VOLUME 48 - NUMÉRO 40 - 1ER NOVEMBRE 2023 - 36 PAGES - 45 473 EXEMPLAIRES

NORDINFO.COM

NORDINFO.COM M.FACEBOOK.COM/NORDINFOCOM
@NORDINFOVOIX APPLICATION MOBILE NORD INFO

VOTRE JOURNAL INDÉPENDANT D'ICI UNE DIVISION DU GROUPEJCL

NOUVELLE LIGUE
PICKLEBALL
HBLL
SAISON AUTOMNE 2023
Location ou réservation dès maintenant
Inscriptions en ligne ou par courriel
Michel St-Jacques 450 612-5225
michelstjacques@hbll.ca
Info: info@hbll.ca / 450 437-2255

STE-THÉRÈSE TOYOTA
120, boul. Desjardins Est, Sainte-Thérèse
450 435-3685
www.stetheresetoyota.com
P014144-1_11122

PAGE ACTUALITÉ D'ICI

LA VIOLENCE VÉCUE PAR LE PERSONNEL DE SOUTIEN DANS NOS ÉCOLES

04

PAGE SPORT D'ICI

L'ARMADA POURSUIT SA SÉQUENCE

31

Section Bien-être 50 ans et +

P. 9 à 12
P. 25 à 28

P023310-1_02439

L'ÉDUCATRICE PATRICIA PIMPARÉ RÉCIPIENDAIRE DU PRIX DU PREMIER MINISTRE

PAGE 5

Être jumelé à une personne vivant avec une déficience intellectuelle selon votre horaire et vos disponibilités
PARRAINAGE CIVIQUE BASSES-LAURENTIDES
ON A BESOIN DE BÉNÉVOLES COMME VOUS !
450.430.8177 info@parrainagecivique.ca
P023407-1_01682

PITOU·MINOU & COMPAGNONS
GLOBAL Nourriture et accessoires
mange, joue, aime.
COUPE DE GRIFFES
Dimanche 5 novembre
10 h à 16 h
sans rendez-vous
10$
PHOTO BOOTH NOËL
(Détails en magasin)
Samedi le 2 décembre
avec Lison Plante, photographe
(sur rendez-vous)
P022644-1_05868
1356, boul. Curé-Labelle, local 258, Blainville, 450-818-4587 ou blainville@pmcglobal.ca

Trévi

NOS SUPERMAGASINS

BLAINVILLE | 89, rue Jean-Guyon (aut. 15, sortie 28) **BOUCHERVILLE** | 1235, rue Ampère (aut. 20, sortie 92) **BROSSARD - DIX30** | 8240, boul. Leduc (voisin du Complexe CN)
GATINEAU | 215, rue Bellehumeur (ancien Marché Frais) **LAVAL** | 1805, aut. 440 (à l'est de aut. 15) **LAVAL OUEST** | 1180, Desserte Ouest, Local 500, Laval (aut. 13) **LÉVIS** | 4750, boul. Guillaume-Couture
MASCOUCHE | 96, montée Masson (au nord de la 640) **MONTRÉAL - POINTE-CLAIRE** | 2335, route Transcanadienne (Méga centre Des Sources) **QUÉBEC** | 909, boul. Pierre-Bertrand Sud

Ces offres sont valides pour un temps limité et ne peuvent être jumelées ou appliquées à d'autres offres précédentes ou en cours. Certaines offres peuvent prendre fin en tout temps. Les taxes sont payables au complet au moment de la signature du contrat, en plus de l'acompte le cas échéant. Sujet à approbation du crédit. Livraison dans un rayon de 50 km d'un supermagasin. Malgré notre vigilance, des erreurs ont pu se glisser. Si tel était le cas, les correctifs seront affichés en magasin. Photos à titre d'illustration seulement. Les détaillants peuvent disposer d'un inventaire et de promotions différents. Les prix et disponibilités peuvent varier selon les régions de nos supermagasins. Détails en magasins.

P023228-1_02460

HALLOWEEN SOUS LES DÉCORS

Photo : Reine Côté
À partir du thème publicité et de trois couleurs suggérées, Magalie, Gaëlle et Laurence ont créé un panneau qui aurait pu faire partie des décors du film Scream.

Photo : Reine Côté
Le puit en 3D fabriqué par Kevin et ses coéquipiers est tout simplement superbe.

(R. C.) — Halloween n'attire pas que les enfants. De nombreux adolescents y prennent part chaque année, préparant minutieusement leur déguisement. Puis il y a les étudiants de l'Option Design de la Polyvalente Sainte-Thérèse qui saisissent la fête comme un bel exercice de création.

Que créent-ils ? Des décors d'Halloween, bien entendu.

Évelyne Mireault, qui est enseignante d'arts plastiques à l'origine, a conçu l'Option Design voilà une dizaine d'années afin de pousser ses élèves à faire preuve d'originalité artistique. Sans règles ni même de démarche précise.

Parfois, un seul élément proposé suffit à inspirer une œuvre et c'est ce qui plait aux élèves de Mme Évelyne, qui se chiffrent à quelque 150 jeunes créateurs.

LIBERTÉ DE CRÉATION

Certes, les termes création et liberté reviennent constamment dans les conversations avec ces jeunes étudiants.

Pour les deux Taylor, Noumie et Molly, se laisser aller à créer un décor de leurs mains est une activité qui leur permet de décompresser, de faire contrepoids au stress.

« En arts plastiques, on teste le talent. En design de décors, on observe la créativité. Ici, on est libres », disent-elles en cœur.

La perspective de travailler avec différents matériaux, différentes textures, suscite un réel plaisir, d'autant qu'en partageant leur table de travail, les élèves se donnent des idées.

Tous leurs décors devaient en fait à La Maison hantée, laquelle a été érigée en vue de l'Halloween des élèves de la polyvalente. Un parcours d'un panneau à l'autre.

Cet événement devenu tradition au fil des ans était accessible au public, entre les murs de l'école, lundi soir. « C'est une première, indique l'enseignante Mireault. On voulait que les parents et le public puissent voir les œuvres des jeunes. »

Au vu du talent des jeunes créateurs, tout porte à croire que ce rendez-vous public pourrait être de retour l'an prochain. On leur souhaite.

UNE MAISON ENCHANTÉE À REDÉCOUVRIR

Photo : Reine Côté
Un personnage tiré tout droit du film Beetlejuice, de Tim Burton.

Photo : Reine Côté
Qui ne reconnaît pas La petite sirène ?

(R. C.) — Depuis dix ans qu'elle est érigée chaque automne, la Maison Enchantée est en voie de s'inscrire comme véritable tradition au calendrier des citoyens de Blainville. Et même pour les familles hors territoire.

En 2023, pas moins de 9 300 visiteurs auront foulé la porte de ce lieu magique créé tout spécialement pour la période d'Halloween.

C'est que l'équipe des Loisirs de la Ville de Blainville s'est démenée avec imagination pour concevoir les huit tableaux du parcours et montés par les employés des Travaux publics ayant pour thème en 2023 : Les classiques de l'horreur (au cinéma). Durant trois semaines, ils ont travaillé fort pour construire le parcours entre les murs du Centre Guy-Frigon.

Voici en images un aperçu du parcours qui donnera peut-être l'envie à ceux l'ayant manqué de découvrir le prochain, en 2024.

LE PERSONNEL DE SOUTIEN SCOLAIRE VICTIMES DE **VIOLENCE PHYSIQUE ET VERBALE** DES ÉLÈVES

(S. T.) — À l'instar des enseignants, les techniciens en éducation spécialisée vivent le même cauchemar à l'intérieur des murs des écoles : des chaises lancées, des pupitres balancés, des crayons garrochés, des chandails déchirés, des ecchymoses aux jambes, des morsures sur les bras... Le ministre de l'Éducation en a assez entendu. Il vient d'instaurer un plan de prévention de la violence et de l'intimidation en milieu scolaire.

La présidente du secteur scolaire de la Fédération des employées et employés de services publics (FEESP-CSN), le principal regroupement syndical d'employés de soutien scolaire au Québec, reste prudente avant de crier victoire. « Enfin, aujourd'hui, le gouvernement amorce un mouvement sur cette question, mais il faut aller plus loin. Dans ce plan, on retrouve peu de choses sur la protection du personnel de soutien scolaire, qui, malheureusement, est grandement touché. Si la violence envers le personnel est une vraie priorité pour le ministre de l'Éducation, qu'il le démontre aux tables de négociation », a déclaré Annie Charland.

Mme Charland demeure sur ses gardes, car ce n'est pas d'hier que ces professionnels dénoncent la violence vécue, physique, psychologique, par leurs élèves. Depuis des années, ils alertent les employeurs et le gouvernement sur la hausse de la violence perpétrée envers le personnel de soutien scolaire. « Nous documentons ce sujet depuis longtemps. Nous avons procédé à deux sondages exhaustifs auprès de nos membres depuis 2020. Les syndicats locaux ont des statistiques préoccupantes sur les accidents et les incidents violents. Pour prévenir et bien protéger le personnel scolaire, la négociation du secteur public offre des prises importantes. Nous croyons que la convention collective est un bon véhicule pour concrétiser les ambitions du ministre Bernard Drainville et ainsi obtenir de vrais résultats », ajoute Mme Charland.

Les chiffres sont inquiétants, voire alarmants : plus de 40% du personnel de soutien scolaire au Québec sont victimes de violence de toutes sortes. Pour une question de confidentialité, on ne peut dévoiler le nom de victimes ni même le nom des écoles où elles travaillent, mais la grande région des Laurentides n'est pas épargnée.

« Quand tu te fais dire des mots comme « salope », « grosse vache », « je vais t'en crisser une », ou encore blasphémer après toi plus de 500 fois dans la même journée, pas surprenant que certains décrochent et quittent le métier », déplore Mme Charland, en entrevue avec Infos Laurentides.

UNE PAUSE POUR REPRENDRE SES ESPRITS

Ce que les techniciens en éducation spécialisée, présents dans les classes pour aider l'enseignant avec les cas plus lourds, demandent et n'ont toujours pas reçu, c'est une pause bien méritée après une agression. « C'est une pause. Une vraie pause lorsque l'on vient d'être frappée. Un petit 5-10 minutes pour reprendre ses esprits. Les lunettes viennent de revoler, j'ai besoin d'un temps d'arrêt pour respirer, prendre l'air et décompresser avant de revenir en classe finir ma journée. Ou encore avoir une personne ressource pour ventiler, ça fait du bien et c'est réconfortant », assure Mme Charland.

Au lieu de cette pause quasi forcée, certaines directions d'écoles minimisent les problèmes. « Une employée a demandé au directeur de l'école de faire quelque chose, puisqu'elle venait de se faire griffer les deux bras par un élève en colère. Il a répondu : « Demain, viens travailler avec un chandail aux manches longues ».

Outre cette pause plus que justifiée, le secteur scolaire revendique que soit ajoutée à la convention collective l'obligation d'agir avec des moyens concrets, notamment des ressources financières et des formations annuelles pour sensibiliser et prévenir localement la violence dans les écoles. « Nous amenons cet enjeu depuis des mois aux tables de négociation et nous n'avons pas de retour des représentants patronaux concernant nos demandes à ce sujet! On ne perçoit donc pas du tout que c'est une préoccupation de la part de l'employeur. Si monsieur Drainville est sérieux avec son plan, nous lui demandons de donner des mandats clairs aux négociateurs patronaux afin d'inclure la prévention de la violence envers le personnel scolaire dans les priorités gouvernementales et de travailler avec nous pour implanter des solutions dès maintenant ».

Les syndiqués reprochent aussi au ministre Drainville de ne pas les impliquer dans l'élaboration et la mise en œuvre de solutions pour enrayer ce fléau.

Annie Charland, présidente de l'organisation la plus représentative du personnel de soutien scolaire au Québec. Il regroupe 37 syndicats représentant plus de 35 000 employés de soutien présents dans 31 centres de services scolaires francophones et deux commissions scolaires anglophones.

NORDINFO

nordinfo.com
Membre du GROUPEJCL
50B, rue Turgeon, Sainte-Thérèse
Québec J7E 3H4
Bureau d'affaires: 450 435-6537
Petites annonces: 450 974-2244
Téléc.: publicité: 450 435 7968
Téléc.: 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:

2 986	exemplaires à Lorraine
200	exemplaires à Bois-des-Filion en dépôt
4 582	exemplaires à Rosemère
18 939	exemplaires à Blainville
9 805	exemplaires à Sainte-Thérèse
8 667	exemplaires à Boisbriand
75	exemplaires en dépôt

Nombre d'exemplaires au 1er novembre 2023
37 929 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: Benoît Bilodeau • Journalistes: Nina-Rose Cassivi, Stéphanie Prévost, Stéphane Tremblay, Alycia Gauthier, Noé Cloutier et Reine Côté • Rédactrice publicitaire: Geneviève Blais • Photographe et vidéaste: Vincent Yergeau • Directeur développement numérique et relations publiques: Jean-François Legault • Publicitaires: Clémence Leblanc, Mélanie Lemay, Caroline Godon, Charles Lalande, Jean-François Ferland, Pauline Allard • Coordonnatrices aux ventes internes: Caroline Black, Josée Denis, Lynda Archambault et Mélanie Trudeau

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»

RÉSEAU SÉLECT Conseil de presse du Québec

INFOPRO
• Directeur de la production: Yves Bourbonnais
• Assistante: Michèle Giroux
• Responsable du développement commercial: Louis Vallée

Distribution: Distribution Transcontinental inc. Division Publi-Sac Laurentides

Canada

TIRAGE CERTIFIÉ

PEFC
PEFC/01-31-106
Certifié PEFC
Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées
www.pefc.org

« J'AI LA ROSE DES VENTS TATOUÉE SUR LE CŒUR »
- PATRICIA PIMPARÉ

Reine Côté
rcote@groupejcl.ca

Au CPE La rose des vents où elle travaille, Patricia Pimparé a eu toute une surprise en apprenant qu'elle avait été désignée Éducatrice locale lauréate du Prix du Premier ministre pour l'excellence en éducation de la petite enfance.

Cet honneur décerné par le gouvernement fédéral lui sera officiellement remis à Ottawa prochainement lors d'un séjour où ont été conviés d'autres lauréates comme elle.

Honorée et heureuse, c'est néanmoins avec modestie qu'elle reçoit cet hommage à la suite de sa mise en candidature par ses collègues éducatrices à l'occasion de ses 20 ans à l'emploi du CPE La rose des vents.

