

Le nord

INFORMER + INSPIRER

Lit MURAL DESIGN & MATELAS *Récupérez votre espace!*

450-553-2099 | litmuraldesign.ca
2140, Boulevard Curé-Labelle, Saint-Jérôme

PN10652-1



Transport collectif

Plus d'achalandage, manque de financement

Page 5

De Saint-Jérôme à Prévost
Le P'tit Train du Nord asphalté
Page 8

À lire
Cahier Week-end
Pages 9 à 16

Saint-Jérôme
C'est parti pour les Alouettes!
Page 20



App Store



Google Play

TÉLÉCHARGEZ NOTRE APPLICATION



LE PRINTEMPS, C'EST MAINTENANT
Jusqu'au 31 mai

KICKS 2024 à partir de **262\$**

Location 24 mois avec 1 895\$ d'acompte



Belvedere NISSAN

BRANCHÉ SUR VOTRE EXPÉRIENCE

BELVEDERENISSAN.COM

PN08310-51

ESPACE W CONDOS LOCATIFS MIRABEL

condos locatifs



L'UNICITE ENTRE UNE VIE ACTIVE,
PROFESSIONNELLE ET FAMILIALE

Espace W Condos Locatifs à Cité Mirabel, suit les plus hauts standards de conception. Le complexe regroupe un environnement exceptionnel. Les espaces communs offrent des équipements de qualité supérieure tels qu'une salle de sports entièrement équipée et salle de yoga, un espace de coworking et/ou pour étudier, deux simulateurs de golf intérieurs, un lounge incluant une table de billard, poker, blackjack et babyfoot. Les impressionnantes terrasses incluent deux piscines chauffées extérieures, un espace de détente au toit avec vue sur le coucher du soleil. Pendant les saisons plus froides, les résidents pourront profiter d'une piscine, un spa et sauna intérieur. Pour le confort et la sécurité, un espace de stationnement intérieur est inclus! À Espace W, chaque détail a été pensé pour le bien-être de ses résidents.



chauffage et climatisation



7 électroménagers



eau chaude



wifi



électricité



balcon privé



Foyer électrique
(penthouses seulement)



un espace de
stationnement intérieur



cablodistribution
de base



habillage de fenêtres
et porte patio



un casier de
rangement



RÉSERVEZ VOTRE CONDO DÈS MAINTENANT !

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

Un projet réalisé par  RAY JUNIOR INVESTISSEMENT



01

FONDATION
CÉGEP DE SAINT-JÉRÔME
DATE: 26 avril 2024
MONTANT: 60 000 \$
À L'ORDRE DE: Accordons

360°
Dans notre
région

03

Accordons à chaque mets son vin Une récolte record pour la Fondation du Cégep de Saint-Jérôme

La soirée-bénéfice Accordons à chaque mets son vin, organisée par la Fondation du Cégep de Saint-Jérôme, a récolté un montant de 60 000 \$. Ce sont 168 personnes qui étaient présentes. Sous le thème de l'influence boréale, les invités ont pu découvrir de savoureux produits provenant des marchands locaux lors de la dégustation des quatre accords mets et vin. Arianne Faucher, diplômée du programme de Gestion d'un établissement de restauration et cheffe copropriétaire du Baumier – Bar à vin à Piedmont, a démontré son savoir-faire en servant un plat au chou. « À la Banque Nationale, on est convaincus qu'investir dans l'éducation, c'est non seulement investir dans la relève, mais c'est aussi dans le maintien d'une société dynamique et prospère », a souligné Martin Guenette, v.-p. régional Banque Nationale.

Moisson Laurentides La Classique de golf annuelle le 21 mai

La 25^e édition de la Classique de golf annuelle de Moisson Laurentides se déroulera le 21 mai 2024. L'événement, sous la présidence d'honneur de M. Pierre A. Richer, se tiendra sur les deux parcours renommés du prestigieux club de golf Le Blainvillier et réunira 288 participants dans un tournoi d'envergure.

Moisson Laurentides peut compter sur le soutien d'Enviro Connexions, partenaire majeur de l'événement. Moisson Laurentides apporte un soutien à plus de 20 000 personnes affectées par des difficultés socio-économiques, dont près de 40 % sont des enfants d'âge scolaire et préscolaire. Divers forfaits de participation et options de visibilité sont disponibles pour ceux qui souhaitent s'inscrire ou contribuer à l'événement. Pour toute inscription ou information, contactez Mme Julie Blanchard par courriel à evenements@moissonlaurentides.org.

Exposition de peinture L'art au profit de la Fondation de l'Hôpital de Saint-Jérôme

La population des Laurentides est invitée en grand nombre à venir visiter l'exposition *Douce dérive*, organisée au profit de la Fondation de l'Hôpital régional de Saint-Jérôme. Cette exposition se déroulera tout au long du mois de mai au Hachem de Saint-Jérôme. Elle sera l'occasion de découvrir le talent de l'artiste locale Camille Tremblay. Tous les profits réalisés à la suite de la vente des toiles seront versés à la Fondation de l'Hôpital régional de Saint-Jérôme.

La Fondation de l'Hôpital régional de Saint-Jérôme souhaite exprimer sa gratitude envers Mme Desjardins pour cette belle initiative. La Fondation est fière d'encourager les artistes locaux. L'exposition a lieu au Hachem : 375 Lamontagne, Saint-Jérôme. L'exposition est présentée du 2 au 30 mai.

Clinique de denturologie
Michel Allaire d.d.
Denturologiste



**LE RÉGIME CANADIEN DE SOINS
DENTAIRES (RCSO) ENTRE EN
VIGUEUR LE 1^{ER} MAI 2024.**

Notre clinique de denturologie
participe à ce régime.

Vous avez reçu votre trousse de
bienvenue qui comprend la carte
plastifiée de la Sun Life ?

Téléphonez-nous pour prendre
rendez-vous.

Selon plusieurs critères, une partie
de votre facture
sera remboursée par le régime.

Stationnement gratuit disponible pour les patients
veuillez vous informer à la réception

3, rue de la Gare, Saint-Jérôme
450 432-3331

cliniquededenturologiemichelallaire.ca



FABRICATION DE
PROTHÈSES DENTAIRES
RÉPARATION EN 1 HEURE ET PLUS

PN09343-1

**SAINT-BENOÎT
BONJOUR!**

MAINTENANT OUVERT

**LIVRAISON 7/7
SERVICE D'ESTIMATION DE PROJETS
FINANCEMENT JUSQU'À 36 VERSEMENTS**

3660, rue Chénier | Mirabel (secteur Saint-Benoît) ☎ Lun-ven : 8h à 18h | Sam-dim : 8h à 17h

**BIENVENUE AUX ENTREPRENEURS
DÈS 6H30 EN SEMAINE**

PN10911-1

Des aurores boréales qui éblouissent les Laurentides

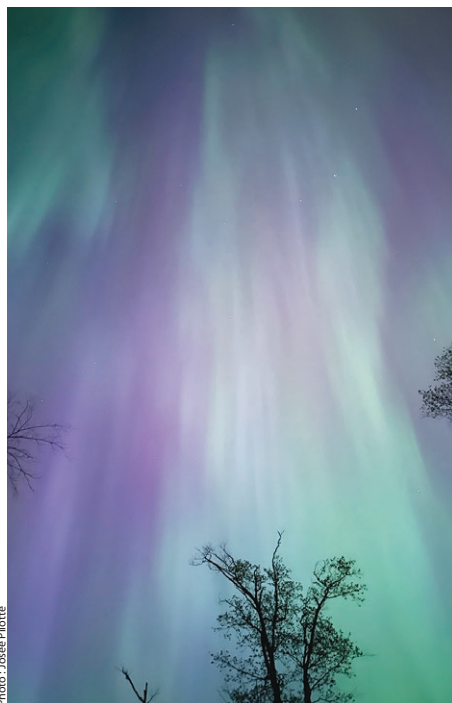


Photo: Josée Platte



Photos : Marie-Hélène Rivest



Rédaction - Vendredi le 10 mai dernier, on a pu voir apparaître des aurores boréales partout au Québec, dont dans les Laurentides. Avez-vous été de ceux qui ont eu la chance de voir ce spectacle ?

« La tempête géomagnétique qui frappe la Terre depuis quelques jours est hors normes. D'une intensité de 5 sur une échelle de 5, avec un indice *kp* indiquant en quelque sorte la portée de 9 sur une échelle de 9, c'est "LA" tempête solaire. Il en sort deux bonnes nouvelles importantes. Tout d'abord, malgré ce que plusieurs experts craignaient, il n'y a pas eu de panne majeure de moyens de communication. Dans l'ensemble, les satellites et les câbles sous-marins ont tenu le coup », peut-on lire sur le site web de Météo Média. Puis, la tempête solaire s'est poursuivie jusqu'à dimanche soir, où malheureusement les nuages étaient de la partie.

Pour bien observer les aurores boréales, il faut s'éloigner le plus possible des centres urbains, où il y a davantage de pollution lumineuse, explique Météo Média dans un article. « Vous pouvez également sortir quelques heures avant le début du déploiement des aurores pour que vos yeux s'habituent à la noirceur. Ultimement, vous aurez plus de chance de voir les couleurs si vous regardez vers le nord », lit-on.



D'autres pertes d'emploi dans Saint-Jérôme

France Poirier - Après l'annonce de la fermeture de Rayonese, le 1^{er} mai dernier, voilà que l'entreprise Soucy Baron de Saint-Jérôme a annoncé une coupe de 33 employés.

Les mises à pied chez Soucy Baron seront effectives à compter du 17 mai prochain. C'est ce qu'on peut lire sur la liste mensuelle des avis de licenciements collectifs qui est envoyée au ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale par les employeurs.

Par ailleurs, le *Journal de Montréal* rapporte qu'une baisse de commandes, à la suite d'un ralentissement dans le marché du sport motorisé, expliquerait la décision de procéder à ces mises à pied.

On se souvient que l'annonce de la fermeture de Rayonese avait créé une onde de choc puisque les quelque 180 employés perdront leur emploi d'ici la fin de l'année en cours. Rayonese aurait fêté ses 75 ans cet été.

Des coupes chez Lion

Le 18 avril dernier, La Compagnie électrique Lion annonçait 23 mises à pied à son usine de Mirabel et 86 à son usine de Saint-Jérôme. Par ailleurs, depuis la fin de l'année 2023, ce sont des centaines d'employés qui ont été mis à pied chez Lion, tant au Canada qu'aux États-Unis, dans le cadre d'une restructuration.

Julie-Ann,
future commis à la
comptabilité



PLUS DE 16 PROGRAMMES D'ÉTUDES PROFESSIONNELLES

Administration et commerce | Automatisation et fabrication
Automobile | Construction

RENTRÉE 2024
Inscris-toi dès maintenant!

formationcep.com



Centre
de services scolaire
de la Rivière-du-Nord
Québec

CEP Centre d'études
professionnelles
SAINT-JÉRÔME

Train de banlieue

La ligne de Saint-Jérôme est la plus achalandée

France Poirier - Entre 2022 et 2023, l'achalandage dans le transport collectif chez exo est en hausse de 25 % pour l'ensemble des modes de transport du réseau. Pour la Couronne Nord, la ligne du train de banlieue de Saint-Jérôme est la plus achalandée du réseau. C'est ce que rapportait le directeur général d'exo, Sylvain Yelle, lors d'une table éditoriale pour présenter le rapport annuel 2023.



La ligne du train de banlieue de Saint-Jérôme est la plus achalandée du réseau.

Même si on souligne un manque à gagner de 27 M\$ pour 2023, le directeur général souligne que la population est ouverte à utiliser le transport collectif, mais que « *malheureusement les investissements ne suivent pas à la hauteur des besoins* ». Sur la Couronne Nord, la présence accrue d'établissements scolaires postsecondaires génère un important volume d'étudiants dans les autobus.

« *Si on parle de la ligne Saint-Jérôme par exemple, la ligne d'autobus 9 dessert trois cégeps et l'université. On doit répondre aux besoins de cette clientèle si on veut la garder* », explique M. Yelle. On y dénombre également plus de déplacements locaux. Enfin, la proportion de travailleurs qui doivent se déplacer sur les lieux de travail semble plus forte sur la Couronne Nord. Il semble que plus de gens qui habitent la Couronne Nord y travaillent aussi, nous expliquait le directeur.

