

ACTUEL SANTÉ



À TIRE-D'AILE
MADAME PAPUGI
PAGE 12

PIONE À TÊTE BLEUE

NUTRITION DÉCOUVRIR LES HUILES NON RAFFINÉES PAGE 6

LES HOMMES ET L'ACCOUCHEMENT



PHOTO AFP

DOIVENT-ILS RÉELLEMENT Y ASSISTER ?

DEPUIS LES ANNÉES 70, LA PRÉSENCE DE L'HOMME EST PERMISE DANS LA SALLE D'ACCOUCHEMENT. TRENTE ANS PLUS TARD, PERSONNE NE REMET EN QUESTION SON RÔLE. UN FUTUR PAPA QUI, EN 2005, SERAIT RÉFRACTAIRE À CETTE EXPÉRIENCE SERAIT PERÇU NÉGATIVEMENT. MAIS L'HOMME DOIT-IL RÉELLEMENT ÊTRE PRÉSENT À TOUTES LES ÉTAPES DE L'ACCOUCHEMENT ? DOIT-IL TOUT VOIR ? COMMENT PEUT-IL SE PRÉPARER À VIVRE CE MOMENT ? EST-IL À L'ABRI D'UN CHOC ?

UN REPORTAGE DE MARIO GIRARD, À LIRE EN PAGE 3

sfbc Anapharm
Entreprise de recherche
sur les médicaments
www.anapharm.com

NOUS RECHERCHONS PRÉSENTEMENT DES...

Femmes	18 ans et plus	Non-fumeuses
POST-MÉNOPAUSÉES OU CHIRURGICALEMENT STÉRILES		
Indemnité compensatoire jusqu'à 2 300 \$		
Notre équipe se fera un plaisir de répondre à toutes vos questions. Alors n'hésitez pas et appelez-nous dès maintenant ou visitez notre site web si vous correspondez aux critères.		
(514) 485-7555 1 866 ANAPHARM		
Heures d'ouverture du centre d'appel: Lundi au vendredi : 8 h à 21 h • Samedi : 9 h à 17 h		

Je donne, je reçois



Anapharm vous offre bien plus que vous ne le pensez. Participer à une étude de recherche clinique chez Anapharm, c'est : • Obtenir un bilan de santé • Être suivi par un personnel médical hautement qualifié • Recevoir une indemnité compensatoire en fonction de la durée de votre séjour en clinique et de vos visites de retour • Un souci constant de votre confort, de votre bien-être et de votre sécurité.

Québec • Montréal • Trois-Rivières

10 ANS de confiance

ACTUEL SANTÉ

BULLETIN DE SANTÉ

CHIFFRE DE LA SEMAINE

17

C'est la température maximum enregistrée par Environnement Canada, jeudi. Avouez que cette petite vague de chaleur vous a fait le plus grand bien à l'âme, vous donnant l'illusion, en sortant le matin, que l'hiver était passé; le printemps, déjà revenu. C'est fou ce que le temps a comme effet sur le moral. Eh bien non. Mettez le nez dehors aujourd'hui et vous verrez que le mauvais temps est bel et bien de retour, installé pour de bon. Pluie, neige, pluie, neige. À quand une vraie tempête, qu'on en finisse?

CITATION DE LA SEMAINE

« Je ne dis pas que nous avons la preuve absolue qu'une exposition au froid peut provoquer un rhume, mais nos résultats vont dans cette direction. »

— Ronald Eccles, directeur du Centre de recherche sur le rhume de l'Université Cardiff, en Angleterre. La p'tite laine pour se prémunir contre le rhume est donc enfin réhabilitée. Car jusqu'ici, les scientifiques étaient fermes: le rhume est un virus que l'on attrape ni plus ni moins si l'on prend froid. Pourtant, en plongeant les pieds de 90 personnes dans de l'eau froide pendant 20 minutes, on a noté qu'elles couraient plus de risques d'avoir le nez coulant les jours suivants, comparativement à 90 autres cobayes, qui ont gardé leurs pieds bien au sec. Qu'est-ce qu'on ferait sans la science, quand même?

LA SANTÉ DANS LES MÉDIAS

Vous vous inquiétez des effets à long terme du cellulaire sur les enfants? Nés dans l'univers du sans-fil, nos petits seront la première génération à être bombardée d'autant de micro-ondes quotidiennement. Pourtant, rien n'indique que cela soit sans risque pour leurs petits cerveaux en pleine croissance. Bien au contraire. Des chercheurs suédois s'inquiètent franchement, suite à diverses études menées auprès d'adultes et d'animaux de laboratoire. Avant de mettre aux pouelles le Motorola de fiston, visionnez tout de même ce reportage.

À voir ce soir, à l'émission *Découverte*, 18h30 à Radio-Canada.

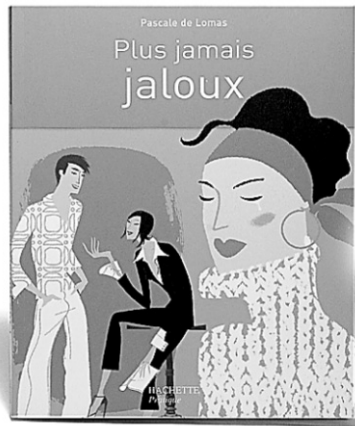
J'AI LU

Trucs et astuces



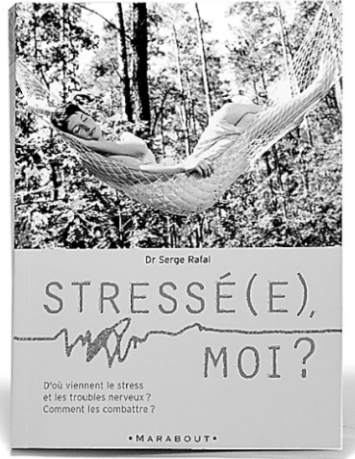
Un petit livre rigolo à offrir à une copine souffrant du blues du mois de novembre. Elle y trouvera pas moins de 1001 petits trucs marrants pour retrouver la forme et le moral, allant de l'évidence (« dormir c'est survivre »), à l'insolite (« manger sans faim »), en passant par le coquin (« cul-ratif »). L'écriture se rapproche de celle des magazines féminins, les petites illustrations sont sympathiques, le tout se voulant léger, mais utile. Charmant. (21,95\$ en librairie.)

Jalouse, moi?



Pourquoi cette montée subite de haine quand une trop jeune et jolie jeune fille s'adresse à votre tendre moitié, et que celle-ci rayonne de bonheur, alors que vous regardez la scène de votre oeil noir? Comment surmonter ces sentiments qui nous empoisonnent la vie? Ce petit livre dissèque cette curieuse et souvent incontrôlable émotion qu'est la jalousie, offrant des pistes et exercices pour la gérer au quotidien, en vue ultimement de la dominer. Un chapitre entier est consacré à la jalousie familiale, offrant des trucs pratiques pour éviter d'attiser l'animosité entre frères et sœurs. (17,95\$ en librairie.)

Fini le stress



Si vous êtes un adepte des médecines douces, ce livre est pour vous. Sorte de manuel d'automédication par les plantes, ce sont ici les méthodes non médicales qui sont à l'honneur. L'auteur, un omnipraticien français spécialiste des médecines douces, vante l'approche de l'homéopathie, de la phytothérapie et de l'art du « bien manger » pour vaincre le mal du siècle: le stress. Également analysés: la dépression, l'anxiété, la spasmophilie et les troubles du sommeil. Toujours, on souligne comment la médecine douce peut ici aider. (19,95\$ en librairie.)



PHOTO ARCHIVES LA PRESSE ©

À l'époque de la naissance des enfants de Maurice Richard, les papas restaient dans la salle d'attente et distribuaient les cigares quand on leur apprenait que leur enfant était né.

Les hommes et l'accouchement

Doivent-ils réellement y assister?



MARIO GIRARD

Stéphane est le papa d'un garçon de 9 mois. L'homme qui plonge bientôt dans la quarantaine a bien voulu assister à sa naissance, mais à certaines conditions. « Pour moi, il était clair qu'il y avait des choses que je ne voulais pas faire. J'ai refusé, par exemple, de couper le cordon ombilical. Je ne voulais surtout pas que mon fils passe par une paire de ciseaux. »

Ce papa, qui nage en plein bonheur, fait partie des rares hommes à parler franchement de leurs réticences face à l'accouchement de leur femme. Ce sujet tabou, les hommes le gardent la plupart du temps pour eux. Parler de ses craintes, avouer ne pas vouloir tout voir, refuser d'accomplir certains gestes, tout cela demeure difficile.

« Ma femme et moi avons discuté de mes réticences bien avant qu'elle ne devienne enceinte, raconte Stéphane. Tout l'aspect technique, ça ne m'intéressait pas. Ce qui m'a aidé, c'est d'avancer là-dedans avec une accompagnatrice. Elle nous a permis de lier la partie médicale à ce qu'on avait à vivre. »

De plus en plus de jeunes couples font aujourd'hui appel à des accompagnatrices pour se préparer à vivre cette importante étape. Josette Charpentier est l'une d'elles. Cette femme, qui a suivi et secondé plus d'un millier de couples, trouve qu'il y a actuellement une pression exagérée sur le père.

« L'une des premières questions que je pose aux femmes que je rencontre est: Avez-vous demandé à votre conjoint s'il avait envie d'être là ce soir? Je trouve que trop souvent, on impose ce choix aux hommes. Les femmes disent: Ce bébé, on l'a fait à deux, il doit être là. Je pense qu'il faut respecter les limites de chacun. »

Sylvie Thibault, fondatrice du centre Mère & Monde et accompagnatrice, va plus loin en affirmant que les hommes ont le droit de refuser certains aspects de l'accouchement. « Ils ont même le droit de refuser d'assister à l'accouchement s'ils le désirent », dit-elle.

Médecin de famille et obstétricienne à l'hôpital Saint-Luc, Sylvie Berthiaume croit pour sa part qu'une légère pression sur l'homme peut être nécessaire. « Vous savez, les hommes et la chose mé-

le droit de quitter la salle d'accouchement sans pour autant se sentir coupables. Mais la honte et la peur de se faire traiter de faibles les en empêchent. »

Il n'est pas rare que M^{me} Charpentier aperçoive dans les salles d'attente des hôpitaux des pères, seuls, en train de pleurer. « Ils sont mal préparés à cette étape et craquent. »

Blocage sexuel

Certains hommes connaissent un choc psychologique au cours de l'accouchement. De cela peut naître un blocage sexuel. C'est ce qui est arrivé à Patrick, 26 ans, marié à une femme qu'il adore. Depuis quelques mois, ils sont les parents d'une petite fille née par césarienne. « Ma femme était devenue un bibelot auquel je ne voulais plus toucher, raconte-t-il. Pour moi, elle devait jouer uniquement son rôle de mère et ne me devait rien. »

Après l'accouchement, la vie sexuelle du couple est tombée au point mort. Cette situation a duré une dizaine de mois. « Chaque fois que ma femme voulait en discuter, je fermais la porte. Et quand elle voulait faire l'amour, je trouvais toutes sortes d'excuses reliées au bébé. »

Avec le recul, Patrick se rend compte qu'il était mal préparé pour l'accouchement. « C'est un sujet tabou dont ne parle jamais entre hommes. Je gardais cela pour moi. » Un soir, sa femme l'a forcé à parler. Un déblocage s'en est suivi. « On a recommencé à faire l'amour comme avant. J'ai eu tort de ne pas en parler. Il faut discuter de cela, ça fait partie de la vie. »

COURRIEL

Pour joindre notre journaliste : mario.girard@lapresse.ca



PHOTO ARCHIVES REUTERS ©

Le prince Philippe de Belgique portant la blouse verte de la salle d'accouchement à la naissance de sa fille, en octobre 2001.



PHOTO FOURNIE PAR ALLIANCE ATLANTIS VIVAFILM ©

Les pères posent-ils assez de questions sur ce qu'ils vont voir à l'accouchement, afin d'être en mesure de faire les choix qui leur conviennent? La question est probablement trop subtile pour le personnage joué par Pierre-François Legendre, dans le film *Horloge biologique*.

Tout voir ou pas

MARIO GIRARD

Certaines femmes souhaitent que leur conjoint ne voie pas tout de l'accouchement. Elles leur demandent notamment de ne pas regarder au moment du passage du bébé. En témoignent ces mots d'Éliette Abecassis, auteure d'*Un heureux événement* : « Je sais déjà

qu'il y a eu l'avant et l'après. Lui, d'avoir vu ce qu'il n'aurait pas dû voir. Moi de l'avoir vu ne pas supporter de voir. Moi, dans la honte de la nudité absolue de l'accouchement. Lui, dans l'horreur de la révélation du mystère de la vie. »

Cette réaction des femmes, Sylvie Thibault, fondatrice du centre

Mère & Monde et accompagnatrice, la connaît bien. « Il y a de plus en plus de femmes qui me disent qu'elle n'ont pas envie que leur conjoint voie tout de l'accouchement. Elles veulent être désirables après l'accouchement. »

Stéphane, nouveau papa d'un enfant qui a maintenant 9 mois, ne tenait pas à voir le moment où

son fils allait sortir du ventre de sa femme. « Je ne voulais pas voir ma femme déformée et rester avec cette image. Je suis demeuré à sa tête et c'était bien. »

L'homme qui désire être aux côtés de sa conjointe pendant l'accouchement, sans pour autant tout voir de la naissance, doit se tenir derrière, à la tête de la maman. C'est ce que suggère Mme Thibault. « Si en revanche, il veut en faire plus, je l'encourage à venir sortir le bébé. »

En tant qu'obstétricienne, Sylvie Berthiaume pense que le médecin doit se contenter de proposer certains gestes au père, comme cou-

per le cordon ou sortir le bébé. « S'il y a un refus, ce n'est pas grave. Ce n'est pas cela qui va nous dire si l'homme sera un bon père ou pas. »

Même s'il a refusé d'accomplir quelques gestes durant l'accouchement, Stéphane n'a aucunement le sentiment d'avoir mal joué son rôle de père. « J'ai eu la chance de m'exprimer et d'être écouté. L'accouchement n'est pas l'aboutissement de quelque chose, c'est son début. Je suis actuellement le plus heureux des papas. Ma conjointe et moi voulons un autre enfant, et si c'est à refaire, ce sera la même chose. »

Les conférences **LA PRESSE** en collaboration avec **PASSEPORT SANTÉ.NET**
Radio-Canada

Hôtel Hilton Bonaventure Montréal
Lundi 5 décembre 2005
www.lesconferences-lapresse-radio-canada.ca


ALIMENTATION :

se régaler, se guérir ou s'empoisonner ?

Programme de la journée

7 h 30 – INSCRIPTION	12 h 30 – DÉJEUNER-CAUSERIE
8 h 30 – MOT DE BIENVENUE	Conférence de David Servan-Schreiber .
9 h 15 – ATELIER 1	14 h 30 – ATELIER 3
Surcharge d'information : comment s'y retrouver ?	Aliments manipulés pour le meilleur et pour le pire
10 h 45 – ATELIER 2	16 h 00 – ATELIER 4
L'alimentation des jeunes : peut-on apprendre à bien (ou mal) manger ?	Retrouver le plaisir de bien manger
	17 h 30 – MOT DE LA FIN

12 h 30 DÉJEUNER-CAUSERIE



Conférence de **David Servan-Schreiber**, auteur du livre *Guérir le stress, l'anxiété et la dépression sans médicaments ni psychanalyse.*

Tarif réduit disponible (étudiants, aînés, ONG, OSBL)

Santé
PRODUITS ET SERVICES

ESTHÉTIQUE ET ÉLECTROLYSE

ACADÉMIE ÉDITH SEREI: Vous voulez des soins en esthétique ou en électrolyse à prix raisonnable ? Appelez l'Académie Edith Serei pour vous faire goûter par nos étudiantes. Soins sur rendez-vous seulement. (514) 849-6171.

PHYSIOTHERAPEUTES

EPINE DE LENOIR / PEYRONIE: Sachez, il existe des traitements sans douleurs d'iontophorèse ou Shock Wave. www.physioextra.ca Montréal 514-383-8389, Blainville 450-433-2635, Laval 450-969-2199

RÉÉDUCATION DE POSTURE: POUR DES TRAITEMENTS D'ACOUPIÈNE, de maux de tête, des troubles de la mâchoire, du parkinson et des douleurs chroniques de la colonne. Rendez-vous: (514) 933-9595.