FEMME DE COEUR

Le don de soi, l'éducatrice Patricia l'a toujours eu en elle. Elle se rappelle l'époque où, fillettes, elle et sa soeur recevaient les petits voisins dans leur cour avec jeux, collations et animation.

Après une formation collégiale en éducation spécialisée qu'elle complétera avec une technique de garde au CLG, elle se joint en 1995 à l'équipe CPE La rose des vents, nouvellement ouvert, rue de la Mairie, à Blainville.

Femme de cœur, elle s'est établie dans le même quartier et y a élevé ses deux enfants, ce qui lui a permis de construire de solides liens avec sa communauté, un principe de première importance, à ses yeux.

Au fil des ans et des groupes d'enfants dont elle s'est occupée, elle a tissé des relations fortes avec eux, ce dont elle est très fière. « On s'attache. Il y a certaines familles dont j'ai eu tous les enfants. J'ai construit des liens forts avec les familles, avec l'école, avec la bibliothèque. »

« J'ai toujours eu à cœur d'aider les enfants ayant des défis particuliers, des handicaps », spécifie l'éducatrice que les enfants appellent tout simplement Patricia.

FAIRE UNE DIFFÉRENCE

Faire une différence, voilà ce qui la motive à franchir le pas de la porte de La rose des vents, jour après jour depuis 20 ans.

« Ce n'est pas le métier le plus payant, mais c'est un travail important que je fais. Ces enfants vont grandir et on a l'occasion de faire une différence dans leur vie », dit-elle.

« L'éducatrice est un filet de protection. Certains enfants plus vulnérables que d'autres. En étant ici, pendant ce 8-9 heures, on les rassure et leur assure le bien-être et la sécurité dans un environnement réconfortant. On s'assure que chaque enfant reçoive exactement ce dont il a besoin pour bien grandir, comme les fleurs. On ne tire pas sur la plante pour qu'elle pousse plus vite. Et l'éducatrice est une jardinière. »

Cette année, en collaboration avec une collègue, Patricia Pimparé s'occupe d'une classe d'enfants de 4-5 ans, ceux qu'elle appelle Les Grands explorateurs. Partager son quotidien avec les enfants est un privilège pour elle.

Ce qui la motive à rentrer chaque matin ? Être accueillie par le sourire d'un enfant. « On a un lien unique et authentique avec chacun des enfants et ça, ça nourrit l'âme », souligne-t-elle.

Sa plus grande récompense ? « Gagner leur confiance. Quand ils se sentent bien et en sécurité, c'est ce qui leur permettra de s'épanouir plus tard », note-t-elle.

Bien qu'elle ait été surprise d'être désignée lauréate d'un prix, elle retient qu'on la remercie de s'investir autant dans son travail. « Et là, on voulait m'offrir l'occasion de recevoir. Mais, je reçois déjà tellement avec l'amour de tous mes enfants », insiste-t-elle.

AVEC PATIENCE ET AUTHENTICITÉ

L'éducatrice constate avec satisfaction qu'au fil des ans l'éducation se fait selon une nouvelle approche : plus de liberté, plus d'autonomie laissée à l'enfant. Elle aimerait bien qu'on investisse davantage dans le programme Agir tôt, qui vise à repérer le plus tôt possible les indices de difficultés dans le développement d'un enfant de 0 à 5 ans afin de l'orienter vers les bonnes ressources spécialisées.

C'est qu'elle a laissé sa trace dans le cœur des enfants ayant été sous sa garde. Lorsqu'elle les croise, bon nombre d'entre eux lui rappellent les histoires qu'elle leur racontait. Parmi eux, il y a eu Ben, un gamin difficile qu'elle n'a pas lâché et qui a retrouvé un comportement équilibré, en bonne partie grâce à elle et sa patience légendaire.

« Moi, je sème beaucoup et j'aime dire que l'on récolte ce que l'on s'aime. Et on récolte un sentiment de fierté, de compétence. On a la chance de pouvoir faire une différence, aussi il faut faire ce travail avec le cœur et avec authenticité », conclu l'éducatrice Patricia Pimparé.

Photo : Reine Côté
Patricia Pimparé a reçu un certificat d'excellence pour sa grande implication en éducation de la petite enfance, une surprise que lui avaient réservé ses collègues.

Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides
Québec

Invitation à la séance publique d'information annuelle du conseil d'administration du CISSS des Laurentides

Le conseil d'administration du CISSS des Laurentides invite la population des Laurentides à la séance publique d'information qui se tiendra :

Date : **Le mercredi 22 novembre 2023**
Heure : **18 h 30**
Lieu : **Centre multiservices de santé et de services sociaux de Thérèse-De Blainville (CLSC Thérèse-De Blainville), 125 rue Duquet à Sainte-Thérèse**

Lors de cette soirée, les faits saillants entourant les soins et services dispensés à la population pour l'année 2022-2023 seront partagés grâce aux présentations des rapports annuels de l'établissement.

Pour en apprendre davantage et savoir comment poser vos questions, visitez le site Internet www.santelaurentides.gouv.qc.ca

P023301-1_08263

Le plaisir de bien dormir
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, viscose et latex naturel
• Exclusivité matelas triple confort
• Lits ajustables / Lits électriques
• Bases de lits de tous genres
• Literie et oreillers de tous genres
Lits ajustables électriques
avec matelas personnalisé
Depuis 1988 Matelas Prestige
OUVERT du lundi au vendredi de 9 h à 17 h 30
Samedi de 10 h à 17 h. Dimanche FERMÉ.
405, boul. Industriel, **Saint-Eustache, 450.491.7717**
matelasprestige.com
P014650-1_10629

UN DON DE **15 $ PAR SEMAINE** PERMET DE **BRISER L'ISOLEMENT** ET LE **CERCLE DE LA PAUVRETÉ ET DE LA VIOLENCE** QUE VIVENT **14 FEMMES** DE MIRABEL.

Grâce au Centre de femmes Liber'Elles.

AGISSEZ ICI, AVEC COEUR.
FAITES UN DON.

JEDONNE.CA

Centraide Laurentides

CISSS DES LAURENTIDES

ROSEMONDE LANDRY PREND SA RETRAITE

(N. C.) — Rosemonde Landry, présidente-directrice générale du CISSS des Laurentides, quittera officiellement ses fonctions le 9 novembre prochain. Arrivée en poste en septembre 2019, la résidente de Sainte-Marthe-sur-le-Lac a effectué un premier mandat de trois ans, signant ensuite deux prolongations de contrats de six mois et des poussières. Elle quitte ainsi après plus de quatre ans en tant que « cheffe d'orchestre » de l'organisme de plus de 20 000 employés. Au-delà de la pandémie, le plus grand défi qu'elle considère avoir du relever au cours de sa longue carrière est la pénurie de main-d'œuvre port pandémique.

P014268-25_11122

STE-THÉRÈSE | TOYOTA

VENEZ COMMANDER VOTRE TOYOTA DÈS MAINTENANT

C'EST L'HEURE TOYOTA

BZ4X LE 4 RM 2023
Batterie électrique

Vus entièrement électrique zéro émission

RAV4 LE 4RM 2024

Il y a plus à découvrir

COROLLA HYBRIDE LE 4RM 2024

Excellentes performances

DU LUNDI AU JEUDI DE 9 H À 19 H ET VENDREDI DE 9 H À 17 H

Toyota Safety Sense

- Système précollision avec fonction de détection des piétons
- Alerte de sortie de voie avec assistance à la direction
- Phares de route automatiques
- Régulateur de vitesse dynamique à radar

Obtenez Toyota Safety Sense[MC] sans frais supplémentaires sur nos modèles les plus populaires.

640 117 (boul. Curé-Labelle)

TOYOTA LOCATION AVANTAGE

PEA protection extra-attentive

Sélection MARQUE DE CONFIANCE 2013

TOYOTA SERVICES FINANCIERS

TOYOTA

120, boul. Desjardins Est, Sainte-Thérèse www.stetheresetoyota.com 450 435-3685

RÉVOLUTION DANS LES SOINS À DOMICILE :

L'ACMQ APPLAUDIT LES RÉFORMES EN FAVEUR DES PATIENTS

Stéphane Tremblay
stremblay@groupejcl.ca

Les soins de santé à domicile sont sur le point de connaître une transformation majeure au Québec, suscitée par d'importants changements dans les politiques de santé. Ces changements, qui s'annoncent porteurs d'espoir pour les patients, reçoivent les applaudissements de l'Association des conseils multidisciplinaires du Québec (ACMQ), qui salue la ministre déléguée à la Santé et députée de Prévost, Sonia Bélanger, pour son initiative courageuse.

Ces réformes apporteront des améliorations significatives pour les patients, facilitant l'accès aux soins et aux services, tout en permettant aux professionnels de la santé de mettre en avant leur expertise clinique en diminuant la lourdeur administrative. Ces changements s'avèrent cruciaux en cette période de forte demande, de rétention du personnel, de pénurie de main-d'œuvre et de défis liés à la compatibilité des systèmes informatiques.

Parmi ces mesures, l'une des plus notables consiste en la simplification d'un formulaire complexe de 36 pages, baptisé «outil de cheminement clinique informatisé» (OCCI), utilisé pour évaluer les besoins des patients. Ce formulaire, qui nécessitait de nombreuses heures de travail pour être rempli, a été un fardeau pour de nombreux professionnels de la santé, tels des travailleuses sociales, des ergothérapeutes, des techniciennes en travail social, des physiothérapeutes et des inhalothérapeutes...

UNE ORGANISATION IMPORTANTE

L'ACMQ, une organisation regroupant plus de 30 conseils multidisciplinaires et englobant plus de soixante titres d'emploi dans le réseau de la santé et des services sociaux (RSSS), joue un rôle essentiel en soulevant les préoccupations des professionnels de la santé et en proposant des solutions pour améliorer la qualité des soins à domicile. Le mémoire «OCCI et Qualité : L'intelligence collective au service de l'amélioration continue,» soumis en septembre 2022 au ministère de la Santé et des Services sociaux, a formulé plusieurs recommandations pour favoriser la qualité des soins plutôt que la quantité.

« Nous constatons que la Ministre a pris en compte plusieurs préoccupations soulevées par les membres de l›ACMQ. Cela représente un changement significatif par rapport à l›approche du gouvernement précédent, qui insistait pour mesurer toutes les actions », déclare Marie-Andrée Périgny, présidente de l›ACMQ

LE GOUVERNEMENT À L'ÉCOUTE

L'ACMQ estime que le gouvernement a fait preuve d'écoute en prenant en compte les besoins réels des patients, dont plusieurs en perte d'autonomie, et en écoutant la voix des professionnels de terrain pour actualiser ce changement de paradigme afin de se recentrer sur les besoins « réels » exprimés par les usagers.

La collaboration entre les parties prenantes reste essentielle pour améliorer ensemble les soins et les services. L'ACMQ se positionne comme un partenaire privilégié pour faire entendre la voix des acteurs du terrain auprès du ministère, dans le but ultime d'améliorer la qualité des soins à domicile, pour le bénéfice de tous les patients.

P017591-1_11684

Protégez ceux que vous aimez. Planifiez à l'avance.

Guide planification GRATUIT : DigniteQuebec.com

LES SALONS FUNÉRAIRES
Guay
Rosemère
514-871-2020

Chaque détail compte^MC | Dignité^MD

Une division de Service Corporation Internationale (Canada) ULC.

CRÉMATIONS | CÉLÉBRATIONS DE LA VIE | FUNÉRAILLES

GUIGNOLÉE
DE LA PAROISSE SAINTE-THÉRÈSE-D'AVILA

Soyez parmi ceux qui feront la différence.

DEVENEZ BÉNÉVOLE

Adultes, parents et enfants*,
PARTICIPEZ AUX BARRAGES ROUTIERS
pour la collecte des dons en argent.

VENEZ NOUS AIDER POUR QUELQUES HEURES OU PLUS

Avec vos collègues de travail
Avec vos amis
Avec les membres de votre famille

Soyons partenaires, manger, c'est vital!

INSCRIVEZ-VOUS AVANT LE 15 NOVEMBRE
Par téléphone ou sur notre site internet
DEUX DATES, TROIS PLAGES HORAIRES
18 & 25 NOVEMBRE
10 H à 12 H - 12 H à 14 H - 14 H à 16 H

GUIGNOLÉE DE LA PAROISSE SAINTE-THÉRÈSE-D'AVILA
Annick Filion 514-891-9575
guignolee@paroissesta.ca
www.paroissesta.ca

*Âge minimum de 13 ans obligatoire/accompagné d'un adulte.

P023014-1_01678

Êtes-vous une victime ou un survivant
de la conduite avec capacités affaiblies?

Nous sommes là pour vous aider

madd

Au volant, pas d'alcool, pas de drogue, pas de victimes.

1-877-392-6233 • www.madd.ca

MADDCanadafrancophone @maddcanadafr maddcanadafr

AVEC L'ACHAT LOCAL, TOUT LE MONDE Y GAGNE !

Reine Côté
rcote@groupejcl.ca

Instaurée en pleine pandémie, la formule d'achat local a porté ses fruits. Si bien que les municipalités de la MRC Thérèse-de-Blainville rappellent à leurs citoyens toute l'importance d'encourager leurs commerçants.

LA CHAMBRE DE COMMERCE ET D'INDUSTRIE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE (CCITB) ET SES cinq ailes locales (Blainville, Boisbriand, Rosemère, Sainte-Anne-des-Plaines et Sainte-Thérèse) ont ainsi lancé le 25 octobre leur quatrième campagne en vue de faire la promotion de l'achat local, qui se déroule jusqu'au 15 novembre prochain.

Depuis 2020, pas moins de 3000 consommateurs de la région ont choisi d'encourager la formule des bons d'achat, ce qui a permis de redistribuer 285 000 $ aux entreprises commerciales participantes, a laissé savoir Caroline Du Paul, directrice des projets collectifs à la Chambre de commerce et d'industrie Thérèse-de-Blainville.

TOUT LE MONDE Y GAGNE !

Cette année, la campagne s'étend à 110 commerces. Les consommateurs de la région peuvent se procurer dès maintenant des bons d'achat de 20 $ en ligne qu'ils n'auront ensuite qu'à dépenser dans l'un des commerces participants. En fait, ils pourront dépenser pour une valeur de 30 $ puisque les villes prenant part à la campagne ont bonifié de 10 $ les bons d'achat en ligne.

