

Le Nord

VOTRE

accès à l'information

Casse-Noisette

À SAINT-JÉRÔME, AVEC TOUTE SA MAGIE...



(PHOTO: MAAIKE SEARS)

PAGE 36

VD
VAPEDEPOT
www.vapedepot.ca

LA PLUS GRANDE CHAÎNE DE BOUTIQUES D'ARTICLES POUR VAPOTEURS AU CANADA

PLUS DE **30** BOUTIQUES au QUÉBEC

711A, rue Labelle, ST-JÉRÔME | 450 848-4664
630, 5^e avenue, SAINT-ANTOINE

■ SANTÉ DES JEUNES

SITUATION DANS LES LAURENTIDES

PAGE 9

■ HOCKEY SENIOR

LES PÉTROLIERS DU NORD EN TRANSFORMATION

PAGE 38

CANADIAN TIRE
St-Jérôme

VOTRE CANADIAN TIRE ST-JÉRÔME

Vous souhaitez un Joyeux temps des Fêtes!

Carrefour du Nord St-Jérôme
Sortie 45 autoroute 15 nord

CARREFOUR DU NORD

450 438-3506

1808401

MEUBLAUBAINES

DES MEUBLES NEUFS À PRIX D'ENTREPÔT

VISITEZ NOTRE SITE
MEUBLAUBAINES.COM

LA VENTE
D'APRÈS NOËL
C'est maintenant!

NOUS PAYONS LES
2 TAXES*

SUR VOS ACHATS DE

- * MEUBLES
- * MATELAS
- * DÉCO

À PRIX RÉGULIER

BLAINVILLE

775, boul. Labelle
Tél. : 450 430-4500

MASCOUCHE

285, montée Masson
Tél. : 450 474-4643

ST-FÉLIX-DE-VALOIS

987, route 131
Tél. : 450 889-8331

BÉCANCOUR

3625, boul. Bécancour
Tél. : 819 298-2020

* En vigueur du 14 au 31 décembre 2018. Obtenez un rabais équivalent au montant des 2 taxes. Ne s'applique pas sur les meubles déjà réduits, les électroménagers et les protections supplémentaires. Mise de coté disponible jusqu'à la fin janvier 2019 maximum. Détails en magasin.



SAINTE-SOPHIE

Officialisation du Pavillon Lucette-Carey

PHOTO : FRANCE POIRIER



Les membres du conseil municipal ont décidé de nommer le bâtiment où loge le cercle des fermières en hommage à la fondatrice du cercle, Lucette Carey.

Actuellement, la bâtisse du boulevard Sainte-Sophie abrite une salle multifonctionnelle destinée aux rencontres d'organismes et à divers ateliers comme les cours de guitare et de peinture. Ce bâtiment compte aujourd'hui le Cercle des fermières et l'Association des gens d'affaires de Sainte-Sophie, deux organismes très actifs et impliqués dans la communauté. « Nous souhaitons y voir naître de belles activités culturelles comme des expositions en arts visuels », a souligné la mairesse Louise Gallant.

Les membres du conseil municipal et de la Ville posent en compagnie de la famille de Lucette Carrey et des membres du Cercle des fermières actuel.

ORGANISME ÉCONOMIQUE

Le CAE Rive-Nord s'installe à Saint-Jérôme

PHOTO : COURTOISE



Toute l'équipe de l'organisme de développement économique, dirigée par Renée Courchesne depuis plus de 12 ans, se retrouve maintenant dans la Tour Saint-Jérôme située au 995 rue Maher, suite 205. « Ce déménagement s'inscrit parfaitement dans notre volonté à poursuivre notre développement et d'assurer une présence dynamique dans notre milieu », a déclaré Mme Courville. « Le CAE a été mis en place en 1984 grâce à la volonté des forces vives du grand Saint-Jérôme et c'est encore l'engagement du milieu qui dicte les orientations de notre organisation, dont la dernière initiative du projet pilote pour la MRC d'Argenteuil qui consiste à offrir des services d'accompagnement et du financement particulier pour les personnes de 40 ans et moins ». Sur la photo: Odette D'Astous, Renée Courchesne, directrice générale, Luc Jalbert, secrétaire-trésorier, Christian Thibeault, Olivier Marotte vice-président, Josée Courville présidente, Carole Hart, administratrice et Marie-France Larose.

Clinique de Denturologie



Michel **Allaire** d.d.

MIEUX VAUT PRÉVENIR QUE GUÉRIR

Vos gencives se modifient au fil du temps, c'est-à-dire que l'os de vos mâchoires diminue de volume d'année en année. On appelle ce phénomène la résorption osseuse. Il est donc essentiel de faire vérifier votre prothèse dentaire par votre denturologiste et ce, à chaque année.

N'attendez pas de ressentir une douleur ou un inconfort pour consulter votre denturologiste car l'absence de douleur ou d'inconfort n'indique pas si oui ou non votre prothèse vous convient bien.

L'examen annuel de votre prothèse permet au denturologiste de déceler tout problème actuel ou futur.

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

cliniquededenturologiemichellallaire.ca

FABRICATION de PROTHÈSES DENTAIRES
RÉPARATION EN 1 HEURE
Service à domicile offert
aux personnes à mobilité réduite



PREMIER CHOIX

Pizza Max



LIVRAISON RAPIDE ET GRATUITE!

Min. 8,99\$



Disponible à la livraison sur demande

1071, ROLLAND GODARD (PLACE CITATION) ST-JÉRÔME 438-8823

MÉGA SPÉCIAL

2 PIZZAS
(Toute garnie ou pepperoni ou végétarienne)

+ Frite familiale
+ 1 Pepsi 2L

2x12"

30⁹⁹\$

2x14"

35⁹⁹\$

2x16"

39⁵⁹\$

Joyeux Noël et Bonne Année à toute notre clientèle



FINANCEMENT DES SERVICES POLICIERS

Saint Jérôme veut sa part des subventions

FRANCE POIRIER – Le maire de Saint-Jérôme Stéphane Maher réclame une correction permanente dans le financement du corps de police municipale de sa ville.

Le maire a réagi à la suite de la sortie publique du président de l'Union des municipalités du Québec qui demande une limite à l'augmentation annuelle des frais liés aux services de la Sûreté du Québec.

La Ville de Saint-Jérôme assure à 100 % les frais liés aux activités de son service de police municipal alors que les villes desservies par la Sûreté du Québec bénéficient d'un financement gouvernemental annuel d'environ 47 %. À cela s'ajoutent les 22,8 M\$ accordés l'an dernier par Québec afin que les villes puissent faire face à la hausse des tarifs.

Pour le maire de Saint-Jérôme, cette situation relève d'une iniquité historique et ne touche que trois villes ayant entre 50 000 et 100 000 habitants et qui doivent assurer des services de niveau 1. Saint-Jérôme réserve 16 % de son budget à la police, soit près de 22 M\$ alors qu'une ville comparable en taille et en population comme Drummondville accorde 8 % de son enveloppe budgétaire.

« Nous tentons, depuis 2013, de compenser cette iniquité dans le financement des services de police en puisant dans nos réserves, mais la situation ne peut plus durer. Nous



Stéphane Maher, maire de Saint-Jérôme.

PHOTO : COURTOISIE

devons bénéficier des mêmes avantages que les autres municipalités. Le problème est connu à Québec et nous

espérons que nos appels à l'aide seront entendus », déclare Stéphane Maher qui souligne du même souffle que le député de Saint-Jérôme, Youri Chassin, a reconnu l'urgence de se pencher sur ce dossier.

INIQUITÉ

Au fil des ans, le manque à gagner se chiffre à près de 50 M\$ pour Saint-Jérôme. En raison de la forte pression qu'elle subit à titre de capitale régionale et considérant que Saint-Jérôme compte sur son territoire un hôpital avec une aile psychiatrique, une prison, deux centres de réinsertion sociale dont un pour les délinquants sexuels, le palais de justice régional, six écoles secondaires, un cégep et une université, l'iniquité représente un frein sérieux quant au développement de la ville.

En 2011, le gouvernement libéral a reconnu dans le préambule du projet de loi 31 (Loi modifiant diverses dispositions concernant l'organisation des services policiers) cette iniquité et a suggéré une approche visant à la corriger. « Il est inacceptable que nos citoyens payent à l'heure actuelle la totalité de la facture de leur Service de police en plus de contribuer au financement de la Sûreté du Québec par l'intermédiaire de leurs impôts versés au provincial », souligne le maire.

Ce dernier invite le gouvernement actuel à revoir la loi de façon à respecter la capacité de payer des contribuables de Saint-Jérôme.

Joyeuses Fêtes

Besoin d'une idée cadeau ?

Demandez à votre conseillère de vous parler de nos cartes cadeaux.
Couvrez la chance de gagner une croisière d'une valeur de 5000\$



clubvoyages^{MC}
www.clubvoyages.com/jaro Jaro

CENTRE-VILLE DE SAINT-JÉRÔME
450 431-1311 / 1-877-471-1311

50 ans de passion pour le monde!



									
MAUDE Directrice 222	FABIENNE poste 223	SONIA poste 224	JINNY poste 225	SABIE poste 225	VÉRONIQUE poste 228	CATHERINE poste 229	NADINE poste 230	NANCY poste 231	HÉLÈNE poste 231

BAGS BLEUS ET BRUNS PEINTURÉS

Sainte-Sophie saisit des bacs non conformes

FRANCE POIRIER – Le conseil municipal a décidé d’agir sur une situation qui perdure depuis longtemps concernant les bacs bleus et les bruns peints par des citoyens pour les utiliser à d’autres fins que le recyclage ou le compostage.

PHOTO : COURTOISE



En une semaine, plus d’une centaine de bacs peints ont été saisis par la municipalité de Sainte-Sophie.

Les dirigeants ont décidé de faire ramasser tous les bacs qui ont été peints à des fins autres que leur mission, car le règlement 1013 stipule que l’occupant est responsable de conserver son bac dans un bon état et il est aussi responsable des dommages causés par la négligence ou par une mauvaise utilisation. Ceci n’inclut pas s’ils sont brisés par l’entreprise qui les vident.

Dans le règlement, il est aussi écrit que l’occupant devra défrayer le coût de son remplacement et de plus il est passible d’une amende de 200\$.

« Les bacs bleus et les bacs bruns sont payés par la Municipalité, donc par l’ensemble des contribuables, et fournis à toutes les résidences. Ceux-ci n’appartiennent pas aux propriétaires. Ils sont associés à l’adresse civique. Lorsque les gens déménagent, le bac bleu et le bac brun doivent demeurer à la résidence pour les prochains occupants », souligne la mairesse Louise Gallant.

UNE CENTAINE DE BAGS RAMASSÉS

En une semaine de ramassage, plus d’une

centaine de bacs illégaux ont été saisis.

« En ce moment, nous tentons de trouver une solution afin de remettre ces bacs dans un bon état et les redistribués aux adresses où nous les avons saisis afin qu’ils soient utilisés pour les bonnes raisons! Certains citoyens m’ont dit que lorsqu’ils sont déménagés, les bacs étaient déjà comme cela. Je les crois, mais dans cette situation, il faut en aviser la municipalité pour que le tout soit corrigé et conforme », a expliqué la mairesse.

Une lettre devrait être envoyée à tous les citoyens pour les informer du règlement qui doit être respecté par tous.

UMBERTO TOMEI DENTUROLOGISTE
2899, boul. Labelle, Prévost (Couche-Tard)

2 prothèses dentaires acrylique À partir de **1200\$**

Service à domicile pour personne à mobilité réduite
Consultation gratuite. Valable du 19 au 28 décembre 2018

450 560-1148

MAINTENANT!
VENTE D'APRÈS NOËL

1000\$
EN BONI

OU

PNEUS D'HIVER SANS FRAIS



*SUR MODÈLES SÉLECTIONNÉS.

ICI PAS DE CACHETTES!

TOUJOURS UNE TRANSACTION TRANSPARENTE



SORENTO LX FWD 2019

BIEN EQUIPPÉ À PARTIR DE

27 895\$ + TAXES





SPORTAGE LX FWD 2019

BIEN EQUIPPÉ À PARTIR DE

25 995\$ + TAXES

*CERTAINES CONDITIONS S'APPLIQUENT. PHOTOS À TITRE INDICATIF. DÉTAILS EN CONCESSION.

5 ANS

/GARANTIE 100000 KM
/ASSISTANCE ROUTIÈRE KM ILLIMITÉS

- GARANTIE COMPLÈTE
- 100% TRANSFÉRABLE
- GARANTIE SUR LE GROUPE MOTOPROPULSEUR
- ASSISTANCE ROUTIÈRE PARTOUT EN AMÉRIQUE DU NORD



Le pouvoir de surprendre

1 833 589-0559 • KIALAURENTIDES.COM

2352, BOUL. DU CURÉ-LABELLE, ST-JÉROME • 117 NORD - SORTIE 45

PROGRAMME D'HYDRO-QUÉBEC

Un appui de 404 500 \$ pour le Parc du Lac Jérôme

FRANCE POIRIER – Hydro-Québec, par l'entremise de son Programme de mise en valeur intégrée (PMVI), a remis à la Ville de Saint-Jérôme un montant de 404 500 \$ pour assurer la pérennité du Parc du Lac Jérôme.

C'est en accueillant le poste de transformation de Saint-Jérôme que la Ville peut bénéficier de cet appui provenant du PMVI d'Hydro-Québec.

Ce poste a été construit dans le secteur Bellefeuille, afin de soutenir la croissance de la Ville de Saint-Jérôme et de la MRC de La Rivière-du-Nord.

« Nous tenons à ce que l'implantation de nos équipements de transport d'électricité soit une occasion de participer au développement des collectivités. Hydro-Québec est donc fière d'appuyer les actions concrètes de la Ville de Saint-Jérôme visant, à la fois, à protéger et à rendre accessible à sa population, un vaste espace vert situé en milieu urbain. Le projet de réfection du barrage contribuera à assurer la pérennité du Parc du lac Jérôme », a mentionné Dominique Chartier, d'Hydro-Québec TransÉnergie.

La Ville de Saint-Jérôme a procédé cet automne à des travaux de réhabilitation et de mise aux normes de la digue du lac Jérôme,



Dominique Chartier, directrice Gouvernance et stratégies d'affaires d'Hydro-Québec TransÉnergie, Stéphane Maher, maire de Saint-Jérôme et Robert Carrière, attaché politique du député de Saint-Jérôme, Youri Chassin.

et ce, afin d'assurer la protection de ce qu'elle considère comme un joyau jérômien. Requis

par le ministère du Développement durable, de l'Environnement et de la Lutte contre

les changements climatiques, les travaux permettront notamment de rehausser le niveau de l'eau du lac et d'améliorer sa qualité. La Ville a mis de l'avant des mesures pour minimiser l'impact des travaux sur l'environnement.

« Dans le cadre de son ambitieux Plan stratégique Destination 2020 et dans sa volonté de réduire son empreinte écologique, la Ville de Saint-Jérôme est fière de mettre en œuvre des pratiques concrètes en matière de gestion environnementale. Je tiens à remercier Hydro-Québec pour son engagement envers les collectivités », a souligné Stéphane Maher.

Rappelons que le PMVI s'applique dans le cadre des nouveaux projets visant le transport d'électricité. Hydro-Québec met à la disposition des municipalités et des MRC concernées par un tel projet un crédit équivalant à 1% de la valeur initialement autorisée du projet afin de soutenir des réalisations durables répondant à des besoins collectifs.

LES CINÉMAS CARREFOUR DU NORD
LE GRAND ÉCRAN À PETITS PRIX!

LES MARDIS 6.25\$

LES MERCREDIS 7.75\$

LES APRÈS-MIDIS 8.75\$

LES JEUDIS 2 POUR 1 SUR PRÉSENTATION DU COUPON

*Veuillez valider sur les films 3D, la salle 3DV, Les films 3D/4D, 4D/5D, 4D/6D, 4D/7D, 4D/8D, 4D/9D, 4D/10D, 4D/11D, 4D/12D, 4D/13D, 4D/14D, 4D/15D, 4D/16D, 4D/17D, 4D/18D, 4D/19D, 4D/20D, 4D/21D, 4D/22D, 4D/23D, 4D/24D, 4D/25D, 4D/26D, 4D/27D, 4D/28D, 4D/29D, 4D/30D, 4D/31D, 4D/32D, 4D/33D, 4D/34D, 4D/35D, 4D/36D, 4D/37D, 4D/38D, 4D/39D, 4D/40D, 4D/41D, 4D/42D, 4D/43D, 4D/44D, 4D/45D, 4D/46D, 4D/47D, 4D/48D, 4D/49D, 4D/50D, 4D/51D, 4D/52D, 4D/53D, 4D/54D, 4D/55D, 4D/56D, 4D/57D, 4D/58D, 4D/59D, 4D/60D, 4D/61D, 4D/62D, 4D/63D, 4D/64D, 4D/65D, 4D/66D, 4D/67D, 4D/68D, 4D/69D, 4D/70D, 4D/71D, 4D/72D, 4D/73D, 4D/74D, 4D/75D, 4D/76D, 4D/77D, 4D/78D, 4D/79D, 4D/80D, 4D/81D, 4D/82D, 4D/83D, 4D/84D, 4D/85D, 4D/86D, 4D/87D, 4D/88D, 4D/89D, 4D/90D, 4D/91D, 4D/92D, 4D/93D, 4D/94D, 4D/95D, 4D/96D, 4D/97D, 4D/98D, 4D/99D, 4D/100D

VOTRE CINÉMA VOUS GÂTE. PROFITEZ-EN!

POUR CONSULTER NOTRE HORAIRE CINEMAST-JEROME.COM

TÉLÉPHONE: 450-436-5944

AUTOROUTE DES LAURENTIDES, SORTIE 45

DU 26 DÉCEMBRE AU 7 JANVIER (À L'EXCEPTION DU JOUR LE L'AN)

LE CINÉMA CARREFOUR DU NORD EST HEUREUX DE VOUS OFFRIR DES PROJECTIONS DÈS

10H LE MATIN

LA GRILLE TARIFAIRE HABITUELLE S'APPLIQUE.

CONSULTEZ L'HORAIRE EN LIGNE AU CINEMAST-JEROME.COM OU DANS LES JOURNAUX

5 Saveurs Un *Joyeux Noël* et une *Bonne Année* à toute notre clientèle *full frais*

Circulaire du 20 au 26 décembre 2018

CHOU FLEUR GR12
BROCOLI GR18



2/5\$

AVOCAT ET MANGUE



79¢ /ch

POIRE BARTLETT



99¢ /lb

JUS D'ORANGE MAISON
AVEC OU SANS PULPE
2.63L



3.99\$ /ch

Les tortellinis SAUCE ROSÉE
FORMAT FAMILIAL
1.3KG

11.99\$ /ch



POMME EMPIRE
Vergers Martin Troitier St-Joseph du Lac



89¢ /lb

CONCOMBRE ANGLAIS



99¢ /ch

MELON D'EAU ENTIER OU COUPÉ



79¢ /lb

CITRONS



6/2.99\$

ORANGES SANS PÉPINS



12/2.99\$

Notre fameuse tourtière PORC et BOEUF
600G

8.99\$ /ch



ÉCHALOTES



3/2\$

POIVRON VERT



1.99\$ /lb

TOMATES RAISINS CASSEAU



2/5\$

KIWIS ET LIMES



8/2\$

ANANAS GOLDEN



2/5\$

Le ragoût de BOULETTES
1L

11.99\$ /ch



Rôti de lapin farci aux pruneaux
(Recette et sauce maison disponible en magasin)

9.99\$ /lb



6.99\$ /ch

OKA ET OKA CLASSIQUE
50% de rabais
11.99\$ /lb

5SAVEURS.COM
facebook.com/5saveurs

RÔTI DE DINDE NATURE OU FARCIS



6.99\$ /lb

FONDUE CHINOISE AU BOEUF FRAÎCHE



9.99\$ /lb

FILET DE SAUMON CANADIEN FRAIS (QUALITÉ TARTARE ET SUSHI)



11.99\$ /lb

BRIE ET CAMEBERT L'EXTRA 170G



4.99\$ /ch

CHÂTEAU DE BOURGOGNE 200G



7.99\$ /ch

OLD AMSTERDAM



19.99\$ /lb

CENDRÉ DE LUNE 200G



5.99\$ /ch

JAMBON BLANC CHAMPENOIS "COCHONNAILLES"



11.99\$ /lb

OEIL DE RONDE FUMÉ "DÉLI CLASSIC"



7.99\$ /lb

CRETONS ALLÉGÉS (PORC ET VEAU)



5.99\$ /lb

PÂTES ASSORTIS "BELLE BRÉTAGNE" 150G



2/5\$

CŒUR DE PALMIER TOUSAIN 398 ML



2/5\$

BOUILLON AU BOEUF, POULET ET LÉGUMES Ilios 946 ML



2/4\$

CŒUR D'ARTICHAUT Ilios 398 ML



2/4\$

DATTES FRAÎCHES CEDAR 550 G



3.99\$ /ch

www.5saveurs.com - 2160, BOUL. CURÉ-LABELLE, ST-JÉRÔME - 450-569-9819 CIRCULAIRE DU 20 AU 26 DÉCEMBRE 2018
LUNDI, MARDI & MERCREDI : 8H30 À 19H - JEUDI & VENDREDI : 8H30 À 21H - SAMEDI & DIMANCHE : 8H30 À 19H





Chronique affaires et économie

JEAN-CLAUDE TREMBLAY, MBA

Collaboration spéciale

JCTREMBLAY@COGITAS.CA

LUCRATIVES FESTIVITÉS

2.44 Milliards. C'est le budget alloué pour les fêtes cette année, selon le Conseil québécois du commerce de détail. Le montant moyen dépensé par ménage en cadeaux et autres frais reliés aux célébrations sera de 669 \$. La région ne sera pas en reste, tout le monde va y goûter : les consommateurs vont payer, certains commerçants vont récolter et d'autres vont carrément passer à côté.

LA DERNIÈRE CHANCE POUR CERTAINS COMMERCES

On a tendance à l'oublier, mais beaucoup réalisent une importante partie de leur chiffre d'affaires durant le temps des fêtes. Alors que certains parlent du quart de leurs revenus générés durant cette période, d'autres parlent de près de la moitié de leur

année en à peine quelques semaines – bonjour la pression! C'est pourquoi il est malheureusement coutume de voir plusieurs commerces fermer leurs portes dans le cruel mois de janvier, alors que le marché ralentit et les cartes de crédit des clients sont surchargées.

LA CIGALE ET LA FOURMI

La vie d'une entreprise se déroule à vitesse grand V, tellement que l'entrepreneur type n'a pas toujours le temps ni les ressources pour s'occuper de planification et de stratégie. Tristement, plusieurs se laissent accaparer par la réalité opérationnelle telle une cigale préoccupée par son plaisir immédiat. Or, prendre le temps de planifier, de créer, de se ressourcer afin de trouver des



façons d'aplanir cette courbe des fêtes, c'est vital. Comme la fourmi qui travaille sans relâche dans le présent pour assurer son futur, l'entrepreneur doit trouver le moyen de travailler « sur » son entreprise, et non « dedans », comme je le dis souvent.

RÉVEILLEZ-VOUS!

Non, ce n'est pas le titre d'un célèbre dépliant qu'on tente de vous remettre en sonnant à votre porte un dimanche matin! Je fais plutôt référence au fait que plusieurs commerçants vivent sur du temps emprunté. Ça fait des années que les études nous disent que les Québécois tardent à magasiner en ligne, mais il viendra un temps où les études diront le contraire, et ce temps coïncidera avec une foule de fermetures – provenant essentiellement de ceux qui n'auront pas pris le virage.

