme pour ses proches, il s'agit là d'une présence rassurante.

D'ailleurs, comme l'explique le cofondateur d'Amika, Alexandre Blais, une grande attention est accordée au processus du jumelage. Les préférences et besoins du client sont pris en considération, tout autant que l'expérience et l'avis de l'aide-soignante. Ainsi parvient-on à obtenir cette chimie tant recherchée, fondement d'une relation de confiance.

«De plus, nous avons une application mobile qui permet aux proches aidants d'être informés en temps réel des services offerts. C'est pratique pour ceux qui sont éloignés de leur famille. Il y a ainsi un suivi continu qui se fait sur le déroulement des services, afin de s'assurer qu'on ait toujours la bonne personne et qu'on répond aux besoins en évolution de nos clients.», mentionne M. Blais.

L'approche humaine et personnalisée que préconise Amika est très appréciée de la clientèle. L'entreprise a d'ailleurs reçu le prix Choix du consommateur 2021 dans la catégorie Soins à domicile – Grand Montréal, un honneur qui lui est décerné pour une deuxième année consécutive.

Des questions? Communiquez avec l'équipe d'Amika pour une évaluation gratuite de vos besoins. 3granite est réputé pour sa grande durabilité.

Amika
www.soinsamika.com
514 543-4450



Récipiendaire du Choix du
Consommateur 2020
Catégorie Soins à domicile –
Grand Montréal.

Des soins à domicile adaptés à vos besoins, maintenant

- Soins d'hygiène
- Surveillance 24/7
- Repas, entretien ménager
- Médication, stimulation cognitive

Flexible et
sans
engagement

Aucun
délai
d'attente

Personnel
qualifié et
expérimenté

Contactez-nous pour une évaluation gratuite de vos besoins

www.soinsamika.com • **514 543-4450** • **info@soinsamika.com**

GRANITE NADON: POUR PERPÉTUER LE SOUVENIR

Le monument commémoratif est l'ultime représentation de la vie d'une personne. L'essentiel s'y trouve gravé pour l'éternité. Depuis plus de 25 ans, Granite Nadon a soigneusement développé l'art d'honorer la mémoire.

«Offrir un monument au disparu, c'est aussi penser aux proches et à la descendance qui peuvent venir s'y recueillir, s'y ressourcer», souligne le fondateur, Richard Nadon.

UNE CONFIANCE FINEMENT TAILLÉE

Pour lui, rien n'est plus précieux que le lien de confiance qui l'unit à sa clientèle. Choisir un monument funéraire ou une plaque

commémorative est une tâche délicate et il importe, en effet, d'obtenir les conseils et renseignements pertinents pour faire un choix éclairé.

«Il faut bien écouter les clients pour comprendre leurs désirs. Je prends le temps de répondre à vos questions et de vous faire part des possibilités qui vous sont offertes», dit M. Nadon.

UN TRAVAIL DE MINUTIE

La fabrication d'un monument funéraire requiert un travail minutieux. Granite Nadon en fait sa spécialité. De la plus sobre à la plus élaborée, chacune des stèles se veut

une création unique.

En plus de la conception, l'entreprise offre également les services d'installation et de restauration, autant pour préserver la beauté des monuments que pour les actualiser, par exemple en y inscrivant un nom supplémentaire.

En vous fiant à son savoir-faire, vous obtenez des souvenirs qui traversent le temps, puisque le granite est réputé pour sa grande durabilité.

Granite Nadon
granitenadon.com
514 262-6220 ou 450 597-0521

POUR UN SOUVENIR INSCRIT DANS LA PIERRE

860029_71592_1



Granite NADON Inc.

MONUMENTS LETTRAGES
RESTAURATION

GRANITENADON.COM

514-262-6220

7855, ch. du Chicot Sud, Mirabel
INFO@GRANITENADON.COM



UNE VOIX FORTE POUR NOS AÎNÉS!

Louise Chabot
Députée de Thérèse-De Blainville

☎ 450-965-1188 ✉ louise.chabot@parl.gc.ca
🏠 8, rue St-Charles, Sainte-Thérèse, QC J7E 2A2
📱 Louise Chabot - députée de Thérèse-De Blainville
💻 louisechabot.quebec



3 BONNES RAISONS DE RECOURIR AUX SERVICES DE RÉPIT

Les soins de répit sont conçus pour alléger le fardeau des aidants naturels en les libérant temporairement de leurs responsabilités auprès d'une personne âgée, malade ou handicapée. Si vous êtes le principal proche aidant d'un membre de votre famille, d'un ami ou d'un voisin, ces services pourraient s'avérer précieux. Voici pourquoi vous devriez profiter de ceux qui sont offerts dans votre région.

1. VOUS AUREZ DU TEMPS POUR VOUS

En sachant que votre être cher sera entre bonnes mains, vous pourrez pratiquer un loisir, prendre de courtes vacances, faire des courses ou tout simplement vous détendre à la maison. Loin d'être égoïstes, ces pauses sont essentielles pour préserver

ver votre bien-être et vous permettre de continuer à prendre soin de votre proche.

2. VOUS RÉDUIREZ VOS RISQUES D'ÉPUISEMENT

Les soins de répit vous soulagent de vos tâches quotidiennes en tant que proche aidant, lesquelles peuvent s'avérer extrêmement épuisantes, tant physiquement qu'émotionnellement. En y recourant, vous pouvez donc vous ressourcer, conserver votre équilibre et éviter l'isolement, ce qui vous donne plus d'énergie pour remplir votre rôle d'aidant naturel avec brio.

3. VOUS PERMETTREZ LE MAINTIEN À DOMICILE

Souvent, les membres d'une famille qui assument le rôle de proche aidant le font pour éviter de placer la personne qui leur est chère dans un établissement de soins de longue durée. Toutefois, sans l'aide des services de répit, cette option exigeante pourrait ne pas être viable.

Que vous ayez besoin de quelques heures ou de plusieurs jours de répit, divers programmes existent, et les services peuvent être offerts dans une résidence pour aînés ou au domicile du bénéficiaire de soins, par exemple. Pour dénicher ceux qui vous conviennent, renseignez-vous notamment auprès de votre CLSC.

AIDE CHEZ SOI DES BASSES-LAURENTIDES:

DES SERVICES DE MAINTIEN À DOMICILE DE QUALITÉ

La coopérative de solidarité Aide Chez Soi des Basses-Laurentides offre à la population âgée de plus de 65 ans, ainsi qu'aux gens en perte d'autonomie temporaire ou permanente, une gamme de services de maintien à domicile de qualité.

Son personnel formé, dévoué et attentionné est heureux de participer à l'effort concerté des partenaires sociaux et communautaires, permettant à la clientèle de profiter du confort et de la sécurité que leur procure leur domicile.

Parmi les services offerts, on note l'entretien ménager, l'entretien ménager lourd, la préparation de repas, les courses, le répit et la surveillance, ainsi que le service d'assistance personnelle.

Pour en savoir plus, communiquez avec l'équipe de la coopérative Aide Chez Soi des Basses-Laurentides au 450 979-2372 ou par courriel à info@acsbl.org.

Aide Chez Soi des Basses-Laurentides
acsbl.org



Une équipe attentionnée à votre service.



COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ
AIDE CHEZ SOI
— BASSES-LAURENTIDES —

• NOUS SOMMES UN SERVICE ESSENTIEL •

Aide domestique

SERVICE SUBVENTIONNÉ OFFERT AUX 65 ANS ET PLUS

ENTRETIEN MÉNAGER, PRÉPARATION DE REPAS,
LAVAGE ET COURSES

CONTACTEZ-NOUS !





450 979-2372



info@acsbl.org

866403_49861_1

Le mieux-être de nos aînés, c'est notre priorité.

Ottawa doit prendre soin de ceux qui ont bâti le Québec.

Nous le leur devons.



Disponible pour vous!

 simon.marcil@parl.gc.ca

 450 430-5535



Simon Marcil, député de Mirabel



866524_56334_1



Le soutien à domicile : comment s'y retrouver ?

Perdre un peu de son autonomie est un processus normal du vieillissement. Des programmes existent afin de vous aider à demeurer dans votre domicile le plus longtemps possible. La première démarche serait de contacter votre CISSS afin d'en apprendre plus sur les différents programmes pouvant répondre à vos besoins.

Le CISSS offre, en concertation avec des organismes de votre milieu, des programmes d'aide pour des soins de santé et d'assistance, des services de préparation de repas et du transport pour vos déplacements. De plus, lorsque vous êtes âgé de 70 ans et plus, vous pouvez obtenir un crédit d'impôt remboursable pour des dépenses liées à des services de maintien à domicile. Il s'agit du *Crédit d'impôt pour maintien à domicile des aînés* régi par Revenu Québec.

Les services dispensés par le CISSS via le CLSC local sont gratuits, mais, si vos besoins ne concernent que des services d'entretien domestique (cuisine, lessive ou ménage), le CLSC vous réfèrera à des organismes d'économie sociale qui vous demanderont une contribution financière. N'oubliez pas de conserver tous vos reçus de services de maintien à domicile, car ils seront vos pièces justificatives pour obtenir votre *Crédit d'impôt pour maintien à domicile des aînés* régi par Revenu Québec.

L'AQDR Laval-Laurentides est un organisme à but non lucratif dont la mission exclusive est la défense des droits des aînés.

Devenez membre en communiquant au **450-978-0807** ou au **1-844-978-0807**

>P007494-1



MARCHE HIVERNALE : 9 CONSEILS POUR PRÉVENIR LES CHUTES

En hiver, les déplacements à pied prennent parfois des allures de sport extrême, particulièrement lorsqu'on est un aîné. Vous devez absolument circuler sur une surface périlleuse? Pour prévenir les chutes, suivez ces conseils :

1. Gardez les pieds écartés (environ 30 cm de distance) pour plus de stabilité;
2. Fléchissez légèrement les genoux;
3. Faites de petits pas;
4. Marchez d'un pas lent ou modéré (même si vous êtes pressé!);
5. Posez les pieds bien à plat sur le sol (ce

n'est pas le moment d'imiter une ballerine!);

6. Évitez les talons hauts ou pointus;
7. Préférez les bottes avec semelles antidérapantes (si vous avez des crampons amovibles, retirez-les avant de marcher sur un plancher lisse et dur);
8. Utilisez une canne ajustée selon votre morphologie, le cas échéant, et fixez un pic à glace au bout;
9. Habillez-vous chaudement, car trembler de froid pourrait compliquer l'exécution de vos mouvements.

Conseil bonus

Procurez-vous des sous-vêtements rembourrés ou une ceinture protectrice légère : en cas de chute, ces accessoires pourraient vous éviter une fracture de la hanche!

J'ENTENDS! JE NE COMPRENDS PAS... LA PERTE AUDITIVE ET L'ALZHEIMER

Les facultés auditives diminuent avec l'âge et il en va de même pour la plupart des processus cognitifs qui aident à comprendre la parole. De nombreuses études cherchent à comprendre les liens entre la perte auditive et la maladie d'Alzheimer.

Un lien direct est démontré entre la perte auditive et l'Alzheimer, alors que les risques seraient de deux à trois, voire cinq fois plus grands selon que la perte auditive est légère, modérée ou sévère. De plus, le taux d'accélération du déclin cognitif serait de 30 % à 40 % plus élevé chez les personnes âgées présentant une perte auditive.