Si vous désirez annoncer dans cette rubrique, communiquez avec Louise Mathieu au (514) 285-6950 ou 1 800 667-5961.

L'Institut de Yoga & Méditation
INSTITUTE

FORMATION D'ENSEIGNANT KUNDALINI novembre 2005

SESSION D'INFORMATION GRATUITE: Vendredi, 11 nov. 18h à 19h

COURS CONTINUEL
KUNDALINI ASHTANGA KRIPALU
HATHA MEDITATION PILATES
YOGA POUR ENFANTS CLINIQUE DE MASSAGE LOCATION DE STUDIO

514-843-YOGA (9642)
WWW.YOGAMONTREAL.NET
yogamontreal@bellnet.ca
15, rue Mont-Royal ouest • Suite 106, MtJ (coin Bl. St-Laurent)

RONFLEMENT
CENTRE DU RONFLEMENT DE MONTRÉAL

(514) 327-5060
TRAITEMENTS AU

LASER

PAR DES OTO-RHINO-LARYNGOLOGISTES
www.ronflement.qc.ca

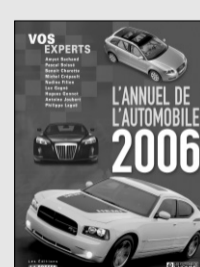
26 SEMAINES DE CADEAUX

Offrez *La Presse* tous les week-ends pendant 26 semaines et économisez près de **35 %** sur le prix en magasin.

PROFITEZ DE CETTE OFFRE DÈS MAINTENANT
cyberpresse.ca/abonnement
(514) 285-6911
1 800 361-7453

LA PRESSE

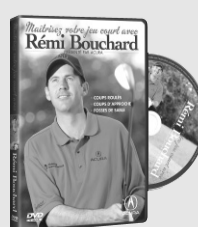
RECEVEZ EN PRIME UN CADEAU À VOTRE CHOIX :



Valeur: 32,95 \$



Valeur: 26,95 \$



Valeur: 29,95 \$

ÉLAN



Les écoles de ski : accélérer le plaisir

CHRISTIAN GEISER

Cet hiver, vous vous y mettez. C'en est assez de regarder les autres filer sur la neige. C'est à votre tour, ou à celui des enfants, de goûter aux joies de la glisse. Plutôt que d'apprendre sur le tas ou d'enseigner vous-mêmes les rudiments de ce sport aux enfants, un petit tour dans une école de ski vous fera sauver temps et argent.

Le ski est un loisir. Inutile de souffrir en apprenant à la dure. « Souvent, après une matinée à essayer seuls, des gens, blancs comme des bonhommes de neige, arrivent en nous disant qu'ils n'en peuvent plus et qu'ils veulent un moniteur. Passer d'emblée par une école de ski aurait permis à ces apprentis skieurs de minimiser la souffrance avant le plaisir », avance Mario Bourassa, directeur de l'École des sports Stoneham. Apprendre tout de suite la bonne technique permet une progression beaucoup plus rapide. Le skieur en herbe évite ainsi de

passer un hiver à tâtonner avant de trouver le mouvement juste.

Les skieurs chevronnés aussi peuvent tirer beaucoup des cours. Que ce soit la façon de négocier les bosses ou une pente abrupte, il y a toujours quelque chose à apprendre. Le changement d'équipement peut également demander une mise au point. « Même si la technique entre les anciens skis et les skis paraboliques est sensiblement la même, certains détails méritent d'être appris, croit Mario Bourassa.

Pour les enfants

Vers l'âge de trois ans, les petits sont prêts à monter sur les skis. Les bons skieurs ont souvent la tentation de leur donner eux-mêmes des leçons. Christian Charrette, directeur de l'école de skibromont.com croit que c'est une erreur. « Pour la sécurité, il est préférable de recourir à un moniteur et il est toujours mieux de laisser faire un autre. Les parents ne sont pas assez patients et mettent souvent trop de pression », raconte celui qui, malgré une longue expérience comme moniteur de ski, a préféré laisser quelqu'un d'autre

enseigner le ski à son enfant. « L'enseignement demande une approche imagée et des mises en situation. Malgré leur compétence technique, les parents ne possèdent pas toujours ces notions pédagogiques », ajoute Mario Bourassa.

Avis aux parents qui veulent que leurs enfants partagent leur passion longtemps. « Selon les études, les enfants qui suivent des cours, même s'ils arrêtent éventuellement de skier, vont un jour revenir sur les planches », rappelle M. Charrette.

Si on n'est pas convaincu que le ski plaira à son enfant, on peut l'inscrire à une session Iniski. Pour une quarantaine de dollars l'enfant peut avoir un avant-goût et éviter, le cas échéant, à ses parents de dépenser pour rien.

Comment choisir

Plusieurs critères entrent en ligne de compte quand vient le temps de choisir son école de ski. L'emplacement et le type de remontée mécanique sont importants, croit Suzanne Bergeron, directrice des écoles de ski Mont Saint-Sauveur

International. « Choisir une station qui a des tapis magiques ou des télésièges débrayables est à conseiller pour les débutants. »

Les enfants prennent généralement des cours en groupe. Dans ce cas, il faut vérifier que tous les groupes ne reçoivent pas leurs leçons en même temps, conseille M. Charrette. On s'assure ainsi que tous les élèves ne soient pas sur la même piste simultanément.

Les adultes peuvent choisir le type d'enseignement qui leur convient le plus. En plus des leçons de groupes, certaines écoles vendent des blocs d'heures de leçons privées. Cette formule offre plus de souplesse. Les personnes aux prises avec un horaire chargé apprécieront de pouvoir aller à leurs cours quand elles en ont le temps. D'autres préféreront les leçons de groupes, attirés par l'aspect social et la motivation de skier avec d'autres.

Mais surtout, il faut aussi choisir ses moniteurs avec soin, croit M. Charrette. « Il faut trouver quelqu'un avec qui vous vous sentez à l'aise, quelqu'un qui prend soin de vous. » Le ski est un loisir, autant être en bonne compagnie !



Ski alpin au Québec

Bien que vous ayez votre station de ski préférée, l'envie d'aller faire glisser vos planches ailleurs vous dérange ? Les éditions Ulysse ont pensé à vous. Leur nouvelle publication *Ski alpin au Québec* vous guidera à travers votre quête de la journée parfaite. En plus de présenter les différentes stations de ski du Québec et leurs services, ce petit guide vous aidera aussi à trouver où vous reposer et vous sustenter. Si le soleil et une neige à point font d'une sortie en ski une réussite, un bon déjeuner dans un bed & breakfast ou une soirée d'après-ski endiablée en feront une journée mémorable.

En librairie. 24,95 \$

Liste des écoles ayant de la disponibilité en date du 20 novembre

NOM DE LA STATION	TÉLÉPHONE DE L'ÉCOLE DE SKI	COURRIEL DE L'ÉCOLE DE SKI	SITE INTERNET DE LA STATION
Abitibi-Témiscamingue Corporation du Mont Vidéo	819 734-3193 #221 / 1 866 734-3193 #221	mont-video@sympatico.ca	
Bas-Saint-Laurent Val Neigette Parc du Mont-Comi	418 735-2800 #224 418 739-4858	valneigette@globetrotter.net comi@globetrotter.net	www.libertel.org/valneigette www.mont-comi.qc.ca
Cantons-de-l'Est Centre récréotouristique Montjoye Mont Bellevue Owl's Head Ski Bromont.com Sutton, Ma station de montagne!	819 842-241 819 821-5872 450 292-3342 / 1 800 363-3342 450 534-2200 #2700 / 1 866 276-6668 #2700 450 538-2545 #231	info@montjoye.qc.ca bellevue@abacom.com info@owlshead.com ecole@skibromont.com sutton@montsutton.com	www.montjoye.qc.ca www.ville.sherbrooke.qc.ca www.owlshead.com www.skibromont.com www.montsutton.com
Centre-du-Québec Station du Mont Gleason	819 359-2304	ecolesdeski@montgleason.qc.ca	www.montgleason.qc.ca
Charlevoix Le Massif inc.	418 632-5876 / 1 877 LEMASSIF (536-2774)	info@lemassif.com	www.lemassif.com
Chaudière-Appalaches Massif du Sud	418 469-3676	massifdusud@globetrotter.qc.ca	www.massifdusud.com
Lanaudière Mont Garceau Ski Montcalm Station touristique Val Saint-Côme	819 424-5958 450 834-3238 450 883-0701 / 1 800 363-2766	ecole.garceau@bellnet.ca ecole@skimontcalm.com info@valsaintcome.com	www.skiqarceau.com www.skimontcalm.com www.valsaintcome.com
Laurentides Belle Neige Ski Développement Centre de ski Vallée Bleue Mont Avila Mont Blanc Mont Olympia Mont Saint-Sauveur Les Pentres 40-80 Ski Mont Gabriel Ski Morin Heights Station de sports Mont Avalanche Station Mont Tremblant	819 322-3311 / 1 877 600-3311 819 322-3427 / 1 866 322-3427 450 227-4671 #5.3250 819 688-2444 / 1 800 567-6715 450 227-4671 #5.3250 450 227-4671 #5.3250 450 229-2700 450 227-4671 #5.3250 450 227-4671 #5.3250 819 327-3232 819 681-2000 / 1 866-661-1366	info@belleneige.com valleebleue@polyinter.com webmaster@mssi.ca louis@ski-mont-blanc.com webmaster@mssi.ca webmaster@mssi.ca rchapados@sodem.net webmaster@mssi.ca webmaster@mssi.ca webmaster@mssi.ca info@mont-avalanche.com info_tremblant@intrawest.com	www.belleneige.com www.vallee-bleue.com www.mssi.ca www.skimontblanc.com www.mssi.ca www.mssi.ca www.mssi.ca www.mssi.ca www.mssi.ca www.mssi-avalanche.com www.tremblant.ca
Mauricie Vallée du Parc	819 538-1639 / 1 800 363-1639	info@valleeduparc.qc.ca	www.valleeduparc.qc.ca
Montréal Domaine du ski Mont Saint-Bruno inc	450 653-3441	info@montsaintbruno.com	www.montsaintbruno.com
Outaouais Edelweiss Station Mont Cascades	450 227-4671 #5.3250 819 827-0301	webmaster@mssi.ca info@montcascades.ca	www.mssi.ca www.montcascades.ca
Région de Québec École des sports de Stoneham Mont-Sainte-Anne	418-848-2411 418 827-4561 #341	ecole@ski-stoneham.com ecole@mont-sainte-anne.com	www.ski-stoneham.com www.mont-sainte-anne.com
Saguenay-Lac Saint-Jean Mont Lac-Vert	418 344-4000 #35	info@montlacvert.qc.ca www.montlacvert.qc.ca	



PHOTO BERNARD BRAULT, LA PRESSE ©

Testez votre motivation à faire de l'exercice!



RICHARD CHEVALIER
COLLABORATION SPÉCIALE

Supposons que vous avez trouvé la perle rare, c'est-à-dire une activité physique qui vous plaît, répond à vos besoins et respecte vos capacités. Cette activité peut être un sport, une activité d'expression corporelle (danse, tai-chi, etc.) ou une activité de conditionnement physique (aérobic, jogging, marche sportive, entraînement sur un exercice cardiovasculaire, musculation). Peu importe votre choix, la question inévitable qui se pose maintenant est celle-ci : aurai-je suffisamment de motivation pour pratiquer régulièrement cette activité? C'est que la motivation est le facteur qui influence le plus l'adhésion à un programme d'activités physiques, alors si on la perd...

Pour connaître votre degré de motivation à faire de l'exercice, je vous propose le petit test qui suit. Il comporte une liste de 15 facteurs de motivation associés à la pratique de l'activité physique. Prenez-en connaissance et cochez la colonne appropriée. Accordez-vous deux points chaque fois que vous cochez *Vrai*, un point pour *Partiellement vrai* et aucun point pour *Faux*.

Facteurs de motivation

- > Vrai
- > Partiellement vrai
- > Faux

- 1 > J'ai du plaisir à pratiquer une activité physique.
- 2 > L'exercice m'aide à me sentir mieux dans ma peau.
- 3 > L'exercice m'aide à contrôler mon poids.
- 4 > L'exercice améliore ma confiance en moi.
- 5 > Je suis motivé à faire de l'exercice sans que j'aie besoin d'être encouragé ou récompensé.
- 6 > Je suis habile dans les sports en général et j'apprends avec facilité.
- 7 > Je me sens plein d'énergie quand je suis physiquement actif.
- 8 > J'ai accès, chez moi ou près de chez moi, à l'équipement voulu pour faire de l'exercice.
- 9 > Je suis capable de me fixer des objectifs de mise en forme et de suivre mes progrès.
- 10 > J'ai des amis qui apprécient les mêmes activités physiques que moi.
- 11 > Mes proches m'encouragent à faire de l'exercice.
- 12 > L'exercice me détend et diminue mon stress.
- 13 > J'ai la ferme intention de demeurer le plus longtemps possible une personne physiquement active.
- 14 > J'ai inscrit en priorité dans mon agenda les périodes réservées à l'exercice.

15 > Si je passe plusieurs jours sans faire d'exercice, je ressens une envie grandissante de me dépenser physiquement.

Faites le total des points obtenus.

Ce que votre résultat signifie...

Entre 25 points et 30 points. Votre degré de motivation à pratiquer une activité physique est très élevé. Vous êtes, sans l'ombre d'un doute, une personne qui est et restera physiquement très active.

Entre 19 points et 24 points. Votre degré de motivation demeure élevé, même si vous n'êtes pas toujours une personne physiquement active. À long terme, il est probable qu'on vous verra plus dans des espadrilles que dans des pantouffles.

Entre 14 points et 18 points. Votre degré de motivation est moyen. Vous chaussez peut-être plus souvent vos pantouffles que vos espadrilles.

Entre 9 points et 13 points. Votre degré de motivation est faible et vous êtes probablement une personne qui mène une vie sédentaire. Vous manquez de conviction pour passer dans le clan des personnes physiquement actives.

Moins de 8 points. Votre degré de motivation est très faible. Alors une suggestion : avez-vous songé à un entraîneur personnel pour combattre votre inertie de départ?

COURRIER

Vous voulez poser une question à Richard Chevalier ? Il attend votre courrier à actuel@lapresse.ca ou à Richard Chevalier, Actuel La Presse, 7, rue Saint-Jacques, H2Y 1K9.

Q Je suis une femme de 47 ans, 5'4", 127 lb et ménopausée depuis 3 ans. Je pratique différents sports et je m'entraîne aussi chez moi trois fois par semaine (20 min d'exercices avec ballon, suivi de 30 min de musculation, de 30 min de jogging à l'extérieur ou de vélo stationnaire...). Par la suite, je mange un bol de céréales bio et lait de soya, exclusif à l'entraînement. Est-ce une bonne méthode ? Je m'entraîne pour maintenir un cœur et un corps en santé. Cependant, j'ai remarqué que ma peau avait tendance à devenir plus lâche. Avez-vous un conseil ? Je voudrais introduire des séances de sauna, alternant le chaud et le froid, quel serait le moment le plus approprié ?
— Sylvie.

les fibres collagènes, assurant la souplesse et l'élasticité de la peau, sont justement sous la dépendance des estrogènes. De plus, la quantité d'exercice que vous faites combiné à votre régime alimentaire qui semble, à première vue, hypocalorique peuvent avoir eu pour effet de diminuer significativement la couche de gras sous la peau, accentuant ainsi cette impression de peau qui se relâche. Certes la musculation en provoquant une certaine hypertrophie des muscles (ce phénomène est toutefois moins marqué chez la femme) peut aider jusqu'à un certain point à retendre la peau, mais sans plus. Pour ce qui est du sauna à la finlandaise (alternance chaud-froid), il est certain que cette pratique peut avoir un effet tonique sur la peau, mais pas au point de compenser un manque d'élasticité due à une diminution de collagène.

Q J'ai lu votre article concernant la glucosamine (Élan, 23 octobre). J'aimerais savoir si la glucosamine combinée avec du chondroïtine et MSM est aussi efficace que la glucosamine seule. Chaque comprimé contient 500

mg de glucosamine 400 g de chondroïtine et 400 mg de MSM (méthylsulfonyle-méthane). Dois-je prendre seulement 1 comprimé par jour, car le tout équivaut à 1400 g ?
— Odette L.

