

Accès

LE

Journal des
Pays-d'en-Haut

SAINTE-ADÈLE

CONFÉRENCE SUR
L'ENFANT STRESSÉ

PAGE 8

CULTURE

LA NOUVELLE
SAISON DU TGV

PAGES 20 ET 21

CAHIER SPÉCIAL **ART D'HABITER** ART DE VIVRE

GARDE-MANGER DES PAYS-D'EN-HAUT ON A BESOIN DE VOUS!

PAGE 6

DESIGN : PIER SAUARD



**PARCE QUE T'AS SURESTIMÉ
TA SACOCHE... APORTE TON SAC.**

**DÈS LE 22 AVRIL 2019
FINI LES SACS
À USAGE UNIQUE**

Ville de
Saint-Sauveur





Cadeau surprise
aux **25 premiers**
visiteurs !

**PORTES
OUVERTES**

**DIMANCHE
28 AVRIL 2019
13 H À 16 H**

« **ICI ON
S'AMUSE
BEAUCOUP**

et la nature
est à ma porte »

*Les
Résidences
du Manoir*

VENEZ NOUS VISITER !

APPARTEMENTS ET CHAMBRES EN LOCATION POUR RETRAITÉS

1 877 333-0933 | residencesdumanoir.com



MEMBRE DU GROUPE



UN CHOIX DE 5 RÉSIDENCES AU CŒUR DES LAURENTIDES

Manoir de la Vallée
100, avenue du Mont-Molson
SAINT-SAUVEUR
450 240-1333

Manoir de la Falaise
101, rue Principale
SAINT-SAUVEUR
450 227-5994

Manoir Quatre Saisons
83, Tour du Lac
SAINTE-AGATHE-DES-MONTS
819 326-8264

Manoir Sainte-Adèle
201, rue Lesage
SAINTE-ADÈLE
450 229-4611

Manoir Saint-Adolphe
1544, rue des Musiciens
SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD
450 226-1168

APPARTEMENTS-
RETRAITÉS ACTIFS

APPARTEMENTS
ET CHAMBRES

APPARTEMENTS
ET CHAMBRES

CHAMBRES

CHAMBRES

JOIGNEZ-VOUS À NOTRE ÉQUIPE !

Nous recherchons des personnes de cœur qui veulent faire la différence.

Osez changer votre vie par un travail valorisant. Plusieurs poste disponibles à temps partiel ou temps plein :