Malgré cette hausse d'achalandage, les revenus sont en baisse, puisque l'inflation a fait augmenter les coûts d'opération. « *En effet, l'inflation importante des dernières années a eu un impact sur les coûts de carburant, les salaires et les prix en hausse des pièces automobiles qui ont augmenté grandement les coûts d'opération. Durant la pandémie, nous avons réduit les coûts. Il faut savoir que 75 % de notre budget est*

utilisé dans l'offre de service. Maintenant que les gens sont revenus et prennent le transport en commun, il faut leur donner le service auquel ils s'attendent », ajoute le directeur général.

Ce dernier explique aussi que la fermeture de la ligne Deux-Montagnes depuis cinq ans a impacté tout le monde. Il y a moins de monde pour payer l'ensemble des services sur la Couronne Nord.

L'avenir passe par le transport en commun

Pour Pierre Charron, préfet de la de MRC de Deux-Montagnes et administrateur, exo a de grand défis à relever avec 84 municipalités, dont 22 sur la Couronne Nord, et la densification. « *L'avenir passe par le développement du transport en commun. 2023 a été une belle année pour exo et on doit poursuivre le développement, notamment avec l'électrification des véhicules. On vise 80 % de la flotte* », ex-

plique M. Charron. Pour le maire de Repentigny, Nicolas Dufour, la mobilité a changé et la Couronne Nord s'est transformée. « *On doit s'ajuster.* »

Malgré tout, exo estime avoir tiré son épingle du jeu. Exo a besoin d'un financement suffisant et prévisible pour exploiter et développer ses services de transport collectif, souligne l'administration.

Plan stratégique 2021-2025

Le Plan stratégique élaboré pour 2021-2025 tient compte du contexte postpandémie et présente des cibles mesurables, notamment en matière d'achalandage, d'offre de service, d'état des infrastructures et de réduction de l'empreinte environnementale.

Compte tenu des effets postpandémiques qui perdurent, de la persistance du télétravail et du contexte de financement du transport collectif incertain, exo a entamé en 2023 une révision de son Plan stratégique 2021-2025. Des travaux sont en cours pour prolonger l'horizon du plan de deux ans afin de se donner toute la latitude nécessaire pour atteindre les cibles. Cette révision fait l'objet d'un processus complet d'approbation au niveau des instances en 2024.

Hausse de l'achalandage sur la couronne nord

Mode de transport / ligne	Achalandage 2023	Variation 2022/2023
Autobus Couronne Nord	8 217 932	28,6 %
Ligne 12 Saint-Jérôme	2 085 468	22,1 %
Ligne 15 Mascouche	340 861	47,8 %
Transport adapté Couronne Nord	424 129	19,6 %

OUVERT
LUND AU VEND:
8H À 18H
SAMEDI : 8H À 12H

Pensez à
L'INSTALLATION
de vos
PNEUS

gms Saint-Jérôme
AUTO + CLINIQUE

ANTIROUILLE
à partir de **8995\$**

www.gmsautoclinique.com

153, St-Georges, Saint-Jérôme
450 565-4517

1 AIR CLIMATISÉ | MÉCANIQUE GÉNÉRALE | MISE AU POINT
1 FREINS | DIRECTION | SILENCIEUX | SUSPENSION



Frédérique David
davidfrederique@hotmail.com

Être parent, n'est-ce pas la plus belle aventure qui soit ? C'est ce que j'ai toujours pensé et c'est ce que je pense encore. Pis si elle n'était pas belle l'aventure, on ne serait pas aussi nombreux à essayer. Y'en a même qui essaient plus que d'autres.

Des parents qui s'investissent fort pendant des années, à coup de frustrations et de contraintes, de déceptions et d'espoirs, pour parvenir enfin à l'annonce ultime en forme de bandelette colorée qui pourrait être la cousine de celle du test Covid. Même si ce n'est pas d'un virus qu'il s'agit. Du moins ce n'est pas sensé nous rendre malade.

Parents gonflables

Depuis Alta Vista

Pourtant, en 2024, ça peut rendre malade d'être parent. Plus malade qu'en 1995 et les années précédentes, et ce n'est pas la Covid la responsable cette fois ! C'est qu'en 1995 est arrivé un moyen de communication qui a révolutionné le monde d'une manière qu'on ne soupçonnait même pas quand on tentait notre chance sur Alta Vista.

C'est venu avec son lot d'informations en tout genre, de conseils, de recommandations d'experts et d'influences qui font les saisons. Pour les parents, c'était la manne. Plus besoin de chercher dans « *Mieux vivre avec notre enfant* », la bible du Québec qu'on nous remettait à l'hôpital. Ce sont des millions de pages web qui se sont offertes aux nouveaux parents sur tous les sujets, même les plus insoupçonnés, entourant la parentalité.

Pression parentale

Résultat : « *près de la moitié (48 %) des parents ont tendance à se mettre souvent ou très souvent de la pression concernant la façon dont ils s'occupent de leurs enfants.* » C'est ce que révèle Statistique Canada. Le niveau de stress parental est particulièrement élevé chez les mères, les parents nés au Canada et les parents détenant un diplôme de niveau collégial ou universitaire. La famille (17 %) et les médias et médias sociaux (12 %) sont les principales sources de stress. Je réalise aujourd'hui combien j'ai échappé à cette pression parentale en mettant mon premier enfant au monde à une époque où on était accroc seulement au Game Boy et au jeu Tetris.

Mon meilleur conseil pour être une bonne maman, c'était mon instinct. Bon, je ne dis pas que c'était parfait, mais on faisait de notre mieux et ça ne nous stressait pas. Nos parents nous avaient couché sur le ventre, donné du lait en poudre, trimbalé sans ceinture de sécurité dans des voitures pleines de boucane. On ne pouvait que faire mieux !

On mesure mal la pression vécue par les parents d'aujourd'hui, qui débute indéniablement avant la conception. Ça passe par l'allaitement, qui doit fonctionner coûte que coûte, les couches lavables pour le zéro déchet, l'éducation positive et la Diversification alimentaire menée par l'enfant (DME).

Le cododo ne fait pas l'unanimité chez les experts, ce qui peut créer un stress supplémentaire. Et les sujets abordés sur les groupes de discussions, podcasts sur la parentalité et autres sources d'informations vont au-delà de ce à quoi on aurait pu penser. Le parent de 2024 cherche à être parfait pour voir grandir un enfant parfait.

La pression qu'il se met finit par peser lourd sur les frères épaulés de sa progéniture qui l'absorbe. « *Les enfants sont les symptômes des parents* », disait Françoise Dolto. On s'étonne ensuite d'observer autant d'anxiété chez les élèves dans les écoles du Québec !

La compétition parentale

Intitulées « *Parents gonflables* », de récentes annonces publicitaires de « *Naître et grandir* » font état, non sans humour, de cette pression parentale qui touche particulièrement la nouvelle génération de parents. « *Cours de natation, yoga bébé pleine conscience, on prend ça relax* », y confie une mère en congé de maternité à une autre mère qui tente de démontrer qu'elle en fait plus. « *Nous on fait de l'éveil sensoriel, de l'éveil à l'anglais et de l'éveil à l'éveil* », renchérit la première qui ajoute ensuite : « *on lui a appris le langage des signes pour bébé pendant la grossesse* ». Et les autres parents de mentionner l'importance pour l'enfant d'être cultivé avant la naissance. « *La culture intra-utérine, c'est aussi pour eux qu'on fait ça !* », s'exclament des pères trop enthousiastes. Et même si elle est hilarante, l'annonce, qui se termine en déclarant « *être parent, ce n'est pas une compétition* », révèle l'ampleur d'un phénomène inquiétant.

Les Facebook et Instagram de ce monde sont devenus la vitrine de ces « *parents gonflables* » qui cherchent à en faire toujours plus et à publier les résultats du dernier photoshoot de la famille parfaite qui court dans les fleurs et respire le bonheur. Le drame dans cette course à « *qui fait mieux et plus* », c'est qu'ils en oublient l'essentiel : profiter ! Ça nécessite d'arrêter de se comparer et de faire fi du regard des autres. Au nom du bien-être des enfants, il serait temps de lâcher prise.

SCIES À CHAÎNE À ESSENCE

ENTRETIEN RÉSIDENTIEL

NOUVEAU
SCIE À CHAÎNE
À ESSENCE
MS 162
30,1 CM³ - 9,9 LB ⊕



ÉCONOMISEZ 60 \$
219⁹⁹ \$
PDSM 279,99 \$ avec
guide-chaîne de 16 po

SCIE À CHAÎNE
À ESSENCE
MS 250
45,4 CM³ - 10,1 LB ⊕



ÉCONOMISEZ 30 \$
449⁹⁹ \$
PDSM 479,99 \$ avec
guide-chaîne de 16 po

AGRICULTURE ET AMÉNAGEMENT PAYSAGER

SCIE À CHAÎNE
À ESSENCE
MS 271
50,2 CM³ - 12,3 LB ⊕



ÉCONOMISEZ 70 \$
549⁹⁹ \$
PDSM 619,99 \$ avec
guide-chaîne de 16 po

FORESTERIE

SCIE À CHAÎNE
À ESSENCE
MS 261 C-M
50,2 CM³ - 10,8 LB ⊕



ÉCONOMISEZ 50 \$
799⁹⁹ \$
PDSM 849,99 \$ avec
guide-chaîne de 16 po

SYSTÈME AK POUR PROPRIÉTAIRES EXIGEANTS

NOUVEAU
SCIE À CHAÎNE
À BATTERIE
MSA 70 C-BQ (ENSEMBLE)
AK 30 - AL 101 - 6,0 LB ⊕



ÉCONOMISEZ 50 \$
449⁹⁹ \$ ⊕
PDSM 499,99 \$

SYSTÈME AP POUR APPLICATIONS PROFESSIONNELLES

SCIE À CHAÎNE
À BATTERIE
MSA 220 C-BQ
8,2 LB ⊕



579⁹⁹ \$ ⊕
PDSM avec guide-chaîne de 16 po

RECEVEZ UN
BATTERIE
AP 300 S
GRATUIT
À L'ACHAT D'UN OUTIL AP AVEC UNE
BATTERIE AP 300 S.

Desjardins
SPORT 1956

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

J'embellis Sainte-Sophie

Un succès sur toute la ligne



France Poirier - Près de 1600 personnes ont répondu à l'invitation de la Municipalité de Sainte-Sophie pour l'événement annuel *J'embellis Sainte-Sophie*.

Installé à la halte routière, le samedi 11 mai, 18 organismes étaient sur place pour présenter leur kiosque. La Municipalité offrait des plants pour embellir les cours des Sophiens. Ainsi ce sont 610 plants de fleurs, 864 plants de légumes (variétés de tomates, fèves, piments et concombres); et 425 lilas, rosiers, framboisiers qui étaient offerts au choix. Chaque résidence avait droit à deux plants.

C'a été une année record de participation et les gens ont semblé apprécier. Le beau temps était au rendez-vous, ce qui a grandement contribué au succès de la journée !

Sainte-Sophie en bref

Par France Poirier

Permis de construction

Le conseil municipal a amendé le règlement 1299-2020 en lien avec les certificats et permis. Ainsi, sauf en cas d'exception, il ne sera plus nécessaire de faire une demande de permis pour les travaux de rénovation d'une valeur inférieure à 10 000 \$.

Règlement de zonage

Le règlement 1297-2020 a été amendé en lien avec le zonage. Les aires permis des logements accessoires passeront de 102 m² à 130 m², pouvant couvrir jusqu'à 50 % de la surface habitable du rez-de-chaussée et jusqu'à 20 % de l'étage.

Achat d'une génératrice

Le conseil a approuvé l'achat d'une génératrice sur remorque au coût de 102 685 \$ plus taxes. Celle-ci servira aux stations de pompage. Avec cette acquisition, la Municipalité répondra aux exigences du plan des mesures d'urgence.