R La recherche semble indiquer un effet positif de la glucosamine dans les cas d'arthroses légères à modérées. Il semble aussi que l'ajout de chondroïtine à la glucosamine donnerait de meilleurs résultats. Le hic, c'est que la qualité du produit n'est pas toujours assurée. Consultez à ce sujet le numéro de septembre 2004 du magazine *Protégez-vous*. Quant au MSM, on ne peut rien conclure à ce jour sur l'efficacité de cette substance. Enfin pour ce qui est la posologie, il est recommandé de prendre 1500 mg de glucosamine par jour. Donc, 500 mg serait insuffisant pour produire un effet « articulaire ». Quoi qu'il en soit, si après deux mois il ne s'est produit aucun changement, c'est que ces suppléments, à tout le moins dans votre cas, ne produisent pas les effets escomptés. Ce sera à vous de décider par la suite si vous continuez à les prendre.

SPORTS, TRUCS ET SORTIES

BOUGE! DONC!

CHRISTIAN GEISER

1 > PATIENTER... ENCORE

Dure, l'entre-saison. La neige tarde à arriver et la frustration s'installe. Pourquoi ne pas prendre votre mal en patience et suivre des cours qui vous donneront l'occasion de vous perfectionner ? Si les mystères du fartage sont pour vous impénétrables, profitez des ateliers donnés dans les boutiques spécialisées pour démystifier cet art et rendre la pratique du ski de fond encore plus agréable. Vous envisagez de partir loin des chemins balisés ? Suivez un des cours donnés par Chinook Adventure (www.chinookaventure.com). Après avoir suivi une formation sur la topographie et l'usage du GPS ou des ateliers sur les premiers soins dans les régions isolées, vous serez fins prêts pour vos expéditions les plus extrêmes.

ATELIERS DE FARTAGE

Mountain Equipment Co-op
(le 27 novembre à 12h, 14h et 16h). Gratuit. 788-5878.

Le Yéti
(26 novembre à 10h). Gratuit. 271-0773.

La Cordée
(le 1er décembre à Laval et le 8 à Montréal, de 18h à 21h). 39\$. 524-1106

Boutique Courir
tous les jeudis à 18 heures (introduction) et les samedis à 9h (avancé). Gratuit. 499-9600.



PHOTO PATRICK SANFAÇON, LA PRESSE ©

2 > J'AIME L'HIVER

Voilà le nom du salon qui réunit tout ce qui touche aux activités, loisirs, vacances et autres plaisirs de l'hiver. Animations, ateliers, kiosques d'informations, concours et compétitions; il y aura tout ce qu'il faut pour tout savoir sur l'hiver. Quoi faire, comment et avec quoi. Ça devrait vous permettre de faire le plein d'idées cadeaux pour votre amoureux(se) de plein air et de planifier quelques belles sorties.

Du 25 au 27 novembre à la Place Bonaventure.
www.salonjaimelhiver.com

3 > MARCHER EN GANG

Marcher, ce n'est pas que mettre un pied devant l'autre et recommencer. C'est aussi un sport. Si vous trouvez ennuyant de vous balader seul, joignez la bande de Sportvac Plein Air. Cette organisation tient des marches de mise en forme tous les dimanches. Au programme, l'ascension du mont Royal par le chemin des Calèches jusqu'au Belvédère à une vitesse de 6 km/h. Au total, les marcheurs parcourent 12 kilomètres. Pensez à apporter à boire ainsi qu'une collation. Les départs sont à 9h30, beau temps, mauvais temps. Rendez-vous au coin de Mont-Royal et du Parc. **Pas de réservations, inscriptions sur place. Coûts de 3 \$ par marche ou de 20 \$ pour 10.**

ACTUEL SANTÉ

Cuisiner les huiles non raffinées

Avez-vous déjà cuisiné avec des huiles fines non raffinées, comme celles d'amande, de noisette ou de sésame, par exemple ? Elles apportent des saveurs et des arômes parfois nouveaux aux recettes, en plus de contribuer à rehausser leur valeur nutritive. Ces huiles ne peuvent pas toujours être utilisées de la même manière que les huiles traditionnelles et certaines doivent même être réservées pour la préparation de mets non cuits, car la chaleur peut affecter leur saveur et leur teneur en nutriments.



COLLABORATION SPÉCIALE
LA NUTRITION

La plupart des huiles que l'on consomme (canola, olive, soja, maïs) sont des huiles raffinées. Cela signifie qu'elles ont perdu presque tous leurs composés aromatiques et pigments responsables de leur saveur et couleur caractéristiques. D'où leur saveur neutre et leur couleur jaune clair.

Côté nutritionnel, de précieux composés antioxydants (vitamine E, caroténoïdes, composés polyphénoliques, etc.) disparaissent au cours du raffinage des huiles. D'autres composés ayant des propriétés hypocholestérolémiantes et anticancer, comme le campesterol, beta-sitosterol, stigmastérol, sont perdus.

En choisissant de consommer des huiles fines non raffinées, on peut donc augmenter son apport alimentaire de tous ces nutriments et obtenir des saveurs inusitées.

Cependant, toutes ces belles composantes présentes dans les huiles non raffinées sont sensibles et s'oxydent facilement en présence de lumière, d'air et de chaleur (voir encadré).

Il est donc recommandé d'en acheter de petites quantités à la fois (250 ml par exemple). Une fois que le contenant (opaque de préférence) est ouvert, on recom-



PHOTO D'ARCHIVES DANIEL VÉZINA. LA PRESSE

L'huile extraite des amandes, non raffinée, peut rehausser le goût et la valeur nutritive d'un plat.

mande de conserver l'huile non raffinée au réfrigérateur.

Pour sauver les arômes

Pour la cuisson à haute température, il est possible de préserver les propriétés aromatiques des huiles fines non raffinées en les mélangeant à des huiles qui supportent mieux la chaleur.

De plus en plus de grands chefs, par exemple, recourent à l'huile de pépins de raisin raffinée. Cette huile, pratiquement insipide, a un point de fumée très élevé (environ 420F ou 216C). Elle peut donc supporter la chaleur sans se dé-

composer en substances toxiques qui peuvent irriter les voies respiratoires et digestives.

Grâce à toutes ces qualités, on utilise l'huile de pépins de raisin raffinée comme « transporteur » pour protéger les délicates saveurs et arômes des huiles fines non raffinées.

Il existe de nombreuses huiles fines à découvrir (voir encadré). Il faut toutefois noter qu'elles sont plus coûteuses et ne sont pas nécessairement offertes dans tous les magasins d'alimentation. Pour un plus grand choix, il est préférable de visiter les épiceries fines, les

magasins d'aliments naturels et les marchés publics.

L'auteure de cette chronique hebdomadaire est membre de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec.

Une fois par mois, la chronique nutrition porte sur vos questions et commentaires.

Adressez-les à :
Chronique nutrition
La Presse
7, rue Saint-Jacques
Montréal, QC
H2Y 1K9
ou par courriel à :
questiondenutrition@hotmail.com

CUIRE OU NE PAS CUIRE ?

>> Il est préférable de ne pas trop faire chauffer les huiles fines non raffinées et pressées à froid.

>> On peut les garder pour assaisonner les mets servis froids ou les ajouter à la fin de la cuisson.

>>> Ces huiles peuvent toutefois supporter la chaleur indirecte comme pour la cuisson des produits de boulangerie.

HUILES FINES NON RAFFINÉES À ESSAYER

>> L'huile de chanvre pour la préparation de vinaigrettes ou de trempettes.

>> L'huile d'argane pour parfumer les légumes sautés ou grillés et les céréales cuites (couscous, boulgour, riz brun ou sauvage, etc.).

>> L'huile de noisette s'ajoute aux vinaigrettes, mais peut aussi être utilisée en pâtisserie ou pour assaisonner les mets d'accompagnement (pommes de terre, pâtes), le poisson ou les fruits de mer.

>> L'huile de sésame s'incorpore à petites doses aux légumes sautés ou grillés, aux vinaigrettes ou aux marinades pour la viande et les fruits de mer.

>> L'huile de graines de citrouille ou de courge (pure à 100 %) pour assaisonner les salades, les soupes, les légumes sautés, le poisson ou pour remplacer l'huile d'olive dans les pestos.

>> L'huile d'amande apporte une saveur délicate aux vinaigrettes ou aux pâtisseries, lorsqu'on enduit les moules.



michael bublé
caught in the act

UNE COLLECTION CD / DVD
en spectacle où l'un des plus grands artistes
de la planète vous transporte sur scène et en
coulisses pour une expérience inoubliable.



En Vente dès le 22 novembre



Également en vente michael bublé it's time

L'album qui s'est écoulé à plusieurs millions d'exemplaires à travers le monde, incluant

"home" et "feeling good"

En magasin maintenant

michaelbuble.com makepovertyhistory.ca



TÊTES D’AFFICHE

ACTUEL

Don de 5 millions

Grâce à un don personnel de 5 millions de dollars provenant de deux de ses diplômés, Michel Saucier et son épouse Gisèle Beaulieu, l’Université de Montréal vient de créer le Centre de pharmacogénomique Beaulieu-Saucier, qui sera construit sur les terrains de l’Institut de cardiologie de Montréal. « La pharmacogénomique s’annonce déterminante pour l’avenir de nos soins de santé », a affirmé le recteur de l’Université de Montréal, Luc Vinet, lors de cette annonce. Cette nouvelle science permettrait de mieux cibler la thérapie médicamenteuse des individus en établissant une médication adaptée à leur profil génétique.

Bal des enfants du monde : 184 000 \$

Tenu sous la présidence d’honneur de Jérôme Silvestre, président de Sanofi-aventis, le 23^e Bal des enfants du monde a permis d’accumuler 184 000 \$ pour la Fondation de la recherche sur les maladies infantiles qui redistribuera ses fonds aux quatre grands centres de recherche pédiatrique du Québec. Les deux principaux commanditaires de la soirée-bénéfice, Sanofi-aventis et Hydro-Québec ont remis des prix d’excellence à deux chercheurs: le Dr Robert Platt (Hôpital de Montréal pour enfants) et Pierre André Scott (hôpital Sainte-Justine). www.telethon.qc.ca.

Soirée-bénéfice de plus d’un million



PHOTO FOURNIE PAR LEUCAN

22 millions à McGill

L’homme d’affaires torontois Marcel Desautels vient de faire don de 22 000 000 \$ (une dotation nous a-t-il précisé) à l’Université McGill, qui, en signe de reconnaissance, renomme sa faculté bénéficiaire **Faculté de gestion Desautels**. Il s’agit du plus important don fait au Canada à une faculté de gestion, a précisé lors d’un point de presse, la principale de McGill, Heather Munroe-Blum. Originaire du Manitoba, Marcel Desautels a fait carrière à la Great-West et au Conseil du Trésor, avant de prendre les rênes de Creditel, vendue à Equifax en 1996. Le produit de cette transaction l’a mené à créer la **Fondation canadienne de la gérance du crédit** qui lui permet de faire oeuvre philanthropique. Il a ainsi versé 5 millions à son *alma mater*, l’Université du Manitoba, puis 21 millions à l’École de gestion de l’Université de Toronto. Histoire de souligner ses origines familiales, son ancêtre ayant été parmi les premiers colons à s’établir à Montréal en 1653, le philanthrope torontois a donc choisi de faire un don à une université montréalaise, qu’il considère bien québécoise, l’Université McGill.

Pour aider les enfants victimes

Important don de 100 000 \$ fait à la **Fondation Marie-Vincent** (contre les abus faits aux enfants) par la **Banque Nationale** et la **Financière Banque Nationale**, pour aider les enfants victimes d’agression sexuelle, ont précisé les représentants des institutions financières, Lynn Jeannot et Jean Pagé.

Pédiatrie sociale

Un groupe d’exploitants de salles de cinéma a remis les recettes (plus de 50 000 \$) d’un week-end de présentation du film *Les voleurs d’enfance* à la **Fondation pour la pédiatrie sociale** du Dr Gilles Julien, un organisme qui vient en aide aux enfants en difficulté.

45 000 \$ à Leucan

Un tournoi de golf-bénéfice tenu par le groupe **Cholette** au profit de **Leucan** a permis à son président d’honneur, **Normand Desautels** (caisses Desjardins), de remettre 45 000 \$ à l’organisme.

Impressionnant succès de l’activité-bénéfice tenue sous la présidence d’honneur d’**André Desmarais** (à gauche), président et cochef de la direction de Power Corporation et **Guy Laliberté**, fondateur et chef de la direction du Cirque du Soleil, car on a recueilli 11 520 \$ pour **Leucan** et les enfants atteints de cancer. Mmes **Tracy Bibeau** (derrière à gauche) et **Odette Savard**, coprésidentes du comité organisateur, ont aussi contribué au succès sans précédent de cette soirée, qui s’est tenue au siège social du **Cirque du Soleil**.

LA PETITE PRESSE

PHILOMÈNE
par Guy et Brad Gichivis!

VLAN
© 2005 United Feature Syndicate, Inc. www.comics.com

VOYONS, PHILO, EST-CE QU’ON PEUT EN DISCUTER?

NON, ROLAND, JE SUIS TRÈS FACHÉE CONTRE TOI.

TU NE PENSES QU’À L’ARGENT J’EN AI ASSEZ. LAISSE-MOI TRANQUILLE.

D’ACCORD

TU VEUX QUE JE TE PRÊTE COMBIEN?

BEN

QUE DIS-TU DE CELLE-CI? ON NE PEUT PAS UTILISER CELLE-LÀ! ON VOIT TON FOUCHE! CELLE-LÀ EST BONNE, MAIS Y A UN ÉTRANGER DERRIÈRE. CELLE-CI EST PAS SI PIRE MAIS TU NE SOURIS PAS! ABSOLUMENT PAS! ON VOIT MA CALVITIE!

ICI, C’EST MON EXTRÊME-GRAND PÈRE. JE PENSAIS PLUTÔT À CELLE-LÀ. J’AI LAIR TROP VIEILLE ICI!

POURQUOI LES HATLEY N’INCLUENT JAMAIS DE PHOTOS DANS LEUR CARTES DE NOËL.

LA DÉVEINE

C’EST MOI ET TOI CONTRE LE MONDE! C’EST TOI ET MOI CONTRE LE MONDE! MON ÉCHO CONNAÎT LES RÈGLES DE LA POLITESSE!

FRANK ET ERNEST

ÇA VA BIEN. LAISSE-LE TRANQUILLE, ERNEST.

PEANUTS

QU’EST-CE QUE C’EST? UNE FACTURE DE 100 \$? CA VIENT D’AS AVIATION... ILS DISENT QUE TU N’AS PAS PAYÉ TON BILLET. JE NE SUIS PAS ARRIVÉE À DESTINATION NON PLUS! JE N’AI JAMAIS QUITTÉ LA COUR! PEUT-ÊTRE QUE TU DEVRAIS ENGAGER UN AVOCAT. «L’AVOCAT EST DÉSORMAIS UN CHEF DE FILE DE LA SOCIÉTÉ.»

PEANUTS
par Schulz

«CE BON VIEUX CHARLIE BROWN»

C’ÉTAIT UNE NUIT SOMBRE ET ORAGEUSE.

SOUDAIN, UN COUP DE FEU ÉCLATA. UNE PORTE CLAQUA. LA BONNE CRIA.

SOUDAIN, UN NAVIRE PIRATE APPARUT À L’HORIZON.

ALORS QUE DES MILLIONS DE PERSONNES CREVAIENT DE FAIM, LE ROI VIVAIT DANS LE LUXE.

PENDANT CE TEMPS, SUR UNE PETITE FERME DU KANSAS, UN GARÇON GRANDISSAIT.

DEUXIÈME PARTIE.

DANS LA DEUXIÈME PARTIE, JE RELIE TOUT ÇA SAVAMMENT.

PHILOMÈNE

AS-TU FINI DE LIRE LE NOUVEAU HARRY POTTER? NON, JE SUIS À LA PAGE TRENTE-DEUX. TRENTE-DEUX? MAIS ÇA FAIT UN MOIS QUE TU L’AS COMMENCÉ! OUI, JE LIS SEULEMENT UNE PAGE PAR JOUR. JE VEUX QU’IL DURE JUSQU’AU LANCÉMENT DU PROCHAIN.

GARFIELD

C’EST UN BEAU MOMENT, PAS VRAI? OUAIS. UN HOMME ET SON CHAT. MAIS OUI! JE N’AI PAS DIT QUE TU POUVAIS ME TOUCHER.