Que vous soyez un bureau d'avocats, un OBNL, un restaurant ou une agence de voyages qui a pignon sur rue – Il est grand temps de vous adapter et d'apprendre l'art de conjuguer « briques et mortier » et « virtualité ». Le modèle de vente en ligne ne convient pas (encore) à tous les types d'entreprises, mais la synergie à créer entre l'expérience virtuelle et celle physique est essentielle, car il en va de la pérennité des organisations.

VIRAGE NUMÉRIQUE : LA FIN DES MAGASINS ?

Pas du tout! J'insiste auprès des clients que je conseille : il ne s'agit pas de fermer les points de vente physiques, mais plutôt de redéfinir leur vocation. Conséquemment,

le pied carré devra diminuer, et les inventaires devront être drastiquement coupés au profit de la variété, dont le fruit sera livré, et non prêt à emporter. Par exemple, un magasin de chaussures pourra avoir un seul inventaire « vitrine » de tous les souliers, de toutes les couleurs, dans toutes les pointures disponibles – le client viendra pour vivre une expérience, découvrir, essayer et sélectionner – après coup, il recevra sa paire chez lui le surlendemain.

Cette méthode rendra obsolète le concept d'arrière-boutique, éliminera les coûts farmineux pour supporter un large inventaire, et réglera la complexité de la gestion logistique. Ainsi donc, le but ultime du point de vente « brique et mortier » sera d'offrir une expérience exceptionnelle, mais principalement humaine, ce que le web ne pourra jamais offrir, du moins pas en face à face.

Le célèbre fabricant de manteaux Kanuk est un exemple éloquent : l'an dernier il a ouvert un point de vente éphémère, dans lequel il a aménagé une chambre froide à -25 °C, afin que les clients puissent essayer ses produits dans des conditions d'hiver plus près de la réalité – ça, c'est de l'ingéniosité!

Profitez de l'après-fête pour vous ressourcer et cogiter sur l'avenir de votre entité. Comme disait Einstein, « L'imagination est plus importante que le savoir » - ne sous-estimer jamais votre pouvoir d'innover, car c'est ce qui vous permettra d'avancer et de prospérer. D'ici là, je vous souhaite un joyeux Noël et une excellente année!



150 ans
D'HISTOIRE ET D'EAU FRAÎCHE!

SAINT-HIPPOLYTE
BELLE NATURELLE

Consultez la programmation complète sur
SAINT-HIPPOLYTE.CA/150ANS

MERCI À NOS PARTENAIRES!

PARTENAIRES MAJEURS
Financé par le gouvernement du Canada | **Canada** | **Desjardins** Caisse de la Rivière-du-Nord | **BAUVAL** SABLES L.G.

PARTENAIRES MÉDIAS
Le Nord | **cime** 103.9 101.5 LAURENTIDES | **INFOS** 1809155

Le Nord | **accès à l'information**

PROPRIÉTAIRE Josée Pilote | DIRECTEUR GÉNÉRAL Claude Labelle | ADJOINTE ADMINISTRATIVE Tania Johns | DIRECTRICE DE L'INFORMATION Joelle Currat | CHEF DE PUPITRE France Poirier | INFOGRAPHIE Chantal St-Julien • Marie-Eve Lapointe • Daniel Calvé Daniel Berthier • Isabelle Ranger | CONSEILLERS PUBLICITAIRES Édith Pelletier • Daniel Filiatrault • Richard Lefebvre • Annie Drouin CRÉATION Pier Savard | CONSEILLÈRE VENTES INTERNES ET EMPLOI Nathalie Paquin | AGENT AUX COMMUNICATIONS, NOUVELLES TECHNOLOGIES ET MULTIMÉDIA Antoine Gascon | OPÉRATIONS ET ADMINISTRATION Josée Ménard • Mélanie Gosselin | IMPRESSION Trans-Mag | DISTRIBUTION Transcontinental | DÉPÔT LÉGAL Bibliothèque nationale du Québec | ADRESSE 177, rue St-Georges, Saint-Jérôme, Qc, J7Z 4Z8 | TÉLÉPHONE 450.438.8383 | journalnord.com

Le Journal Le Nord est publié tous les mercredis à 54 419 exemplaires et distribué gratuitement à Prévost, Saint-Jérôme, Saint-Hippolyte, Sainte-Sophie, Saint-Colomban, Saint-Canot. Le contenu rédactionnel, photographique et publicitaire du Journal Le Nord ne peut être reproduit en tout ou en partie sans autorisation écrite de l'éditeur. 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.

Mon hebdo j'y crois
TIRAGE CERTIFIÉ
HERBOS QUÉBEC INC.

Financé par le gouvernement du Canada | **Canada**

SANTÉ DES JEUNES - LAURENTIDES

Nos ados mangent mieux mais fument plus

LE NORD – Dans les Laurentides, ce sont 3 453 élèves de 33 écoles secondaires qui ont participé à la grande enquête nationale réalisée par l'Institut de la statistique du Québec, dont les résultats ont été dévoilés il y a quelques semaines.



Dans la région, comme au Québec, on observe depuis le premier cycle d'enquête de 2010-2011 une amélioration d'un nombre considérable d'indicateurs de la santé et du bien-être des élèves du secondaire, malgré le recul de certaines saines habitudes de vie et en santé mentale.

Même si nos jeunes présentent des similarités avec les élèves de l'ensemble du Québec, on observe chez eux certaines particularités qui les distinguent. Les thématiques qui abordent la perception de la santé, l'alimentation, le poids, le sommeil et le soutien social ressortent plutôt favorablement par rapport à la province.

En contrepartie, la région présente certaines vulnérabilités en ce qui a trait à l'usage de la cigarette, à la consommation d'alcool et de drogues, ainsi qu'à la santé mentale. Malgré ces distinctions, il est à noter que la région des Laurentides ressemble à plusieurs autres régions ayant un profil sociodémographique similaire.

PLUS DE FRUITS ET LÉGUMES

Les jeunes Laurentiens ont une meilleure perception de leur santé que ceux du Québec, 75 % contre 72 %. Ils consomment plus de fruits et de légumes, 31 % contre 25 %, plus de produits laitiers, 48 % contre 35 %. La région présente une proportion d'élèves consommant de la malbouffe plus faible que dans la province, 19 % contre 24 %. Il en est de même concernant le surplus de poids avec une proportion d'élèves de 18 % contre 21 % pour l'ensemble du Québec.

CIGARETTE, DROGUE ET ALCOOL

On remarque une baisse de la proportion des fumeurs en comparaison avec 2010-

2011, la même tendance qu'au Québec. Par ailleurs, la proportion d'élèves ayant essayé de fumer la cigarette est un peu plus importante qu'au Québec, 23 % contre 20 %. L'utilisation de la cigarette électronique est plus courante chez les élèves de la région comparativement au niveau provincial, 32 % contre 29 %.

La consommation d'alcool et de drogues au cours de la vie est en baisse dans la région et on observe la même tendance au Québec. Toutefois, les élèves des Laurentides présentent des proportions supérieures à celles de la province autant pour la consommation d'alcool qui est de 59 % contre 55 %, que pour la consommation de drogues, 22 % contre 20 %.

PLUS DE DIAGNOSTICS DE SANTÉ MENTALE

On note une baisse de la proportion d'élèves de la région qui présentent des comportements d'agressivité directe, tout comme au Québec. Malgré tout, la violence et l'intimidation sont encore vécues fréquemment à l'école par des jeunes de l'ensemble de la province. Comme au Québec, on constate une augmentation dans la région des diagnostics d'anxiété, de dépression ou de troubles alimentaires combinés, passant de 13 % à 23 %. Les diagnostics de trouble du déficit de l'attention, avec ou sans hyperactivité, sont passés de 16 % à 28 % depuis 2010-2011. La proportion d'élèves ayant reçu un diagnostic d'anxiété, de dépression et de troubles alimentaires est passée de 23 % à 20 %, ceux avec un diagnostic de trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité sont également plus élevés dans la région que dans le reste de la province, soit 28 % contre 23 %.

DUPONT & GIGNAC
CLINIQUE AUDITIVE - AUDIOPROTHÉSISTES

Le temps des fêtes arrive à grands pas !

Si vous avez remarqué, dans les années passées, que vous aviez de la difficulté à comprendre ce qui a été dit, il serait primordial de faire évaluer votre audition pour la période des fêtes.

L'examen auditif est la première étape vers une meilleure audition.

305, rue de Montigny, En face de l'Hôpital de Saint-Jérôme | Saint-Jérôme 450 431-2185

DUPONT & GIGNAC EST MAINTENANT PARTENAIRE DE:

CLINIQUE AUDITIVE
Rive Nord

INFRASTRUCTURES SPORTIVES

Possible stade de baseball de 4,5 millions \$ à Saint-Jérôme

LUC ROBERT, COLLABORATION SPÉCIALE – Un futur terrain de baseball aux dimensions juniors, qui pourrait prendre la forme d'un stade de balle de 1100 sièges, figure dans les cartons des édiles municipaux jérômiens.



Les terrains municipaux situés au nord de l'angle des rues Joseph Fortier et Filion risquent d'accueillir un stade de baseball et un centre aquatique.

Les élus déposeront leur plan directeur des sports de Saint-Jérôme, à la séance du conseil municipal du mardi 19 février 2019. «Il sera possible d'identifier de façon

assez précise toutes les infrastructures du «Quartier des sports», que nous aimerions voir être complété en 2024, au plus tard. Notamment, le futur centre aquatique et le terrain de baseball y seront abordés», a laissé savoir le maire de Saint-Jérôme, Stéphane Maher.

À une certaine époque, la ville de Mirabel s'était montrée intéressée par un centre aquatique commun, à la condition qu'il soit érigé aux limites Sud du secteur Saint-Antoine, afin que les Mirabellois puissent l'utiliser sans se rendre dans les confins Est de Saint-Jérôme, à l'extrémité de la rue Filion.

AVANCÉE PUBLIQUE

Le maire Maher a vendu la mèche du nouveau projet en octobre dernier, lors d'une allocution prononcée au banquet de fin de saison du baseball mineur de Saint-Jérôme, tenu du Buffet des Continents.

«Les plans du terrain de baseball sont prêts depuis longtemps. Il s'agit de voir ce qui est disponible en termes de subventions provinciales. Il y a une série d'infrastructures qui y sont rattachées. Tout cela doit être intégré à la deuxième phase du Quartier des sports».

Une première version d'un projet terrain de balle avait été projetée par l'administration Maher en 2013, mais la reconversion du parc Melançon en terrain de stationnement avait soulevé les passions. Le nouveau terrain serait édifié à l'extrémité de la rue Filion, dans un actuel dépôt sec appartenant à la ville.

«Nous essayons de limiter les coûts, en analysant diverses solutions d'aménagements. Entre autres, la possibilité d'annexer les vestiaires du futur centre aquatique, à ceux d'un stade de baseball. Si nous allons de l'avant avec la construction d'un simple terrain de balle, la facture s'élèverait aux environs de 1,5 million de dollars. Si nous penchons pour le projet d'un stade de baseball de 1100 places, on parlera plutôt d'un budget de 4,5 millions. Il s'agit de faire des projections, en tenant compte de nos besoins à moyen terme», a-t-il poursuivi en entrevue téléphonique.

INSCRIPTIONS CROISSANTES

La nouvelle a réjoui le président du baseball mineur de Saint-Jérôme, Patrick Cloutier.

Suite page 11 »

MERCI À CHACUN
DES **AMATEURS**
ET **SPECTATEURS**
DE BASEBALL
POUR NOTRE
PREMIÈRE SAISON

La fièvre du baseball est à Saint-Jérôme

**Encore quelques
BILLETS DE SAISON 2019
disponible à
25% DE RABAIS**

(Quantité limitée,
réservation via Facebook)

**GENS D'AFFAIRES LES CARDINAUX
ONT BESOIN DE VOTRE SUPPORT**

Soyez au rendez-vous et supporter l'équipe, communiquer par courriel
au cardinaux.stjerome.baseball@gmail.com pour plus de détails.

Suivez-nous sur Facebook pour
tous les détails et nouveautés
lescardinauxdesaintjerome

Le Nord

PARTENAIRE MÉDIATIQUE

>1607087

Actualité

Suite de la page 10 »

«2024, c'est un peu loin, mais on est optimiste. Honnêtement, même en construisant un nouveau parc, on n'aura pas le choix de garder le parc Melançon actif. Juste pour l'année 2019, nous avons la possibilité d'aligner trois équipes midjets (36 joueurs). C'est sans compter le junior BB, qui veut faire un retour, et le midjet AAA, qui aimerait disputer plus de matchs à Saint-Jérôme. Et on ne parle pas encore de notre bantam A, dont le terrain Schulz a des limites pour l'utilisation. L'arrivée éventuelle d'un nouveau terrain aux dimensions juniors n'est définitivement pas un luxe», a-t-il tranché.

Un des problèmes actuels au parc Melançon concerne les plaintes de bruits, logées par les résidents, dont les maisons sont adossées au terrain de balle, sur la rue Parent.

«J'ai questionné la ville à l'effet qu'une bande de condos neufs, situés sur la rue Filion, borde le site envisagé pour le futur terrain de balle. Recevons-nous encore des plaintes contre la musique, l'éclairage et les annonces des frappeurs ? Ils m'ont avoué ne pas s'être encore arrêtés à cet aspect. On était tranquilles avant, aux parcs J.-B. Rolland, Saint-Antoine (route 158), au Domaine Richer et à Sainte-Marcelle, tous des terrains qui ont été convertis», a rappelé M. Cloutier. Quant aux Cardinaux, de la LBMQ, ils croient en la nécessité d'un nouveau stade.

«Pour nous, si le projet se limite à un simple terrain, ça ne sera pas suffisant. Avec un stade, il faut penser au niveau régional», a insisté le copropriétaire des Cardinaux, François Rousseau.



En 2013, un projet en trois étapes était à l'étude :

- 1) la construction d'un stade de baseball;
- 2) la rénovation de l'aréna Melançon, devenu l'I.R.S.;
- 3) l'introduction d'un stationnement à la place du parc de balle Melançon.

Lors d'une réunion d'explications du projet, à la résidence Campeau, les esprits s'étaient échauffés au sujet d'éventuelles coupures d'arbres, au parc Melançon, même si les autorités prévoyaient reboiser les alentours d'un éventuel stationnement.

Le nouveau projet, au dépôt sec de la rue Filion, inclura la relocalisation des montagnes de «poussières de pierre» (gravillons) et de peat moss (mousses), entreposées sur place.



SUIVEZ-NOUS
facebook.com/
journallenordstjerome

Des fêtes savoureuses avec

lesetals



RÉSERVEZ VOTRE BÛCHE DE NOËL

PLATEAU DE CREVETTES
1lb / gr: 31-40
Avec sauce cocktail

16⁹⁹\$
ch



CANNEBERGES FRAÎCHES
Sac de 350 g

2⁵⁹\$
ch



LAITUE ROMAINE

1²⁹\$
ch



LANNIÈRES DE BOEUF
À raclette

7⁹⁹\$
lb



JAMBON FORÊT NOIRE
Alpina

9⁹⁹\$
lb



RAISINS ROUGES
sans pépins

1⁹⁹\$
lb



MOUSSE DE FOIE DE VOLAILLE AU PORTO
Canabec

12⁹⁹\$
lb



RÔTI DE PORC
Assaisonné, prêt à cuire

3⁹⁹\$
lb



CHOU-FLEUR

1⁹⁹\$
ch



CHÂTEAU DE BOURGOGNE

4²⁹\$
100g



LE FOU DU ROY
Les chevaliers de la Table Ronde

3⁵⁹\$
100g



PAIN CANNEBERGES ET GRAINES DE CITROUILLE,
500g

3⁹⁹\$
ch



PATATES DOUCES

99¢
lb



CONCOMBRE ANGLAIS

99¢
ch



CITRON
gr: 100

2/99¢



SPÉCIAUX EN VIGUEUR DU JEUDI 20 DÉCEMBRE AU MERCREDI 26 DÉCEMBRE 2018

19-20 déc. 8h-20h | 21 déc. 8h-21h | 22-23 déc. 8h-19h | 24 déc. 8h-18h | Noël et jour de l'An 10h-18h
26 déc. 11h-19h / 27-28 déc. 8h-20h / 29-30 déc. 8h-19h / 31 déc. 8h-18h / Mer. 2 Jan. 11h-19h

3 janvier, retour à l'horaire habituel: Sam. à Merc. 8h00-19h | Jeu. et Vend. 8h00-20h

140, rue Bélanger, St-Jérôme | 450 432-1213

lesetals.com



SAINT-HIPPOLYTE

Une 9^e année sans hausse du taux de taxation

FRANCE POIRIER – Le maire de la municipalité de Saint-Hippolyte, Bruno Laroche a présenté le budget pour 2019 lors d'une assemblée spéciale tenue le 10 décembre dernier, accompagné de la conseillère municipale responsable des finances Jennifer Ouellette.

Le maire a rappelé que ce budget est le 9^e sous son administration sans aucune augmentation de la taxe foncière qu'il explique grâce à une gestion rigoureuse. « Nous mettons tout en place pour présenter un budget qui demeure le fidèle reflet des enjeux et de la réalité économique de notre Municipalité, mais également de nos engagements et de nos valeurs. L'amélioration de notre milieu de vie et la qualité des services offerts aux citoyens, dans un contexte d'optimisation des ressources et de resserrement des dépenses, ont dicté nos orienta-

tions financières cette année. Le cadre dans lequel fut réalisé ce budget illustre l'excellente santé financière dans laquelle se trouve notre Municipalité à l'heure actuelle. Cette situation financière plus qu'enviable, nous la devons aux rigoureuses démarches d'analyse et de réflexion qui caractérisent chacun de ces exercices budgétaires. »

BUDGET DE 13,7 M\$

Pour l'année 2019, le budget totalise 13 700 111 \$ incluant le gel de la taxe foncière maintenu au taux de 0,67 \$ du

100 \$ d'évaluation et le taux de la taxe de base sur les immeubles non résidentiels à 1,10 \$ du 100 \$ d'évaluation.

TARIFICATIONS À LA HAUSSE

La Municipalité a fait face à une augmentation de certains tarifs qui l'auront forcée à procéder à une indexation de coût de son côté. Parmi ces augmentations de tarifications, notons la hausse de 32 566 \$ de la contribution à la Sûreté du Québec qui passe à 1 848 366 \$, soit 13,49 % du budget annuel de la Municipalité. Le renouvellement, en 2019, du contrat de vidange des fosses septiques a connu une hausse de 15 %, alors que l'amorce du paiement du service de la dette sur l'acquisition des bacs bruns (collecte des matières organiques) et l'indexation du contrat de la collecte

constituent des dépenses additionnelles de l'ordre de 75 000 \$.

« Si aucune augmentation de tarif n'avait été imposée sur le compte de taxes pour les vidanges de fosses depuis 2011 et sur la collecte des matières résiduelles depuis 2013, les coûts ont, quant à eux, largement augmenté. Dans ce contexte, l'indexation du prix par porte devenait nécessaire et c'est pourquoi la tarification pour le service de la collecte augmentera de 155 \$ à 185 \$ et de 70 \$ à 90 \$ pour la vidange des fosses septiques cette année.

Pour prendre connaissance de l'ensemble du budget 2019 et du discours du budget, on peut visiter le saint-hippolyte.ca/vie-municipale/finances.

BUDGET

Sainte-Sophie gèle les taux de taxation

FRANCE POIRIER – La mairesse Louise Gallant a annoncé, le 11 décembre dernier, lors de la présentation du budget, que l'administration municipale maintenait les taux de taxation au même coût pour une cinquième année consécutive.

Ainsi le taux par 100 \$ d'évaluation pour les immeubles résidentiels est de 0,659 \$, pour les immeubles non résidentiels, il est maintenu à 0,795 et pour les industries, le taux demeure à 0,761 \$.

La taxe d'eau et d'égout pour le secteur du village est de 351 \$, la taxe d'eau pour le secteur du Domaine Pineault est de 180 \$ et la taxe pour les ordures, les matières recyclables et les matières organiques putrescibles est de 198 \$.

BUDGET

Le budget 2019 s'élève à 18 777 301 \$, en hausse de 6 % par rapport à l'année

dernière, dont près de 3% sont affectés au réseau routier, 1,5 % pour le coût des services de la Sûreté du Québec et la différence est répartie dans l'ensemble.

L'équilibre budgétaire a été complété par l'affectation d'un montant de 785 975 \$ du surplus accumulé.

« Nous envisageons de manière optimiste l'année 2019. C'est avec confiance que nous continuerons, ensemble, à poser des gestes réfléchis et concrets pour assurer un milieu de vie qui répond aux attentes et à la capacité de payer des citoyens », a conclu la mairesse.

Promotion de Noël

THÉÂTRE GILLES-VIGNEAULT

Desjardins

2 billets pour

40\$
50\$
60\$
70\$

Achetez vos billets!

- > theatregillesvigneault.com
- > 118, rue de la Gare, Saint-Jérôme
- > Visitez-nous au Carrefour du Nord jusqu'au 24 décembre

Restez informés

1800152

Venez rencontrer gratuitement un de nos denturologistes sur présentation de ce coupon

Expiration 1^{er} février 2019

Carrefour de la Denturologie

Denturologistes	M. Michel Berthiaume, d.d. Mme Geneviève Bruneault, d.d. M. Vincent Tourigny, d.d.	- Prothèses sur implants - Prothèses complètes - Prothèses partielles - Réparation de prothèses
Dentiste	Dr. Yvan Tesolin, dmd	

- Pose de vos implants dentaires sur place

Prothèses personnalisées et laboratoire sur place

Joyeuses Fêtes!

CARREFOUR DE LA DENTUROLOGIE

954, rue Labelle, Saint-Jérôme (coin boulevard Lajeunesse)

450.436.1515

www.carrefourdenturologie.com

Accord 24 heures

1800152



**ALBI
mazda
.COM**

1 855 856-2524

TOUTE L'ÉQUIPE VOUS SOUHAITE DE

Joyeuses fêtes !

AINSI QU'UNE

Bonne et heureuse année 2019

>1606439



CCISJM

CHAMBRE DE COMMERCE ET D'INDUSTRIE
SAINT-JÉRÔME MÉTROPOLITAIN

LA PAGE

CHAMBRE DE COMMERCE ET INDUSTRIE SAINT-JÉRÔME MÉTROPOLITAIN

MOT DE LA CHAMBRE



Chères lectrices, Chers lecteurs,

Nous sommes à quelques jours de Noël et du début de la nouvelle année. C'est le moment de faire le bilan des réalisations des derniers mois et des projets de 2018. Moi-même et l'équipe de la CCISJM sommes fiers de ce que nous avons accompli, lors de la dernière année, et ce, avec le soutien de nos fidèles partenaires ainsi que l'implication et l'engagement de nos membres. Pour la nouvelle année, nous travaillerons encore plus fort afin de continuer de faire rayonner notre merveilleuse communauté d'affaires et de soutenir nos

entreprises d'ici. Je profite donc de l'occasion pour vous souhaiter, à vous tous et vos familles, de joyeuses fêtes et une année 2019 à la hauteur de vos attentes.