Travaux parc Roland-Guindon

Un contrat a été octroyé pour la construction, le nivelage et l'asphaltage d'une surface de dek hockey au parc Roland-Guindon. Le tout est évalué à 28 184 \$.

Les travaux sont en cours au parc alors que l'équipe des travaux publics s'affairent à installer des nouvelles canalisations. Par

la suite, ils procéderont au nivelage du terrain. Le parc pourra rouvrir dès la mi-juin avec une nouvelle patinoire, une surface de dek hockey, un court de basket. Le tout nouveau skatepark sera inauguré le 22 juin à compter de midi.

Agrandissement du garage municipal

La Municipalité a octroyé le contrat de construction pour l'agrandissement du garage municipal. Les travaux sont évalués à 4 723 000 \$. Rappelons que la Municipalité a reçu un financement du Programme d'amélioration et de construction d'infrastructures municipales (PRACIM) qui couvrira 3 507 000 \$ des coûts de l'agrandissement.

Défi Pissenlits

Pour le mois de mai, la Municipalité invite les citoyens à retarder la tonte de leur gazon pour permettre aux insectes pollinisateurs de contribuer pleinement à l'équilibre de la biodiversité en butinant les pissenlits et les autres fleurs sauvages.

Plusieurs industries agroalimentaires en dépendent. La Municipalité s'inspire donc du Défi Pissenlits, lancé dans toute la province chaque année depuis 2021. Les terrains sportifs et ceux des parcs seront tondués dès juin. D'ici là, les citoyens sont invités à laisser la nature faire son travail.

COURIR À NOTRE SANTÉ

approche à grands pas !

Attachez vos lacets, car la 13^e édition de la grande course au profit de la Fondation de l'Hôpital régional de Saint-Jérôme s'en vient ! Le 9 juin prochain, joignez-vous à nous et les nombreux coureurs pour une journée remplie d'animation, de surprises et, bien entendu, de course ! Cette année, les fonds iront au financement d'un échographe cardiaque supplémentaire pour le département de cardiologie.

Que ce soit pour le demi-marathon, le 10 km, le 5 km (marche ou course) ou même le 1 km familial, tous les parcours sont nivelés, balisés et bien entretenus.

Plongez dans l'ambiance dynamique avec l'animation offerte par CIME FM et les nombreux kiosques vous réservant plusieurs surprises !

Vous n'aimez pas la course ? Pas de problème ! Devenez bénévoles et contribuez à la belle énergie de la journée. Plusieurs rôles pour tous les goûts.

Posez un geste concret pour votre communauté et ayez du plaisir en même temps. Que demander de plus ?

Visitez www.couriranotresante.com pour plus d'information et vous inscrire !



>PN10942-1

le 22

CONDOS LOCATIFS, 55 ANS ET PLUS

65% des unités sont déjà louées !

Réservez la vôtre à Saint-Saveur dès maintenant.

514-513-6513

le22saintsauveur.com



>PN10913-1

Au printemps 2025

Le P'tit Train du Nord asphalté de Saint-Jérôme à Prévost

France Poirier - La portion du parc linéaire le P'tit Train du Nord entre Saint-Jérôme et Prévost sera asphaltée en 2025. C'est l'un des tronçons qui était encore en poussière de roches. L'an dernier, on avait asphalté le segment de 18 km de la piste du parc linéaire entre Sainte-Agathe-des-Monts et Mont-Blanc.

C'est avec l'aide d'une subvention de 2,6 M\$ accordée à la MRC de La Rivière-du-Nord par le ministère des Transports et de la Mobilité durable qu'on pourra procéder à l'asphaltage d'une partie du parc linéaire sur son territoire.

L'asphaltage au printemps prochain

C'est dans le cadre du Programme d'aide aux infrastructures de transport actif (Véloce III) que la subvention a été accordée.

« La MRC attendait ce montant depuis un an afin de réaliser les travaux. Par ailleurs, ceux-ci sont toujours en planification, mais l'objectif est de réaliser les travaux de drainage et de ponceau cet automne. Puis, les travaux d'asphaltage seront réa-



La portion entre Saint-Jérôme et Prévost sera asphaltée le printemps prochain.

lisés le printemps prochain et s'étaleront sur plusieurs semaines. Pour ce qui est de la Ville de Prévost, pour l'instant seuls les travaux de drainage et de ponceaux seront effectués », nous a fait savoir le préfet de la MRC de La Rivière-du-Nord, Xavier-Antoine Lalonde.

Plusieurs avantages

Le député Yuri Chassin en a fait l'annonce

au nom de la ministre Geneviève Guilbeault. « L'asphaltage aura plusieurs avantages, notamment de réduire la poussière soulevée qui se dépose dans l'environnement autour de la piste, d'allonger la période d'utilisation annuelle et de permettre à davantage d'usagers d'en profiter », a fait savoir le député sur sa page Facebook.

Le Parc linéaire du P'tit Train du Nord sera majoritairement asphalté, à l'exception de quelques segments, dont celui entre Prévost et Val-Morin.

Étant donné les coûts importants, l'asphaltage de la piste requiert une subvention du gouvernement provincial. En 2022, le maire de Prévost se disait favorable à asphalter le segment entre la gare et les Clos prévostois pour en faire un corridor urbain.

Dans une entrevue accordée au journal Accès en 2022, on soulignait que les segments en poussière de roche demandaient une attention particulière avant leur réouverture.

La poussière de roche doit être remplacée soit parce qu'elle est usée ou qu'elle s'est retrouvée sur les côtés de la piste.

Le projet d'asphaltage du P'tit Train en bref

- **151 kilomètres (65 %)** de la piste cyclable sont asphaltés, les **35 %** restants, soit **83 kilomètres**, sont en criblure de pierre. Le projet d'amélioration du revêtement des sentiers vise à asphalter les **234 kilomètres**.
- Les secteurs asphaltés sont plus attractifs et accessibles pour les enfants, les personnes à mobilité réduite et favorisent la diversification des modes de transport actif (patins à roues alignées, planches à roulettes).
- Un sondage de Vélo Québec auprès des usagers de la piste du P'tit Train du Nord révèle que **73 %** des répondants sont favorables à l'asphaltage et que **62 %** de ceux-ci augmenteraient leur fréquence ou leur durée de leur sorties.

Source : Site web du P'tit Train du Nord

Prévost et Sainte-Adèle

Un Tour du silence pour les cyclistes décédés

Marie-Catherine Goudreau - Partout dans le monde, le troisième mercredi du mois de mai a lieu le Tour du silence. Il s'agit d'un hommage mondial aux cyclistes décédés dans des accidents de la route. Ainsi, le 15 mai prochain, des cyclistes de partout au Québec sont invités à participer aux randonnées silencieuses, organisées dans plusieurs villes. Dans les Laurentides, deux événements pour le Tour du silence sont organisés simultanément à Prévost et à Sainte-Adèle.

« Les cyclistes sont également invités à partager leur hommage en publiant sur les réseaux sociaux des photos de leur sortie vélo avec les mot-clés #tourdusilence et #rideofsilence. Plus nous serons nombreux à parler de sécurité routière et de partage de la route, plus le message sera diffusé à grande échelle », souligne-t-on sur le site web du Tour du silence Québec.

Cette année, la porte-parole au Québec est Valérie Maltais, une quadruple olympienne, championne olympique et médaillée d'argent en patinage de vitesse. Elle est une athlète toujours active en patinage de vitesse longue piste, après avoir fait la transition du patinage de vitesse courte piste. En plus de faire partie intégralement de son programme d'entraînement, le vélo



Photo - Archives - Charles Séguin

est également son mode de transport principal durant la saison estivale. « Le Tour du silence à la mi-mai est le prétexte parfait pour sortir le vélo et aller rouler. Même si, tous les ans, il y a de tristes accidents impliquant des cyclistes, je sens qu'on progresse et que la fameuse cohabitation se fait de mieux en mieux », a indiqué Valérie Maltais par voie de communiqué.

Prévost

Dans la ville de Prévost, l'Association pour la mobilité des piétons et des cyclistes à Prévost organise l'événement. Le porte-parole cette année est Daniel Thibault. Vous pouvez retrouver le parcours de 11 km sur le site web du Tour du silence. Puis, la vitesse sera de 12 km/h.

• **Où** : Gare de Prévost sur le P'tit Train du Nord

• **Quand** : 15 mai à 18 h, départ à 18 h 30

Sainte-Adèle

Pour la première fois, un Tour du silence aura lieu à Sainte-Adèle. C'est l'association Mobilité Active Sainte-Adèle qui portera l'événement. On propose deux trajets, soit un de 3 km, adapté aux enfants, et un de 9 km qui fera une boucle à travers Sainte-Adèle et Mont-Rolland. Par ailleurs, le départ se fera à partir de la Place des citoyens.

« Par cet événement, on souhaite sensibiliser la population au partage de la route entre les différents utilisateurs. D'ailleurs, on souhaite mobiliser les cyclistes de la région des Laurentides qui ont à coeur l'aménagement d'installations plus sécuritaires pour les vélos sur nos routes », souligne Mobilité active Sainte-Adèle sur la page Facebook de l'événement. Il y aura un tirage et des prix de présence sur place.

• **Où** : Place des citoyens à Sainte-Adèle

• **Quand** : 15 mai à 18 h, départ à 18 h 30

À noter que vous devez vous inscrire en ligne ou sur place pour participer. L'événement est gratuit et ouvert à tous. Le port du casque est obligatoire.

CAHIER
mai 2024

WEEK- END

Le
nord

LE SPÉCIALISTE DU TRANSPORT À ST-JÉRÔME!

RIVIÈRE DU NORD
TAXI
450-327-2727

Réservez votre taxi pour l'aéroport de Montréal
Prévost, Saint-Colomban, Saint-Hippolyte, Saint-Jérôme et Sainte-Sophie

Rapide, Professionnel & Sécuritaire

AUTRES SERVICES OFFERTS

Transport adapté - Survoltage - Déverrouillage de portières - Livraison de colis



Un coup de pouce au jardinage

France Poirier - Pour le long week-end, plusieurs personnes en profitent pour jardiner et planter leurs graines pour l'été !
Voici quelques activités qui vous aideront dans votre jardinage.



Serres de Clara : un lieu de jardinage et de cuisine collective

Les Serres de Clara offrent des lieux pour jardiner, cuisiner et échanger. L'immense jardin se situe au bout de la 8^e avenue à Saint-Jérôme. Au jardin collectif : on jardine en groupe à l'aide de spécialistes en jardinage qui vous enseignent et vous guident vers les tâches à réaliser. Les participants y vont un minimum de trois heures par semaine selon leur disponibilité. Après avoir jardiné, ils reçoivent un panier de fruits et légumes frais. « *Participer au jardin collectif, c'est profiter de la force du groupe et des excellents conseils de jardiniers experts !* »

Au jardin communautaire : on met à disposition 18 lots individuels. Chaque lot est géré par une personne ou une famille de façon autonome. Puis, dans le cadre d'une cuisine collective, des ateliers de cuisine sont offerts chaque semaine. On goûte et on apprend à transformer les aliments du jardin.

Vous pouvez visiter le site web de l'organisme pour plus d'informations. Sachez qu'en raison d'une forte demande, il se peut qu'il n'y ait pas de place cette année. Si c'est le cas, vous pouvez être sur la liste d'attente pour l'an prochain.

Saint-Jérôme donne 400 pousses d'arbres

La Ville de Saint-Jérôme offre à ses résidents près de 400 pousses d'arbres ! Le 18 mai prochain, la Ville invite les citoyens à préparer leurs pelles, leurs contenants et leurs gants de jardinage. Vous pourrez recueillir du compost et du paillis pour aménager un petit lopin de terre pour votre jeune plant d'arbre ou pour enrichir votre jardin. Un plant sera remis par citoyen. Les essences offertes sont le bouleau jaune, l'érable à sucre, le pin rouge, le pin blanc et l'épinette blanche. La Ville offre un 100 litres de compost et de paillis.

Les personnes intéressées doivent se rendre **entre 8 h et 12 h ou 13 h et 16 h** au dépôt municipal (à l'intersection des rues Filion et Joseph-Fortier). En cas de pluie, l'activité sera remise au lendemain.