LES BÉNÉFICES DU PORT D'APPAREILS AUDITIFS

Plusieurs études ont aussi démontré les bénéfices à porter des appareils auditifs en

comparaison de patients ne portant pas d'appareils. Ils améliorent significativement: les performances mentales, la mémoire de travail, l'état mental général, les habiletés d'apprentissage et la quantité d'informations retenue.

Il va de soi que moins on fournit d'efforts pour entendre, plus on peut s'investir à écouter, comprendre et se souvenir.

CONSULTER RAPIDEMENT

Comme la perte auditive entraîne l'isolement social et la solitude et que la solitude peut entraîner le déclin cognitif et la démence comme la maladie d'Alzheimer, et que le port d'un appareil aide à mieux entendre et à diminuer le déclin cognitif,

alors... il importe de faire évaluer sa condition dès qu'un doute frôle l'esprit.

Clinique auditive Gagnéux, Gaudreault & Rhéaume
www.cliniqueauditiveggr.com
450 951-6951



Marilyn Gagnéux, audioprothésiste au sein de la Clinique auditive Gagnéux, Gaudreault & Rhéaume, dans le secteur Saint-Janvier, à Mirabel.

866295_56129_2



Clinique médicale de Mirabel
13714, boul. Curé-Labelle
Mirabel, Bureau 203

450 951-6951



Prothèses auditives (vente, réparation, ajustement)

Piles et accessoires

Dépistage auditif

Visite à domicile

Bouchon sur mesure



DÉPISTAGE AUDITIF ou PREMIÈRE VISITE SANS FRAIS

Sur présentation de ce coupon, 0\$ de frais de service.

ENEZ ÉCOUTER LA DIFFÉRENCE
Restez connecté grâce à la technologie **Bluetooth** intégrée!

GÉRANIUM SOINS À DOMICILE EST LÀ POUR VOUS

Que vous ayez besoin d'aide à raison de quelques heures par semaine ou d'une présence quotidienne, l'équipe de Géranium soins à domicile est là pour vous!

Préposées aux bénéficiaires et infirmières auxiliaires sont disponibles pour vous aider. Elles se déplacent à la maison, mais peuvent aussi vous accompagner en résidence ou à l'hôpital. La clé: la flexibilité!

Plusieurs services sont proposés: aide au bain et à l'hygiène, aide à la suite d'une hospitalisation (ex. chirurgie), soins palliatifs, aide à la prise de médicaments, soins aux personnes atteintes d'Alzheimer et autres maladies dégénératives, aide à l'entretien ménager, aide aux repas, à la lessive, service de répit pour les aidants naturels et encore plus!



Les nombreux témoignages de satisfaction témoignent de la qualité et de l'appréciation des soins offerts. Pour l'équipe de Géranium soins à domicile, il s'agit là d'une source de grande fierté et d'un gage de confiance pour la clientèle!

Pour toutes questions concernant les services, veuillez communiquer avec le 514 649-1121. À noter que l'entreprise dispose de tous les permis exigés par la CNESST.

Géranium soins à domicile
514 649-1121

RÉSIDENCE LE 15 LESAGE: UN MILIEU DE VIE STIMULANT

La résidence Le 15 Lesage est appréciée pour son cachet chaleureux et le confort de ses appartements, mais ce qui la distingue, plus que tout, c'est l'attention qu'elle porte au bien-être de ses résidents.

Situé à quelques pas de la gare, au cœur du noyau historique de Sainte-Thérèse, l'établissement peut compter sur une équipe dévouée qui, dans le contexte actuel, redouble d'ardeur afin de maintenir un milieu de vie qui soit à la fois convivial et sécurisant pour tous, avec une programmation d'activités et des services adaptés aux recommandations sanitaires en vigueur.

UN ENVIRONNEMENT SÉCURITAIRE

Le 15 Lesage accueille une clientèle aînée autonome et semi-autonome. La résidence propose un environnement de vie sécuritaire grâce à sa construction en béton, son système de gicleurs, son équipe d'infirmières et de préposés disponibles en tout temps, l'accessibilité à un médecin sur les lieux et son système mobile ou fixe d'appel en cas d'urgence.

L'établissement est également doté d'espaces conviviaux qui ajoutent au bonheur des résidents: salon, salle de cinéma, piscine, sauna, bibliothèque et salon de lecture, coin bistro et plus encore!

Aussi, Le 15 Lesage dispose de deux étages sécurisés et adaptés aux personnes en perte d'autonomie. Beaucoup de services y sont offerts, ainsi que la possibilité de convalescence ou de courts séjours.

La résidence est certifiée et membre du RQRA. Pour plus de renseignements sur les appartements de type studio 2 1/2, 3 1/2 et 4 1/2 disponibles, n'hésitez pas à nous contacter.

Le 15 Lesage
Résidence pour aînés
450 420-2139



La résidence Le 15 Lesage est située au coeur du noyau historique de Sainte-Thérèse.

GÉRANIUM

Soins à domicile

- **Prix compétitifs**
- **Possibilité de subvention pour les 70 ans et plus**
- **24/24 heures 7/7 jours**

NOS SERVICES

- Services de préposés(es) aux bénéficiaires
- Aide au bain et à l'hygiène
- Aide suite à une hospitalisation, chirurgie
- Soins palliatifs
- Soins aux personnes atteintes d'Alzheimer, Parkinson ou autres
- Aide à la prise de médicaments
- Service de répit à domicile pour aidant naturel
- Aide à l'entretien ménager
- Aide aux repas, lessive etc

Parce que nous sommes conscient que chacun a des besoins différents c'est pourquoi nous avons des horaires flexibles afin de vous accommoder, que ce soit pour des services journaliers ou hebdomadaires.

«Nous sommes là pour vous ! »

514 649-1121 Nous pouvons vous aider.

Depuis le début de la pandémie, Rosemère se réinvente constamment afin d'offrir des services de première nécessité pour l'ensemble de sa population, mais en particulier pour les plus vulnérables.

N'hésitez pas à communiquer avec nous afin de profiter de ces services gratuits :

- Appels de l'amitié pour briser l'isolement
- Service de livraison d'épicerie, pharmacie ou autre
- Plusieurs activités de loisirs en ligne

Services communautaires et loisirs | 450 621-3500 poste 7380

CHEZ



Jean Coutu

ON PREND SOIN
DE NOS AÎNÉS

10%

DE RABAIS

(65 ans et plus)**



*Voir conditions en magasin **Sauf pour Jean-Coutu Mirabel dès 60 ans.



MIRABEL
Martin Goyer,
pharmacien
13400, boul. Curé-Labelle
450 971-5145

ROSEMÈRE
Jacques Bouillon,
pharmacien
253B, boul. Curé-Labelle
450 437-9151

SAINTÉ-THÉRÈSE
Maxime Chadi,
pharmacien
232, rue Saint-Charles
450 437-5511

SAINTÉ-THÉRÈSE
Christian Chadi,
pharmacien
95, boul. Curé-Labelle
450 437-5555

AUDIOPROTHÈSE MORENCY: UNE ÉQUIPE DÉDIÉE À VOTRE BIEN-ÊTRE AUDITIF

Difficile de suivre une conversation téléphonique ou une visioconférence quand on n'entend pas bien. Pour certaines personnes souffrant de perte auditive, le confinement et la distanciation sociale sont venus accentuer un sentiment d'isolement déjà présent. Or, avec le port d'appareils auditifs, il est possible de jouir d'une meilleure qualité auditive, ceci avec confort et discrétion, selon vos besoins, confirme Josée Morency, audioprothésiste propriétaire de la clinique Audioprothèse Morency, à Blainville.

La clinique suit avec diligence les directives de la santé publique et adhère à des standards sanitaires élevés. Toutes les précautions sont prises afin d'assurer la santé et la sécurité de chacun, car si l'équipe se soucie du bien-être auditif de sa clientèle, elle se soucie tout autant de sa santé globale.

SERVICES OFFERTS SUR RENDEZ-VOUS

La perte auditive est invisible et s'installe

progressivement, n'attendez pas pour consulter. Audioprothèse Morency offre des services complets pour la correction et l'évaluation de l'audition: test de dépistage, prothèses auditives, réparation, ajustement, piles, etc. De plus, la clinique suit de près les avancées technologiques et offre une foule d'options et accessoires pouvant améliorer votre qualité de vie au quotidien (ex. appareils rechargeables, connectivité sans fil, etc.). Que ce soit une baisse auditive, des acouphènes ou des doutes sur l'intégrité de votre audition ou du traitement auditif, un service d'audiologie privé est disponible pour une évaluation complète par un audiologiste. Ces services sont offerts pour les enfants dès 4 ans et la clientèle adulte.

Au plaisir de vous accueillir, sur rendez-vous, du lundi au jeudi de 9 h 30 à 17 h.

Audioprothèse Morency
www.audioprothesemorency.com
450 818-8789



Pour certaines personnes souffrant de perte auditive, les défis posés par le confinement et la distanciation sociale ont accentué un sentiment d'isolement.

AUDIOPROTHÈSE Morency
(450) 818-8789
Clinique Blainville - 519 boul. Curé-Labelle

**DÉPISTAGE SANS FRAIS
SUR RENDEZ-VOUS**

avant le 31 mars, 2021



Josée Morency
Audioprothésiste



**ENTENDRE POUR
RESTER CONNECTÉ**

ACTIMED: PAS À PAS AVEC VOUS

Établi à Blainville depuis 2012, le laboratoire orthopédique Actimed offre des solutions sur mesure à qui a besoin d'orthèses, de vêtements de compression pour le traitement du lymphœdème, d'aides à la marche et à la mobilité, d'aides à la vie quotidienne ou de chaussures. Son but: vous accompagner vers la guérison et vous aider à demeurer actif.

La propriétaire, Naïla Nehme, accorde une grande importance à la qualité du service offert et au bien-être de ses clients. Une vision qu'elle partage avec son père, Fady Nehme, président-fondateur de la bannière Actimed, et qui est sans contredit à l'origine du succès de l'entreprise, qui célèbre cette année son 25e anniversaire.

À Blainville, vous pouvez compter sur l'expertise de trois orthésistes-prothésistes qui vous conseilleront en fonction de vos besoins. Le laboratoire dispose d'une grande sélection d'orthèses préfabriquées (pied et cheville, genou, tronc, coude, cou, main, poignet, etc.) et d'orthèses sur mesure (y compris des orthèses plantaires).

«Nous travaillons en multidisciplinarité avec les médecins et les physiothérapeutes, ce qui nous permet d'obtenir un bon taux de succès», souligne Naïla Nehme. L'emplacement du laboratoire, dans les locaux attenants à la Clinique médicale Blainville, est en ce sens un net avantage.

À noter que les services d'Actimed sont considérés comme essentiels. Prenez rendez-vous dès maintenant!

Actimed
actimed.ca
450 434-8777



Naïla Nehme, propriétaire du laboratoire orthopédique Actimed à Blainville.

Conservez
ce cahier,
il vous
sera utile!

avec vous, pour vous
Service gratuit et confidentiel

Ce service permet de:

- Informer les aînés sur les services existants
- Favoriser le maintien à domicile des aînés
- Prévenir et dépister la maltraitance

Centre d'Action Bénévole Solange-Beauchamp
450 430-5056 poste: 225 • info@cabsb.org
www.cab-solange-beauchamp.com

Avec vous depuis 25 ans!