Au plaisir de vous revoir et à l'année prochaine,
Carmen Sanchez, MAP
Directrice générale

ÉVÉNEMENTS À VENIR

Lancement des inscriptions Gala Zénith 2019

La Chambre de commerce et d'industrie de Saint-Jérôme métropolitain est heureuse de lancer aujourd'hui la période de mise en candidature pour la 44^e édition de son Gala Zénith, co-présenté par la Fondation de l'Académie Lafontaine et Dunton Rainville. L'événement se tiendra le samedi 27 avril 2019, à l'Académie Lafontaine. Sous le thème «120 ans d'entrepreneuriat», **cette année marquera en effet les 120 ans d'existence de la CCISJM.**

Cette prestigieuse soirée reconnaissance est l'événement de l'année afin de récompenser les accomplissements exceptionnels de nos entreprises locales. Toutes les entreprises ou organismes détenant une place d'affaires sur le territoire de la MRC de La Rivière-du-Nord et qui sont membres de la CCISJM, sont invitées à déposer leur candidature, dans l'une ou l'autre de nos 14 catégories d'ici le **vendredi 20 février 2019**. Une plateforme d'inscription entièrement en ligne est présentement disponible sur le site de la CCISJM afin de faciliter le processus de dépôt des candidatures. Cette année, nous innovons avec une formule «entrevue», alors que l'entreprise devra se faire valoir devant un jury au cours d'un échange de 15 minutes. En effet, la sélection des finalistes et des lauréats sera effectuée par le biais d'entrevues qui se tiendront du 25 février au 1^{er} mars 2019. Tous les détails et les indications quant à la préparation et au déroulement de ces entretiens vous seront transmis lors de l'inscription.

PORTRAIT / MINI BIO



Depuis plus de 30 ans, Moisson Laurentides, banque alimentaire de sa région, en partenariat avec sa communauté, combat la faim et nourrit l'espoir. Moisson Laurentides par ses opérations récupère quotidiennement des quantités importantes de denrées. La cueillette quotidienne des denrées contribue à diminuer le gaspillage et à détourner des sites d'enfouissement des

aliments propres à la consommation. Tous les jours, Moisson Laurentides lance ses camions réfrigérés sur les routes du territoire pour faire la tournée des fournisseurs. Ensuite de retour à l'entrepôt, le processus commence par l'inventaire, le tri et la mise en boîte des denrées reçues. Ensuite, les denrées sont distribuées aux organismes en fonction du nombre de familles desservies par chacun. Ce partage permet aux 75 organismes desservis chaque mois, dont près du quart (16) sont situés dans la MRC de La Rivière-du-Nord, d'aider près de 20 000 personnes à se nourrir chaque jour.

À RETENIR / LE CHIFFRE DU MOIS / À SURVEILLER

Notre traditionnel *Super Tournant* se tiendra en février prochain. Une nouvelle thématique sera mise de l'avant, cette année. C'est l'événement de réseautage de la nouvelle année à ne pas manquer!

CHAMBRE DE COMMERCE ET D'INDUSTRIE ST-JÉRÔME MÉTROPOLITAIN

236, RUE PARENT, BUREAU 20, SAINT-JÉRÔME (QUÉBEC) J7Z 1Z7 • 450-431-4339 • WWW.CCISJM.COM

NOTRE MAGASIN

pour Noël



Sortie 45, autoroute
15 Nord, St-Jérôme
canadiantire.ca 450 438-3506

Ici, on forme les
leaders du dévelop-
pement économique,
social et de la santé.



CAMPUS DE
SAINT-JÉRÔME



>1808770

DUNTON RAINVILLE
AVOCATS et NOTAIRES

LA FORCE D'UNE PASSION

DUNTON RAINVILLE
POURSUIT SON EXPANSION
À SAINT-JÉRÔME

Une gamme complète de
services juridiques offerts aux
entreprises de la région

490, rue Lavolette
Saint-Jérôme (Québec) J7Y 2T9
450 431-0705

Membre de
SCG LEGAL
Un réseau mondial
de cabinets d'avocats
de premier plan

duntonrainville.com

Nos Meilleurs Vœux

en chansons



MANOIR LES RETROUVAILLES ST-JÉRÔME

Formule tout inclus 1904\$ /mois

Que les fêtes de Noël et du Nouvel an demeurent une occasion d'heureuses rencontres et d'échanges au cœur de vos familles!

*Grand studio 1 1/2. Inclus le crédit d'impôt de 521\$/ms pour les personnes de 70 ans et plus. Consultez le lien sur notre site internet. www.manoirlesretrovailles.ca

Résidence pour personnes âgées autonomes et semi-autonomes offrant tous les services pour votre confort et sécurité

Service d'hôtellerie pour vous

- Repas avec service aux tables trois fois par jour
- La collation libre-service à volonté au bistro
- Entretien ménager une fois semaine
- Lessive chaque semaine sera lavée, séchée, pliée et serrée
- Gestion de vos médicaments
- Et bien plus informez-vous

905, boul. des Laurentides
Saint-Jérôme (Secteur St-Antoine)

450 431-7555

www.manoirlesretrovailles.ca





VIVE LE VENT

Sur le long chemin
 Tout blanc de neige blanche
 Un vieux monsieur s'avance
 Avec sa canne dans la main
 Et tout là-haut le vent
 Qui siffle dans les branches
 Lui souffle la romance
 Qu'il chantait petit enfant

(Refrain)

Vive le vent, vive le vent,
 Vive le vent d'hiver
 Qui s'en va sifflant, soufflant
 Dans les grands sapins verts.
 Vive le temps, vive le temps,

Vive le temps d'hiver
 Boules de neige et jour de l'an
 Et bonne année grand-mère.

Et le vieux monsieur
 Descend vers le village
 C'est l'heure où tout est sage
 Et l'ombre danse au coin du feu
 Mais dans chaque maison
 Il flotte un air de fête
 Partout la table est prête
 Et l'on entend la même
 chanson

(Refrain)

Mikes
 TOUJOURS
 DEPUIS 1967
 St-Jérôme

*Toute l'équipe vous souhaite un
 Merveilleux Temps des Fêtes*

24 déc. : 6h30 à 15h	26 déc. : 8h à 23h	1 ^{er} janv. : Fermé
25 déc. : Fermé	31 déc. : 6h30 à 20h	2 janv. : 8h à 23h

340, boulevard des Laurentides, Saint-Jérôme **450 438-5888**



Joyeuses fêtes!

Toute l'équipe se joint à Jérôme
 afin de vous souhaiter un bon temps des fêtes
 et une bonne année 2019!



NOS VIEILLES MAISONS

Si vous voyagez un brin du côté de Saint-Cantin,
Dites boujour à mes parents qui habitent le cinquième rang. Vous pouvez pas les manquer, prenez le ch'min pas pavé. Près d'la maison vous verrez: y'a une croix qu'on a plantée... En vous voyant arriver, m'man ôtera son tablier Et dira: mais entrez donc, passez donc dans le salon. Les planchers tout frais cirés qu'on n'ose à pleine marcher; Un bouquet de fleurs des champs embaume l'appartement.

Que c'est charmant chez nos parents,
Que ça sent bon dans nos vieilles maisons...

Sitôt que vous serez entré, il faudra vous dégreyer; On vous garde pour le souper, car ce soir y'a une veillée. On vide la chambre des garçons, roule le tapis du salon;

Heureux, le père tire une bouffée en attendant les invités. Les voisins arrivent gaiement avec leur douzaine d'enfants; On monte en haut les coucher, cinq par lit, faut les tasser. Quand ils sont tous endormis, on ferme la porte sans bruit; On r'descend le coeur joyeux en attendant les violoneux.

Ah! Que c'est gai dans les veillées!
Ah! Que ça sent bon dans nos vieilles maisons!

Pour ceux qui prennent un p'tit coup, papa sort son caribou; Quand on est bien réchauffé, on s'invite pour danser. Ti-Jean avec Joséphine, le grand Jos et Caroline, Tharèse avec Poléon et puis les maîtres de la maison. C'est Phidème qui va caller le premier set de la veillée. Swingnez-là sur c'plander-là, les gigueux sont un peu las. Tharèse qui étouffait est allée ôter son corset.

Dansons gaiement, c'est le bon temps
Du rigodon dans vos vieilles maisons.

Puis c'est le temps du réveillon, la mère a fait des cretons, Du ragoût d'pattes de cochon, des tourtières et du jambon. Pour dessert y'a sur la table notre bon sirop d'érable, Des beignes, d'la crème d'habitant: les ceintures changent de cran. Après avoir trop mangé qu'on peut à peine souffler,

Des histoires on va conter: rire ça fait digérer...
Déjà cinq heures du matin, la veillée titre à sa fin; On réveille les enfants, on s'dit: au r'voir en bâillant. Au Canada, ça se passe comme ça,

La vie a du bons, dans nos vieilles maisons
C'est la tradition dans nos vieilles maisons...



Ayez du **STIHL** pour Noël



Joies et festivités pour ce temps spécial de l'année
Joyeux Noël!

Fermé les 25-26 décembre et 1^{er}-2 janvier

Dans l'Nord c'est
DESJARDINS SPORT Saint-Jérôme

2075, boulevard Labelle
(route 117) Saint-Jérôme

450 438-8225

www.desjardinsport.com

metro
PLUS

Famille Thibeault

— LA —
DESTINATION
DES **fêtes**

LA FAMILLE THIBEAULT
VOUS SOUHAITE DE
joyeuses fêtes



metro Famille Thibeault
PLUS

430, rue Mgr Dubois
Saint-Jérôme
Ouvert tous les jours de 8h à 22h
450 432-3433

2380, Sainte-Sophie
Sainte-Sophie
Ouvert tous les jours de 8h à 22h
450 436-3476

FRAÎCHEMENT RÉNOVÉ

633, boul. des Laurentides
Saint-Antoine
Ouvert tous les jours de 8h à 22h
450 431-7353

1260, boul. Curé-Labelle
Blainville
Ouvert tous les jours de 8h à 22h
450 435-1279



CHEVALIERS DE LA TABLE RONDE

Chevaliers de la Table ronde
Allons voir si le vin est bon (x2)
allons voir, oui, oui, oui
allons voir, non, non, non
allons voir si le vin est bon (x2)

J'en boirai cinq à six bouteilles
une femme sur mes genoux (x2)

Une femme, oui, oui, oui
une femme, non, non, non
une femme sur mes genoux (x2)

Si je meurs, je veux qu'on
m'enterre dans la cave où y'a du
bon vin (x2)
dans la cave, oui, oui, oui
dans la cave, non, non, non
dans la cave où y'a du bon vin
(x2)

Les deux pieds contre la muraille
et la tête sous le robinet (x2)
et la tête, oui, oui, oui
et la tête, non, non, non
et la tête sous le robinet (x2)

Et les quatre plus grands ivrognes
Porteront les quat' coins du drap
(x2)
porteront, oui, oui, oui
porteront, non, non, non
porteront les quat' coins du drap
(x2)

Et si le tonneau se débonde
j'en boirai jusqu'à mon loisir (x2)

J'en boirai, oui, oui, oui
jen boirai, non, non, non
j'en boirai jusqu'à mon loisir (x2)

Et s'il en reste quelques gouttes
ce sera pour nous rafraîchir (x2)

Ce sera, oui, oui, oui
ce sera, non, non, non
ce sera pour nous rafraîchir (x2)

Sur ma tombe je veux
qu'on inscrive
ici gît le roi des buveurs (x2)
ici gît, oui, oui, oui
ici gît, non, non, non
ii gît le roi des buveurs (x2)



UNIVERSO
Salon de coiffure pour Elle & Lui
SANS RENDEZ-VOUS

DEPUIS 21 ANS

HORAIRE DES FÊTES DU 17 AU 22 DÉCEMBRE
LUNDI au VEND.: 9H À 20H
SAMEDI: 8H À 16H
LUNDI 24 DÉC.: 8H À 16H
FERMÉ: 25, 26 déc. ET 1^{er}, 2 janv.

GALERIES DES LAURENTIDES (entrée 3)
500, boul. des Laurentides, Saint-Jérôme
450 438-3340

CERTIFICAT CADEAU DISPONIBLE

BINGO DES LAURENTIDES

Un très Joyeux Noël et du bonheur en quantité pour la nouvelle année!

24 décembre: Fermé
3 x 1000\$ /VIP+ les mardis 25 déc. et 1^{er} jan.

Horaires réguliers pour les autres dates
Salle VIP vendredi et samedi

CERTIFICATS CADEAUX EN VENTE 10\$, 15\$ ET 20\$

JackPot progressif au Grand Tour et Petit Tour
Bingo en réseau
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

BLOC Québécois

RHÉAL FORTIN
Député de Rivière-du-Nord

Bureau de circonscription
161, rue de la Gare
Bureau 305
Saint-Jérôme (Québec)
J7Z 2B9
Téléphone : 450 565-0061
rheal.fortin@parl.gc.ca

Suivez-moi sur Facebook et Twitter

La période des fêtes est un temps pour l'émerveillement, le bonheur et la réflexion. Que mes meilleurs vœux vous accompagnent tout au long de l'année!

DONDAINE LA RIDAINE

Par un dimanche au soir,
m'en allant promener {x2}
j'ai rencontré la belle, je lui
ai demandé

Refrain

Dondaine la ridaine,
ma ta patte a li matou
ma tante alou, ma li matou
ma ta patte a li matou,
ma tante alou, laridé! {x2}

J'ai rencontré la belle,
je lui ai demandé {x2}
Je lui ai demandé si elle était
à marier

Refrain

Dondaine la ridaine,
ma ta patte a li matou
ma tante alou, ma li matou
ma ta patte a li matou,
ma tante alou, laridé! {x2}

Je lui ai demandé si elle était
à marier {x2}
non non répondit elle:
pas avec un cordonnier

Refrain

Dondaine la ridaine,
ma ta patte a li matou
ma tante alou, ma li matou
ma ta patte a li matou,
ma tante alou, laridé! {x2}

Non non répondit elle:
pas avec un cordonnier {x2}
car avec son alène, il pourrait
me piquer

Refrain

Dondaine la ridaine,
ma ta patte a li matou

ma tante alou, ma li matou
ma ta patte a li matou,
ma tante alou, laridé! {x2}

Car avec son alène,
il pourrait me piquer {x2}
Sacré mes outils par terre,
maudissant mon métier

Refrain

Dondaine la ridaine,
ma ta patte a li matou
ma tante alou, ma li matou
ma ta patte a li matou,
ma tante alou, laridé! {x2}

Sacré mes outils par terre,
maudissant mon métier {x2}
à part de c' métier-là,
je serais marié

Refrain

Dondaine la ridaine,
ma ta patte a li matou
ma tante alou, ma li matou
ma ta patte a li matou,
ma tante alou, laridé! {x2}

À part de c' métier-là,
je serais marié {x2}
avec la plus belle fille
qu'avait dans le quartier

Refrain

Dondaine la ridaine,
ma ta patte a li matou
ma tante alou, ma li matou
ma ta patte a li matou,
ma tante alou, laridé! {x2}

Avec la plus belle fille qu'avait
dans le quartier {x2}
elle a des sourcils d'or
et des cheveux bouclés

Refrain

Dondaine la ridaine,
ma ta patte a li matou
ma tante alou, ma li matou
ma ta patte a li matou,
ma tante alou, laridé! {x2}

Elle a des sourcils d'or
et des cheveux bouclés {x2}
pis d'autres choses aussi
que j'peux pas vous nommer

Refrain

Dondaine la
ridaine,
ma ta patte a li
matou
ma tante alou,
ma li matou
ma ta patte a li
matou,
ma tante alou,
laridé! {x2}





devient



DENTISTE

La clinique de toute la famille





Joyeuses Fêtes à tous!

HEURES D'OUVERTURE PROLONGÉES
PLUS DE SERVICE

Les Promenades la Salette, 17, boul. la Salette, St-Jérôme 450 569-2255



Chères concitoyennes, chers concitoyens,
nous unissons nos voix pour vous souhaiter
un temps des fêtes empreint de réjouissances.

Joyeux Noël



Marguerite Blais
Députée de Prévost
Ministre responsable des Aînés
et des Proches aidants





Yvri Chassin
Députée de Saint-Jérôme



L'équipe Medyrel
vous souhaite
de Joyeuses Fêtes!

- Orthèses plantaires moulées
- Bas médicaux (Medi, Sigvaris, Baeurfiend)
- Produits pour stomie (Convatec, Hollister, Coloplast)
- Orthèses (poignet, cheville, dos, genou, botte 3D)
- Produits pour l'incontinence (couches, sous-vêtements, piqués, lingettes, gants)
- Aides à la mobilité (fauteuil roulant, marchette, ambulateur, canne, béquille)

Nous serons fermés du 22 au 26 décembre
OUVERT les 27 et 28 décembre 2018
Nous serons fermés du 29 décembre au 2 janvier 2019
De retour jeudi 3 janvier 2019

379, BOUL. DES LAURENTIDES,
SAINT-JÉRÔME (EN FACE DU ULTRAMAR)

450 436-4921



LA POULE À COLIN

Colin a-t-une poule qui pond
tous les matins,
Colin a-t-une poule qui pond
tous les matins,
Elle a été faire sa ponte dans
la cour à Martin.

Refrain

Tu n'entends pas mon lanlire*,
tu n'entends pas mon latin.

tu n'entends pas mon lanlire,
tu n'entends pas mon latin.

Elle a été faire sa ponte dans
la cour à Martin
elle a été faire sa ponte dans
la cour à Martin

Martin a pris sa fourche,
lui a cassé les reins.



Refrain

Martin a pris sa fourche,
lui a cassé les reins,
Martin a pris sa fourche,
lui a cassé les reins,
Il a fait une bonne sauce
pour le dimanche au matin.

Refrain

Il a fait une bonne sauce pour
le dimanche au matin,
Il a fait une bonne sauce
pour le dimanche au matin,
Tout l' mond' de la paroisse
sont venus saucer leur pain.

Refrain

Tout l' mond' de la paroisse
sont venus saucer leur pain,
Tout l' mond' de la paroisse
sont venus saucer leur pain,
Ainsi qu' Monsieur l' curé qui
est venu saucer le sien.

Refrain

Ainsi qu' Monsieur l' curé qui
est venu saucer le sien,
Ainsi qu' Monsieur l' curé qui
est venu saucer le sien,
Trouva la sauce si bonne,
qu'y s'y trempa les mains.

Refrain

Trouva la sauce si bonne,
qu'y s'y trempa les mains,
trouva la sauce si bonne,
qu'y s'y trempa les mains,
des mains, ben, jusqu'aux
coudes, des coudes jusqu'aux
reins.

Refrain

Des mains, ben, jusqu'aux coudes,
des coudes jusqu'aux reins
ds mains, ben, jusqu'aux coudes,
des coudes jusqu'aux reins,
puis il fit perdre la messe à
tous ses paroissiens.

Refrain

Puis il fit perdre la messe à
tous ses paroissiens
puis il fit perdre la messe à
tous ses paroissiens,
à toutes ces bonnes vieilles
qui en ont tant de besoin.

Refrain

À toutes ces bonnes vieilles
qui en ont tant de besoin,
à toutes ces bonnes vieilles
qui en ont tant de besoin,
ainsi finit l'histoire de la poule
à Colin.

Refrain



BIJOUTERIE GIROUX depuis 1931

Offrez l'amour en cadeau

À L'ACHAT D'UNE BAGUE À DIAMANT DE 1 CARAT TOTALITÉ OU PLUS, À PARTIR DE 2 000\$, OBTENEZ UNE MONTRE GRATUITE

BIJOUTERIE GIROUX 322, St-Georges, St-Jérôme 450-432-0404 www.bijouteriegiroux.com
Lundi au vendredi de 9h à 20 h - Samedi & Dimanche de 9h à 17h.

Chers citoyens,
Je tiens à vous offrir mes meilleurs vœux de joie et de bonheur pour la fête de Noël et la nouvelle année. Que cette période de réjouissance soit pour chacun d'entre vous remplie de surprises et de temps de qualité avec les gens aimés. Santé, prospérité et amour pour vous et les vôtres!

Simon Marcil
Député du Bloc Québécois de Mirabel

BLOC Québécois

13 479 Boul. Curé-Labelle,
Bureau 102, Mirabel, J7J 1H1
450-430-5535
simon.marcil@parl.gc.ca

Une nouvelle année, de nouveaux défis 2019

Que 2019 soit à l'image de tout ce que vous désirez.

Joyeuses fêtes!

Desjardins Entreprises

LA ZIGUEZON

M'en va t'à la fontaine
pour y pêcher du poisson
la Ziguezon zin zon (x2)
la fontaine est profonde
je m'suis coulé au fond
la ziguezon zin zon

Refrain

Fille en haut, fille en bas
fille, fille, fille, femme
femme, femme, femme aussi!
pis la bottine - tine - tine
pis le rigolet ha! ha!

Son p'tit porte-clé tout rouillé,
tout rouillé
Son p'tit porte-clé tout rouillé
gaiement (x2)

La fontaine est profonde
je m'suis coulé au fond
la Ziguezon zin zon (x2)
par icitte il y passe
trois cavaliers barons
la Ziguezon zin zon

Refrain

Par icitte il y passe
trois cavaliers barons
la Ziguezon zin zon (bis)
que m'donneriez-vous belle
si j'vous tirais du fond?
la Ziguezon zin zon

Refrain

Que m'donneriez-vous belle
si j'vous tirais du fond?
la Ziguezon zin zon (x2)
tirez, tirez dit-elle
après ça nous verrons
la Ziguezon zin zon

Refrain

Tirez, tirez dit-elle
après ça nous verrons
la Ziguezon zin zon (x2)
quand la belle fut à terre
se sauve à la maison
la Ziguezon zin zon

Refrain

Quand la belle fut à terre
se sauve à la maison
la Ziguezon zin zon (x2)
s'assoit à la fenêtre
compose une chanson
la Ziguezon zin zon

Refrain

S'assoit à la fenêtre
compose une chanson
la Ziguezon zin zon (x2)
mon petit coeur en gage
n'est pas pour un baron
la Ziguezon zin zon

Refrain

Mon petit coeur en gage
n'est pas pour un baron
la Ziguezon zin zon (x2)
mais pour un homme de guerre
qui a du pouel' au menton
la Ziguezon zin zon

Refrain

Fille en haut, fille en bas
fille, fille, fille, femme
femme, femme, femme aussi!
pis la bottine - tine - tine
pis le rigolet ha! ha!

Son p'tit porte-clé tout rouillé,
tout rouillé
Son p'tit porte-clé tout rouillé
gaiement (x2)

MaSanté

c'est tout ce qui compte



**VENEZ RENCONTRER NOS ÉQUIPES
DE PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ !**

HORAIRES DES FÊTES

**NATHALIE BRUNET,
ISABELLE RAYMOND ET
AUDREY ST-GERMAIN,
PROPRIÉTAIRES**

24 DÉC 8H30 À 18H - 25 DÉC 11H À 17H
26 DÉC 9H À 21H - 31 DÉC 8H30 À 18H
1 JAN 11H À 17H - 2 JAN 9H À 21H

(450) 432-9771

**1950, boul. Curé-Labelle,
Saint-Jérôme**

Brunet plus

**JEAN NORMAND,
PROPRIÉTAIRE**

24 DÉC 8H30 À 16H - 25 DÉC FERMÉ
26 DÉC 9H À 18H - 31 DÉC 8H30 À 16H
1 JAN FERMÉ - 2 JAN 9H À 17H

**450, boul. Monseigneur-Dubois,
Saint-Jérôme (450) 432-4383**

Brunet

**GILLES FLEURY,
ANNE-MARIE FONTAINE ET
MATHIEU LAJOIE,
PROPRIÉTAIRES**

24 DÉC 9H À 17H - 25 DÉC FERMÉ
26 DÉC 12H À 17H - 31 DÉC 9H À 17H
1 JAN FERMÉ - 2 JAN 9H À 17H

**500, boul. Des Laurentides,
Saint-Jérôme (450) 436-4662**

Brunet

Petinos
DÉJEUNER · DÎNER

Où le déjeuner vous fait sentir à votre meilleur !