Pour plus d'informations, consultez le site web de la Ville de Saint-Jérôme.

Grand rendez-vous environnemental : Prévost

La Ville de Prévost organise le Grand rendez-vous environnemental le **18 mai prochain de 9 h à 13 h**. Ça se déroule à l'école Val-des-Monts. Distribution gratuite d'arbres à fort déploiement, offre de pousses et de semences d'asclépiade, laboratoire offrant des analyses d'eau à prix réduit, présence d'organismes locaux et plus encore sont au rendez-vous.

Pour tous les détails, consultez le site web de la Ville de Prévost.

LE
PATRIOTE
— depuis
1967

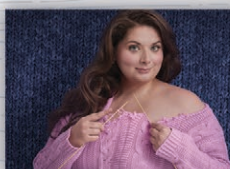
Organisez vos sorties
estivales dès maintenant!



Bachelor | Avec **Monika Pilon**
5, 6, 12 et 13 juillet | 20h



Belmont | **Théâtre musical**
23 août au 1^{er} septembre | 15h ou 20h



Michelle
Desrochers
Pelote
8 août | 20h



Guillaume
Pineault
Vulnérable
9 et 10 août | 20h

1 888 326-3655 • theatrepatriote.com



JOURNÉE NATIONALE DES PATRIOTES

liberté!

Vaincus dans la lutte,
ils ont triomphé
dans l'histoire!

Jean-Denis GARON
Votre député de Mirabel

@ jean-denis.garon@parl.gc.ca
450 430-5535

5 erreurs à éviter lorsqu'on fait du jardinage

Alexane Taillon-Thiffeault - La saison du jardinage est arrivée. Bien que l'activité puisse sembler bien simple, il y a plusieurs choses qui sont importantes de savoir avant de se lancer dans le projet. Voici donc cinq erreurs à éviter lorsque l'on fait du jardinage.



1

S'y prendre à la dernière minute

Si vous souhaitez avoir de nombreuses récoltes, et ce, pendant tout l'été, il est important de commencer à penser à votre jardin d'avance. Selon Gabrielle Jobin-Richer, chargée de projet et animatrice-jardinière pour l'organisme Les Serres de Clara à Saint-Jérôme, « *les semences gagnent à être magasinées à l'automne ou à l'hiver pour prendre le temps de bien lire et de bien choisir nos variétés selon nos objectifs et nos besoins* ».

« *Novembre, décembre et janvier sont des mois parfaits pour penser à notre plan de jardin et acheter nos graines pour la saison à venir* », ajoute-t-elle. Selon elle, il faut commencer à penser à son jardin l'année précédente. Par exemple, il faudrait actuellement commencer à penser à son jardin de 2025 pour être bien préparé.

2

Ne pas avoir les connaissances nécessaires

Il est important de savoir ce que l'on fait pendant le jardinage et de s'informer le plus possible. Mme Jobin-Richer croit que c'est primordial : « *Prendre une formation ou lire énormément pourrait être nécessaire afin d'aller chercher les multiples connaissances nécessaires. Il faut se rappeler qu'être agriculteur ou agricultrice est un métier en soi* ».



5

Garder ses semences trop longtemps

Selon Gabrielle Jobin-Richer, il faut éviter de garder ses semences pendant une trop longue période. Par exemple, elle mentionne que les oignons et les poireaux ne se conservent pas très longtemps, puisqu'ils perdent de leur pouvoir de germination au fil du temps. « *Si vous prenez de vieilles semences, augmentez le taux de semis d'au moins 50 % pour avoir une bonne levée quand même* », conseille-t-elle.

Elle rappelle aussi que chaque légume est différent et qu'il est important de s'informer sur les particularités de chacun. « *Chaque légume [...] possède des spécificités sur la profondeur de semis, la température de germination, le besoin de lumière ou non pour germer, l'arrosage, l'ensoleillement etc.* », explique-t-elle.

3

Penser qu'on plante en juin et qu'on récolte une seule fois

« *Avec une bonne planification, il est possible d'avoir des récoltes très abondantes dès le mois de mai et jusqu'en novembre sans serres* », explique Gabrielle Jobin-Richer.

Si quelqu'un désire avoir de nombreuses récoltes sur une longue période, il suffit de prendre les moyens nécessaires pour y arriver. Les résultats seront aléatoires selon la planification. Évidemment, si quelqu'un souhaite seulement obtenir quelques légumes, cela est aussi possible.

4

Penser qu'il suffit de juste semer une graine

Le jardinage demande un investissement de temps. Pour obtenir de bonnes récoltes, il faut d'abord et avant tout bien s'occuper de celles-ci. « *Nous devons les entretenir, les chouchouter, les câliner, pour qu'elles se développent convenablement* », dit l'animatrice-jardinière.

Ce n'est donc pas seulement un travail de plantation et de récolte. Il y a d'autres tâches presque quotidiennes à faire dans un jardin, comme arroser, couper les mauvaises herbes, mettre de l'engrais et plus encore.

JOURNÉE NATIONALE DES PATRIOTES

La journée nationale des patriotes, c'est le moment de rendre hommage à toutes celles et tous ceux qui, de 1837 à 2024 et bien avant, se sont vaillamment dévoués à notre démocratie et à la préservation de nos droits et libertés.

Célébrons nos héros!



RHÉAL FORTIN
DÉPUTÉ DE RIVIÈRE-DU-NORD

72, rue de la Gare, Bureau 203, Saint-Jérôme
450 565-0061
Rheal.Fortin@parl.gc.ca

5 ventes de garage pour le week-end

Marie-Catherine Goudreau - Plusieurs villes de la région permettent les ventes de garage lors du week-end de la fête des Patriotes. Une belle occasion pour faire des petites trouvailles chez nos voisins !



Saint-Jérôme

Les ventes-débaras sont autorisées à Saint-Jérôme sur tout le territoire, deux fois par année. Il est possible d'en faire durant la fin de semaine de la fête des Patriotes, soit les **17, 18, 19 et 20 mai 2024**, de **8 h à 18 h**. La deuxième fois a lieu lors de la fête du Travail en septembre, soit les **30 et 31 août et 1^{er} et 2 septembre 2024**, de **8 h à 18 h**.

Il n'est pas nécessaire d'avoir une autorisation ou un permis pour tenir une vente-débaras. Puis, la Ville autorise un affichage d'une seule enseigne posée sur le site de la vente, d'un format de 1 mètre carré au maximum.

Saint-Jérôme tient même une carte des ventes-débaras dans la ville. Les citoyens ont jusqu'au mercredi 15 mai pour procéder à l'inscription.

Saint-Hippolyte

À Saint-Hippolyte, les ventes de garage sont permises en tout temps, une fois par année par adresse. Elle doit se tenir sur une période maximale de 48 heures consécutives. Par ailleurs, une seule enseigne est autorisée sur le lieu de la vente.

Prévost

À Prévost, la Ville permet les ventes de garage les **8 et 9 juin** ainsi que les **21 et 22 septembre**. À noter qu'aucun affichage n'est autorisé à l'extérieur des terrains.

Vous pouvez inscrire votre vente de garage à la liste en ligne ou par téléphone : **450 224-8888**, poste 0.

Sainte-Sophie

La Municipalité de Sainte-Sophie permet les ventes-débaras lors de la fin de semaine des **18, 19 et 20 mai**.

Saint-Colomban

Du côté de Saint-Colomban, la Ville autorise deux ventes-débaras par bâtiment, par année de calendrier. Chaque vente de garage ne doit pas durer plus de deux jours, sauf dans le cas où le vendredi ou le lundi est un congé férié. Vous pouvez consulter une carte en ligne des ventes-débaras sur le territoire et aussi y inscrire la vôtre !



COURIR À NOTRE SANTÉ 9 JUIN

1 KM - 5 KM MARCHÉ/COURSE - 10 KM - 21,1 KM

WWW.COURIRANOTRESANTE.COM



FONDATION
HÔPITAL
RÉGIONAL
SAINT-JÉRÔME



3 activités culturelles à faire ce week-end dans les Laurentides

Alexane Taillon-Thiffeault - Pour la longue fin de semaine de la fête des Patriotes, différentes activités culturelles sont offertes dans les Laurentides. En voici quelques unes !

Voyagez en musique vers l'Afrique | Saint-Jérôme

Le spectacle *Voyagez en musique vers l'Afrique* est présenté au Théâtre Gilles-Vigneault de Saint-Jérôme le **19 mai prochain à 13 h**.

« Montez à bord du vol 2024, destination Sénégal et Afrique du Sud, avec Sadio Sissokho et Valérie Ivy Hamelin (et Cheikh Anta Faye). Vous ferez un voyage musical, percussif, dansant et festif en Afrique ! Découvrez les percussions mandingues, le doundoun, le djembé, la kora, les chants et danses à travers une odyssée au cœur de la culture africaine. Un spectacle dynamique dans lequel vous êtes les artistes ! Participez à ce voyage fabuleux, venez danser, faire du gumboots, chanter et jouer avec nous. »

Pour tous les détails, visitez le site web du Théâtre Gilles-Vigneault.

Pour la famille

Conférence Introduction à l'art japonais Morin-Heights

Une conférence en ligne nommée *Introduction à l'art japonais* est disponible sur la chaîne YouTube de la Municipalité de Morin-Heights **jusqu'au 23 mai**.

« De l'estampe japonaise à la calligraphie et l'art des jardins, il sera possible d'explorer lors de ce cours d'introduction avec Sylvie Coutu, la diversité et la richesse culturelle du pays du Soleil levant. Des paysages, des scènes profanes et spirituelles ainsi que des œuvres inspirées composeront le corpus riche et varié proposé lors de ces rencontres, hautement dépayssantes. »

Pour obtenir plus de détails, consultez le site web de la Municipalité de Morin-Heights.

TALK | Saint-Jérôme

L'artiste TALK est en prestation musicale à la Place des Festivités de Saint-Jérôme dans le cadre du passage des Alouettes pour leur camp d'entraînement. C'est le **18 mai prochain à 20 h**. « Après le match intraéquipe, poursuivez la fête à la place des Festivités (à côté du Théâtre Gilles-Vigneault) pour le spectacle du récipiendaire 2024 du prix Juno de la révélation de l'année ! »

Pour tous les détails, visitez le site web de la Ville de Saint-Jérôme.



**MONT GABRIEL
RESORT & SPA**

GOLF MONT GABRIEL :
Êtes-vous prêt à relever le défi?

- Réservez votre départ dès maintenant pour la saison 2024
- Golf à partir de 54\$, taxes en sus, voiturette incluse

450-227-7983, extension 370
montgabriel.com
Sainte-Adèle, Laurentides

>PN10941-1



VARIÉTÉS

**LOUISE
LATRAVERSE**

– L'amour crisse

Samedi 8 juin, 20 h

**THÉÂTRE
GILLES-VIGNEAULT** Desjardins

Billets theatregillesvigneault.com
450 432-0660, poste 1 118, rue de la Gare, Saint-Jérôme

f i d y in

>PN09721-1

astral LACHANCE L'ÉPIQUE cme Miroir Québec LCR MANDR Philippe Armand nard LION ELECTRIQUE SHAKER

Club culturel - Mai

Notre équipe de rédaction s'amuse à s'échanger leurs derniers coups de coeur culturels. Et vous, quels sont vos coups de coeur du mois ? Écrivez-nous : redaction@journalaccs.ca

Marie-Catherine
Nothing to Lose
de Hollow Coves

Album de musique

Depuis quelques années, je pars dans l'état du Maine aux États-Unis avec des amis pour la fête des Patriotes. Le nouvel album du groupe australien Hollow Coves, *Nothing to Lose* (mars 2024), est la trame sonore parfait pour ce roadtrip vers la mer. Les chansons à saveur folk et acoustique donnent un avant-goût parfait pour le soleil lumineux du printemps et l'arrivée de l'été. Je ne sais pas pour vous, mais à ce temps-ci de l'année, j'écoute plus de musique qui me fait sentir légère et qui me rend heureuse ! Cet

album est donc parfait pour rouler en auto ou comme trame sonore d'un dimanche matin qu'on passe à lire. Mes préférées dans l'album : *Letting Go* et *Harder to Fake It*. Bonne écoute ! L'album *Nothing to Lose* est disponible sur Spotify et les autres plateformes d'écoute en continue.