ressourceshumaines@residencesdumanoir.com

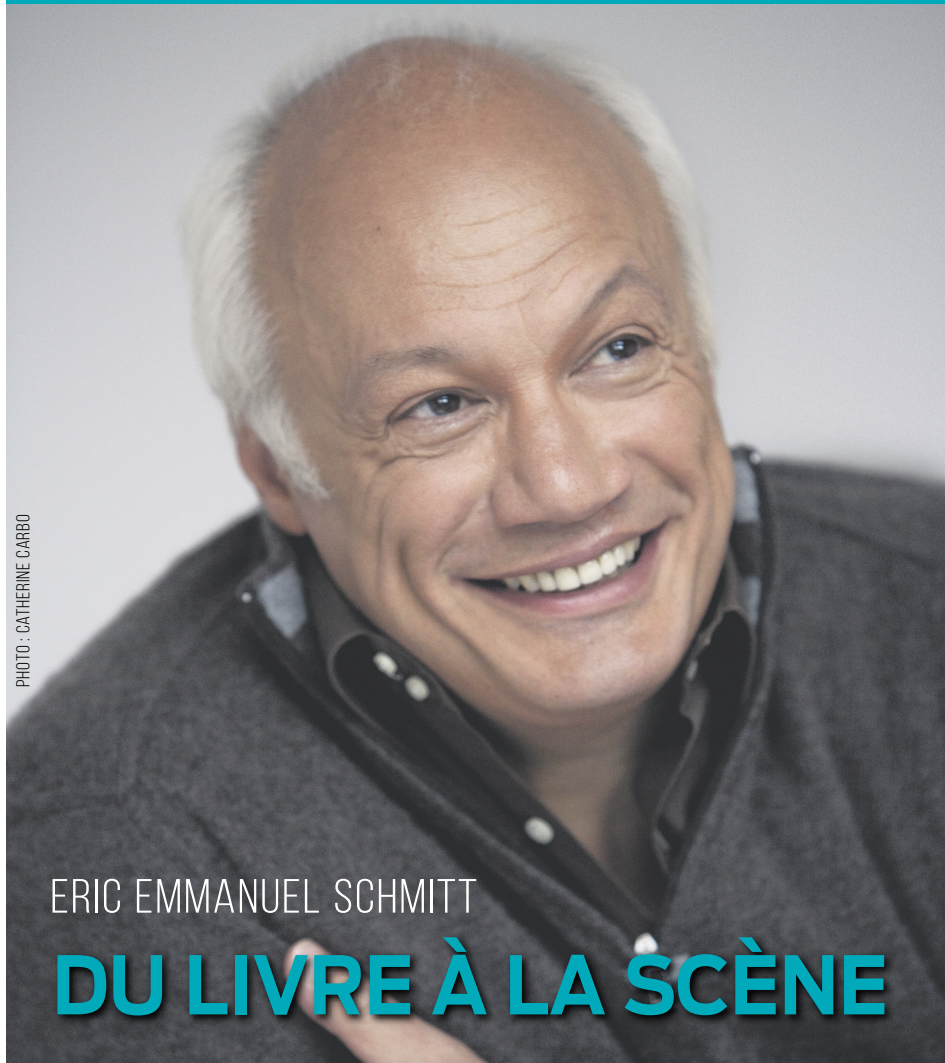


PHOTO: CATHERINE CARBO

ERIC EMMANUEL SCHMITT
DU LIVRE À LA SCÈNE

JOËLLE CURRAT – L'écrivain prolifique et chéri du public est au Québec pour le « *Mystère Carmen* », une pièce qu'il a écrite et qu'il interprète aux côtés de la soprano Marie-Josée Lord et du ténor Jean-Michel Richer. Elle sera présentée au Théâtre Gilles-Vigneault et au Patriote début mai.

Si vous me demandiez qui est selon moi l'homme idéal, je vous répondrais sans hésiter quelqu'un comme Eric Emmanuel Schmitt. Son charme et ses propos m'inspirent à chaque fois que je le vois ou que je l'entends. Est-ce que le fait de lui parler a confirmé mon impression ? Je n'ai pas été déçue...

VOUS RACONTEZ DES HISTOIRES DEPUIS LONGTEMPS. QUELS SONT LES THÈMES QUI VOUS INSPIRENT À L'HEURE ACTUELLE ?

Je trouve les êtres humains d'une complexité et d'une profondeur que je n'ai pas finies d'explorer. Je suis de plus en plus surpris

par les gens. Quand j'avais 20 ans, j'étais blasé. Je voyais la réalité uniquement à travers le filtre de l'intellect. Mon acte de romancier et de dramaturge m'a fait découvrir une nouvelle dimension, celle de l'âme humaine. Je suis vraiment inspiré par le destin des êtres.

JE M'IMAGINE QUE VOTRE VIE A PRIS UNE NOUVELLE DIMENSION APRÈS VOTRE EXPÉRIENCE DANS LE DÉSERT QUE VOUS RACONTEZ DANS « LA NUIT DE FEU » ?

Oui, complètement! L'homme que je suis est le fils de cette nuit. Je suis entré dans le

désert athée et j'en suis ressorti croyant. Et surtout confiant. La confiance est une petite flamme qui n'éclaire rien, mais qui tient chaud.

VOUS SIGNEZ LE TEXTE DE « MYSTÈRE CARMEN ». QU'EST-CE QUI VOUS A INCITÉ À ÉCRIRE AU SUJET DE CET OPÉRA ?