FERDINAND

HA HA HA

LES PETITES ANNONCES 987-VENDU

100 IMMOBILIER RENSEIGNEZ-VOUS sur nos escomptes aux particuliers

200 MARCHANDISES ET SERVICES Surveillez nos tarifs promotionnels: Animaux, ventes de garage et Marché aux puces

300 OFFRES D'EMPLOI Offre d'emploi: Tous les postes sont ouverts également aux femmes et aux hommes

400 SERVICES PERSONNELS Souhaits, rencontres, activités.

500 VÉHICULES AUTOMOBILES Publication de votre annonce dans le cahier AUTO du lundi et sur www.capsresse.ca

600 LOISIRS ET VÉHICULES RÉCRÉATIFS

700 et 800 AFFAIRES ET AVIS — Publiées dans le cahier La Presse Affaires, du lundi au samedi

HEURES DE TOMBÉE MARDI AU SAMEDI 17H, LA VEILLE DE LA PARUTION

DIMANCHE ET LUNDI 17H, LE VENDREDI PRÉCÉDENT

ANNONCES ENCADRÉES 48H, AVANT LA PARUTION

COMMENT NOUS JOINDRE Heures d'ouverture: Lundi au vendredi, de 8h à 17h

PAR TÉLÉPHONE (514) 987-8363

SANS FRAIS 1 866 987-8363

PAR TÉLÉCOPIEUR (514) 848-6287

ADRESSE POSTALE Les Petites annonces, 7, rue Saint-Jacques, Montréal, (Québec) H2Y 1K9

AU COMPTOIR lundi au vendredi, de 8h30 à 17h

petitesannonces@lapresse.ca

Immobilier

Résidentiel - vente100-129 Commercial - vente160-173
Résidentiel - location131-156 Commercial - location180-192

100 VISITES LIBRES ROSEMONT, 4264 St-Michel, cottage-condo, 2 ch, garage, Succession. Libre immédiatement. Dim. 14 à 16 h. Im. Trans-Imm. chr. ROBERT LANGLADE, 450-973-2442

101 ILE DE MONTRÉAL PLATEAU, au 2159 Laurier 3plex réno, 740 pi² par étage, 1 ch., 3e libre. Visite dim. 14 à 16h. 309.009.005. 514-992-3990

106 RIVE-SUD VIEUX-LONGUEUIL, cott., 4 ch., 2 salons, s/manger, cuisine, grande s/fam, entièrement réno. beaucoup de cachet. 450-679-5475

112 BORD DE L'EAU LAC PATRICK, Entrées, chalet 4 saisons, tout meublé, 3 ch., terrain 85 000 pi², 239 000 \$. 450-622-3147

131 ÎLE DE MONTRÉAL AHUNTSIC, Place Meilleur 1 1/2, 2 1/2, 3 ch., chauffés, Alvaro: 514-381-5793

131 ÎLE DE MONTRÉAL MÉTRO BEAUBIEN, Marché Jean-Talon, 6 1/2, 2e, terrasse, jan., 1000 \$. 514-270-3083

131 ÎLE DE MONTRÉAL PIERREFONDS, grand condo 5 1/2, réno, foyer, 6 électros, près services, non fumeur, pas d'animaux, libre, réf. 995 \$. 514-383-6786 poste 2

131 ÎLE DE MONTRÉAL ROSEMONT, Dandurand, haut duplex, 4 1/2 réno, balcons, libre, 675 \$ 514-521-9129

132 CENTRE-VILLE LE RAMEZAY 3-488 C.D.N., 1 1/2 ch., 3 s/bains, portier, piscine int., près de métro et autobus, à partir de 750 \$. Stat. disponible (514) 937-4054 (514) 844-7275 R132

136 RIVE-SUD ST-LAMBERT, haut duplex 6 1/2, chauf. loc. 1er Déc. 1200\$ Après 18h. 450-465-1085

106 RIVE-SUD VIEUX LONGUEUIL, 4 1/2, 520 \$ - demi sous-sol, bien éclairé. Déc. 450-677-6880

139 LAURENTIDES LAUNDAIÈRE MONT-TREMBLANT, ski à la porte, maisons/condos, couché 8/10, 814-425-8909.

101 ILE DE MONTRÉAL ST-LAMBERT, Dim. 13h30 à 16 h 386 Upper Edieon Cottage semi-dét., 1750' car., const. 2001, pl. bois franc, 2+1 ch., 1 garage, s/sol fini, 2 stat., belle cour, terrasse, 287 000 \$. Pas d'agent. 514-562-4307

101 ILE DE MONTRÉAL ST-LAURENT beau franc, condo de luxe, 2 ch. mezz. garage, foyer, au 1565 Alexis Nihon dim. 14h à 16h. Pedro (514) 255-5202 Re/Max Métro

106 RIVE-SUD VIEUX-LONGUEUIL, cott., 4 ch., 2 salons, s/manger, cuisine, grande s/fam, entièrement réno. beaucoup de cachet. 450-679-5475

107 BANLIEUE OUEST ILE-BIZARD, triplex, 2 X 4 1/2, 1 X 5 1/2, portes et toit neuves. 514-683-2190

108 BANLIEUE EST AUBAINI! Repentigny grand 4 ch., coin Ouest, stat. int., a/c, belle vue panoramique. A voir 514-329-6226

109 LAURENTIDES LAUNDAIÈRE JOLIETTE

101 ILE DE MONTRÉAL V.M.M.R. Dim. 13h à 17h 360 Mich. ave. élégant bung. 3+1 ch. 3 s/bains, s/sol fini, a/c, pl. bois, 2 gar., nouveau toit, alarme, foyer, 799 000 \$. F. Theta inc. ctr. 514-951-4257, 450-688-4257

105 LAVAL RIVE-NORD TERREBONNE, reprise de fin. condo, propriété unique, 10 pces, foyer, piscine ext., 10 pces, tour, raquette, 225000\$. 514-935-8225, 514-824-7902

106 RIVE-SUD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

101 ILE DE MONTRÉAL AMHERST / SHERBROOKE 5plex, 1X6 1/2, 4X4 1/2, en pierre, r.-de-ch. libre, rénové, cachet, stat. 489 000 \$. 514-629-5415

105 LAVAL RIVE-NORD ROSEMONT, duplex, 42e Avenue, 2X5 1/2, sous-sol fini, pas d'agent. 514-374-9825

106 RIVE-SUD CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

110 ESTRIE CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

101 ILE DE MONTRÉAL MERCIER, maison de ville neuve, libre janv. gar. double, Cours Lafontaine, 325 000 \$. 514-498-3825, 514-824-7902

105 LAVAL RIVE-NORD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

106 RIVE-SUD BROSSARD, semi-dét. 3 ch., taxes basses, chauf. à l'huile, 162 500 \$. 514-931-5954.

101 ILE DE MONTRÉAL MERCIER - MONTRÉAL

105 LAVAL RIVE-NORD LA PRAIRIE, magnifique cottage 2003 style anglais, près du golf de Candiac, 349 000 \$ négociable, 450-724-0670

106 RIVE-SUD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

101 ILE DE MONTRÉAL N.D.G., Maison Lambert, cott. 5 ch., 1 s/bain, 2 s/deau, 2 foyers, gar., 589 000\$. Visite libre dim. 14 à 16h, au 4062 Marlowe. 514 726-1140

105 LAVAL RIVE-NORD P.A.T., cottage 3 ch., garage, pl. bois franc, armoires chêne 169 000\$. 514-640-7691

106 RIVE-SUD PETITE PATRIE, métro Fabre, duplex, 2e 5 1/2, 3 ch., terrasse, r.-de-ch. et pers.; 9 pièces, 2 salles d'eau, 4 ch., cuisinette, bouidor, s/lavage, atelier, très grande cour, cabanon, stat. Pas d'agent. 410 000 \$. 514-277-4398.

101 ILE DE MONTRÉAL AMHERST / SHERBROOKE 5plex, 1X6 1/2, 4X4 1/2, en pierre, r.-de-ch. libre, rénové, cachet, stat. 489 000 \$. 514-629-5415

105 LAVAL RIVE-NORD ROSEMONT, duplex, 42e Avenue, 2X5 1/2, sous-sol fini, pas d'agent. 514-374-9825

106 RIVE-SUD CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

110 ESTRIE CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

101 ILE DE MONTRÉAL MERCIER, maison de ville neuve, libre janv. gar. double, Cours Lafontaine, 325 000 \$. 514-498-3825, 514-824-7902

105 LAVAL RIVE-NORD LA PRAIRIE, magnifique cottage 2003 style anglais, près du golf de Candiac, 349 000 \$ négociable, 450-724-0670

106 RIVE-SUD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

101 ILE DE MONTRÉAL N.D.G., Maison Lambert, cott. 5 ch., 1 s/bain, 2 s/deau, 2 foyers, gar., 589 000\$. Visite libre dim. 14 à 16h, au 4062 Marlowe. 514 726-1140

105 LAVAL RIVE-NORD P.A.T., cottage 3 ch., garage, pl. bois franc, armoires chêne 169 000\$. 514-640-7691

106 RIVE-SUD PETITE PATRIE, métro Fabre, duplex, 2e 5 1/2, 3 ch., terrasse, r.-de-ch. et pers.; 9 pièces, 2 salles d'eau, 4 ch., cuisinette, bouidor, s/lavage, atelier, très grande cour, cabanon, stat. Pas d'agent. 410 000 \$. 514-277-4398.

101 ILE DE MONTRÉAL AMHERST / SHERBROOKE 5plex, 1X6 1/2, 4X4 1/2, en pierre, r.-de-ch. libre, rénové, cachet, stat. 489 000 \$. 514-629-5415

105 LAVAL RIVE-NORD ROSEMONT, duplex, 42e Avenue, 2X5 1/2, sous-sol fini, pas d'agent. 514-374-9825

106 RIVE-SUD CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

110 ESTRIE CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

101 ILE DE MONTRÉAL MERCIER, maison de ville neuve, libre janv. gar. double, Cours Lafontaine, 325 000 \$. 514-498-3825, 514-824-7902

105 LAVAL RIVE-NORD LA PRAIRIE, magnifique cottage 2003 style anglais, près du golf de Candiac, 349 000 \$ négociable, 450-724-0670

106 RIVE-SUD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

101 ILE DE MONTRÉAL N.D.G., Maison Lambert, cott. 5 ch., 1 s/bain, 2 s/deau, 2 foyers, gar., 589 000\$. Visite libre dim. 14 à 16h, au 4062 Marlowe. 514 726-1140

105 LAVAL RIVE-NORD P.A.T., cottage 3 ch., garage, pl. bois franc, armoires chêne 169 000\$. 514-640-7691

106 RIVE-SUD PETITE PATRIE, métro Fabre, duplex, 2e 5 1/2, 3 ch., terrasse, r.-de-ch. et pers.; 9 pièces, 2 salles d'eau, 4 ch., cuisinette, bouidor, s/lavage, atelier, très grande cour, cabanon, stat. Pas d'agent. 410 000 \$. 514-277-4398.

101 ILE DE MONTRÉAL AMHERST / SHERBROOKE 5plex, 1X6 1/2, 4X4 1/2, en pierre, r.-de-ch. libre, rénové, cachet, stat. 489 000 \$. 514-629-5415

105 LAVAL RIVE-NORD ROSEMONT, duplex, 42e Avenue, 2X5 1/2, sous-sol fini, pas d'agent. 514-374-9825

106 RIVE-SUD CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

110 ESTRIE CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

101 ILE DE MONTRÉAL MERCIER, maison de ville neuve, libre janv. gar. double, Cours Lafontaine, 325 000 \$. 514-498-3825, 514-824-7902

105 LAVAL RIVE-NORD LA PRAIRIE, magnifique cottage 2003 style anglais, près du golf de Candiac, 349 000 \$ négociable, 450-724-0670

106 RIVE-SUD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

101 ILE DE MONTRÉAL N.D.G., Maison Lambert, cott. 5 ch., 1 s/bain, 2 s/deau, 2 foyers, gar., 589 000\$. Visite libre dim. 14 à 16h, au 4062 Marlowe. 514 726-1140

105 LAVAL RIVE-NORD P.A.T., cottage 3 ch., garage, pl. bois franc, armoires chêne 169 000\$. 514-640-7691

106 RIVE-SUD PETITE PATRIE, métro Fabre, duplex, 2e 5 1/2, 3 ch., terrasse, r.-de-ch. et pers.; 9 pièces, 2 salles d'eau, 4 ch., cuisinette, bouidor, s/lavage, atelier, très grande cour, cabanon, stat. Pas d'agent. 410 000 \$. 514-277-4398.

101 ILE DE MONTRÉAL AMHERST / SHERBROOKE 5plex, 1X6 1/2, 4X4 1/2, en pierre, r.-de-ch. libre, rénové, cachet, stat. 489 000 \$. 514-629-5415

105 LAVAL RIVE-NORD ROSEMONT, duplex, 42e Avenue, 2X5 1/2, sous-sol fini, pas d'agent. 514-374-9825

106 RIVE-SUD CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

110 ESTRIE CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

101 ILE DE MONTRÉAL MERCIER, maison de ville neuve, libre janv. gar. double, Cours Lafontaine, 325 000 \$. 514-498-3825, 514-824-7902

105 LAVAL RIVE-NORD LA PRAIRIE, magnifique cottage 2003 style anglais, près du golf de Candiac, 349 000 \$ négociable, 450-724-0670

106 RIVE-SUD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

101 ILE DE MONTRÉAL N.D.G., Maison Lambert, cott. 5 ch., 1 s/bain, 2 s/deau, 2 foyers, gar., 589 000\$. Visite libre dim. 14 à 16h, au 4062 Marlowe. 514 726-1140

105 LAVAL RIVE-NORD P.A.T., cottage 3 ch., garage, pl. bois franc, armoires chêne 169 000\$. 514-640-7691

106 RIVE-SUD PETITE PATRIE, métro Fabre, duplex, 2e 5 1/2, 3 ch., terrasse, r.-de-ch. et pers.; 9 pièces, 2 salles d'eau, 4 ch., cuisinette, bouidor, s/lavage, atelier, très grande cour, cabanon, stat. Pas d'agent. 410 000 \$. 514-277-4398.

101 ILE DE MONTRÉAL AMHERST / SHERBROOKE 5plex, 1X6 1/2, 4X4 1/2, en pierre, r.-de-ch. libre, rénové, cachet, stat. 489 000 \$. 514-629-5415

105 LAVAL RIVE-NORD ROSEMONT, duplex, 42e Avenue, 2X5 1/2, sous-sol fini, pas d'agent. 514-374-9825

106 RIVE-SUD CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

110 ESTRIE CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

101 ILE DE MONTRÉAL MERCIER, maison de ville neuve, libre janv. gar. double, Cours Lafontaine, 325 000 \$. 514-498-3825, 514-824-7902

105 LAVAL RIVE-NORD LA PRAIRIE, magnifique cottage 2003 style anglais, près du golf de Candiac, 349 000 \$ négociable, 450-724-0670

106 RIVE-SUD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

101 ILE DE MONTRÉAL N.D.G., Maison Lambert, cott. 5 ch., 1 s/bain, 2 s/deau, 2 foyers, gar., 589 000\$. Visite libre dim. 14 à 16h, au 4062 Marlowe. 514 726-1140

105 LAVAL RIVE-NORD P.A.T., cottage 3 ch., garage, pl. bois franc, armoires chêne 169 000\$. 514-640-7691

106 RIVE-SUD PETITE PATRIE, métro Fabre, duplex, 2e 5 1/2, 3 ch., terrasse, r.-de-ch. et pers.; 9 pièces, 2 salles d'eau, 4 ch., cuisinette, bouidor, s/lavage, atelier, très grande cour, cabanon, stat. Pas d'agent. 410 000 \$. 514-277-4398.