Josée
Prendre son souffle
de Geneviève Janelle

Roman québécois

Quand j'ai fermé ce livre, j'ai dû moi aussi prendre mon souffle. Ce livre est un réel raz de marée d'émotions. Les mots de Geneviève Janelle sont si réalistes et puissants qu'ils ne peuvent faire autrement que de nous toucher droit au coeur.

Ce roman est une longue lettre d'amour d'Anaïs envers son amoureux malade. Mais, je ne vous en dis pas plus. Tout ce que je peux vous dire, c'est que ce roman est un cadeau.

J'ai terminé ce livre avec ce sentiment d'urgence d'aimer encore plus, de vivre à fond et de saisir le bonheur avec un grand B.

Courez chez votre libraire vous le procurer !



Simon
C'est comme ça que je t'aime

Série télévisée

J'ai dévoré la troisième et dernière saison de la série télé *C'est comme ça que je t'aime*. Dans le Québec des années 1970, on assiste à la vengeance d'Huguette Deslisle et au dernier été de son organisation criminelle. La série rend drôle et touchante l'idée de « trouver l'amour et tuer la mafia ».

Les épisodes sont remplis de références hilarantes, du *Bye Bye* décevant cette année à Bruce Jenner qui remporte la médaille d'or au décathlon aux Jeux olympiques de Montréal. Certaines scènes poussent un peu (trop ?) le bouchon de l'in vraisemblable, mais les personnages et leurs relations sont sincères. Aussi, les nombreux retournements nous tiennent en haleine jusqu'à la fin.

Bref, je m'ennuierai de cet univers créé par François Létourneau. Pour me consoler, j'ai envie de me replonger dans ses autres séries cultes, *Les Invincibles* et *Série noire*.

Depuis 1978

Boucannerie Belle-Rivière

Le choix par excellence de la région pour vos BBQ

À vos grillades ce week-end!

Plus de 100 produits de BOUCHERIE et CHARCUTERIE !

- T-Bone
- Surlonge
- Tournedos de bœuf
- Poitrine de poulet marinée
- Bavette marinée
- Côtelette de porc fumée à l'ail
- Côtelette de porc fumée rég.
- Grillade de porc
- Méchoui
- Steak de côte
- Filet mignon
- Tournedos de porc
- Saucisse fraîche
- Médaillon de bison
- Médaillon de wapiti
- Médaillon de cerf
- Médaillon de sanglier
- Ailes de poulet

Bière fumée BOUCANNEUX

HORAIRE SPÉCIAL
Mardi au samedi de 8 h à 17 h

8871, rue St-Vincent, Ste-Scholastique, Mirabel, Qc. J7N 2W5
450 258-3412 • www.boucannerie.com
SUIVEZ-NOUS ÉGALEMENT SUR www.facebook.com1BoucannerieBelleRiviere

Un mois de mai ensoleillé

Simon Cordeau - Le printemps est inconstant. Il passe des journées chaudes et ensoleillées aux jours gris, froids et pluvieux. C'est une saison de changement, de transition. Je vous ai donc préparé, chers lecteurs, une liste de lecture musicale à cette image. Que ce soit pour votre ménage printanier, votre premier roadtrip de l'année ou pendant que vous jardinez, elle saura vous accompagner avec un peu plus de soleil.

Partir à l'aventure

Commençons par *Droit devant* des Cowboys Fringants, qui ouvre l'album *L'expédition*. C'est le morceau parfait pour partir à l'aventure et se souvenir de Karl Tremblay avec le sourire.

Pour vraiment partir, montez le volume pour *Destin* de Céline Dion. J'ai récemment découvert l'album *D'Eux* (je sais, je sais...), et j'en suis tombé amoureux. C'est à écouter en auto, les vitres baissées, pendant qu'on se défoule en chantant à tue-tête.

Gardons cette énergie avec *Lovely Day* puis *Ain't No Sunshine* de Bill Withers, suivis de *Sunny* de Bobby Hebb. Ces morceaux ensoleillés sont des incontournables du matin et des roadtrips. Ils sont garantis de me donner le sourire.

Prendre le temps

Ralentissons un peu le rythme, comme ces journées pluvieuses du printemps. Elles sont l'occasion de s'arrêter, de prendre le temps, de contempler les gouttes tomber sur les vitres. Elles sont rafraîchissantes pour le corps et l'âme. Je vous propose *Ste-Adèle P.Q.* pour nous souvenir de Jean-Pierre Ferland. Avec



sa voix douce, il rend un bel hommage à nos Pays-d'en-Haut, à sa nature, à sa communauté et à ses paysages.

Poursuivons avec Marc Déry. Sa douce poésie me libère et m'allège. *Depuis*, qui ouvre son album *À l'avenir*, est optimiste et serein. Il y a une naïveté contagieuse. *Ça fait longtemps*, sur son rythme de valse, est plus lent et aérien, mais non moins lumineux. « *Que ça fait du bien, enfin le mois de mai, le toit ouvrant, le vent, le gros soleil. [...] Ça fait longtemps que j'ai pas souri pour vrai.* »

Avec Frais Dispo, on reprend un peu de rythme. Alors qu'on quitte un *Printemps essoufflé*, avec son air plaintif, le mois de *Juillet* arrive déjà bientôt, avec son air enthousiaste et festif.

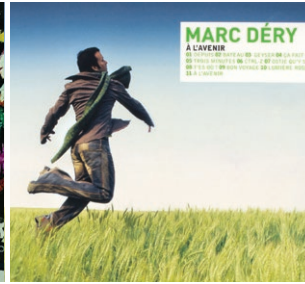


L'air frais

Terminons avec quelques morceaux à la fois frais et chaleureux, qui me rappellent la lumière dorée et l'air frais après un orage.

D'abord, le Pat Metheny Group sait toujours me charmer. Le morceau *5-5-7* est comme une fleur. Il commence avec un jazz détendu et timide, avant d'éclorre de façon spectaculaire et lumineuse, comme une célébration au printemps.

Enfin, concluons avec *Les jolies choses* de Polo & Pan. On est arrivés à la plage, et on entend le bruit de la mer. On sent même la brise et le soleil sur sa peau. Ce n'est peut-être pas encore l'été, mais il ne saurait tarder.



Liste musicale : Mai ensoleillé

- *Droit devant* - Les Cowboys Fringants
- *J'erre* - Dumas
- *Destin* - Céline Dion
- *Lovely Day* - Bill Withers
- *Ain't No Sunshine* - Bill Withers
- *Sunny* - Bobby Hebb
- *Ste-Adèle P.Q.* - Jean-Pierre Ferland
- *Le train du nord* - Félix Leclerc
- *Depuis* - Marc Déry
- *Ça fait longtemps* - Marc Déry
- *Printemps essoufflé* - Frais Dispo
- *Juillet* - Frais Dispo
- *5-5-7* - Pat Metheny Group
- *What I Like Most About You is Your Girlfriend* - Nouvelle Vague
- *Les jolies choses* - Polo & Pan

Écoutez la liste de lecture de Simon sur notre page Spotify
[Journal Accès | Le Nord!](#)

Johnny
Depuis 1945

info@restaurantjohnny.com

603, rue Saint-Georges, Saint-Jérôme
450 436-1339

PN109251

BINGO
DES LAURENTIDES

HORAIRE
TOUS LES SOIRS 19H
MERCREDI ET
DIMANCHE 12H50

Ouvert tout le long week-end

Salle VIP vendredi et samedi // 4x1000\$

Restauration complète sur place

Situé au sous-sol des Galeries Laurentides
500, boul. des Laurentides, St-Jérôme • 450 565-4888

Il est strictement interdit de vendre ou de procurer à un mineur un livret, une carte de bingo ou un billet surprise. no. permis: 13-1441

PN109251

CONDOS À VENDRE



- Condos 3 1/2 - 4 1/2 - 5 1/2
- Piscine extérieure
- Salle d'entraînement
- Lounge
- Terrasse extérieure



DISPONIBLES MAINTENANT!

12025 RUE DE BLOIS, MIRABEL, QC, J7J 0R9

SKY BLÜ
CONDOS URBAINS

514-929-7766

vente@skyblucondos.com

www.skyblucondos.com

Un projet réalisé par **RAY JUNIOR**
INVESTISSEMENT

46^e mission humanitaire

Deux chirurgiens d'ici opèrent bénévolement en Afrique



Marie-Catherine Goudreau - Pour le couple de médecins Louise Caouette-Laberge et Jean-Martin Laberge, l'aide humanitaire dans des pays moins développés est une pratique qui fait partie de leur vie depuis une vingtaine d'années. Ces deux chirurgiens des Laurentides se sont récemment engagés comme bénévoles à bord du Global Mercy, le plus grand navire-hôpital civil au monde, en mission au Sierra Leone en Afrique de l'Ouest.



Photos: Courtoisie

« Depuis 1999, on fait régulièrement des missions humanitaires un peu partout en Afrique, en Asie et en Amérique du Sud, parfois ensemble et d'autres fois pas ensemble. Le Mercy Ships est un des organismes avec lesquels on collabore », explique D^{re} Louise Caouette-Laberge, qui en est à sa 46^e mission humanitaire.

Plus d'une quarantaine de missions humanitaires

La D^{re} Louise Caouette-Laberge est chirurgienne plasticienne au CHU Sainte-Justine et professeure émérite, titulaire de clinique au Département de chirurgie de l'Université de Montréal récemment retraitée. En 2020, elle a aussi été reconnue comme officière de l'Ordre National du Québec.

Pour sa part, le D^r Jean-Martin Laberge est chirurgien général pédiatrique à l'Hôpital de Montréal pour enfants, chef adjoint du Département de chirurgie pédiatrique et professeur titulaire à l'Université McGill. Il est également l'ancien président de l'Association canadienne de chirurgie pédiatrique.

Le couple, qui habite Gore dans les Laurentides, a reçu de multiples distinctions pour son travail humanitaire, notamment pour la création de Mission Sourire d'Afrique,

reconnu par le Collège des Médecins du Québec, en recevant le Prix d'humanisme. Ils sont aussi reconnus pour leurs implications afin d'offrir de la formation partout sur la planète.

« On découvre le monde, pas en visitant des musées, mais en découvrant la réalité des autres. Ça, c'est extraordinaire », dit la docteure. « Ici, les gens déplorent le système de santé et chialent. Mais quand tu vas voir ailleurs, tu te rends compte que ce n'est pas si pire chez nous ! », ajoute D^r Laberge.

Au Sierra Leone en Afrique, le nombre de chirurgiens est de 0,2 pour 1 000 habitants.

Apporter l'hôpital à la population

C'est un collègue du D^r Laberge qui lui a fait découvrir Mercy Ships. Son navire-hôpital se rend dans des pays moins fortunés, notamment en Afrique, pour offrir des soins médicaux gratuits aux habitants de ces pays. Chaque année, avec leur équipe de bénévoles, Mercy Ships réalise plus de 2 000 chirurgies et plus de 8 000 soins dentaires à des personnes vivant dans la pauvreté. Avant que le bateau ne s'accoste sur la côte du pays pendant 10 mois, une équipe locale effectue une sélection préalable des personnes qui bénéficieront des soins.

Ainsi, lorsque D^r Laberge et D^{re} Caouette-Laberge sont arrivés dans le bateau, pour leur deuxième mission à bord, on avait déjà organisé tout leur temps et sélectionné les chirurgies à faire. Dès qu'ils arrivent sur le bateau, ils sont pris en charge et commencent à faire des chirurgies dans les premiers jours. « Rapidement, tu sais où aller et tu as tout en main pour commencer ta semaine de travail », explique-t-elle.

Lors de leur séjour, D^{re} Caouette-Laberge a effectué principalement des opérations pour des fentes labio-palatines, une malformation du visage qui consiste en une ouverture de la lèvre supérieure pouvant se prolonger jusqu'au palais. Dr Laberge a pour sa part opéré des hernies. « Souvent on va opérer beaucoup plus tardivement que ce qu'on ferait ici, au Québec. On va opérer des patients qui sont rendus adolescents par exemple », explique D^{re} Caouette-Laberge.