Le personnage de Carmen est unique dans l'histoire des arts. C'est une femme qui ose s'affirmer. Elle n'accepte aucune règle sociale, politique ou sexuelle. C'est elle qui choisit les hommes, puis les chasse ensuite parce qu'elle accepte le côté éphémère du désir. C'est une femme qui vit sa propre vie et non pas celle des autres. Quelle leçon pour nous tous!

Carmen est une femme solaire. Et comme tous les êtres solaires, elle se consume et nous éclaire. Elle nous montre qu'il faut vivre sa vie, même si c'est risqué.

Dans la pièce, on va découvrir que le compositeur de cet opéra, Georges Bizet était un être très doué en musique, mais très faible psychologiquement. Pourtant, quand il lit la nouvelle de Prosper Mérimée au sujet de Carmen, il crée cette œuvre et impose un personnage qui ne cadre pas du tout avec la société parisienne du 19^e s. Cette femme lui a donné la force d'être l'homme qu'il est réellement.

À QUOI PEUT-ON S'ATTENDRE EN ALLANT VOIR CE SPECTACLE ?

Je joue le rôle du narrateur qui mène l'enquête à propos de la mort de Bizet. Pourquoi cet homme de 36 ans, compositeur de l'opéra Carmen, se jette dans la Seine et meurt trois jours plus tard. Est-ce un suicide, un accident, un meurtre ? Tout au long de l'enquête, on voit défiler la vie de Bizet entrecoupée de quelques-unes de ses pièces musicales – interprétées par Marie-Josée Lord et Jean-Michel Richer, accompagnés au piano par Dominic Boulianne.

DANS LE RELATIF CHAOS DANS LEQUEL NOUS VIVONS ACTUELLEMENT, QUELLE EST SELON VOUS LA QUALITÉ OU LA VERTU LA PLUS NÉCESSAIRE ?

La bienveillance, dans le sens d'un intérêt pour l'autre, de l'écoute de l'autre et de

l'acceptation de la différence. Elle représente le seul ciment possible entre les êtres humains.

« *Le Mystère Carmen* », Théâtre Gilles-Vigneault, Saint-Jérôme, le samedi 4 mai à 20h

Théâtre Le Patriote, Sainte-Agathe, le samedi 11 mai à 20h

Pour info : theatregillesvigneault.com et theatrepatriote.com



PHOTO: YVES RENAUD

La pièce *Le mystère de Carmen* sera présentée au Théâtre Gilles-Vigneault en mai.

À la découverte de l'animisme

Le plus récent livre de Eric Emmanuel Schmitt s'intitule « *Félix et la source invisible* » et aborde le thème de l'animisme.

« L'animisme est la religion première de l'humanité. Elle est encore pratiquée aujourd'hui par des millions d'êtres, en Afrique par exemple. À travers mon récit, j'ai cherché à la comprendre », explique l'auteur.

Il ajoute que l'animisme consiste essentiellement à concevoir que tout a une âme : la Terre, les animaux, les végétaux, les objets, etc.

Il n'y a pas de supériorité humaine. L'idée de contrôler et de piller la nature y est absente.

On y voue également un culte aux ancêtres.



NISSAN
Innové pour exalter

L'ÉVÉNEMENT
MON CHOIX



Belvedere NISSAN
LA MEILLEURE OFFRE NISSAN DES LAURENTIDES

JUSQU'À
2 000\$ DE RABAIS*

ou

JUSQU'À
1% DE RÉDUCTION DU TAUX*

ou

JUSQU'À
3 PAIEMENTS À NOS FRAIS* | VALEUR JUSQU'À 2 000 \$

Sur modèles sélectionnés. Les montants de 2 000 \$ sont sur le Murano.