**1076, boul. du Grand-Héron,
St-Jérôme 450 432-0003**

Lundi au samedi : 6h à 15h
Dimanche : 7h à 15h



LA CUISINIÈRE

On m'avait invité
d'aller réveillonner
pour fêter l'arrivée
de la nouvelle année
moé qui est toujours gai
je n'ai pas refusé
et à mon arrivée
J'ai entendu chanter

Refrain
Ah! que c'est bon, bon,
d'prendre un verre de bière
avec la cuisinière dans un p'tit
coin nouère
pis si c'est bon, bon, faites-le
en riant y'a pas de mal
là-dedans
Dans l'temps du Jour de l'an
(x2)

Minuit est arrivé
On s'souhaite une bonne année
la bière est de côté
et l'on prend du brandy

On a trop mélangé
je me suis enivré
et toute la sainte journée
j'tenais à murmurer

Refrain
h! que c'est bon, bon,
d'prendre un verre de bière
avec la cuisinière dans un p'tit
coin nouère
pis si c'est bon, bon, faites-le
en riant y'a pas de mal
là-dedans
Dans l'temps du Jour de l'an
(x2)




Résidence
LA NOBLESSE

*Toute l'équipe vous souhaite que la période
des Fêtes soit riche de joie que la
Nouvelle Année déborde de bonheur
et que tous vos vœux deviennent réalité !*

La Noblesse offre aux personnes
préretraitées et retraitées un milieu de vie
dynamique, divertissant et agréable.

325, boul. J.B. Rolland,
Saint-Jérôme • 450 431-6531
www.lanoblesse.ca

>1809153



**PLUS DE
30
BOUTIQUES
au QUÉBEC!**

VD
VAPEDEPOT
www.vapedepot.ca

**LA PLUS GRANDE CHAÎNE
DE BOUTIQUES D'ARTICLES
POUR VAPOTEURS AU CANADA**

**711A, rue Labelle, ST-JÉRÔME 450 848-4664
630, 5^e avenue, SAINT-ANTOINE**

>1404755

3 CHANSONS DE NOËL ÉTERNELLES

ÉCOUTER — ET CHANTER! — des cantiques de Noël est une tradition incontournable du temps des Fêtes. Plusieurs des chansons qui résonnent dans les chaumières les 24 et 25 décembre sont célèbres depuis des dizaines, voire des centaines d'années! Voici trois titres qui ont traversé le temps.

1. DOUCE NUIT, SAINTE NUIT

Cet air a été chanté pour la première fois le 24 décembre 1818, en Autriche. En 2018, soit 200 ans plus tard, il continue d'agrémenter les célébrations du temps des Fêtes un peu partout dans le monde. D'ailleurs, les paroles de la chanson ont été traduites en plusieurs langues. Ainsi, le titre *Stille Nacht, heilige Nacht* est devenu *Douce nuit, sainte nuit* en français, *Silent Night, Holy Night* en anglais et *Noche de Paz, noche de amor* en espagnol.

2. NOËL BLANC

Saviez-vous que *White Christmas* est le single le plus vendu de tous les temps? En effet, pas moins de 50 millions d'exemplaires de ce titre de Bing Crosby ont été écoulés depuis son enregistrement le 29 mai 1942. Écrite par le compositeur Irving Berlin, cette chanson de Noël incontournable a été reprise par une foule de grands noms de la musique, dont Frank Sinatra et Ella Fitzgerald ainsi que, en français, Ginette Reno et Mario Pelchat.

3. MON BEAU SAPIN

La première version connue des paroles de ce célèbre chant des Fêtes daterait de 1550, mais c'est le texte d'Ernst Anschütz, publié en 1824, qui est à l'honneur dans la version la plus célèbre du cantique. Fait inusité : l'hymne officiel de l'État du Maryland, aux États-Unis, reprend l'air de cette chanson!



Salon Capri
À votre service
depuis plus de 50 ans
*Un très joyeux Noël à
tous nos clients & amis!*
COIFFURE POUR HOMMES
SANS RENDEZ-VOUS
OUVERT LE 24 DÉCEMBRE
DE 9H À 15 HRES
546, St-Georges, St-Jérôme • 514 594-8095



5 Saveurs

Votre épicerie
Savourons la vie!

L'équipe du
**Marché 5 Saveurs &
la Boucherie Campbell**
vous souhaite un
très joyeux Noël!

5 Saveurs

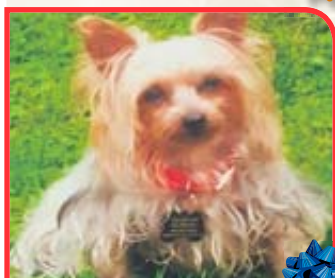
BOUCHERIE
CAMPBELL
DEPUIS 1987



ATHENA



CHATOUNE



DESSY



FLUFFY

NOS P'TITS AMOURS



Des cadeaux dignes de Pitou et de Minou!

Nos petites bêtes, on les aime tellement! Il est donc normal de vouloir les gâter à Noël. Cette année, vous aimeriez offrir à votre animal chéri quelque chose qui soit aussi spécial que lui? Voici quelques suggestions intéressantes et amusantes!

POUR VOTRE CHIEN

Pitou est frileux? Une combinaison de neige le gardera bien au chaud, de la tête aux pattes, durant les mois d'hiver. Avec des bottes, pour protéger ses coussinets contre le sel, il sera prêt pour de longues promenades! Et pour la maison? Rien de mieux pour l'occuper, pendant que vous êtes au travail, qu'un jeu éducatif pour chien (oui, oui!) avec des tiroirs dans lesquels vous cacherez des friandises — il en raffolera!

POUR VOTRE CHAT

Si Minou aime prendre des bains de soleil, il sera complètement « gaga » dans un hamac de fenêtre que vous pourrez fixer à l'aide de ventouses! Et s'il devient trop paresseux, une roue pour chat le gardera en forme. Si, au contraire, c'est un aventurier qui vagabonde allègrement, un collier avec GPS vous permettra de le suivre à la trace — pas bête du tout!

Peu importe le cadeau choisi, vous le trouverez dans une boutique ou une animalerie près de chez vous!



Notre vedette du mois

Voici Roxy

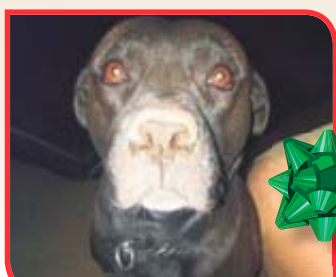
Voici Roxy qui fait le bonheur de sa famille depuis 7 ans. Avec un poids de seulement 3 livres, Roxy est plutôt frileuse. Elle est toujours à la recherche d'un nouvel endroit pour se réchauffer. Il n'est pas rare de la retrouver blottit dans une pile de vêtements fraîchement sortie de la sècheuse ou encore couchée à même la plinthe chauffante... d'où son petit surnom le « HOT DOG »!



LOUCY



KILLER



KYNOUK



JULIETTE



KAYA

Les Moulées
Guénette et Guénette

Joyeuses Fêtes

NOUS PROFITONS DE CETTE PÉRIODE DE RÉJOUISSANCE POUR VOUS REMERCIER DE VOTRE CONFIANCE ET VOUS SOUHAITER UNE BELLE ANNÉE 2019

Horaire des Fêtes
24 déc.: 9h à 12h - 25 et 26 déc.: Fermés - 31 déc.: 9h à 12h
1^{er} et 2 janv.: Fermés

Directement sur la route 158
**900, boul. Lachapelle,
Saint-Jérôme 450 438-0877**
www.mouleesguenette.com

Suivez-nous sur **f**

>1808491

Toute l'équipe de l'Hôpital Vétérinaire Lachute vous souhaite un joyeux temps des fêtes!

Best wishes for a happy holiday season from the team at Hôpital Vétérinaire Lachute!

HVL inc.
HÔPITAL VÉTÉRIINAIRE
Lachute

450-562-2434
431, Principale, Lachute • 895, Bethany, Lachute
info@hvlachute.ca • hvlachute.ca

1404794

Un Noël sans danger pour votre animal de compagnie



La maison est décorée, l'air est parfumé, votre chien salive à l'odeur des tourtières et votre chat ronronne devant toutes ces lumières scintillantes. À première vue, tout semble parfait... mais non!

La période des Fêtes est celle de l'année où nos animaux de compagnie sont le plus à risque d'incidents, généralement évitables, causés par l'ingestion ou le mâchouillage d'objets divers. En connaissant les dangers, vous éviterez à votre compagnon une occlusion intestinale, des brûlures ou un empoisonnement!

DÉCORATIONS

Un chat est capable de tout pour atteindre un objet qui l'attire, comme une mini ampoule à DEL, un crochet de boule ou des cheveux d'ange dans un arbre de Noël. Pour éviter que votre animal ne les avale, placez-les aussi haut que possible ou, mieux encore, optez pour des décorations plus sécuritaires.

FILS ÉLECTRIQUES

Les chiens comme les chats, surtout quand ils sont jeunes, aiment mordiller des objets qui traînent par terre. Prévenez les brûlures en gardant vos fils loin de leurs crocs!

PLANTES ORNEMENTALES

Lorsque mâchouillées ou ingérées, certaines plantes populaires à Noël peuvent causer de graves dommages et même la mort. Les plus dangereuses pour votre animal sont le poinsettia, le lis, l'if, le pommier d'amour, le gui et le houx.

ALIMENTS

Le chocolat, les noix, l'ail, les oignons et les raisins (frais et secs) peuvent rendre votre animal très malade. Également toxiques sont le xylitol, présent dans la gomme sans sucre, notamment, et la pâte non cuite qui contient de la levure.

LIQUIDES

L'alcool, y compris les desserts et les chocolats qui en contiennent, de même

que les huiles essentielles pour diffuseur peuvent provoquer des troubles respiratoires et des convulsions chez votre animal.

RESTES DE TABLE

Dinde, tourtière, jambon... les restes sont souvent trop gras ou trop salés pour votre animal. Quant aux os de volaille, ils peuvent lui perforer le tube digestif.

À vous de protéger votre compagnon chéri contre ses propres tentations!

CONCOURS NOS P'TITS AMOURS!



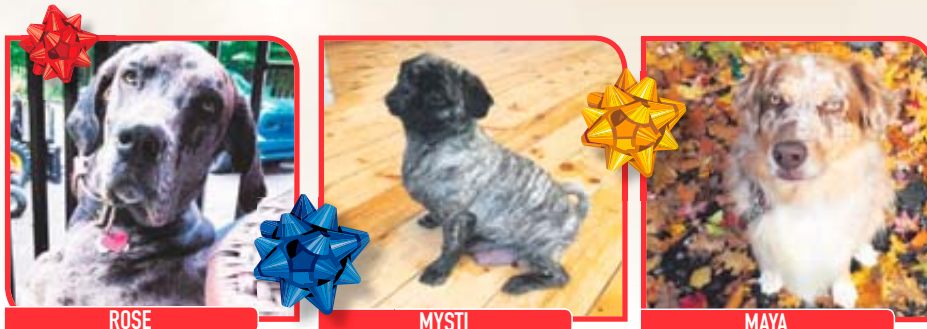
PARTAGEZ-NOUS L'AMOUR QUE VOUS AVEZ POUR VOTRE ANIMAL DE COMPAGNIE!

VOTRE ANIMAL POURRAIT DEVENIR NOTRE VEDETTE DU MOIS ET VOUS POURRIEZ VOUS MÉRITER UNE CARTE CADEAU DE 25\$ VALIDE AU CANADIAN TIRE ST-JÉRÔME.

Pour participer, faites-nous parvenir sa photo, son nom et un texte de 2-3 lignes nous racontant un fait cocasse ou une habitude de votre petit amour. Un tirage aura lieu chaque mois parmi les photos reçues.



Par courriel
concoursjournalnord@journalnord.com
Prochain rendez-vous le 30 janvier 2019



Notre Magasin pour les gâter

CANADIAN TIRE St-Jérôme

CARREFOUR DU NORD Sortie 45, autoroute 15 nord, St-Jérôme **450 438-3506**

LES Moulées Corbeil
MOULÉE DE PREMIÈRE QUALITÉ POUR ANIMAUX DE FERME & DOMESTIQUE

15% de rabais sur présentation de cette annonce

Moulées pour tous les animaux de ferme et domestiques

Joyeuses Fêtes à tous nos clients et amis

LES MOULÉES CORBEIL
moulescorbeil@gmail.com
16476, Sir Wilfrid-Laurier (route 158) Mirabel, J5J 2G3
450-304-0822

Clinique Vétérinaire Côté

21 ans d'amour et de bons soins pour la santé animale

Nous profitons de l'occasion des Fêtes pour remercier ceux et celles qui nous font confiance!



Joyeux Noël et Bonne année!



1, rue Gauthier (en face du Costco), Saint-Jérôme

450 438-6091

www.cliniqueveterinairecote.ca



LÂCHEZ PRISE ET PROFITEZ ENFIN DU TEMPS DES FÊTES !

Entre le magasinage des cadeaux, la décoration de la maison, la confection des pâtés et l'organisation du réveillon, profitez-vous vraiment du temps des Fêtes? Cette année, que diriez-vous de lâcher prise et de savourer pleinement cette période de réjouissances? Voici quelques conseils pour y arriver.



johnny Depuis 1945

Tout est Meilleur !

Toute l'équipe vous souhaite de Joyeuses Fêtes!
Fermé le 25 décembre et 1^{er} janvier

CONTACTEZ-NOUS

603, rue Saint-Georges, Saint-Jérôme 450 436-1339 • www.restaurantjohnny.com

1404790



SIMPLIFIEZ !

D'abord, dressez la liste de ce qui vous tient réellement à cœur et délestez-vous des tâches inutiles. Par exemple, concocter vous-même un assortiment de desserts dans le seul but d'impressionner votre belle-mère n'est pas nécessaire, surtout si vous détestez cuisiner! Faites plutôt affaire avec un pâtissier de votre région : vous gagnerez du temps, vous serez beaucoup moins stressé et vous encouragerez l'économie locale!

pouvez aussi confier l'emballage des cadeaux à un membre de votre entourage qui adore cette tâche ou, mieux encore, à un organisme de votre région qui amasse des fonds (kiosque au centre commercial, par exemple). Vous pouvez aussi faire appel à des professionnels (traiteur, service d'entretien ménager, etc.) vous gagnerez du temps et vous pourrez relaxer!

REFUSEZ !

Enfin, apprenez à dire « non ». Vous avez le droit de ne pas accepter toutes les invitations! Si vous préférez jouer dehors en famille, rester à la maison avec votre partenaire ou simplement vous reposer, faites-le sans gêne. De cette façon, vous profiterez enfin du temps des Fêtes!

DÉLÉGUEZ !

Acceptez aussi de déléguer certaines tâches. Vos enfants peuvent très bien participer à la décoration de votre maison ou de votre sapin, même si le résultat est un peu « improvisé ». Vous

BUDGET PROPANE

JOYEUSES FÊTES

Il n'y a pas de moment mieux choisi pour vous dire merci de la confiance que vous nous avez témoignée tout au long de l'année.

Nous vous souhaitons une bonne et heureuse année 2019.

budgetpropane.com / info@budgetpropane.com
13205, Henri Fabre, Mirabel QC J7N 0K6
450 476-0080 | 1 855 476-0080

1809147

Auto Value Centre de Service Certifié

Garage **Lucien Cadoret** 450.438.0194

Nous vous souhaitons Santé, Bonheur et Joies pour 2019

- PNEUS • FREINS
- MÉCANIQUE GÉNÉRALE
- DIRECTION • SUSPENSION
- AIR CLIMATISÉ

OUVERT DEPUIS 30 ANS

Lucien et Jean Cadoret

2435, boul. Labelle, Prévost 450.438.0194

1201259



HUMOUR

COMMENT GÂCHER NOËL EN 5 ÉTAPES FACILES



1. MONOPOLISEZ L'ATTENTION

Parlez trop, riez très fort et n'écoutez pas les autres. Si vous avez un « talent » quelconque, faites-en la démonstration. Un interminable exercice de chant lyrique a capella ou un retentissant solo de danse à claquettes feront l'affaire.

2. BUVEZ TROP ET GOINFREZ-VOUS

Arrivez les mains vides et sifflez la meilleure bouteille que vous trouverez dans le cellier de vos hôtes. Installez-vous près du buffet et enfillez les bouchées, et ce, que les autres convives y aient goûté ou non. Faites du « double trempage » à volonté et emportez les restants.

3. CREEZ DES MALAISES A TABLE

Parlez de sujets tabous, donnez votre opinion sur les croyances religieuses et les convictions politiques des autres et demandez-leur des nouvelles de leur ex-conjoint, surtout si leur nouvelle flamme est présente. Votre tante évite le gluten? Émettez des doutes quant à la véracité de sa «soi-disant intolérance». Le cas échéant, narguez les végétariens en les regardant droit dans les yeux tout en mangeant des charcuteries la bouche grande ouverte.

4. BRISEZ LES RÊVES DES ENFANTS

Annoncez aux tout-petits que le père Noël n'existe pas ou, mieux encore,

à votre neveu de 14 ans, un livre en petits caractères à votre grand-mère quasi aveugle, etc.

qu'il est en réalité un monstre très très méchant déguisé en gentil monsieur.

5. OFFREZ DES CADEAUX INAPPROPRIÉS

Donnez un pèse-personne à votre belle-mère, une bouteille de spiritueux

Bref, avec un peu d'imagination, vous réussirez facilement à gâcher Noël!



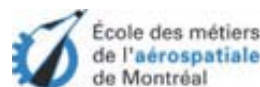
AU COEUR DE
L'INDUSTRIE
AÉROSPATIALE

AU QUÉBEC,
L'AÉROSPATIALE
EST UN MOTEUR
D'INNOVATION.

INSCRIT TOI

<http://ecole-metiers-aerospatiale.csdm.ca/>

OSE CRÉER L'AVENIR



Vivre le succès
la formation professionnelle



Commission
scolaire
de Montréal

École des métiers
de l'aérospatiale de Montréal

5300, rue Chauveau
Montréal (Québec) H1N 3V7
Téléphone : 514 596-2376

11800, rue Service A-5, Édifice T038
Mirabel (Québec)
J7N 1G1

1607089

Prochain début des cours
9 janvier 2019
Saint-Jérôme

ÉCOLE DE CONDUITE
L'arrêt

Nos meilleurs voeux en ce temps des fêtes!

St-Jérôme 450 431-8968 Lachute 450 562-5750

764, rue Labelle, St-Jérôme QC J7Z 5M3 | 187, rue Béthany, Lachute QC J8H 2M2
Courriel: ecoledeconduitelarret@bellnet.ca

HUMOUR

COMMENT COMPOSER AVEC LES TROUBLE-FÊTES?

Un cousin ivre menace de gâcher votre réception? Une tante fraîchement séparée éclate en sanglots entre deux services? Pour que la soirée ne tourne pas au drame, apprenez à désamorcer les situations embarrassantes!

D'emblée, sachez qu'il n'y a pas de recette miracle pour calmer les trouble-fêtes. Chaque situation et chaque individu est unique! Cela dit, en faisant preuve de compréhension, d'écoute et de sang-froid, vous pourrez « sauver les meubles ».

réparer les pots cassés. Ainsi, surveillez étroitement vos invités durant la soirée: vous pourrez intervenir avant qu'il ne soit trop tard.

DEUIL

Le temps des Fêtes est une période



Vape Concept

BOUTIQUE SPÉCIALISÉE EN VENTE D'ARTICLES POUR LA VAPE.

Trousses de départ - Conseillers

9293, boul. St-Canut, Mirabel 450 821-9690

1404748



IVRESSE

Une personne est en état d'ébriété? Alors, vous devez assurer sa sécurité! Empêchez-la de consommer davantage, entraînez-la dans un endroit calme et servez-lui de l'eau, du café, une boisson gazeuse, etc. Restez avec elle jusqu'à ce qu'elle dégrise et, surtout, ne la laissez pas conduire! Consultez immédiatement un professionnel de la santé si sa respiration ralentit, si elle convulse ou si elle perd connaissance.

difficile pour ceux qui vivent un deuil (décès d'un proche, perte d'emploi, divorce, etc.). Si l'un de vos convives est submergé par la tristesse et qu'il assombrit l'ambiance, restez positif et tentez de lui changer les idées.

Surtout, ne minimisez pas son chagrin, écoutez-le et soyez patient. Montrez-lui votre soutien et respectez son besoin de s'isoler quelques instants, le cas échéant. Qui sait, après avoir déversé son trop-plein d'émotions, il reviendra peut-être faire la fête!

Enfin, gardez en tête qu'il est beaucoup plus facile de prévenir les abus que de



THERMAL 38\$/PERS
Accès au spa 2 PERSONNES 76" x 6 ACCES 163"

GASTRONOMIE 98\$/PERS
Souper 4 services & accès au spa 2 PERSONNES 196"

ÉVASION CERTIFICAT PERSONNALISÉ
Choisissez la valeur selon votre budget

DÉTENTE 127\$/PERS
Massage 60 minutes & accès au spa 2 PERSONNES 254"

BIEN-ÊTRE 127\$/PERS
Facial aux bleuets & accès au spa 2 PERSONNES 254"

POUR LE TEMPS DES FÊTES OFFREZ LE CADEAU NO 1

L'OASIS DE L'ÎLE
450 472-0263
25, chemin des Neiges, Saint-Eustache
oasisdelile.com

>1707492



Joyeuses Fêtes

IGA Famille Piché extra On s'y connaît!

IGA express Famille Piché On s'y connaît!

www.iga.net

2635, boul Curé-Labelle Prévost
450 224-4575
Fermé 25 décembre et 1^{er} janvier
Ouvert de 8h à 22h tous les jours

2900, boul Curé-Labelle Prévost
450 224-2727
Ouvert 25 décembre et 1^{er} janvier 5h à 23h
Ouvert de 5h à 23h tous les jours

Dominic et Benoît-Vincent Piché
Épiciers-Propriétaires

1201258



3 ÉLÉMENTS À CONSIDÉRER POUR CRÉER UNE AMBIANCE FÉÉRIQUE



1. LA DECORATION

Prenez soin de mettre vos invités dans l'ambiance dès leur arrivée. Homogé-

nisez votre décor en agencant vos accessoires. Par exemple, pour créer un style rustique, installez des rennes en bois à l'extérieur, fabriquez un centre de table avec des pommes de pin et du sapinage, recouvrez votre sapin de neige synthétique, allumez votre foyer (le cas échéant) et mettez des couvertures à la disposition de vos convives.

2. LA MUSIQUE

Pour que l'atmosphère soit des plus agréables, adaptez le style et le volume de la musique au déroulement de la soirée. Par exemple, des mélodies jazzy plutôt discrètes conviennent généralement durant l'apéro, car il s'agit d'un moment idéal pour prendre des nouvelles de ses proches. Pendant le souper, quand les discussions vont bon train, faites jouer des cantiques du temps des Fêtes. En fin de soirée, montez le volume et optez pour des airs festifs : vous ferez lever le party!

Le succès d'une soirée dépend en grande partie de l'atmosphère qui y règne. Pour créer une ambiance parfaite et réussir vos réceptions des Fêtes, attardez-vous aux trois éléments suivants.

3. L'ECLAIRAGE

Des lumières trop fortes ou trop blanches agresseront vos invités. Inversement, une pièce très sombre pourrait les endormir. Pour obtenir un éclairage parfaitement tamisé, multipliez les sour-

ces de lumière. Allumez des chandelles, installez des lampes sur pied, posez des lumières de Noël, etc. Ainsi, vous aurez de nombreuses options et vous trouverez certainement la combinaison idéale!