Par ailleurs, les chirurgiens bénévoles profitent de leur temps sur le bateau pour former des médecins de ces pays.

Une logistique plus simple et efficace

Avant leurs missions sur le bateau, le couple de chirurgiens partait en mission humanitaire avec sa propre équipe. Mais après

l'avoir fait pendant de nombreuses années, les deux médecins trouvaient que c'était un peu plus simple de partir avec cet organisme. « Quand on part avec notre équipe, on part avec une vingtaine de bagages : il faut apporter toutes nos ressources ! C'est beaucoup plus de planification et d'argent aussi. Au point de vue logistique, c'est le jour et la nuit », explique D^{re} Caouette-Laberge.

« On reçoit beaucoup plus que ce qu'on donne ! Les gens qu'on opère gratuitement sont tellement contents, ils nous remercient et sont heureux. On prend pour acquis la formation qu'on reçoit et la chance qu'on a de pouvoir faire des études. Là-bas, il n'y a pas de professeurs. On ne réalise pas tant qu'on n'est pas sorti de chez nous et qu'on ne voit pas la réalité des autres. »

- D^{re} Louise Caouette-Laberge

« L'avantage d'un bateau comme ça est qu'il possède des standards internationaux. Ça permet donc de faire des chirurgies complexes qu'on ne pourrait pas faire dans un pays africain puisqu'ils n'ont pas les infrastructures nécessaires », rapporte D^{re} Louise Caouette-Laberge. Puis, c'est beaucoup plus sécuritaire qu'aller en mission avec sa propre équipe.

Burn Baby Burn

La flamme qui nous habite

Simon Cordeau - Le spectacle *Burn Baby Burn* sera présenté en première au Festival des Arts de Saint-Sauveur (FASS) le 2 août. « C'est à propos de la flamme qu'on a en soi. Si on ne contrôle pas cette énergie-là, on peut en perdre le contrôle, comme c'est le cas pour l'environnement ou la consommation. C'est quelque chose qui me fait peur. Mais en même temps, on a l'ambition de changer les choses. Cette flamme peut nous motiver à réconcilier notre relation avec la nature », explique Guillaume Côté, créateur du spectacle et directeur artistique du FASS et de la compagnie Côté Danse.

« Mal utilisée, notre flamme peut faire de grands dommages, tant à l'environnement qu'aux gens autour de soi. Mais bien gérée, elle peut devenir magnifique. » Il en va de même dans les relations personnelles, ajoute M. Côté. « Quand la flamme est allumée, il ne faut pas s'y perdre. »

Les danseurs sont neuf sur scène, avec des costumes d'Yso South. « *Il est fantastique, avec une approche minimaliste* », souligne M. Côté. Des cendres pleuvront sur la scène, avec un éclairage travaillé et beaucoup de déplacements. « *Le spectacle sera plein de danse et extrêmement physique. Avec le titre Burn Baby Burn, il y aura un peu de*



Photo: Marni Van Dyk

Disco Inferno, avec le côté satirique de ça. Et en même temps, ce sera tragique. [...] On promet que ça va être une soirée chaude et complète. »

La planète surchauffe

La pièce abordera aussi les changements climatiques et notre déni face à eux. « *On a tendance à repousser cette idée. Des fois, on se laisse emporter par cette flamme-là.* »

C'est pourquoi le chorégraphe veut aborder le sujet de façon positive. « *Il faut parler des solutions qui fonctionnent. C'est tellement important de se concentrer sur la puissance humaine, sur son ambition. Notre flamme à nous, comme individus, peut avoir un gros impact sur le monde entier, si on la nourrit* », illustre-t-il.



Photo: Marc Barnes

Selon M. Côté, on est en train de perdre « *la beauté sublime de l'humain* » alors que notre rapport à la nature se détériore. « *Il y a une simplicité animale de l'humain, qui se distancie de plus en plus d'avec la nature, alors qu'elle devient de plus en plus hostile.* »

L'art qui embrase

Avec *Burn Baby Burn*, le chorégraphe souhaite faire de « *l'artivisme* », mot-valise pour « *art* » et « *activisme* ». « *C'est vraiment à propos d'allumer la flamme, de montrer sa beauté extrême sur scène, et d'inspirer les gens à contribuer à des causes, à simplifier.* »

Pour Guillaume Côté, l'art est d'abord une façon de communiquer et de discuter. « *Il y a quelque chose dans les arts qui montre que la beauté, des fois, c'est assez. Juste de voir quelque chose de magnifique va*

t'inspirer à t'impliquer, à prendre soin de toi, de ta communauté, de tout. » Il souligne aussi qu'il est plus intéressant d'aborder l'art comme une expérience, plutôt que tenter de le comprendre. « *C'est de connecter entre humains. Et la danse, il n'y a rien de mieux que ça.* »

L'artiste ajoute que l'art provoque quelque chose d'introspectif dans l'auditoire. « *Je suis là. Il y a un moment qui me touche, qui me rend inconfortable, qui me fait me questionner. Je regarde en-dedans de moi. Je cherche ce que ça veut dire pour moi. Il y a un cheminement personnel. [...] Et il faut se laisser emporter. Si on essaie de critiquer, de voir, de comprendre, d'expliquer, c'est là qu'on tombe dans la frustration* », soutient-il.

Enfin, M. Côté rappelle l'importance de sortir de sa zone de confort et de se laisser surprendre. « *Tu ne peux pas juste écouter du Netflix et laisser l'algorithme choisir la prochaine affaire. Il faut que tu te challenges, que l'art vienne te chercher de différentes façons.* »

Un mois pour créer

Guillaume Côté a présenté plusieurs autres spectacles en première à Saint-Sauveur durant le FASS avant de les faire voyager à travers le monde, dont *(DIX)* et *Hamlet*. Comme pour ses autres projets, le chorégraphe créera *Burn Baby Burn* environ un mois avant sa présentation. « *En janvier, on a fait deux petites semaines. On commence la création en juillet, sur quatre semaines et demi. Il y a des coûts, et on paie bien les danseurs* », indique-t-il.



CAP SUR LE HOMARD



- Bisque de homard
- Rouleaux homard et crevettes
- Risotto homard et crevettes
- Linguine homard et crevettes en casserole gratinée
- Guédilles au homard

340, BOULEVARD DES LAURENTIDES, SAINT-JÉRÔME 450 438-5888



23 mai

Théâtre Gilles-Vigneault

Philippe Brach

L'artiste Philippe Brach est de passage au Théâtre Gilles-Vigneault de Saint-Jérôme le 23 mai prochain dès 20 h.

« Après plusieurs années passées loin des projecteurs, Philippe Brach est de retour sur scène avec *Les gens qu'on aime*, le spectacle accompagnant son album du même nom. Si les termes raffinement, recul, brutale lucidité et glorieux cynisme peuvent tous s'appliquer à sa plus récente offrande, c'est d'abord et avant tout sur la fougue et le plaisir qu'il mise pour cette nouvelle incursion sur les planches ».

Pour toutes les informations, visitez le site web du Théâtre Gilles-Vigneault.



Théâtre du Marais

Au bout du rien pantoute

Le film *Au bout du rien pantoute*, réalisé par Jérôme Sabourin, est présenté au Théâtre du Marais de Val-Morin le 22 mai prochain à 19 h 30.

« Tous les matins, Marcel se confie à son magnétophone. C'est à partir de ses réflexions sur la vie, que ce film nous entraîne dans les sillages de son histoire. Ce portrait-essai est un regard à la fois intime et social sur un homme libre d'esprit et de mots ! »

Consultez le site web du Théâtre du Marais pour obtenir toutes les informations.



17 mai

Baril Roulant | AfroVibes

Le groupe AfroVibes est en prestation musicale au Baril Roulant de Val-David le 17 mai prochain dès 21 h.

« AFROBEAT sur la scène de la ville de Québec. Puisant dans les racines du créateur de l'afrobeat FELA ANIKULAPO KUTI, le groupe AFROVIBES mélange les rythmes afrobeat, à ceux du vaudou d'Haïti, du bel-air de la Martinique, des rythmes traditionnels d'Amérique-latine et de ceux des îles Comores, en combinant des atmosphères fusion tantôt soul, rock et jazz. »

Pour tous les détails concernant l'événement, visitez la page Facebook du Baril Roulant.

Saint-Sau Pub Gourmand

Stephan McNicoll & GCR

Le Saint-Sau Pub Gourmand accueille le groupe Stephan McNicoll & GCR le 18 mai prochain dès 21 h.

« Stephan McNicoll & GCR, Un groupe des Laurentides qui a été formé uniquement pour le plaisir de jouer du rock classique et du blues. GCR est reconnu pour ses spectacles débordants d'une énergie authentique digne du rock classique. GCR vous fera revivre les meilleurs moments du rock ! »

Pour tous les détails, visitez la page Facebook du Saint-Sau Pub Gourmand.



1
SEUL SOIR

Théâtre Le Patriote | Gala Comédie Star

Le Gala Comédie Star est de retour au Théâtre Le Patriote, situé à Sainte-Agathe-des-Monts, le 23 mai dès 20 h.

« Un classique, digne des plus prestigieux galas d'humour ! Le seul Gala annuel en programmation régulière qui met en vedette nos grands de l'humour. Le Gala Comédie Star, c'est cinq humoristes chevronnés qui viennent à tour de rôle présenter un numéro de leur propre chef. Une liberté inégalée qui permet d'assurer surprises et émotions ! Animé par Stéphane Fallu, avec quatre invités : Martin Petit, Simon Delisle, Réal Béland et Alex Roy ».

Pour plus de détails, visitez le site web du Théâtre Le Patriote.



Mes Bananes Vertes

Gore | Cathy Fuoco

Cathy Fuoco présente son spectacle *Mes bananes vertes* à l'Église Holy Trinity de Gore le 18 mai prochain à 20 h.

« Avec son spectacle *Mes bananes vertes*, Cathy Fuoco fait vivre une gamme d'émotions aux spectateurs en racontant son parcours de femme et tous les rôles qui l'accompagnent. Elle aborde ainsi ses origines italiennes, son rôle de mère et son divorce de façon tendre et drôle. Véritable boule d'énergie, l'artiste livre également plusieurs anecdotes autour de sujets moins sérieux, tels que le yoga, ses leçons privées de natation et le "karma sutra". »

Pour tous les détails, visitez la page Facebook du Canton de Gore.

CINÉMA



Amis imaginaires

À la suite d'une expérience difficile, une jeune fille commence à voir des amis imaginaires qui ont été laissés pour compte à mesure que leurs amis réels ont grandi.

Back to black

L'histoire d'Amy Winehouse, de ses débuts d'étoile montante à Camden et de la sortie de son phénoménal album *Back to Black* qui l'a propulsée sur le devant de la scène internationale.



POUR LE CALENDRIER DE TOUS LES ÉVÉNEMENTS CULTURELS DE LA RÉGION, consultez le site web du Journal

Le Nord

C'est parti pour les Alouettes à Saint-Jérôme !



Photos: Nordy - Davy Lopez

F. P. - Dimanche, jour de la fête des Mères, les Alouettes de Montréal ouvraient leur camp d'en-entraînement 2024 à Saint-Jérôme au Centre sportif Claude-Beaulieu. Il s'agit du premier camp d'une série de trois qui se tiendront à Saint-Jérôme puisque les camps 2025 et 2026 auront aussi lieu sur le territoire.

Plusieurs spectateurs ont profité du beau temps pour venir voir les champions de la coupe Grey à l'entraînement. Une centaine de joueurs étaient attendus pour l'ouverture du camp et dès le premier jour, certains ont été retranchés.

Comme nous l'indique le porte-parole de l'équipe, les Alouettes abordent ce camp d'entraînement en tant que champions en titre de la coupe Grey, mais ne vous attendez pas à entendre beaucoup parler de la saison dernière. Les principaux leaders de l'équipe, y compris l'entraîneur-chef Jason Maas, ont clairement indiqué qu'il s'agit d'une nouvelle année et que toute l'équipe met la saison de championnat derrière elle.