« Nous en sommes à la 4e édition de ces campagnes d'achat local pour certaines villes et elles sont maintenant attendues par les citoyens ainsi que par les commerçants, pour qui l'achat local est primordial », mentionne Mme Du Paul, de la CCITB.

Pour consulter la liste des commerces participants ou pour acheter les bons d'achat, rendez-vous sur la plateforme d'achat La Ruche de Blainville, Rosemère, Sainte-Anne-des-Plaines, Sainte-Thérèse.

P023059-1_11684

JME
JEUNES EN MOUVEMENT VERS L'EMPLOI

LEILA EST DEVENUE UNE CRÉATRICE D'*IMPACT* CHEZ **SOLISCO**

EMBAUCHER UN FINISSANT C'EST PAYANT !

Remboursement salarial allant jusqu'à 9000$ par finissant embauché !

grafi compétences
Comité sectoriel de main-d'œuvre des communications graphiques du Québec

www.grafi-jme.com

Edith Samson
AUDIOPROTHÉSISTE

Vous avez du mal à suivre les conversations?
Faites vérifier votre audition!

Dépistage auditif, première consultation ou transfert de dossier toujours sans frais

Appareils auditifs, bouchons de protection sur mesure et plus.

Tél :450-965-1010 | info@esamsonaudio.com
461, Chemin de la Grande-Côte, Bureau 102, Rosemère

P022880-1_11365

L'IMPACT DE L'APPAREILLAGE AUDITIF SUR LE DÉCLIN COGNITIF

Depuis plusieurs années déjà, des études se penchent sur le lien entre la perte auditive et le déclin cognitif. Ces études ont déterminé que la perte auditive est le plus grand facteur de risque potentiellement modifiable dans les pays à revenu élevé et à revenu faible à moyen.

Entre autres, les personnes atteintes de perte auditive sans appareils auditifs présenteraient un risque accru de démence toutes causes confondues de 42 %.

DES CHIFFRES PERCUTANTS!

Cependant, une de ces études parues en juillet 2023 a été des plus percutante! Selon cette dernière, la mise en place d'une stratégie de correction auditive a été associée avec une réduction de 48 % dans les changements cognitifs sur une période de 3 ans.

Sachant qu'en 2050, le Québec comptera 250 000 personnes atteintes de démence et que d'ici 10 ans il y aura 1,8 million de personnes de plus de 70 ans, l'appareillage auditif pourrait contribuer au maintien d'une meilleure santé cognitive et potentiellement retarder l'admission de milliers de Québécois et Québécoises dans des centres d'hébergement.

Afin de faire vérifier votre audition, n'hésitez pas à communiquer avec la Clinique auditive Généreux Gaudreault & Rhéaume!

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

P014522-1_04706

clinique auditive
Généreux Gaudreault & Rhéaume

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. Offre permanente.

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

Marylin Généreux, audioprothésiste de la Clinique auditive Généreux Gaudreault & Rhéaume de Saint-Janvier, à Mirabel.

COMITÉ DES USAGERS DE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE
Renseigner Promouvoir Défendre Accompagner
Nous sommes là pour vous
450 433-2777, poste 65144

Bénévoles pour le Comité des usagers de Thérèse-de Blainville recherchés

Vous avez le goût de vous impliquer auprès d'un comité qui est le gardien des droits des usagers et qui veille à ce que les usagers soient traités dans le respect de leur dignité ?

Nous serons heureux de vous accueillir !

Contactez-nous au 450 433-2777, poste 65144.

En vertu de la *Loi sur les services de santé et les services sociaux*, les fonctions du comité des usagers sont de :

- Renseigner les usagers sur leurs droits et obligations ;
- Promouvoir l'amélioration de la qualité des conditions de vie des usagers et évaluer le degré de satisfaction des usagers à l'égard des services obtenus de l›établissement ;
- Défendre les droits et les intérêts collectifs des usagers ou, à la demande d'un usager, ses droits et ses intérêts en tant qu'usager auprès de l'établissement ou de toute autorité compétente ;
- Accompagner et assister, sur demande, un usager dans toute démarche qu'il entreprend, y compris lorsqu'il désire porter une plainte.

Joignez-vous à nous pour remplir cette importante mission !

Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides
Québec

P023221-1_05658

AÎNÉS

10 QUESTIONS À VOUS POSER POUR ÉVALUER VOTRE NIVEAU DE SÉCURITÉ

Le vieillissement a des conséquences qui varient selon les personnes. Certaines font face à d'importantes limitations, tandis que d'autres peuvent rester relativement actives. Mais inévitablement, ce processus naturel modifie vos capacités physiques et cognitives.

Baisse de vision, difficultés à se déplacer, surdité partielle, pertes de mémoire, problèmes d'équilibre... qu'elles soient légères ou sévères, ces difficultés font en sorte que les personnes âgées doivent redoubler de vigilance. Voici donc 10 questions qui vous permettront d'évaluer si vous faites le maximum pour demeurer en sécurité :

1. « Est-ce que l'éclairage de ma maison et de mon terrain est optimal? »
2. « Les planchers de mon logement sont-ils dégagés, particulièrement près des sorties de secours? »
3. « Mes détecteurs de fumée et de monoxyde de carbone sont-ils en bon état? »
4. « Ma trousse de premiers soins est-elle complète et facile d'accès? »
5. « Mes escaliers possèdent-ils un revêtement antidérapant? »
6. « Ai-je une liste des numéros à composer en cas d'urgence près de mon téléphone? »
7. « Ma salle de bain est-elle dotée d'accessoires permettant d'éviter les glissades? »
8. « Ma pharmacie contient-elle uniquement des médicaments à jour? »
9. « Mes portes et fenêtres sont-elles à l'épreuve des tentatives d'entrée par effraction? »
10. « Ai-je les connaissances nécessaires pour détecter les escroqueries (par téléphone, par le porte-à-porte ou par courriel)? »

Si vous avancez en âge, gardez en tête que vous devez faire preuve de prudence afin de prévenir les risques en tous genres. Consultez des professionnels de votre région pour rendre votre milieu de vie le plus sécuritaire possible!

OASIS BLAINVILLE: LA RÉSIDENCE PARFAITE POUR LES GENS ACTIFS!

Gens du bel âge, accédez au confort et à la vie active dont vous rêvez dans la plus haute tour résidentielle pour retraités et préretraités de la région: l'Oasis Blainville. Ce complexe d'habitation de prestige s'élève sur 16 étages et compte 188 spacieux et lumineux logements pour accueillir les gens retraités et autonomes.

UNE PANOPLIE D'ACTIVITÉS POUR GARDER LA FORME

Près des grands axes routiers et des Premium Outlets, l'Oasis Blainville se veut un lieu convivial et stimulant. Sur place, vous avez accès à de multiples activités organisées, services et commodités, dont une piscine intérieure, un spa, un gym, une salle de cinéma, deux allées de quilles, une bibliothèque, une salle d'artisanat et un salon de coiffure. L'extérieur se fait tout aussi invitant: terrasse, potager, fontaine, jeux de pétanque, shuffleboard, BBQ, aires de verdure et foyers extérieurs.

VISITES TOUS LES JOURS DE 9 H À 17 H

Tout pour s'y réunir en famille et entre amis. Venez le constater par vous-même en effectuant une visite sans rend

ez-vous, offerte tous les jours de 9 h à 17 h.

L'Oasis Blainville est sans contredit un lieu enchanteur pour les retraités actifs!

LA SÉCURITÉ, UNE PRIORITÉ

Vous y découvrirez un milieu sécuritaire, primordial pour les gens du bel âge. Aucun détail n'a été épargné: gicleurs, détecteurs de fumée, système d'assistance, construction en béton armé, système de sécurité 24 h avec surveillance vidéo par un personnel formé. Un bureau médical est aménagé et une infirmière auxiliaire est disponible tous les jours.

86, rue Jean-Guyon, Blainville, QC J7C 2N7
oasisblainville.com
450 433-4727

Oasis Blainville

Tél.: 450 433-4727

86, rue Jean-Guyon, Blainville, Qc J7C 2N7
www.oasisblainville.com

Visites sans rendez-vous tous les jours

Oasis St-Martin

Tél.: 450 668-1962

1446, boul. Saint-Martin Ouest, Chomedey, Laval H7S 0A3
www.oasisstmartin.com

Oasis Marina

Tél.: 450 581-3151

368, rue Notre-Dame, Repentigny J6A 8L1
www.oasismarina.com

P003961-8_05915

LE SALON HARMONIE, POUR LE BIEN-ÊTRE DE VOTRE CORPS ET DE VOTRE ESPRIT!

C'est à la salle Sous le Charme des Érables, située au 1062, boul. Arthur-Sauvé à Saint-Eustache, que le Salon Harmonie se déroulera à nouveau cette année, mais cette fois-ci avec l'entrée gratuite et ouvert à tous!

60 EXPOSANTS SUR PLACE

Une soixantaine d'exposants de la région et de partout au Québec seront sur place pour vous accueillir et vous conseiller selon vos besoins, que ce soit en psychologie ou en développement personnel, la santé du corps, l'écologie ou sur la spiritualité. Produits, soins, consultations et artisanat pour tous les goûts!

Venez assister aussi aux conférences dans la chapelle ainsi que dans une petite salle près des exposants sur des sujets d'actualité très diversifiés. L'autoprogrammation du subconscient, la santé immunitaire, les anges, l'énergie, les huiles essentielles, ne sont là qu'un bref aperçu d'outils qui seront offerts afin d'améliorer la vie du quotidien!

LES 18 ET 19 NOVEMBRE: C'EST UN RENDEZ-VOUS!

«Le Salon Harmonie se veut un moment de ressourcement enrichissant avec plein de belles découvertes. C'est donc un rendez-vous le samedi 18 novembre, de 10 h à 17 h, et le dimanche 19 novembre, de 10 h à 16 h. Vous pouvez avoir accès à tous les détails en consultant le site HYPERLINK "http://www.salonharmonie.com/"salonharmonie.com», Chantal Prud'homme, organisatrice du Salon Harmonie.

Salon Harmonie
info@salonharmonie.com
450 917-1472

P0227273-1_11328

DEMEUREZ ACTIF AVEC LE PILATES SUR APPAREILS

Améliorer sa forme physique malgré les blessures et les douleurs qui apparaissent parfois avec l'âge, oui, c'est possible. Connaissez-vous le Pilates sur appareils? C'est la solution parfaite pour une remise en forme tout en douceur!

Vous arrive-t-il d'avoir de la difficulté à sortir du lit le matin? De sentir que votre musculature s'affaiblit et qu'elle perd de la souplesse? Sécuritaire et sans impact sur les articulations, la méthode Pilates sur appareils s'appuie sur une série de mouvements qui sont effectués dans le respect des limites de chacun et qui permettent d'améliorer la souplesse, la force musculaire et la mobilité. Les gens souffrant d'arthrite, d'arthrose, d'ostéoporose ou de fibromyalgie sont nombreux à y avoir recours.

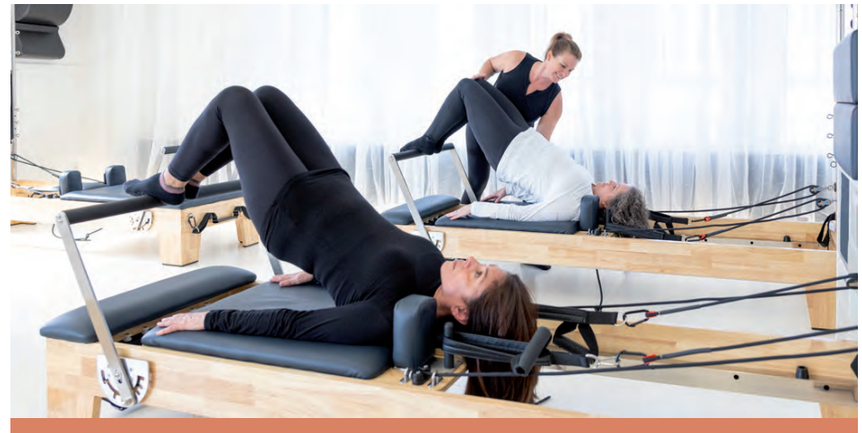
PORTES OUVERTES LE 5 NOVEMBRE AU STUDIO ÊTRE PILATES

Rien de tel que de rencontrer l'équipe et visiter les installations du Studio Être Pilates, à Blainville, pour en apprendre davantage sur les appareils et leur fonctionnement.

« Peu importe votre âge et votre condition physique, nous avons un cours qui répond à vos besoins », mentionne Martine Sarrasin, propriétaire.

C'est un rendez-vous ce dimanche 5 novembre, de 10 h à 14 h, au 699, boul. Curé-Labelle, à Blainville!

Studio Être Pilates
www.studioetrepilates.com
450 818-2949



Quel que soit votre âge, vous bénéficierez des nombreux bienfaits du Pilates sur appareils.

Guide Gourmand & préparatifs des fêtes!

P023275-1_08291

P023314-1_08291

SAVOIR-FAIRE RECONNU
B
DEPUIS 1987

RÉVEILLEZ L'ÉPICURIEN EN VOUS !

CHOISISSEZ LA RÉPUTATION ET LA QUALITÉ
DE VIANDES BOVITENDRES

bovitendres.com | 450 937.6477 | 95, rue de la Pointe-Langlois, Laval H7L 3J4

Certificats disponibles sur | rabaischocs

P022694-1_05145

Guide Gourmand & préparatifs des fêtes!

P023275-1_08291

BARBIES
RESTO • BAR • GRILL
BLAINVILLE

ICI
C'EST
GRATUIT
POUR LES ENFANTS

TOUS LES JOURS !

Quelques restrictions s'appliquent. Valide sur les choix du menu enfant, 1 enfant de 12 ans et moins accompagné d'un adulte qui choisit un plat principal. Non valide à la fête des mères, la fête des pères et à la Saint-Valentin. Ne peut être combiné avec coupons ou certificats promotionnels. La promotion est d'une durée limitée et peut être retirée sans préavis.

1343, boulevard Michèle-Bohec Blainville 450 433-8838

P023156-1_04614

VIVEZ L'EXPÉRIENCE TEXAS STAR: VOTRE DESTINATION GOURMANDE!

Ambiance, plaisir et mets de qualité sont toujours au menu chez Texas Star. Venez en profiter!

Le chef Eric Keegan et toute son équipe sont ravis de poursuivre l'aventure gourmande du Texas Star à Saint-Eustache. Ce joyau en activité depuis 1999 vous accueille dans son magnifique décor rénové en conservant son charme original: même chef même saveur!