- Orthèses plantaires
- Orthèses pour tout le corps
- Chaussures orthopédiques
- Vêtements compressifs
- Compression pour lymphœdème
- Prothèses post-mastectomie

- Aides à la marche
- Aides à la vie quotidienne
- Coussins et sièges
- Réadaptation
- Aides pour salle de bain

PRODUITS REMBOURSÉS PAR LES ASSURANCES

Nous sommes situés dans la Clinique médicale de Blainville
519, boul. Curé-Labelle, bureau 100, Blainville J7C 2H6 450 434-8777 | www.actimed.ca

MARIO LAFRAMBOISE
Député de Blainville
☎ 450 430-8086
✉ mario.laframboise.BLA1@assnat.qc.ca

LUCIE LECOURS
Députée de Les Plaines
☎ 450 838-7493
✉ lucie.lecours.LPLA@assnat.qc.ca

ERIC GIRARD
Député de Groulx, Ministre des Finances
☎ 450 430-7890
✉ eric.girard.GROU@assnat.qc.ca

À VOUS QUI FAITES
D'ÉNORMES SACRIFICES,
**VOTRE COLLABORATION
ET VOS EFFORTS FONT
TOUTE LA DIFFÉRENCE.**

Merci!

3 CONSEILS POUR APPRIVOISER LA SOLITUDE SI VOUS ÊTES UN ÂÎNÉ À MOBILITÉ RÉDUITE

Vous vivez en solo et une maladie ou une blessure récente affecte votre mobilité et vous contraind à réduire vos déplacements? Vous risquez, par la force des choses, de passer plus de temps en tête à tête avec vous-même... Or, « être seul » ne rime pas forcément avec « se sentir seul ». Voici quelques conseils pour apprivoiser la situation.

1. MAINTENEZ LE CONTACT AVEC VOS PROCHES

Ne confondez pas solitude et isolement : devoir rester à la maison plus souvent ne signifie pas que vous devez vous couper des gens que vous aimez. Le téléphone, les réseaux sociaux, les courriels et, mieux encore, les vidéoconférences sont autant de moyens de communication à votre disposition pour rompre la solitude.

2. ADONNEZ-VOUS À VOS PASSIONS

Vous avez toujours aimé lire, peindre, faire des mots croisés, tricoter, regarder des émissions culinaires...? Au lieu de considérer vos moments en solitaire comme une corvée, voyez-les

comme une formidable occasion de donner libre cours aux passions que vous avez trop souvent négligées.

3. ADOPTEZ UN ANIMAL DE COMPAGNIE

Les animaux sont les parfaits compagnons pour mieux vivre la solitude : leur présence égaye, réconforte et sécurise, notamment. Confidants bienveillants, ils permettent en outre de donner et de recevoir de l'affection. Veiller sur un animal est aussi idéal pour se sentir utile. Optez de préférence pour un animal facile d'entretien et qui ne nécessite pas de sortir pour se dégourdir les pattes!

Enfin, selon la façon dont vous envisagez la solitude, celle-ci peut se révéler positive et vous permettre de faire le point, par exemple. Allez-y un jour à la fois et, au besoin, écrivez ce que vous ressentez pour vous libérer de vos émotions négatives.



Nadège Maignan est technicienne en loisirs au complexe pour retraités L'Orée du Faubourg.

L'ORÉE DU FAUBOURG: C'EST AUSSI ÇA PROFITER DE LA VIE!

La pandémie nous a obligés à revoir nos habitudes de bien des façons, mais elle n'a rien enlevé à l'esprit de communauté qui anime le complexe pour retraités L'Orée du Faubourg, à Boisbriand. Chaque semaine, de multiples activités y sont proposées, au grand bonheur des résidents!

À défaut de pouvoir se rassembler, ceux-ci ont accès à même leur téléviseur à un calendrier de cours et d'activités bien garni. En matinée, on mise sur l'activité physique avec des cours de danse en ligne, de yoga et de sikana, adaptés tant pour la clientèle autonome que semi-autonome. Puis, en après-midi, on s'exerce l'esprit avec des énigmes, des jeux de mémoire, du bingo. À la fin de la semaine, on propose même des concerts et des spectacles d'humour. L'objectif? Divertir les résidents, tout en les encourageant à demeurer actifs physiquement et mentalement.

La technicienne en loisirs, Nadège Maignan, admet que le contexte actuel ajoute au défi, mais la forte participation des résidents est une grande source de motivation. En attendant le retour des soupers des fêtes, des soirées thématiques, des rassemblements improvisés et des cours en présentiel, il faut bien continuer à s'amuser et à profiter de la vie!

Pour en savoir plus sur le complexe L'Orée du Faubourg, communiquez avec la conseillère au service à la clientèle, Marie-Josée Leboeuf, au 450 435-4555 poste 2230. Des studios 1 1/2 et des appartements de type 2 1/2, 3 1/2 et 4 1/2 sont disponibles!

L'Orée du Faubourg
www.loreedufaubourg.com
450 435-4555



Le plus important, c'est de profiter de la vie ! Notre environnement chaleureux et invitant vous enchantera.

450 435-4555 | loreedufaubourg.com

1000, rue des Francs-Bourgeois, Boisbriand, QC J7H 0G5





NOS AINÉS...

MOTEUR

de nos communautés

PRÉARRANGEMENTS FUNÉRAIRES: UNE DÉCISION PRISE EN TOUTE SÉRÉNITÉ

Il n'est jamais trop tôt, ou trop tard, pour planifier ses funérailles. Le contrat de préarrangements funéraires vous permet de formuler clairement vos volontés, mais surtout il évite à vos proches d'avoir à prendre, à la hâte, des décisions difficiles et émotives.

Les conseillers des Résidences Funéraires Goyer vous accueillent avec respect et ouverture afin que vous puissiez faire vos choix en toute sérénité. Le fait d'opter pour des préarrangements funéraires vous permet, en effet, d'exprimer à l'avance vos préférences et de

planifier tous les détails de vos funérailles. Vous libérez, du même coup, votre famille de nombreux tracas administratifs, ce qui n'est pas à négliger lorsqu'on sait à quel point un deuil peut être éprouvant.

Vous aimeriez avoir davantage d'informations sur ce service? Les conseillers des Résidences funéraires Goyer se feront un plaisir de répondre à vos questions. Ceux-ci sont d'ailleurs disponibles sur rendez-vous, sept jours sur sept, à votre convenance.

DES SERVICES FUNÉRAIRES COMPLETS

Les Résidences funéraires Goyer offrent des services funéraires complets allant de la simple crémation jusqu'aux funérailles traditionnelles élaborées. Quelles que soient vos volontés, l'équipe de professionnels saura vous soutenir et vous accompagner dans l'élaboration d'un rituel personnalisé et symbolique pour vous et votre famille.

Fondée à Saint-Eustache, en 1969, l'entreprise familiale compte aujourd'hui

sept succursales, y compris le complexe du boulevard Arthur-Sauvé, qui comprend l'accès à un columbarium, une chapelle, des salles commémoratives et des salles de réception.

Fait à noter, Jonathan Goyer, 3^e génération, a été nommé, en septembre 2018, à la tête de la Corporation des thanatologues du Québec, ce qui témoigne bien de son engagement à l'égard des familles et de la population en général.

 **www.residencegoyer.com**
450 473-5934



Éternellement.

Les Résidences funéraires Goyer, c'est une histoire de famille. Une histoire de fierté, d'implication et de passion qui se poursuit depuis trois générations.

DEPUIS CINQUANTE ANS, L'ENTREPRISE A TOUJOURS LA MÊME APPROCHE PROFONDEMENT HUMAINE: VOUS CONSEILLER ET VOUS SOUTENIR, DANS LE RESPECT, L'ÉCOUTE ET LA CONFIANCE.

Pour connaître les avantages de notre programme de pré-arrangements ou pour rencontrer l'un de nos conseillers, communiquez avec nous.

residencegoyer.com
105, boulevard Desjardins Est.
450 473-5934



**POUR SE RASSEMBLER,
SE RECUEILLIR ET SE SOUVENIR.**



La rééducation périnéale et pelvienne en physiothérapie

Une solution pour l'incontinence urinaire chez les aînés

Vous souffrez de fuites urinaires qui gênent vos activités quotidiennes? Vous avez des envies pressantes difficiles à retenir? Vous évitez de faire certaines activités de peur d'avoir des fuites? Vous pensez qu'à votre âge, il n'y a pas grand-chose à faire?... L'incontinence chez la personne âgée n'est pas associée au vieillissement normal. Prenez en main votre santé et améliorez votre qualité de vie, une solution existe!

La rééducation périnéale et pelvienne est un domaine de la physiothérapie reconnu visant à rééduquer les muscles du plancher pelvien, qui sont essentiels pour assurer la continence et limiter les inconforts reliés aux prolapsus. Ces muscles, lorsqu'ils sont plus faibles, peuvent être entraînés avec succès pour redevenir efficaces, comme c'est le cas pour les autres muscles du corps.

La clinique de physiothérapie sportive Boisbriand compte parmi son équipe Virginie Lamarche, une physiothérapeute d'expérience complétant sa formation post-graduée au sein du microprogramme en rééducation périnéale et pelvienne de l'Université de Montréal.

Madame Lamarche est en mesure d'évaluer et de traiter les femmes souffrant de problématiques secondaires à une dysfonction des muscles du plancher pelvien comme l'incontinence urinaire à l'effort et d'urgence, les envies pressantes et les descentes d'organes. La prise en charge en physiothérapie peut inclure, selon vos besoins :

- L'éducation sur le rôle des muscles du plancher pelvien afin de bien comprendre la problématique et le traitement proposé
- La modification des habitudes de vie favorisant l'incontinence urinaire
- Un programme d'exercices adapté
- Des techniques manuelles de renforcement, de relâchement, de facilitation
- Modalités telles que biofeedback et électrostimulation

Une approche reconnue

Les recherches ont démontré que les exercices du plancher pelvien sont plus efficaces lorsque supervisés par une thérapeute qualifiée que lorsque faits seuls. N'attendez pas que votre problématique se détériore davantage et consultez dès maintenant une professionnelle qui saura vous aider à retrouver votre qualité de vie.

L'équipe de la clinique Physiothérapie médecine sportive Boisbriand vous invite à la contacter : « Nous saurons faire une différence dans votre qualité de vie. Au plaisir de vous voir! »

- Incontinence urinaire
- Descentes d'organes
- Envies pressantes
- Grossesse et post-partum
- Constipation chronique
- Personnes âgées

La prise en charge en physiothérapie inclut :

- Éducation dans le but de comprendre la problématique
- Conseil pour modifier les habitudes de vie
- Rééducation des muscles périnéaux.