101 ILE DE MONTRÉAL AMHERST / SHERBROOKE 5plex, 1X6 1/2, 4X4 1/2, en pierre, r.-de-ch. libre, rénové, cachet, stat. 489 000 \$. 514-629-5415

105 LAVAL RIVE-NORD ROSEMONT, duplex, 42e Avenue, 2X5 1/2, sous-sol fini, pas d'agent. 514-374-9825

106 RIVE-SUD CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

110 ESTRIE CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

101 ILE DE MONTRÉAL MERCIER, maison de ville neuve, libre janv. gar. double, Cours Lafontaine, 325 000 \$. 514-498-3825, 514-824-7902

105 LAVAL RIVE-NORD LA PRAIRIE, magnifique cottage 2003 style anglais, près du golf de Candiac, 349 000 \$ négociable, 450-724-0670

106 RIVE-SUD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

101 ILE DE MONTRÉAL N.D.G., Maison Lambert, cott. 5 ch., 1 s/bain, 2 s/deau, 2 foyers, gar., 589 000\$. Visite libre dim. 14 à 16h, au 4062 Marlowe. 514 726-1140

105 LAVAL RIVE-NORD P.A.T., cottage 3 ch., garage, pl. bois franc, armoires chêne 169 000\$. 514-640-7691

106 RIVE-SUD PETITE PATRIE, métro Fabre, duplex, 2e 5 1/2, 3 ch., terrasse, r.-de-ch. et pers.; 9 pièces, 2 salles d'eau, 4 ch., cuisinette, bouidor, s/lavage, atelier, très grande cour, cabanon, stat. Pas d'agent. 410 000 \$. 514-277-4398.

101 ILE DE MONTRÉAL AMHERST / SHERBROOKE 5plex, 1X6 1/2, 4X4 1/2, en pierre, r.-de-ch. libre, rénové, cachet, stat. 489 000 \$. 514-629-5415

105 LAVAL RIVE-NORD ROSEMONT, duplex, 42e Avenue, 2X5 1/2, sous-sol fini, pas d'agent. 514-374-9825

106 RIVE-SUD CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

110 ESTRIE CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

101 ILE DE MONTRÉAL MERCIER, maison de ville neuve, libre janv. gar. double, Cours Lafontaine, 325 000 \$. 514-498-3825, 514-824-7902

105 LAVAL RIVE-NORD LA PRAIRIE, magnifique cottage 2003 style anglais, près du golf de Candiac, 349 000 \$ négociable, 450-724-0670

106 RIVE-SUD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

101 ILE DE MONTRÉAL N.D.G., Maison Lambert, cott. 5 ch., 1 s/bain, 2 s/deau, 2 foyers, gar., 589 000\$. Visite libre dim. 14 à 16h, au 4062 Marlowe. 514 726-1140

105 LAVAL RIVE-NORD P.A.T., cottage 3 ch., garage, pl. bois franc, armoires chêne 169 000\$. 514-640-7691

106 RIVE-SUD PETITE PATRIE, métro Fabre, duplex, 2e 5 1/2, 3 ch., terrasse, r.-de-ch. et pers.; 9 pièces, 2 salles d'eau, 4 ch., cuisinette, bouidor, s/lavage, atelier, très grande cour, cabanon, stat. Pas d'agent. 410 000 \$. 514-277-4398.

101 ILE DE MONTRÉAL AMHERST / SHERBROOKE 5plex, 1X6 1/2, 4X4 1/2, en pierre, r.-de-ch. libre, rénové, cachet, stat. 489 000 \$. 514-629-5415

105 LAVAL RIVE-NORD ROSEMONT, duplex, 42e Avenue, 2X5 1/2, sous-sol fini, pas d'agent. 514-374-9825

106 RIVE-SUD CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

110 ESTRIE CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

101 ILE DE MONTRÉAL MERCIER, maison de ville neuve, libre janv. gar. double, Cours Lafontaine, 325 000 \$. 514-498-3825, 514-824-7902

105 LAVAL RIVE-NORD LA PRAIRIE, magnifique cottage 2003 style anglais, près du golf de Candiac, 349 000 \$ négociable, 450-724-0670

106 RIVE-SUD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

101 ILE DE MONTRÉAL N.D.G., Maison Lambert, cott. 5 ch., 1 s/bain, 2 s/deau, 2 foyers, gar., 589 000\$. Visite libre dim. 14 à 16h, au 4062 Marlowe. 514 726-1140

105 LAVAL RIVE-NORD P.A.T., cottage 3 ch., garage, pl. bois franc, armoires chêne 169 000\$. 514-640-7691

106 RIVE-SUD PETITE PATRIE, métro Fabre, duplex, 2e 5 1/2, 3 ch., terrasse, r.-de-ch. et pers.; 9 pièces, 2 salles d'eau, 4 ch., cuisinette, bouidor, s/lavage, atelier, très grande cour, cabanon, stat. Pas d'agent. 410 000 \$. 514-277-4398.

101 ILE DE MONTRÉAL AMHERST / SHERBROOKE 5plex, 1X6 1/2, 4X4 1/2, en pierre, r.-de-ch. libre, rénové, cachet, stat. 489 000 \$. 514-629-5415

105 LAVAL RIVE-NORD ROSEMONT, duplex, 42e Avenue, 2X5 1/2, sous-sol fini, pas d'agent. 514-374-9825

106 RIVE-SUD CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

110 ESTRIE CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

101 ILE DE MONTRÉAL MERCIER, maison de ville neuve, libre janv. gar. double, Cours Lafontaine, 325 000 \$. 514-498-3825, 514-824-7902

105 LAVAL RIVE-NORD LA PRAIRIE, magnifique cottage 2003 style anglais, près du golf de Candiac, 349 000 \$ négociable, 450-724-0670

106 RIVE-SUD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

101 ILE DE MONTRÉAL N.D.G., Maison Lambert, cott. 5 ch., 1 s/bain, 2 s/deau, 2 foyers, gar., 589 000\$. Visite libre dim. 14 à 16h, au 4062 Marlowe. 514 726-1140

105 LAVAL RIVE-NORD P.A.T., cottage 3 ch., garage, pl. bois franc, armoires chêne 169 000\$. 514-640-7691

106 RIVE-SUD PETITE PATRIE, métro Fabre, duplex, 2e 5 1/2, 3 ch., terrasse, r.-de-ch. et pers.; 9 pièces, 2 salles d'eau, 4 ch., cuisinette, bouidor, s/lavage, atelier, très grande cour, cabanon, stat. Pas d'agent. 410 000 \$. 514-277-4398.

101 ILE DE MONTRÉAL AMHERST / SHERBROOKE 5plex, 1X6 1/2, 4X4 1/2, en pierre, r.-de-ch. libre, rénové, cachet, stat. 489 000 \$. 514-629-5415

105 LAVAL RIVE-NORD ROSEMONT, duplex, 42e Avenue, 2X5 1/2, sous-sol fini, pas d'agent. 514-374-9825

106 RIVE-SUD CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

110 ESTRIE CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

101 ILE DE MONTRÉAL MERCIER, maison de ville neuve, libre janv. gar. double, Cours Lafontaine, 325 000 \$. 514-498-3825, 514-824-7902

105 LAVAL RIVE-NORD LA PRAIRIE, magnifique cottage 2003 style anglais, près du golf de Candiac, 349 000 \$ négociable, 450-724-0670

106 RIVE-SUD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

101 ILE DE MONTRÉAL N.D.G., Maison Lambert, cott. 5 ch., 1 s/bain, 2 s/deau, 2 foyers, gar., 589 000\$. Visite libre dim. 14 à 16h, au 4062 Marlowe. 514 726-1140

105 LAVAL RIVE-NORD P.A.T., cottage 3 ch., garage, pl. bois franc, armoires chêne 169 000\$. 514-640-7691

106 RIVE-SUD PETITE PATRIE, métro Fabre, duplex, 2e 5 1/2, 3 ch., terrasse, r.-de-ch. et pers.; 9 pièces, 2 salles d'eau, 4 ch., cuisinette, bouidor, s/lavage, atelier, très grande cour, cabanon, stat. Pas d'agent. 410 000 \$. 514-277-4398.

101 ILE DE MONTRÉAL AMHERST / SHERBROOKE 5plex, 1X6 1/2, 4X4 1/2, en pierre, r.-de-ch. libre, rénové, cachet, stat. 489 000 \$. 514-629-5415

105 LAVAL RIVE-NORD ROSEMONT, duplex, 42e Avenue, 2X5 1/2, sous-sol fini, pas d'agent. 514-374-9825

106 RIVE-SUD CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

110 ESTRIE CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région Eastman, 279 000 \$, 3 ch., 2 s/bains. Yvon 514-755-4612.

101 ILE DE MONTRÉAL MERCIER, maison de ville neuve, libre janv. gar. double, Cours Lafontaine, 325 000 \$. 514-498-3825, 514-824-7902

105 LAVAL RIVE-NORD LA PRAIRIE, magnifique cottage 2003 style anglais, près du golf de Candiac, 349 000 \$ négociable, 450-724-0670

106 RIVE-SUD À BOUCHERVILLE, maison de ville, 2 ch., planchers + escalier en bois, libre, 184 900 \$ nég. 514-946-0849

101 ILE DE MONTRÉAL N.D.G., Maison Lambert, cott. 5 ch., 1 s/bain, 2 s/deau, 2 foyers, gar., 589 000\$. Visite libre dim. 14 à 16h, au 4062 Marlowe. 514 726-1140

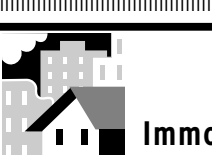
105 LAVAL RIVE-NORD P.A.T., cottage 3 ch., garage, pl. bois franc, armoires chêne 169 000\$. 514-640-7691

106 RIVE-SUD PETITE PATRIE, métro Fabre, duplex, 2e 5 1/2, 3 ch., terrasse, r.-de-ch. et pers.; 9 pièces, 2 salles d'eau, 4 ch., cuisinette, bouidor, s/lavage, atelier, très grande cour, cabanon, stat. Pas d'agent. 410 000 \$. 514-277-4398.

101 ILE DE MONTRÉAL AMHERST / SHERBROOKE 5plex, 1X6 1/2, 4X4 1/2, en pierre, r.-de-ch. libre, rénové, cachet, stat. 489 000 \$. 514-629-5415

105 LAVAL RIVE-NORD ROSEMONT, duplex, 42e Avenue, 2X5 1/2, sous-sol fini, pas d'agent. 514-374-9825

106 RIVE-SUD CHALET 4 saisons, bord du lac Libby, région



100 IMMOBILIER

145 CONDOMINIUMS, COPROPRIÉTÉS

VAUDREUIL, 8 1/2, 2 s/bains, entree privée, train banlieue, 1100\$. 514-963-1345

146 MAISONS DE CAMPAGNE

MAGOG, sur lac Memphrémagog. Très luxueux, 4 ch., terr. int. et ext., foyer, luxueux-sement meublé. 2500\$/sem. 514-264-0602, 514-261-9002

147 CHAËTS

20 mins. Tremblant, 3 ch., foyer, bois, dénégé, mois ou saison = 4500\$ 514-947-9447

À 10 MIN. ORFORD, Austin, 3 ch. 2 foyers, sauna, 5000\$ pas chauffé 514-484-1136

À ST-ADOLPHE, 3 ch., foyer, tout équipé, près ski, fêtes. 450-670-7823

À STE-ADELE, près du ski Chantale, 4 ch., sauna, piscine, 1500\$/mois. 514-975-8997

À STE-ADELE, superbe maison à louer 1300\$/mois. 450-645-0908

À STE-AGATHE, suisse, 3 ch., foyer, tout équipé, saison. 450-661-6496/514-979-9958

À TREMBLANT, bord de lac, 3 ch., foyer, ski, 325\$/sem. et/1, (819) 688-3437

AUSTIN, 10 min Orford, 3 ch., saison/mois/514-708-0890 www.camtons-loue.com

AYER'S CLIFF, maison bord de lac, 3 ch., 2 s/bains, piscine, pas d'animaux. 450-838-5258

BROMONT, près pistes 3 ch., équipé, foyer, 1250\$/sem. 23-12 à 6-01, 514-928-3140

CHALET 15 min. de St-Côme, patinoire, ski fond, motoneige, 3 ou 4 pers., sem., mois. 514-748-6082

CHARLEVOIX, VUE FLEUVE, LAC, FORTYER, 418-435-3810 www.charlevoix.net/chalets

COMPTON, Estrie, maison de campagne, pour Noël ou été, 4 ch., confort, sem/week-end. Après 10h: 819-499-4449 www.bardoblescopains.com

CONDO à louer Mt Ste-Anne, week-end, fêtes, semaine de la Blanche, 819-377-4366

LAC BÉROME, 15 min. ski Bromont, condo, 3 ch., 2 1/2 s/bains, tout confort, saison. 514-744-2444, 514-694-9369

MANSONVILLE, près de Jay Peak et Owl's Head, 4 ch., combustion, garage, patinoire, 15 nov. - 15 avril 5000\$ + services. 514-242-4840

MONT-TREMBLANT, condo pour deux, au pied des pentes, 2 ch., 2 s/bains, tout confort, saison. 514-744-4048; 819-425-2340

MORIN HEIGHTS (région) bord du lac, équipé, foyer, pistes de ski, saison, 514-934-3801, photos disp.

MT-TREMBLANT, 15 min., 2 ch., équipé, foyer, saison hiver. 4500\$, 819-686-3390

MT-TREMBLANT, vue panoramique, pour Noël ou été, 2 ch., 2 foyers, 1200\$/sem. 514-915-1047

ORFORD, 6 km, loge 7 pers., foyer, 4300\$/sem, maintenant à mi-avril. 819-868-1493

ORFORD, lac Fraser, bord de lac, 3 foyers, chauf. élec, 2 ch., à 10 min ski alpin, saison hiver, déc. à mars 3500\$, chauffage non incl. 514-277-9077

ST-ADOLPHE, beau chalet ensoleillé, bord de lac, 4 ch., 2 foyers, Noël, Nouvel An, Janvier à avril. 514-915-1047

ST-FAUSTIN, 4 km Mt-Blanc, 20 km de Mt-Tremblant, 2 ch., bord de lac, ski de fond, saison 4800\$. 514-951-5035

ST-JOVIÉ, 20 chalets, foyer, plage, ski, 819-688-2809. www.chaletslazon.com

ST-JOVIÉ, bord lac, 2-8 ch., équipé, ski, 819-425-3900

ST-SAUVEUR, luxueux, neuf, 5 à 7 pers., mois ou saison, 450-565-2658, 514-770-5535

ST-SAUVEUR, lac Bécassies, 3 foyers, chauf. élec, patinoire, déc. à mars, 1500\$/mois. 514 217-8128

STE-ADELÈ, 3 ch., +, tout incl., extras, foyer, libre Noël, Jour de l'An, 514-852-9298

STE-MARGUERITE, Lac Masson, saison chaleureuse, face patinoire 6km, 3 ch., foyer hiver. 819-231-2077

STE-MARGUERITE L'ESTEREL, chalet rénové à neuf, 2 ch., tout équipé, saison, 450\$/sem. /saison. 514-865-8617

TREMBLANT (LAC), chalet bois rond, 2 ch., 5 min. pistes ski, loc. saison. 819-429-6860

TREMBLANT, Lac Supérieur, 3 ch., foyer, chauffé, période fêtes/relâche 514-707-4493

VAL-DAVID - NOUVEAU Jolie maison, 4 ch., tout équipé, foyer, près ski village, 819-322-6419

CHAMBRES, PENSIONS

À MOTEL (514) 489-4258 Ch. sem., tél. micro-onde, frigo, super écran porte calme câble 10 min centre ville.

CENTRE-VILLE, métro Berri, ch. meublé, 40\$/S + taxes, 400\$ (Internet), 514-266-1530

MÉTRO H.-Bourassa, 350\$ tout compris + Internet, tél. et balcon privé, 514-389-6601.

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

TERREBONNE, près autobus, meublé, dans un bung. stat. pers. responsable et hôtel. 350\$. 450-477-1821

VILLERAY, A 2 min. métro 2 Fabre, grand 6 ch., 440\$ tout inclus, 514-208-0004

PROPRIÉTÉS

A LONGUEUIL (VIEUX) Joignez-vous à une équipe multidisciplinaire en médecine douce. Exp. et clientèle nu. Aussi disp. partenariat pour soins visage. 514-677-3717. Rendez-vous : 450-677-3017.

