MERCREDI 21 JANVIER 2026 | VOL. 29 | NO 03

Accès

INFORMER + INSPIRER



Photo : Nordy par Davy Lopez

Domaine Castel-Marie

Quand les réseaux sociaux s'emballent

Page 3

Départ de Legault

Sonia Bélanger salue son courage

Page 6

Conférence-concert

La musique et le cerveau avec Michel Rochon

Page 14

Hockey féminin M18

L'argent pour Anaïs Leprohon

Page 19

ALBI
LE GÉANT
.COM
1-855-474-1111
VOYEZ NOS OFFRES À LA PAGE 5



Déco St-Sau
Literie • Meubles • Décor



Un décor unique créé sur mesure !

NOUVEAU SERVICE DE DÉCORATION À DOMICILE.
300, rue Principale, Saint-Sauveur 450-227-6466



LES RÉSIDENCES DU

Manoir

Vivre en couleurs









Une entreprise **familiale** depuis plus de 30 ans

Venez visiter une de nos 5 résidences

APPARTEMENTS POUR RETRAITÉS ACTIFS

Manoir de la Vallée
Saint-Sauveur
450 240.1333

APPARTEMENTS ET CHAMBRES POUR RETRAITÉS AVEC GAMME COMPLÈTE DE SERVICES

Manoir de la Falaise
Saint-Sauveur
450 227.5994

Manoir Quatre Saisons
Sainte-Agathe-des-Monts
819 326.8264

Manoir Sainte-Adèle
Sainte-Adèle
450 229.4611

Manoir St-Adolphe
Saint-Adolphe-d'Howard
450 226.1168

residencesdumanoir.com · 1 877 333-0933 · info@residencesdumanoir.com

LES HAVRES DES

Manoirs

Vivre en couleurs



Une entreprise **familiale** depuis plus de 30 ans

Votre proche est atteint d'Alzheimer ? Nos Havres répondent à ses besoins.

Découvrez Les Havres des Manoirs, un environnement sécurisant pour les personnes confrontées à des pertes cognitives telles que la maladie d'Alzheimer.

Avec nos unités prothétiques, nous garantissons le confort et le bien-être de nos résidents, tout en assurant des soins personnalisés et adaptés à chaque individu pour une qualité de vie optimale.

Communiquez avec nous pour explorer les ressources que nous avons à offrir.

Havre du Manoir Sainte-Adèle
Sainte-Adèle • 450 229-4611

Havre du Manoir St-Adolphe
Saint-Adolphe-d'Howard • 450 226-1168

Membre du groupe LES RÉSIDENCES DU MANOIR

1 877 333-0933
residencesdumanoir.com

P0094711-2

Domaine Castel-Marie

Pas d'inquiétude à avoir selon la mairesse



Photo : Nordy – Davy Lopez

ALEC BRIDEAU
alec@journalacces.ca

Une publication a interpellé plusieurs citoyens et citoyennes sur les réseaux sociaux, obtenant une centaine de commentaires. La plupart avait pour but de partager une inquiétude ou un mécontentement.

Le jeudi 15 janvier dernier, la Municipalité de Morin-Heights a publié sur sa page Facebook au sujet du Domaine Castel-Marie, indiquant son évolution dans « *le but de mieux vous servir* ».

Dans la publication, il est dit qu'« *afin de favoriser une meilleure cohabitation des activités au sein du réseau de plein air de Morin-Heights et de répondre à une forte demande citoyenne, l'équipe municipale a dû revoir l'aménagement des parcours au parc du Domaine Castel-Marie* ».

Ainsi, certains sentiers seront réservés à la marche. Pour les skieurs, l'accès au Corridor aérobique demeure ouvert, ajoute-t-on dans la publication. La Municipalité a aussi informé qu'une nouvelle signalisation allait être installée dès le 16 janvier.

> *« Le sentier de ski de fond a été modifié pour faire une nouvelle boucle, mais qui demeure aussi grande. »*
>
> *- Louise Cossette, mairesse*

Un message mal interprété ?

Plusieurs Haut-Morinois et Haut-Morinois(es) ont demandé, en commentaires, pourquoi la population n'a pas été impliquée dans cette décision. D'autres ont simplement qualifié la nouvelle de « *mauvaise* », soulevant qu'elle ne cohabite aucunement avec la reconnaissance de la Municipalité comme étant la capitale du ski de fond.

Le journal a demandé des explications à Louise Cossette, mairesse de Morin-Heights, dans le but de mieux comprendre la publication, voire si celle-ci aurait possiblement été mal comprise.

Mme Cossette tient à préciser que rien n'a été ajouté ou retiré du Domaine Castel-Marie. Elle explique qu'une partie du sentier de ski de fond et du sentier de marche a simplement été reconfigurée.

« *Le sentier de ski de fond a été modifié pour faire une nouvelle boucle, mais qui demeure aussi grande, mentionne la mairesse. La boucle sera un sentier dédié au ski de fond qui va connecter avec le corridor qui était déjà là. On a vraiment identifié des sentiers de marche, adaptés pour l'hiver. On voulait configurer des sentiers de marche assez larges (entre autres pour la raquette). C'est vraiment une reconfiguration de ce qui existait déjà.* »

L'affichage

L'évolution de l'endroit était aussi dans l'objectif de clarifier l'affichage sur les lieux, nous précise Mme Cossette, qui s'est rendue sur place voir le tout.

« *Ça reste la même entrée, dit-elle. On a les affichages de ski de fond et de marche. On entre au même endroit, puis, à un moment, ça se sépare. Le sentier de marche est bien identifié à droite. Ça fait de grandes boucles. Celui de ski de fond continue et va jusqu'au corridor aérobique, pour revenir finalement à l'entrée.* »

Mme Cossette conclut en assurant qu'il n'y a pas d'inquiétude à avoir, que vous soyez un skieur ou un marcheur, en bottines ou en raquettes. L'objectif est que le Domaine Castel-Marie soit accessible à tous.



Féerie hivernale à Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

La municipalité de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson convie résidents et visiteurs à l'édition 2026 de Lac Masson en Fête, qui se tiendra les 7, 8, 14 et 15 février, sur le noyau villageois et l'anneau de glace du lac Masson. Cet événement gratuit propose une diversité d'activités récréatives et familiales, incluant glissades, patinage, jeux gonflables, zone dédiée aux adolescents et animations musicales. Festivités et convivialité célébreront l'hiver dans les Laurentides.



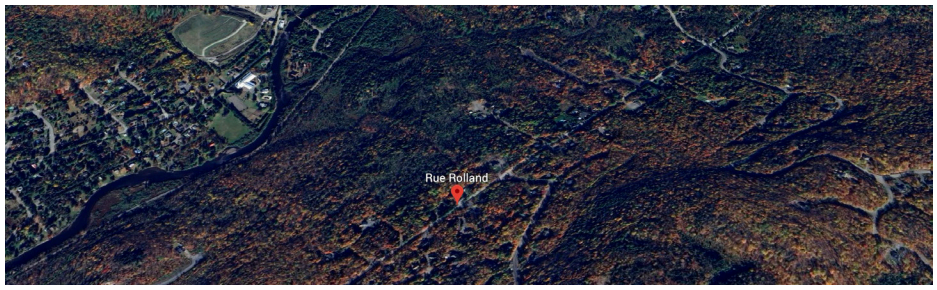
Photo : Facebook de la ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson



Photo : Facebook de la ville de Saint-Adolphe-d'Howard

Sculpter l'hiver, ensemble

Dans le cadre des activités hivernales, la Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard convie la population à son concours de sculpture sur neige, une activité créative pensée pour toute la famille. L'événement se tiendra le samedi 21 février, de 13 h à 17 h, au Parc Adolphe-Jodoin. Équipement fourni, musique sur place et igloo chauffé sont prévus. Les places étant limitées, l'inscription est obligatoire auprès du service des loisirs. Petits et grands sont invités à laisser libre cours à leur imagination, dans une ambiance festive et conviviale locale.



Québec dit non à la majorité des projets routiers

Le gouvernement provincial a rejeté 80 % des demandes d'aide financière déposées par des municipalités pour la réfection de routes locales, dans le cadre du Programme d'aide à la voirie locale du ministère des Transports et de la Mobilité durable. *« Le nombre de demandes et le coût des travaux … sont nettement supérieurs au budget disponible »*, a expliqué le Ministère par courriel. Pour la mairesse de Sainte-Adèle, Nadine Brière, cette décision compromet des projets essentiels pour la sécurité et l'économie locales.



Raquettes et flambeaux sous les étoiles

Le 31 janvier (en raison de la prévision d'un important front froid le 24 janvier, les organisateurs ont décidé de reporter l'événement au samedi d'après), les sentiers de Morin-Heights s'illuminent à l'occasion de la traditionnelle soirée de raquette aux flambeaux au parc Basler. À la tombée du jour, les participants sont invités à parcourir deux tracés enneigés de 2 km et 3,5 km, balisés par la douce lueur des flambeaux. Gratuit et ouvert à tous, l'événement propose une expérience hivernale à la fois conviviale et contemplative, au cœur d'un décor forestier magnifié par la nuit et le feu.

PARTICIPATION CITOYENNE

Plan de conservation des milieux naturels

Vendredi 6 février
Inscription: sadl.qc.ca

Cette soirée s'adresse à toute personne qui s'intéresse à l'environnement et la conservation du territoire.

Bienvenue aux familles !
Un coin jeux sera aménagé pour les enfants !

MUNICIPALITÉ DE
Sainte-Anne-des-Lacs



>P011115-1



OFFRE D'UNE DURÉE LIMITÉE

LOCATION À PARTIR DE **1,74 %*** + ÉCONOMISEZ JUSQU'À **1 500 $**

*Comprend une réduction de 0,74 % pour les clients de conquête

ALBI Volvo Ste-Agathe

180, rue Principale E, Sainte-Agathe-des-Monts

819 326-4775 | albivolvo.com

* Certaines conditions s'appliquent. Communiquez avec un de nos représentants pour plus de détails.

VOTRE DISTRIBUTEUR SUR LA RIVE-NORD

GENESISLAVAL.CA

100, rue Louis-Blériot, Mascouche

GENESIS LAVAL

1 855-474-1111

LE NOUVEAU GV70 ÉLECTRIQUE 2026



Il est maintenant arrivé en concession !

Venez le voir ! Venez l'essayer !



1-833-872-5555

ALBI OCCASION .COM

2000 VÉHICULES

LIVRAISON EN 2H

OBTENEZ LE TAUX

À PARTIR DE

6.99%**

48-60-72-84 MOIS

SUR TOUS NOS VÉHICULES !

DE L'ANNÉE MODÈLE 2022, 2023, 2024, 2025

* Certaines conditions s'appliquent. Sur approbation de crédit. Sur financement de 25000$ et plus. Sujet à changement sans préavis. Communiquez avec un représentant pour plus de détails.

>P011083-1

« Je salue le courage de François Legault »

– Sonia Bélanger, députée de Prévost

FRANCE POIRIER
france.poirier@journallenord.com

« C'est clair que je suis extrêmement touchée et peinée de l'annonce du départ de M. Legault. On ne s'attendait pas à ça. M. Legault a vraiment pris une décision pour le bien du Québec, pour le bien du gouvernement. Je veux saluer le courage de prendre une décision comme ça alors que c'est un homme qui a tellement d'énergie, qui a tellement travaillé pour le Québec. »



Sonia Bélanger compte poursuivre sa carrière politique.

C'est en ces termes que Sonia Bélanger a témoigné à la suite de l'annonce de la démission de François Legault. La députée de Prévost a été nouvellement nommée ministre de la Santé. Celle-ci est aussi responsable des Services sociaux, des Aînés et des Proches aidants et responsable de la région des Laurentides.