450 430-4459 **www.physioboisbriand.com**
2258, boul. du Faubourg
(en bordure de la 640 au Faubourg Boisbriand)



LE 15 LESAGE
RÉSIDENCE PRIVÉE
POUR ÂÎNÉS



APPARTEMENTS CONFORTABLES & MODERNES

GRANDEURS ALLAND DE 2^{1/2} à 4^{1/2},

très bien éclairés, plafonds de 10 pi (rdc), stationnement intérieur, casiers de rangement et plus encore

**CHEZ NOUS
VOUS NE SEREZ
PLUS JAMAIS SEUL**

VOTRE SÉCURITÉ: NOTRE PRIORITÉ

Personnel de soins 24 heures, 7 jours sur 7

CRÉATEUR DE VIE HEUREUSE

MENUS ÉQUILIBRÉS & VARIÉS

Nombre de repas en salle à manger à votre choix, servis à votre table

LE 15 LESAGE
UNE ENTREPRISE D'ICI

AIRES COMMUNES POUR TOUS LES GOÛTS

Salle d'animation, salle de billard, piscine, dépanneur, salle d'exercice, salle de cinéma, sauna, bistro, bain à remous, salon de coiffure & plus encore

15, rue Lesage, Ste-thérèse
450.420.2139

FÉVRIER 2021 OU JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS

851857_74134_1

Nectarines

Pêches

Produit importé
catégorie no 1

Très
sucrées

1 99\$

lb
4,38\$ / kg

Prunes rouges

ou noires

Produit des É.-U.
catégorie no 1

1 99\$

lb
4,38\$ / kg

2/3\$

Concombre
anglais

Produit importé
catégorie no 1

99¢

ch.

Mini carottes

Produit importé
catégorie no 1

340 g

99¢

ch.

Patates sucrées

Produit importé
catégorie no 1

99¢

lb
2,18\$ / kg



DI: 9 H À 19 H 30 • SAMEDI ET DIMANCHE: 9 H À 18 H

Charcuterie

Jambon blanc
à l'érable
Chef Georges

219\$ 100g
21,90 \$ kg

Poitrine de dinde
cajun
Schneiders

189\$ 100g
18,90 \$ kg

Capicola
extra fort
Schneiders

149\$ 100g
14,90 \$ kg

Salami
Olymel

110\$ 100g
10,00 \$ kg

Pastrami

149\$ 100g
14,90 \$ kg

Pizza aux tomates
et olives

2/5\$ le quart

Fromage

Fromage rapé
Armstrong
500g

799\$ ch.

P'tit Québec
270g

349\$ ch.

Gouda fumé
Frico

229\$ 100g
22,90 \$ kg

Maasdam
Frico

199\$ 100g
19,90 \$ kg

Brie canadien
Emma

199\$ 100g
19,90 \$ kg

Edam

149\$ 100g
14,90 \$ kg

Épicerie

Ailes de poulet
Schneiders
750g

899\$ ch.

Hummus
cocktail
Fontaine Santé
227g

2/5\$

Tortillas
La Triguena
340 - 400 g

299\$ ch.

Salade en vrac
Chou, macaroni ou
patates

49¢ 100g
4,90 \$ kg

Salsa
God
354 ml

399\$ ch.

Pain panini
Oze Délices

2/5\$

Jus Del Monte
1,6 L

249\$ ch.

Guacamole
Calavo

2/5\$

Jalapeno
tranchés
Meze 370 ml

199\$ ch.

Sauce à l'ail
Amir 350 ml

499\$ ch.

Croustilles
de maïs
Fresh is Best

399\$ ch.

Noix et
fruits
séchés

Raisins
Sultana
240g

199\$ ch.

Arachides BBQ
et arachides
salées
300 g

199\$ ch.

Mélange à
salade deluxe
240 g

499\$ ch.

Cajou BBQ
230 g

449\$ ch.

Kiwis tranchés
150 g

249\$ ch.

Avis aux commerçants!

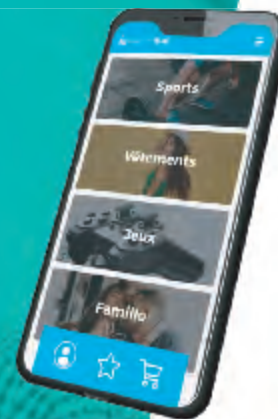
jytrouve tout

La nouvelle référence pour l'achat local en ligne

Vous êtes commerçants et vous aimeriez faire de la vente en ligne et vous ne savez pas par où commencer?

Nous avons la solution pour vous. Contactez-nous!

Clémence Leblanc, conseillère 450 435-0336, poste 329



NORDINFO



jytrouve tout.ca

860492 49998 2

JEUX

Le MOT-MYSTÈRE de chez nous NO 1250

Lorsque tous les mots ci-dessous auront servi pour encercler ces lettres, il ne vous restera que les lettres servant à révéler le mot-mystère.

10 LETTRES CACHÉES

THÈME: Les patinoires

A activité adultes aiguiseur aime amateur ambiance	ar arène artificielle	D durée	est estrade état extérieur	G gelé gratuit groupe	I intérieur
B bande	E enfants entrée entretien	F fondre froid	H hiver	L ligne louer	N neige nettoyer
C cours	O ouverture	P parc patin patinage période prête	S saison siège soin soirée	T tarif tour trou	V vestiaire vie vitrer

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

RÉPONSE DU PROBLÈME PRÉCÉDENT NO 1249: **TEMPÊTE**

On peut se procurer les fascicules du MOT-MYSTÈRE et des ENTRE-CROISÉS dans tous les bons kiosques de la région.

PROFESSIONNELS

À VOTRE SERVICE

Plus de 15 années d'expérience au service des gens!

514-237-3155

Jean-Denis Giguère

Conseiller en sécurité financière, représentant autonome et représentant de courtier en épargne collective rattaché à MICA Capital inc.

149, rue Saint-Eustache, suite 104, Saint-Eustache
Québec J7R 2L6
Fax: 1-888-414-6772

www.solutionsfinancieresjdg.com

759735_6994A_2

MICA

Sudoku

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

RÈGLES DU JEU:

Vous devez remplir toutes les cases vides en plaçant les chiffres 1 à 9 une seule fois par ligne, une seule fois par colonne et une seule fois par boîte de 9 cases.

Chaque boîte de 9 cases est marquée d'un trait plus foncé. Vous avez déjà quelques chiffres par boîte pour vous aider. **Ne pas oublier: vous ne devez jamais répéter plus d'une fois les chiffres 1 à 9 dans la même ligne, la même colonne et la même boîte de 9 cases.**

RÉPONSE

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



**Plus que jamais,
les gestes simples
sont notre meilleure
protection pour
lutter contre le virus.**

- * Maintenons la distanciation physique
- * Portons le masque
- * Lavons-nous les mains régulièrement
- * Évitions les déplacements et les voyages non essentiels
- * En cas de symptômes, passons le test rapidement
- * Respectons les consignes d'isolement

On continue de bien se protéger.

Québec.ca/coronavirus

 **1 877 644-4545**

Votre 
gouvernement

Québec 



LE MOT DU COACH SI BRUCE LE DIT!

Bruce Richardson



ENVIRONNEMENTS PROTÉGÉS: UN QUATRIÈME ÉVÉNEMENT CONFIRMÉ

Nous avons disputé deux matchs importants au sein de l'environnement protégé de Drummondville; au Centre Marcel-Dionne. La première rencontre, celle contre les Huskies de Rouyn-Noranda, est à oublier, tout simplement. Nous avons bien débuté, mais le tout s'est gâté par la suite. Nos jeunes n'ont pas performé selon l'identité de l'Armada et le duel s'est terminé au compte de 6-5, en faveur de nos adversaires.

La partie du lendemain fut meilleure, du point de vue des performances et du résultat. Une réunion fut organisée avec les joueurs, afin de se recentrer et peaufiner des détails importants. Les gars se sont levés et ont fait preuve de plus de caractère et d'acharnement. Nous avons remporté le match de dimanche, contre le Phoenix de Sherbrooke, par la marque de 3-2.

L'Armada restera au sein de ce même environnement protégé au cours de la semaine, pour jouer d'autres parties prévues. La Ligue de hockey junior majeur du Québec (LHJM) a annoncé que les villes de Québec, Shawinigan et Victoriaville accueilleraient des événements d'environnement protégé, du 12 au 18 février. De notre côté, nous répondrons «présents» au Centre Vidéotron, dans la Capitale nationale, avec cinq autres formations du circuit.

Cela dit, le défenseur Brayden Schmitt a été sélectionné à titre de joueur étudiant du mois de janvier. Il est très mature pour son âge et à son affaire. Étant originaire des Maritimes, il relève très bien le défi de faire ses études à distance. Nous sommes très heureux de compter sur Brayden au sein de notre brigade défensive. C'est un jeune dédié, déterminé et persévérant, qui connaît beaucoup de succès et qui contribue à l'effort collectif.

Pour plus d'informations concernant l'équipe et pour des mises à jour concernant la situation actuelle, j'invite les partisans sur notre site officiel, au [www.armadahockey.ca]. Vous pouvez également visiter notre page Facebook, ainsi que notre boutique en ligne.



866385_40434_2

AVIS PUBLIC

ENTRÉE EN VIGUEUR

AVIS PUBLIC est, par les présentes, donné que le règlement suivant :

RÈGLEMENT 1626 DÉCRÉTANT L'EXÉCUTION DES TRAVAUX DE STABILISATION DE TALUS – RUISSEAU LOCKHEAD, D'AJOUT DE TÉLÉMÉTRIE AUX POSTES DE POMPAGE SANITAIRES ET PLUVIAUX, DE MISE AUX NORMES DES POSTES DE POMPAGE POINT-ZÉRO ET JEAN-PAUL-RIOPEL, DE REMPLACEMENT DU DÉBITMÈTRE SUR LE BOULEVARD D'ANNECY ET L'ACQUISITION D'UNE NOUVELLE POMPE POUR LE POSTE DE POMPAGE SEIGNEURIE OUEST, ET UN EMPRUNT DE 1 080 000 \$ À CES FINS

a été adopté par le conseil **le 13 octobre 2020**, qu'il a été soumis à la procédure d'enregistrement des personnes habiles à voter **du 21 octobre au 5 novembre 2020** et qu'il a été approuvé par le ministre des Affaires municipales et de l'Habitation **le 22 janvier 2021**.

Ledit règlement est actuellement déposé au bureau du greffe, où toute personne intéressée peut en prendre connaissance aux heures de bureau.

Ce règlement entre en vigueur conformément à la loi.

Donné à Blainville,
ce 2 février 2021.

PATRICK ST-AMOUR, avocat
Greffier

FAIRE L'ÉPICERIE OU PAYER L'HYDRO

PERSONNE NE DEVRAIT AVOIR À CHOISIR.



FACE AUX ENJEUX LOCAUX,
NE SOYONS
#JamaisIndifférents





SAINTÉ-THÉRÈSE
Ville d'arts, de culture et de savoir

Appel d'offres - Ville de Sainte-Thérèse

Contrat 2021-24 – Travaux de construction d'un abri pour pierre abrasive aux ateliers municipaux

La Ville de Sainte-Thérèse demande des soumissions pour des travaux de construction d'un abri pour pierre abrasive aux ateliers municipaux.

De façon générale, les travaux comprennent, sans s'y limiter :

▪ Fondations en béton	57 m³ approx.
▪ Armature	4 600 kg approx.
▪ Structure d'acier	9 500 kg approx.
▪ Poutrelles	2 100 kg approx.
▪ Revêtement métallique	420 m² approx.
▪ Toiture	203 m² approx.