En couple, entre amis, en famille et même en groupe, venez savourer son menu exquis composé de grillades de qualité AAA, de spécialités tex-mex, ainsi que de succulents poissons et fruits de mer!

RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT!

Texas Star vous reçoit du lundi au vendredi dès 11 h et les samedis et dimanches à partir de 17 h. Réservez en ligne ou par téléphone.

restauranttexasstar.com
447, 25e Avenue, Saint-Eustache, QC, J7P 1Y4
450 983-2100

P022760-1_11486

Texas Star

MENU MIDI

SOUPE DU JOUR
OU
SALADE MAISON

HAMBURGER STEAK 20$
FISH & CHIPS 20$
BURGER DE POULET MARINÉ BLEU & BACON 22$
SOUS MARIN BOEUF & PROSCIUTTO 25$
POULET GÉNERAL TAO 28$
SAUMON GRILLÉ SUR SALADE MAISON 30$
STEAK DE SURLONGE "BASEBALL" 30$
CÔTE DE BOEUF GRILLÉE 32$

*CHOIX DE FRITES, RIZ OU POMME DE TERRE AU FOUR

CAFÉ OU THÉ

RESTAURANT TEXAS STAR TEX-MEX

MENU MIDI

À partir de 20$

Du Lundi au Vendredi à partir de 11 hrs.

TEXAS STAR

RÉSERVEZ MAINTENANT!!!

450-983-2100
www.restauranttexasstar.com

LES ALIMENTS M&M MC

3 FAÇONS TOUTES SIMPLES DE MAGASINER

LIVRAISON MÊME JOUR

CUEILLETTE GRATUITE À L'AUTO, MÊME JOUR

CUEILLETTE GRATUITE EN MAGASIN, MÊME JOUR

COMMENCEZ VOTRE COMMANDE EN LIGNE AUJOURD'HUI !

lesalimentsmm.com

BLAINVILLE
1375, boul. Michèle-Bohec
450 434-0037

P023272-1_05737

LAIT CHARBONNEAU: UN GOÛT SAVOUREUSEMENT AUTHENTIQUE

En vedette cette année, le somptueux fromage à tartiner, qu'on peut aussi servir en entrée, en sauce ou en dessert.

Fière détentrice de la certification valeur ajoutée Fromage Fermier, la laiterie Lait Charbonneau vous invite à découvrir la fraîcheur et le goût authentique des produits laitiers provenant de sa ferme et transformés sur place.

Tout est conçu pour que vous puissiez savourer le moment avec vos proches. Un exemple? La décadente tarte fromage et yogourt glacé vendue sur place... et que vous pouvez reproduire à la maison en moins de deux!

On vient de partout pour se procurer ses délicieux fromages en grains frais du jour! Un univers de délices vous attend: lait nature, au chocolat et moka, fromages pop-corn, feta, yogourts de style grec, à boire ou glacés, crèmes glacées... ainsi que des viandes provenant de la ferme et des produits locaux.

MARCHÉ DE NOËL

Cette année, Lait Charbonneau sera présent au Marché de Noël de l'Assomption. Venez rencontrer sa très sympathique équipe, à la laiterie ou au Marché.

Vous pouvez également vous procurer ses authentiques produits à l'un des nombreux points de vente affichés sur son site Web!

Lait Charbonneau
192, 1re Av., Sainte-Anne-des-Plaines
laitcharbonneau.ca
450 478-4121

MENU MIDI RAPIDO

1 REPAS PRINCIPAL
1 BOISSON
1 ENTRÉE OU DESSERT

À PARTIR DE 15,49

DÉCOUVREZ TOUS LES PLATS OFFERTS au toujoursmikes.ca

P023087-1_11817

SALLE À MANGER – LIVRAISON – POUR EMPORTER

360 Bd de la Seigneurie O #101, Blainville

450 485-0400

Suivez-nous sur les réseaux sociaux pour découvrir nos offres et concours

@Mikes.Blainville

Présentation suggérée. Prix avant taxes. Des conditions s'appliquent. Voir les détails en restaurant avec le service aux tables. Non combinable. L'offre est seulement valide en salle à manger du lundi au vendredi entre 11h et 15h. Toujours Mikes et le logo Toujours Mikes sont des marques de commerce de Franchises MTY Inc., 2023. Tous droits réservés.

TOUJOURS MIKES BLAINVILLE: TOUJOURS BON!

Pour combler votre faim sans vider vos poches, Toujours Mikes Blainville vous offre une promo chaque jour de la semaine! Pizza 9 po ou spaghetti bolognaise à 11,99 $ le lundi, repas pour enfants à 4,99 $ le mardi, table d'hôte à 5,99 $ le mercredi, le 2e repas à 50 % le jeudi et, pour finir la semaine, une promo «Happy Hour» le vendredi (voir détails et conditions).

Envie de sous-marins, pizzas ou pâtes gratinées? Visitez le site toujoursmikes.ca pour vos commandes à emporter ou la livraison. Vous pouvez également choisir de faire livrer via Uber Eats, SkipTheDishes et Livro.

Toujours Mikes Blainville
toujoursmikes.ca/toujours-mikes-blainville
360, boul. de la Seigneurie Ouest, porte 101, Blainville, J7C 5A1
450 485-0400

DES VIANDES PARFAITES À CHAQUE BOUCHÉE!

Découvrez des viandes fraîches, tendres et savoureuses offertes au meilleur rapport qualité-prix!

Les Viandes Bovitendres offrent une vaste sélection de viandes, poissons et fruits de mer de qualité supérieure. Avec plus de 35 ans d'expérience, cette entreprise familiale 100 % québécoise met à votre disposition des produits frais et surgelés, à la carte ou en boîtes gourmandes très avantageuses!

Que vous désiriez du bœuf, du porc, du veau, de l›agneau, de la volaille, des charcuteries, ou divers gibiers, vous pouvez passer facilement des commandes en ligne personnalisées directement de son site Web. Rehaussez vos repas en optant pour la fraîcheur, la qualité et la saveur.

Les Viandes Bovitendres
95, rue de la Pointe-Langlois, Laval
www.bovitendres.com
450 937-6477

RESTAURANT SORRENTO: L'ITALIE À SON MEILLEUR

Depuis près de 30 ans, le restaurant Sorrento séduit sa clientèle grâce à ses plats authentiquement italiens. Il se classe parmi les meilleures tables de la région, tant pour son accueil chaleureux que pour sa cuisine colorée et réconfortante.

APPORTEZ VOTRE VIN

Apportez votre vin pour accompagner l'irrésistible menu: pâtes, poissons, fruits de mer, veau, poulet et, pizzas.

RÉSERVATION DES FÊTES!

Le restaurant est ouvert du mercredi au vendredi à compter de 11 h, et du samedi au lundi dès 16 h. Des salles privées et semi-privées sont disponibles pour les groupes. Réservez maintenant pour vos partys de bureau, de famille ou d'amis.

Restaurant Sorrento
www.restaurantsorrento.com
450 979-7705

Vous aimez les pâtes? Vous adorerez le restaurant Sorrento!

TOUTES LES RAISONS SONT BONNES POUR SE RÉGALER DANS LES RESTOS D'À CÔTÉ!

À la salle à manger ou en livraison, vous avez tout à gagner à manger du resto au déjeuner, au dîner ou au souper : des repas savoureux cuisinés avec amour, un incroyable éventail de choix, un congé de vaisselle... et bien d'autres avantages!

C'est un fait : pour qu'un restaurant local connaisse du succès et garde ses portes ouvertes pendant plusieurs années, il doit pouvoir compter sur une fidèle clientèle. Ainsi, lorsque vous commandez une « extra-large toute garnie sans champignons » à la pizzéria du coin, que vous vous rendez à pied à votre rôtisserie préférée pour déguster un « quart de poulet cuisse » ou que vous faites préparer un buffet froid ou chaud chez un traiteur de votre région pour une occasion spéciale, vous contribuez automatiquement à leur pérennité!

Manger ou commander au restaurant est également fort pratique pour satisfaire les préférences de tous les membres de la famille. Les établissements offrant un menu varié, par exemple, sont géniaux pour combler toutes les papilles. Et nul besoin d'attendre l'anniversaire de quelqu'un pour « se payer la traite » : une pause gourmande en bonne compagnie est toujours la bienvenue!

Alors, la prochaine fois que vous n'aurez pas d'inspiration pour cuisiner ou que vous aurez spontanément le désir de soutenir l'économie de votre communauté, mangez dans un restaurant à proximité! Tapas, sushis, pâtes, côtes levées, mets végétariens, fruits de mer, tartares, hamburgers, poutines... qu'est-ce qui vous fait envie aujourd'hui?

MARCHÉ THERESA: VOTRE NOUVELLE DESTINATION GOURMANDE!

À Sainte-Thérèse tout près de la gare vous accueille le marché Theresa. Découvrez cette épicerie italienne axée sur la fraîcheur et l'authenticité des produits, offrant une expérience culinaire méditerranéenne passionnante.

« Succombez aux plats prêts-à-manger, produits importés, pâtisseries maison, cafés exceptionnels, viandes marinées et pizzas préparés sur place, incluant des pizzas de 1 mètre! », invite le chef Bernardo, qui crée des plats généreux et savoureux pour votre plaisir.

LE GOÛT D'ITALIE SUR LA RIVE-NORD

Pour les amoureux de l'Italie, la section épicerie propose une vaste sélection de produits italiens importés, allant des huiles d'olive aux vinaigres, fromages, pâtes fraîches, et bien plus encore.

SERVICE TRAITEUR : PARFAIT POUR LE TEMPS DES FÊTES

Moins de préparation et plus de temps avec vos proches; laissez les saveurs italiennes rehausser vos événements grâce notre service traiteur. Qu'il s'agisse d'un événement professionnel ou personnel, les plats gourmands préparés par le chef Bernardo seront un succès garanti.

UN CAFÉ AVEC ÇA?

Terminez votre visite en beauté avec un café italien de votre choix, accompagné de délicieuses pâtisseries maison. Cannoli, cornetti, bomboloni, zeppole, crostata... Les noms à eux seuls mettent l'eau à la bouche.

Rendez-vous chez Marché Theresa ou commandez en ligne pour une expérience gastronomique italienne inoubliable. Buon appetito!

marchetheresa.com
120, rue Turgeon, Sainte-Thérèse, J7E 3H9
579 637-5111

Le chef Bernardo vous offre le meilleur de l'Italie: prêt-à-manger, épicerie, traiteur, cafés, pâtisseries... et ses impressionnantes pizzas au mètre!

Theresa
MARCHÉ ITALIEN

P023181-1_11853

Le goût d'Italie sur la Rive-Nord!

MAGASINEZ
DANS NOTRE MARCHÉ
produits importés d'Italie - fromage - charcuterie - café italien

RAMENEZ
UN PEU D'ITALIE À LA MAISON

service traiteur - prêts à manger - pizza - pâtisserie

MANGEZ
DANS NOTRE BISTRO
pâtes - pizza - panini –salade

marchetheresa.com

120, rue Turgeon, Sainte-Thérèse 579 637-5711

Bernardo, notre chef , met sa passion pour les ingrédients de qualité et les plats authentiques au service des palais des plus fins gourmets.

NOUVEAU MARCHÉ KERPI: POUR DES PRODUITS FRAIS ET ABORDABLES

Le Marché Kerpi est votre nouvelle destination pour des produits d'épicerie 100 % qualité à prix abordable! Maintenant ouvert à Blainville, ce marché local égyptien vous offre une grande variété d'aliments.

On y vient pour l'épicerie spécialisée, les charcuteries et fromages, ainsi que les herbes séchées pour tisane, tisanes, mélange de noix et ensembles-cadeaux gourmands, sans oublier les jus frais!

SPÉCIALITÉ: FROMAGES IMPORTÉS

Amateurs de vins et fromages (ou juste de fromages), Marché Kerpi vous enchantera par sa gamme de fromages d'importation. Parfait pour vos repas de tous les jours comme pour vos réceptions. Une adresse à découvrir!

Marché Kerpi
750, boul. Curé-Labelle, Blainville, local 1
450 430-6864

POUR UN MAXIMUM DE FRAÎCHEUR, CHOISISSONS NOS PRODUCTEURS!

Nos producteurs et nos transformateurs locaux sont une richesse indéniable dans notre région. Maîtres incontestés de la qualité, ils nous offrent le fruit de leur labeur sur un plateau de saveurs. Pour vos repas du quotidien comme pour vos festins, opter pour les produits alimentaires d'ici est un choix brillant!

Fini le temps où l'on « encourageait » les producteurs comme on soutient une noble cause. En effet, les consommateurs d'aujourd'hui sont plus informés, plus exigeants et plus sélectifs que jamais. Dans cette optique, se procurer des produits cuisinés ou cultivés dans la région n'est plus un acte altruiste… mais délicieusement égoïste!

Pensez-y : les aliments de nos producteurs locaux sont plus frais, plus goûteux et répondent à des critères de salubrité parmi les plus élevés. Et comme la nourriture est le carburant qui nous permet d'accomplir nos activités quotidiennes et de nous dépasser, se contenter de produits de qualité inférieure est pour le moins contre-productif, n'est-ce pas?

Enfin, sur le plan écologique, consommer les aliments d'ici tombe sous le sens. Les fruits, les légumes, les fromages et les viandes, par exemple, ne parcourent pas des milliers de kilomètres avant d'atterrir dans votre assiette. Résultat? Une diminution marquée des émissions de gaz à effet de serre… et une fraîcheur exceptionnelle!

Il existe 1001 raisons de manger local : quelles sont les vôtres?

YUZU SUSHI MIRABEL: L'ADRESSE DES SUSHIVORES!

Le tout nouveau plateau 54 morceaux, comprenant plusieurs spécialités, est offert à 79,99 $ (prix en commande pour emporter ou en salle à manger).

Vous vouez une passion aux sushis? Depuis près de 10 ans déjà, Yuzu Sushi Mirabel fait votre bonheur par son offre alliant qualité et fraîcheur exquise, accueil enthousiaste et service hors pair. Le tout couronné par de nombreuses promotions.

NOUVEAUTÉS AU MENU

Ici, pas de place pour la monotonie! Rassurez-vous: les classiques figurent toujours au menu, mais celui-ci se renouvelle constamment pour s'assurer de répondre à vos goûts.

De plus, la formule Yuzu Sushi vous permet de commander facilement en ligne – et même longtemps d'avance, parfait pour planifier vos rassemblements de famille et de bureau! – et d'opter pour la livraison. Alors, souper sushis ce soir?