« Je pense qu'il jugeait que c'était mieux de laisser la place à quelqu'un d'autre. Ce n'est pas facile de prendre une décision comme ça quand on aime ce qu'on fait, on est convaincu qu'on est à la bonne place. Il n'y a personne de parfait et il n'y a pas un gouvernement qui a réussi à 100 % à faire ce qu'il voulait faire, mais M. Legault a réussi à amener le Québec ailleurs. On est plus à la même place qu'en 2018 », a ajouté Mme Bélanger.

Pour elle, François Legault a fait avancer le Québec sur les plans économique, de la santé, des services sociaux, de l'éducation et de la langue. *« On entend beaucoup de critiques. Les gens ne sont pas toujours en mesure de voir l'ensemble des effets, mais moi je suis très fière du travail que notre premier ministre a fait »*, souligne-t-elle.

« Il m'a fait confiance »

Sur une note plus personnelle, Mme Bélanger a souligné qu'elle n'était pas une militante et ne faisait pas de politique, mais que M. Legault lui a fait confiance. *« J'ai fait une carrière en gestion des services publics. J'ai été vraiment honorée de toutes les responsabilités qu'il m'a confiées et je vais lui en être reconnaissante à vie. C'est un privilège pour moi d'être ministre de la Santé, responsable des Aînés, ministre des Services sociaux, puis responsable de la région des Laurentides »*, a ajouté celle qui veut continuer de faire avancer ses dossiers.



Sonia Bélanger, députée de Prévost et ministre de la Santé, responsable des Services sociaux,des Aînés et des Proches aidants en compagnie de François Legault.

Photos : Archives Émilie Nadeau

« J'adore ce que je fais, j'ai pris ma retraite en 2022 pour me lancer en politique. J'ai fait le choix de la CAQ parce que c'est un parti qui est axé sur les résultats. Je suis une gestionnaire de formation et je vais continuer. C'est comme ma deuxième carrière. Et je vais être au rendez-vous aux prochaines élections. En plus d'avoir l'expérience en santé et en services sociaux, je développe toute une expérience au niveau politique. J'adore ce que je fais et je veux continuer », a conclu Mme Bélanger.





Vente spéciale du Salon de l'auto
Jusqu'au 31 janvier.
Chez Franke Mercedes-Benz
Sainte-Agathe-des-Monts

Mercedes-Benz CLA 250 4Matic 2025

" La CLA 250 4MATIC est incroyablement agile est prévisible, même face à nos hivers imprévisibles."

GLA 250 4Matic 2025. Options :
Couleur Magno Manufacture
Groupe AMG nuit
Roues AMG 19 pouces noire
Garniture exclusive et bois noir.

Aux 2 semaines	Location	Rabais 5 366$
376$*	**2.99%***	**0$ Comptant***
*Taxes en sus	*48 mois	Expire, 31 janvier 2026

Franke Mercedes-Benz

1751 rue Principale, Ste-Agathe-des-Monts, 1 888 480-9075
mercedes-benz-franke.ca . Ouvert les samedis (Ventes)

For english info please call !

*© Mercedes-Benz Franke Sainte-Agathe. Inventaire # 71367, CLA 250 4MATIC 2025. Prix de vente 65 308$ - 5 366$ = 59 942$. 376.27$ au deux semaines pour 48 mois. 0 $ versement initial. Les prix indiqués n'incluent pas les frais d'immatriculation, d'assurance et d'enregistrement du véhicule, et les taxes TVQ et TPS . Les offres peuvent changer sans préavis et ne peuvent être jumelées à aucune autre offre. Offre prend fin le 31 janvier 2026 .

>P011089-1



Crédit photo : Hydro-Québec

Arbres coupés par Hydro-Québec

Les citoyens doivent-ils replanter ?

ALEXANE TAILLON-THIFFEAULT (Initiative de journalisme local) alexane@journalacces.ca

La maîtrise de la végétation autour des lignes électriques, notamment par l'élagage ou l'abattage d'arbres, est une pratique régulière d'Hydro-Québec pour réduire les pannes de courant reliées aux contacts entre la végétation et le réseau. Mais qu'advient-il des arbres abattus par Hydro-Québec et les citoyens doivent-ils replanter après ces interventions ?

Dans la MRC de La Rivière-du-Nord, plusieurs villes ont des obligations de replantation ou de maintien d'un certain couvert végétal inscrites dans leurs règlements municipaux. Ces obligations s'appliquent lorsqu'un arbre est enlevé par un citoyen dans le cadre d'un abattage privé ou sans autorisation municipale.

Elles sont conçues pour assurer une couverture végétale minimale sur les propriétés privées, et sont généralement appliquées à la suite des abattages faits par des propriétaires ou des entrepreneurs privés dans un contexte résidentiel ou de développement.

Les interventions d'Hydro-Québec : un cadre à part

Quand Hydro-Québec ou un entrepreneur mandaté par elle élague ou abat des arbres proches du réseau électrique, ce n'est pas dans le cadre d'un abattage *« privé »* au sens des règlements municipaux : ces interventions sont autorisées par la loi en raison de la sécurité publique et de la fiabilité du service, et seulement Hydro-Québec ou un élagueur autorisé peut opérer à moins de trois mètres des fils de moyenne tension.

Autrement dit, les arbres abattus directement par Hydro-Québec ne tombent pas sous les mêmes règles municipales de replantation que celles qui s'appliquent lorsqu'un citoyen fait enlever un arbre sur son terrain; il n'existe pas de loi provinciale ou municipale qui impose à un particulier de replanter obligatoirement parce qu'Hydro-Québec a coupé un arbre pour des raisons de sécurité ou de fiabilité électrique.

« Hydro-Québec n'a pas d'obligation légale de compenser pour la coupe d'arbres effectuée sous ses lignes de distribution ou de transport. Cela dit, consciente de l'importance du verdissement et de la biodiversité, l'entreprise s'est récemment associée à Arbres Canada pour mettre en place un nouveau Fonds de verdissement. Le programme soutient financièrement des projets qui visent notamment à favoriser la biodiversité, améliorer la canopée urbaine ou encore rehausser le cadre de vie des collectivités », explique Marie-Annick Gariépy, conseillère relations avec le milieu chez Hydro-Québec.

Les suggestions d'Hydro-Québec aux citoyens

Même si Hydro-Québec n'impose pas de replantation à la suite d'une coupe qu'elle effectue, la société d'état recommande aux citoyens de planter le bon arbre au bon endroit afin de réduire les besoins futurs d'élagage et les risques pour le réseau.

« Sur notre site Web, nous mettons à la disposition du public l'outil interactif Choisir le bon arbre ou arbuste qui permet de vérifier la distance de plantation sécuritaire par rapport au fil moyenne tension », souligne Mme Gariépy à ce sujet.

Si un arbre est abattu par Hydro-Québec pour des raisons de sécurité du réseau, un citoyen n'est pas légalement obligé, dans la plupart des cas, de le remplacer en vertu des règlements municipaux de replantation. Les obligations de replantation s'appliquent aux citoyens ou aux propriétaires qui abattent eux-mêmes un arbre ou le font abattre, et non aux arbres enlevés par Hydro-Québec lors d'interventions de maîtrise de la végétation.

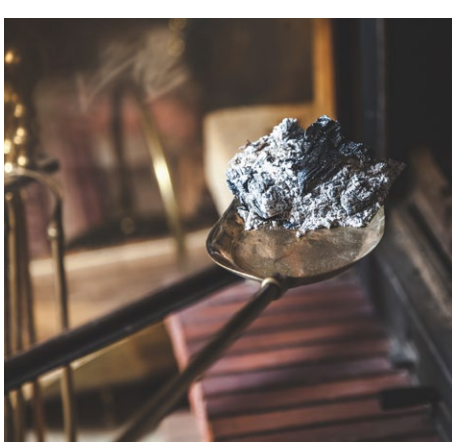
Cela dit, plusieurs municipalités encouragent fortement la replantation volontaire pour maintenir le couvert végétal, et certains programmes municipaux ou communautaires de verdissement peuvent offrir un accompagnement ou même des arbres gratuits - une piste intéressante pour les citoyens qui souhaitent compenser visuellement et écologiquement la coupe d'un arbre par Hydro-Québec.

Cendres chaudes

Un danger sous-estimé en période de grand froid

LOUIS-PHILIPPE FOREST-GAUDET (Initiative de journalisme local) lpfgaudet@medialo.ca

Avec l'intensification de l'utilisation des foyers au bois, les services d'incendie multiplient les appels à la prudence face aux risques bien réels liés aux cendres chaudes.



Chaque hiver, le Service de sécurité publique et incendie Saint-Sauveur/Piedmont doit intervenir à répétition pour des débuts d'incendie causés par un mauvais entreposage des cendres. En période de froid intense, alors que les foyers au bois sont davantage sollicités, ces interventions se multiplient.

Les pompiers constatent que les feux sont souvent déclenchés lorsque des cendres encore chaudes sont jetées dans une poubelle ou entreposées trop près d'un bâtiment. Ces situations peuvent rapidement dégénérer, particulièrement lorsque les bacs sont situés à proximité immédiate d'une résidence, d'un balcon ou d'un abri.

Des conséquences parfois majeures

Au cours des dernières semaines, des cendres mal entreposées ont été la cause de plusieurs incendies majeurs. Dans certains cas, le feu s'est propagé à la structure même de la résidence, causant des pertes importantes. Les services d'urgence rappellent également que les cendres chaudes continuent de dégager du monoxyde de carbone, un gaz incolore et inodore pouvant représenter un risque sérieux pour la santé.

Ces événements démontrent que les cendres, même lorsqu'elles semblent refroidies, peuvent demeurer dangereuses pendant plusieurs jours.

Les gestes essentiels à adopter

Pour réduire les risques d'incendie et d'intoxication, le Service de sécurité publique et incendie rappelle l'importance de respecter certaines consignes de base lors de l'utilisation d'un foyer ou d'un poêle à bois :

- Vider régulièrement les cendres à l'aide d'une pelle de métal, sans jamais utiliser d'aspirateur.
- Déposer les cendres dans un contenant métallique à fond surélevé, muni d'un couvercle métallique.
- Entreposer le contenant à l'extérieur de la résidence, puisque les cendres chaudes dégagent du monoxyde de carbone.
- Installer le contenant sur une surface non combustible, à au moins un mètre de tout objet ou bâtiment.
- Attendre un minimum de sept jours avant de transvider les cendres dans une poubelle ou un bac de matières organiques, en brassant les cendres pour s'assurer qu'elles sont parfaitement refroidies.
- Lorsque possible, conserver les cendres à l'extérieur durant toute la saison hivernale et les jeter seulement au printemps.

Une vigilance qui protège

Avant d'utiliser un foyer, il est aussi recommandé de s'assurer que la cheminée a été inspectée et ramonée au cours des douze derniers mois et que l'installation est conforme aux normes en vigueur.

Financement, circulation et environnement

Retour sur le conseil de Sainte-Adèle

ALEXANE TAILLON-THIFFEAULT (Initiative de journalisme local) alexane@journalacces.ca

Le conseil municipal de Sainte-Adèle s'est réuni le 19 janvier dernier lors d'une séance marquée par plusieurs dossiers touchant à la fois la sécurité routière, l'environnement et la protection du patrimoine local.

Refus d'aide financière pour la rue Rolland

Lors de la période où les membres du conseil peuvent s'adresser aux citoyens, la conseillère Arielle Beaudin est revenue sur le refus d'une aide financière gouvernementale pour les travaux prévus sur la rue Rolland. Le projet, évalué à 5,3 millions de dollars pour environ 4 kilomètres de travaux, devait être financé à hauteur de 80 % par un programme d'aide provincial.

Celle-ci a indiqué que cette décision du gouvernement place la Ville devant un défi important, les finances municipales ne permettant pas, pour l'instant, d'assumer seule un projet d'une telle ampleur. Le conseil évaluera donc les options possibles, incluant la recherche de nouvelles sources de financement.