AU 3818 boul. ST-LAURENT 2500 pi, 1er étage, libre, 514-702-5500

N.D.G., 3 ch., dans grand 7 1/2, meublé, libre, près services, 400\$ à 500\$, 514-984-4010

VÉHICULES AUTOMOBILES

MAZDA 3 2004 noire, 5 vit., 35 000 km... NISSAN Sentra GXE 03, gris, man., 56 000 km... VOLKSWAGEN CAMPBELL & CAMERON 4009 AVE VERDUN 514-767-8790... FONDATION MARIE-VINCENT

GÉNIES EN HERBE #1172

En collaboration avec Génies en herbe Pantologie Inc., ghpano@videotron.ca

A-BEATLES 1 Liverpool 2 Pete Best 3 Casbah (propriété de la mère de Pete Best - 90 représentations) 4 Hamburg I wanna hold your hand

E-IDENTIFICATION PAR INDICES Maurice Richard

F-CHARADE Lémurien

B-ACTUALITÉS 1 République Tchèque 2 Kylie Minogue 3 David Peterson 4 Allan B. Gold 5 Newsweek

C-TOURS 1 Exposition universelle de Paris 2 Montparnasse 3 Tour de Pise 4 Tour de reims 5 1903

H-POLITIQUE ÉTRANGÈRE SOVIÉTIQUE 1 Mikhaïl Gorbatchev 2 La « nouvelle pensée » (new thinking) 3 Edoard Chevornadze 4 Leonid Brejnev 5 RYKJAVIK

D-ASSOCIATIONS 1 b 2 d 3 a 4 e 5 c

ASTROLOGIE DU JOUR BÉLIER DU 21 MARS AU 20 AVRIL Cette Lune en Cancer peut rendre certains contacts plus laborieux pour le Bélier, mais cela ne veut pas dire qu'ils seront impossibles à établir.

TAUREAU DU 21 AVRIL AU 20 MAI Une gloire passée peut luire à nouveau. Vous pouvez retrouver ce que vous avez déjà eu si vous prenez une bonne initiative.

GÉMEAUX DU 21 MAI AU 21 JUIN Si vous avez une idée une tête, dites-vous que vous n'avez rien à perdre et tout à gagner en essayant de la matérialiser.

CANCER DU 22 JUIN AU 22 JUILLET Alors que la Lune poursuit son cycle mensuel en Cancer, vous êtes en mesure de démontrer habilement une chose dont vous avez la certitude.

LION DU 23 JUILLET AU 23 AOÛT La présence de Mercure au trigone de Saturne en Lion vous aide à communiquer plus aisément avec votre entourage et à tisser de nouveaux liens durables.

VIERGE DU 24 AOÛT AU 22 SEPTEMBRE Les aspects planétaires peuvent causer une dualité entre votre besoin de stabilité et une envie passagère de sortir des sentiers battus.

BALANCE DU 23 SEPTEMBRE AU 23 OCTOBRE Votre émotivité peut être à fleur de peau alors que la Lune se trouve en Cancer, au carré de votre Signe.

SCORPION DU 24 OCTOBRE AU 22 NOVEMBRE L'astuce et la présence d'esprit vous permettront de sauver les pots cassés et de vous tirer indemne d'une situation embarrassante.

SAGITTAIRE DU 23 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE N'oubliez pas que les histoires qui circulent peuvent facilement avoir été déformées et exagérées.

CAPRICORNE DU 22 DÉCEMBRE AU 20 JANVIER La Lune en Cancer, face au Capricorne, exerce une influence favorable sur votre vie sociale et tous vos entretiens.

VERSEAU DU 21 JANVIER AU 19 FÉVRIER Il n'y a pas de fumée sans feu. Bien que certaines histoires semblent avoir été déformées et exagérées, elles se basent sur un fond de vérité.

POISSONS DU 20 FÉVRIER AU 20 MARS Au trigone de votre Signe, la visite de la Lune en Cancer adoucit l'atmosphère et allège les tensions.

MOT MYSTÈRE TRAVAIL - Un mot de 7 lettres R E M E S I R P E R T N E I J R E I L E R U E H G R I L O P E Q T A C H E R C E A P B L E P U M U R T E L T E R R A P P R O I R E M I L E A P T I E M E S P R T D O E E C G X M R E H R E L U M U C P R Y E G C C G X T D L O O U T I L L A G E R E L E V I N O M A V S I E P E R R E R C B U E E N R U D C E Y P H O E U R L C R B I I I A O I U D N E M A X E S G C R M S R R E V A L L R R A E E I E A S E T R A P E D N R R F O R E R E L A Y E R E T



Décès, prières, remerciements

900 Petites annonces

cyberpresse.ca/necrologie

INDEX DES DÉCÈS

- ALARIE, S. Cécile s. s. a.**
Lachine
- BÉLANGER, François**
Lachine
- BOLDUC, Claude**
Boucherville
- DES ORMEAUX, Jeanne**
- DURIVAGE, Fabiola, S.S.A.**
Lachine
- GAUDREAU, Yolande**
Laval
- GERVAIS, Père Jérôme, C.S.V.**
Joliette
- GIACCARI, Gemi**
Montréal
- HURTEAU (Fortin), Lucienne**
Laval
- NOURRY, Armand**
Montréal

N'oubliez pas de commander votre signet. Laissez vos coordonnées au 514-285-6816 (Un signet par annonce) cyberpresse.ca/necrologie

DÉCÈS

ALARIE, Cécile
Soeur Marie-Paul-Arthur s. s. a.
À la Maison mère des Soeurs de Sainte-Anne, à Lachine, le 15 novembre 2005, à l'âge de 92 ans, est décédée Soeur Cécile Alarie originaire de St-Bernard, Lafond, Alberta. Elle était la fille de feu Hormidas Alarie et de feu Priscilla Desjardins. Elle laisse dans le deuil, outre sa famille religieuse, madame Hélène Alarie, petite cousine. Elle sera exposée à la
Maison mère des Soeurs de Ste-Anne Pavillon Sainte-Anne 745, avenue Esther-Blondin (18e Av.) Lachine
le lundi 21 novembre 2005 de 14 à 17 h et de 19 à 21 h. Il y aura célébration de la Parole à 19 h 30 au salon funéraire. Les funérailles auront lieu en la Chapelle de la Maison mère le 22 novembre à 10 h 15. Inhumation au cimetière de la Congrégation. Prière de ne pas envoyer de fleurs.

BÉLANGER, François
1961 - 2005
À Lachine, le 17 novembre 2005, à l'âge de 44 ans, est décédé M. François Bélanger. Il laisse dans le deuil sa mère Lorraine Bélanger, sa soeur Louise Montgomery (Hugh), son frère Daniel (Suzanne), ses neveux et nièces ainsi que plusieurs autres parents et amis. La famille recevra les condoléances en présence des cendres le lundi 21 novembre 2005 de 14 h à 17 h et de 19 h à 21 h au

BOLDUC, Claude
1936 - 2005
De Boucherville, le 18 novembre 2005, à l'âge de 69 ans, est décédé Claude Bolduc, époux d'Hélène Beaudoin. Outre son épouse, il laisse dans le deuil ses deux filles chéries Diane (Sylvain Deschênes) et Lise, sa petite-fille Sophie, ses frères et soeur, beaux-frères, belles-soeurs, ses neveux et nièces ainsi que plusieurs parents, amis et collègues d'Hydro-Québec. La famille accueillera parents et amis au
Complexe funéraire Pierre Tétrault inc. 549, Samuel-de-Champplain (à l'Est de Montarville sortie 19 de la route 132) Boucherville
Les funérailles auront lieu le lundi 21 novembre à 15 h 30 en l'église St-Sébastien, 780, rue Pierre-Viger, Boucherville. Heures de visites: dimanche de 14 h à 17 h et de 19 h à 22 h et lundi de 13 h à 15 h. Des dons à la Fondation des maladies du coeur du Québec seraient appréciés.

DES ORMEAUX (née Papineau), Jeanne
1923 - 2005
À l'hôpital Cité de la Santé, le 17 novembre 2005, à l'âge de 81 ans, est décédée madame Jeanne Papineau Des Ormeaux épouse de monsieur feu Fernand Des Ormeaux. Elle laisse dans le deuil ses enfants Robert (Diane Lacasse), Pierre (Céline Caron), Louise (Michel Denis), Marc (Carmen Lévesque), ses petits-enfants, beaux-frères, belles-soeurs, neveux, nièces, parents et amis. La famille vous recevra au complexe funéraire
Alfred Dallaire MEMORIA
2159, boul. Saint-Martin Est, Laval www.memoria.ca 514 277.7778
le dimanche 20 novembre 2005 de 14 à 17 h et de 19 h à 22 h, lundi des 9 h. Un service religieux sera célébré le lundi 21 novembre 2005 à 11 h en l'église St-Maurice de Duvernay, 1961 Ivry, Laval. Des dons à la Société d'arthrite seraient appréciés.

DURIVAGE, Fabiola, S.S.A.
Soeur Marie-Edouard-du-Sacré-Coeur
À la Maison mère des soeurs de Sainte-Anne, à Lachine, le 15 novembre 2005 à l'âge de 93 ans, est décédée Soeur Fabiola Durivage. Originaire de St-Edouard (Napierville), elle était la fille de feu Edouard Durivage et de feu Ernestine Poissant. Elle laisse dans le deuil, outre sa famille religieuse ses soeurs Elisabeth Durivage, Eva Durivage (Gérard Hébert), Marie-Jeanne Durivage (Albert Chalifoux), soeur Jeannette, S.S.A. et ses nombreux neveux et nièces. Elle sera exposée à la
Maison mère des Soeurs de Sainte-Anne Pavillon Sainte-Anne 745, avenue Esther-Blondin (18e av.), Lachine
le dimanche 20 novembre 2005 de 14 h à 17 h et de 19 h à 21 h. Il y aura célébration de la Parole à 19 h 30 au salon funéraire. Les funérailles auront lieu en la chapelle de la Maison mère le lundi 21 novembre 2005 à 10 h 15. Prière de ne pas envoyer de fleurs.

GAUDREAU, Yolande
1939 - 2005
À Laval, le 18 novembre 2005, à l'âge de 66 ans, est décédée Yolande Gaudreau, épouse de Gilles Fecteau. Outre son époux, elle laisse dans le deuil ses filles Sylvie (Réal), Chantal (Martin) et Isabelle (Jean-Pierre), ses petits-enfants Michael, Mathieu, Alexandre, Francis, Geneviève, Catherine, Philippe et Olivier, ses frères et ses soeurs, ses beaux-frères et belles-soeurs ainsi que parents et de nombreux amis. La famille vous accueillera au complexe funéraire
Alfred Dallaire MEMORIA
2159, boul. Saint-Martin Est, Laval www.memoria.ca 514 277.7778
le lundi 21 novembre 2005 de 14 h à 17 h, de 19 h à 22 h et le mardi de 9 h 30 à 10 h 30. Les funérailles seront célébrées à 11 h ce même jour, en l'église St-Sylvain, 750, boul. St-Sylvain, Laval. Des dons à la Société canadienne du cancer seraient appréciés.

GERVAIS, Père Jérôme, C.S.V.
1924 - 2005
Le père Jérôme Gervais, clerc de Saint-Viateur, est décédé au centre Champaign de Joliette, le 18 novembre 2005, à l'âge de 81 ans, dans sa 62e année de profession religieuse et sa 43e année de sacerdoce. Né à Berthierville, le 22 août 1924, le père Gervais a émis ses premiers voeux chez les Clercs de Saint-Viateur, le 15 août 1944, et a été ordonné prêtre, le 16 juin 1962. Après deux années d'études à l'École Normale de Rigaud, le père Jérôme Gervais, de 1944 à 1958, a enseigné dans diverses écoles du Québec. Après son ordination sacerdotale, il a oeuvré dans le monde scolaire pendant une dizaine d'années comme professeur de sciences religieuses et aumônier. À partir de 1972, il a occupé la fonction de curé dans le diocèse de Saint-Jérôme, d'abord à Saint-Julien de Lachute (13 ans), puis à Saint-André-Est (11 ans). Par la suite, il exercera son ministère en Haïti pendant deux ans, puis il reviendra à Montréal pour prendre sa retraite tout en rendant service dans diverses paroisses. Il y a quelques mois, il s'était retiré au centre Champaign de Joliette où il vient de décéder. Outre sa famille religieuse, le père Gervais laisse dans le deuil ses frères Roland et Georges, sa soeur Cécile ainsi que quelques neveux et nièces. Le père Jérôme Gervais sera exposé à la
Résidence provinciale des CSV 450, avenue Querbes, Outremont 514-274-3624
le dimanche 20 novembre de 14 h à 17 h et de 19 h à 21 h; une célébration de la Parole aura lieu à 19 h 30. Les funérailles seront célébrées au même endroit le lundi 21 novembre, à 10 h, suivies de l'inhumation au cimetière de la Congrégation, à Rigaud.
Direction Alfred Dallaire MEMORIA
www.memoria.ca 514 277.7778

GIACCARI, Gemi
1944 - 2005
À Montréal, le 18 novembre 2005, est décédé, à l'âge de 61 ans, M. Gemi Giaccari, époux de feu Lise Gauthier. Il laisse dans le deuil ses enfants Gemi Jr. (Nadia Petrilii) et Linda (Costa Dimitriou), ses petits-enfants Alessia, Mara et Elias, son frère Antonio (Michelina) ainsi que d'autres parents et amis. La famille accueillera parents et amis(es) au
Complexe funéraire Magnus Poirier inc. 10300, boul. Pie-IX, Montréal-Nord
Les funérailles seront célébrées le lundi 21 novembre à 11 h en l'église Notre-Dame de la Défense et de là au cimetière Notre-Dame des Neiges. Heures des visites: samedi et dimanche de 14 h à 17 h et de 19 h à 22 h, lundi des 9 h. Fleurs acceptées ou des dons à la Fondation santé Cabrini seraient appréciés.
Signature Magnus Poirier

HURTEAU (née Fortin), Lucienne
1908 - 2005
À Laval, le 17 novembre 2005, est décédée Lucienne Fortin-Hurteau, épouse de feu Fernand Hurteau. Elle laisse dans le deuil ses enfants Frédéric, Michèle (Claude Charette), ses petits-enfants Stéphanie (Jean-François Pépin) et Marie-Claude (Jean-Philippe Meloche), son arrière-petit-fils Charles-Etienne ainsi que de nombreux parents et amis(es). La famille recevra les condoléances au
Centre funéraire Côte-des-Neiges inc. Réseau Dignité
4525, chemin de la Côte-des-Neiges Montréal, Québec Tél.: 514-342-8000
le jeudi 24 novembre 2005 de 9 h à 11 h suivi des funérailles en la chapelle du centre funéraire Côte-des-Neiges à 11 h.

NOURRY, Armand
1915 - 2005
À l'hôpital Fleury de Montréal, le 18 novembre 2005, à l'âge de 89 ans, est décédé M. Armand Nourry, époux de Mme Agnès Trépanier. Outre son épouse, il laisse dans le deuil son fils unique Raymond, ses trois petits-enfants Benoît (Claire), Claude (Chantal), Nicole (Yvan), six arrière-petits-enfants Mathieu, Simon, Stéphanie, Laurence, Geneviève et Jean-François, sa soeur Madeleine, ainsi que plusieurs neveux, nièces, parents et amis. Il sera exposé au complexe funéraire
Alfred Dallaire MEMORIA
2159, boul. Saint-Martin Est, Laval www.memoria.ca 514 277.7778
le lundi 21 novembre de 14 h à 17 h dans le salon du complexe funéraire. Inhumation aura lieu le mercredi 30 novembre à 14 h 30 au cimetière Notre-Dame des Neiges à Montréal.

BÉLANGER, François
1961 - 2005
À Lachine, le 17 novembre 2005, à l'âge de 44 ans, est décédé M. François Bélanger. Il laisse dans le deuil sa mère Lorraine Bélanger, sa soeur Louise Montgomery (Hugh), son frère Daniel (Suzanne), ses neveux et nièces ainsi que plusieurs autres parents et amis. La famille recevra les condoléances en présence des cendres le lundi 21 novembre 2005 de 14 h à 17 h et de 19 h à 21 h au

DES ORMEAUX (née Papineau), Jeanne
1923 - 2005
À l'hôpital Cité de la Santé, le 17 novembre 2005, à l'âge de 81 ans, est décédée madame Jeanne Papineau Des Ormeaux épouse de monsieur feu Fernand Des Ormeaux. Elle laisse dans le deuil ses enfants Robert (Diane Lacasse), Pierre (Céline Caron), Louise (Michel Denis), Marc (Carmen Lévesque), ses petits-enfants, beaux-frères, belles-soeurs, neveux, nièces, parents et amis. La famille vous recevra au complexe funéraire
Alfred Dallaire MEMORIA
2159, boul. Saint-Martin Est, Laval www.memoria.ca 514 277.7778
le dimanche 20 novembre 2005 de 14 à 17 h et de 19 h à 22 h, lundi des 9 h. Un service religieux sera célébré le lundi 21 novembre 2005 à 11 h en l'église St-Maurice de Duvernay, 1961 Ivry, Laval. Des dons à la Société d'arthrite seraient appréciés.