18275, boul. de Versailles, Mirabel, J7J 0R6
yuzusushi.ca
450 419-4440

P023275-1_08291

BOUCANNERIE BELLE-RIVIÈRE : L'ART DE FUMER LA VIANDE

Le savoir-faire de la Boucannerie Belle-Rivière, située à Mirabel, est reconnu par-delà la région. Réputée pour ses viandes fumées, la boucherie et charcuterie artisanale fait le bonheur des amateurs de bonne bouffe, et ce, depuis 1978.

En plus des viandes issues de son fumoir – saucisses, jambon, dinde, canard, bacon, saumon, jerky, bœuf, côtes levées, lapin –, la Boucannerie Belle-Rivière propose un grand éventail de steaks, grillades, viandes sauvages ainsi que de délicieuses créations maison.

N'hésitez pas à demander conseil. Le propriétaire, Frédéric Legault, et son équipe sauront vous renseigner sur les meilleures cuissons. Bon appétit!

Boucannerie Belle-Rivière
www.boucanneriebelleriviere.com
450 258-3412

Le jambon fumé au bran de scie d'érable est l'une des spécialités de la Boucannerie Belle-Rivière.

LES PLAISIRS DE GOÛTER L'AUTOMNE

Les feuilles des arbres sont rouges, jaunes, orangées; le vent est doux et transporte des odeurs enivrantes... Tous les éléments sont réunis pour que vos journées passées à parcourir le Québec et à savourer la fraîcheur de ses produits soient réussies!

L'automne est le moment idéal pour partir à la rencontre de producteurs passionnés, pour goûter à leurs spécialités et pour faire le plein de fruits et de légumes débordants de vitamines. Une variété impressionnante de courges, de citrouilles, de tomates et de champignons vous attend ainsi que des pommes de terre, des bulbes d'ail, des choux, des cerises de terre, des betteraves et même des artichauts!

Et n'oubliez surtout pas la cueillette de fruits du verger tels que les pommes, les poires et les prunes, qui chaque année demeure une activité à ne pas manquer — tartes, confitures et autres délices maison à l'horizon!

À un kiosque maraîcher, à la ferme ou à l'épicerie, cet automne, laissez-vous envoûter par les saveurs d'ici!

P023275-1_08291

NOUVELLE LIGUE PICKLEBALL HBLL

DEK HOCKEY HBLL.ca LAURENTIDES · LANAUDIERE

SAISON AUTOMNE 2023

Location ou réservation dès maintenant

1 fois par semaine (13 fois)	2 fois par semaine (26 fois)	3 fois par semaine (39 fois)
195$	345$	465$

13 semaines

Horaire selon votre disponibilité

7h45 à 9h
9h à 10h15
10h15 à 11h30
11h30 à 12h45
12h45 à 14h00
14h à 15h15
15h15 à 16h30

Disponible Location de terrains (durée 1h15)

Inscris toi seul ou avec des amis

Vous jouerez avec des groupes de votre calibre

Inscriptions en ligne ou par courriel
Coordonnateur Michel St-Jacques
450 612-5225
michelstjacques@hbll.ca

Information: info@hbll.ca / 450 437-2255

P023136-1_11795

NOS PIEDS CHANGENT AVEC L'ÂGE!

Pourquoi nos pieds deviennent-ils plus larges, plus longs et pourquoi avons-nous besoin de chaussures plus larges et plus appropriées?

- La perte d'élasticité au niveau des tendons et des ligaments rend nos pieds plus longs et plus larges avec le vieillissement;
- La prise de poids est un facteur contributif, car le coussinet adipeux situé sous le pied a tendance à s'étendre;
- Les pieds des femmes peuvent prendre de l'ampleur au cours de la grossesse, en raison des changements hormonaux ou de la rétention d'eau;
- L'enflure peut être causée par une maladie artérielle périphérique (MAP);
- La rétention d'eau (œdème);
- Le lymphœdème (une maladie chronique);
- Les orteils en marteau et les oignons deviennent plus fréquents avec l'âge, obligeant l'usage de chaussures plus larges.

OPTEZ POUR DES BOTTES ET CHAUSSURES ADAPTÉES

Ces changements nécessitent l'usage de chaussures adaptées pour accommoder une forme de pied plus large, comme les bottes et chaussures Keen par exemple, offertes en demi-pointures et en différentes largeurs.

Il est primordial de s'assurer de la bonne longueur de la chaussure. Pour ce faire, prenez la fausse semelle existante de la chaussure et vérifiez si votre pied le plus fort rentre bien sur la forme. Le mesure d'environ 5 mm devant le plus long orteil est exigé pour un bon confort et une propulsion lors de la marche. Tous les orteils doivent être contenus dans cet espace et non coincés.

Les coutures sont aussi à prendre en considération pour éviter les points de pression sur vos oignons, orteils marteaux, ou toute autre déformation existante. Pieds arthritiques ou diabétiques, dorlotez-les bien!

Pour plus de bons conseils, venez rencontrer l'équipe du Centre orthopédique Julie Larouche.

Centre orthopédique Julie Larouche
centreorthopediquejl.com
450 983-7705

QUOI FAIRE APRÈS UNE CHUTE?

Si la prévention est essentielle pour limiter au maximum les risques de chutes chez les aînés, elle n'empêche malheureusement pas ces dernières à 100 %. Si vous tombez dans votre domicile et que vous vous trouvez dans l'impossibilité de vous relever, voici ce qu'il faut faire :

- Gardez votre calme, restez immobile et vérifiez si vous ressentez de la douleur à une partie de votre corps. Il est important de ne pas chercher à vous mettre debout si vous croyez qu'une blessure pourrait s'aggraver par l'effort.
- Avant de bouger, observez votre environnement pour vous assurer qu'il n'y a pas d'objets brisés (bibelot, verre, etc.) qui pourraient vous blesser lors de vos tentatives de vous déplacer.
- Si d'autres personnes sont présentes dans le logement, essayez de les appeler pour obtenir de l'aide.
- Si vous êtes seul, il vous faudra tenter d'attirer l'attention d'un voisin. Vous pouvez cogner directement sur un mur ou le plancher ou utiliser un objet (télécommande, livre, canne, etc.) pour faire plus de bruit. Vous pouvez également, si possible, vous rapprocher d'une porte ou d'une fenêtre pour vous faire entendre davantage.

- Si vos voisins sont absents ou trop éloignés, tentez de vous glisser doucement vers un téléphone. N'hésitez pas à faire des pauses pour ne pas vous épuiser. Lorsque vous aurez atteint l'appareil, contactez un proche pour qu'il vous vienne en aide.
- En attendant qu'une personne vous rejoigne, essayez d'adopter une position confortable. Vous pouvez placer un coussin ou un vêtement sous votre tête pour la soutenir, par exemple. Pensez aussi à bouger régulièrement vos articulations (en douceur!) pour éviter les raideurs.

Les dispositifs de détection des chutes et les boutons d'urgence sont de plus en plus accessibles pour les aînés. Informez-vous sur les solutions qui s'offrent à vous afin d'obtenir de l'aide plus rapidement en cas de chute!

P014154-1_09919

Vente pré-saison sur les bottes d'hiver 20 à 50%

Sur modèles sélectionnés

Les bottes d'hiver sont arrivées

Centre orthopédique JULIE LAROUCHE

CENTREORTHOPEDIQUEjl.COM
495, Arthur-Sauvé, St-Eustache J7P 4X4
450 983-7705 info@centreorthopediquejl.com

Nos aînés, notre priorité!

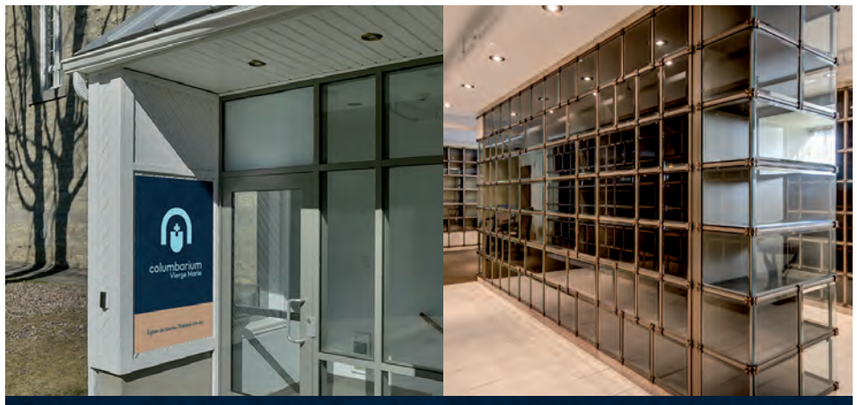
« Responsables! », car nous exigeons des conditions de vie dignes pour nos aînés.

JEAN-DENIS GARON
Député de Mirabel

LOUISE CHABOT
Députée de Thérèse-De Blainville

LUC DESILETS
Député de Rivière-des-Mille-Îles

P012216-2_05733



columbarium
Vierge Marie

Niché au cœur de Sainte-Thérèse

450 435-9515, poste 210
cim@paroissesta.ca

10, rue de l'Église
Sainte-Thérèse QC J7E 3L1

P020998-1_01678

UN LIEU SACRÉ, PAISIBLE, RESPECTUEUX

Lorsque nous sommes confrontés au départ d'un être cher, plusieurs émotions peuvent nous envahir. C'est pourquoi la Paroisse Sainte-Thérèse-d'Avila veille à accompagner les familles lors du processus de deuil en rendant hommage au défunt, tout en assurant paix et sérénité à tous.

UN COLUMBARIUM CHARGÉ D'HISTOIRE

Nommé en hommage à la statue de la Vierge Marie, préservée miraculeusement lors de l'incendie de l'église en 1885, ce columbarium est situé à même l'église et accessible sur rendez-vous seulement. Son emplacement magnifique et serein en fait un lieu de recueillement où sont déposées les urnes.

Avec plus de 500 niches disponibles, vous pouvez choisir entre les niches vitrées ou marbrées, individuelles ou familiales (pouvant contenir d'une à cinq urnes) selon votre volonté, et celle du défunt.

Notre équipe est là pour vous!

Paroisse Sainte-Thérèse-d'Avila
Columbarium Vierge Marie
10, rue de l'Église, Sainte-Thérèse
450 435-9515 poste 210
cim@paroissesta.ca

GRANITE NADON: POUR PERPÉTUER LE SOUVENIR

Il importe de faire des choix éclairés quant au respect des dernières volontés de nos êtres chers. Certains, par précautions, préfèrent orchestrer leurs préarrangements pour alléger le fardeau à leurs proches et ainsi faire leurs choix de leur vivant. Granite Nadon, depuis plus de 25 ans, a soigneusement développé l'art d'honorer les besoins de sa clientèle.

Rien n'est plus précieux que le lien de confiance qui unit l'entreprise à ses clients. Choisir un monument funéraire ou une plaque commémorative est une tâche délicate et il importe, en effet, d'obtenir les conseils et renseignements de professionnels.

« 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 », souligne le fondateur, M. Richard 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 • 450 597-0521

À la Ville de Rosemère, plusieurs organismes offrent des services d'aide aux personnes aînées et à leurs proches aidants.

Nous souhaitons les remercier chaleureusement de leur bienveillance.

C'est en collaborant tous ensemble que nous pouvons offrir une belle qualité de vie à nos personnes aînées et à leur entourage.

ROSEMÈRE
ville.rosemere.qc.ca

P022919-1_01576

POUR UN SOUVENIR INSCRIT DANS LA PIERRE

P016883-1_09224

Granite NADON Inc.
MONUMENTS LETTRAGES
RESTAURATION

GRANITENADON.COM
514-262-6220
7855, ch. du Chicot Sud, Mirabel
INFO@GRANITENADON.COM

AUDIOPROTHÈSE MORENCY: UNE ADAPTATION DU CERVEAU HUMAIN

Porter régulièrement ses prothèses auditives est important pour que le cerveau retrouve ses capacités à gérer ces «nouveaux» bruits environnants.

Le port d'appareils auditifs améliore l'audition. Cependant, cette amélioration nécessite une adaptation qui n'est pas instantanée et en voici l'explication.

Dans la majorité des cas, la perte d'audition s'installe graduellement sur une longue période. Elle est principalement due au vieillissement, appelé « presbyacousie ». Ceci a pour effet d'atténuer progressivement les petits bruits du quotidien tels que le bruissement des feuilles, la ventilation, le plancher qui craque, etc., jusqu'à ce qu'ils disparaissent de notre paysage sonore.

Lorsque vient le temps de porter de nouvelles prothèses auditives, tous les sons jusqu'alors inaudibles reviennent perceptibles en même temps. Ce soudain changement est déconcertant pour notre cerveau. Celui-ci a besoin de travailler pour retrouver sa capacité à gérer ces « nouveaux » bruits environnants, comme il le faisait dans le passé. Voilà pourquoi il est important de porter régulièrement ses prothèses auditives.

CHEZ AUDIOPROTHÈSE MORENCY

Ouvert du lundi au jeudi et situé au 519, boulevard Curé-Labelle, suite 203, à Blainville, Audioprothèse Morency offre une gamme complète de services adaptés à vos besoins. Test de dépistage, pose et ajustement de prothèses, protecteurs pour le bruit, piles, réparation, etc. Un service d'audiologie privé est disponible pour une évaluation globale de l'audition.

Pour une consultation informative (sans frais), contactez :

Audioprothèse Morency
www.audioprothesemorency.com
450 818-8789

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

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

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

La Ville de Lorraine invite sa population aînée à profiter des différents services qui lui sont offerts :

- PROGRAMMES RAPPID+OR, PAIR ET BIBLIO-SANTÉ
- COURS ET ACTIVITÉS DU CLUB LORR« AÎNÉS »
- ET PLUS ENCORE!

Le conseil municipal

Ville de LORRAINE

Visitez le **lorraine.ca**
pour plus d'informations
sur les ressources dédiées à
votre santé et à votre bien-être.

P023308-1_01584

LE RÔLE NÉGLIGÉ DES PROCHES AIDANTS DES LAURENTIDES

Histoire de proche aidant dans le cadre de la Semaine nationale des personnes proches aidantes (SNPPA)

Par Jude Hussain

Francine Boyer n'est pas rémunérée pour son rôle de proche aidante à temps plein auprès de sa fille autiste de 30 ans, Lena. En fait, Francine ne bénéficie d'aucune aide particulière pour s'occuper de Lena, dont l'autisme a été diagnostiqué à l'âge de deux ans.