Comité de circulation

Parmi les décisions prises, la Ville a officialisé la mise en place d'un comité de circulation, chargé d'analyser les problématiques liées à la sécurité routière et à la gestion de la circulation sur le territoire. Les élus ont expliqué vouloir ainsi mieux encadrer les demandes citoyennes concernant l'ajout ou le retrait de panneaux d'arrêt, le marquage au sol et les mesures d'apaisement de la circulation, en s'appuyant sur l'expertise des services municipaux. Le comité se réunira environ quatre fois par an, avec la possibilité de rencontres supplémentaires en cas de situation urgente.

Appui au Carrefour jeunesse-emploi

Le conseil a également autorisé l'octroi d'une aide financière de 60 000 $ au Carrefour jeunesse-emploi (CJE), dans un contexte où l'organisme envisage une relocalisation de ses services.

Actuellement situé à l'extérieur du territoire, le CJE pourrait ainsi se rapprocher de sa clientèle, composée en grande partie de jeunes fréquentant les établissements scolaires de Sainte-Adèle et des environs. Les élus ont souligné l'importance de maintenir ce service de proximité, tant pour les jeunes que pour les employeurs locaux, et ont indiqué que l'aide financière vise à faciliter cette transition.

Dépôt de la pétition de Deux Pieds une Terre

En période de questions, le conseil a officiellement reçu la pétition déposée par l'organisme Deux Pieds une Terre, réclamant un moratoire sur la création de nouveaux sentiers. Les représentants de l'organisme ont expliqué leur démarche et appelé à une meilleure concertation afin de protéger les milieux naturels.


Photo : Archives

La mairesse Nadine Brière a suggéré fortement à Deux Pieds une Terre de collaborer avec l'organisme Plein Air Sainte-Adèle, qui assure entre autres la gestion des parcs du Mont Loup-Garou et de la Rivière Doncaster. « *On entre dans une phase de consolidation. Il y a eu beaucoup de développement dans les parcs au cours des dernières années, avec des investissements importants, et maintenant, il faut prendre le temps de bien faire les choses. C'est en s'asseyant tous ensemble à la même table qu'on va pouvoir avancer correctement* », affirme-t-elle.





Plan de conservation

Les Annelacois invités à un parcours interactif

ALEC BRIDEAU
alec@journalacces.ca

La Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs souhaite développer un Plan de conservation des milieux naturels qui respecte la vision de ses citoyennes et citoyens. Ainsi, le vendredi 6 février prochain, au centre communautaire situé au 1, chemin Fournel, elle invite sa population à participer à un parcours fait de stations interactives.



Photo : Archives

La Municipalité mène son Plan de conservation en collaboration avec l'Institut des territoires du Québec.

La Municipalité mène cette démarche en collaboration avec l'Institut des territoires du Québec, un organisme à but non lucratif (OBNL) reconnu pour son expertise en aménagement durable et en conservation.

Mathieu Langlois, géographe et directeur du Service de l'environnement pour la Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs, apporte une expertise nécessaire au conseil municipal pour mettre en œuvre le plan de conservation.

« Nous voulons vraiment que les gens puissent participer afin d'évaluer la valeur sociale des milieux naturels sur le territoire, explique M. Langlois. C'est une activité qui vise à recueillir les perceptions, les connaissances, les priorités des citoyens pour orienter les actions futures de conservation du territoire. »

En d'autres mots, qu'est-ce que les gens pensent de leur nature, de leur environnement ? Le géographe précise d'ailleurs qu'il ne s'agit pas d'une conférence classique, appuyée par des statistiques et qui se termine en période de questions. Au contraire, le tout se veut dynamique. *« C'est vraiment immersif, ajoute M. Langlois. Tu as des kiosques, des formations, un parcours où les gens devront se prononcer sur certaines choses liées aux milieux naturels. Tout ça pourra ensuite être intégré à travers le processus de priorisation des milieux naturels de Sainte-Anne-des-Lacs. C'est important pour établir les bases d'un plan d'action. »*

Les étapes

Sur son site web, la Municipalité note les étapes à suivre pour arriver au Plan d'action final.

- Portrait et diagnostic des milieux naturels à l'aide d'outils géomatiques modernes.
- Consultations citoyennes pour comprendre le rapport à la nature, définir une vision commune et intégrer la dimension sociale.
- Hiérarchisation des milieux naturels selon leur valeur écologique et sociale.

Une fois ces étapes complétées, le Plan d'action, approuvé par la Municipalité, permettra d'accompagner le conseil dans ses décisions futures.

Pour ce qui concerne l'échéancier du projet, Sainte-Anne-des-Lacs indique un taux d'avancement de 40 %. L'étape de demande d'aide financière et de structuration de la démarche a été complétée à l'automne 2025 et le plan final devrait être adopté par le conseil, si tout se passe comme prévu, cet été.

Pourquoi un plan ?

Un tel plan est bénéfique à la Municipalité pour de nombreuses raisons selon elle. Par exemple, il facilite l'arrimage entre le conseil municipal et l'administration autour d'une vision commune, en plus d'offrir un outil administratif structurant pour les Services de l'environnement et de l'urbanisme. Ces démarches peuvent aussi sensibiliser et informer la population sur la valeur sociale et écologique de son patrimoine naturel. D'autres raisons favorisant l'élaboration d'un plan sont nommées sur le site web de Sainte-Anne-des-Lacs.

Pour participer

Cette soirée s'adresse à toute personne intéressée par l'environnement et la conservation du territoire. De la documentation sera offerte sur place. Des responsables seront présents aux différents kiosques pour expliquer, échanger et répondre aux questions. Le temps estimé pour effectuer le parcours est de 20 à 40 minutes. Les départs se font aux 20 minutes et il est demandé de s'inscrire. En vous inscrivant, vous pouvez choisir l'heure à laquelle vous souhaitez débuter votre parcours.

Le conseil de Sainte-Anne-des-Lacs en bref

ALEC BRIDEAU
alec@journalacces.ca

Lors de sa séance du 12 janvier dernier, les membres du conseil municipal de Sainte-Anne-des-Lacs ont adopté plusieurs règlements et résolutions financières. En l'absence de John Dalzell, le maire suppléant et conseiller du district 6 Sylvain Harvey a mené la séance.



Photo : Archives

Le Comité consultatif en environnement se penchera cette année sur plusieurs dossiers.

Des ajustements ont été faits pour les tarifs du camp de jour et pour les permis d'urbanisme afin d'assurer une cohérence avec les municipalités voisines. Pour ce qui concerne l'entretien des bâtiments, un avis de motion a été fait pour un nouveau règlement visant à prévenir les infiltrations d'eau et les infestations animales dans les bâtiments, afin de préserver le patrimoine déjà en place.

De plus, les membres du conseil ont accordé des contributions de 300 $ aux organismes locaux suivants : Loisir Laurentides, L'Ombrelle, Palliacco et Prévoyance envers les aînés.

Environnement et urbanisme

Durant la séance, il a été indiqué que le Comité consultatif en environnement se penchera cette année sur des dossiers tels que la gestion des matières résiduelles, les espèces envahissantes et les subventions pour poêles à bois et bornes de recharge.

Nominations

La conseillère du district 3, Dominique Alarie, a été nommée au conseil d'administration d'Héritage Plein Air du Nord, tandis que Jonathan Carroll, conseiller du district 2, et M. Harvey représenteront la Municipalité au sein de l'Agence des bassins versants de Sainte-Anne-des-Lacs.

Un nouveau calendrier

La Municipalité tient à souligner qu'un nouveau calendrier pour les collectes est désormais disponible en ligne. Celui-ci est décrit comme plus convivial et fait suite à de nombreux commentaires de citoyens.

Une aide de 3,75 M$ accordée à Piedmont pour ses infrastructures routières

ALEXANE TAILLON-THIFFEAULT (Initiative de journalisme local) alexane@journalacces.ca

Une aide financière maximale de 3,75 M$ sera accordée à la municipalité de Piedmont afin de soutenir la réfection du chemin de la Montagne. L'annonce a été faite le 13 janvier par la députée de Prévost et ministre responsable de la région des Laurentides, Sonia Bélanger, au nom du ministre des Transports et de la Mobilité durable, Jonatan Julien.



Photo : Courtoisie

Le maire Bernard Bouclin et la députée de Prévost, Sonia Bélanger.

Ce financement est octroyé dans le cadre du Programme d'aide à la voirie locale (PAVL), qui vise à appuyer les municipalités dans l'amélioration, le maintien et la sécurisation de leurs infrastructures routières locales. Les travaux prévus permettront de moderniser une infrastructure arrivée à maturité, jugée essentielle pour la mobilité et la sécurité des usagers.

Pour l'année financière 2025-2026, le gouvernement du Québec prévoit investir plus de 384,2 M$ par l'entremise d'une version bonifiée du PAVL, afin de préserver l'efficacité et la sécurité du réseau routier municipal à l'échelle de la province.

Dans la circonscription de Prévost, cette enveloppe permettra de répondre plus concrètement aux besoins des municipalités en matière d'entretien routier.

Le maire de Piedmont, Bernard Bouclin, s'est réjoui de cette annonce, soulignant l'importance du soutien gouvernemental pour le maintien d'infrastructures locales sécuritaires. Selon lui, la collaboration entre le gouvernement et les autorités municipales demeure essentielle pour assurer des déplacements efficaces et sécuritaires dans la région.

Saint-Adolphe-d'Howard

La mobilisation citoyenne couronnée de succès





Photos : Courtoisie



ALEXANE TAILLON-THIFFEAULT (Initiative de journalisme local) | alexane@journalacces.ca

La municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard a brillé lors du 20e dévoilement des Fleurons du Québec, le 11 décembre dernier à Saint-Hyacinthe. En plus de maintenir ses prestigieux 4 fleurons, le village a remporté le prix *« Reconnaissance en mobilisation citoyenne »*, une distinction qui souligne l'ampleur de son virage vers une communauté nourricière.

Depuis 2022, un élan de solidarité transforme le paysage de Saint-Adolphe-d'Howard. Sous l'impulsion du club Les 4 Saisons d'Adolphe, le projet de *« Communauté nourricière »* a pris racine, menant à la création du Circuit nourricier. Ce parcours, qui débute au Parc des Aînés avec ses bacs surélevés et sa plate-bande de vivaces comestibles, s'étend désormais à travers tout le village.

On y dénombre aujourd'hui 36 participants privés et six lieux inspirants, créant un maillage vert où commerçants, employés municipaux, familles et bénévoles chevronnés collaborent main dans la main.

La force du partage et de l'éducation

Le succès du projet repose sur une vision claire : rendre l'agriculture urbaine accessible à tous. Le comité ne s'est pas contenté de planter ; il a éduqué. Des ateliers au CPE aux projets de semences à la bibliothèque, en passant par des visites intergénérationnelles, chaque initiative visait à briser l'isolement et à transmettre des savoirs ancestraux.

« Cette mobilisation favorise l'augmentation du nombre de jardiniers, la création d'un réseau d'entraide, une amélioration de la qualité de vie des résidents. Il est un moyen de briser l'isolement », explique-t-on au sein du comité.

Des retombées au-delà des récoltes

Le rayonnement de ce circuit dépasse désormais les frontières de la municipalité. Des élus et des représentants des villes voisines visitent Saint-Adolphe pour s'inspirer de ce modèle de réussite. Outre les bienfaits sociaux, le projet génère des retombées économiques pour les commerçants locaux, qui bénéficient d'une visibilité accrue grâce aux visiteurs du parcours.

Des partenaires essentiels

Cette victoire au Gala des Fleurons est le fruit d'une collaboration serrée entre Les 4 Saisons d'Adolphe (initiateur et promoteur), la Municipalité (soutien matériel et communications) et la Coopérative Jardins Nourri-Cîmes (expertise technique et ressources).