Voyez nos offres belvederenissan.com SAINT-JÉRÔME | SAINTE-AGATHE | MONT-LAURIER



La chronique à Mimi

PAR MIMI LEGAULT

mimilego@cgocable.ca

IL FAUT BIEN EN PARLER

Écrire sur la laïcité m'horripile autant que d'aller chez mon dentiste. Mais devant ces débats nuls et exagérés à outrance, il faut bien en parler. Ça déborde de partout et chacun reste sur son quant-à-soie, enfermé dans ses certitudes. Je vous le dis comme je le sens : je suis parfaitement d'accord avec la loi 21 de François Legault sur la laïcité. Et je me gratte l'occiput pour tenter de réfléchir sur ceux qui la rejettent. Pour mieux comprendre, je vous narre une histoire. Colette (nom fictif) a 90 ans. Elle est née en Égypte, plus précisément à Alexandrie dans un milieu multiculturel où personne ne jasait religion. Ça se passait à l'intérieur de leur chaumière. Tous s'entendaient à merveille et chacun pratiquait sa foi avec respect, conviction et discrétion. Bon, comme elle dit, les temps ont bien changé mais cela a existé, elle en est un témoin vivant.

UNE AUTRE HISTOIRE

Je suis devenue presque athée à quatre ans. Presque... Un soir, mon voisin Michel fêtait ses cinq ans. Sa mère avait invité famille et voisinage ainsi que son frère l'abbé Chose. Remarquez, j'aurais pu le nommer l'abbé Tise. M'enfin. C'était le printemps (un vrai printemps je veux dire), le temps était doux et l'abbé Chose avait offert à Michel son neveu

un autel à grandeur d'enfant ainsi que des habits sacerdotaux. Et v'là qu'on sort le kodak et toi papa pars la caméra 8mm pour le filmer. Puis les adultes se sont calmés le pompon et sont retournés à la grande table des convives, les yeux encore humides de ce cadeau divin. Michel et moi, on a continué à s'amuser. Moi, je faisais le prêtre et... En m'apercevant avec l'aube sur le dos, l'abbé Chose s'est levé brusquement et dans une grande colère, il m'arracha brutalement la soutane en me criant : t'as pas le droit, t'es rien qu'une fille! Fin de l'histoire ? Pas vraiment. Ce moment est demeuré gravé dans ma mémoire pour le reste de mes jours.

UNE NOUVELLE RELIGION

Je suis à bout d'entendre tous ceux qui sont contre la laïcité dans les lieux publics. Ne serait-elle pas la solution idéale pour que chaque humain soit défini par sa citoyenneté et non pas par sa religion ? Noir, Blanc, Jaune, Arabes, Chinois, Québécois pourraient se côtoyer dans la paix et le respect le plus total. J'en rêve! Mais non, ce serait une solution trop facile! Jouons alors à la Tour de Babel.

Imaginons d'autres religions. Car, comme a déjà dit Gainsbourg, Dieu n'a pas créé

l'Homme, c'est ce dernier qui a inventé Dieu. Ma religion, je la nommerais l'irrigation du colon (et non du côlon). Pourquoi pas ? La déesse Ilion trônerait majestueusement. On prierait pour les colons irritables, les guerres intestines et pour ceux constipés qui demeurent souvent les plus chiants. Ainsi seraient-ils. Que voulez-vous, tous les « égouts sont dans la nature! »

J'exagère ? Si peu. Le jour n'est peut-être pas loin où une autre planète (imaginez une sorte de Marvel comme au cinéma) viendrait boussiller toutes nos croyances. L'extra-terrestre reviendrait rendre des comptes à son chef pour lui dire : sont fous ces Terriens! Personne ne se parle et chacun se promène la tête baissée fixant un petit écran à longueur de journée! C'est leur dieu.

Sérieusement, si nous voulons continuer à nous endurer, à vivre ensemble, cela ne peut se faire que dans un cadre neutre et civique.

Dans cette grouillante mosaïque, on ne retrouverait au fond qu'une seule race : l'humanité. Mot appelé lui aussi à disparaître comme le crucifix. On fera une croix dessus et chacun sera enfin fixé.

TOYOTA *Ste-Agathe*

★★★★★

Financement
à l'achat et à la location
à partir de

0%

sur plusieurs modèles 2018 - 2019

TOYOTA VENTE ÉTIQUETTES ROUGES

DE RETOUR!