OUVERT 7 JOURS

Joyeuses Fêtes
à tous nos clients et employés

Sushi à volonté
midi et soir

Le PLUS GRAND buffet chinois du nord

Plus de 125 choix pour dîner et souper
Licence complète • Plus de 200 places de stationnement

26 ans à St-Jérôme
450 565-9020 -10% pour emporter

1195, boul. des Laurentides, Saint-Jérôme
Chèques cadeaux disponibles

17, boulevard de la Salette, Saint-Jérôme 450 848-2750

CENTRE CHIRO-ACTION

Spécialisation pour ajustements cervicaux :

- Migraines
- Problèmes neurologiques

Soins pédiatriques

- Douleur de croissance
- Douleur aux oreilles
- Dépistage Scoliose
- Maux de ventre
- Difficulté d'allaitement
- Torticolis

Traction

- Soulagement maux de dos chroniques
- Traitement hernie discale
- Soulagement maux de cou
- Arthrose
- Soulagement douleur des articulations

Aussi :
Spécialisation pour soins correctionnels :

- Traitement de la scoliose
- Déviation de colonne
- Traitement problème de posture
- Enfants et adolescent

Sportif :
Kinésologue spécialisé pour les sportifs de hauts niveaux ainsi que les amateurs de sports.

AVIS :
Nous désirons vous informer qu'à la suite du départ du Dr Didier Dupas Chiropraticien DC pour le Nouveau Brunswick, tous les dossiers de ses patients sont maintenus en vigueur à la clinique par le Dr Alexandre Lacelle Chiropraticien DC.

Joyeux temps des fêtes et merci à toute notre clientèle pour cette merveilleuse année.
L'équipe du centre Chiro-Action

4 FAÇONS DE TÉMOIGNER VOTRE AFFECTION À VOS PROCHES



Noël est l'occasion idéale de rappeler à vos proches combien vous les chérissez. Voici quatre façons de leur dire « je t'aime ».

1. UN MESSAGE PERSONNALISÉ

Vous êtes l'hôte d'une soirée en famille ou entre amis? Rédigez un gentil message pour chacun de vos invités. Accrochez ensuite ces mots à une corde pour créer une guirlande originale. Vos convives apprécieront certainement cette délicate attention.



cours dans lequel vous exprimez votre amour pour vos proches prenez garde de n'oublier personne! Choisissez un moment qui vous semble opportun : avant de servir le repas, entre deux services, après l'échange de cadeaux, etc. Parions qu'il faudra sortir les mouchoirs!

4. MENU INSPIRÉ PAR VOS SOUVENIRS

Planifiez votre repas en fonction de vos invités et des souvenirs que vous partagez. Par exemple, si votre beau-frère est né au Massachusetts, servez une chaudière de palourdes ou tout



autre plat typique de cet État. Votre mère avait l'habitude de vous cuisiner un succulent gâteau aux carottes? Suivez sa recette! Ces « clins d'œil culinaires » feront plaisir à ceux que vous aimez... et vous vous régalez!

2. UNE INVITATION SURPRISE

Surprenez vos proches en leur envoyant une invitation personnalisée pour le réveillon. Par exemple, si vous aimez voyager avec votre cousine, glissez un souvenir de votre dernière escapade dans l'enveloppe renfermant son carton d'invitation. Votre mère adore la nature? Faites-lui livrer un bouquet de fleurs ou une plante!

3. UN DISCOURS TOUCHANT

Si vous êtes un bon orateur, mettez vos talents à contribution! Préparez un dis-

*Que la santé, la joie et la paix
des Fêtes vous accompagnent
toute l'année!*

Monique Jamieson

Notaire - Conseillère juridique

877, boul. La Salette
Saint-Jérôme

Tél.: 450 431-2042
Fax: 450 438-1926



*De toute l'équipe, nous vous souhaitons
nos meilleurs voeux du temps des fêtes!*

GMS
AUTO + CLINIQUE



NOUS SERONS FERMÉS

24-25-26, 31 décembre 2018 & 1-2 janvier 2019

WWW.GMSAUTOCLINIQUE.COM

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

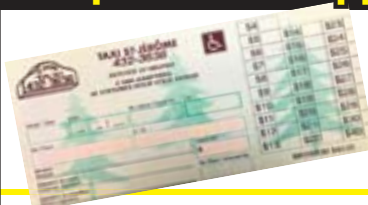
>1404749

ST-JÉRÔME
432-3636

Taxi St-Jérôme
vous offre leurs
meilleurs voeux
à l'occasion du
Nouvel An.



**Notre application taxi St-Jérôme est maintenant
disponible sur Apple Store et Google Playstore !**



**Pour le temps des fêtes
pensez à offrir les Cash
Taxi de Taxi St-Jérôme**

En service 24 heures – 7 jours

450 432-3636

www.taxistjerome.com

Nous acceptons les coupons
Cool Taxi, interac et carte de
crédit acceptés



Nos services

- Taxi à deux têtes
- Transport adapté (MV-1)
- Service de livraison
- Survoltage
- Déverrouillage

PLAN DE TABLE : LES FAUX PAS À ÉVITER

Vous devez dresser un plan de table pour votre réception des Fêtes et vous craignez de commettre un impair? Voici les principaux faux pas à éviter.



LES OUBLIS

Deux fois plutôt qu'une, passez en revue votre liste d'invités et vérifiez que vous n'avez oublié personne. S'il y a lieu, éliminez les doublons et attendez que vos convives aient confirmé leur présence avant d'entamer votre plan, faute de quoi vous pourriez tout devoir recommencer!

leurs parents... et des toilettes! Si vos tables sont rectangulaires, placez-les au bout. Évitez aussi de leur réserver des chaises au centre de la salle, car ils quitteront sans doute la table dès la fin du repas et cela créera un vide qui pourrait nuire à l'ambiance.

LES COUPLES

Ne séparez pas les couples, mais réservez-leur une place près de leurs amis — cela facilitera les échanges. Il n'est pas nécessaire d'installer les amoureux côte à côte, mais veillez à ce qu'ils soient à la même table.

LES CONFLITS

S'il y a des tensions entre vos invités, considérez-les au moment de faire votre plan de table. Ainsi, même si vous rêvez de voir votre sœur et votre ancien beau-frère se réconcilier, ne les assoyez pas l'un en face de l'autre, au risque de gâcher votre réveillon!

LES ENFANTS

Si de jeunes enfants figurent sur votre liste d'invités, installez-les près de

Enfin, bien que le plan de table comporte plusieurs avantages, rien ne vous empêche de laisser vos convives choisir eux-mêmes leur siège.

Joyeuses Fêtes!
Que cette période de réjouissances vous apporte paix, sérénité et la santé pour toute l'année.

Épandeur de roche pour fondation, drain français, fosse sceptique, entrée maison, etc.

sans frais :
1 888 678-1425
450 432-1352

Merci à notre clientèle pour la confiance et le support que vous nous témoignez.

1607083

Ressorts Mirabel

Nous vous souhaitons un Joyeux Noël et une très bonne année 2019

HEURES D'AFFAIRES
lundi ou vendredi
7h30 à 23h30

- Alignement
- Suspension
- Vérification des camions avant inspection
- Balancement
- Freins à air

14210 boul. Curé Labelle Saint-Janvier, Mirabel
450 434-4111 • info@ressortmirabel.com

1607082

HÔTEL LAC CARLING GOLF & SPA

Vivez la nature

OFFREZ LA NATURE EN CADEAU! *idée cadeau*
CERTIFICATS CADEAUX DISPONIBLES EN TOUT TEMPS
Valeur en argent ou en forfait.

APPRIVOISEZ L'HIVER EN MOTONEIGE! *à partir de 135\$**
FORFAIT INITIATION À LA MOTONEIGE
Incluant nuitée et petit déjeuner.

VENEZ CÉLÉBRER AVEC NOUS! *à partir de 129\$***
Forfait Noël
15^{ou} 22 DÉCEMBRE | à partir de 159\$* | 24 DÉCEMBRE | à partir de 199\$995*
LE 31 DÉCEMBRE, VENEZ RÉVEILLONNER AVEC NOUS!
Cocktail, souper et animation 129.99**

POUR RÉSERVER: 1.844.922.7546 / HOTELLACCARLING.COM

*Ppof. Certaines conditions s'appliquent. Nuitée en chambre standard, jeudi au dimanche, supplément pour nuitée du samedi. Selon disponibilités et conditions climatiques. Ne peut être jumelée à aucune autre promotion.
**Par personne, excluant les taxes et services.

1607082

3 CONSEILS POUR RÉUSSIR VOS PHOTOS DE FAMILLE

Le temps des Fêtes est une occasion en or de passer du temps en famille. Pour immortaliser ces instants précieux, sortez votre appareil photo ou votre téléphone intelligent! Voici trois éléments à surveiller avant d'appuyer sur le déclencheur.



GARAGE P. CLOUTIER
SPÉCIALISTE VOLKSWAGEN / AUDI

Nous tenons à remercier notre clientèle pour leur confiance et souhaiter à tous un très joyeux temps des Fêtes!!!

Pascal et son équipe!

UNE ÉQUIPE CHEVRONNÉE POUR VOUS SERVIR
Éric, Alex, Samuel, Benoit, Dimitri et Pascal Cloutier

2110-A, boul. Labelle, St-Jérôme (Lafontaine)
450 432-9449 • Sans frais : 866 281-9449 • garagepcloutier@hotmail.com

ENTRETIEN MÉNAGER
S. QUEVILLON
28 ANS DE SERVICE

Sylvain Quevillon et toute son équipe vous souhaitent leurs meilleurs vœux pour un

Joyeux Noël et une Heureuse année!

- Nettoyage de maison extérieur, gouttière, vinyle, balcon
- Lavage de vitres avec nacelle
- Nettoyage de meubles et de tapis
- Décontaminant d'urine d'animaux

Estimation gratuite 450 432-6812 | entretiensquevillon@gmail.com
www.entretienmenagersquevillon.ca

Restaurant **Villa d'Este**
FINE CUISINE ITALIENNE

Meilleurs Vœux à tous nos clients

7, St-Georges, St-Jérôme
450 431-1440 | www.restaurantvilladeste.ca

1. LE CADRAGE

Portez attention à tout ce qui se trouve dans le cadre de votre photo — une pile d'assiettes sales oubliées sur le coin d'une table peut vite gâcher vos souvenirs de famille! Observez non seulement le sujet de votre image, mais aussi l'arrière-plan, l'avant-plan, etc. Prenez le temps de dégager l'espace et, au besoin, déplacez-vous.

2. LA COMPOSITION

Il n'y a rien de plus monotone qu'une photo de famille où tout le monde est sagement assis sur un divan!

Faites preuve d'originalité et créez du « mouvement » dans votre image en positionnant des gens à l'avant, au centre et à l'arrière de la photo. Variez aussi les positions : faites asseoir ou

agenouiller certaines personnes et demandez à d'autres de rester debout.

3. LES COULEURS

Pour créer un cliché harmonieux, évitez de placer côte à côte des gens qui portent des vêtements très colorés. Demandez aux individus qui arborent des tons neutres (noir, blanc, gris) de se placer entre eux. De la même façon, vérifiez toujours l'arrière-plan! La robe fleurie de votre tante pourrait détonner devant un papier peint rayé... Au besoin, réduisez votre profondeur de champ pour créer un flou à l'arrière.

Enfin, pour obtenir des photos de famille de grande qualité, faites appel à un photographe professionnel! Avec son savoir-faire et son équipement sophistiqué, celui-ci saura capturer les meilleurs moments de vos soirées des Fêtes.

IGA
Saint-Hippolyte

Joyeuses Fêtes

Le plaisir de **mieux manger**

Marché Alimentation St-Onge
972, chemin des Hauteurs | Saint-Hippolyte | 450 224-5179

Des familles au cinéma

Le Nord répard du bonheur



Le 9 décembre dernier, l'équipe du Journal Le Nord accueillait, en collaboration avec le Cinéma Carrefour du Nord et le Centre de la famille du Grand St-Jérôme, plus de 250 personnes pour visionner le film Les abominables petits pieds.

Grâce au soutien des annonceurs qui ont participé aux quatre cahiers spéciaux dédiés aux temps des fêtes, cette activité a pu voir lieu. Merci de leur support ainsi qu'à la directrice du Centre de la famille, madame Jocelyne Fleurant. Il fallait voir le bonheur dans les yeux des petits et des grands, heureux de participer à l'activité où le Père Noël et ses lutins étaient aussi présents.



LES CINEMAS CARREFOUR DU NORD **LE GRAND ÉCRAN À PETITS PRIX!**

LES MARDIS 6.25\$ **LES MERCREDIS 7.75\$** **LES APRÈS-MIDIS 8.75\$** **LES JEUDIS 2 POUR 1 SUR PRÉSENTATION DU COUPON**

POUR CONSULTER NOTRE HORAIRE CINEMAST-JEROME.COM  **TÉLÉPHONE: 450-436-5944** **AUTOROUTE DES LAURENTIDES, SORTIE 45**

*Vente valide sur les films 3D, la salle 50X, Les films 3D, 4D, 5D, 6D, 7D, 8D, 9D, 10D, 11D, 12D, 13D, 14D, 15D, 16D, 17D, 18D, 19D, 20D, 21D, 22D, 23D, 24D, 25D, 26D, 27D, 28D, 29D, 30D, 31D, 32D, 33D, 34D, 35D, 36D, 37D, 38D, 39D, 40D, 41D, 42D, 43D, 44D, 45D, 46D, 47D, 48D, 49D, 50D, 51D, 52D, 53D, 54D, 55D, 56D, 57D, 58D, 59D, 60D, 61D, 62D, 63D, 64D, 65D, 66D, 67D, 68D, 69D, 70D, 71D, 72D, 73D, 74D, 75D, 76D, 77D, 78D, 79D, 80D, 81D, 82D, 83D, 84D, 85D, 86D, 87D, 88D, 89D, 90D, 91D, 92D, 93D, 94D, 95D, 96D, 97D, 98D, 99D, 100D.

VOTRE CINÉMA VOUS GÂTE. PROFITEZ-EN !

LE CADEAU PARFAIT POUR NOËL!

CARTE-CADEAU DISPONIBLE À L'ANNÉE AU MONTANT DE VOTRE CHOIX

EN VENTE À LA BILLETTERIE AINSI QU'ÀUX DIFFÉRENTS COMPTOIRS ALIMENTAIRES

MONTANT MINIMUM DE 10\$. POUR PLUS DE DÉTAILS, VISITEZ LE CINEMAST-JEROME.COM



NOUVELLE PIZZA

TOUT CE QUI COMPTE, C'EST L'AMOUR. LA PIZZA



Envie d'un CLASSIQUE?

ESSAYEZ NOTRE FAMEUSE POUTINE



RECEVEZ LA PROGRAMMATION CHAQUE MARDI PAR COURRIEL EN VOUS INSCRIVANT À NOTRE INFOLETTRE

Pour vous inscrire, remplissez le formulaire qui apparaît en allant sur cinemast-jerome.com

AUCUN FRAIS, NI POURRIEL.



Des cadeaux
pour tous



Hot Tub
High Dive



Des jouets
qu'ils adorent



24 PAIEMENTS
MENSUELS
ÉGAUX

lorsque vous dépensez 200 \$ ou plus avant taxes en magasin

FINANCEMENT AUCUNS
FRAIS AUCUN INTÉRÊT

CANADIAN
TIRE
ST-JÉRÔME

50% DE RABAIS

SUR TOUTES LES DÉCORATIONS DE NOËL**
INTÉRIEURES ET EXTÉRIEURES EN MAGASIN

**DÉPARTEMENT 51 ET 151

CARREFOUR
DU NORD

Sortie 45, autoroute 15 nord, St-Jérôme 450 438-3506



À la découverte du Kundalini yoga



VALÉRIE SPITZER
Collaboration spéciale



Si votre objectif pour 2019 est de vous reconnecter à votre puissance intérieure et de réduire votre stress, tout en stimulant votre système immunitaire, eh bien, le Kundalini yoga est fait pour vous!

Au départ, on l'appelait le Raja yoga et il était destiné à une élite et à la royauté. C'est en 1969 qu'il a été introduit en Occident par un maître indien, Yogi Bhajan. Il s'est ensuite étendu au grand public.



Afin de mieux comprendre cette pratique fascinante, je me suis tournée vers Stéphanie Abran.

Elle pratique le Kundalini yoga depuis plus de dix ans et elle donne des cours à Val-David tous les mardis et jeudis soir, ainsi que le mercredi matin.

Elle respire tellement la grâce et l'équilibre que, juste à la regarder, on comprend tous les bienfaits de ce type de yoga et on a envie de s'y mettre nous aussi!

Stéphanie explique que ce yoga nous remet en contact avec notre puissance créatrice, car il va activer tous nos chakras, soit nos centres d'énergie.

Ainsi, cela permet d'augmenter notre taux vibratoire et de nous régénérer mentalement.

Un cours est constitué d'exercices appelés Kriya, qui ont des thèmes précis, tels un travail plus spécifique sur les reins, les glandes surrénales, une meilleure résistance aux maladies, etc.

Avant les exercices, on commence par un mantra d'ouverture qui permet de se reconnecter à l'enseignement des

grands maîtres. Il est suivi de respirations (pranayama) et le cours se termine par une relaxation qui permet d'intégrer ce qui a été vécu durant le cours.

Parfois, des mantras ou des respirations avec des sons sont proposés. On l'appelle le yoga du feu, c'est pourquoi il convient très bien aux personnes actives ou stressées, les mères ou les pères de famille, ceux qui courent dans tous les sens et qui ont un horaire de fou... Bref, vous savez de quoi je parle!

En plus de vous muscler et de vous assouplir, le Kundalini yoga apaise de façon significative le système nerveux.

« À une époque où celui-ci est grandement sollicité et ébranlé (Wifi, ondes, pollution...), cette pratique est toute indiquée, car elle permet de renforcer notre champ magnétique, qui devient alors notre bouclier. Cela nous rend beaucoup moins vulnérables aux maladies et aux émotions négatives », explique Madame Abran. Ça fait envie, n'est-ce pas ?

Stéphanie rappelle que, durant ses cours, chacun respecte ses limites.

« Cela permet de ne pas être dans l'ego ou la compétition. L'idée n'est pas de performer mais d'effectuer les exercices avec notre niveau d'énergie du moment. »

Pour conclure, elle nous suggère un exercice à effectuer chaque soir, avant le coucher.

Le dos droit, on gonfle le ventre et on laisse monter la respiration. On inspire avec la narine gauche en bloquant la narine droite avec le pouce et on expire avec la narine droite, en bloquant l'autre narine.

Le faire pendant au moins trois minutes. Cela permet de relaxer et de se défaire des préoccupations de la journée.

Stéphanie propose des certificats cadeau, pour des cours de groupe ou des cours individuels.

Pourquoi ne pas offrir à vos proches ce qu'il y a de plus important : la santé et la plénitude ?

Pour info : 819 217-5810



VOGEL
SAINT-JÉRÔME
Watson & cie

Naturopathes diplômés sur place
Ouvert 7 jours sur 7
2112, boul. Labelle, Saint-Jérôme
450 432-3388
www.vogelstjerome.com

Concours

Nos p'tits Amours!

Partagez-nous l'amour que vous avez pour votre animal de compagnie!

Votre animal pourrait devenir notre "Vedette du mois" et vous pourriez gagner une carte cadeau de 25\$ valide au Canadian Tire St-Jérôme.

Pour participer, faites-nous parvenir sa photo, son nom et un texte de 2-3 lignes nous racontant un fait cocasse ou une habitude de votre petit amour.

Par courriel
concoursjournalnord@journalnord.com
ou par la poste
177, rue St-Georges, St-Jérôme QC J7Z 4Z8



Un tirage aura lieu chaque mois parmi les photos reçues.
Prochaine parution le 30 janvier 2019



Le Nord



Ne manquez pas ce rendez-vous mensuel dans le Journal Le Nord, votre hebdo local!

CASSE-NOISETTE

Des jeunes d'ici sur la scène du Théâtre Gilles-Vigneault

FRANÇOISE LE GUEN, COLLABORATION SPÉCIALE – Véritable incontournable de la saison des Fêtes, Ballet Ouest de Montréal et des élèves en danse du Conservatoire des Arts de la scène des Laurentides et de la chorale de l'Académie Lafontaine présentent Casse-Noisette.

Claude Caron a dansé dans plus de 600 représentations de Casse-Noisette avec quatre grandes compagnies internationales au cours de sa carrière. En 2013, il souhaite donner une nouvelle couleur au spectacle. «Je suis allé chercher des éléments qui avaient été oubliés dans la version de Dumas. Je suis retourné aux sources en relisant Casse-Noisette et le Roi des souris, le conte d'Hoffman qui a inspiré ce ballet. J'ai aussi voulu donner plus d'importance à l'histoire», nous raconte le directeur artistique qui a aussi ajouté des projections multimédias au spectacle.

LES JEUNES ARTISTES

Plus de 80 enfants et élèves provenant d'écoles artistiques de la région – Conservatoire des arts de la scène des Laurentides, programme élite Apexx, programme élite en danse de l'Académie Lafontaine, Danse Suzie Paquette, Studio Shake, Académie Dansetout, Atelier de la danse, École de danse entre ciel et terre et la chorale de l'Académie Lafontaine – et 40 membres du corps de ballet seront réunis sur scène. «C'est important pour moi de pouvoir



Ballet Ouest de Montréal présente Casse-Noisette, par Claude Caron, au Théâtre Gilles-Vigneault.

PHOTO : MAAIKE SEARS

intégrer les jeunes danseurs à la production, leur donner l'opportunité de travailler avec des danseurs professionnels.» En outre, dans chacune des villes où le ballet passe, c'est une jeune danseuse du coin qui interprète le rôle principal de Clara.

C'est la toute première fois que le Conservatoire des arts de la scène des Laurentides présente la production dans la région. La directrice artistique, Christiane Dufort, est l'un des piliers de la danse classique au Québec. Les artistes auront

travaillé d'octobre à décembre. «Le projet est aussi soutenu par Pascal Lavoie, directeur des communications et de la vie étudiante de l'Académie Lafontaine. Pour la première fois, on va avoir une chorale de 40 enfants qui vont venir chanter en direct avec nous sur la scène», conclut Claude Caron.

Au Théâtre Gilles-Vigneault, le samedi 29 décembre 2018 à 14 h et à 19 h 30, et le dimanche 30 décembre 2018 à 14 h.

Casse-Noisette



Depuis ses débuts en 1984, Ballet Ouest de Montréal a donné près de 500 représentations de son Casse-Noisette devant plus de 300 000 spectateurs. Cette année, 40 membres du corps de ballet – dont Isabelle Paquette, finaliste à l'émission Révolution (TVA) – et plus de 300 jeunes danseurs âgés de 7 à 17 ans venant de partout au Québec participeront à la production.

LES CINÉMAS CARREFOUR DU NORD **LE GRAND ÉCRAN À PETITS PRIX!**

LES MARDIS 6.25\$ **LES MERCREDIS 7.75\$** **LES APRÈS-MIDIS 8.75\$** **LES JEUDIS 2 POUR 1 SUR PRÉSENTATION DU COUPON**

IMPRIÉZ-LE sur notre page Facebook, dans notre Journal en ligne ou cinemast-jerome.com, ou encore dans le Journal Le Nord. *Non valide sur les films 3D, la salle ESV, Les sièges DBOX, Opéras, Ballets, Aventuriers Voyageurs, Représentations spéciales ou Événements spéciaux. Le 2 pour 1 s'applique sur le prix de base de 12\$.