DOCUMENTATION DISPONIBLE
Les personnes ou entreprises intéressées par ce contrat peuvent se procurer les documents en communiquant avec le service à la clientèle du «Système électronique d'appel d'offres «SEAO» au 514 856-6600 (région de Montréal) ou au 1-866-669-7326 ou en consultant le site Internet www.seao.ca en stipulant le numéro de référence **1446421**. L'obtention des documents est sujette à la tarification établie par SEAO.

Si des renseignements sur l'interprétation des documents d'appels d'offres sont nécessaires, veuillez vous adresser à M. Robert Asselin, directeur général adjoint, division des services techniques, au numéro suivant : 450 434-1440, poste 2230.

RÉCEPTION DES DOCUMENTS
Chaque soumission doit être placée dans une enveloppe cachetée portant la mention :

Ville de Sainte-Thérèse
Hôtel de ville
6, rue de l'Église
Sainte-Thérèse (Québec) J7E 3L1

L'enveloppe de retour doit être clairement identifiée au numéro de contrat du présent appel d'offres, dans le coin inférieur gauche, et le nom de l'entreprise qui la dépose et son adresse légale dans le coin supérieur gauche.

Les enveloppes seront reçues **avant 11h00, le jeudi 4 mars 2021** et seront ouvertes publiquement, le même jour aussitôt que possible après l'heure limite, en la salle du conseil municipal, 6, rue de l'Église, Sainte-Thérèse (Québec) J7E 3L1.

Dans l'éventualité où l'ouverture des soumissions du présent contrat ne serait pas effectuée en présence du public afin de respecter les consignes de distanciation physique émises par le gouvernement à cause de la pandémie de COVID-19, celle-ci serait filmée avec la présence de témoins identifiés par la Ville. La captation vidéo serait ensuite déposée sur le site du SEAO par la Ville de Sainte-Thérèse, via le nouveau type d'addenda permettant le dépôt des captations vidéo des séances. Cette captation vidéo serait accessible gratuitement pour tous, et ce, dans un délai maximum de quatre jours suite à l'ouverture des soumissions.

ADMISSIBILITÉ
Seules sont considérées aux fins d'octroi du contrat, les soumissions des entrepreneurs et des fournisseurs, en outre de ceux ayant un établissement au Québec et qui sont détenteurs d'une licence de la Régie des entreprises en construction du Québec, qui ont un établissement dans une province ou un territoire visé par un accord intergouvernemental de libéralisation des marchés applicables à la Ville de Sainte-Thérèse.

Chaque soumission devra être accompagnée du formulaire intitulé «**Déclaration du soumissionnaire**» inclus dans les documents d'appel d'offres, également disponible sur le site internet de la Ville de Sainte-Thérèse www.sainte-therese.ca, sous la rubrique «**Ville / Faire affaire avec la Ville**» et émanant de la politique de gestion contractuelle de la Ville de Sainte-Thérèse adoptée sous l'autorité du règlement numéro 1290 N.S., également disponible sur le site internet précité.

De plus, la Ville de Sainte-Thérèse s'est dotée d'une procédure portant sur la réception et l'examen des plaintes formulées dans le cadre de l'adjudication d'un contrat à la suite d'une demande de soumissions publique ou de l'attribution d'un contrat de gré à gré avec un fournisseur unique, comportant une dépense égale ou supérieure au seuil minimal de demande de soumissions publique. La politique portant sur cette procédure est également disponible sur le site internet de la Ville.

GARANTIE DE SOUMISSION
Chaque soumission devra être accompagnée d'un chèque visé tiré d'une banque à charte du Canada, payable à la Ville de Sainte-Thérèse, d'un montant d'au moins dix pour cent (10 %) du prix total de la soumission, ou d'un cautionnement de garantie égal au même montant, valide pour une période de 90 jours.

Chaque soumission devra être accompagnée d'une lettre d'une compagnie d'assurances certifiant qu'elle émettra un cautionnement d'exécution, et un cautionnement pour gages et matériaux, chacun d'une valeur de 50 % du montant de la soumission.

La Ville de Sainte-Thérèse ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues sans encourir aucune obligation, ni aucuns frais d'aucune sorte envers le ou les soumissionnaires.

DONNÉ À SAINTÉ-THÉRÈSE, ce 3 février 2021

Avis numéro : C-2021-24

Sylvie Trahan, avocate, OMA
Greffière et directrice des services juridiques

866548_40439_2

AVIS: veuillez prendre note que la publication gratuite de messages dans l'agenda communautaire est réservée aux organismes sans but lucratif (maximum de 50 mots). Préparez votre communiqué et envoyez-le à l'adresse suivante: gblais@groupejcl.ca avant le lundi, à midi. Version intégrale publiée au www.nordinfo.com, section «SOCIÉTÉ».

La rédaction

CHEVALIERS DE COLOMB

Le lundi 18 janvier dernier en après-midi, le Sire Chevalier Raymond Brault et son épouse, domiciliés sur la rue des



Crématel
Simplement la CRÉMATION^{MD}

- Sans embaumement
- Sans cercueil • Sans exposition

**Transport du corps
directement au crématorium**

Saint-Jérôme
283, rue Labelle
450 431-7700

Sans frais: 1 888 510-1112
www.crematel.com

Bungalows à Laval, perdaient tout ce qu'ils possédaient dans l'incendie de leur demeure; effets personnels, souvenirs et tout le reste. Heureusement, aucun des deux n'était présent lors du début du brasier, mais malheureusement leur chien a péri dans l'incendie. Mercredi, en début d'après-midi, ses confrères des Chevaliers de Colomb ont mis l'épaule à la roue. En moins de 48 heures, des collectes de fonds pour lui venir en aide furent organisées. Au 4^e degré, les Sires Chevaliers de son assemblée (Curé Labelle) lui ont fait un don de 500 \$ et les neuf autres assemblées du district 6 ont amassé 1 300 \$ pour un total de 1 800 \$ (d'autres montants sont encore à venir). Au 3^e degré les Frères Chevaliers de son Conseil lui ont également remis un chèque 1 000 \$ et le directeur régional de la région 16 a lui aussi parti une collecte de fonds dont les montants sont à venir. Ce sont des gestes



REMERCIEMENTS
au Sacré-Cœur pour
faveur obtenue
Que le Sacré-Cœur de Jésus soit loué, adoré et glorifié à travers le monde pour des siècles et des siècles. Amen.

Dites cette prière six fois par jour pendant neuf jours et vos prières seront exaucées, même si cela semble impossible. N'oubliez pas de remercier le Sacré-Cœur avec promesse de publication quand la faveur sera obtenue.

M.G.

comme ceux-là qui font foi de la volonté de notre Bienheureux fondateur l'abbé Michael J. McGivney. La remise des chèques a eu lieu le samedi 23 janvier, devant la maison incendiée.

LIGUE DE BALLE DONNÉE DE ROSEMÈRE

Ligue amicale, âges et calibres très variés, recrute de nouveaux joueurs pour la saison 2021. Matches joués le dimanche soir au parc Bourbonnière. Renseignements: Louis au 514 894-4967.

LES JOYEUX AÎNÉ(E)S THÉRÉSIENS

Puisque la pandémie bat toujours son plein, nos activités en présentiel sont malheureusement toujours suspendues. Nous devons continuer à suivre les consignes de la santé publique, et nous adapter tant bien que mal à cette situation et nous réinventer à chaque jour et tenter de nous trouver des occupations. Pour ceux qui ont la chance de posséder des ordinateurs, des iPad ou des tablettes, plusieurs activités vous sont offertes via la FADOQ Laurentides. Pour les autres, il faut continuer à chercher des moyens de se distraire et de se tenir en santé. Nous continuerons de vous tenir au courant de l'évolution de la situation, en espérant pouvoir reprendre certaines activités en septembre. Gardons le moral...

ATELIERS INFORMATIQUES LES JOYEUX AÎNÉS THÉRÉSIENS (FADOQ)

Nouveau: des ateliers informatiques virtuels sont disponibles. Pour les iPads et iPhone Apple: «Photo – iPad», «Appareil – Photos», «Initiation iPad» et «Internet – Safari». Pour les tablettes et téléphones Android: «Google Photos». Vous pouvez vous inscrire en téléphonant au 1 877 429-5858, poste 459 ou en ligne à www.fadoqst.com/ate-liers.html. Veuillez laisser vos coordonnées et un bref message, puis un formateur communiquera avec vous.

CERCLE D'AIDE À LA VIE

Conférence téléphonique d'information sur l'aide et la guérison par voie spirituelle selon l'enseignement de Bruno Gröning. Un chemin vers la santé du corps et de l'âme. «Aie confiance et crois. La force divine aide et guérit», Bruno Gröning. Renseignements: Josée Ginguas au 450 437-9695.



AVIS PUBLIC
APPROBATION ET ENTRÉE
EN VIGUEUR
RÈGLEMENT RV-1694

AVIS PUBLIC est donné aux personnes intéressées que :

Le conseil municipal de la Ville de Boisbriand a adopté le règlement suivant lors d'une séance tenue le 7 décembre 2020, à savoir :

RÈGLEMENT RV-1694 DÉCRÉTANT DES TRAVAUX DE RÉFECTION DU COLLECTEUR SANITAIRE DU BOULEVARD DE LA GRANDE-ALLÉE ET UN EMPRUNT À CETTE FIN

Le règlement décrète divers travaux de réfection du collecteur sanitaire du boulevard de la Grande-Allée, entre le chemin de la Côte Sud et l'avenue Bourassa et un emprunt de 10 160 000 \$ est autorisé pour le financement du projet. L'emprunt est remboursé sur un terme total de 20 ans par une taxe spéciale à l'ensemble des immeubles imposables de la municipalité

Le règlement a reçu l'approbation de la ministre des Affaires municipales et de l'Habitation le 26 janvier 2021.

CONSULTATION ET ENTRÉE EN VIGUEUR

Toute personne intéressée peut consulter le règlement indiqué dans cet avis, au Service juridique de la Ville de Boisbriand, hôtel de ville, 940, boulevard de la Grande-Allée, bureau 120, durant les heures régulières de bureau en prenant un rendez-vous au préalable au 450-435-1954 poste 225 et sur le site Internet de la Ville au www.boisbriand.ca.

PRENEZ EN OUTRE AVIS que le règlement indiqué dans cet avis entre en vigueur conformément à la loi.

Boisbriand, ce 28 janvier 2021.

La greffière,
Me JOHANE DUCHARME, OMA
2021.09

866523_40435_2

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

Cette opposition ou intervention doit être accompagnée d'une preuve attestant de son envoi au demandeur ou à son procureur, par courrier recommandé ou certifié ou par signification à 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
9358-0272 Québec inc. (Microbrasserie Le Fermentor)	Demande d'un permis d'entrepôt (bière) aux fins de l'agent.	49, rue Émilien-Marcoux Local 103 Blainville (Québec) J7C 0B4
A/S M. Patrick Martin 355, boulevard de l'Ange Gardien L'Assomption (Québec) J5W 1S4		
Dossier : 55-30-2602		

866443_62546_2





VILLE DE BLAINVILLE
Demande de soumissions 7210-2020-042/P
AVIS PUBLIC
RUISSEAU 6200 – TRAVAUX PRÉVENTIFS DE STABILISATION – PHASE 2
Services professionnels – INGÉNIERIE – Préparation des plans & devis et surveillance

Description des travaux

La Ville de Blainville désire parachever les travaux préventifs de stabilisation dans le ruisseau 6200 entamés en 2020. Elle recherche donc une firme de génie-conseil pour préparer les plans et devis et pour assurer la surveillance des travaux. Sans s'y limiter, les services offerts par l'Adjudicataire doivent couvrir toutes les activités suivantes :

- Préparation des plans et devis techniques des travaux d'enrochement (par d'autres);
- Préparation des plans et devis techniques pour la construction d'un sentier piétonnier d'environ 900 m (par d'autres);
- Préparation des plans et devis de végétalisation;
- Demande d'autorisation (MELCC, MPO);
- Préparation des documents d'appel d'offres complets;
- Surveillance de travaux (enrochement, sentier, végétalisation).