Le projet a également reçu l'appui précieux de la députée Agnès Grondin, de la MRC des Pays-d'en-Haut et de La Jardinière Sainte-Agathe Inc. Loin de s'arrêter sur cette lancée, la communauté nourricière prévoit déjà de poursuivre ses activités intergénérationnelles en 2026.

RÉVEILLEZ VOTRE INTÉRÊT POUR LE REER ET LE CELI



Cotisez à votre REER au plus tard le 2 mars 2026 pour profiter d'économies d'impôt pour 2025.

desjardins.com/reerceli

Certaines conditions et modalités s'appliquent.

Desjardins

>P011121-1

Marche pour l'Alzheimer à Saint-Sauveur : «un événement rassembleur, convivial et familial»

Le samedi 30 mai 2026, la Marche pour l'Alzheimer revient pour la 3e année à Saint-Sauveur. Présidente d'honneur depuis six ans, la pharmacienne Karine Ethier voit dans cet événement l'occasion de soutenir les personnes souffrant de cette maladie et leurs proches tout en mettant en lumière les services dédiés dans la région.



Si la Marche pour l'Alzheimer a, pendant plusieurs années, eu lieu à Mont-Tremblant, elle est reprise depuis 3 ans à Saint-Sauveur. «Même si la marche n'a plus lieu à Mont-Tremblant, nous continuons d'y lever des fonds et de sensibiliser la population à cette maladie. C'est important, car c'est là où j'ai commencé mon implication pour cette cause», rappelle Karine Ethier, pharmacienne-propriétaire des pharmacies Familiprix de Mont-Tremblant et Saint-Sauveur.

Des équipes très investies

Et d'ajouter : «C'est une cause que toute l'équipe des pharmacies a à cœur, car comme partout dans le monde, la région des Laurentides n'échappe pas au fait que nous entendons parler de cette maladie qui prend de l'ampleur.»

Si Karine Ethier s'investit depuis autant d'années, c'est d'abord parce que son métier l'a souvent confrontée à la maladie. «C'est vraiment à cause de mon parcours professionnel de pharmacienne que j'en suis arrivée là», affirme-t-elle.

En effet, au début de sa carrière, elle a travaillé dans l'industrie pharmaceutique, notamment avec «un des médicaments prescrits pour aider à ralentir les effets de la maladie». Plus tard, en pharmacie communautaire, elle a ensuite vu l'impact concret de ce trouble cognitif. «Le pharmacien joue souvent un rôle clé, car nous faisons partie des premiers intervenants. On est rapidement au contact des patients et de leurs proches inquiets et parfois démunis face à la maladie.»

Le succès de la Marche pour l'Alzheimer

Avec le nombre grandissant de personnes diagnostiquées, la région de Saint-Sauveur, motivée aussi par l'implication de Karine Ethier et des membres de la Société Alzheimer Laurentides, répond chaque année au rendez-vous. «À un certain moment, nous avons repris le flambeau et fait en sorte que cet événement puisse se poursuivre, y apportant quelques modifications. Et cela a porté ses fruits, car l'an dernier nous étions plus de 150 participants», ajoute la présidente d'honneur avec fierté.

« Le pharmacien joue souvent un rôle clé, car nous faisons partie des premiers intervenants »

Au-delà de la marche, l'enjeu est aussi de faire connaître les ressources disponibles.

« L'argent ramassé permet à la Société Alzheimer Laurentides de poursuivre sa mission : informer, soutenir, accompagner et représenter les personnes touchées par la maladie d'Alzheimer ou d'autres troubles neurocognitifs majeurs. Il sert aussi à sensibiliser la population des Laurentides aux différents aspects de ces maladies, à former les professionnels de la santé qui œuvrent auprès d'une personne atteinte d'une de ces maladies et à promouvoir la recherche et d'y contribuer. Mais cela permet également d'apporter du soutien aux familles », souligne-t-elle, citant notamment « l'existence du Centre d'activités L'Oasis, à même les bureaux de la Société Alzheimer Laurentides » et « des groupes de soutien » présents dans plusieurs villes de la région. Et pour Karine Ethier, l'esprit de la marche compte autant que la collecte : «C'est un événement qui se veut rassembleur, convivial et familial.»

Dans le cadre du mois de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer, la campagne mentionne : N'oublions personne : personne ne devrait faire face à un trouble neurocognitif dans l'isolement. Plus d'informations sur : **plus-tôt.ca**

Pour en savoir davantage sur les services offerts par la Société Alzheimer Laurentides, vous pouvez visiter leur page web à l'adresse suivante : https://alzheimerlaurentides.com ou les contacter au 819-326-7136.

familiprix SAINT-SAUVEUR
Des services personnalisés dans un environnement accueillant!
LA MARCHE POUR L'ALZHEIMER · IG GESTION DE PATRIMOINE · Société Alzheimer Laurentides
Il est possible de donner en tout temps: www.alzheimerlaurentides.com/dons/
L'Alzheimer est une maladie touchant de plus en plus de personnes et de plus en plus jeunes. Votre don peut faire la différence. Karine Éthier, Pharmacienne propriétaire, affiliée à Familiprix Présidente d'honneur de la marche pour l'Alzheimer Saint-Sauveur
N'oublions personne : personne ne devrait faire face à un trouble neurocognitif dans l'isolement. Info : plus-tôt.ca
KARINE ÉTHIER · MARK BÉDARD · VALÉRIE BARRETTE-MAYRAND
familiprix SAINT-SAUVEUR
Pharmacie Karine Ethier, Valérie Barrette-Mayrand et Mark Bédard
128, chemin du Lac Millette • Saint-Sauveur
450 227-2491
Voisin du IGA
Heures d'ouverture:
Lundi au mercredi 9 h à 18 h
Jeudi et vendredi 9 h à 20 h
Samedi et dimanche 9 h à 17 h
SUIVEZ-NOUS POUR TOUS LES DÉTAILS
Familiprix Saint-Sauveur
>P011118-1

Maladie d'Alzheimer : face à des préjugés encore tenaces

Chaque année, janvier est l'occasion de sensibiliser la population à la maladie d'Alzheimer. À cette occasion, des organismes comme la Société Alzheimer du Canada rappellent l'importance, entre autres, de souligner que cette maladie est sujette à de nombreux préjugés et discriminations. Les idées reçues sur la maladie d'Alzheimer peuvent même avoir, au quotidien, un véritable impact sur les personnes atteintes dans un contexte où les cas continuent d'augmenter au fil des années.



Face à des maladies comme Alzheimer, beaucoup de personnes font encore preuve de nombreux jugements. Des préjugés faisant suite, la plupart du temps, à un réel manque de connaissance des troubles neurocognitifs. C'est pourquoi, dans le cadre du Mois de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer, la « Société Alzheimer se mobilise pour sensibiliser le public aux réalités des troubles neurocognitifs et lutte contre la stigmatisation ».

Une stigmatisation qui, comme le rappelle l'organisme de bienfaisance, peut se traduire par des comportements qui mettent les personnes à l'écart, ou qui les réduisent à leur maladie. Une certaine forme même de marginalisation des personnes souffrant de ces troubles qui limite parfois grandement leur inclusion dans la communauté et peut avoir des conséquences sur l'évolution de la maladie.

Une stigmatisation toujours présente

Toujours selon la Société Alzheimer du Canada, cette peur du jugement des autres pousse parfois, certaines personnes à cacher leur diagnostic, retardant ainsi l'accès aux soins et services dont elles pourraient bénéficier.

La stigmatisation de ces personnes peut aussi se manifester dans les relations sociales du quotidien ou encore au travail. Pourtant, les publications de l'organisme rappellent que vivre avec un trouble neurocognitif n'empêche pas nécessairement de communiquer et de contribuer à la vie collective. C'est pourquoi, l'organisme insiste sur l'importance d'adopter un langage respectueux et des comportements adaptés qui valorisent la personne avant la maladie. Le but : favoriser des interactions plus humaines pour effacer la stigmatisation.

Des cas qui augmentent

Si le Mois de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer a aujourd'hui tant d'importance et si le fait de changer le regard sur cette maladie est devenu une priorité, c'est aussi parce que les diagnostics se multiplient.

Selon une étude citée par la Société Alzheimer du Canada dans un rapport publié sur son site, le nombre de personnes vivant avec des troubles neurocognitifs au pays pourrait augmenter de 187 % d'ici 2050. Et d'ajouter : « En 2030, environ un million de Canadiennes et de Canadiens vivront avec un trouble neurocognitif, ce qui entraînera son lot de conséquences d'un bout à l'autre du pays, dans toutes les sphères et cultures. Pour créer des résultats positifs, il faut lutter davantage contre la stigmatisation, la discrimination et les stéréotypes. »

Une progression de ces troubles qui entraînera de fait une pression d'autant plus forte sur les proches aidants, les services dédiés voire « sur la société dans son ensemble ».

Face à ce constat, la Société Alzheimer du Canada invite chacun à jouer un rôle. Ainsi, en tant qu'expert dans ce domaine, l'organisme rappelle que des gestes simples comme se renseigner sur les troubles neurocognitifs, adopter un langage respectueux et adapté, faire preuve de patience, être un « ami », soutenir les proches aidants peuvent contribuer à changer les mentalités.



Saint-Sauveur

Un piano dans la tête

LOUIS-PHILIPPE FOREST-GAUDET (Initiative de journalisme local) | lpfgaudet@medialo.ca

Michel Rochon propose une conférence-concert collective pour comprendre pourquoi la musique nous touche si fort, et comment elle agit sur la mémoire, les émotions et la cohésion sociale.

Photo : Yanick MacDonald



Michel Rochon durant sa conférence-concert

Cette conférence-concert intitulée *Le cerveau et la musique* sera présentée ce jeudi 22 janvier 2026 à 19 h, au Chalet Pauline-Vanier.

Plutôt qu'un concert traditionnel, Michel Rochon expose *« un voyage participatif »*, où il *« fait interagir beaucoup les gens »* pour explorer, au piano et à l'aide d'images, *« notre cerveau musical »*.

De la scène aux livres et vice versa

En entrevue, Michel Rochon rappelle que la scène a précédé les livres. *« J'ai donné une conférence sur le cerveau et la musique avant d'écrire le premier livre »*, explique-t-il, ajoutant que l'éditeur l'a approché après avoir vu la conférence.

Son essai *Le cerveau et la musique,* paru aux Éditions MultiMondes, présente justement cette exploration du *« cerveau musical »* en s'appuyant sur des découvertes en intelligence artificielle, neuropsychologie, linguistique et mathématiques, tout en abordant les bienfaits cliniques et thérapeutiques de la musique.

Rochon mentionne aussi que l'ouvrage, paru en 2018, a *« été publié en 6 langues »*.

Un voyage participatif dans le cerveau musical

À quoi ressemble la soirée, concrètement? Rochon résume sa formule: *« arriver avec mon piano »*. Il apporte aussi des modèles anatomiques, *« des cerveaux en plastique »*, que les gens peuvent manipuler. *« C'est véritablement un voyage participatif que je propose »*, dit-il, où le public interagit avec les exemples au piano, des images et des vidéos.

Le parcours se veut vaste, mais accessible. *« On fait un voyage ensemble dans notre cerveau musical. À partir du début de l'humanité, aller jusqu'à aujourd'hui »*, annonce Rochon, avec des questions directes : *« ça sert à quoi la musique? Pourquoi est-ce que ça continue encore aujourd'hui? »* Cette traversée, du Big Bang à l'IA, est aussi un angle mis de l'avant dans la présentation de ses livres.