« C'est une nouvelle année, un nouveau départ avec beaucoup de nouveaux visages. Il s'agit de nous rassembler en tant qu'équipe. Il n'y aura pas de discussion sur l'année dernière. Puis, il n'y aura pas de discussion sur la défense ou la répétition

de 2023. Il s'agira uniquement de cette année et de notre connexion les uns avec les autres. Nous allons avoir une nouvelle histoire et une histoire différente cette année », a déclaré le coach Maas après l'entraînement.

Des duels

Différents exercices ont été abordés à l'entraînement. Mais la partie la plus intéressante est survenue sous la forme des duels entre receveurs et demis défensifs, et entre les lignes offensive et défensive.

« Les receveurs Jalen Wayne, Tyjon Lindsey et Charleston Rambo ont tous réalisé des jeux impressionnants lors des exercices.

Sur la ligne offensive, le garde Pier-Olivier Lestage, Ja'Chai Baker et Josh Donovan ont bien bloqué les joueurs de ligne défensive contre lesquels ils ont été opposés. Le demi offensif Sean Thomas Erlington a fait un attrapé spectaculaire avec une seule main », explique-t-on dans le communiqué diffusé par l'équipe.

Les Alouettes étaient de retour sur le terrain lundi à 9 h 15 au Centre sportif Claude-Beaulieu. Pour voir le calendrier des entraînements ou des activités en lien avec la présence des Alouettes à Saint-Jérôme, rendez-vous sur le site de la Ville de Saint-Jérôme.

Une présentation de
Desjardins
 Caisse de la Rivière-du-Nord

COURSE NATURE
 de la Rivière-du-Nord

SI ON SEMAIT UN DÉFI DANS VOTRE ESPRIT?
26 MAI 2024
 Parc naturel du Lac-Jérôme

Le nord
 IGA
 lait au chocolat
 SAINT-JÉRÔME
 ARÈNA RIVIÈRE DU NORD
 fuf + u
 PAL DENTE
 GROUPE CARBUR
 CHEVROLET DODGE RAM
 PFD
 AVOCATS

>PN10812-1

Le 26 mai prochain 7^e édition de la Course nature de la Rivière-du-Nord

M.-C. G. - Le 26 mai prochain aura lieu la 7^e édition de la Course nature de la Rivière-du-Nord au parc naturel du Lac-Jérôme, organisée par les Centres d'activités physiques Rivière-du-Nord (CAPRDN). On y attend plus de 1500 coureurs et plus de 5 000 visiteurs.

nement », lit-on sur le site web de la Course nature.

Vous avez le choix entre différents parcours pour tous les niveaux que vous pouvez faire en équipe ou individuellement : 1 km, 3 km, 5 km ou 10 km. À noter que le parent peut accompagner gratuitement son enfant au 1 km. Puis, les défis-équipes de 3 et 5 km s'adressent aux écoles, familles, entreprises, amis ou autres groupes, qui désirent courir ensemble et relever un défi.



Photo: Archives - Nordy

Les fonds amassés lors de cet événement permettront de financer des projets spécifiques organisés par les CAPRDN pour faire bouger les jeunes dans les écoles primaires de la région. « La proximité des services, l'aménagement des sentiers et les multiples possibilités qu'offre le parc multisports font des sentiers du lac Jérôme un emplacement idéal et facilitant pour l'organisation de l'événement ».

À SAVOIR

- **Où** : Parc naturel du Lac-Jérôme, Saint-Jérôme
- **Quand** : Dimanche le 26 mai 2024

Les départs se font de 8 h 30 à 11 h 30

Vous pouvez vous inscrire en ligne sur le site web de la Course nature. La date limite pour s'inscrire est le 23 mai à 12 h pour les épreuves individuelles.

4 façons de lire notre journal



Google Play

App Store

Application mobile - Site web - Infolettre - Commerces locaux

www.journallenord.com

ST-JÉRÔME

Jean Coutu

720, boul. Mgr-Dubois

Uniprix Bellefeuille

872, montée Ste-Thérèse

William J. Walter

617, rue St-Georges

Mayrand Entrepôt d'Alimentation

400, rue Lamontagne

Super C

105, boul. Roland-Godard

Maxi St-Jérôme

900, boul. Grignon

Marché Populaire

450, rue Ouimet

Brunet J. Normand

450, boul. Mgr-Dubois

Maison des Parents du Québec

179, rue St-Georges

Excellence Bistro Traiteur

330, rue St-Georges

Théâtre Gilles-Vigneault

118, rue de la Gare

Maison de la Culture

101, place du Curé-Labelle

CEGEP St-Jérôme

455, rue Fournier

Restaurant Nickel's

255, rue de Martigny Ouest

Hôpital Régional de St-Jérôme

290, rue Montigny

Vilia St-Jérôme

185, rue Mgr-Dubois

Résidence Maurice Matte

200, rue de Villemure

Gare de St-Jérôme

280, rue Latour

U.Q.O.

5, rue St-Joseph

Centre dentaire Stéphane Girard

223, rue St-Georges

Super 8

3, boul. J.-F.-Kennedy

Chartwell Manoir St-Jérôme

333A, rue des Pins

Résidence La Noblesse

295, rue de St-Jovite

Manoir Philippe-Alexandre

889, boul. Grignon

Best Western et Gare 422

422, boul. Mgr-Dubois

St-Hubert

270, rue de Martigny O.

Atelier des aînés

668, rue Labelle

ST-ANTOINE

Fromagerie Mirabel

150, boul. Lachapelle

Résidence du Verger

150, 103^e Avenue

Maxi St-Antoine

500, boul. des Laurentides

Au toit Rouge

833, boul. St-Antoine

IGA Extra famille JM

1430, boul. St-Antoine

Métro Plus Thibeault

633, boul. des Laurentides

Familiprix Extra

1440, boul. St-Antoine

Proxim pharmacie affiliée

555, boul. St-Antoine

Brunet

500, boul. des Laurentides

Bingo St-Antoine

500, boul. des Laurentides

Bibliothèque St-Antoine

500, boul. des Laurentides

Restaurant Mike's

340, boul. des Laurentides

LAFONTAINE

Centre Lafontaine

2020, rue St-Georges

5 Saveurs

2160, boul. du Curé-Labelle

IGA Extra

2012, rue St-Georges

Brunet I. Raymond et A. St-Germain

1950, boul. du Curé-Labelle

Familiprix Extra

2012, rue St-Georges

Élite Ford

2175, boul. du Curé-Labelle

Tigre Géant

1950, boul. du Curé-Labelle

St-Jérôme Auto Dépôt

2360, boul. du Curé-Labelle

BELLEFEUILLE

Les Marchés Tradition Bellefeuille Itée

1004, boul. de la Salette

Boucherie des Chênes

990, boul. de la Salette

IGA Extra Marché Robert Tellier 1990 inc.

1085, boul. Roland-Godard

PRÉVOST

IGA Express Famille Piché

2900, boul. du Curé-Labelle

IGA Extra Piché

2635, boul. du Curé-Labelle

Métro Plus Thibeault

Prévost

2989, boul. du Curé-Labelle

PJC Jean Coutu

2987, boul. du Curé-Labelle

Pharmacie Jean Coutu

2627, boul. du Curé-Labelle

Hôtel de ville

2870, boul. du Curé-Labelle

STE-SOPHIE

Marché GJ Papineau Itée

630, rue de New-Glasgow

Métro Plus Thibeault Ste-Sophie

2380, boul. Ste-Sophie

Les Fromagiers de la Table Ronde

317, boul. Ste-Sophie

Familiprix Extra

2215, boul. Ste-Sophie

Hôtel de ville

2199, boul. Ste-Sophie

PJC Jean Coutu

2370, boul. Ste-Sophie

Marché Express Ultramar

2439, boul. Ste-Sophie

ST-COLOMBAN

Proxim pharmacie affiliée

347, montée de l'Église

Péto-Canada

343, montée St-Nicolas

Hôtel de ville

330, montée de l'Église

ST-HIPPOLYTE

Hôtel de ville

2253, ch. des Hauteurs

Marché Tradition St-Hippolyte inc.

2280, ch. des Hauteurs

IGA Extra

560, ch. des Hauteurs

Familiprix Extra

780, ch. des Hauteurs

Dépanneur Marché du coin

229, ch. du Lac Connely

ST-CANUT

IGA Extra Marché St-Canut inc.

9600, rue Henri-Piché

Super C

13910, rue St-Simon

Uniprix Thomas-Ugo Deschênes

13900, rue St-Simon

PJC Jean Coutu

13905, rue St-Simon

Le
nord

INFORMER + INSPIRER

Offrez-vous des extras
 ✓ Encadré Couleur ✓ Titre centré
 ✓ Caractères gras
 Informez-vous auprès de votre téléconseiller



PETITES ANNONCES CLASSÉES

Profitez également de la parution GRATUITE de votre annonce sur **VosClassées.ca**.

Heure de tombée: lundi 15h
 Heures d'affaires du service téléphonique: lundi au vendredi 8h30 à 16h30
 Mode de paiement:

À NOS ANNONCEURS: Assurez-vous que le texte de votre annonce est exact dès sa parution, sinon il faut nous en aviser immédiatement. En cas d'erreur, notre responsabilité se limite uniquement au montant de l'achat de la première semaine de parution de votre annonce. Toute discrimination est illégale.

POUR TOUT ACHETER ET TOUT VENDRE, près de chez vous

Un seul numéro 1-866-637-5236

- IMMOBILIER 100 à 299
- MARCHANDISE 300 à 399
- SERVICES 400 à 599
- EMPLOI ET FORMATION 600 à 799
- ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX 800 à 899
- VÉHICULES 900 à 999

205 - Logement appart à louer

2-1/2, 4-1/2, St-Jérôme, pas d'animaux, non-fumeur, pas de cannabis, juin, juillet, 450-438-6463

4-1/2, St-Jérôme, 5 minutes Carrefour, rez-de-chaussée, idéal retraité, immeuble tranquille, 1,200\$. Non-fumeur, pas d'animaux. 1er juillet. Enquête de crédit obligatoire. 514-213-3580

324 - Articles chasse et pêche

ARMES de chasse René. Achète fusils et carabines. Détient permis de la SQ, GRC, SIAF. Possibilité de me déplacer. Remet un reçu. René Fournier 514-713-2310

345 - Antiquités

Collectionneur audio des années 70-80, recherche: Amplis, table tournante, speakers: Sansui, McIntosh, Pioneer, Marantz, JBL, Tannoy etc... Disque vinyle: Rock, Jazz, Blues, François 450-858-1587

390 - Ventes de garage Marchés aux puces

VENTE de débarras 17-18-19-20 mai, 114 Lorenzo Bourcier, St-Jérôme. Souffleuse, tondeuse, cric, outils, meubles, golf et beaucoup d'autres choses.

424 - Astrologie

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

446 - Peinture décoration

À bon prix peinture intérieure/ extérieure, réparation de plâtre. 35 ans d'expérience. François. 450-712-1836

484 - Services divers

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

HOMME à tout faire, travaux de rénovations, terrasse... 514-260-7979 Réjean

INSTALLATION de céramique en tous genres. 20 ans d'expérience. 514-778-9004

PEINTURE intérieur/ extérieur, lavage à pression, sablage, patio, quai etc. Infos: 450-621-2728

ÉMONDAGE, abattage. Service rapide. 40 ans d'expérience. Nettoyage de sous bois. Déchiquetage de branches. Prix compétitif. Assurance responsabilité. 438-376-2372

845 - Prières remerciement

REMERCIEMENTS au Sacré-Coeur-de-Jésus pour faveur obtenue. L.V.

REMERCIEMENTS à St-Jude et St-Anoine-de-Padoue pour faveur obtenue, G.P

945 - Achat d'autos

ACHETONS voitures pour ferraille. Payons meilleur prix. Remorquage gratuit. 514-578-7181

955 - Pièces accessoires

Pièces auto neuves à prix économiques, livraison gratuite partout au Québec. Offre limitée: utilisez le code PROMOTIONNEL 139990 pour profiter de 100\$ de réduction sur vos prochaines commandes. Appelez maintenant au 1-877-646-0154. SUPRA-Z. CA

SPÉCIALISTE EN FIBRE DE VERRE

450 822-0435

Ouverture - Fermeture - Entretien

DIFFICULTÉ À ÉCRIRE VOS TEXTES?