POUR CONSULTER NOTRE HORAIRE CINEMAST-JEROME.COM **TÉLÉPHONE! 450-436-5944** **AUTOROUTE DES LAURENTIDES, SORTIE 45** **VOTRE CINÉMA VOUS GÂTE. PROFITEZ-EN!**

ANDRÉ RIEU

ET LE JOHANN STRAUSS ORCHESTRA

de Sydney

CONCERT DU NOUVEL AN

Lundi 31 décembre 2018 à 10h	Mercredi 2 janvier 2019 à 10h
Vendredi 4 janvier 2019 à 10h	Samedi 5 janvier 2019 à 10h
Dimanche 6 janvier 2019 à 10h	Samedi 12 janvier 2019 à 12h15
Dimanche 20 janvier 2019 à 12h15	Samedi 26 janvier 2019 à 12h15

Billets en prévente

Sièges assignés

SALLE ESV
ÉCRAN GÉANT

>1606998

27 EXPRESSIONS DE LA LANGUE FRANÇAISE REVISITÉES

Serge Provencher signe un nouveau livre

FRANÇOISE LE GUEN, COLLABORATION SPÉCIALE – Professeur au Collège de Saint-Jérôme pendant 38 ans et longtemps chargé de cours à l'UQÀM, Serge Provencher vient de publier le livre 27 expressions de la langue française revisitée. L'ouvrage s'adresse aux amoureux de la langue française.

PHOTO: COURTOISE



Serge Provencher vient de publier le livre 27 expressions de la langue française revisitée aux Éditions Les heures bleues.

«J'y ai entrevu un potentiel énorme. Je prends ces expressions et je les étends, les examine, les dissèque, les retourne et les compare pour faire une réflexion, toujours sur deux pages, sur une phrase qu'on connaît, mais que j'aimerais qu'on voie sous un autre jour», souligne l'auteur.

DES SURPRISES

On retrouvera dans cet ouvrage des expressions consacrées sur lesquelles on pense tout connaître et qui réservent parfois de belles surprises alors que certaines revêtent une valeur thérapeutique que nous n'avions jamais vraiment perçut. D'autres étonnent par leur genèse ou les sens qu'on leur a donnés au fil des siècles.

Serge Provencher mentionne à titre d'exemple des expressions parfois très simples comme Broyer du noir ou d'autres qui viennent de la littérature telle que J'ai plus de souvenirs que si j'avais mille ans, un vers de Baudelaire, ou encore des expressions moins connues comme Avoir l'esprit d'escalier.

Il y évoque aussi ces phrases qu'on utilise, qui ont l'air de rien, comme La folle du logis, qui signifie l'imagination. «J'essaye de donner à mes réflexions un petit côté thérapeutique pour montrer comment l'imagination peut nous jouer des tours. Avec L'essentiel est invisible pour les yeux qui vient du Petit prince de Saint-Exupéry je montre comment cette phrase magnifique n'a rien donné dans l'histoire de l'humanité. Elle ne l'a pas encore appris!»

LA GENÈSE

L'auteur s'attarde également aux histoires qui entourent les expressions.

«Parfois l'histoire m'a coupé le souffle. J'ai beaucoup appris à écrire ce livre. Par Exemple Métro-Boulot-Dodo a une merveilleuse histoire. Il y a tout un monde derrière ce slogan qui, au départ, était un vers d'un poème du français Pierre Béarn.» Les lecteurs retrouveront aussi sa touche d'humour. «Le but est de s'amuser, sourire, rire avec des anecdotes parfois très drôles. Il fallait que le plaisir se retrouve dans le livre!»

Pour accompagner ces textes, une riche iconographie vient agrémenter la lecture. On retrouve des tableaux de peintres comme Picasso ou Renoir, mais aussi des œuvres d'artistes contemporains du Québec, dont certaines des Laurentides.

«Comme je suis amateur de peintures, j'ai fait accepter l'idée que pour chaque réflexion dont on parle il devait y avoir des œuvres picturales en lien. Et, pour la couverture, la Fondation Guido Molinari nous a donné la permission d'utiliser un tableau.»

En terminant, l'auteur nous confie que son expression préférée est Découvrir le pot aux roses!

27 expressions de la langue française revisitée, Serge Provencher, Montréal, Éditions Les heures bleues, «Les 27», 2018.



Stéphane Morris, bénévole au CAPTCHPL

Parcours d'un bénévole inspirant

Le Centre d'Aide pour les Personnes Traumatées Crâniennes et Handicapées Physiques dans les Laurentides (CAPTCHPL) compte plusieurs bénévoles engagés. Stéphane Morris en est un. Résilient et déterminé, il partage son expérience de vie et s'implique à plusieurs niveaux au sein de l'organisme.

M. Morris a été victime d'un accident de la route en 1987. Après un coma de près de quatre mois, il a dû accepter de vivre avec une importante blessure à la colonne cervicale et un traumatisme crânien. «Je m'imaginais pouvoir retrouver celui que j'étais. Je faisais du sport avant et j'étais très actif. J'ai vite réalisé que la vie serait différente pour moi.» confie-t-il.

Avec maints efforts, il a pu acquérir une plus grande autonomie. M. Morris compose avec ses défis quotidiens et continue d'avancer. Il a décidé de se plonger dans les études en psychologie et exploite maintenant son savoir pour aider les autres. Autant au CAPTCHPL qu'au niveau des jeunes dans les écoles, Stéphane Morris est un modèle de détermination. «Ça prend un but dans la vie si tu veux être fier de toi. Quand je parle aux membres de l'organisme ou aux élèves, je leur dis qu'il est important de s'occuper, de se rendre utile. Moi par exemple, pour le CAPTCHPL, je m'implique activement.»

M. Morris s'implique également au sein du comité de la sécurité routière du CAPTCHPL pour prévenir les accidents de la route. Précisons d'ailleurs en conclusion que ce projet de visibilité dans les journaux pour le CAPTCHPL est rendu possible grâce au soutien du ministère des Transports du Québec, par l'entremise du Programme d'aide financière du Fonds de la sécurité routière.



CONDUIS PRUDEMMENT

Québec



CAPTCHPL.PROJETS@GMAIL.COM

643, rue de Martigny O., CP 11
Saint-Jérôme J7Z 5T7 | 450 431-3437

>1404743

LNAH

Métamorphose fructueuse de l'alignement des Pétroliers du Nord

LUC ROBERT, COLLABORATION SPÉCIALE – Partie d'équipe négligée, les Pétroliers du Nord sont devenus en deux semaines l'équipe la plus redoutée du circuit Laplante.

PHOTO : LUC ROBERT



Le directeur-gérant Martin Daoust a regarni l'alignement des Pétroliers en multipliant les transactions.

Après avoir vu le duo composé du directeur-gérant Martin Daoust et de son acolyte directeur des opérations, Dannick Lessard multiplier les transactions, les Jérômiens ont remporté des victoires successives de 6-3 à Sorel-Tracy, et de 2-0 sur Saint-Georges-de-Beauce, à domicile.

Lors de ce match disputé samedi dernier à l'aréna Rivière du nord, le portier Mathieu Dugas, première étoile, a repoussé les 24 lancers dirigés vers lui par le Cool-Fm. Alexandre Beaugard et Marc-Olivier d'Amour l'ont appuyé à l'attaque.

Dans le gain de 6-3 à Sorel, vendredi dernier, c'était au tour du gardien Maxime Clermont de stopper 33 des 36 tirs auxquels il a fait face.

À l'offensive, Marc-Olivier D'Amour, Thomas Beaugard, Alexandre Beaugard et le défenseur Julien Brouillette, ont marqué un but chacun, alors que le défenseur Sasha Pokulok a secoué les cordages à deux reprises (2b, 2a).

«Brouillette et Pokulok ont été dominants à la ligne bleue. Leur relance offensive a fait la différence.

Tu veux compter sur des arrières calmes, mais qui peuvent aussi être intenses et s'impliquer (à l'attaque) lorsque la situation

le commande», a analysé Martin Daoust, également entraîneur-chef des Jérômiens.

RETOUR DE NICK MAROIS

Les férus du hockey local renoueront avec une figure connue, ce samedi à 20h à l'aréna RDN, alors que l'ex-Panthère Nick Marois s'alignera avec les Pétroliers, face aux Éperviers de Sorel-Tracy.

Celui qui a réussi des campagnes de 15, 31 et de 29 buts dans le junior AAA, a été rapatrié de la Suisse, à titre d'agent libre.

«Après 21 parties avec le EHC de Basel, ça ne fonctionnait plus. Ils favorisaient les joueurs suisses. J'ai décidé de revenir et de m'inscrire à un cours de pompier, à Laval, pour septembre 2019», a souligné l'attaquant de Boisbriand, âgé de 22 ans.

Le fils de l'ex-professionnel Daniel Marois entend se donner à fond aux Pétroliers.

«Je n'ai pas d'attentes: une place sur le 3^e ou 4^e trio fera l'affaire. La ligue a changé, depuis l'époque de mon père avec les Dragons de Verdun. Ils misent davantage sur la vitesse et la jeunesse. Je suis toujours un fabricant de jeux, aussi capable de marquer.»

AUTRES TRANSACTIONS

Marois est le deuxième ancien des Panthères à se retrouver avec les Pétroliers, après la venue de Dominic Léveillé, 37 ans.

Le résidant de Prévost, natif de Saint-Hippolyte, était de l'alignement des champions 2001 de la Coupe Fred Page.

«Je suis heureux d'être de retour, après plus de 17 ans sur la route. C'est un cliché, mais je veux boucler la boucle ici. J'ai l'énergie pour disputer deux autres campagnes.»

Auteur de 271 points en 217 matchs dans la LNAH (avant les parties de la fin de semaine passée, il apporte de la profondeur à la formation. «J'ai encore le feu sacré. Ça ne me dérange pas d'avoir tu temps de glace espacé. Je jouais seulement pour le plaisir, dans le senior A, à Cornwall», a confié le numéro 10.

Outre les signatures des attaquants Dominic Léveillé et Pierre-Luc Sleighter, ainsi que du défenseur Julien Brouillette, les Pétroliers du Nord ont fait l'acquisition du vétéran ailier blainvillois de 35 ans, Nicolas Corbeil (blessé, haut du corps).

S'ajoute en plus, l'attaquant-vedette Marc-Olivier d'Amour, ex-3L.

HORAIRE DU PATIN LIBRE

PÉRIODE DES FÊTES 2018-2019

SAMEDI 22 DÉCEMBRE	18h30 à 19h20	PATIN LIBRE
DIMANCHE 23 DÉCEMBRE	13h00 à 14h50	PATIN LIBRE
LUNDI 24 DÉCEMBRE	10h10 à 12h00	PATIN LIBRE
	14h30 à 16h20	
MARDI 25 ET MERCREDI 26 DÉCEMBRE	FERMÉ	-----
JEUDI 27 DÉCEMBRE	9h10 à 11h30	PATIN LIBRE ET PATIN-POUSSETTE
	11h30 à 12h50	HOCKEY LIBRE (PARENT/ENFANT)
	11h40 à 13h00	HOCKEY LIBRE (16 ANS ET PLUS)
	15h00 à 16h50	PATIN LIBRE
VENDREDI 28 DÉCEMBRE	9h10 à 11h30	PATIN LIBRE ET PATIN-POUSSETTE
	13h00 à 15h50	PATIN LIBRE
SAMEDI 29 DÉCEMBRE	18h30 à 19h20	PATIN LIBRE
DIMANCHE 30 DÉCEMBRE	13h00 à 14h50	PATIN LIBRE
LUNDI 31 DÉCEMBRE	10h10 à 12h00	PATIN LIBRE
	14h30 à 16h20	
MARDI 1 ^{er} ET MERCREDI 2 JANVIER	FERMÉ	-----
JEUDI 3 JANVIER	9h10 à 11h30	PATIN LIBRE ET PATIN-POUSSETTE
	11h30 à 12h50	HOCKEY LIBRE (PARENT/ENFANT)
	11h40 à 13h00	HOCKEY LIBRE (16 ANS ET PLUS)
	15h00 à 16h50	PATIN LIBRE
VENDREDI 4 JANVIER	10h10 à 12h00	PATIN LIBRE
	15h00 à 16h50	
SAMEDI 5 JANVIER	18h30 à 19h20	PATIN LIBRE
DIMANCHE 6 JANVIER	13h00 à 14h50	PATIN LIBRE

ARÉNA 
RIVIÈRE-DU-NORD

750, rue Fillion, Saint-Jérôme
www.arenardn.ca / [Facebook.com/Arenardn](https://www.facebook.com/Arenardn)

VENEZ ENCOURAGER NOS PANTHÈRES DE ST-JÉRÔME

- 21 décembre 2018 – 19h00
- 6 janvier 2019 – 15h40
- 9 janvier 2019 – 19h00
- 16 janvier 2019 – 19h00
- 23 janvier 2019 – 19h00
- 27 janvier 2019 – 15h40
- 1 février 2019 – 19h00
- 8 février 2019 – 19h00
- 13 février 2019 – 19h00
- 20 février 2019 – 19h00



NOUVEAU! LES PÉTROLIERS DU NORD – SEMI-PRO

À 20H00, LES SAMEDIS SUIVANTS :

- 22 & 29 décembre 2018
- 5, 12, 19 & 26 janvier 2019
- 2, 9 & 23 février 2019
- 2 mars 2019



La direction et le personnel vous offrent leurs meilleurs vœux à l'occasion de Noël et du Nouvel An!
L'administration de l'aréna sera fermée du 21 décembre 2018 (midi) au 6 janvier 2019. Nous serons de retour dès le 7 janvier 2019.



1607069

ENTRAÎNEMENT SPORTIF

Anthony Charbonneau n'a pas craint de se lancer en affaires

LUC ROBERT, COLLABORATION SPÉCIALE – Alors que les groupes sportifs s'unissent de plus en plus pour réduire leurs frais d'exploitation, le Jérômien Anthony Charbonneau a fait preuve de cran, en septembre dernier, quand il a lancé seul AC Sports Élite, un lieu d'entraînement personnalisé de hockey.

PHOTOS : LUC ROBERT



Anthony Charbonneau s'est lancé en affaires à 23 ans.



Tous les moyens sont bons pour empêcher frêrot de marquer.

Âgé de seulement 23 ans, Charbonneau est fringant et n'a pas d'objection à se retrousser les manches pour mener son projet à bien.

«J'ai joué jusqu'aux rangs juvéniles. Ça faisait trois ans que je caressais le projet d'ouvrir un centre d'entraînement local, sans que nous soyons obligés de nous déplacer vers le Boisbriand, Laval ou Montréal pour avoir des cours d'appoints individuels. J'ai pris mon courage à deux mains et j'ai décidé de me lancer seul dans

l'aventure. Je veux enseigner à temps plein dans le sport».

Natif du secteur Saint-Antoine, celui qui est aujourd'hui entraîneur-chef des midgets espoirs à Saint-Jérôme compte sur l'aide de trois à cinq entraîneurs, selon l'achalandage.

«En deux mois et demi d'opérations, j'ai déjà 200 jeunes inscrits à nos camps et sessions. Nous disposons de 3900 pieds intérieurs de surface artificielle pour notre

patinoire. Quand j'ai commencé à louer mon local (rue de Martigny Ouest), il n'y avait que deux murs, ici.

On a tout aménagé nous-mêmes: les bandes, le vestiaire, le tableau indicateur, la boutique avant, la machine d'affûtage de patins, etc.

Je suis fier du résultat. On a comme projet d'installer une surface synthétique de 2 000 pieds carrés, à l'extérieur, pour tenir des camps d'été. On a déjà la


surface intérieure en composite, qui permet un environnement d'entraînement, 365 jours par année». Anthony Charbonneau espère étendre la réputation d'AC Sports Élite à travers la région. «Mon territoire comporte beaucoup de potentiel. Des jeunes inscrits proviennent d'aussi loin que de Tremblant, jusqu'à Deux-Montagnes, en passant par Saint-Colomban et Lachute. Le but reste d'avoir tous les services de développement localement, avec des inscriptions de partout sur la Rive-Nord».

Toutes les phases du jeu et de l'entraînement sont abordées par Charbonneau et ses adjoints, pour des joueurs seuls ou en groupes.

«On cherche à déterminer le niveau de conditionnement physique du joueur, en fixant des objectifs réalistes. On améliorera sa préparation physique, son développement à long terme. J'entends maximiser le potentiel des jeunes, tout en respectant l'évolution de l'athlète».

Au niveau du conditionnement physique, il s'est associé à Félix Darveau.

« À l'heure actuelle, je prépare un camp de Noël pour les jeunes. J'ai aussi dans mes cartons d'autres camps à monter pour le congé de mi-session de mars 2019. J'ai essayé de me faire connaître, en multipliant les concours et promotions. La réponse est bonne. J'ai de l'ambition et je sais que je vais réussir».



Partenaire média
Le Nord

CALENDRIER DES MATCHS

JOUR	DATE	MOIS	VISITEUR	@	LOCAL	PATINOIRE	HEURE
Ven	21	Déc	Côte-du-Sud	@	St-Jérôme	Aréna Rivière-du-Nord	19H00
Dim	06	Jan	Valleyfield	@	St-Jérôme	Aréna Rivière-du-Nord	15H40
Mer	09	Jan	Côte-du-Sud	@	St-Jérôme	Aréna Rivière-du-Nord	19H00
Mer	16	Jan	Granby	@	St-Jérôme	Aréna Rivière-du-Nord	19H00
Mer	23	Jan	Montréal-Est	@	St-Jérôme	Aréna Rivière-du-Nord	19H00

JOUR	DATE	MOIS	VISITEUR	@	LOCAL	PATINOIRE	HEURE
Dim	27	Jan	Gatineau	@	St-Jérôme	Aréna Rivière-du-Nord	15H40
Ven	01	Fév	Montréal-Nord	@	St-Jérôme	Aréna Rivière-du-Nord	19H00
Ven	08	Fév	Chambly	@	St-Jérôme	Aréna Rivière-du-Nord	19H00
Mer	13	Fév	Valleyfield	@	St-Jérôme	Aréna Rivière-du-Nord	19H00
Mer	20	Fév	Lac St-Louis	@	St-Jérôme	Aréna Rivière-du-Nord	19H00

CLASSEMENT DE L'ÉQUIPE

Équipe	PJ	PTS	V	D	N	DP	DT	BP	BC	DIFF	T/PJ	T%	TC/PJ	AN%	DN%	MPUN
5 STJ	32	35	15	12	0	3	2	140	106	34	34.2	12.79	25.9	26.22 43/164	80.62 25/129	556

PROFIL D'ÉQUIPE

➤ GARDIENS

##	Nom	POS	PJ	% ARR	MIN	BC	V	VP	VT	D	DP	DT	N	BL	MOY
31	MAGUIRE, GUILLAUME	G	18	0.893	864	41	5	0	1	8	0	1	0	3	2.85
38	TADDEO, ALEXANDRE	G	20	0.859	1053	63	8	1	0	4	3	1	0	1	3.59

➤ JOUEURS

##	Nom	POS	PJ	PTS	B	A	MOY	+/-	BAN	BDN	BG	BE	TIRS	MEJ	TDC	TB	PUN	MPUN
7	PROULX, JONATHAN	DG	30	5	2	3	0.167	-3	0	0	0	0	29	41.07	0	0	12	24
11	DENICOURT-FOURNIER, FREDERICK	DD	29	28	6	22	0.966	7	4	0	0	0	62	75	0	0	8	22
12	PROULX, MARC-ANTOINE	AD	31	16	6	10	0.516	8	1	0	0	0	39	40	0	1/3	10	36

##	Nom (suite)	POS	PJ	PTS	B	A	MOY	+/-	BAN	BDN	BG	BE	TIRS	MEJ	TDC	TB	PUN	MPUN
16	DUFOUR, FÉLIX	J	19	7	1	6	0.368	1	0	1	0	0	12	50	0	0	0	0
18	CSORBAY, COLE	AG	18	3	1	2	0.167	0	0	0	0	0	11	50	0	0	0	0
19	GOURDEAU, TRISTAN	AG	32	28	9	19	0.875	1	4	0	0	0	51	49.84	0	0/2	2	4
21	GRAVEL, ZACHARY	C	31	35	14	21	1.129	9	6	0	0	0	91	58.33	0	1/2	24	75
22	VOSNIADES, ALEX	AD	29	24	9	15	0.828	-1	2	0	0	0	62	54	1	0	2	4
23	PLOURDE, OLIVIER	AD	32	30	17	13	0.938	12	8	0	0	0	92	53.23	0	0	39	117
25	DADADZHANOV, RENAT	DG	27	17	3	14	0.63	8	0	0	0	0	63	33.33	0	0	13	26
27	ARGENTO, DOMENICO	DG	5	1	1	0	0.2	2	0	0	0	0	20	0	0	0	4	8
28	PARÉ, JUSTIN	C	29	27	12	15	0.931	-6	5	1	0	0	75	50.74	0	0/2	9	18
44	RICHER, ALEC	DD	29	4	0	4	0.138	-10	0	0	0	0	40	0	0	0	21	53
55	LACOMBE, CHARLIE	DD	32	13	3	10	0.406	13	3	0	0	0	60	25	0	0	14	36
61	BRUNEAU, JACOB	AD	17	0	0	0	0	-3	0	0	0	0	13	50	0	0	5	10
77	PAIEMENT, CHARLES-ANTOINE	C	30	30	9	21	1	9	3	1	0	0	66	60.39	1	0/1	11	25
77	CASTONGUAY, DAVEN	DG	25	18	3	15	0.72	2	0	0	0	0	53	0	0	0	7	14
87	RIOPEL, PHILIPPE-OLIVIER	AD	25	46	21	25	1.84	20	5	3	1	0	103	52.12	2	0/2	6	12
89	ABI-FAYCAL, SAÏD	AD	29	9	4	5	0.31	-4	0	1	0	0	45	52.2	0	0	6	12
96	BOHÉMIER, CHRISTOPHE	AG	21	30	15	15	1.429	12	2	2	0	0	62	42.21	0	0/3	8	16



CLAUDE LABELLE
DIRECTEUR GÉNÉRAL



DANIEL FILIATRAULT
CONSEILLER



ÉDITH PELLETIER
CONSEILLÈRE



RICHARD LEFEBVRE
CONSEILLER



ANNIE DROUIN
CONSEILLÈRE



2^e Édition cocktail de Noël 2018 d'évoilà5 & K17

Le 5 décembre dernier a eu lieu la 2^e édition du Cocktail de Noël chez évoilà5 Saint-Jérôme pour la levée de fonds dédiée à la Maison Pause-Parent. Cette soirée fût le résultat d'une initiative de deux entrepreneurs de la région des Laurentides, Claude Lévesque d'évoilà5 et Katy Lafleur de K17 Agence Marketing Événementiel. Cette année l'événement a permis d'amasser 3 fois la somme de l'an dernier!

La soirée doit son grand succès aux invités et aux généreux donateurs et commanditaires, qui ont permis la remise de nombreux prix aux participants de la roue de fortune, où les dons allait directement à l'organisme. Étaient présents à cette soirée, le maire de Saint-Jérôme Monsieur Stéphane Maher et Madame Joëlle Lafontaine attachée politique de Rhéal Fortin, député Rivière-du-Nord ainsi que toute l'équipe de Madame Manon Pérusse, directrice générale de la Maison Pause-Parent.



Depuis 1946 !

Pneu et Silencieux Corbeil vous offre un service à la clientèle avant et après-vente de qualité, bon prix, et ce depuis plus de 3 générations. Dieudonné Corbeil (3^e génération) ainsi que son fils Raymond Corbeil (2^e génération) se sont batti une réputation des Laurentides à Montréal dans le domaine du silencieux, de l'alignement et des freins. Il y a 10 ans Dominic Corbeil (3^e génération) a décidé d'ajouter le service de vente, d'installation du pneu, de mécanique générale, de « tune up électronique » tout en restant fort dans le silencieux. les freins, l'alignement et la direction. Bâtisse rénover de l'extérieur, nouvelle salle de montre, plusieurs voitures de courtoisie et financement Accord D sur 3 ou 6 mois, entreposage des pneus, voici maintenant le service Corbeil.