"C'est 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, pas de jours de repos, et je dirais que je n'ai qu'une vingtaine d'heures de temps libre par semaine", explique Francine.

La situation difficile de Francine ressemble à celle de milliers d'autres proches aidants. Lorsque la plupart des gens entendent le mot "aidant", ils s'imaginent une assistante sociale professionnelle ou un agent de santé. Ce que beaucoup ne savent peut-être pas, c'est que les aidants sont souvent des personnes qui s'occupent de membres de leur famille ou d'êtres chers sans bénéficier d'aucune aide financière et parfois avec peu ou pas de services.

Semaine nationale des eronnes proches aidantes (SNPPA), qui se déroule du 6 au 12 novembre, a pour but de reconnaître, de comprendre et de soutenir les aidants au sein de nos communautés. Le Réseau 4Korners, un organisme communautaire régional qui offre des services à la communauté anglophone des Laurentides, soutient un nombre croissant d'aidants des Laurentides. Ce sont 103 proches aidants individuels au cours de la dernière année qui ont eu accès à une grande variété de ressources. De plus, l'organisme a récemment ajouté de nouveaux services pour les jeunes autistes et leurs aidants dans le cadre du programme Autism and Art Laurentians. C'est ainsi que Francine et 4Korner se sont rencontrés.

La fille de Francine, Lena, mène une vie très active et très occupée. Elle a participé aux Jeux olympiques spéciaux et pratique des sports et des activités comme l'escalade, la natation et la raquette. Toutes ces activités parascolaires sont facilitées et rendues possibles grâce au travail acharné de sa mère.

"En tant qu'aidante, je suis chargée de son bien-être et je m'assure toujours qu'elle comprend l'aspect sécuritaire des activités qu'elle fait", explique Francine. "Les capacités intellectuelles de Lena sont celles d'un enfant de sept ans environ, il est donc nécessaire que je sois présente lors de ses activités pour lui servir de traductrice."

L'histoire de Francine illustre bien la réalité que vivent quotidiennement des milliers d'aidants naturels au Québec. Les aidants doivent sacrifier leur temps libre tout en s'occupant de leur vie personnelle, assumer un travail physique exigeant et fonctionner à un niveau émotionnel élevé tout en faisant preuve d'empathie à l'égard de leurs proches.

À l'occasion Semaine nationale des personnes proches aidantes (SNPPA), rendons hommage aux proches aidants. Le travail silencieux qu'ils accomplissent donne vie aux personnes qu'ils soutiennent à travers le travail de leur propre vie. Les organismes communautaires et les aidants de tout le Québec espèrent que la Semaine Nationale des Proches Aidants naturels permettra d'ouvrir un dialogue plus large sur la nécessité d'accroître les services de santé et les services sociaux destinés aux aidants.

Plus détails sont disponible sur la proche aidance et la campagne sur le site www.appui.org.

4korners

Health & Wellness | Santé & bien-être
Youth | Jeunesse
Kids & Families | Enfants & familles
Seniors & Wellness | Bien-être des ainés.es
Arts & Culture | Arts et culture

RENFORCER la **VITALITÉ** des **COMMUNAUTÉS** anglophones des Laurentides

www.4korners.org | 450-974-3940

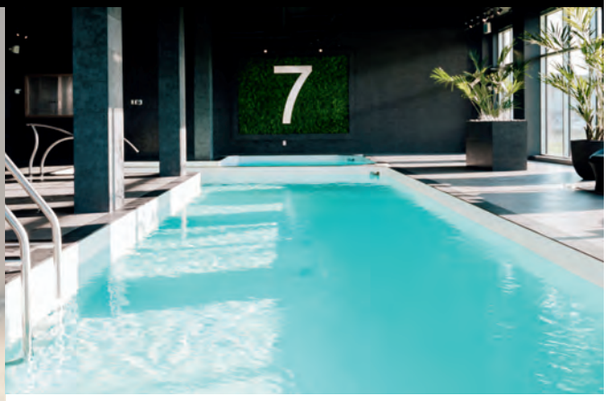
P021966-1_09119

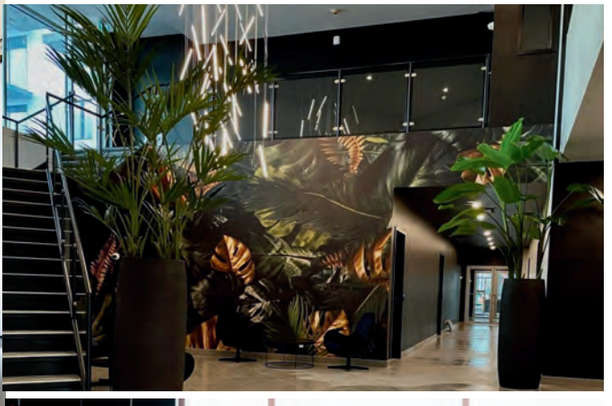
P023264-1_03994

CONDOS À LOUER

VISITES LIBRES!
DIMANCHE 5 NOVEMBRE
10AM-14PM

11500 RUE DE CHAMBORD
MIRABEL, QC J7J 2S9





579-477-7779
location@le7sens.com

7SENS
condos locatifs

www.le7sens.com

UN PROJET SIGNÉ INVESTISSEMENT RAY JUNIOR

Pd168824-1_11565

PANTHÈRES DE SAINT-JÉRÔME en action

FIER MEMBRE DE LA LHJQ AAA

JOUEUR VEDETTE DE LA SEMAINE - 5 QUESTIONS À

TOMMY-LEE VIEIRA

1- Tu as joué ton hockey mineur où ?
Mirabel

2- Ton point fort comme joueur?
Ma vitesse

3-Ton point à améliorer ?
Mon jeu défensif à 5 vs 5

4- Ton joueur préféré ou ton idole dans la vie? Auston Matthews

5- Tu seras où dans 5 ans ?
Courtier hypothécaire

LES PANTHÈRES DÉGRIFFÉS PAR LES RANGERS

(S. T.) — Avec une fiche de 10 victoires et 4 défaites, les Panthères de Saint-Jérôme n'ont pas été en mesure d'effectuer une remontée pour vaincre les Rangers de Montréal, enregistrant leur 12e victoire de la saison.

Le match qui promettait d'être serré, là été jusqu'au bout. Le deuxième rang de la ligue était à l'enjeu, Côte-Sud est premier.

Une rencontre équilibrée qui s'est soldée par un gain de 4-3 de Montréal devant ses 450 partisans. Les Panthères étaient de retour en action après une dizaine de jours sans match, la plus longue séquence du genre de la saison.

Ce sont pourtant les visiteurs qui ont ouvert la marque, à 10 minutes, le 8e d'Olivier Tourchot, sans aide. Les Rangers ont rapidement riposté, soit 3 minutes et 31 secondes plus tard, Ronwahrharaties Norton-Mcgregor a égalisé le pointage, marquant son 6e but de la saison, avec une passe décisive de Joshua Cohen.

En toute fin de première période, Gabriel Pelchat a trouvé le filet, son 7e but de la campagne, une fois de plus assisté par Joshua Cohen. 2-1 Rangers.

Dès le retour pour la période médiane, les Rangers ont inscrit un 3e but, celui de Samuel Larocque.

Combatifs depuis le début de la saison, les Panthères ne se sont pas laissés abattre avec deux buts du meilleur pointeur du circuit Figsby, Mathis Cloutier, ses 13e et 14e filets de l'année, égalisant le pointage 3-3.

Finalement, à 17 minutes et 28 secondes, Guillaume Sicotte des Rangers de Montréal a scellé la victoire en inscrivant son 3e but de la saison.

Une défaite de 4-3 des Félins attribuable à leur jeux de puissance anéanti en cinq tentatives. Le gardien montréalais, Gabriel Boissonneault, a joué un rôle clé dans cette victoire, réalisant 35 arrêts. Sa solide présence devant la cage a empêché les Panthères de renverser la vapeur.

Les Panthères, 3e au classement, tenteront de retrouver le chemin de la victoire, ce soir, à l'aréna Rivière-du-Nord, à Saint-Jérôme, alors que les visiteurs seront les Inouk de Granby, 9e. La mascotte Puma aura un immense sac de bonbons et un certificat cadeau de 200$ à la boutique des Panthères sera offert parmi tous les spectateurs costumés pour fêter l'Halloween. Un match qui promet de faire peur. Boo!

CLASSEMENT DES ÉQUIPES

#	Équipe	PJ	V	D	PTS
1	CDS	16	11	2	26
2	MON	15	11	4	22
3	STJ	14	10	4	20
4	VAL	14	10	4	20
5	CBA	14	9	3	20
6	LAV	18	8	6	19
7	TER	15	8	6	17
8	LON	13	7	5	15
9	GRA	14	6	7	13
10	PRI	14	5	8	11
11	MTL	15	4	11	8
12	JOL	14	3	9	8
13	GAT	16	2	12	6

LES MEILLEURS POINTEURS

#	Nom	Équipe	Pos	PJ	B	A	PTS
1	CLOUTIER, MATHIS	STJ	AG	14	14	22	36
2	RIVERIN, FELIX	CDS	AG	16	12	19	31
3	Beauregard, Charles-Antoine	CBA	AG	14	13	17	30
4	Boisselle, Justin	VAL	C	14	9	21	30
5	BLAIS, ALEX	STJ	C	14	11	18	29
6	LAMARRE, ALEXANDRE	CBA	AG	14	13	15	28
7	LAVOIE, ELLIOT	CDS	AG	15	7	21	28
8	BRISSON, ALEXIS	VAL	AG	13	15	12	27
9	BOURDEAU, JEREMY	PRI	AG	14	6	21	27
10	ISERHOFF, WYNSTON	GAT	C	14	18	8	26

MATCHS IDENTIQUES, RÉSULTATS DIFFÉRENTS

L'ARMADA BAT LES SAGUENÉENS, S'INCLINE DEVANT LES EAGLES

Noé Cloutier
ncloutier@groupejcl.ca

De retour d'un voyage victorieux, l'Armada a ramené avec elle son succès à Boisbriand, les 27 et 28 octobre. Elle a d'abord vaincu les Saguenéens de Chicoutimi 2 à 1, en fusillade. Bien que battue 2 à 1 le lendemain, en atteignant la prolongation, elle s'est offert un point dans un 5e match de suite face aux Eagles du Cap Breton.

« On est une jeune équipe, mais on commence à jouer comme des gars qui se connaissent depuis longtemps », a confié le gardien et pilier de l'Armada, Charles-Édward Gravel, héros de la victoire face aux « Sags » avec 23 arrêts. Pour aider à développer cette connexion rapide, il a d'ailleurs souligné que, comme lui, près de la moitié de l'équipe était originaire de la région de Lévis.

À l'issue de ces deux joutes, la Flotte affiche maintenant un bilan de 8-5-2. Elle sera de retour en action le mercredi 1er novembre où elle retrouvera les Saguenéens, cette fois à Chicoutimi, avant de revenir au Centre d'Excellence Sports Rousseau (CESR), le vendredi 3 novembre, où elle accueillera le Drakkar de Baie-Comeau dans son traditionnel « match en mauve » pour vaincre le cancer.

LE CALME AVANT LA TEMPÊTE

Aucun but n'est marqué ni en première ni en deuxième période. À défaut de voir un festival offensif, les 1 681 spectateurs ont droit à beaucoup d'action, notamment un heureux mélange d'arrêts in extremis et d'occasions ratées. Les deux équipes sont si au coude à coude que leurs deux gardiens, Mathys Fernandez et Charles-Édward Gravel, ont chacun 14 arrêts après 40 minutes.

« C'est un match où, autant il y avait de la vitesse, autant les deux équipes faisaient un bon travail défensivement et ça a donné ça », avait commenté Mathieu Turcotte, s'accordant sur le fait qu'il s'agit un peu du meilleur des deux mondes de voir son équipe jouer du hockey excitant, mais structuré.

Sarrazin marque, Morin nivelle

La disette des deux équipes ne fait pas long feu une fois au troisième vingt, le Blainvillois Xavier Sarrasin marque son 4e à seulement 1:15 de la période. C'est un tir du revers d'une passe de Jonathan Fauchon à trois contre un qui déjoua Fernandez.

À peine plus de trois minutes plus tard – retour à la case départ – Alexis Morin crée l'égalité avec son 8e.

Comme le match avait débuté, plus aucun but ne fut marqué ensuite, ni dans le reste de la troisième période ni en prolongation. Si cela s'est passé comme ça, c'est que Charles-Édward Gravel n'a jamais rien voulu passer. En prolongation uniquement, il fait trois arrêts, dont deux échappés. En tir de barrage, il fit honneur à son surnom « Charly Big Save » en ne laissant rien passer, permettant au but de Justin Carbonneau de donner la victoire à la Flotte.

COPIER-COLLER INVERSÉ

Face aux Eagles, l'Armada a offert une performance similaire, sans toutefois pouvoir la conclure de la même manière. Dans les 60 premières minutes, répliquant au but de Cam MacDonald (6e), Xavier Sarrasin (5e) fut de nouveau le seul marqueur des locaux. Alors que le match se joua encore en surtemps, une séance de tirs de barrage ne fut cette fois pas nécessaire. Devant une foule de près de 1 300 spectateurs, Cole Burbidge (6e) donna la victoire aux oiseaux des Maritimes en déjouant le Blainvillois Edouard Gauthier, auteur d'une vaillante performance de 33 arrêts.

Photo : Laurent Corbeil
Avec 14 points en 13 matchs, le capitaine de l'Armada, Jonathan Fauchon, est aussi le meilleur pointeur de l'équipe.

Les Amputés de guerre

Le Service des plaques porte-clés protège vos clés et finance des programmes essentiels pour les personnes amputées.

Commandez vos plaques porte-clés en ligne. C'est gratuit!

514 398-0759
1 800 250-3030
amputesdeguerre.ca

P020199-1_11684

AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE

Avis est par les présentes donné qu'à la suite du décès de Marthe Désy, en son vivant résidant au 1350, boulevard Michèle-Bohec, Blainville (Québec) J7C 5S4, survenu le 24 mars 2022, un inventaire des biens de la défunte a été dressé conformément à la loi le 8 octobre 2023, par les liquidateurs, et peut être consulté par les intéressés au 1162, chemin Félix-Leclerc, Prévost (Québec) J0R 1T0 , sur rendez-vous seulement.