Une science des émotions

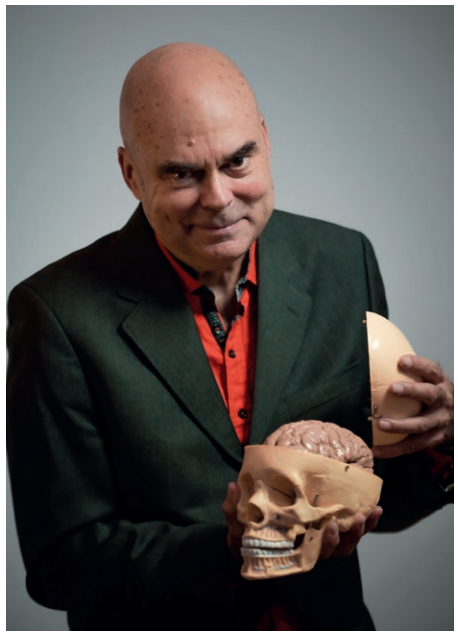
Le fil scientifique reste central, mais l'objectif est de rester à hauteur de public. Rochon rappelle sa formation en physiologie et son long travail de journaliste scientifique, à l'émission *Découverte* par exemple, puis il vulgarise ce qui se joue sous le crâne: *« il y a à peu près une trentaine de régions concernées dans le cerveau »* quand on perçoit et apprécie la musique, entre notes, mélodie, harmonie et timbre.

Il insiste aussi sur l'effet neurochimique, notamment la dopamine et le *« frisson musical »*, et sur le fait que la musique mobilise mémoire à court terme, mémoire à long terme et émotions.

La musique comme refuge, et comme soin

Rochon relie son propos à l'époque. *« On vit des moments assez difficiles »*, observe-t-il, et *« la musique est vraiment un refuge »*. Il parle d'*« auto musicothérapie »* dans la vie quotidienne, rappelant que plusieurs témoignages l'ont marqué: *« la musique a sauvé leur vie »*.

La conférence aborde aussi des applications cliniques, notamment autour de la maladie d'Alzheimer. Rochon explique que la musicothérapie ne *« guérit pas »*, mais peut *« diminuer les symptômes négatifs »*. Il souligne un principe clé: pour une musicothérapie active, il faut viser la musique de l'adolescence, *« celle qui va dans l'hippocampe »*. Dans La musique qui défie la science, il explore d'ailleurs le pouvoir bénéfique de la musique sur la santé mentale.



Un moment d'éducation

La formule inclut une période de conversation avec le public parce que *« les gens ont beaucoup de questions »*. Rochon promet un ton vivant : *« je fais ça sur un ton joyeux »*, avec de l'humour, et le plaisir de quelqu'un qui le présente depuis des années.

Pour celles et ceux qui aiment sortir d'un événement avec des idées claires, des images en tête et de la musique dans l'oreille, la proposition tombe juste: une soirée à la fois éducative, scientifique, sensible, et pleinement ancrée dans l'écoute.

La nature laurentienne à l'honneur

Le Capteur Sauvage expose à La Veillée

EMMANUELLE MOZAYAN-VERSCHAEVE
everschaeve@medialo.ca

Le photographe Alexandre Lauzier, mieux connu sous le nom de Capteur Sauvage, expose plusieurs de ses œuvres à la microbrasserie La Veillée de Sainte-Agathe. Une ode en images à la faune et aux paysages des Laurentides.

Depuis bientôt dix ans, Alexandre Lauzier photographie la faune et la flore essentiellement dans les Laurentides, où il a vu le jour. *« J'ai commencé à faire de la photo après ce que je pourrais appeler la grande dépression »*, raconte l'homme natif de Mont-Rolland à Sainte-Adèle. Après des études en technique de santé animale au Cégep, il abandonne son parcours, affecté par le sort réservé aux animaux. *« Ça a été un coup dur sur le moral, donc j'ai fait une grosse dépression, dont j'ai commencé à me sortir en allant me promener en forêt dans mon coin à Sainte-Adèle. »*

Ces promenades l'aident à décompresser et, observateur, il commence à photographier ce qui l'interpelle avec son téléphone, avant de se procurer son premier appareil photo. *« J'ai étudié les techniques au fil des années, puis je me suis fait connaître parce que je montre le côté vrai de la région des Laurentides »*.

Arrêt sur image

Sensibles et poétiques, à la fois pleins de vie et figés dans le temps, les clichés du Capteur Sauvage immortalisent le vivant et accrochent instantanément le regard. Ils illustrent actuellement les murs de la microbrasserie La Veillée à Sainte-Agathe-des-Monts. *« Dans ma démarche, je vais chercher le contact avec la faune pour communiquer des émotions, mais quand je vois de beaux paysages, je saisis aussi l'occasion de les photographier »*, explique-t-il. Alexandre a laissé le soin à l'équipe de sélectionner les images, qui contribuent à créer un fort sentiment d'appartenance en entrant dans le restaurant.

L'artiste garde en mémoire chacune de ses rencontres avec les animaux. Apprendre le comportement des espèces, patienter des heures et être prêt à saisir le moment sont essentiels, sans jamais attirer les animaux.

« Il y a 50 % d'improvisation et 50 % de préparation ».



Photo : Médialo – Emmanuelle M. Verschaeve

Le photographe Alexandre Lauzier, dénommé le Capteur Sauvage, expose à la microbrasserie La Veillée.

Parmi ses souvenirs marquants, une rencontre avec un renard demeure gravée dans sa mémoire et figure parmi ses images les plus populaires. Ces instants privilégiés sont partagés sous forme de photos, de cartes de souhaits et de calendriers.

Hockey européen

Retour triomphal de Benoît Gratton en Autriche

LUC ROBERT
luc@journalacces.ca

Douze ans après avoir disputé son dernier match professionnel en Europe avec les Capitals de Vienne, l'attaquant Benoît Gratton a été accueilli en héros par 7 000 partisans réunis à l'aréna Steffl de la capitale autrichienne.



Photo : Marilyne Lemay

Au kiosque d'autographes des Capitals, Benoît Gratton (assis au centre) a retrouvé ses coéquipiers Darcy Werenka et Rafael Rotter. Debout à l'arrière, on reconnaît les anciennes vedettes tchèques Patrik Elias, Milan Hejduk et Dominik Hasek.

Pendant la période des fêtes de 2025, le Jérômien a été invité à participer au match du 25e anniversaire de la formation, qui se mesurait à des anciennes gloires tchèques. L'annonceur maison n'a eu qu'à dire « *accueillons notre ancien capitaine no. 25, Benny…* », pour que la foule scande à tout rompre « *Grrraaaaaaaattttton !* », a-t-on pu constater sur une courte vidéo diffusée sur Facebook.

« *Ça m'a fait chaud au cœur d'être reconnu après tant d'années. J'ai joué six saisons là-bas et j'y ai terminé ma carrière. Après Saint-Jérôme, c'est ma deuxième demeure. Ma plus jeune fille, Romy, y est née. Mes attentes ont été comblées et dépassées à revêtir à nouveau l'uniforme des Capitals et à recevoir un paquet de courriels d'anciens admirateurs* », a souligné celui qui a célébré son 49e anniversaire au cours du même périple.

> « *J'ai joué six saisons là-bas et j'y ai terminé ma carrière. Après Saint-Jérôme, c'est ma deuxième demeure.* »
>
> *- Benoît Gratton*

Ironie du sort, Gratton a aussi été repêché dans la LNH par les Capitals, cette fois de Washington, en cinquième ronde de l'encan amateur de 1995 (105e au total). C'est après avoir disputé six saisons dans la Ligue nationale de hockey (LNH) avec les Caps, les Flames et les Canadiens que le centre a traîné son baluchon jusqu'à l'International Central European Hockey League (ICEHL), devenue la Ligue A (ex-EBEL).

« *C'est un circuit très compétitif, où l'on disputait des parties en Autriche, en Hongrie, en Italie et en Slovénie. On a été 16 anciens joueurs marquants à être contactés pour revenir ici. Non seulement j'ai eu du plaisir à revoir mes anciens coéquipiers, mais aussi à côtoyer des légendes de premier niveau sur la même glace : Patrik Elias (Devils), Milan Hejduk (Avalanche), Martin Rucinsky (Canadiens) et même Dominik Hasek (Buffalo) à bientôt 61 ans : ils avaient encore tous le goût de gagner. Le Dominator m'a volé un but à trois occasions en temps régulier, en plus d'avoir frappé la barre horizontale en surtemps. Il a été incroyable, comme dans le temps. Mais c'est correct, on a fini par battre les Tchèques 9-8 en prolongation* », s'est amusé l'ancien gagnant de la Coupe Memorial.

Reconnu pour son jeu agressif et la qualité de ses mains, le pilote des Cheminots a profité de son saut de l'autre côté de l'Atlantique pour voir du pays en famille.

« *Mon épouse Roxane Lévesque et ma fille Romy ont apprécié la ville et le tourisme. Vienne reste une ville importante, surtout de par sa culture et sa musique. On pense à l'héritage artistique et intellectuel de ses habitants, dont Mozart, Beethoven et Sigmund Freud. On a aussi visité leur marché de Noël. Les 7 jours du périple ont vite passé. Je me suis reposé, mais j'avais aussi hâte de revenir sur la glace à Saint-Jérôme, pour enseigner aux jeunes Sélects du Nord (il est directeur technique) et reprendre le collier avec nos Cheminots collégiaux* », a ajouté celui qui peut sortir du Québec, mais qui ne sortira jamais le hockey de son âme.

Retour à domicile

Les Cheminots du Cégep de Saint-Jérôme seront de retour à l'aréna RDN 1 (Bauval) pour la première fois en près de deux mois, ce dimanche à 16 h, lors de la visite des pauvres Spartiates du Cégep du Vieux-Montréal, derniers de la Conférence Sud-Ouest, avec un dossier peu reluisant de 3 victoires, 14 défaites et 2 échecs en tirs de barrages.

« *On ne le répètera jamais assez : ça peut paraître moins motivant d'affronter des clubs de bas de classement, mais ils doivent nous servir de tremplin pour nous relancer. Il y a de la parité dans notre division et n'importe quel club peut en battre un autre, n'importe quand. Ce n'est pas normal que Brébeuf nous ait battu là-bas en début de saison et que là, ça a pris les tirs de barrages pour nous départager. Il faudra prendre les Spartiates au sérieux* », a clamé Gratton.

Le samedi 17 janvier dernier, les Cheminots ont gagné 4-3 en fusillade face aux Dynamiques du Collège Jean-de-Brébeuf, à l'aréna Pierre-Péladeau. Victor Lajoie a marqué à 2 occasions, dont le but égalisateur à 13:29 de la troisième période. Manu Dufour a enfilé l'autre but, avant d'inscrire le filet décisif en tirs de barrage. Le portier Antoine Chagnon-Fournel a repoussé 24 des 27 lancers ennemis.

En lever de rideau de 2026, le dimanche 11 janvier, les Cheminots ont battu les Patriotes 3 à 2, dans le congélateur Ron-Caron de Ville Saint-Laurent. Nicolas Péloquin a mis fin au suspense en donnant la victoire à Saint-Jérôme en tirs de barrage. Mathieu Saint-Aubin et Antoine Portugais avaient auparavant secoué les cordages en temps réguliers. Chagnon-Fournel a bloqué 28 des 30 rondelles décochées en sa direction.

On recrute!
Conseillers(ères) en vente média
Secteurs : SAINT-JÉRÔME - SAINT-SAUVEUR
Conseiller(ère) ventes nationales
Secteur : SAINT-SAUVEUR
Environnement innovant, humain et ancré dans sa communauté
Médialo t'offre bien plus qu'un emploi : une mission inspirante!
MÉDIALO
Postule ici
>P011120-1

CONDOS LOCATIFS

CITÉ MIRABEL | 3 ½ - 4 ½ - 5 ½

ESPACE W
condos locatifs



PISCINE AU TOIT
GYM COMPLET
SALLE DE JEUX
PISCINE, SPA & SAUNA
SALLE DE YOGA
TERRASSE & JARDINS
GOLF VIRUEL
SALLE DE COWORKING

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

ESPACE W condos locatifs
579-477-7779
www.espacew.com
location@espacew.com

PRENEZ RENDEZ-VOUS
VENEZ VISITER ESPACE W

Un projet réalisé par RAY JUNIOR INVESTISSEMENT

>P009550-1

Programmation du Patriote

L'équilibre dans la diversité

EMMANUELLE MOZAYAN-VERSCHAEVE
everschaeve@medialo.ca

Classiques ou audacieux, drôles ou émouvants, célèbres ou émergents, les artistes et les spectacles à l'affiche du Patriote cette année se composent d'une large variété artistique répondant à tous les goûts.