Pneu et Silencieux Corbeil, 2095, boulevard du Curé-Labelle, Saint-Jérôme,
450 432-4571 • garagecorbeil.com

On se refait une beauté



Depuis maintenant quelques semaines, Chantal et toute l'équipe du Lunetier Saint-Jérôme vous accueillent dans un tout nouveaux décor chaleureux et convivial. Plusieurs améliorations ont été faites dont un nouvel éclairage DEL afin de mieux voir leur grand choix de montures et de faire le bon choix. Vous vivrez une belle expérience client, car vos lunettes reflète votre personnalité. Toujours la même équipe attentionnée et chaleureuse vous attend pour bien vous conseiller.

Le Lunetier Saint-Jérôme, 555, boulevard St Antoine, Saint-Jérôme,
450 431-1228 • lelunetier.com



Nos p'tits amours

Voici Sparrow, notre vedette du mois de novembre, entouré de Laurie et Zoé. Sparrow a remporté une carte-cadeau de 25\$ chez Canadian Tire de St-Jérôme. Ses cadeaux de Noël sont achetés...il sera gâté ce petit chanceux!

SUDOKU

JEU N° 586

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

RÈGLES DU JEU :

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

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

RÉPONSES

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



ST-JÉRÔME
CHEVROLET
BUICK • GMC • CORVETTE

ST-JÉRÔME
CHRYSLER
JEEP • DODGE • RAM • FIAT

ST-JÉRÔME
AUTO DÉPÔT
LE SUPERCENTRE DE L'OCCASION

MOTS CROISÉS

JEU N° 586

1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													

HORIZONTALEMENT

- Bienveillant, indulgent.
- Petits instruments de musique.
— Communauté économique européenne.
- Lettre de l'alphabet grec.
— Amourachent (s').
- Enfonce vivement.
— Remorquai un bateau à l'aide d'un cable.
- Conduit naturel. — Dans la Haute-Vienne.
- Rends plus stable. — Fiole.
- Accouple deux pièces métalliques.
- Poisson d'eau douce.
— Ensemble des cordages d'un bateau.
- Médicament absorbé par voie perlinguale.
— Doublée.
- Composé obtenu par condensation.
— Prénom masculin.
- Fines bandes de soie pour drainer une plaie.
— Parcelle.
- Greffais. — Venus au monde.

VERTICALEMENT

- Compte, enregistre.
- Ceil-de-boeuf.
— Elle fut abolie en 1789.
- Possessif.
— Parole qui blesse la pudeur ouvertement.
- Personne qui prend à bail.
— Coup.
- Estrade entourée de cordes.
— S'usent par le frottement, en parlant de cordages.
- Assombrit.
- Détesté, exécré.
— Herbe aquatique vivace.
- Garnit d'une aiche.
— Coq de bruyère.
- Sans équivoque.
- Ferme hermétiquement.
— Il portait souvent un habit de femme.
- Ville d'Allemagne.
— Tension douloureuse au niveau du sphincter.
- Se dit d'une odeur forte et répugnante.
— Personnes.

SEMAINE DU 19 AU 25 DÉCEMBRE 2018

Signes chanceux de la semaine :
CANCER, LION ET VIERGE

BÉLIER (21 MARS - 20 AVRIL)

Il ne sera pas facile de respecter le budget fixé en ce qui concerne les emplettes de Noël. Vous ferez des cadeaux beaucoup plus onéreux que prévu à ceux que vous aimez. Vous pourriez également faire un peu de favoritisme auprès de certains.

TAUREAU (21 AVRIL - 20 MAI)

En cette période de l'année, il va de soi que les cartes de crédit deviennent considérablement sollicitées. Il faudra faire des choix entre des cadeaux de Noël et des activités sociales, ou même un beau voyage en famille.

GÉMEAUX (21 MAI - 21 JUIN)

Même si les festivités ne sont pas encore commencées, votre maison sera constamment pleine à craquer. Si vous avez de jeunes enfants, ils établiront leur camp de base chez vous en compagnie de tous leurs amis avant même le début des congés.

CANCER (22 JUIN - 23 JUILLET)

Vous vous laisserez envahir par la magie de Noël, alors que vous auriez cru passer à côté cette année. Vous accorderez de votre temps à des causes sociales et vous parviendrez à faire le bonheur de nombreuses personnes plutôt démunies.

LION (24 JUILLET - 23 AOÛT)

Vous aurez déjà le cœur à la fête! Vous serez entouré d'une foule tout au long de la semaine. Évidemment, vous courrez les centres d'achats alors que ceux-ci seront bondés et ce sera une expérience fort agréable. Vous apprécierez la frénésie de Noël.

VIERGE (24 AOÛT - 23 SEPTEMBRE)

L'abondance sera au rendez-vous. L'idée d'un voyage dans le Sud vous traversera l'esprit. Il vous faudra de l'aventure ainsi que de nouvelles expériences. Vous envisagerez également la possibilité de travailler à l'étranger pour vous dépayser.

BALANCE (24 SEPTEMBRE - 23 OCTOBRE)

Vous pourriez très bien reprendre vos études pour améliorer votre situation professionnelle. Vous aurez écho d'une belle opportunité avec un gain considérable, ce qui apaisera votre stress sur le plan financier.

SCORPION (24 OCTOBRE - 22 NOVEMBRE)

Il y aura un petit ménage à faire dans votre cercle d'amis. L'attention sera portée vers votre couple et votre famille. Vous n'avez absolument pas besoin de parasites qui nuisent à votre qualité de vie ou qui sèment la bisbille dans vos relations.

SAGITTAIRE (23 NOVEMBRE - 21 DÉCEMBRE)

Vos proches s'attendent sûrement à ce que vous fassiez tous les préparatifs nécessaires pour la période des Fêtes, surtout si vous en avez fait une habitude. N'oubliez pas de déléguer certaines tâches pour que ce soit un peu plus équitable cette année.

CAPRICORNE (22 DÉCEMBRE - 20 JANVIER)

Vous commencerez déjà à emballer vos cadeaux de Noël. Vous leur apporterez votre petite touche magique même si cela vous prendra un temps fou afin d'épater vos proches et les enfants. Vous réussirez à impressionner pas mal de monde.

VERSEAU (21 JANVIER - 18 FÉVRIER)

Vous vous retrouverez au centre de toute l'attention en raison d'un projet bien particulier. Vous rassemblez la famille pour faire un voyage en toute spontanéité ou une activité de grande envergure durant le temps des Fêtes, par exemple.

POISSONS (19 FÉVRIER - 20 MARS)

Vous serez passablement populaire et régulièrement invité à participer à de nombreuses activités, sauf que vous aurez plutôt tendance à décliner les offres. Cependant, à la dernière minute, vous changerez d'idée, surtout lorsqu'il s'agira de faire la fête!



JEU DES 7 DIFFÉRENCES



GROUPE
CARBUR

Joyeuses Fêtes
et bonne année!

MERCI À TOUS
NOS CLIENTS!

PLUS
DE **10 000**
CLIENTS SATISFAITS EN 2018

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
-------------------------	--------------------------	-----------------------	----------------------------------	----------------------------------	------------------------

105 Propriétés à vendre

STE-SOPHIE: cottage 4 c.a.c., terrain 12,000 pi.ca., 144,900\$. R. Caggiotti Courtier Remax 514-258-3614

110 Propriété à revenus à vendre

À St-Jérôme: Multi-plex à vendre Très propre, Finition extérieure brique, Grand stationnement. Agent s'abstenir 514-589-9146

TRIPLEX neuf, 3X5-1/2, centre-ville Ste-Adèle, haut plafond, écoénergétique, grande fenestration, 514-882-6694

205 Logements / appartements à louer

1 MOIS GRATUIT: 5-1/2 à qui la chance il faut voir! 2 s.d.b., rénové. Non-fumeur, pas de chien, 960\$. Enquête de crédit. St-Jérôme 450-275-1939

2-1/2, 3-1/2, Ste-Agathe, secteur tranquille. Grands, chauffés, éclairés. Repeints. Espaces rangement. Stationnement. 514-212-0482

3-1/2, St-Jérôme, chauffé/éclairé, 625\$. Disponible. Pas d'animaux, non-fumeur, 450-436-6729

4-1/2, grand, rue des Rossignols, St-Jérôme. 1er mars, enquête crédit, 750\$. 450-822-2210, 450-821-8324

5-1/2, 427, Ouimet, St-Jérôme, 3e étage, 750\$. Pas d'animaux. Libre. 450-432-6438

5-1/2, St-Jérôme. Libre, propre, paisible, près services, idéal semi ou retraité, pas d'animaux, non-fumeur. 450-432-4487

FACE Carrefour Nord: grand 3-1/2, 1er étage, rénové. Tranquille, sécuritaire, intercom, chauffé, éclairé, et vidéo-tron inclus, entrées laveuse, sècheuse, idéal retraité. "Locker", balcon, stationnement (prise électrique), 1er février. 450-304-1537

ST-JÉRÔME SUPER PROMOTION

4 1/2 STYLE CONDO AVEC FOYER

Construction neuve
Entrée lav./séch.
Chauffage électrique locataire

LIBRE IMMÉDIATEMENT

450-512-2574

205 Logements / appartements à louer

À Prévost, pour personne seule, 2-1/2, meublé, rénové, près de tout. Libre immédiatement, 470\$. 514-806-5401

MAISON à louer Lafontaine 4-1/2, 3-1/2, entièrement rénovés. Dénéigés. Livres, 950\$ et 660\$. Enquête de crédit. Pas d'animaux. 514-755-1804

ST-JÉRÔME: 5-1/2, 2e étage, endroit tranquille, 650\$/mois. 3-1/2, chauffé, éclairé, poêle, réfrigérateur, 525\$/mois. Livres immédiatement. 450-979-7715 après 16h

ST-JÉRÔME: Grand 4-1/2, rue Parent, 2e étage, frais peint, très paisible, stationnement déneigé, près tous les services. Pas d'animaux, idéal retraités/semi-retraités. Libre immédiatement, 720\$/mois, 450-431-5266

210 Logements / appartements chauffés à louer

STE-ADÈLE: Loft semi-meublé. Idéal personne seule, non-fumeur, entrée/balcon privées, 575\$. Libre 1er janvier. Pas d'animaux. 514-776-6707

215 Logements / appartements chauffés meublés à louer
1-1/2 meublé, chauffé, (laveuse, sècheuse payantes) 154 de la Durantaye, St-Jérôme, 500\$/mois. Libre. 450-438-4617

225 Propriétés à louer

À St-Canut, maison à louer possibilité semi-meublée, libre immédiatement, foyer au gaz, piscine/spa, déneigé, 1,200\$/mois, 514-233-9063

MAISON/ Duplex rénovés, 950\$, possibilité option d'achat. St-Sauveur environs. Financement disponible. 514-212-4644

225 Propriétés à louer

MAISON: 535 Picard St-Colomban, Lac Légaré, 4-1/2, entrée asphaltée, patio avant/arrière, foyer, terrain paysagé, grande remise. Libre maintenant, 850\$, 450-516-2647

245 Chambre à louer

BLAINVILLE (Chambres). Câble, Internet, près services. Stationnement. 125\$/semaine. 514-235-6004

CHAMBRE Mirabel, 5 minutes centre-ville St-Jérôme, non-fumeur, grand stationnement, idéal personne autonome, 390\$/mois, 450-432-2226, cell: 450-560-2226

270 Bureaux / locaux à louer

À St-Canut, locaux commerciaux: 1 avec atelier + bureau, 1 grand local avec 2 pièces situé en avant et 1 espace de bureaux. Chauffés, déneigés et grand stationnement. À VOIR! 514-233-9063

310 Divers à vendre

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

AQUARIUM 2'x4', 18" de profondeur, tout équipé. Prix 200\$. 450-432-5873

320 Animaux

JE veux un chaton mâle, 450-304-1658

345 Antiquité / art / collections

COLLECTEUR Achète: audio vintage, ampli Marantz, Sansui, McIntosh, Pioneer, tables tournantes: années 70/80. Disques vinyle rock/jazz, jeux Nintendo. 450-744-3060, Français.

365 Poêle / Fournaise / Bois de foyer

BOIS sec et semi-sec 100% bois franc. Après 18h. 450-432-0101

404 Services domestiques offerts

ENTRETIEN ménager, semaine/ deux semaines, résidentiel, commercial, références. Estimation gratuite. Reçu. 514-293-4251, 450-530-6841

ENTRETIEN Nord Ouest inc. offre service d'entretien ménager commercial (bureaux), 450-565-8069

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

! 450-431-7966. ABSOLUMENT À DÉCOUVRIR LA MAGIE D'UN MASSAGE NATUREL QUALITÉ SUPÉRIEURE SENSORIELLE EXTREME DÉTENTE. REÇU. 7/7, 9H-22H. ENDROIT CHAMP-ÉTRE, ST-JÉRÔME.

! 450-675-1378. Massage Californien, douce détente. St-Jérôme, Sandrine.

! 514-706-5666. Massage confort détente. Lundi au samedi 8h30-21h00.

! Bon massage, confort, 7/7, détente, chez moi, 9h-21h, 514-775-8333

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

DANIEL: À l'écoute de vos besoins, de 7h00 à 18h00, vous le méritez. St-Sauveur 450-275-0780

MASSAGE très relaxant pour bien vous détendre. St-Sauveur, 514-370-8754 Carole

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

424 Astrologie / Occultisme

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

Médium Québec réunit toujours pour vous les meilleurs voyant(e)s du Québec, reconnus pour leurs dons, leur sérieux, la qualité de leurs prédictions... Écoutez-les au 1-866-503-0830 et choisissez votre conseiller(e) personnel(le). Depuis votre cellulaire faite le # (carré)5722. Pour les voir et mieux les connaître: www.MediumQuebec.com

440 Déménagement / Transport / Entreposage

! Déménagement Billy, assurances. Spa/ piano. Entreposage. Engageons. 7/7 450-751-2282

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

442 Constructions / Renovations / Réparations

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

446 Peinture / décoration

À BON PRIX. Peinture. Tirage joints. 30 ans d'expérience. Français: 450-821-3799

452 Planchers / Pose et sablage

PLANCHERS Daniel Baril 20 ans + à votre service Pose, sablage, finition. 514-258-7195, Daniel, 514-592-1026, Marcel.

464 Réparations diverses

BRICOLEUR habile, fiable, répare, installe presque tout. Michel Lamarche 450-224-1427

PETITS moteurs, réparation entretien, tondeuse, tracteur, souffleur, transport disponible. Estimation avant réparation. 514-703-8107

472 Dénéigement

DÉNEIGEMENT manuel, trottoirs, escaliers, balcons. Région St-Jérôme, 450-565-8069

484 Services divers

HOMME à tout faire avec outils et camion, petit déménagement ou transport, 30\$/heure ou contrat, 450-224-7466, 450-660-2224

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

485 Agence de rencontre avec permis

AGENCE de rencontre sérieuse; Temps rencontre illimité, brunch samedis. www.agenceaccord.com

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

555 Argent à prêter

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

555 Argent à prêter

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

580 Occasions / Propositions d'affaires

Faites vite! votre territoire est disponible. Occasion unique et exclusive. Route de distributrices automatiques garanties. Produit le plus rentable, l'eau NAYA 600ml. Clientèle établie par la compagnie. Mise de fonds obligatoire. Financement disponible. Projet clé en main. 855-495-4599

585 Services financiers divers

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

605 Emplois divers

! Recherche hommes ou femmes à tout faire en rénovation pour construction après sinistre. Doit posséder véhicule et ses propres outils. Communiquez avec Michèle Primeau. 450-409-1140

À Ste-Adèle demande aide maintien à domicile pour personne quadraplégique. Soins d'hygiène & aide à l'alimentation, 3 avant-midi/ semaine. 450-229-1718.

CHERCHE personne stable pour une fin de semaine sur 2 dans Résidence pour personnes âgées semi autonome. Doit savoir cuisiner, PDSB et RCR à jour. 450-275-1762, 450-432-5828

638 Métier de l'auto

LES Entreprises François Michel Inc., situées à St-Colomban, sont présentement à la recherche d'un mécanicien moto, vt, motoneige et petit moteur. Le poste à combler est un poste à temps plein. La personne recherchée devra avoir complété une formation DEP et avoir au moins 3 années d'expérience. Salaire compétitif. Prière d'envoyer vos c.v. au: ent.francoismichel.inc@videotron.ca

660 Services domestiques

BESOIN femme de ménage. Sérieuse, honnête, ponctuelle, possédant voiture pour se rendre au travail à Prévost. Sylvie: 450-224-4898, 450-821-9848; cell

705 Formations diverses

ANGLAIS: cours privés/ ou par groupes. Prof. agréée. Evaluation gratuite. www.lemiroiranglais.ca 450-625-0166

705 Formations diverses

COURS de comptabilité sur Sage 50, manuelle et informatisée. formationsuzanneallard.com sallard@b2b2c.ca 450-565-4583, 450-419-2804. Prochaine session 7 janvier au 25 mars.

970 Réparations de carrosserie/remorquage

CARROSSERIE, débosselage, peinture. Artisan privé, travail professionnel. 40 ans d'expérience. Très bon prix. Pour estimation, Denis: 450-302-1636

985 Autos à vendre

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

985 Autos à vendre

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

DEVENEZ BÉNÉVOLE: 1 877 356-3226
FAITES UN DON: 1 800 418-1111

PONTIAC WAVE 2006
219 126 km

1 500\$

Voiture bien entretenue. Quelques pièces neuves, factures à l'appui. Devant légèrement accidenté, sans conséquence sur le bon fonctionnement (huile, direction etc...)

Contactez Cassandra 579 765-2355

Emplois

Recherche apprenti 3^e échelon ou mécanicien et homme de service temps plein

- Carte obligatoire
- Dynamique et désireux de travailler en équipe

Communiquez avec Richard au (450)224-2771 ou par télécopieur (450)224-8096 prevautomecanique@videotron.ca 3026, boul. Curé-Labelle, Prévost, J0R 1T0

Les Résidences Desjardins (Saint-Sauveur) Inc.

NOUS RECHERCHONS POUR POSTES

Infirmier(ère)s auxiliaire

Préposé(e)s aux bénéficiaires

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

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

Les Résidences du Manoir



NOTRE GROUPE DE RÉSIDENCES OFFRE DES SERVICES DE QUALITÉ AUX PERSONNES ÂGÉES DES LAURENTIDES

Un milieu de travail dynamique, c'est possible aux Résidences du Manoir!
Sainte-Adèle • Sainte-Agathe • Saint-Sauveur • Saint-Adolphe

POSTE EN COMPTABILITÉ
(Service de paie, payable) Poste à temps partiel

PRÉPOSÉE AUX RÉSIDENTS
Avec ou sans formation, temps plein, poste permanent à Sainte-Agathe

AIDE-CUISINIER(E)
Temps plein à Sainte-Agathe

ENTRETIEN MÉNAGER
16 h / semaine, poste permanent à Saint-Sauveur

PRÉPOSÉE AUX RÉSIDENTS
Avec ou sans formation, 2 nuits / semaine, poste permanent à Saint-Adolphe

Veuillez nous faire parvenir votre cv à :
Les Résidences du Manoir
101, rue Principale, bureau 1000
Saint-Sauveur (Québec) J0R 1R6
Télécopieur : (450) 240-0079
ressourceshumaines@residencesdumanoir.com
www.residencesdumanoir.com

CHAMBRES EN LOCATION
UN CHOIX DE 5 RÉSIDENCES AU CŒUR DES LAURENTIDES

Manoir de la Vallée SAINT SAUVEUR 450 240-1333	Manoir de la Falaise SAINT SAUVEUR 450 227-5994
Manoir Quatre Saisons SAINT SAUVEUR - DES HAUTES 819 334-8244	Manoir Saint-Adolphe SAINT-ADOLPHE - DE HONORÉ 450 224-1148

1 877 333.0933 | residencesdumanoir.com

PRENEZ RENDEZ-VOUS
ET PRÉPAREZ VOTRE VIE

Un testament peut être modifié en vue d'inclure un don sans compromettre l'avenir des héritiers.



Un héritage à partager Québec
www.unheritage.org
1 888 304-8834


DEVENEZ BÉNÉVOLE :
1 877 356-3226

FAITES UN DON :
1 800 418-1111



Croix-Rouge canadienne
Division du Québec

SUIVEZ-NOUS SUR
facebook.com/journalLeNordStJerome



Matte, Isabelle
1969-2018

Montréal, le 14 décembre 2018, est décédé à l'âge de 49 ans Madame ISABELLE MATTE, épouse de Danny Sinclair, fille de Réal et Nicole Matte.

Outre son époux, elle laisse dans le deuil ses enfants Maxime et Mliissa, ses frères Pierre et Jean, belles-soeurs et beaux-frères, ainsi que de nombreux parents et amis.

La famille recevra vos condoléances le dimanche 23 décembre 2018, de 12h à 17h.



1607092

AGENDA COMMUNAUTAIRE



CENTRE DE ZOTHÉRAPIE
Aidez le Centre de zoothérapie communautaire à amasser des fonds en faisant garder votre animal durant vos vacances. 450 327-0244 ou czooc@hotmail.com. Visitez le site : www.zootherapia.com

ALCOOLIQUES ANONYMES
Si l'alcool est un problème pour vous, les Alcooliques anonymes peuvent vous aider. Il suffit de les contacter au 450 438-5799 ou au www.aa-quebec.org/region90

CERCLE DE FERMIERES ST-ANTOINE
Les femmes qui aiment l'artisanat : tricôt, broderie, tissage sont au rendez-vous. Venez nous rencontrer au sous-sol de l'église St-Antoine, 705, Boul. Des Laurentides, Saint-Jérôme tous les mercredis dès 13 h. Inf.: 450 438-4808 ou Hélène 450 569-2244.

CAPTCHPL
Le CAPTCHPL est un organisme communautaire sans but lucratif qui a comme mission de faciliter l'intégration sociale des personnes traumatisées crâniennes et handicapées physiques de la région des Laurentides. Activités diversifiées et adaptées pour promouvoir les intérêts des membres ainsi que de les sortir de l'isolement. L'organisme offre un soutien aux familles. Besoin de bénévoles. Pour plus d'informations, 450 431-3437 sans frais 1 888 431-3437.

Suite à la page 45

50^e ANNIVERSAIRE DE DÉCÈS
Thérèse Blondin Charbonneau
22 décembre 1968



50 années ont passé Maman, depuis que tu nous as quitté pour toujours, à l'âge de 49 ans, si jeune. Tu nous manques encore beaucoup. N'oublie pas de continuer à veiller sur nous. Avec tout notre Amour Maman.

De tes enfants Claude, Monique, Jacques, Céline, André, ainsi que tous tes petits-enfants.

>1607073

Cloutier, Jean-Claude
1930-2018



À Saint-Jérôme, le 12 décembre 2018, à l'âge de 88 ans, est décédé M. Jean-Claude Cloutier.

Maintenant auprès de son épouse Mme Rolande Ricard Cloutier, il laisse dans le deuil son fils Michel, ses petits-enfants Alexandre, Valérie et Jessica, ses arrière-petits-enfants Aurélie, Livia et Adam, ainsi que plusieurs autres parents et amis.

La famille recevra les condoléances le vendredi 21 décembre 2018, de 18h à 21h, au salon de la Maison Funéraire Trudel :

400, Place du Curé-Labelle
St-Jérôme, Québec, J7Z 5L3
www.maisontrudel.com
450-438-1234



1607085

Crématel
Simplement la CRÉMATION^{MD}

- Sans embaumement
- Sans cercueil
- Sans exposition

Transport du corps directement au crématorium

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


>1707490

Donnez à la mémoire de ...