Des soumissions sous enveloppes scellées portant l'inscription « **Demande de soumissions pour services professionnels 7210-2020-042/P** », et adressées aux Services juridiques de la Ville de Blainville au 1000, chemin du Plan-Bouchard, Blainville (Québec) J7C 3S9, seront reçues jusqu'à **10 h, le 25 février 2021**. Les soumissions seront ouvertes le même jour à 10 h 1 ou aussitôt que possible après cette heure, à l'hôtel de Ville situé au 1000 chemin du Plan-Bouchard, Blainville (Québec). Pour toute demande de renseignements supplémentaires, veuillez communiquer avec Félix Paquin, ing., M. Ing. chargé de projets – Études, conception et supervision à felix.paquin@blainville.ca.

Ne seront considérées que les soumissions préparées sur les formulaires officiels de soumission fournis par la Ville de Blainville. On obtiendra ces formulaires et autres documents nécessaires à la préparation des soumissions en consultant le **Système Électronique d'Appel d'Offres** (www.seao.ca).

La Ville de Blainville ne s'engage à accepter ni la plus basse, ni aucune des soumissions reçues, ni à encourir aucune obligation, ni aucuns frais de quelque sorte, envers le ou les soumissionnaires.

Manon Lafontaine, avocate
Greffière adjointe

LES PETITES ANNONCES

Consultez
notre section

**Offres
d'emploi**

101

AVIS À NOS ANNONCEURS

L'article 242 de la Loi sur la protection du consommateur stipule que: «AUCUN COMMERÇANT NE PEUT, DANS UN MESSAGE PUBLICITAIRE, OMETTRE SON IDENTITÉ ET SA QUALITÉ DE COMMERÇANT.» Nos annonceurs se doivent de publier leurs annonces en conformité avec cette loi. Veuillez noter que la responsabilité des journaux L'ÉVEIL et NORD INFO se limite à une insertion d'une annonce erronée. Nous vous demandons de bien vérifier votre annonce dès la première parution.

PETITES ANNONCES

450

974-2244

**POUR AFFICHER UNE
OFFRE D'EMPLOI**

450

472-3440

POSTE 335

Par Internet à petitesannonces@groupejcl.ca

21 LOGEMENTS À LOUER

BLAINVILLE, quartier Chambéry: Grand 5 1/2 (Maison avec bachelors). 3 chambres. Garage. Non fumeur. Enquête. Pas d'animaux. Stationnement déneigé. A/C. Accès cour arrière. Possibilité 1er avril sinon Libre 1er juillet. Près services et autoroute. 1850\$. 514-836-4292.

STE-THERÈSE, 79 ST-JACQUES OUEST: 4 1/2, 3e étage Libre 1er février, 830\$, chauffé, 1 stationnement. 1 1/2 semi sous-sol. Libre 1er février 550\$ chauffé/éclairé, 1 stationnement. Service conciergerie. Buanderie au sous-sol. Enquête de crédit. 450-433-2286, après 18h00.

22 CONDO À LOUER

Beau grand condo de 3 1/2 pièces, situé au 8e étage de la Résidence Sélection Deux-Montagnes, sur les berges de la Rivière-des-Milles-Iles. Entrée se projetant sur une grande arête ouverte (cuisine/salon/salle à manger). Belle chambre à coucher de 13x10 pi. Salle de bains haut de gamme. Salle de lavage incluant lav/sech électroménagers compris. 55 ans et + Disponible dès maintenant!

23 MAISONS À LOUER

8842, HENRI-JULIEN, ST-AUGUSTIN (Mirabel): 3 1/2. Libre 4 février, 690\$/mois. 514-979-6760.

26 CHAMBRES À LOUER

BLAINVILLE: près services. Câble/TV, internet, téléphone. Stationnement. Libre. 140\$/sem.. 514-235-6004.

BOISBRIAND: Belle grande chambre à louer rue Elizabeth, 275\$ au 2 semaine. Stationnement compris, accès à la cuisine, internet et Bell Fibe. Disponible maintenant. 514-265-4214

STE-THERÈSE: Meublée, Internet. Stationnement. Non fumeur. SUPER TRANQUILLE. Libre, 475\$. 450-979-0818.

43 ENTREPÔTS/ ENTREPOSAGE

MINI-ENTRÉPÔTS: chauffés, 7X12, 10X15, 10X20, rez-de-chaussée. Boul. René-A-Robert, Location d'Outils Ste-Thérèse 450-435-6711.

ST-EUSTACHE, BOUL. INDUSTRIEL: garage pour entreposage, 750pi.ca., portes garages 12 pieds. électricité incluse 800\$/mois. Libre. 514-946-2779.

45 SALLES À LOUER

SALLE COMMUNAUTAIRE située à Ste-Marthe-sur-le-Lac: capacité 50 personnes. Cuisine disponible, très propre. AIR CLIMATISÉ. Location pour quelques heures, la journée ou la soirée. Pour plus d'informations, 450-974-7089.

59 RECYCLAGE/ FERRAILLE

ACHETONS VOITURES POUR FERRAILLE: payons meilleur prix. Remorquage gratuit. 514-578-7181.

81 VOITURES/ CAMIONS À VENDRE

ATTENTION! ATTENTION! Besoin d'une auto? Problème de crédit? C'est fini. Aucune enquête de crédit. Financement sur place. Voiture, camion, van. Léger dépôt requis. Robert Cloutier Autos 450-446-5250 ou 514-4-830-0098, 1-888-446-5250. www.robertcloutierautos.com

101 OFFRES D'EMPLOI

BLAINVILLE: femme dynamique demandée pour soins personnels et activités pour une jeune femme handicapée. 15hres/fin de semaine, 9h30-17h., possibilité soir en semaine. 450-434-3728.

COMMIS AUX INVENTAIRES Temps partiel 15.15\$/hre Allocation pour véhicule 0.41\$/km Étudiant(e)s, retraité(e)s ou parfait pour un revenu supplémentaire. Envoyez votre C.V. à pmorin@invlapare.com

TAXI 7000 inc., CHAUFFEUR: jour ou nuit. 514-621-7001, Serge.

AMTECH GWR POSTE D'ÉLECTRICIEN ET APPRENTI-ÉLECTRICIEN AUTOMOBILE

Tu aimes relever de nouveaux défis, alors viens te joindre à notre équipe dynamique.

Nous sommes une entreprise spécialisée dans l'aménagement de véhicules de tout genre (plus de 20 ans) Division du groupe G.W. Anglin (50 ans). Nous sommes basés à Laval et comptant 3 usines en Ontario.

Tu as une attitude positive, de l'initiative et tu possèdes de l'expérience en électricité / électronique automobile (Alarmes, démarreurs, convertisseurs de courant, batterie auxiliaire, gyrophares etc...)

Voilà ce que nous offrons :

- Horaire de jour seulement : Lundi au jeudi 6 h 00 à 15 h 00 Vendredi 6 h 00 à midi
- Salaire concurrentiel
- Avantages sociaux payés par l'employeur à 100% (Médical et dentaire)
- Programme de REER

Envoyez votre CV par courriel ou Facebook adm@gwamfg.com

866592_74280

AMTECH GWR PLUSIEURS POSTES DE JOURNALIERS D'USINE / INSTALLATEURS D'AMEUBLEMENT

Tu aimes relever de nouveaux défis, alors viens te joindre à notre équipe dynamique.

Nous sommes une entreprise spécialisée dans l'aménagement de véhicules de tout genre (plus de 20 ans) Division du groupe G.W. Anglin (50 ans). Nous sommes basés à Laval et comptant 3 usines en Ontario.

Tu as une attitude positive, de l'initiative et de l'habileté manuelle.

Voilà ce que nous offrons :

- Horaire de jour seulement : Lundi au jeudi 6 h 00 à 15 h 00 Vendredi 6 h 00 à midi
- Salaire concurrentiel
- Avantages sociaux payés par l'employeur à 100% (Médical et dentaire)
- Programme de REER

Envoyez votre CV par courriel ou Facebook adm@gwamfg.com

866604_74280

AMTECH GWR DESSINATEUR / PROGRAMMEUR

Tu aimes relever de nouveaux défis, alors viens te joindre à notre équipe dynamique.

Nous sommes une entreprise spécialisée dans l'aménagement de véhicules de tout genre (plus de 20 ans) Division du groupe G.W. Anglin (50 ans). Nous sommes basés à Laval et comptant 2 Usines en Ontario. Membre du Groupe Drive Products

TÂCHES ET RESPONSABILITÉS

- Faire la programmation et l'imbrication (nesting) pour la mise en production.
- Revoir les spécifications fournies par le client (croquis, dessin, gabarit).
- Dessiner les plans à l'ordinateur en 3D, plan d'ingénierie.
- Apporter les corrections selon le superviseur d'usine.
- Appliquer les normes de gestion des fichiers et de méthodes de travail.
- Préparer les dessins pour la mise en production ou pour des présentations client.
- Effectuer toutes autres tâches connexes.

QUALIFICATIONS REQUISES

- Technique en Génie Mécanique (DEC) ou (AEC) ou toutes autres formations jugées pertinentes.
- Connaître Autodesk Inventor™ et (Métalix™ un atout)
- Avoir une bonne connaissance des étapes de production du métal en feuille.

Voilà ce que nous offrons : Horaire de jour seulement : lundi au jeudi 6 h à 15 h vendredi 6 h à midi.

Salaire Concurrentiel. Avantage Sociaux payé par l'employeur à 100% (Médical et dentaire) Programme de REER

Envoyer votre CV par courriel ou Facebook adm@gwamfg.com

866616_74280_1

866384_48997_2

Société Alzheimer LAURENTIDES OFFRE D'EMPLOI INTERVENANT(E) PSYCHOSOCIAL(E) POINT DE SERVICE STE-THERÈSE

La Société Alzheimer Laurentides est à la recherche d'un(e) intervenant(e) psychosocial(e) qui participera aux divers programmes et activités s'adressant directement à la clientèle. Ses principales fonctions sont d'informer, de soutenir, d'accompagner et d'orienter les familles et les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de d'autres troubles neurocognitifs.