Photo : Courtoisie

Dans le cadre de la programmation 2026 du Théâtre Le Patriote, le directeur général du lieu, Alexandre Gélinas, confie comment il structure sa sélection. *« À l'aube d'une nouvelle année, on se demande de quoi elle sera faite et on repart d'une page blanche. Je vois toujours ça comme un casse-tête qu'il faut réussir à compléter avec plusieurs variables »*, explique-t-il. Tout d'abord, évidemment, il vérifie la disponibilité des artistes; puis il se questionne sur ce que le public aime, mais aussi sur ce qu'il aimerait et qui pourrait les surprendre.

« C'est important de trouver un équilibre entre les disciplines, le meilleur moment de l'année, les bons prix de billets pour payer le cachet des artistes, rentabiliser le spectacle et que le coût soit correct pour les gens », poursuit celui qui est à la tête du Théâtre depuis 13 ans. Et puis, il faut aussi prévoir la diversité dans l'année, dans le mois et dans la semaine. *« J'essaie, par exemple, de ne pas mettre deux spectacles de chansons pour le même public un vendredi, puis un samedi. On a toujours un peu le vertige au début, mais ça finit par se placer. »*

Des grandes scènes…

La chanson est le cœur du Patriote, qui reçoit beaucoup d'artistes bien ancrés au Théâtre, dont Michel Rivard, Paul Piché, Pierre Lapointe, Ariane Moffatt. Bobby Bazini, Louis-Jean Cormier ou encore Vincent Vallières s'y produiront aussi. Moins connue, Lou-Adriane Cassidy arpentera également la grande scène. *« C'est une artiste qui progresse dans le cœur des gens »*, affirme le directeur général.

Spectacles intimistes

La salle comprend 558 sièges que, malheureusement, les artistes émergents ne comblent pas encore. *« Je ne peux pas me permettre de remplir seulement avec 40 ou 50 personnes, mais j'essaie de laisser de la place à des artistes moins connus en créant un petit cocon sur la scène où on installe aussi le public. »* Ce concept intimiste s'avère une belle expérience, car personne ne se sent perdu dans l'espace.

L'humour, toujours

Aussi, l'humour est toujours populaire et Jérémy Demay, André Sauvé, François Bellefeuille, Mégan Brouillard ou encore Mariana Mazza feront partie des nombreux comiques sélectionnés.

Le théâtre et la danse s'invitent également sur cette scène mythique, histoire de varier les plaisirs. *« On mélange le théâtre grand public et de création, moins connu. »* Vous pourrez donc y voir notamment *Le Crime de l'Orient-Express* et la parodie musicale *Ménopause*.

Un lieu vivant à temps plein

Alexandre Gélinas ajoute qu'il existe un aspect moins connu du théâtre. *« Il y a des locations pour des gens qui tiennent des assemblées ici, des écoles qui viennent voir du théâtre, de la danse, du cirque dans le cadre de sorties scolaires, alors le lieu est animé presque tout le temps. On a instauré les sorties en famille le dimanche, mais ce n'est pas tout le monde qui peut payer des billets pour 3 ou 4 personnes, constate-t-il. C'est important pour nous que les enfants voient des spectacles, car ils sont notre avenir. Grâce aux sorties scolaires, tous peuvent y assister, alors on mise plus là-dessus. »*

Encourager la création

Le Patriote accueille également des artistes en résidence, afin qu'ils y pratiquent leur spectacle. *« Actuellement, une danseuse profite de nos installations pour créer son spectacle dans un lieu professionnel. On collabore aussi avec la Ville de Sainte-Agathe pour faire la programmation des spectacles sur le bord du lac (des Sables) l'été, en privilégiant souvent des artistes locaux. Ces spectacles sont gratuits, ce qui permet à plus de monde d'aller les voir et de contribuer ainsi à les faire connaître »*, conclut Alexandre Gélinas.

Du film à la scène, *Québec-Montréal* s'invite à Saint-Jérôme

LOUIS-PHILIPPE FOREST-GAUDET (Initiative de journalisme local) lpfgaudet@medialo.ca

La pièce *Québec-Montréal* s'arrête à Saint-Jérôme à la fin du mois de janvier avec une proposition scénique énergique et rassembleuse, où le plaisir de jouer se transmet directement au public.

Adaptée du film du même nom, *Québec-Montréal* met en scène des voyageurs qui entreprennent un trajet en voiture entre Québec et Montréal. Le chemin devient rapidement un prétexte à une succession d'échanges, de confrontations et de confidences où se croisent humour, maladresses et tensions relationnelles. À travers les discussions et les silences, la pièce explore les liens d'amitié, les rapports amoureux et les zones d'inconfort propres aux interactions humaines, le tout porté par un rythme soutenu et une parole très présente.

Une tournée qui sort des grands centres

Présentée au Théâtre Gilles-Vigneault, la production s'inscrit dans une tournée québécoise qui permet à cette œuvre bien connue de rejoindre des publics hors des grands centres. Pour le comédien Louis Carrière, qu'on a pu voir dans *Complètement Lycée*, cette dimension est essentielle. *« C'est toujours le fun de sortir le théâtre de la ville… d'aller montrer le spectacle ailleurs »*, nous a-t-il souligné en entrevue.

Selon le comédien, la réception varie surtout en fonction des générations. Les spectatrices et spectateurs qui ont découvert le film à sa sortie en 2002 n'abordent pas la pièce de la même manière que les plus jeunes, qui la découvrent aujourd'hui par le théâtre.

Une distribution soudée

Louis Carrière fait partie d'une distribution nombreuse, qui réunit par un fort esprit de groupe, Charlotte Aubin, Catherine Brunet, Patrick Emmanuel Abellard, Pier-Luc Funk, Simon Pigeon, Mickaël Gouin et Antoine Pilon. *« On est vraiment devenu une vraie gang de chums »*, confie-t-il, ajoutant que le théâtre *« devient quasiment une excuse pour juste être ensemble et d'avoir du fun à jouer »*. Cette complicité nourrit directement l'énergie du spectacle et se ressent jusque dans l'assistance. *« On est tellement devenu des chums que je pense que cette affaire-là est rendue perceptible dans la salle »*, explique-t-il.



Crédit photo : Émilie Lapointe

Antoine Pilon, Pier-Luc Funk, Simon Pigeon, Patrick Emmanuel Abellard, Catherine Brunet, Louis Carrière, Charlotte Aubin et Mickaël Gouin

Une mise en scène dans l'esprit de la passation

La mise en scène est signée Pierre-François Legendre, qui incarnait lui-même le personnage de Louis Carièrre dans la production. Le comédien et metteur en scène évoque une approche de travail fondée sur la confiance et la transmission. *« Avec cette œuvre-là, moi je l'ai jouée, maintenant, c'est à vous, je vous la donne »*, rapporte-t-il.

La critique a d'ailleurs salué la mise en scène de M. Legendre pour sa capacité à traduire sur scène l'énergie du film, notamment par une scénographie et un dispositif technique imposant qui permettent de matérialiser l'autoroute et les déplacements avec fluidité. Cette dimension explique aussi que tous les théâtres ne puissent accueillir la production.

Un moment à partager

Pour convaincre celles et ceux qui connaissent déjà le film, Louis Carrière mise sur l'expérience collective du théâtre. *« La pièce crée un moment convivial avec le public »*, affirme-t-il. Il insiste sur la complicité qui s'installe entre la scène et la salle, soir après soir. *« Si les gens ont le goût de venir s'asseoir dans la salle, et de juste passer un bon moment, puis de rire, je pense que la pièce crée cette espèce de communion. »*



Félix Leroux

Où : Radis noir, Sainte-Anne-des-Lacs
Quand : 23 janvier à 19 h
« Multi-instrumentaliste, chansonnier Félix Leroux possède plus de 30 ans d'expérience tant au national qu'à l'international, il vous offre une performance musicale à la hauteur de son expérience. Un moment qui vous procurera toute une gamme d'émotions. »



Solitude de Sébastien Lépine

Où : Place des citoyens, Sainte-Adèle
Quand : 23 janvier à 19 h 30
« Avec plus de 25 ans de carrière à parcourir les scènes nationales et internationales, le violoncelliste Sébastien Lépine présente son tout nouveau spectacle *Solitude*. »



Inauguration La Nordique

Où : Parc du Mont Loup-Garou, Sainte-Adèle
Quand : 24 janvier à 9 h 30
« Ce nouveau tracé, d'environ 12 km, sillonne l'ensemble du territoire du parc à travers des sentiers non damés, idéal pour le ski nordique, dans un environnement naturel exceptionnel. »



Soirée de raquette aux flambeaux

Où : Parc Basler, Morin-Heights
Quand : 24 janvier de 18 h 30 à 21 h
« Profitez d'une belle soirée pour entreprendre une randonnée de raquette éclairée par des flambeaux tout au long du parcours de votre choix. Détendez-vous autour du feu avec un bon chocolat chaud pendant que les musiciennes Zeneli Codel et Claude Hurtubise vous feront danser et chanter ou certainement taper du pied ! »



Kit Katz

Où : Saint-Sau Pub Gourmand, Saint-Sauveur
Quand : 24 janvier à 21 h 30
« Le trio Kit Katz ; du rock'n'roll chaleureux et festif ! Réservez vos places dès maintenant, c'est un week-end à ne pas manquer ! »



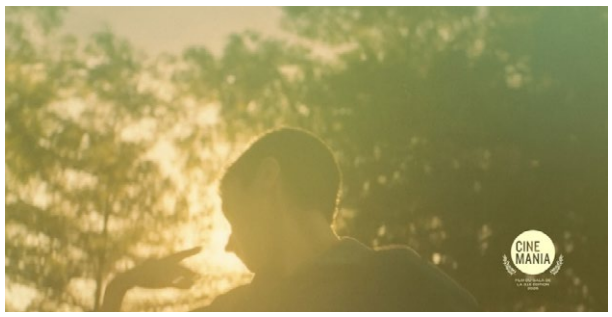
Montagne en scène

Où : Cinéma Pine, Sainte-Adèle
Quand : 25 janvier à 14 h 30
« Depuis 2013, Montagne en Scène présente deux fois par an une sélection des meilleurs films de montagne, qu'il s'agisse de ski, d'alpinisme, de parapente, de trail, ou encore d'escalade. D'une durée d'environ 3 heures, cet événement est une bouffée d'oxygène qui va vous pousser à réaliser vos propres rêves ! »



Marc Hervieux

Où : Théâtre du Marais, Val-Morin
Quand : 25 janvier à 15 h
« Une soirée où se croise la musique populaire et classique, les grandes chansons, les comédies musicales, l'opéra... Une soirée grandiose et intime en même temps. Des histoires et des anecdotes pour rire un bon coup ensemble. J'ai hâte de poursuivre l'aventure avec vous, chez vous, ensemble ! »



Ciné-marais : *Où vont les âmes*

Où : Théâtre du Marais, Val-Morin
Quand : 28 janvier à 17 h et 19 h 30
« Anna a dix-huit ans, elle demande l'aide médicale à mourir. La date qu'elle s'impose ne lui donne que quinze jours pour accomplir son souhait de revoir ses demi-sœurs avant de s'éteindre. »



Pour se souvenir

Où : Théâtre Le Patriote, Sainte-Agathe-des-Monts
Quand : 29 janvier à 19 h 45
« Cet événement ayant pour titre *Pour se souvenir,* est présenté dans le cadre d'une levée de fonds pour la Société Alzheimer Laurentides. »

ACCÈS

Envie de faire une sortie culturelle prochainement ?