Donné ce 8 octobre 2023 à Prévost.
Paul Bergeron et Louise Bergeron, liquidateurs

P023166-1_11650

AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE

Avis est par les présentes donné que, à la suite du décès de Réjeanne MARCIL, en son vivant domiciliée au 319-15, rue Lesage, Sainte-Thérèse, Québec, J7E 3E7, un inventaire des biens de la défunte a été fait par la liquidatrice successoral, Manon LANGLAIS, le 19 octobre, devant Me Francis PELLETIER, notaire.

Cet inventaire peut être consulté par les intéressés, au 208 boulevard Sainte-Rose, Laval, Québec, H7L 1L6, conformément à la loi.

Donné à Laval ce 19 octobre 2023

P023157-1_10533

Avis public

Régie des alcools, des courses et des jeux

AVIS DE DEMANDES RELATIVES À UN PERMIS OU À UNE LICENCE

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

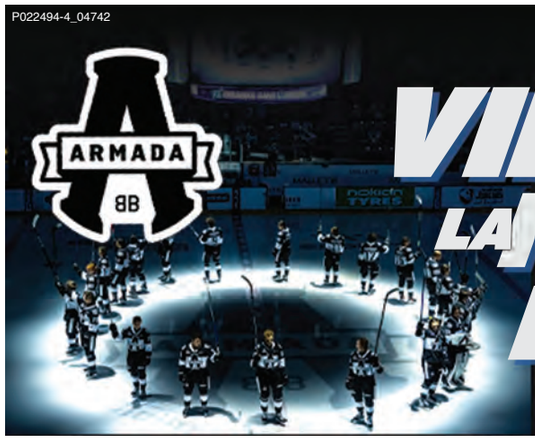
Cette opposition ou intervention doit être accompagnée d'une preuve attestant de son envoi au demandeur ou à son procureur, par courrier recommandé ou certifié ou par signification à personne, et être adressée à la **Régie des alcools, des courses et des jeux, 1, rue Notre-Dame Est, bureau 9.01, Montréal,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

NOM ET ADRESSE DU DEMANDEUR	NATURE DE LA DEMANDE	ENDROIT D'EXPLOITATION
Canton Brasse inc. A/S M. Claude Tanguay 401-1070, rue King Ouest Sherbrooke (Québec) J1H 1S2 Dossier : 55-30-3073	Demande de permis d'entrepôt (bière) aux fins de l'agent.	3961, rue Alfred Laliberté Boisbriand (Québec) J7H 1P7

P023177-1_11684

Québec

P022494-4_04742



VIENS VIVRE LA NOUVELLE EXPÉRIENCE

BILLETS À PARTIR DE SEULEMENT 14$

VS BAIE-COMEAU
3 NOVEMBRE | 19H30
CENTRE D'EXCELLENCE SPORTS ROUSSEAU

VS BAIE-COMEAU
4 NOVEMBRE | 16H00
CENTRE D'EXCELLENCE SPORTS ROUSSEAU

*Match le hockey pour vaincre le cancer & encan des chandails

P001792-1_01573

Blainville
inspirante

VILLE DE BLAINVILLE

Demande de soumissions 7210-2021-040-1/P

AVIS PUBLIC

SORTIES KM 28 ET KM 31 DE L'A15

ÉTUDE DE CIRCULATION

Description des travaux

Les activités faisant l'objet de la présente demande de soumissions sont, sans s'y limiter :

La Ville de Blainville désire procéder à la réalisation d'une étude de circulation exhaustive en partenariat avec la Ville de Mirabel et le ministère des Transports, de la Mobilité durable du Québec.

Plus précisément, l'étude portera sur les S28 et S31 de l'autoroute 15, incluant toutes les infrastructures adjacentes, dont les bretelles, les boulevards, les feux de circulation, la signalisation, etc.

Des soumissions sous enveloppes scellées portant l'inscription « **Demande de soumissions pour services professionnels 7210-2021-040-1/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 23 novembre 2023**. 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 M. Sacha Fournier, ing., M.Sc., chargé de projets – Études, conception et supervision à sacha.fournier@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 **S**ystème Électronique d'**A**ppel d'**O**ffres (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

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

Appel d'offres - Ville de Sainte-Thérèse

Contrat 2023-95 – Entretien ménager des bâtiments municipaux de la Ville de Sainte-Thérèse

La Ville de Sainte-Thérèse demande des soumissions pour l'entretien ménager des bâtiments municipaux de la Ville de Sainte-Thérèse.

Le présent appel d'offres a pour objet d'obtenir des soumissions pour l'attribution d'un contrat de trois (3) années ferme, du 1er janvier 2024 au 31 décembre 2026, ainsi que de deux (2) années d'option pour l'entretien ménager de cinq (5) bâtiments municipaux soit :

- Les ateliers municipaux
- La caserne d'incendie
- La bibliothèque municipale
- La Maison de l'emploi et du développement humain
- L'Hôtel de Ville

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 **1774492**. 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. Michael Bubar, au service des travaux publics, parcs et bâtiments, au numéro suivant : 450 434-1440, poste 2151.

RÉCEPTION DES DOCUMENTS

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

VILLE DE SAINTE-THÉRÈSE
Services juridiques et greffe
A/S Camille Plamondon, greffière
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 11 h, le vendredi 1er décembre 2023** 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.

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

DONNÉ À SAINTE-THÉRÈSE, ce 1er novembre 2023

Avis numéro : 2023-76

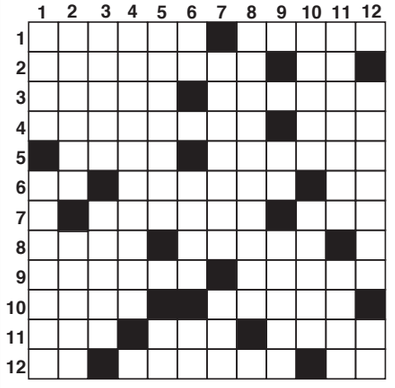
Camille Plamondon, notaire
Greffière

P023248-1_01577

Les mots croisés de chez nous

P003396-94_08230

PROBLÈME NO 1806



Horizontalement

1- Assemblage de feuilles de papier attachées ensemble pour écrire. - Relatif au pape.
2- Caractère de ce qui est pesant. - Personnel.
3- Manquement aux règles. - Conforme à la loi.
4- Tumeur graisseuse bénigne. - Sans aucune valeur.
5- Le premier-né. - Vérité non démontrable.
6- Conjonction. - Rendre pénible à supporter. - Éminence.
7- Qui présentent de la diversité. - Prairie.
8- Cor au sommet de la tête du cerf. - Somme due.
9- Carrosserie d'un véhicule. - Pointe cornée des animaux.
10- Région d'un viscère. - Faire cuire dans un corps gras.
11- Période. - Parc d'animaux. - Crainte
12- Dans la gamme. - Opération qui consiste à courber un sarment de vigne. - Fer.

Verticalement

1- Terminé, achevé. - Rendre un peu ivre.
2- Larve d'un acarien. - Réunion de deux choses identiques.
3- Province de la Chine. - Étoffe qui sert à couvrir.
4- Elle habite Belfast.
5- Personne qui publie l'œuvre d'un écrivain. - Zirconium.
6- Gamme. - Pli sur la peau. - Vieux oui.
7- Arbre tel que l'orme. - Pièce du jeu d'échecs.
8- Exister antérieurement à quelque chose.
9- Infinitif. - Boyau d'un animal de boucherie.
10- Instrument de musique. - Milieu des voleurs.
11- Enflammer. - Produit de la ferme.
12- Personne appartenant à un groupe. - Dieu Solaire.

RÉPONSES DU NO 1805

AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE
(Avis dans un journal : C.c.Q., art. 795, al. 2)

Avis est donné conformément au Code civil du Québec de la clôture de l'inventaire en regard de la succession de **Ginette GAUTHIER**, en son vivant résidant et domiciliée au 70, rue Labrie, Saint-Eustache, province de Québec, J7R 2R5, laquelle est décédée à Blainville, le 22 mai 2022. L'inventaire de ses biens peut être consulté par toute personne ayant un intérêt, à l'étude Lessard et Ahiba, Notaires, au 6622, rue Beaubien Est, Montréal, province de Québec, H1M 3B3.

Donné à Saint-Eustache, ce 30 octobre 2023.

Claire GAUTHIER LALLEMENT, liquidatrice
Notaire : Me Carenne AHIBA
Téléphone notaire : 514-303-3272

P023325-1_10869

LES PETITES ANNONCES

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

07 TERRES / TERRAINS À VENDRE / À LOUER

ST-EUSTACHE: TERRE AGRICOLE, 50 arpents presque tous cultivables. ÉRABLIÈRE, aucun bâtiment. 13,500$ l'arpent ou échange maison/ chalet. 514-809-7935.

08 TERRES RECHERCHÉES

Courtier spécialisé pour: TERRES, TERRAINS, MAISONS. Clientèle Montréal. www.francoisducharme.ca 450-898-1679.

21 LOGEMENTS À LOUER

CONSTRUCTION NEUVE MIRABEL, ST-BENOIT: 4.1/2, a/c mural. Borne électrique. Aucun chien. Enquête. Libre. 514-946-2779.

MIRABEL, ST-BENOÎT (15min. St-Eustache): 4.1/2 sur 2 étage, construction neuve. Borne électrique. Cabanon.514-946-2779.

STE-THÉRÈSE: grand 3.1/2 meublé, chauffé, éclairé, internet, câble inclus. Stationnement déneigé. Libre immédiatement. Pas d'animaux. Non fumeur. 450-435-6909, 514-915-3012.

ST-EUSTACHE: logement partagé. Doit être autonome ou presque. Libre immédiatement, 600$/ mois. Chauffé, éclairé, câble, internet illimité. Endroit sobre/ très tranquille. Meublé. SECTION HOMME. 450-983-4563.

43 ENTREPÔTS / ENTREPOSAGE

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

59 RECYCLAGE/ FERRAILLE

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

RECYCLAGES AUTOS: PAYONS JUSQU'À 1500$. REMORQUAGE GRATUIT. SERVICE RAPIDE. 514-348-8889.

101 OFFRES D'EMPLOI

DÉNEIGEMENT BEL-VUE
Recherche CHAUFFEURS
Avec expérience
Pour déneigement
Aussi PELLETEURS à la main
Secteur Ste-Thérèse
514-236-9009.

RECHERCHE EMPLOYÉ(E)S avec ou sans expérience. Pour tonte de pelouses, entretien plates bandes et taille de haies. 514-236-9009, 514-809-2905.

COIFFEUR(EUSE): pour résidences personnes âgées autonomes, centres d'accueils et hôpitaux. Clientèle assurée. 514-766-3553, 1-800-448-3553.

106 AIDES-DOMESTIQUES DISPONIBLES / DEMANDÉES

BESOIN D'ENTRETIEN MÉNAGER: 25 ans d'expérience. Efficace. Très professionnel. 514-622-1230.

118 SANTÉ / MÉDECINES DOUCES / MASSOTHÉRAPIE

MASSAGE ESPRIT ZEN Peut inclure: Lomi-Lomi, Shiatsu, Deep tissu, Thaïlandais, Fasciathérapie, Ashiatsu, Pierres chaudes, Ventouses, Suédois, Réflexologie, Tantrique Soins énergétiques. Coaching & Hypnose. Ste-Marthe-sur-le-Lac. Reçu, 514-933-3936.

NATHALIE HOUDE: massothérapeute. Blainville. Lundi au jeudi, 10h-16h. Reçu. 514-249-5663.

NOUVEAU! Bon massage chinois. 468, boul. des Laurentides Laval. Reçu. 450-490-9808, 581-983-4885.

121 OFFRES DE SERVICES

438-862-5335 RÉNOVATION: PATIO, balcon extérieur, s.d.b., cuisine, portes, moulures, flottant, céramique, peinture, pose de gypse, tirage joints, PLOMBERIE.

AAA RÉNOVATION. Homme à tout faire: s.d.b., armoires de cuisine, sous-sol, boiseries. Travaux extérieurs. Satisfaction garantie. Pierre, 450-712-3464.

ARRANGEMENT COMPLET Pose/ réparation de brique et pierre. Trottoir chauffant. Pavé uni et muret avec système de retenue. Fissure solage, drain français. 40 ans d'expérience. Estimation gratuite. F.Butler et fils inc., 514-436-5755.

CORMIER CONSTRUCTION OUVRAGE GÉNÉRAL: isolation, briques, joints briques... RÉPARATION: fissures de solage, béton, crépi. Estimation gratuite. P.Cormier, 514-212-6577.

GRAND NETTOYAGE et LAVAGE DE FENÊTRE: Prenez rendez-vous pour l'automne. Tapis, meuble, mur, plafond, maison fumeur. Entretien ménager. Mélissa, 514-924-1666.

MARIO POUR TRAVAUX: Peinture, tirage joints, divers réparations. Travaux extérieurs. 450-304-2696, 514-809-4077.

ST RÉNOVATION: entrepreneur résidentiel. 25 ans d'expérience. Estimation gratuite. RBQ: 5643-8047-01. 514-462-9250.

121 OFFRES DE SERVICES

RESTAURATION/ RÉPARATION, MAÇONNERIE/ BÉTON: fissures fondation/ joint brique, cheminée/ foyer, marche/ muret pierre/ dalles/ garage/ piscine. 514-569-0261, Pascal.

124 PEINTURE/ JOINTS

ENTRETIEN DANIEL: peintre, tireur de joints, pose de dosseret, moulures, plancher et plus. Service 24hre. Daniel, 514-713-3028.

125 DÉMÉNAGEMENT

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

128 ASTROLOGIE /CARTOMANCIENNE

ANA MÉDIUM, spécialiste des questions amoureuses depuis 25 ans. Le secret des rencontres positives, la méthode pour récupérer son ex et des centaines de couples sauvés durablement, réponses précises et datées. Tél.: 450-309-0125.

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)6920. (des frais peuvent s'appliquer). L'aventure est au bout de la ligne. www.lesseductrices.ca

131 COURS

TUTORAT FRANÇAIS TOUS NIVEAUX, MATHÉMATIQUE PRIMAIRE: progrès assuré. Professeure qualifiée avec expérience. +Correction de documents variés. 450-430-9501.

154 PROPRIÉTÉS À VENDRE

ST-EUSTACHE, 655 BIGRAS (près REM/ autobus): 5.1/2. Sous-sol 8pi., accès extérieur. Terrain très privé. 395,000$. 450-623-0508.