DURIVAGE, Fabiola, S.S.A.
Soeur Marie-Edouard-du-Sacré-Coeur
À la Maison mère des soeurs de Sainte-Anne, à Lachine, le 15 novembre 2005 à l'âge de 93 ans, est décédée Soeur Fabiola Durivage. Originaire de St-Edouard (Napierville), elle était la fille de feu Edouard Durivage et de feu Ernestine Poissant. Elle laisse dans le deuil, outre sa famille religieuse ses soeurs Elisabeth Durivage, Eva Durivage (Gérard Hébert), Marie-Jeanne Durivage (Albert Chalifoux), soeur Jeannette, S.S.A. et ses nombreux neveux et nièces. Elle sera exposée à la
Maison mère des Soeurs de Sainte-Anne Pavillon Sainte-Anne 745, avenue Esther-Blondin (18e av.), Lachine
le dimanche 20 novembre 2005 de 14 h à 17 h et de 19 h à 21 h. Il y aura célébration de la Parole à 19 h 30 au salon funéraire. Les funérailles auront lieu en la chapelle de la Maison mère le lundi 21 novembre 2005 à 10 h 15. Prière de ne pas envoyer de fleurs.

GAUDREAU, Yolande
1939 - 2005
À Laval, le 18 novembre 2005, à l'âge de 66 ans, est décédée Yolande Gaudreau, épouse de Gilles Fecteau. Outre son époux, elle laisse dans le deuil ses filles Sylvie (Réal), Chantal (Martin) et Isabelle (Jean-Pierre), ses petits-enfants Michael, Mathieu, Alexandre, Francis, Geneviève, Catherine, Philippe et Olivier, ses frères et ses soeurs, ses beaux-frères et belles-soeurs ainsi que parents et de nombreux amis. La famille vous accueillera au complexe funéraire
Alfred Dallaire MEMORIA
2159, boul. Saint-Martin Est, Laval www.memoria.ca 514 277.7778
le lundi 21 novembre 2005 de 14 h à 17 h, de 19 h à 22 h et le mardi de 9 h 30 à 10 h 30. Les funérailles seront célébrées à 11 h ce même jour, en l'église St-Sylvain, 750, boul. St-Sylvain, Laval. Des dons à la Société canadienne du cancer seraient appréciés.

GERVAIS, Père Jérôme, C.S.V.
1924 - 2005
Le père Jérôme Gervais, clerc de Saint-Viateur, est décédé au centre Champaign de Joliette, le 18 novembre 2005, à l'âge de 81 ans, dans sa 62e année de profession religieuse et sa 43e année de sacerdoce. Né à Berthierville, le 22 août 1924, le père Gervais a émis ses premiers voeux chez les Clercs de Saint-Viateur, le 15 août 1944, et a été ordonné prêtre, le 16 juin 1962. Après deux années d'études à l'École Normale de Rigaud, le père Jérôme Gervais, de 1944 à 1958, a enseigné dans diverses écoles du Québec. Après son ordination sacerdotale, il a oeuvré dans le monde scolaire pendant une dizaine d'années comme professeur de sciences religieuses et aumônier. À partir de 1972, il a occupé la fonction de curé dans le diocèse de Saint-Jérôme, d'abord à Saint-Julien de Lachute (13 ans), puis à Saint-André-Est (11 ans). Par la suite, il exercera son ministère en Haïti pendant deux ans, puis il reviendra à Montréal pour prendre sa retraite tout en rendant service dans diverses paroisses. Il y a quelques mois, il s'était retiré au centre Champaign de Joliette où il vient de décéder. Outre sa famille religieuse, le père Gervais laisse dans le deuil ses frères Roland et Georges, sa soeur Cécile ainsi que quelques neveux et nièces. Le père Jérôme Gervais sera exposé à la
Résidence provinciale des CSV 450, avenue Querbes, Outremont 514-274-3624
le dimanche 20 novembre de 14 h à 17 h et de 19 h à 21 h; une célébration de la Parole aura lieu à 19 h 30. Les funérailles seront célébrées au même endroit le lundi 21 novembre, à 10 h, suivies de l'inhumation au cimetière de la Congrégation, à Rigaud.
Direction Alfred Dallaire MEMORIA
www.memoria.ca 514 277.7778

HURTEAU (née Fortin), Lucienne
1908 - 2005
À Laval, le 17 novembre 2005, est décédée Lucienne Fortin-Hurteau, épouse de feu Fernand Hurteau. Elle laisse dans le deuil ses enfants Frédéric, Michèle (Claude Charette), ses petits-enfants Stéphanie (Jean-François Pépin) et Marie-Claude (Jean-Philippe Meloche), son arrière-petit-fils Charles-Etienne ainsi que de nombreux parents et amis(es). La famille recevra les condoléances au
Centre funéraire Côte-des-Neiges inc. Réseau Dignité
4525, chemin de la Côte-des-Neiges Montréal, Québec Tél.: 514-342-8000
le jeudi 24 novembre 2005 de 9 h à 11 h suivi des funérailles en la chapelle du centre funéraire Côte-des-Neiges à 11 h.

NOURRY, Armand
1915 - 2005
À l'hôpital Fleury de Montréal, le 18 novembre 2005, à l'âge de 89 ans, est décédé M. Armand Nourry, époux de Mme Agnès Trépanier. Outre son épouse, il laisse dans le deuil son fils unique Raymond, ses trois petits-enfants Benoît (Claire), Claude (Chantal), Nicole (Yvan), six arrière-petits-enfants Mathieu, Simon, Stéphanie, Laurence, Geneviève et Jean-François, sa soeur Madeleine, ainsi que plusieurs neveux, nièces, parents et amis. Il sera exposé au complexe funéraire
Alfred Dallaire MEMORIA
2159, boul. Saint-Martin Est, Laval www.memoria.ca 514 277.7778
le lundi 21 novembre de 14 h à 17 h dans le salon du complexe funéraire. Inhumation aura lieu le mercredi 30 novembre à 14 h 30 au cimetière Notre-Dame des Neiges à Montréal.



HURTEAU (née Fortin), Lucienne
1908 - 2005
À Laval, le 17 novembre 2005, est décédée Lucienne Fortin-Hurteau, épouse de feu Fernand Hurteau. Elle laisse dans le deuil ses enfants Frédéric, Michèle (Claude Charette), ses petits-enfants Stéphanie (Jean-François Pépin) et Marie-Claude (Jean-Philippe Meloche), son arrière-petit-fils Charles-Etienne ainsi que de nombreux parents et amis(es). La famille recevra les condoléances au
Centre funéraire Côte-des-Neiges inc. Réseau Dignité
4525, chemin de la Côte-des-Neiges Montréal, Québec Tél.: 514-342-8000
le jeudi 24 novembre 2005 de 9 h à 11 h suivi des funérailles en la chapelle du centre funéraire Côte-des-Neiges à 11 h.

NOURRY, Armand
1915 - 2005
À l'hôpital Fleury de Montréal, le 18 novembre 2005, à l'âge de 89 ans, est décédé M. Armand Nourry, époux de Mme Agnès Trépanier. Outre son épouse, il laisse dans le deuil son fils unique Raymond, ses trois petits-enfants Benoît (Claire), Claude (Chantal), Nicole (Yvan), six arrière-petits-enfants Mathieu, Simon, Stéphanie, Laurence, Geneviève et Jean-François, sa soeur Madeleine, ainsi que plusieurs neveux, nièces, parents et amis. Il sera exposé au complexe funéraire
Alfred Dallaire MEMORIA
2159, boul. Saint-Martin Est, Laval www.memoria.ca 514 277.7778
le lundi 21 novembre de 14 h à 17 h dans le salon du complexe funéraire. Inhumation aura lieu le mercredi 30 novembre à 14 h 30 au cimetière Notre-Dame des Neiges à Montréal.

BÉLANGER, François
1961 - 2005
À Lachine, le 17 novembre 2005, à l'âge de 44 ans, est décédé M. François Bélanger. Il laisse dans le deuil sa mère Lorraine Bélanger, sa soeur Louise Montgomery (Hugh), son frère Daniel (Suzanne), ses neveux et nièces ainsi que plusieurs autres parents et amis. La famille recevra les condoléances en présence des cendres le lundi 21 novembre 2005 de 14 h à 17 h et de 19 h à 21 h au

DES ORMEAUX (née Papineau), Jeanne
1923 - 2005
À l'hôpital Cité de la Santé, le 17 novembre 2005, à l'âge de 81 ans, est décédée madame Jeanne Papineau Des Ormeaux épouse de monsieur feu Fernand Des Ormeaux. Elle laisse dans le deuil ses enfants Robert (Diane Lacasse), Pierre (Céline Caron), Louise (Michel Denis), Marc (Carmen Lévesque), ses petits-enfants, beaux-frères, belles-soeurs, neveux, nièces, parents et amis. La famille vous recevra au complexe funéraire
Alfred Dallaire MEMORIA
2159, boul. Saint-Martin Est, Laval www.memoria.ca 514 277.7778
le dimanche 20 novembre 2005 de 14 à 17 h et de 19 h à 22 h, lundi des 9 h. Un service religieux sera célébré le lundi 21 novembre 2005 à 11 h en l'église St-Maurice de Duvernay, 1961 Ivry, Laval. Des dons à la Société d'arthrite seraient appréciés.

DURIVAGE, Fabiola, S.S.A.
Soeur Marie-Edouard-du-Sacré-Coeur
À la Maison mère des soeurs de Sainte-Anne, à Lachine, le 15 novembre 2005 à l'âge de 93 ans, est décédée Soeur Fabiola Durivage. Originaire de St-Edouard (Napierville), elle était la fille de feu Edouard Durivage et de feu Ernestine Poissant. Elle laisse dans le deuil, outre sa famille religieuse ses soeurs Elisabeth Durivage, Eva Durivage (Gérard Hébert), Marie-Jeanne Durivage (Albert Chalifoux), soeur Jeannette, S.S.A. et ses nombreux neveux et nièces. Elle sera exposée à la
Maison mère des Soeurs de Sainte-Anne Pavillon Sainte-Anne 745, avenue Esther-Blondin (18e av.), Lachine
le dimanche 20 novembre 2005 de 14 h à 17 h et de 19 h à 21 h. Il y aura célébration de la Parole à 19 h 30 au salon funéraire. Les funérailles auront lieu en la chapelle de la Maison mère le lundi 21 novembre 2005 à 10 h 15. Prière de ne pas envoyer de fleurs.

GAUDREAU, Yolande
1939 - 2005
À Laval, le 18 novembre 2005, à l'âge de 66 ans, est décédée Yolande Gaudreau, épouse de Gilles Fecteau. Outre son époux, elle laisse dans le deuil ses filles Sylvie (Réal), Chantal (Martin) et Isabelle (Jean-Pierre), ses petits-enfants Michael, Mathieu, Alexandre, Francis, Geneviève, Catherine, Philippe et Olivier, ses frères et ses soeurs, ses beaux-frères et belles-soeurs ainsi que parents et de nombreux amis. La famille vous accueillera au complexe funéraire
Alfred Dallaire MEMORIA
2159, boul. Saint-Martin Est, Laval www.memoria.ca 514 277.7778
le lundi 21 novembre 2005 de 14 h à 17 h, de 19 h à 22 h et le mardi de 9 h 30 à 10 h 30. Les funérailles seront célébrées à 11 h ce même jour, en l'église St-Sylvain, 750, boul. St-Sylvain, Laval. Des dons à la Société canadienne du cancer seraient appréciés.

GERVAIS, Père Jérôme, C.S.V.
1924 - 2005
Le père Jérôme Gervais, clerc de Saint-Viateur, est décédé au centre Champaign de Joliette, le 18 novembre 2005, à l'âge de 81 ans, dans sa 62e année de profession religieuse et sa 43e année de sacerdoce. Né à Berthierville, le 22 août 1924, le père Gervais a émis ses premiers voeux chez les Clercs de Saint-Viateur, le 15 août 1944, et a été ordonné prêtre, le 16 juin 1962. Après deux années d'études à l'École Normale de Rigaud, le père Jérôme Gervais, de 1944 à 1958, a enseigné dans diverses écoles du Québec. Après son ordination sacerdotale, il a oeuvré dans le monde scolaire pendant une dizaine d'années comme professeur de sciences religieuses et aumônier. À partir de 1972, il a occupé la fonction de curé dans le diocèse de Saint-Jérôme, d'abord à Saint-Julien de Lachute (13 ans), puis à Saint-André-Est (11 ans). Par la suite, il exercera son ministère en Haïti pendant deux ans, puis il reviendra à Montréal pour prendre sa retraite tout en rendant service dans diverses paroisses. Il y a quelques mois, il s'était retiré au centre Champaign de Joliette où il vient de décéder. Outre sa famille religieuse, le père Gervais laisse dans le deuil ses frères Roland et Georges, sa soeur Cécile ainsi que quelques neveux et nièces. Le père Jérôme Gervais sera exposé à la
Résidence provinciale des CSV 450, avenue Querbes, Outremont 514-274-3624
le dimanche 20 novembre de 14 h à 17 h et de 19 h à 21 h; une célébration de la Parole aura lieu à 19 h 30. Les funérailles seront célébrées au même endroit le lundi 21 novembre, à 10 h, suivies de l'inhumation au cimetière de la Congrégation, à Rigaud.
Direction Alfred Dallaire MEMORIA
www.memoria.ca 514 277.7778

HURTEAU (née Fortin), Lucienne
1908 - 2005
À Laval, le 17 novembre 2005, est décédée Lucienne Fortin-Hurteau, épouse de feu Fernand Hurteau. Elle laisse dans le deuil ses enfants Frédéric, Michèle (Claude Charette), ses petits-enfants Stéphanie (Jean-François Pépin) et Marie-Claude (Jean-Philippe Meloche), son arrière-petit-fils Charles-Etienne ainsi que de nombreux parents et amis(es). La famille recevra les condoléances au
Centre funéraire Côte-des-Neiges inc. Réseau Dignité
4525, chemin de la Côte-des-Neiges Montréal, Québec Tél.: 514-342-8000
le jeudi 24 novembre 2005 de 9 h à 11 h suivi des funérailles en la chapelle du centre funéraire Côte-des-Neiges à 11 h.

NOURRY, Armand
1915 - 2005
À l'hôpital Fleury de Montréal, le 18 novembre 2005, à l'âge de 89 ans, est décédé M. Armand Nourry, époux de Mme Agnès Trépanier. Outre son épouse, il laisse dans le deuil son fils unique Raymond, ses trois petits-enfants Benoît (Claire), Claude (Chantal), Nicole (Yvan), six arrière-petits-enfants Mathieu, Simon, Stéphanie, Laurence, Geneviève et Jean-François, sa soeur Madeleine, ainsi que plusieurs neveux, nièces, parents et amis. Il sera exposé au complexe funéraire
Alfred Dallaire MEMORIA
2159, boul. Saint-Martin Est, Laval www.memoria.ca 514 277.7778
le lundi 21 novembre de 14 h à 17 h dans le salon du complexe funéraire. Inhumation aura lieu le mercredi 30 novembre à 14 h 30 au cimetière Notre-Dame des Neiges à Montréal.