LA PROMESSE DU MEILLEUR PRIX

RAV4 2019 VERSION HYBRIDE EN MAGASIN!

LA PLUS GRANDE FAMILLE DE VÉHICULES HYBRIDES AU MONDE S'AGRANDIT ENCORE !

La Corolla hybride 2020 arrive bientôt !

RÉSERVEZ LA VÔTRE DÈS MAINTENANT !

Toyota Safety Sense

d'efforts pour mériter votre confiance et ça continue...

2330, rte 117, Val-David 819 326-1044 | 1 866 326-1044

www.toyotasteagathe.com

*Voir détails en magasin. Certaines conditions s'appliquent. Photos à titre indicatif seulement.

GARDE-MANGER DES PAYS-D'EN-HAUT

Aide alimentaire : rupture du service de livraison

FRANÇOISE LE GUEN – Depuis fin janvier, le Garde-Manger des Pays-d'en-Haut ne livre plus l'aide alimentaire à une population défavorisée et en perte d'autonomie. La cause? Le manque de bénévoles.

Une bénéficiaire de ce service qui souhaite garder l'anonymat déplore la situation. « Le Garde-Manger livrait à la maison l'aide alimentaire aux personnes handicapées et malades tous les mercredis. Depuis fin

janvier, je peux passer trois semaines sans rien recevoir. Je suis très insécure, le frigo est presque vide! » L'organisme n'arrive pas à trouver de livreur, nous dit-elle. « J'ai appelé pratiquement toutes

les semaines. Ça ne bouge pas. Je n'ai pas la capacité d'aller au sous-sol de l'église. Ça fait des années que je me fais livrer la marchandise. Je n'ai pas d'auto, je ne peux pas transporter de choses lourdes. Nous sommes pénalisés. »

Cette dernière ajoute que c'est la travailleuse de rue de Saint-Sauveur, de L'Écluse des Laurentides, qui la suit depuis plus d'un an qui va lui chercher une boîte quand elle le peut et lui donne un coup de main pour l'aider à faire ses courses.



EN VOIE D'ÊTRE RÉGLÉ

Carole Legault, la directrice générale du Garde-Manger, confirme qu'il y a bien un arrêt des livraisons à cause d'un manque de personnel. « On est en train de régler le dossier, affirme-t-elle. On a rencontré des bénévoles, le processus est en cours. Et il y a quelques personnes qu'on a été capable de servir. » Cette dernière évoque l'hiver très difficile. « On n'avait pas de bénévoles qui voulaient le faire cet hiver. Des gens demeurent au deuxième étage et ce n'était ni déglacé, ni déneigé. Certains stationnements ne l'étaient pas non plus. Il faut veiller à leur sécurité, à ce qu'ils ne se blessent pas. »

La directrice rappelle que la livraison s'adresse uniquement aux personnes en perte d'autonomie. « C'est un dossier très délicat. Il faut avoir confiance dans les bénévoles qui vont effectuer des livraisons chez ces personnes. Ils doivent avoir un permis de conduire, ne pas avoir d'antécédents judiciaires, et posséder la force physique pour pouvoir porter des charges lourdes. »

Carole Legault rappelle que la livraison ne fait pas partie de la mission de base du Garde-Manger. « C'est un projet qu'on a mis sur pied il y a plusieurs années parce que certaines personnes n'étaient pas capables de se déplacer au comptoir alimen-

taire. On avait commencé avec trois ou quatre personnes. Elles sont maintenant 40! »

Autre conséquence de l'arrêt des livraisons, l'organisme s'est rendu compte que sur les 40 personnes, certaines étaient capables de venir chercher leurs boîtes au comptoir. « Dans notre secteur, des gens restent dans des endroits éloignés. C'est difficile pour eux d'aller au comptoir. Certains demandaient la livraison parce qu'ils restaient trop loin, pas parce qu'ils étaient en perte d'autonomie ». L'organisme compte bien rectifier cette situation également.