PERSONNEL DEMANDÉ POUR NOUVELLE RÉSIDENCE DE PERSONNES ÂGÉES

Oasis Blainville

. Serveur ou serveuse
. Plongeur ou plongeuse
. Cuisinier(ère) et Aide-cuisinier(ère)

Temps plein ou temps partiel

Contactez-nous au 514 242-0102 entre 9 h et 17 h.

P023299-1_05915

J.P. Lauzon & Fils
Une tradition depuis 1955

Entreprise de Blainville spécialisée dans le domaine des portes, fenêtres et revêtement.
RBQ: 1337-6181-47
1221, boul. du Curé-Labelle, Blainville
www.jplauzon.com

INSTALLATEUR PORTES ET FENÊTRES

Installation de portes et fenêtres, selon les règles de l'art, ainsi que de produits complémentaires offerts par notre entreprise.

Exigences requises :
- Candidat minutieux, organisé et méthodique dans l'exécution de ses tâches
- Motivé, sérieux, ponctuel et disponible
- Entregent et facilité au travail d'équipe
- En excellente forme physique - Expérience dans le domaine

Nous offrons :
- Salaire compétitif - Assurance invalidité long terme
- Fermeture annuelle durant la période des vacances de la construction - Travail local

Courriel: informations@jplauzon.com
Faire parvenir CV par télécopieur: 450 430-6815

P023217-1_02792

HOROSCOPE

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

Signes chanceux de la semaine: **Gémeaux, Cancer et Lion**

DU 2 AU 8 NOVEMBRE 2023

BÉLIER (21 mars- 20 avril)
Vous pourriez bénéficier d'une promotion inattendue après le départ d'un collègue. Vous investirez aussi la chaise du patron lorsque celui-ci s'accordera des vacances. Ou tout simplement, une augmentation de salaire vous attend.

TAUREAU (21 avril - 20 mai)
Les éléments se mettent en place pour que vous puissiez régler de nombreux soucis. Au travail, vous bénéficierez d'une belle inspiration menant vos projets dans la bonne direction, vers l'atteinte de vos objectifs.

GÉMEAUX (21 mai - 21 juin)
Ressourcement nécessaire! Vous améliorerez votre situation dans toutes les sphères de votre vie. L'inspiration et une ouverture vers la spiritualité vous aideront à faire les transformations qui s'imposent pour votre mieux-être.

CANCER (22 juin - 23 juillet)
Vous prendrez en charge un groupe afin de participer à une activité des plus mémorables. Les résultats seront à la hauteur des efforts que vous fournirez. Vous réussirez aussi à vaincre une certaine timidité grâce à votre implication.

LION (24 juillet - 23 août)
De nombreuses responsabilités à prendre en charge. Vous établirez un ordre de priorité conforme à vos capacités. Vos proches vous aideront à établir un plan d'action afin que vous déployiez une efficacité exemplaire.

VIERGE (24 août - 23 septembre)
Un retour aux études n'est pas chose facile. Il s'agit d'une décision qui vous sera profitable, en parfait accord avec vos valeurs et vos objectifs de vie. La persévérance est la clé du succès, et vous aurez le soutien de vos proches.

BALANCE (24 septembre - 23 octobre)
Il faudra évaluer le pour et le contre avant de faire un choix. Vous pourriez aussi adhérer à un mouvement de nature spirituelle avec un groupe en particulier pour élargir vos horizons et profiter d'une saine qualité de vie.

SCORPION (24 octobre - 22 novembre)
La réflexion s'impose avant de prendre la moindre décision, même si on vous met de la pression à ce sujet. Vos intuitions vous guideront vers la bonne réponse, et ce sera la patience qui vous inspirera les bonnes solutions.

SAGITTAIRE (23 novembre - 21 décembre)
Il faudra accorder du temps à la préparation d'une négociation afin qu'elle vous soit favorable. Vous trouverez les solutions miracles à tous vos problèmes financiers, ou encore pour décrocher l'emploi de vos rêves.

CAPRICORNE (22 décembre - 20 janvier)
Vous calculerez ce que vous pouvez vous offrir, après quoi un magasinage dans les plus belles boutiques s'imposera. Vous pourriez aussi soigner votre apparence pour occuper des fonctions plus importantes au travail.

VERSEAU (21 janvier - 18 février)
Vous apprécierez le confort de votre foyer. Vous pourriez également effectuer une partie de votre boulot à la maison tout en redoublant d'efficacité. Vous pourriez aussi vous lancer dans un grand ménage.

POISSONS (19 février - 20 mars)
Vous pourriez ressentir un peu de confusion avec un membre de la famille. N'étirez pas la situation avant de remettre les pendules à l'heure; il faut déterminer qui prend les décisions, autrement la situation restera nébuleuse.

P000146-110_08290

La Moisson
SUPERMARCHÉ SANTÉ

SPÉCIAUX FRUITS & LÉGUMES | **DU 31 OCTOBRE AU 5 NOVEMBRE 2023**

Coupelles au chocolat bio
JUSTIN'S
À PARTIR DE
2,95$

Brocoli bio
ÉTATS-UNIS
2,65$ ch

Pommes McIntosh bio
QUÉBEC
4,35$ / kg

Cantaloup bio
ÉTATS-UNIS
2,95$ ch

Betteraves rouges bio
QUÉBEC
2,35$ / kg

Rutabagas bio
QUÉBEC
3,95$ / kg

PRANA
Graines de chia
Sur produits sélectionnés
Formats variés
À partir de
4,25$

EARTHBOUND FARM
Fruits & légumes surgelés bio
Choix varié
Formats variés
À partir de
4,25$

VIOLIFE
Fauxmages
Choix varié
Formats variés
À partir de
7,55$

YUPIK
Graines
Sur produits sélectionnés
1kg
À partir de
8,25$

BLUE DIAMOND
Boissons aux amandes
Choix varié
946ml
2,75$

LA CUISINE À CHRISTINE
Tartes sans gluten
Choix varié
500g
9,95$

LUNDBERG
Riz
Sur produits sélectionnés
907g
À partir de
9,75$

LATTINI
Boissons aux graines de tournesol
Choix varié
946ml
En magasin seulement
5,95$

P000997-98_11121

MANGEZ BIEN, **VIVEZ BIEN**
CIRCULAIRE EN LIGNE | LAMOISSON.COM

VALIDE DU 2 AU 8 NOVEMBRE 2023
JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS

CHANV

Soins pour le visage à base d'huile de chanvre

Choix et formats variés

-15%

ORGANIKA

Propolis

Choix et formats variés

-10%

XLEAR

Solution nasale

Choix et formats variés

-20%

LABCATAL

Oligosol Cuivre Or Argent

60ml

-15%

ZORAH

Nouveau: Coffret d'inspiration microneedling

Soin à base d'acide hyaluronique
1 unité

119,99$

ALTERRA

Multivitamine

120 capsules

44,45$

BOTANICA

Ashwagandha

Aide à supporter le système nerveux
Choix et formats variés

-15%

CLEF DES CHAMPS

Teintures de mélisse & Calmix

Aident à soulager les symptômes du stress
50ml

-10%

NORDORA

Nouvelle gamme Biovitalité

Choix et formats variés

-20%

BLUME

Mélanges à latté

Choix et formats variés

24,95$

LAND ART

Collag-N Extra

Aide à réduire les douleurs articulaires
500ml

-10%

PRAIRIE NATURALS

Vitamine D3

Dans une base d'huile d'olive bio
Choix et formats variés

À partir de

11,95$

MINERAL FUSION

Maquillage naturel

Choix et formats variés

-20%

NATURAL FACTORS

Vitamine C liposomale 1000mg

Aide à soutenir les fonctions immunitaires
90 ou 180 capsules

-30%

VITASIL

Supplément de silice liquide

Aide à regénérer le collagène
500ml

-15%

PROVITA

Prostate Pro Forte

Aide à améliorer l'équilibre des hormones mâles
60 capsules

-10%

P001000-97_11121

360, RUE SICARD STE-THÉRÈSE - 450 437-3326 SORTIE 23 DE L'AUTOROUTE 15 - ACHATS EN LIGNE AU WWW.LAMOISSON.COM

PROMOTIONS EN VIGUEUR DU 02-11-23 AU 08-11-23. SPÉCIAUX FRUITS & LÉGUMES VALIDENT DU 31-10-23 AU 05-11-23. JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS. LES IMAGES NE REPRÉSENTENT PAS NÉCESSAIREMENT LE PRODUIT LE MOINS CHER. CERTAINS SPÉCIAUX POURRAIENT ÊTRE DISPONIBLES EN MAGASIN SEULEMENT. CETTE CIRCULAIRE EST PRÉSENTÉE À DES FINS PUBLICITAIRES UNIQUEMENT. ELLE NE SUBSTITUE EN AUCUN CAS L'AVIS D'UN PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ. POUR TOUT PROBLÈME DE SANTÉ, VEUILLEZ CONSULTER UN PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ.

GO Sport
HANGAR SPORTIF

CHAUSSURES POP

ENTREPÔT

11, boulevard de la Seigneurie Ouest
Blainville, QC
J7C 4N3

WEST WAY

89,99$

Rég. 129,99$

HOMMES

Alberto

59,99$

Rég. 129,99$

FEMMES

Alberto

79,99$

Rég. 119,99$

FEMMES

JUSQU'À **50%** de rabais

Et encore plus de rabais en magasin!

40$ de rabais

69,99$

Rég. 109,99$

ACTON®

ENFANTS

P021304-1_04937

Les plus grandes marques à petit prix

Valide du 1er au 7 novembre 2023

NOV 2023

17 16 h à 21 h

18 10 h à 17 h

19 10 h à 17 h

Au Centre culturel
4, boulevard
de Montbéliard

Entrée et stationnement gratuits

Informations :
450 621-8550, p. 275
lorraine.ca

Ville de LORRAINE

P021565-1_01584

Salon des métiers D'ART de Lorraine

Ville de LORRAINE

Liste des exposants 2023

GASTRONOMIE ET ACCESSOIRES DE CUISINE

ANDRÉ HAMEL
Ébéniste artisan
andrehamel.ebeniste@gmail.com

CRÉATIONS ANBOIS
Accessoires en bois recyclé |

DUAL CAFÉ MICROTORRÉFACTEUR
Café de terroir | dualcafe.ca

LE PALAIS SATISFAIT
Plaisirs chocolatés | lepalaissatisfait.com

LES DÉLICES CHAMPÊTRES
Apiculture | lesdeliceschampetres.com

PAIN D'ÉPICES D'ANTAN
Biscuits en pain d'épices | paindepicedantan.com

POTS DE FOLIE
Recettes préparées en pots, prêtes à cuisiner
potsdefolie.com

THÉS C. G.
Thés parfumés haut de gamme | thescg.ca

AUTEURE

CÉLINE LEBLANC BARSALO
Auteure jeunesse | celineleblancbarsalo.ca

OBJETS DÉCORATIFS ET UTILITAIRES

ATELIER CAROLE LAURENCE
Céramique | carolelaurence.com

CARTES D'HÉLÈNE
Cartes de souhaits |

FILINE ART
Produits en tissu recyclé |

FRIMOUSSES ET NOUNOURS
Oursons en tricot

GNOME BOUTIK
Gnomes décoratifs en tissu
etsy.com/ca/shop/GnomeBoutik

KÜRMA CRÉATIONS
Coussins de méditation et de yoga
kurmacreations.etsy.com

L'ATELIER DE GENEVIÈVE ET ISABELLE
Décorations à partir de matériaux récupérés |

L'ÉGLISE CATHOLIQUE UKRAINIENNE SAINT-MICHEL
Artisanat ukrainien

LES ÉDITIONS JEAN-PIERRE LÉGER
Reliure et art du papier | jeanpierreleger.blogspot.com

LES TROUVAILLES DE MON GRENIER
Mobilier et accessoires en bois recyclé

MIK : MES INSPIRATIONS KIM GADBOIS
Gravures sur bois |

VESTA CÉRAMIQUE
Céramique artisanale |

YOLANDE FRASER, DESIGNER
Création de décorations de Noël
yolande.fraser@gmail.com

YVON CORBEIL
Sculpture sur bois

PRODUITS CORPORELS

DESTINATION SAVON
Cosmétiques et produits ménagers faits d'ingrédients naturels | destinationsavon.com

HERBORISTERIE PHÉNIX
Produits d'usage quotidien biologiques et équitables
herboristeriephenix.com

MOUTON TURQUOISE
Savonnerie artisanale | moutonturquoise.com

VÊTEMENTS ET ACCESSOIRES MODE

ANTONIETTA PRESTI
Bijoux en argile et en résine | antoniettapresti.com

C'EST MON SAC
Sacs et poufs en tissu recyclé | cestmonsac.ca

CRÉATIONMO
Sacs à main et sacs à dos

FAIT MAIN MAMIELOU
Créations en tissu pour enfants | thi-pou@hotmail.com

FAIT PAR SOSO
Sacs et trousses |

JOHANNE LA CRÉATIVE
Mitaines en laine recyclée

LES COLLIERS UNIQUE D'ANIK
Accessoires pour chiens |

LES CRÉATIONS DE MAMIE
Accessoires en tissu pour nouveaux-nés et enfants
etsy.com-fr/shop/LesCreationsDeMamie

NABO
Bijoux en étain |

SOLO CRÉATIONS
Bijoux faits à la main | SoloCreationsAtelier.etsy.com

SYLVIE GAGNON JOAILLIÈRE
Bijoux en argent sterling |

TUQUES WUF
Tuques et pompons | wufshop.com

UN FOUL-ART
Foulards en tricot |

ACADÉMIE DE PEINTURE DÉCORATIVE DU QUÉBEC

facebook.com/groups/Academie.A.P.D.Q

Claudette Campeau, Louise Drolet, Danielle Gravel, Chantal Miron, Laurent Miville, Francine Rondeau et Micheline Langlois

COMMENT SE RENDRE?

Centre culturel Laurent G. Belley

4, boulevard de Montbéliard, Lorraine

- **Sortie 26 de l'autoroute 640**
- **Prenez le boulevard De Gaulle vers le nord**
- **Stationnement gratuit au Centre culturel et à Place Lorraine**

- Aucune réservation
- Mode de paiement : paiement direct (cartes de crédit acceptées par certains exposants)
- Ascenseur disponible pour gens à mobilité réduite

Ville de LORRAINE

Informations
450 621-8550, poste 275
lorraine.ca
facebook.com/SDMALorraine

P021568-1_01584