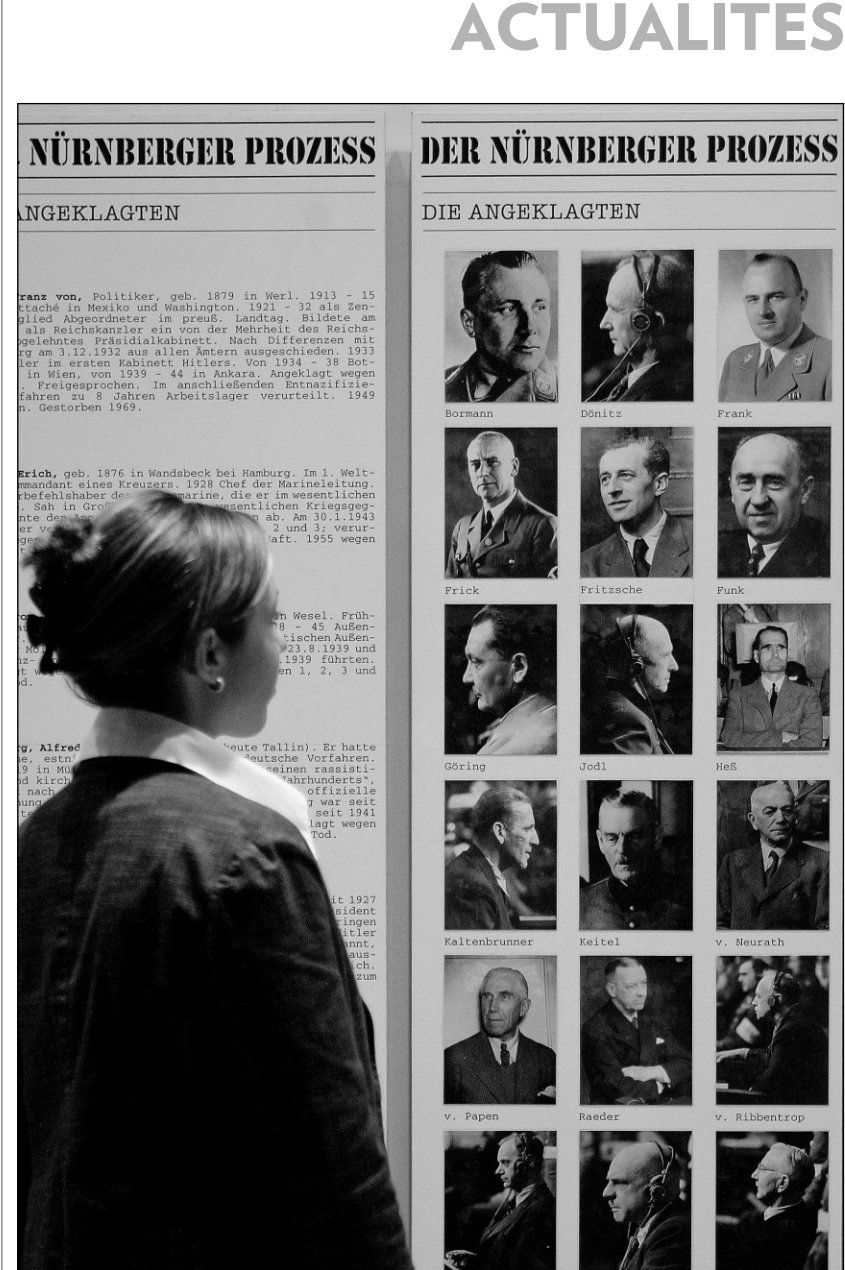


PHOTO ALEXANDRA WINKLER, REUTERS ©

Une visiteuse s'intéresse à un tableau identifiant les personnes jugées par les représentants des quatre puissances, dont on commémore aujourd'hui à Nuremberg le procès.

Il y a 60 ans aujourd'hui s'ouvrait le procès de Nuremberg

DAVID RISING ASSOCIATED PRESS

NUREMBERG, Allemagne – Il y a 60 ans, le 20 novembre 1945, s'ouvrait à Nuremberg le procès des principaux responsables du régime nazi, jugés par les représentants des quatre puissances alliées : les États-Unis, la Grande-Bretagne, l'Union soviétique et la France.

Un événement historique qui a établi la notion de « crime contre l'humanité ».

Hermann Goring, Rudolf Hess, Joachim von Ribbentrop et 18 autres se trouvaient sur le banc des

« Nuremberg est considéré comme le lieu de naissance d'un nouveau droit international. »

accusés. Le procès, filmé pour l'histoire, n'a pas seulement servi à juger les dignitaires encore en vie du régime nazi, responsable de la mort de six millions de juifs et de plusieurs millions d'autres dans les camps de concentration.

Il a également permis d'établir le concept selon lequel des dirigeants pouvaient être tenus individuellement responsables pour des actions en temps de guerre violant le droit international.

Le procès a aussi créé de nouveaux chefs d'accusation : crimes contre la paix, crimes de guerre et crimes contre l'humanité, souligne Hans Hesselmann, historien et directeur du bureau des droits de l'homme de la municipalité de Nuremberg.

« Nuremberg est considéré comme le lieu de naissance d'un nouveau droit international », explique-t-il.

L'héritage de Nuremberg se manifeste aujourd'hui à travers des juridictions comme le Tribunal pénal international (TPI) de La Haye, qui instruit le procès de l'ancien président yougoslave Slobodan Milosevic.

Le procès s'est ouvert le 20 novembre 1945 dans la ville où les nazis tenaient leurs rassemblements annuels et où les lois antisémites de Nuremberg, qui ont ouvert la voie à la Shoah, ont été annoncées en 1935.

Nuremberg a toutefois été choisie pour des raisons plus prati-

ques que symboliques. La ville abritait le deuxième plus grand palais de justice de Bavière, en secteur américain, et l'édifice avait échappé aux ravages des bombardements alliés.

Durant 218 jours de procès, des centaines de témoins ont été entendus. Mais l'accusation s'est surtout fondée sur les archives méticuleuses compilées par les nazis eux-mêmes.

Le verdict

Le verdict fut annoncé le 1er octobre 1946. Goring, bras droit d'Hitler et commandant de la Luftwaffe, fut condamné à mort avec 11 autres accusés, parmi lesquels l'un des principaux lieutenants d'Hitler, Rudolf Hess, et le ministre des Affaires étrangères Joachim von Ribbentrop. L'un d'eux, Martin Bormann, était jugé par contumace.

Trois autres accusés ont été condamnés à la prison à vie, quatre à des peines de 10 à 20 ans de réclusion, et trois ont été acquittés. Quinze jours plus tard, les condamnés à mort ont été pendus dans la prison adjacente au tribunal. Goring s'est suicidé en prenant du poison dans sa cellule la nuit précédente.

La ville de Nuremberg célèbre aujourd'hui l'anniversaire du procès avec un débat auquel participera Whitney Harris, un des procureurs américains du procès. Mardi, au musée juif de Berlin, l'un des témoins invités à évoquer leur expérience sera un ancien journaliste, Ernest Michel, aujourd'hui âgé de 82 ans et vivant à New York.

Ce jeune juif avait 22 ans et venait de passer cinq ans en camp de concentration quand il a suivi le procès de Nuremberg pour l'agence de presse allemande DANA. Il accompagnait sa signature de son numéro de prisonnier à Auschwitz.

« J'avais du mal en tant que rescapé du génocide à rester assis là. Parfois, j'aurais voulu leur sauter dessus, les attraper et leur dire : « Pourquoi avez-vous fait cela ? Qu'avais-je fait ? Qu'avait fait ma famille ? », se souvient-il. « Il n'y a rien dans toute ma vie qui puisse être comparé à l'émotion que j'ai ressentie à l'époque. Il m'est presque impossible de l'expliquer ou de l'exprimer de façon que les gens comprennent ce que cela signifie pour moi. »

ACTUEL

La dame aux perroquets



PIERRE GINGRAS
À TIRE-D'AILE

Destin pour le moins insolite que celui de madame Papugi.

Considérée comme une experte du comportement des perroquets, sa réputation dans l'univers québécois des psittacidés n'est plus à faire. Voilà d'ailleurs une bonne dizaine d'années qu'elle partage la vie intime des volatiles, étudie leurs habitudes, glanant partout des informations scientifiques sur le sujet, y compris dans des colloques.

Ex-présidente de l'Association québécoise des amateurs de perroquets, elle donne des conférences, en plus d'animer des forums de discussions et un site Internet dont l'accès est gratuit, et où on trouve de nombreux articles (www.oiselleriepapugi.com).

Depuis sa retraite en 2002, après 32 ans d'enseignement, principalement à la polyvalente De Mortagne de Boucherville, les perroquets sont devenus sa vie. Elle partage quotidiennement son existence avec une quarantaine d'entre eux, dont 20 gris d'Afrique (jaco), plusieurs cacatoès, sans oublier quelques conures, pions et autres. Une jolie ménagerie qui n'a rien d'un

poulailler. Et comme si ce n'était pas assez, plusieurs bibelots d'oiseaux décorent son intérieur. Ne cherchez pas de monsieur Papugi. C'était dans une autre vie...

Curieux destin, vous disais-je. Madame Papugi s'appelle en réalité Céline Wondowska, une Polonaise d'origine, née en Allemagne. (Papugi veut dire perroquet en polonais.)

Elle fait ses études secondaires dans une institution française où elle est pensionnaire. En 1966, à 20 ans, elle immigré à Montréal où les perspectives d'avenir sont meilleures. Par le plus grand des hasards, elle rencontre Danielle Odulinski, une ancienne consœur d'école secondaire, qui vient également d'arriver au Québec et deviendra plus tard, elle aussi, enseignante et experte en... perroquets.

Céline Wondowska rêve de devenir vétérinaire, mais se retrouve finalement à l'école normale où elle étudie la biologie. À la même époque, son attrait pour les oiseaux s'amplifie. Elle participe aux sorties de la Société de biologie de Montréal et devient passionnée d'ornithologie. Ce goût pour les bêtes à plumes lui vient probablement de son père, dit-elle. «Je me souviens de ce jeune moineau qu'il avait récupéré. Nous l'avons gardé à la maison quelques jours, avant qu'il ne meure faute de soins appropriés. Puis il y a eu ce merle noir que je nourrissais de vers de terre, moi qui ai toujours détesté les vers, même aujourd'hui. Je tenais la nourriture, qui se tortillait, avec des baguettes. Mon merle m'a finalement faussé compagnie, mais ce contact m'a marquée.»



PHOTO ARMAND TROTTIER, LA PRESSE ©

Une pionne à tête bleue, un perroquet plutôt timide, originaire d'Amérique du Sud.



PHOTO ARMAND TROTTIER, LA PRESSE ©

Le petit dernier, Karat, un perroquet gris d'Afrique.

Durant ses premières années au Québec, M^{me} Wondowska s'intéresse principalement aux oiseaux sauvages qu'elle nourrit ou abrite dans des nichoirs. La fièvre des psittacidés ne l'a pas encore frappée.

Après un congé sabbatique de trois ans sur un voilier au début des années 90, elle adopte deux conures mitrées de la SPCA, mais rêve de posséder un perroquet gris. Puis lors d'un voyage à Toronto avec Danielle Odulinski, elle fait un détour imprévu chez un éleveur. Pas de chance, tous les jacos sont vendus. Attirée par un cacatoès, le plus petit et le moins beau, elle tombe sous le charme de Victor. «Mais j'en voulais plusieurs autres, allez savoir pourquoi !»

La mort d'une de ses collègues, juste avant qu'elle ne prenne sa retraite, lui a servi de prétexte. «Je me suis dit: je veux des perroquets, je vais en avoir. Pas question d'attendre. Je me lâche *lousse*», dit-elle dans un grand éclat de rire.

L'apprentissage de Victor et Coco

La joyeuse ménagerie prend forme. Elle achète d'autres oiseaux et accueille ceux qu'on lui donne. Victor doit s'habituer à la compagnie. Esclave consentant et heureuse de son petit monde ailé, Céline Wondowska demeure fascinée par ses protégés. Elle raconte, par exemple, que le caractère du perroquet adolescent, vers l'âge de 2 ans chez plusieurs espèces, diffère

grandement de celui de l'adulte. Il est souvent plus agressif, mordeur et criard, ce qui explique pourquoi certains propriétaires s'en débarrassent à cet âge.

M^{me} Wondowska estime que les propriétaires d'oiseaux devaient tenir compte davantage des besoins biologiques de leurs préférés. «Le hic avec les perroquets, c'est qu'on les humanise trop. Ce ne sont pas des chiens savants. On oublie que ces oiseaux sont habituellement très grégaires, notamment les perroquets gris. À mon avis, même chez un particulier, ils devraient vivre au moins à deux, de préférence en couple formé d'un mâle et d'une femelle. Mieux, ils devraient pouvoir voler...»

Selon elle, le fait d'avoir deux perroquets à la maison ne change guère les relations entre les oiseaux et les humains. «Je le répète, ce sont des oiseaux grégaires. Les perroquets gris, par exemple, vivent en groupes qui peuvent compter plus de 100 oiseaux, et parfois même des centaines.»

Et quel est le préféré de la maison ? Le cacatoès Sammy est sans doute le plus espiègle du groupe. Il exécute toutes sortes de cabrioles avec sa maîtresse, en plus d'imiter quelques cris sur demande, notamment le miaulement du chat et l'aboïement du chien. Il souffre cependant de dépression saisonnière. En octobre, lorsque les jours raccourcissent, il a tendance à se dénuder la poitrine,

ce qui ajoute à son charme, aussi paradoxal que cela puisse paraître. Karat, le petit dernier des jacos, est charmant et Victor 1^{er} reste toujours aussi fascinant.

M^{me} Wondowska se souvient notamment des premiers mois où ce cher Victor s'est retrouvé avec une jolie femelle du nom de Coco. La jolie se tenait souvent accroupie, invitant Victor à lui faire honneur. Manifestement pas encore initié à la chose, le jeune perroquet grimpa sur le dos de sa compagne, la caressait longuement, parfois au point de s'endormir sur elle. Mais Coco était patiente. Le manège a duré presque un an avant que ne s'éveille chez Victor l'instinct de reproduction.

Encore là, les choses ont été plus compliquées que prévu. Les deux premiers oeufs de Coco ont dû être placés dans un incubateur. Il aura fallu trois pontes pour que les parents se décident enfin à s'occuper de leurs petits. «Ils ne faisaient que les couvrir à tour de rôle, sans les nourrir», raconte M^{me} Wondowska qui a dû prendre les choses en main. «À toutes les heures ou presque, durant la journée, j'allais nourrir les petits avec une pâtée sous les yeux de papa et maman. Il a fallu trois jours de cours parentaux pour que Victor et Coco commencent enfin à nourrir leurs oisillons. J'étais bien fière de mon coup...»

Comment ne pas l'appeler madame Papugi.



PHOTO ARMAND TROTTIER, LA PRESSE ©

Sammy, le déplumé de l'automne, un cacatoès espiègle.



PHOTO ARMAND TROTTIER, LA PRESSE ©

La petite Princesse au regard interrogateur, un mignon perroquet à calotte rouge, souvent appelé perroquet «jardines».



PHOTO ARMAND TROTTIER, LA PRESSE ©

Madame Papugi et deux de ses cacatoès blancs.

Le fou chapeleur

Le récit de ma rencontre avec le goéland Charlie, lors d'une partie de pêche, près de Schefferville, cet été, a incité Jean-François Couture à nous écrire pour raconter sa première excursion de pêche à la morue avec son fils de 7 ans. Voici le récit de la morue et du fou de Bassan.

La scène se déroule en Gaspésie, dans les années 80, à une époque où la pêche à la morue était encore permise. Mais le poisson est peu abondant, et cette journée-là, dans le coin de l'Anse-à-Beaufils, près de Percé, ils doivent jeter l'ancre à plusieurs endroits avant que la morue ne se manifeste. «Fiston a bien hâte qu'un poisson morde à son *jigger*», raconte M. Couture.

Pendant que nous mettons les

lignes à l'eau, je remarque un fou de Bassan qui tourne autour de nous à plusieurs reprises pour finalement se poser sur l'eau. Voir un fou aussi loin de sa colonie de l'île Bonaventure est très rare. D'habitude, ce sont les goélands qui suivent les bateaux pour attraper les morceaux de poisson que nous leur offrons.

«À un moment donné, mon fils croit avoir un poisson au bout de sa ligne. Il a raison. Je lui recommande de remonter le poisson avec précaution. L'eau est très claire et quand le leurre apparaît à une dizaine de pieds de profondeur, nous constatons qu'une toute petite morue y est accrochée, pas plus grosse qu'un gros hareng.

«Mais le fou, qui lentement et

très discrètement s'est approché du bateau, constate lui aussi qu'il y a un poisson au bout de la ligne. Le voilà qui plonge. Et avant que fiston n'ait le temps de ramener sa prise à la surface, à environ six pieds de profondeur, sous nos yeux, le fou se jette sur la morue. Il l'arrache de l'hameçon, la sort de l'eau et prend son envol avec le poisson en travers du bec pour ensuite placer sa prise dans le bon sens et l'avaler tout rond.»

Stupéfié, son fils s'écrie presque au bord des larmes: «C'est pas juste!» reprenant ainsi une expression des personnages de son émission favorite, *Passe-Partout*. «Nous l'avons consolé en lui disant que ça lui fera une belle histoire à raconter.»



PHOTO PRISE PAR STÉPHANE MASSIE

Grégaire, mais plutôt farouche, le fou de Bassan peut faire preuve d'audace quand il a faim, comme voler un poisson au bout d'une ligne.