Laissez Mimi Legault vous aider:

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

mimilego@cgocable.ca

La friperie solidaire

ressourcerie éclipse

Des intervenants spécialisés sont là pour vous. 24h/24h, 7 jours sur 7

1 866 APPELLE CPSFAUBOURG.ORG

VISITEZ NOTRE SECTION EMPLOIS LOCAUX

ESPACE PUBLICITAIRE

450.227.7999

Le nord atelier@journalaccs.ca

Le nord 36 avenue Filion, St-Sauveur JOR 1R0 | 450 438-8383 | journalnord.com

PROPRIÉTAIRE Josée Pilotte | OPÉRATIONS ET ADMINISTRATION Josée Ménard, Claire Labelle, Antoine Gascon | DIRECTEUR ARTISTIQUE Cédric Leblanc | INFOGRAPHIE Marie-Ève Lapointe, Daniel Berthier | NOUVELLES TECHNOLOGIES ET MULTIMÉDIA Antoine Gascon | CHEF DE PUPITRE France Poirier | JOURNALISTES Simon Cordeau, Luc Robert, Marie-Catherine Goudreau, Aurélie Moulon | DIRECTEURS DE COMPTE Kenny Carrier, Camille Vaillancourt

Le Journal Le Nord est publié tous les mercredis à 23 450 exemplaires et distribué gratuitement à Prévost, Saint-Jérôme, Saint-Hippolyte, Sainte-Sophie, Saint-Colomban, Saint-Canut. Le contenu rédactionnel, photographique et publicitaire du Journal Le Nord ne peut être reproduit en tout ou en partie sans autorisation écrite de l'éditrice. Le Journal Le Nord exclut expressément toute responsabilité quant au contenu des annonces soumises par son client, dont notamment mais non limitativement toutes atteintes aux droits d'auteur, droits de l'image et autres sources de propriété intellectuelle. Dans l'éventualité de quelques poursuites en dommages ou autres à l'encontre du Journal Le Nord relativement auxdites annonces soumises par le client, ce dernier s'engage à tenir Le Journal Le Nord indemne et à prendre faits et cause en sa faveur.

Financé par le gouvernement du Canada |

Certifié PEFC
 Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées.
 www.pefc.org

Emplois

PONT-MASSON

Val-Morin

Recherchons CHAUFFEURS DE BOOM


(classe 1 ou 3)

« PASSEZ UNE ENTREVUE ET OBTENEZ 100 \$ EN CARTE-CADEAU PONT-MASSON. »

REJOINS L'ÉQUIPE À BATTRE.

- ✓ Excellentes conditions de travail
- ✓ Avantages sociaux
- ✓ Salaires compétitifs

Faites parvenir votre CV à : recrutement@pontmasson.com ou passer en magasin au 5275, boulevard Labelle, Val-Morin.



COMMISSION SCOLAIRE SIR-WILFRID-LAURIER
SIR WILFRID LAURIER SCHOOL BOARD

AVIS PUBLIC

1. Jour, heure et lieu des séances ordinaires du conseil des commissaires et du comité exécutif de la Commission scolaire Sir-Wilfrid-Laurier pour l'année scolaire 2024-2025
2. Présentation du budget 2024-2025 de la Commission scolaire Sir-Wilfrid-Laurier

AVIS PUBLIC est par la présente donné que :

1. Le règlement n° BL2000-CA-05 : Jour, heure et lieu des séances ordinaires du conseil des commissaires de la Commission scolaire Sir-Wilfrid-Laurier ET le règlement n° BL2008-CA-15 : Jour, heure et lieu des séances ordinaires du comité exécutif de la Commission scolaire Sir-Wilfrid-Laurier seront modifiés à la séance ordinaire du conseil des commissaires de la Commission scolaire Sir-Wilfrid-Laurier du 26 juin 2024, à 19 h 30.

Les membres du public qui souhaitent prendre connaissance de ces documents pourront le faire à compter du 13 mai 2024 en consultant notre site Web à l'adresse www.swlauriersb.qc.ca.

2. Conformément à l'article 278 de la Loi sur l'instruction publique, le budget de la Commission scolaire Sir-Wilfrid-Laurier pour l'année scolaire 2024-2025 sera présenté à la séance ordinaire du Conseil des commissaires le 26 juin 2024, à 19 h 30.

La séance ordinaire du Conseil des commissaires du 26 juin 2024 se tiendra dans la salle 52A du centre administratif situé au 235, montée Lesage, Rosemère (Québec) et sera diffusée en ligne. Les membres du public qui souhaitent assister aux séances à distance peuvent le faire sur le site Internet suivant : <http://bit.ly/swlsbcouncil>. La procédure à suivre pour poser des questions lors de ces séances se trouve sur le site Web de la commission scolaire à l'adresse www.swlauriersb.qc.ca, dans le menu Conseil des commissaires.

Fait à Rosemère (Québec)
Le 13 mai 2024
M^e Giovanna Ortona
Secrétaire générale et Directrice du Service des affaires juridiques, corporatives et des communications par intérim

>PN10852-1

AVIS PUBLIC
Changement de lieu d'exercice

Prenez avis que, depuis le 22 avril 2024, le Dr Matthieu Sévigny, dentiste généraliste, exerce exclusivement au centre dentaire Dre Christine Bélair (565, rue Saint-Isidore, Saint-Lin—Laurentides / 450-439-1818). La garde des dossiers des patients qui l'ont consulté au centre de santé dentaire Al Denté (904, montée Sainte-Thérèse, Saint-Jérôme / 450-436-4914) a été confiée à la Dre Fanny Piché, dentiste généraliste, exerçant au centre de santé dentaire Al Denté (450-436-4914, poste 203).

>PN10921-1



La HUTTE

569 634-4664
info@lahutte.org
lahutte.org



ESPACE PUB

CONTACTEZ-NOUS
450.227.7999



Association de la **fibromyalgie** des Laurentides

701, rue Saint-Georges, Saint-Jérôme
450 569-7766
afl@videotron.ca
fibromyalgie-des-laurentides.ca



CORPORATION DE DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE RIVIÈRE-DU-NORD


450-530-0532
cdcrdn@hotmail.com



Pallia-Vie

385, rue Lebeau,
Saint-Jérôme
www.pallia-vie.ca
450 431-0488

VIVIER, Pierre
1947 - 2024



À Saint-Jérôme, le samedi 2 mars 2024, est décédé à l'âge de 76 ans M. Pierre Vivier. Il laisse dans le deuil ses filles : Julie et Marie-Josée (Rémi Duranleau); ainsi que plusieurs proches et ami(e)s.

La famille vous accueillera au Prana Café (285 rue St-Georges, à Saint-Jérôme) le samedi 18 mai 2024 entre 16 h 30 et 18 h 30. Une cérémonie en son honneur se tiendra au même endroit à 17 h.

Nous garderons toujours en mémoire les précieux moments passés avec toi et tu resteras à jamais dans nos cœurs et nos pensées.

Papa, nous t'aimons et ne t'oublierons jamais.

>PN10923-1

Suzanne PÉRUSSE TAILLON
1939 - 2024



À Malaga, en Espagne, le dimanche 24 mars 2024 est décédée Madame Suzanne Pérusse, épouse de Monsieur Pierre Taillon.

Outre son époux, elle laisse dans le deuil ses deux filles : Claude (Denis W.) et Isabelle (Denis B.); ses petits-enfants : Alexia (Amadou), Maximilien (Clémence) et SaraJade (Frédéric); ses beaux-frères, belles-sœurs, neveux et nièces ainsi que plusieurs amis.

La famille recevra vos condoléances le samedi 25 mai 2024 de 13h30 à 16h30 à la : Maison Trudel Inc. 400, Place du Curé-Labelle, Saint-Jérôme 450-438-1234 www.maisontrudel.com

Une cérémonie hommage aura lieu le 25 mai 2024 dès 16h30 au salon.

>PN10850-1



LES CONFLITS, C'EST PÉNIBLE !
Sauf quand on choisit la médiation citoyenne.
Pour en savoir plus : **mavn.ca**

VISITEZ NOTRE SECTION EMPLOIS LOCAUX

LORRAIN Denise
1936 - 2024



À Ste-Thérèse, le 7 mai 2024 est décédée à l'âge de 87 ans Mme Denise Lorrain.

Elle était la sœur de feu Alice, feu Priscille et laisse aujourd'hui dans le deuil son frère André et sa sœur Estelle ainsi que ses neveux, nièces, autres parents et amis.

La famille recevra vos condoléances le samedi 18 mai de 14h à 17h et de 19h à 21h au salon de la Maison Funéraire Trudel Inc. 400 Place du Curé-Labelle, St-Jérôme 450-438-1234 www.maisontrudel.ca

Les funérailles seront célébrées le mardi 21 mai à 14h en l'église de St-Janvier

Mardi, jour des funérailles, il n'y aura pas de visites au salon et la famille se rendra directement à l'église.

>PN10934-1

GRAND'MAISON, Marie-Andrée (Mimi)
1943 - 2024



À Saint-Jérôme, le 1er mai 2024, à l'âge de 80 ans, est décédée Mme Marie-Andrée Grand'Maison, conjointe de feu Jean-Guy Leboeuf.

Elle laisse dans le deuil ses filles : Lyne (François Poirier), Josée (Serge Chiasson) et Annie ; ses petits-enfants, ses arrière-petits-enfants, ses frères et sa sœur : Yves (Monique), Robert (Ghislaine), Marc et Lucie (Robert) ; la famille Leboeuf ainsi que plusieurs autres parents et amis.

La famille recevra les condoléances le dimanche 26 mai 2024 de 13h00 à 17h00 au salon de la MAISON FUNÉRAIRE TRUDEL INC. 400, Place du Curé-Labelle, Saint-Jérôme, QC. J7Z 5L3 www.maisontrudel.com

Un hommage aura lieu cette même journée, à 16h00, au salon.

Remerciements sincères à tout le personnel du 4^e étage du CHSLD de la Villa-Soleil pour les soins ET L'ACCOMPAGNEMENT EXCEPTIONNEL.

Vos marques de sympathie peuvent se traduire par un don à la Société Alzheimer Laurentides : www.alzheimerlaurentides.com

>PN10920-1

LAVOIE, René
1950 - 2024



De Sainte-Sophie, le 26 avril 2024, à l'âge de 73 ans, est décédé M. René Lavoie, époux de Mme Charline Gignac.

Il est parti rejoindre son fils Patrick.

Outre son épouse Charline, il laisse dans le deuil ses fils : Éric (Céline Genais) et Simon ; ses petites-filles : Anaïs et Amélie ; ses frères : Bernard (Danielle) et Luc (Deborah) ; son beau-frère Jean-Guy (Nicole), sa belle-sœur Thérèse (feu Jean-Paul), ses neveux, nièces ainsi que parents et amis.

La famille recevra les condoléances le lundi 20 mai 2024 de 10h à midi et de 14h à 17h au salon de la MAISON FUNÉRAIRE TRUDEL. 400, PLACE DU CURÉ-LABELLE SAINT-JÉRÔME, QC. J7Z 5L3 www.maisontrudel.com

Une cérémonie aura lieu ce même lundi, à 16h00, au salon.

>PN10914-1

Le nörd
INFORMER + INSPIRER
atelier@journalaccs.ca



**CIMETIÈRE
NATUREL**

**SERVICES
FUNÉRAIRES**

Notre cimetière naturel est un lieu funéraire unique au Québec. À travers une mission plus humaine, nous vous offrons beaucoup plus que des services funéraires traditionnels.

Chacune de nos actions vise à vous offrir de l'apaisement et la tranquillité d'esprit.
Une équipe attentionnée, à l'écoute de vos besoins.


**LES
SENTIERS**
CIMETIÈRE NATUREL / SERVICES FUNÉRAIRES

Une exclusivité

**MAGNUS
POIRIER**  **100 ANS**
5 GÉNÉRATIONS

2480, boul. du Curé-Labelle, Prévost | 450 565-6464 | lessentiers.ca
24 heures sur 24 | 7 jours sur 7