Fondation **Pallia-Vie**

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

SUIVEZ-NOUS SUR
facebook.com/journalLeNordStJerome



REMERCIEMENT
Yves Thibault



Je vous ai quittés le 9 septembre 2018. Merci à tous ceux et celles que j'ai rencontrés dans ma vie, qui m'ont inspiré, encouragé et aimé tel que j'étais.

>1607081

Charbonneau, Carole
1947-2018



À Saint-Jérôme, le lundi 10 décembre 2018 est décédée à l'âge de 71 ans Madame CAROLE CHARBONNEAU.

Elle laisse dans le deuil ses fils Eric (Line), Nicolas (Geneviève) et Philippe (Marie-France), ses petits-enfants Jessica, Alexandra, April, Léane, Thomas et Théo, sa soeur Ginette ainsi que plusieurs autres parents et amis.

Selon ses volontés il n'y aura pas de funérailles. Des dons en sa mémoire à la Société de recherche sur le Cancer seraient appréciés



1607086

REMERCIEMENT
Bélisle, Marcel
1931-2018



Vous avez eu la délicatesse, lors du décès de Marcel Bélisle, survenu le 24 novembre 2018, à l'âge de 87 ans, de nous témoigner par un geste personnel la part que vous preniez à notre peine. Nous en avons été sincèrement touchés et tenons à vous dire notre profonde gratitude.

Veillez considérer comme personnels, nos plus sincères remerciements.

La famille

>1607074

La modération a bien meilleur goût.





AVIS PUBLIC

conformément à l'article 957 du Code municipal du Québec

BUDGET DE FONCTIONNEMENT 2019 ET DU PROGRAMME TRIENNAL D'IMMOBILISATIONS 2019-2020-2021

Le conseil municipal de la municipalité de Sainte-Sophie a adopté le budget de fonctionnement 2019 ainsi que le budget triennal d'immobilisations 2019-2020-2021 lors de la séance extraordinaire du 11 décembre 2018 à 20 heures dans la salle du conseil municipal située au 2199, boulevard Sainte-Sophie, à Sainte-Sophie. La teneur du document explicatif des budgets se traduit comme suit :

Budget 2019

REVENUS	2019
Taxes	13 789 860
Paiement tenant lieu de taxes	118 950
Transferts	579 960
Services rendus	493 465
Imposition de droits	2 418 000
Amendes et pénalités	145 000
Intérêts	350 921
Autres revenus	95 170
Surplus affecté	785 975
TOTAL	18 777 301

DÉPENSES	2019
Administration générale	2 450 420
Sécurité publique	3 151 745
Transport	4 576 310
Hygiène du milieu	1 856 080
Urbanisme & santé bien-être	940 475
Loisirs et culture	2 149 620
Frais de la dette et réserves financières	3 492 651
Affectations activités d'investissement	160 000
TOTAL	18 777 301

Dépenses par projets

No projet / Titre	Description	2019	2020	2021	Total
Pavage - S	Pavage secteur	425 000 \$	300 000 \$	300 000 \$	1 025 000 \$
Pavage - E	Pavage ensemble	1 000 000 \$		2 000 000 \$	3 000 000 \$
Réfection générale	Travaux	50 000 \$	50 000 \$		150 000 \$
Équipement voirie	Camionnette + pelle + plaque v.	340 000 \$	50 000 \$	50 000 \$	440 000 \$
Urb - logiciel	Fosse septique	5 000 \$			5 000 \$
Adm - logiciel	Taxation	75 000 \$			75 000 \$
Gref- logiciel	Archives	35 000 \$			35 000 \$
Incendie	Camion ter R.	90 000 \$			90 000 \$
Hygiène - Bac - 1	Bac bleu		25 000 \$		25 000 \$
Hygiène - Bac - 2	Bac brun	25 000 \$			25 000 \$
Parc	Dist. 2-3	100 000 \$			100 000 \$
Équip-parc	clôture, gradins, affichage...	75 000 \$			75 000 \$
Sentier multi-Godard	Sentier multi Godard	925 000 \$			925 000 \$
Pavillons	Réfection	100 000 \$	100 000 \$	100 000 \$	300 000 \$
Agrandissement- C	Agrandissement caserne		200 000 \$		200 000 \$
Réfection-usine F.	Agrandissement caserne		1 000 000 \$		1 000 000 \$
Agrandissement- G	Agrandissement garage	3 500 000 \$			3 500 000 \$
Total		6 745 000 \$	1 725 000 \$	2 500 000 \$	10 970 000 \$

Immobilisation par fonction

Description	2019	2020	2021	Total
Administration	110 000 \$			110 000 \$
Sécurité publique	90 000 \$	200 000 \$		290 000 \$
Transport	6 240 000 \$	400 000 \$	2 400 000 \$	9 040 000 \$
Hygiène du milieu	25 000 \$	1 025 000 \$		1 050 000 \$
Urbanisme	5 000 \$			5 000 \$
Loisirs	275 000 \$	100 000 \$	100 000 \$	475 000 \$
Total	6 745 000 \$	1 725 000 \$	2 500 000 \$	10 970 000 \$

Mode de financement

Description	2019	2020	2021	Total
Emprunt long terme - Secteur	385 000 \$	610 000 \$	270 000 \$	1 265 000 \$
Emprunt long terme - Ensemble	3 668 500 \$	400 000 \$	880 000 \$	4 948 500 \$
Fonds administration général	115 000 \$	25 000 \$		140 000 \$
FPTJ / FR	200 000 \$			200 000 \$
Subvention	2 336 500 \$	660 000 \$	1 320 000 \$	4 316 500 \$
Autres sources / paiement comptant	40 000 \$	30 000 \$	30 000 \$	100 000 \$
Total	6 745 000 \$	1 725 000 \$	2 500 000 \$	10 970 000 \$

Dons de promoteurs (non comptabilisé au budget)

Description	2019	2020	2021	Total
Cession de rues et infrastructures estimatives	500 000 \$	500 000 \$	500 000 \$	1 500 000 \$

DONNÉ À SAINTE-SOPHIE, ce 13^e jour du mois de décembre de l'an deux mille dix-huit (2018).

Sophie Plouffe, CPA, CMA

Directrice générale adjointe et secrétaire-trésorière adjointe

Avis

AVIS DE DEMANDE DE DISSOLUTION

Prenez avis que la Fondation en Médecine Régénératrice dont le siège social est situé au 2888, boulevard du Curé-Labelle, Prévost, QC, J0R 1T0, demandera la permission de se dissoudre au Registraire des entreprises du Québec.

Saint-Jérôme, le 19 décembre 2018

Claude Laflamme, Président

>1607080

Un testament peut être modifié en vue d'inclure un don sans compromettre l'avenir des héritiers.



www.unheritage.org
1 888 304-8834



AVIS PUBLIC

ENTRÉE EN VIGUEUR RÈGLEMENT NO 1254-2018

AVIS PUBLIC EST DONNÉ

Par le soussigné, Matthieu Ledoux, CPA, CGA., directeur général et secrétaire-trésorier de la municipalité de Sainte-Sophie :

QUE le conseil municipal, à sa séance ordinaire du 11 décembre 2018, a adopté le règlement décrit ci-dessous, soit :

1254-2018 Modalités de publication des avis publics.

Cet avis constitue l'avis de publication du règlement et il entre en vigueur conformément à la loi.

Ce règlement est maintenant déposé au bureau de l'hôtel de ville où toute personne peut en obtenir copie moyennant les honoraires exigibles par la loi.

DONNÉ À SAINTE-SOPHIE, ce 13^e jour du mois de décembre de l'an deux mille-dix-huit (2018).

Matthieu Ledoux, CPA, CGA,

Directeur général et secrétaire-trésorier

>1607078

Avis public



APPEL D'OFFRES

SOUSSION PUBLIQUE – ACHAT DE VÊTEMENTS ET ACCESSOIRES POUR LE SERVICE DE POLICE ET LE SERVICE DE LA SÉCURITÉ INCENDIE POUR L'ANNÉE 2019 (2020 EN OPTION)

La Ville de Saint-Jérôme demande des soumissions pour le projet suivant :

« ACHAT DE VÊTEMENTS ET ACCESSOIRES POUR LE SERVICE DE POLICE ET LE SERVICE DE LA SÉCURITÉ INCENDIE POUR L'ANNÉE 2019 (2020 EN OPTION) »

SOUSSION N° : 2018-BS-085

DOCUMENTS DISPONIBLES : à partir du 19 décembre 2018 sur le système SEAO.

RÉCEPTION DES SOUSSIONS : au plus tard le 17 janvier 2019, avant 10 h, au bureau de la greffière, 10, rue Saint-Joseph, bureau 301, Saint-Jérôme (Québec) J7Z 7G7, pour être ouvertes sur le champ.

RESPONSABLE DU PROJET : Mme Catherine Quesnel, acheteur, téléphone : 450 436-1512 poste 3508.

La Ville de Saint-Jérôme se réserve le droit de refuser la soumission d'un entrepreneur, d'un prestataire de services ou d'un fournisseur qui, au cours des deux années précédant la date d'ouverture des soumissions, a fait l'objet d'une évaluation de rendement insatisfaisant par la Ville.

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

La Ville ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues.

DONNÉ À SAINT-JÉRÔME, ce 19 décembre 2018

La greffière de la Ville,
Me MARIE-JOSÉE LAROCQUE, MAP, GMA

>1607084

RECRUTEZ VOTRE
PERSONNEL
AVEC



CONTACTEZ NATHALIE PAQUIN AU
450.438.8383 POSTE 324
Tombée le vendredi à 15h



AGENDA

Troisième Âge

ÂGE D'OR SAINT-ANTOINE

Le 8 janvier, bingo : Diane 450 438-0594. Le 15 janvier, danse et jeux libres. Le 22 janvier, danse et bingo. Le 29 janvier, danse et jeux libres. Cartes Fadoq : Monique 450 565-0947. Quilleurs demandés le vendredi à 13h. au Salon de quilles de St-Janvier, 2e étage : info : Diane 450 438-0594.

CLUB SOLEIL DE PRÉVOST

Nos activités sont terminées pour 2018, elles reprendront le 7 janvier 2019. Pour information : Suzanne 450 224-5612 ou Micheline 450 438-5683 ou Maryse 450 224-5312.

CLUB LE BONHEUR DE VIVRE À SAINT-CANUT

Le 8 janvier : jeux de cartes en avant-midi, pétanque à 13 h, baseball poche et shuffle-

board à 15 h et whist militaire à 19 h. Le 10 janvier : poker à 18 h 30. Le 15 janvier : cours de danse et jeux de cartes en avant-midi, tournoi de baseball poche à 13 h. Le 22 janvier : cours de danse et jeux de cartes en avant-midi, pétanque à 13 h, baseball poche et shuffleboard à 15 h, bingo cadeaux à 19 h. Le 24 janvier : poker à 18 h 30. Le 29 janvier : cours de danse et jeux de cartes en avant-midi, tournoi de pétanque à 13 h.

CLUB SOCIAL RÉVEIL AMICAL

Pour les 50 ans ou plus, le club social au Pavillon Bellevue, situé au 425, rue Gascon, à Sainte-Sophie. Pour les résidents de Sainte-Sophie, une navette d'autobus est offerte gratuitement, aller et retour, au domicile. Info : Diane Slight, au 450 848-6338, ou Diane Guay, au 450 432-1305.

AGENDA COMMUNAUTAIRE



FAMILLE DE JUMELAGE

Le Coffret est en recrutement pour des familles de jumelage afin d'accompagner des immigrants et des réfugiés dans leur démarche d'intégration. C'est une opportunité pour des familles québécoises de vivre une expérience interculturelle enrichissante sans sortir du pays. L'objectif est de guider les nouveaux arrivants afin de leur faire connaître le fonctionnement de la société québécoise. Contactez Sylvie Bernier au 450 565-2998 au poste 105.

CERCLE DES FERMIERES SAINT-JANVIER

Le Cercle de Fermières de Saint-Janvier Mirabel invite à la réunion mensuelle tous les 2es mardi de chaque mois à 19 h au Centre Joseph-Savard (local #12) situé au 13 908 boul. du Curé-Labelle. Jeanne Garand, présidente, 450 435-6799. Courriel: mcgrathjeanne@videotron.ca

SUIVEZ-NOUS SUR
facebook.com/journalLeNordStJerome



VIDÉO SUR LE WEB
journalenord.com

AUDIO SUR LE WEB
journalenord.com

Nouveau!

Suivez-nous en vidéos sur le
www.journalenord.com

- Des capsules vidéos éclatées
- Des entrevues exclusives
- Des vox-pop allumés
- Une équipe sur le terrain
- Pour vous!

Suivez-nous

CETTE SEMAINE SUR VOS ÉCRANS

LES JEUDIS 2 POUR 1 SUR PRÉSENTATION DU COUPON

*Non valide sur les films 3D, la salle ESV, Les sièges DBOX, Opéras, Ballets, Aventuriers Voyageurs, Représentations spéciales ou Événements spéciaux. Le 2 pour 1 s'applique sur le prix de base de 12\$.

DÉCOUPEZ ET PRÉSENTEZ CETTE
ANNONCE AU CINÉMA CARREFOUR DU NORD.

Gracieuseté de



ÉCONOMISEZ

LES JEUDIS EN APRÈS-MIDI ET EN SOIRÉE
OBTENEZ 2 BILLETS POUR UN FILM AU PRIX DE 12\$.

VALIDE LES 20 ET 27 DÉCEMBRE 2018

CETTE PROMOTION S'APPLIQUE POUR LE MÊME FILM
ET LA MÊME REPRÉSENTATION.

cinemast-jerome.com

LE RETOUR DE MARY POPPINS

Dans cette histoire, Michael et Jane sont maintenant adultes. Michael, ses trois enfants et leur gouvernante Ellen, vivent sur la rue Cherry Tree Lane. Suivant une grande perte personnelle dans la vie de Michael, l'énigmatique nounou Mary Poppins revient dans les vies de la famille Banks.

AQUAMAN VF

Arthur Curry apprend qu'il est l'héritier du royaume sous-marin de l'Atlantide. Il s'agit de la première aventure solo du superhéros Aquaman, déjà apparu dans Batman v Superman : L'Aube de la justice et Justice League de Zack Snyder. Ce film est le sixième de l'univers cinématographique DC.

POUR UN NOËL PLUS « VERT », triez bien vos matières!



Les festins et les échanges de cadeaux produisent une foule de déchets. Pendant le temps des Fêtes, comblez votre bac de recyclage en lui offrant :

- Des assiettes, des emballages et des contenants en aluminium;
- Des boîtes de carton;
- Des boîtes de jouets;
- Des bouteilles de plastique;
- Des bouchons en métal ou en plastique;
- Du papier d'emballage non métallisé;
- Des enveloppes;
- Des contenants en verre;
- Des canettes;
- Des couvercles;
- Des factures;
- Du papier de soie;
- Des boîtes de conserve.

Vérifiez sur le site de votre municipalité pour savoir quelles matières sont acceptées et refusées lors des collectes.



Votre bac a été sage, cette année? Alors, évitez de lui offrir ces matières, car les trier « ne sera pas un cadeau » :

- **Boules de Noël et verres à vin cassés :** emballez-les de façon sécuritaire et jetez-les à la poubelle;
- **Sapins naturels :** participez à la collecte spéciale organisée dans votre municipalité;
- **Choux, rubans et papier d'emballage métallisé :** réutilisez-les autant que possible et jetez-les seulement en dernier recours;
- **Emballages en styromousse :** réutilisez-les;
- **Bouchons de liège :** utilisez-les pour bricoler ou apportez-les à un point de dépôt spécialisé;
- **Jouets :** donnez-les ou déposez-les à un écocentre;
- **Guirlandes de Noël :** réutilisez-les, donnez-les ou mettez-les aux ordures si elles sont brisées;
- **Lumières de Noël :** réutilisez-les, donnez-les ou apportez-les à un écocentre si elles sont défectueuses;
- **Restes de repas :** congelez-les, partagez-les ou compostez-les;
- **Ustensiles en plastique :** optez pour des ustensiles durables, lavez-les ou jetez-les à la poubelle en dernier recours.

HORAIRE DU VENDREDI 21 DÉCEMBRE AU JEUDI 27 DÉCEMBRE 2018

REPRÉSENTATION Spéciale

BUMBLEBEE V.F.
Jeudi 20 décembre à 19h et 21h45



D-BOX
Billets en prévente
3D

3D: salle régulière: jeudi 20 décembre: 19h00 - 21h45
2D: salle régulière/D-BOX: ven. sam. dim. lun. mar.: 12h45 - 15h45 - 18h45
mer. jeu.: 10h00 - 12h45 - 15h45 - 18h45

3D: salle régulière/D-BOX: ven. sam. dim. mar. mer. jeu.: 21h45 lun. aucune représentation

DÉCONSEILLE AUX JEUNES ENFANTS

REPRÉSENTATION Spéciale

AQUAMAN V.F.
Jeudi 20 décembre à 18h45 et 21h45



TARIFICATION SPÉCIALE COUPON 2 POUR 1 REFUSÉ

3D **D-BOX**
Billets en prévente **SALLE ESV**
ÉCRAN GÉANT

3D: salle ESV/D-BOX: jeudi 20 décembre: 18h45 - 21h45
ven. sam. dim. mar. mer. jeu.: 21h45 lun. aucune représentation
2D: ESV/D-BOX: ven. sam. dim. lun. mar.: 12h45 - 15h45 - 18h45
mer. jeu.: 10h00 - 12h45 - 15h45 - 18h45

Prendre note que le distributeur n'accepte pas la TARIFICATION DU MERCREDI pour ce film. Conséquemment le prix d'entrée est au TARIF RÉGULIER.

DÈS LE MARDI 25 DÉCEMBRE



HOLMES ET WATSON
AVEC WILL FERRELL ET JOHN C. REILLY

ven. sam. dim. lun.: aucune représentation
mar. mer. jeu.: 14h35 - 16h40 - 18h45 - 21h45

DÉCONSEILLE AUX JEUNES ENFANTS

DÈS LE VENDREDI 21 DÉCEMBRE



DEUXIÈME ACTE
AVEC JENNIFER LOPEZ

ven. sam. dim. mar. mer. jeu.: 12h30 - 16h55 - 19h20 - 21h45
lun.: 12h30 - 16h55 - 19h20

DÉCONSEILLE AUX JEUNES ENFANTS

LES ÉVÉNEMENTS DANSE

Noël ne serait pas Noël sans...

Casse-Noisette
UN TOUT NOUVEAU SPECTACLE!

Sièges assignés **SALLE ESV** **Billets en prévente**
ÉCRAN GÉANT

LE DIMANCHE 23 DÉCEMBRE À 12H55

dimanche 23 décembre: 12h55

RALPH BRISE L'INTERNET

ven. sam.: 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h15
dim.: 15h45 - 18h45 - 21h15 lun.: 12h45 - 15h45 - 18h45
mar.: 12h45 - 15h45 mer. jeu.: 10h00 - 12h45 - 15h45

DÉCONSEILLE AUX JEUNES ENFANTS

MARY POPPINS

ven. sam. dim. mar.: 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h45
lun.: 12h45 - 15h45 - 18h45 mer. jeu.: 10h00 - 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h45

DÉCONSEILLE AUX JEUNES ENFANTS

LA COURSE DES TUQUES

ven. sam. dim. lun. mar.: 12h30 - 14h35 - 16h40 - 19h00
mer. jeu.: 10h00 - 12h30 - 14h35 - 16h40 - 19h00

DÉCONSEILLE AUX JEUNES ENFANTS

DR. SEUSS LE GRINCHEUX

ven. sam. dim. lun.: 14h55 mar.: 12h30 - 14h55
mer. jeu.: 10h00 - 12h30 - 14h55

DÉCONSEILLE AUX JEUNES ENFANTS

LA MULE CLINT EASTWOOD

ven. sam. dim. mar. mer. jeu.: 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h45
lun.: 12h45 - 15h45 - 18h45

Prendre note que le distributeur n'accepte pas la TARIFICATION DU MERCREDI pour ce film. Conséquemment le prix d'entrée est au TARIF RÉGULIER.

SPIDERMAN DANS LE SPIDER-VERSE

2D: ven. sam. dim. lun. mar.: 12h30 - 15h15 - 19h00
mer. jeu.: 10h00 - 12h30 - 15h15 - 19h00
3D: ven. sam. dim. mar. mer. jeu.: 21h30 lun.: aucune représentation

DÉCONSEILLE AUX JEUNES ENFANTS

UNE FAMILLE IMMÉDIATE

ven. sam. dim. lun. mar.: aucune représentation mer. jeu.: 10h00

DÉCONSEILLE AUX JEUNES ENFANTS

LES ANIMAUX FANTASTIQUES: LES CRIMES DE GRINDELWALD

ven. sam. dim. mar.: 21h10 lun.: aucune représentation
mer. jeu.: 10h00 - 21h10

Prendre note que le distributeur n'accepte pas la TARIFICATION DU MERCREDI pour ce film. Conséquemment le prix d'entrée est au TARIF RÉGULIER.

MÉCANIQUES FATALES

2D: ven. sam. dim. lun.: 12h45 - 15h45 - 18h45
mar. mer. jeu.: 18h45
3D: ven. sam. dim. mar. mer. jeu.: 21h45
lun.: aucune représentation

DÉCONSEILLE AUX JEUNES ENFANTS

AU CINÉMA ANDRÉ RIEU **CONCERT DU NOUVEL AN**

ET LE JOHANN STRAUSS ORCHESTRA

Lundi 31 décembre 2018 à 10h	Mercredi 2 janvier 2019 à 10h
Vendredi 4 janvier 2019 à 10h	Samedi 5 janvier 2019 à 10h
Dimanche 6 janvier 2019 à 10h	Samedi 12 janvier 2019 à 12h15
Dimanche 20 janvier 2019 à 12h15	Samedi 26 janvier 2019 à 12h15

SALLE ESV **Billets en prévente** **Sièges assignés**
ÉCRAN GÉANT

LES ÉVÉNEMENTS DANSE

LA BAYADÈRE
LE DIMANCHE 20 JANVIER À 12H55

Billets en prévente **Sièges assignés**

CINÉ-RÉPERTOIRE

MARIA BY CALLAS
LUNDI 14 JANVIER
13h - 16h - 19h - 21h45

UNE PRÉSENTATION DE **Centre Lafontaine**
COURTEMANCHE

Les Opéras du Metropolitan

ADRIANA LECOUVREUR
Francesca Cileio
Le samedi 12 janvier à 12h55

Julie Morneau
Accesopharma
HD
Sièges assignés
Billets en prévente

DÈS LE VENDREDI 4 JANVIER

JEU D'ÉVASION



DU 26 DÉCEMBRE AU 7 JANVIER (À L'EXCEPTION DU JOUR LE L'AN) LE CINÉMA CARREFOUR DU NORD EST HEUREUX DE VOUS OFFRIR DES PROJECTIONS DÈS 10H LE MATIN

LA GRILLE TARIFAIRE HABITUELLE S'APPLIQUE.. CONSULTEZ L'HORAIRE EN LIGNE OU DANS LES JOURNAUX

G GROUPE
CARBUR



**FAITES-VOUS
UN BEAU
CADEAU
EN DÉCEMBRE**

PLUS DE
10 000
CLIENTS SATISFAITS
EN 2018 !



Joyeuses Fêtes à tous !

ST-JÉRÔME
CHEVROLET
BUICK • GMC • CORVETTE

ST-JÉRÔME
CHRYSLER
JEEP • DODGE • RAM • FIAT

ST-JÉRÔME
AUTO DÉPÔT
LE SUPERCENTRE DE L'OCCASION