On vous propose des événements de toutes sortes qui se passent bientôt dans les Laurentides !

Pour le **calendrier complet des événements**, *visitez le site web du Journal.*



L'histoire du ski dans les Laurentides

Où : Place des citoyens, Sainte-Adèle
Quand : 29 janvier de 19 h à 21 h
« Envie d'un voyage au cœur de notre patrimoine hivernal ? L'Adélois Daniel Bergeron, président de Plein Air Sainte-Adèle - PASA vous entraîne dans une soirée passionnante où l'histoire du ski prend vie grâce à son énergie débordante et ses récits captivants. »

L'argent pour Anaïs Leprohon et les Canadiennes à Sydney

LUC ROBERT | luc@journalacces.ca

Le Canada a dirigé 38 rondelles au filet adverse au Championnat mondial féminin M18 2026, tenu à Sydney (Cap-Breton), mais les États-Unis ont tout de même remporté la médaille d'or par la marque de 2-0, dimanche dernier.



L'an dernier alors qu'Anaïs et son équipe remportaient l'or.

Photos : Archives



Anaïs Leprohon est considérée comme une étoile montante du hockey féminin.

Les hockeyeuses canadiennes ont tout donné, mais se sont frottées à une gardienne au sommet de son art. Bianca Birrittieri a réalisé le coup de pinceau, menant son équipe à la conquête.

« La gardienne américaine était dans sa bulle et les Américaines ont été très opportunistes tout au long du match. On y croyait et on voulait vraiment gagner. En plus, la foule ne nous lâchait pas, tant lors des finales au Centre 200 (aréna des Screaming Eagles, LHJMQ) qu'au Centre Monbertou, un endroit plus petit et convivial, en ronde préliminaire », a décrit comme atmosphère l'arrière de Saint-Sauveur, Anaïs Leprohon.

Celle qui deviendra majeure le 8 février prochain a connu de son propre aveu un tournoi correct, mais elle aurait préféré voir un meilleur effort collectif, à son dernier match international dans la catégorie d'âge des moins de 18 ans.

« Nous avions cinq Québécoises en uniforme et notre apport a été notable. Il faut développer nos filles et faire plus confiance aux jeunes dans les moments importants. Ça leur servira plus tard. Nous avions un bon noyau, mais ça n'a visiblement pas été suffisant en finale », a-t-elle constaté.

Les joueuses des États-Unis ont pris les devants en fin de première période par l'entremise d'Emily Pohl, qui a déjoué la gardienne québécoise Léa-Rose Charrois, qui a réalisé 25 arrêts de bout en bout. Lindsay Stepnowski a ensuite doublé l'avance des États-Unis en fin du deuxième tiers, tandis que Birrittieri a encore frustré les Canadiennes à plusieurs reprises devant l'autre filet.

Malgré une poussée soutenue des représentantes de l'unifolié en troisième période, les Américaines ont tenu le coup.

« On n'a pas été capables de concrétiser nos chances de marquer. On n'est pas satisfaites de finir avec l'argent. Avec le recul, je pense qu'on l'appréciera un peu plus », a ironisé la capitaine adjointe, Rosalie Tremblay.

L'or l'an dernier

L'an dernier les Canadiennes avaient gagné par la marque de 3-0, face à leurs rivales du sud. Tremblay et Leprohon faisaient partie de l'équipe championne de 2025.

« L'aréna était rempli pour nos deux derniers matchs et ça faisait la vague dans les estrades : on ressentait leur énergie. Nous disposions en plus d'un calendrier favorable avec six parties disputées en sept jours, sans avoir de programme double la même journée. Il n'y avait plus que les Américaines et nous qui possédaient un bon club. La Suède s'en vient bien, même si nous les avons battues solidement », a raconté Leprohon.

Lors de la ronde préliminaire, les Canadiennes avaient en effet battu la Suisse 9-0, la Hongrie 14-0 et la Suède 9-2. Elles ont poursuivi leur lancée en quarts de finale, venant à bout des Finlandaises au compte de 12-0, avant d'obtenir leur billet pour la grande finale, en s'imposant 8-1 contre la Tchéquie.

« On ne s'attendait pas nécessairement à être aussi dominantes offensivement. Mais c'était difficile de se préparer pour un gros match contre les Américaines, parce qu'on n'avait pas eu énormément d'adversité avant la finale », a avoué Tremblay.

Laurie Aubin a été la meilleure pointeuse du tournoi chez les Québécoises avec une récolte de 3 buts et 7 passes. De son côté, Tremblay a amassé 7 points, dont 3 filets. Leprohon et Madison Lévesque étaient les deux autres représentantes de la Belle Province au sein de l'équipe nationale. Elles ont respectivement récolté 6 et 4 points.

« J'ai obtenu six aides. J'aurais pu faire mieux. Le calibre était bien, mais il a diminué par rapport à 2025. On n'avait pas de raison de perdre. On avait un hôtel près de l'eau et d'excellentes conditions de préparation. J'ai toujours détesté perdre, surtout avec la fiche que nous avions concoctée jusque-là », a déploré la compétitive Leprohon.

Anaïs a ensuite été prise lundi dans une tempête de neige, à son retour à Québec.

« On a couché à Sydney dimanche, puis on a effectué une randonnée de 5 heures d'autobus entre Sydney et Halifax lundi, avant de prendre un vol pour Montréal-Trudeau. Et là, mon avion vers Québec est aussi retardée. Au moins, ma saison collégiale se poursuivra avec les Titans du Cégep Limoilou. J'aurai du hockey à l'horaire jusqu'en avril. C'est encourageant », a achevé Leprohon.



Ski acrobatique au saut

Émile Nadeau aura-t-il manqué de temps pour se faire justice ?

LUC ROBERT
luc@journalacces.ca

Le sauteur Émile Nadeau a effectué une belle remontée avec une 5e place en grande finale à la Coupe du monde de Lake Placid, la semaine dernière dans l'état de New York. Il reste à savoir si cela pourra lui garantir une participation à des deuxièmes Jeux olympiques d'hiver consécutifs.



Émile Nadeau a retrouvé graduellement ses standards habituels.

Photo : Archives Christian Nadeau

L'équipe nationale de ski acrobatique dévoilera officiellement son alignement entre le 20 et 25 janvier. Il restait une Coupe du monde de slope style à disputer, en fin de semaine dernière en Suisse. Les places sont octroyées à l'ensemble de l'équipe de ski acrobatique, et non uniquement aux sauteurs.

Le Prévostois s'est classé cinquième avec 104,49 points à la super finale aux États-Unis. Lors d'une première manche de la Coupe mondiale disputée la veille sur le site des Jeux d'hiver de 1980, Émile Nadeau (16e) était demeuré dans la course. Mais la compétition demeure très vive au sein d'Équipe Canada, avec la récente victoire de Miha Fontaine (fils du légendaire Nicolas), ainsi que la belle figure de Lewis Irving et l'éclosion d'Alexandre Duchaine. Le niveau des membres du « *Québec Air Force 2.0* » est plus élevé que jamais.

« *Les annonces de l'équipe nationale ne changeront rien à mon amitié envers les gars, dont mon co-chambreur Miha. On se jase comme d'habitude, en se soutenant lors des épreuves et de nos succès. C'est juste plate qu'à cause de l'année olympique, notre calendrier régulier 2026 a été compressé et qu'il finisse dès la mi-janvier* », a évalué avec justesse Émile Nadeau.

Soulagé et inquiet

Après sa 5e position, Émile Nadeau entretenait encore des espoirs de percer à nouveau l'équipe olympique canadienne, mais sans s'ajouter de pression.

« *J'étais soulagé après mon 5e rang: c'était vraiment une saison difficile avec le retour de ma blessure subie l'an passé. Ç'a été beaucoup plus challengeant de gérer la peur, surtout en retournant à la rampe plus tard que les autres membres de l'équipe. J'ai fait moins de sauts au triple, et ça m'a donc pris plus de temps avant de réussir mes bonnes envolées habituelles. En atteignant la super finale, ça m'a démontré que je suis encore capable d'être près du podium: c'est bon pour la confiance et pour la suite de ma carrière* », a souligné Nadeau en entrevue téléphonique.

Au début de janvier, lors de deux Coupes du monde de ski acrobatique des sauts tenues au Lac-Beauport, l'athlète de 22 ans s'était limité à des sauts au tremplin double, en raison d'une sévère sinusite qui limitait ses repères visuels. Il a pris une 16e position.

« *J'ai raté aussi plusieurs entraînements à la fin de 2025. Une sinusite me donnait des étourdissements et je devais prendre des antibiotiques. Je ne voulais pas exécuter mes sauts les plus compliqués au tremplin triple et me retrouver ensuite mêlé dans les airs avec un vertige. Je me suis contenté de sauter au double, avec des manœuvres au degré de difficulté moindre. L'entraîneur Rémi Bélanger pensait comme moi : valait mieux gérer la maladie et revenir à mon rythme, pour ne pas se faire mal à nouveau.* »

Rappelons que l'an dernier, Nadeau avait subi une fracture cervicale à la vertèbre C7, en plus d'un léger déplacement à la C6. Il a porté un collier de sécurité pendant une douzaine de semaines suivant sa chute pour récupérer.

« *Il n'y a plus de problème avec mon cou. C'est au niveau de la confiance que je n'ai pas atteint le même niveau qu'avant ma chute. À Lake Placid, j'étais juste content de refaire à nouveau des sauts au tremplin triple sans craintes majeures. J'ai fini en exécutant mes sauts les plus avancés et cela allait bien. Quand tu réussis à performer dans la pluie et contre les vents, c'est que tu te trouves sur le chemin du retour. Surtout qu'en raison des éléments, l'équipe technique a dû concasser la croûte et cela a rendu l'atterrissage différent sur une piste molle. J'ai bien fait au triple aux États-Unis* », a relativisé Émile Nadeau.

Court repos

Émile Nadeau est revenu au pays le 23 décembre 2025, pour prendre quelques jours de repos, avant de reprendre l'entraînement au Relais du Lac-Beauport, juste avant le jour de l'an, en préparation des Coupes du monde canadiennes. Son retour s'est effectué graduellement. Il a lancé son entraînement sur neige au début novembre en Finlande. Son entraîneur Rémi Bélanger a souligné à l'époque « *que sa progression du saut simple au saut double a été bien réussie, mais que ce fut un peu plus long avant d'atteindre le tremplin triple à nouveau. Il est donc remonté sur le grand saut que deux jours avant la Coupe du monde de Ruka, le 6 décembre* ».



Marie-Claude Nadeau (mère), Émile Nadeau (sauteur), Hugues Néron (fondateur Shawbridge) et Christian Nadeau (père) sont fiers de leur association de 4 ans avec la Microbrasserie.

Photo: Microbrasserie Shawbridge

En qualification de cette épreuve, il a exécuté un 3 inversé et 3 vrilles. La glace était donc brisée : il a atteint la première finale en terminant 5e aux qualifications. Ensuite, lors de cette finale, il a tenté un 3 inversés 4 vrilles, qu'il n'avait pas encore fait sur neige cette saison. Le saut a été très bien exécuté dans les airs, mais un atterrissage un peu trop penché vers l'avant a limité son succès, alors qu'il a terminé par un « *punch front* ».

Spectaculaire, cette vidéo a été vue plus de 745 000 fois sur Instagram/FISFreestyle, mais c'était quand même un atterrissage raté à ses yeux. La compétition s'est donc terminée là pour lui, en 9e position.