Compétences et exigences recherchées

- Dynamisme et entregent, souci de l'approche communautaire
- Capacité d'écoute et empathie, confidentialité et discrétion
- Capacité démontrée à travailler de manière autonome et en équipe
- Aptitudes en communication verbale et en animation de groupe
- Grande aptitude au chapitre des relations interpersonnelles, y compris la prise de décision partagée
- Détenir une formation collégiale en travail social ou tout autre champ connexe à l'emploi
- 3 à 5 ans d'expérience en service à la clientèle dans les secteurs de la santé et/ou des services sociaux
- Maîtrise du français (oral et écrit), anglais un atout
- Connaissance des logiciels de la Suite Office
- Posséder une voiture et un permis de conduire valide
- Démontrer l'absence d'antécédent judiciaire en lien avec l'emploi

Conditions de travail

- Poste permanent de 28 heures par semaine /du mardi au vendredi / 8 h 30 à 16 h 30
- La personne retenue recevra une formation de 21 heures sur l'accompagnement de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer
- Réunions d'équipe mensuelles et soutien entre pairs
- Salaire entre 19,00 \$ et 23,62 \$ de l'heure selon expérience
- Assurance-collective offerte après 6 mois de service continu
- Entrée en fonction : 23 février 2021

Faire parvenir votre CV à :

Julie Therrien, Coordinatrice des programmes et services
14, rue St-Antoine, C.P. 276, Sainte-Agathe-des-Monts, J8C 2C2
Télécopieur : 819-326-9664 ou Courriel : admin@salaurentides.ca

VEUILLEZ NOTER QUE NOUS NE CONTACTERONS QUE LES PERSONNES RETENUES



**3 1/2 - 4 1/2 - 5 1/2
TOUT INCLUS**

INCLUS DANS VOTRE MENSUALITÉ :
Électricité • Eau chaude • Climatisation
5 électroménagers • Téléphonie
Câble • Internet

PROMOTION 2 MOIS GRATUITS*

DEUX IMMEUBLES PRÈS DE TOUT

Blainville
450 437-8221

Sainte-Thérèse
450 987-1991

habitationstrigone.com

**UNITÉS
LIBRES
IMMÉDIATEMENT**

*Sur certaines unités, sur bail de 3 ans

866594_57018_2

871902



866394_72435_2

CHAUFFEUR US

1. Exigences

- Classe 1
- Expérience de 3 ans et plus.
- Spécialisé en Flatbed

2. Avantages

- Temps plein
- Camion attiré
- Assistance 24/7
- Flotte moderne
- Salaire compétitif, dépôt direct
- Avantages sociaux
- Équipe professionnelle et dynamique.

**On offre un bonus
de 500\$ après 3 mois
de service continu!**

Contactez **Mr. Yanick Bazinet** au **450-433-8000**
ou faites parvenir votre CV à **rh@transportjaguar.com**
Visitez notre site internet: **www.transportjaguar.com**

101 OFFRES
D'EMPLOI101 OFFRES
D'EMPLOI101 OFFRES
D'EMPLOI101 OFFRES
D'EMPLOI

Déneigement F. Bigras inc.

recherche candidats avec expérience

OPÉRATEURS(TRICES)

de tracteur souffleuse et de
loader/gratte pour déneigement
résidentiel et commercial

Contactez **Fernand ou Sylvain**
450 430-1789



Ouvrier acéricole

Temps plein
Disponible maintenant

RECHERCHE PERSONNE

- Avec permis conduire • Avec endurance
- Qui aime travailler dans la nature

**Pour travailler dans l'installation
et l'entaillage des érables**

Communiquer avec Catherine Caouette au **450 258-3888**
Télécopieur: **450 258-1185** / **picaouetteinc@hotmail.com**

848771_53033_1

101 OFFRES
D'EMPLOI101 OFFRES
D'EMPLOI101 OFFRES
D'EMPLOI101 OFFRES
D'EMPLOI

RECHERCHE

PLIEUR D'ALUMINIUM (HOMME À TOUT FAIRE)

- RÉCEPTIONNISTE/VENDEUSE (2 POSTES)

Du lundi au vendredi de 8 h à 17 h
Temps plein 40 h/semaine
(Formations débutant en février)

**Pour plus d'informations contacter
Sonia ou Noémie au 450-974-7656**

866556_68545_1

barbealuminiumetfils.ca

869584_73053_1



une entreprise de Saint-Eustache

EST À LA RECHERCHE DE

OPÉRATEURS DE TRACTEUR AVEC SOUFFLEUR POUR DÉNEIGEMENT RÉSIDENTIEL

- ✓ Avec ou sans expérience
- ✓ Être disponible en tout temps jusqu'au mois de mars inclusivement
- ✓ Être disponible à travailler plusieurs heures consécutives, lors de tempêtes de neige

Salaire très compétitif

Faire parvenir votre CV soit par courriel à:

deneigement@serresbarbe.com ou par télécopieur au: **450 473-9927**

Téléphone: **450 473-9272**

Portes fenêtres Saint-Eustache



INSTALLATEUR DE PORTE ET FENÊTRE

Nous sommes actuellement en période de recrutement pour combler plusieurs postes d'installateur de Porte et fenêtre.

- Vous recherchez un emploi permanent à temps plein à l'année?
- Vous avez un permis de conduire valide et un véhicule ?

PRÉCISIONS SUR LE LIEU DE TRAVAIL:

Montréal, Repentigny, Saint-Eustache et leurs environs.

ANNÉES D'EXPÉRIENCE RELIÉES À L'EMPLOI: 2 à 5 années d'expérience

DESCRIPTION DES COMPÉTENCES :

Être manuel et débrouillard. Avoir le sens du service à la clientèle
puisque vous représentez la compagnie lors de l'installation.

Être diplomate et poli. Facilité de travailler en équipe.

Posséder un permis de conduire valide.

Connaissance des produits Fenplast (un atout).

Nous avons des avantages sociaux.

Envoie ton CV au **vitrierie@vitrierierepentigny.com**

Personne contact **Stéphanie Hamelin 450-585-6038, poste 102**

865988_73292_1



866359_72435_2

Transport Jaguar à Boisbriand recherche un commis à la facturation/paie!!

*Appliquez si vous êtes à la recherche d'un nouveau défi dans un domaine intéressant
et en évolution constante!*

Avantages :

- Assurances collectives
- Fonds de pension FTQ

Tâches :

- Compléter la paie des chauffeurs en respectant les délais requis
- Préparer les factures et les acheminer aux clients
- Diverses tâches cléricales : classement, remplacement de la réceptionniste au besoin...

Exigences :

- Expérience dans le transport (un atout)
- Bilingue
- Capacité de travailler en équipe
- Bonne connaissance de la suite office et aisance avec les logiciels informatiques
- Sens de l'organisation

*C'est un poste à temps plein
de 40 heures/semaine.*

Le salaire est à discuter selon l'expérience.

Pour plus d'info contactez **Mme. Maya Mrad : 450-433-8000**
ou faites parvenir votre CV par courriel à **rh@transportjaguar.com**
Visitez notre site internet : **www.transportjaguar.com**

101 OFFRES D'EMPLOI

RECHERCHE: Chauffeur camion, flatbed local, Dorval, Lun-Ven 3ans d'expérience. 23.50\$/hr. 514-619-0063

RECHERCHONS PERSONNEL: Pour travail dans différents marchés d'alimentation. Rive-Nord et grande région de Montréal. Pour exécution de planogrammes et placer marchandise. Posséder un véhicule. Du lundi au jeudi, de 6h-14h, entre 25-35\$/sem. Début immédiat. 450-435-9917.

101 OFFRES D'EMPLOI

RECHERCHE EMPLOYÉ(E)S avec ou sans expérience dans le paysagement (pavé uni, tourbe, clôture, tonte de pelouses). 514-236-9009.

104 GARDIENNES DISPONIBLES DEMANDÉES

AURAI BESOIN D'UNE PERSONNE: pour travailler avec les enfants dans garde-rie. Temps plein. Préférence parler espagnol. Liana, 450-435-7173.

106 AIDES DOMESTIQUES DISPONIBLES / DEMANDÉES

DAME ferait votre MÉNAGE: à domicile. Rive nord. Références. Madame Gauthier, 450-621-9895

118 SANTÉ / MÉDECINES DOUCES / MASSOTHÉRAPIE

MASSAGE MÉDITERRANÉEN: dans une ambiance chaleureuse. Reçu. Au plaisir! 514-569-3305.

101 OFFRES D'EMPLOI

118 SANTÉ / MÉDECINES DOUCES / MASSOTHÉRAPIE

450-686-8138 France. Massage pour le plaisir, la relaxation, l'harmonie et ... le soulagement du confinement! Réservez maintenant. Reçu. (auto.15/St-Martin).

450-951-5928: MASSAGE DÉTENTE ORIENTAL: 61, Grande-Côte, 2e étage, #202, Boisbriand. J7G 1Z4. Reçu.

121 OFFRES DE SERVICES

ALEXANDRE RÉNOVE 450-589-7732 Spécialiste remodelage complet, salle de bain et sous-sol. .

121 OFFRES DE SERVICES

ENTRETIEN M3 grand ménage/ plafonds/ murs. Nettoyage après rénovation/ construction. 514-924-1666.

HOMME D'ENTRETIEN: peut faire peinture, joints, lavage de vitres, travaux extérieurs. Mario. 450-304-2696, 514-809-4077.

123 DÉNEIGEMENT

DÉNEIGEMENT DE TOITURE: pour maison privée et garage, assurances bon travail garanti estimer gratuit compagnie Roch Service. 514-290-7492.

124 PEINTURE / JOINTS

450-430-3395 A.L. RÉNOVATION FINITION, SOUS-SOL, S.D.B., plafonds suspendus, planchers flottant/ céramique, peinture, joints. 30 ANS D'EXPÉRIENCE. Estimation gratuite. RBQ:8305-9998-59. André. facebook.com/alrenovation1990

L'EXCELLENCE EN FINITION: Travaux peinture + joints. Expérience, honnêteté. Guillaume. 514-250-9792, 4 3 8 - 8 6 2 - 1 0 7 3 . RBQ:5591-3750-01.

101 OFFRES D'EMPLOI

125 DÉMÉNAGEMENT

DÉMÉNAGEMENT D. TOUCHETTE: Depuis 1978, petits/gros déménagement et ENTREPOSAGE. Service 7jours. Assurances. 450-430-1408.

DÉMÉNAGEMENT J.L.G.: camions 26pl., à partir 75\$/heure. Assurances. 450-694-0022, Jean-Luc.

128 ASTROLOGIE / CARTOMANCIE

MÉDIUM QUÉBEC réunit toujours pour vous depuis + de 13 ans les meilleurs voyant(e)s du Québec, reconnus pour leurs dons et la qualité de leurs prédictions... Écoutez-les au 1-800-332-1036 et choisissez votre conseiller(e) personnel(le). Depuis votre cellulaire faites le #(carré)4676. Pour les voir et mieux les connaître: www.MediumQuebec.com

129 ACTIVITÉS SOCIALES

CONTACTS DIRECTS et rencontres sur le service #1 au Québec! Conversations, rencontres inattendues, des aventures inoubliables vous attendent. Goûtez la différence! Appelez le 438-899-7001 pour les écouter, leur parler, ou depuis votre cellulaire, faites le #(carré)4676. Pour les voir et mieux les connaître: www.MediumQuebec.com

101 OFFRES D'EMPLOI

130 IMPÔTS / COMPTABILITÉ / SECRETARIAT

TENUE DE LIVRES, COMPTABILITÉ: pour petites entreprises et travailleurs autonomes, impôts: particuliers et sociétés, rapports taxes/paies. Louisa, 514-965-3957. Alain, 450-735-3953. GirBro@comptabilitategirbro.com

146 REMERCIEMENTS / PRIÈRES

REMERCIEMENTS AU SACRÉ-COEUR POUR FAVEUR OBTENUE. F.G..