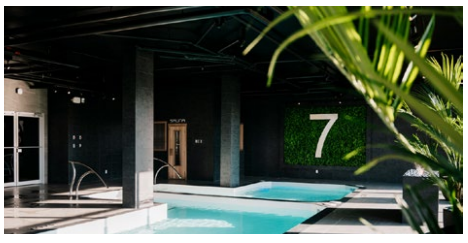
« *Au-delà des pointages, il a fait montre d'une tenue plus que satisfaisante, compte tenu qu'il n'avait pas chaussé les skis sur neige depuis plus de 9 mois, à la suite de sa sérieuse blessure survenue à l'entraînement, au début de février 2025* », a analysé l'entraineur Rémi Bélanger.

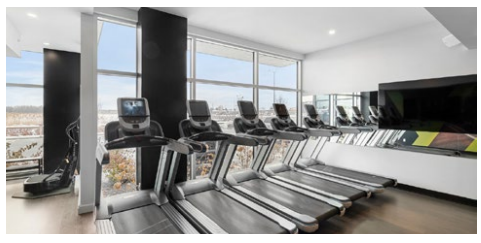
À l'étape suivante, le 20 décembre à Secret Garden en Chine, sur le site des JO de Pékin en 2022, Nadeau et ses comparses s'est élancé lors d'une compétition affectée par des grands vents, où il n'a su faire mieux qu'une 22e place, avec une difficulté lors de l'atterrissage.



CONDOS TOUT INCLUS | 3 ½ • 4 ½ • 5 ½ | À partir de **1 795$** / mois | CITÉ MIRABEL

HALL D'ENTRÉE · CUISINE COMMUNE · GOLF VIRUEL · SALLE D'ÉVÈNEMENT · SALLE D'ENTRAINEMENT · SALLE DE JEUX · PISCINE, SPA & SAUNA · TERRASSE & JARDINS · SALLE DE YOGA






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

7SENS condos locatifs

579-477-7779
www.le7sens.com
location@le7sens.com

PRENEZ RENDEZ-VOUS
VENEZ VISITER LE 7 SENS

11500 RUE DE CHAMBORD, MIRABEL

Un projet réalisé par RAY JUNIOR INVESTISSEMENT

>P008674-1

PETITES ANNONCES CLASSÉES

Vos Classées

Heure d'ouverture :
lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

Heure de tombée : Mardi 10h
Heures d'affaires du service téléphonique : lundi au vendredi 8h30 à 16h30
Mode de paiement : VISA MasterCard

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.

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

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

260 - Chalets | Maisons de campagne à louer

POURVOIRIE Michel St-Louis, lac du Cerf, pêche blanche, forfait motoneige/VTT, souper, nuité, déjeuner. Service resto-bar. Aussi location de chalet. 819-597-2617 mstlouispourvoirie@gmail.com

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

415 - Massothérapie | Soins thérapeutiques

MASSOTHÉRAPIE. Massage de détente. Ste-Adèle. Carl 450-229-2073

424 - Astrologie

Découvrez les talents exceptionnels de la voyante Ana. Lectures précises, conseils éclairants, guidance spirituelle et révélations surprenantes. 3 décennies d'expérience. Consultations privées, réponses précises et datées au 514-613-0179

482 - Maçonnerie et briquetage | Revêtement extérieur

CHARPENTIER, menuisier et finitions, Claude 450-916-8660

Peintre, réparation de plâtre, joints. Homme d'expérience. Propre et minutieux
514 946-6353
>P000378-1



ESPACE PUB
CONTACTEZ-NOUS
450.227.7999
Accès INFORMER + INSPIRER
atelier@journalacces.ca

ceramique mrnicolas.com
Pose de céramique
Ardoise et granit
Douche sur mesure
Expérience
Travail propre
RBQ.56103849-01
514.238.2653
P000422-1

VISITEZ NOTRE SECTION EMPLOIS LOCAUX
Accès journalacces.ca

ABATTAGE, ÉMONDAGE ST-SAUVEUR
DÉNEIGEMENT DE TOITURE
Résidentiel et Commercial
• ABATTAGE D'ARBRES DANGEREUX
• ÉMONDAGE
• DÉSSOUCHAGE
Assurance complète
URGENCE 24/24
>P011084-1
SERVICE RAPIDE
Cell.: 450 530-4521 Martin Binette

TOITURES SILANIC
RBQ 5670 7094 01
UNE COUVERTURE DE SATISFACTION
Pour un service personnalisé et complet
Un travail propre et garanti
Dans le domaine depuis 1993
Spécialité bardeaux d'asphalte
Installation de gouttières sans joints
450 226-3843 • www.silanictoitures.com

ESPACE PUBLICITAIRE

DIFFICULTÉ À ÉCRIRE VOS TEXTES?
Laissez Mimi Legault vous aider :
• Lettres • discours • C.V.
• Corrections
• Travaux scolaires
• Autobiographies
mimilego19@outlook.com
>P009849-2

L'ENTRE-GENS
CAFÉ COMMUNAUTAIRE
30 ans au service de la communauté
DES SERVICES POUR ÉCHANGER ET PARTAGER :
• Un lieu accueillant et rassembleur
• Des repas sains et économiques 3 midis par semaine
• Des activités pour tous les goûts
• 2 bazars à très bas prix
• Une écoute et un soutien personnalisés
1006, rue Valiquette, Sainte-Adèle / 450-229-2211
www.lentregens.org

REJOIGNEZ LA COMMNAUTÉ NORDY
sur Facebook & Instagram
Histoires, vie locale & coups de coeur du NORD Suivez la vie des Laurentides !

Accès

36 avenue Filion,
Saint-Sauveur, J0R 1R0
1 888 767 7156
journalacces.ca

Rédactrice en chef : France Poirier
Journalistes : Alec Brideau, Louis-Philippe Forest-Gaudet, Luc Robert et Alexane Taillon-Thiffeault
Coordonnatrice de production : Aurélie Moulun
Directrice des ventes : Audrey Darcy
Conseillers en solutions médias : Kenny Carrier et Camille Vaillancourt

Publié par 9061-6632 Québec Inc
Président-éditeur : Frédéric Couture
Vice-Présidente : Véronique Gauthier
Impression : Transcontinental inc.
Distribution : Médialo

Plus de 120 points de dépôt

RECYCLEZ CE JOURNAL

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

AVIS PUBLIC
AVIS DE PRÉSENTATION À L'ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC D'UN PROJET DE LOI D'INTÉRÊT PRIVÉ

AVIS PUBLIC est par la présente donné que la Municipalité de Morin-Heights demandera à l'Assemblée nationale du Québec de procéder à l'adoption d'un projet de loi d'intérêt privé ayant pour objet ce qui suit :

1. De permettre à la Municipalité, malgré l'article 256.1 de la Loi sur l'aménagement et l'urbanisme (RLRQ, ch. A-19.1) et toutes dispositions contraires, de délivrer un permis autorisant une opération cadastrale à l'égard d'un terrain qui, en date de l'entrée en vigueur du projet de loi privé, ne forme pas un ou plusieurs lots distincts sur les plans officiels du cadastre, même si la superficie ou les dimensions de ce terrain ne lui permettent pas de respecter les exigences en cette matière d'un règlement, sous réserve qu'un seul lot résulte de l'opération cadastrale.
2. Que le projet de loi d'intérêt privé concerne uniquement certaines parties de lots étant énumérées à celui-ci.

Toute personne qui a des motifs d'intervenir sur le projet de loi doit en informer la directrice de la législation de l'Assemblée nationale du Québec par courrier au 1050, rue des Parlementaires, bureau 5.13, Québec (Québec) G1A 1A3, ou par courriel au af.juridiques@assnat.qc.ca .

MORIN-HEIGHTS
1855

PUBLIC NOTICE
NOTICE OF INTRODUCTION OF A BILL OF PRIVATE INTEREST IN THE NATIONAL ASSEMBLY OF QUEBEC

PUBLIC NOTICE is hereby given that the Municipality of Morin-Heights will ask the National Assembly of Quebec to proceed with the adoption of a private bill for the following purpose:

1. To allow the Municipality, notwithstanding Article 256.1 of the Act respecting land use planning and development (RLRQ, ch. A-19.1) and any contrary provisions, to issue a permit authorizing a cadastral operation with respect to land that, on the date of coming into force of the private bill, does not form one or more separate lots on the official cadastral plans, even though the area or dimensions of that land do not allow it to comply with the requirements of a by-law in this regard, provided that only one lot results from the cadastral operation.
2. That the private bill only pertains to certain parts of lots listed therein.

Any person who has reason to intervene on this private bill should inform the National Assembly's legal and legislative affairs directorate at the following address: 1050, rue des Parlementaires, office 5.13, Québec (Québec) G1A 1A3, or by email at: af.juridiques@assnat.qc.ca .

Donné à Morin Heights, le 6 janvier 2026

Le Directeur général / Greffier-trésorier

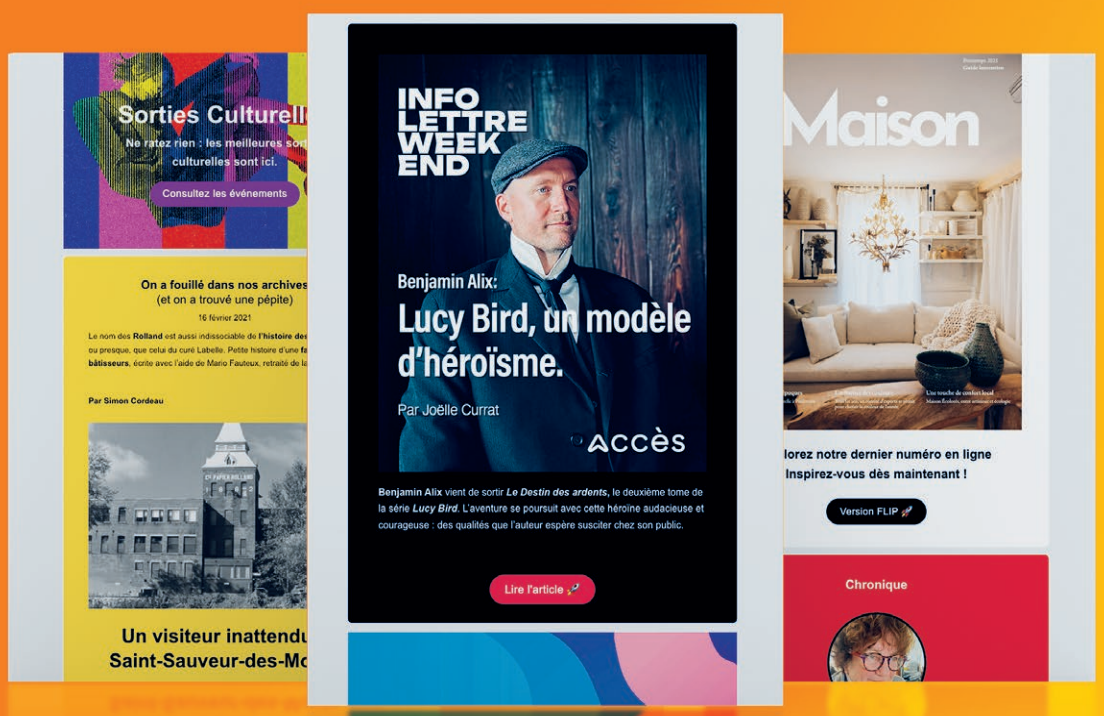
Hugo Lépine

Given at Morin Heights, January 6th, 2026

Town manager / Registrar-treasurer

>P010969-1

L'info qui vous suit !



En semaine comme en week-end

Choisissez votre rythme

INFO LETTRE WEEK END

Infolettre Récap

Scannez le code QR pour vous inscrire gratuitement.

VERSANT MONT-GABRIEL

Modernité et nature en équilibre

Un milieu de vie, avant tout

Versant Mont-Gabriel est plus qu'un projet domiciliaire, c'est un lieu de vie soigneusement pensé. Chaque choix architectural, chaque aménagement paysager et chaque infrastructure vise une seule finalité : créer un quartier cohérent, durable et intimement lié à son environnement exceptionnel.

TERRAINS À VENDRE



VERSANT
MØNT-GABRIEL