148 ARGENT À PRÊTER / SERVICES FINANCIERS

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

154 PROPRIÉTÉS À VENDRE

RECHERCHE (Belles Maisons, grands terrains, verdure). RECHERCHE Maisons (terres), boisées, agricoles. Clientèles Montréal. François Ducharme, courtier Via Capitale, 450-899-1679.



EMBAUCHES

nouvelle succursale de Laval

MÉCANICIENS
+
JOURNALIER
+
COMMIS AUX PIÈCES

Consultez les offres au www.acceslocation.com ou envoyez votre CV à rh@acceslocation.com

866560_74279_1

EMPLOYÉ D'ENTREPÔT

Poste permanent
Quart de soir

Le centre de distribution de CanWel, grossiste en matériaux de construction, est à la recherche d'un opérateur de chariot élévateur.

Les responsabilités principales sont:

- chargement des commandes sur les camions
- préparation des commandes
- tâches générales reliées à l'entrepôt

Exigences:

- Diplôme d'études secondaires
- minimum de deux ans d'expérience
- connaissance des matériaux de construction un atout
- carte de cariste

Faire parvenir votre curriculum vitae à: CanWel A/S de M. Guy Arsenault 651, boul. Industriel Blainville, Québec J7C 3V3 Téléc.: 450 435-6447 Courriel: guy.arsenault@canwel.com

866638_50086_1

GROUPE JCL L'ÉVEIL NORDINFO

NOUS RECHERCHONS

Directeur(trice) des ventes

Vous recherchez un poste de direction des ventes au sein d'une entreprise solidement implantée, d'un milieu professionnel et dynamique à l'affût des plus récentes technologies d'information et de communication?

CE POSTE EST POUR VOUS!

CE QU'ON OFFRE:

- Environnement de travail professionnel et très convivial
- Pas de trafic! Bureau situé à Saint-Eustache
- Salaire de base et bonification compétitifs, programme d'avantages sociaux

PROFIL RECHERCHÉ:

- Intégrité, sens de l'initiative et de l'innovation
- Succès éprouvé dans la vente
- Compétence en élaboration de stratégies de vente visant le développement et la rétention de la clientèle
- Désir marqué d'appuyer l'équipe dans ses rendez-vous avec les clients et les prospects
- Leadership positif, enthousiasme à guider les autres vers l'atteinte de leurs objectifs
- Excellentes aptitudes en matière de gestion de personnel
- Grande capacité de communication et entregent
- Fort sens de l'organisation

Établi depuis plus de 50 ans, Groupe JCL est une entreprise familiale aux valeurs résolument humaines. Le Groupe, qui compte plusieurs divisions, publie deux journaux hebdomadaires solidement ancrés dans leurs communautés: L'Éveil et Nord Info.

Merci de faire parvenir votre curriculum vitae par courriel à pmlanglois@groupejcl.ca, en indiquant comment ce poste de direction cadre dans vos objectifs de carrière.

Groupe JCL appuie l'égalité des chances en matière d'emploi. Nous remercions toutes les personnes qui manifesteront leur intérêt pour ce poste. Nous communiquerons seulement avec les candidatures que nous aurons retenues.

865086_69994_1

VOUS CHERCHEZ UN EMPLOI?

Intégration TRAVAIL Laurentides

peut vous aider!

Un service spécialisé en emploi gratuit pour des personnes ayant :

- Un dossier judiciaire?
- Des problèmes de dépendance aux drogues, médicaments ou alcool?
- Un trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH)?

Intégration-Travail Laurentides assure un service d'aide à l'emploi et un suivi personnalisés à sa clientèle depuis plus de 30 ans.

SAINTÉ-THÉRÈSE 450 979-1640

J'ai ma place au travail!

Avec la participation financière de Québec

859624_47563_2

Prévention suicide

1800-911-1111

NORD INFO.COM, 3 février 2021 Page 39



PRODUITS FRAIS | ALIMENTATION | SUPPLÉMENTS | SOINS CORPORELS



Cueillette | Livraison

EN MAGASIN & À L'AUTO

LOCALE & PAR POSTES CANADA

Nous sommes là pour vous !

COMMANDEZ EN LIGNE
AU **WWW.LAMOISSON.COM**

Vrac | Fruits & légumes bio
RETROUVEZ-LES À LAMOISSON.COM

SPÉCIAUX

FAVORISONS L'ACHAT LOCAL !

Gamme alimentaire végane

GUSTA

Blocs à gratiner, seitan, saucisses.
Bons au goût, bons pour la planète.

À partir de

3,55\$

Formats variés



Croustilles

KETTLE

Sans gluten. Sans OGM.
Choix varié, sur produits
sélectionnés.

2,95\$

Formtas variés



Miel de Manuka Kfactor 16 & pastilles

WEDDERSPOON

Aliment fonctionnel d'origine,
non pasteurisé, cru.

À partir de

7,45\$

Formats variés



Lait de coco

NATIVE FOREST

Bio. Végane. Choix varié.
Parfait pour les soupes,
desserts et breuvages.

À partir de

3,75\$

Formats variés



Craquelins

ARTISAN

Bio. Maïs, riz, épeautre,
multigrains et sarrasin.

À partir de

2,45\$

Formats variés



Nouilles de riz

RIZOPIA

Sans gluten. Bio ou non bio.
Source de fibres. Facile à
digérer. Choix varié.

À partir de

1,95\$

Formats variés



Huiles, vinaigres & pestos

BIO ITALIA

Bio. Ingrédients sains, cultivés sans
pesticides ni engrais chimiques.
Choix varié.

À partir de

6,45\$

Formats variés



Quinoa

GOGO QUINOA

Végane. Reconnu pour sa richesse
nutritionnelle. Source de protéines
végétales. Choix varié.

À partir de

4,95\$

Formats variés



Savons à lessive, vaisselle & assouplisseur

BIOVERT

Écologiques. Biodégradables. Sécuritaires
pour la santé. En respect avec la nature.
Choix varié.

12,95\$

4,43 l



Produits ménagers écologiques

ATTITUDE

Ingrédients rassurants. Fragrances variées.
Options sans fragrance et hypoallergène
disponibles. Choix varié.

À partir de

2,95\$

Formats variés



ChillPills

NEW ROOTS

Améliore la concentration. Réduit le niveau de stress. Apaise le système nerveux.

À partir de

19,95\$ 30 / 60 comprimés



Huile d'origan

NATURAL FACTORS

Soutient le système immunitaire. Antioxydante. Anti-infectieuse. Réduit l'inflammation.

À partir de

8,97\$ Formats variés



Drastix

CLEF DES CHAMPS

Infections des voies respiratoires.

16,95\$ 50 ml



Grippethé

CLEF DES CHAMPS

Tisane. Rhume et grippe.

8,95\$ 55 g



Vitamines & minéraux

TROPHIC

Pures. De haute qualité. Efficaces. Choix varié.

-20% Formats variés



Supplément d'argent

SILVER BIOTICS

Supplément d'oligoéléments d'argent. Fortifie le système immunitaire.

À partir de

28,95\$ 236 ml / 473 ml



Granules de pollen d'abeille

NOW

Fortifiant alimentaire. Source de fer. Riche en acides aminés, vitamines et acides gras. Contient des enzymes et des antioxydants.

13,45\$ 250 g



Biosuperaliments - Formules 1, 2 & 3

BIONUTRITION

Prévention, soutien du système immunitaire. Vitalité accrue. Support anti-âge.

À partir de

39,95\$ 180 capsules



Sureau concentré 5:1

SURO

Bio. Antioxydant. 100% baies de sureau. Végane. Aide à soulager les symptômes du rhume et de la grippe.

12,95\$ 118 ml



Chlorophylle

LAND ART

Puissant antioxydant. Favorise la désodorisation du corps. Saveurs variées.

-20% Formats variés



Flore Suprême

RENEW LIFE

Probiotiques, 50 milliards d'UFC.

À partir de

15,99\$ Formats variés



Flore Suprême

RENEW LIFE

Probiotiques pour femmes. 25 ou 50 milliards d'UFC.

À partir de

29,99\$ Formats variés



Gamme de produits naturels

BOTANICA

À base de plantes entières et de superaliments. Préparés avec soin. Produits variés.

-15% Formats variés



Maca

INKA NATURE

À partir de

15,95\$

Formats variés

Adaptogène. Aide le corps à augmenter sa capacité à s'adapter à différents stress. Concentré nutritif d'alcaloïdes, d'acides aminés, d'oligo-éléments, de protéines, de vitamines, de glucides, de minéraux, etc. Se mélange bien aux smoothies et accompagne les préparations culinaires. Disponible en poudre et en capsules.



Soin du visage

ACURE

Produits de qualité à base de plantes actives. Véganes. Pour tous les types de peau.

-20% Formats variés



Huiles végétales & huiles à massage

ESSENTIA

Propriétés hydratantes, nourrissantes, protectrices et réparatrices pour la peau comme pour les cheveux.

-25% 100 ml / 118 ml



Bambousil

NUTRIPUR

Répare et renforce les cheveux, la peau et les ongles. Agit sur les tissus conjonctifs. Aide à la formation du collagène.

24,95\$ 60 capsules



Huiles essentielles, végétales & eaux florales

DIVINE ESSENCE

Bio. Ingrédients naturels de qualité. Entreprise québécoise. Choix varié.

-20% Formats variés



Arthro Action

REELIV 5

Fonction réparatrice. Apaise les maux liés aux accidents, aux blessures sportives et au vieillissement naturel du corps.

2 / 34,99\$ 500 ml

2e gratuit !



Levure Bjast

NATRUE BEAUTÉ SANTÉ

Source naturelle de vitamine B1. Aide au bon fonctionnement du système nerveux.

À partir de
8,95\$ Formats variés



DÉCOUVREZ NOS RECETTES SANTÉ !

Le blogue lamoisson.com regorge de recettes santé. Sucrées, salées, véganes, sans gluten, sur le pouce, etc.

www.lamoisson.com

RETROUVEZ LA MAJORITÉ DE NOS PRODUITS EN LIGNE AU WWW.LAMOISSON.COM

LA MOISSON DU 4 FÉVRIER AU 10 FÉVRIER 2021 | JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS | LES IMAGES NE REPRÉSENTENT PAS LE PRODUIT LE MOINS CHER



Un nouveau membre dans la famille?

POUR SOULIGNER L'ARRIVÉE
DE VOTRE NOUVEAU-NÉ,
NOUS VOUS OFFRONS UN CADEAU
D'UNE VALEUR APPROXIMATIVE DE 30 \$



**Toutes nos
félicitations!**

Tout au long de l'année, présentez-vous à l'un de nos supermarchés **IGA Extra Daigle** avec une preuve acceptable de la naissance de votre enfant et nous vous remettrons votre cadeau. (L'enfant doit être âgé de moins de trois mois.)

**QUATRE MAGASINS,
UNE SEULE ET
MÊME FAMILLE**

SAINTE-THÉRÈSE
220, rue Saint-Charles
450-435-1370

SAINTE-THÉRÈSE
450, rue Blainville Est
450-435-5500

BOISBRIAND
25, boul. des Entreprises
450-430-5572

BOISBRIAND
2605, rue d'Annemasse
450-433-6226