Un soutien nécessaire



Le Garde-Manger des Pays-d'en-Haut a vu le jour en 1995.

L'organisme à but non lucratif offre un soutien alimentaire et vestimentaire aux personnes dans le besoin : aide alimentaire d'urgence, comptoirs alimentaires, cuisines collectives, lunchs dans les écoles, bons d'épicerie de Noël, service vestimentaire et articles à faibles coûts à la Fouillerie.

Tous ces services couvrent l'ensemble du territoire de la MRC des Pays-d'En-Haut.

CASINO
MONT-TREMBLANT

embarquement immédiat

**Une programmation
qui vous fera voyager!**

Les vendredis et samedis
Du 22 mars au 27 avril

par
pur
plaisir

casinodemonttremlant.ca 18+

Guy Desfossés inc.
Société par action d'un courtier immobilier
T: 450 229-6666 | C: 514 949-2040
guy1remax@gmail.com
www.guydesfosses.com

bonjour
Agence immobilière

Sécuri-T Intégri-T Tranquilli-T

RE/MAX
TEMPLE DE LA
RENOMMÉE
Mérites

VENDU

Rue de la grande corniche, Ste-Adèle

VAL-DAVID

Non au gaspillage alimentaire!

ACCÈS – La Municipalité de Val-David s’allie à la campagne « J’aime manger pas gaspiller » afin d’encourager ses citoyens à modifier leurs comportements pour réduire le gaspillage alimentaire.



C’est un enjeu planétaire important qui a des incidences directes sur les changements climatiques et qui a également des impacts économiques non négligeables.

Selon le site de Recyc-Québec, si le gaspillage alimentaire était un pays, il serait le 3^e plus gros producteur de GES, après la Chine et les États-Unis.

« L’alimentation est un enjeu important qui a été abordé lors d’une rencontre citoyenne sur l’équité sociale en mars dernier. Le gaspillage alimentaire y fut dénoncé alors que plusieurs familles doivent malheureusement avoir recours aux banques alimentaires et ont de la difficulté à se procurer des aliments nutritifs en quantité suffisante. D’où l’importance d’agir pour

enrayer le gaspillage et favoriser la redistribution des denrées. Cette campagne de sensibilisation s’arrime parfaitement avec nos valeurs environnementales et socio-économiques. Ensemble, nous pouvons agir pour faire une différence », exprime la mairesse Kathy Poulin.

Via ses divers canaux de communication, la municipalité de Val-David va sensibiliser sa population par le biais de capsules informatives inspirées du site « J’aime manger

pas gaspiller » qui offre une multitude de trucs, astuces et recettes pour mieux planifier, utiliser et conserver la nourriture.

ORIGINAIRE DU ROYAUME-UNI

Cette campagne est l’adaptation francophone de la campagne « Love Food Hate Waste » développée au Royaume-Uni et s’appuie sur plus de 10 ans d’études comportementales. Recyc-Québec en est le partenaire principal pour le déploiement de la version francophone à travers le Canada.

25 ans, ça se fête!

Un rabais de 25 %* sur tous les souliers, sandales et bottes en magasin.

Nous offrons jusqu’à 75 % de rabais sur certains articles.

*Durée de la promotion du 1^{er} au 30 avril 2019. Jusqu’à écoulement des stocks.

25 ANS

25 %

Vous êtes unique, faites appel à une compétence unique :

laboratoirebelanger.ca

1 800 481-7434

LABORATOIRE
Bélanger
ORTHÉSIS

25 ANS

1052, RUE VALIQUETTE,
SAINTE-ADÈLE (QUÉBEC) J8B 2M3
(450) 229-7433

2501277

BOUTIQUE
RomyElliot
VÊTEMENTS HOMME & FEMME

SAMEDI 27 AVRIL

FÊTEZ LE PRINTEMPS EN FAMILLE

Venez rencontrer Romy, représentante de la collection 34Heritage tout en dégustant les fameux Gin Tonic d’Elliot.

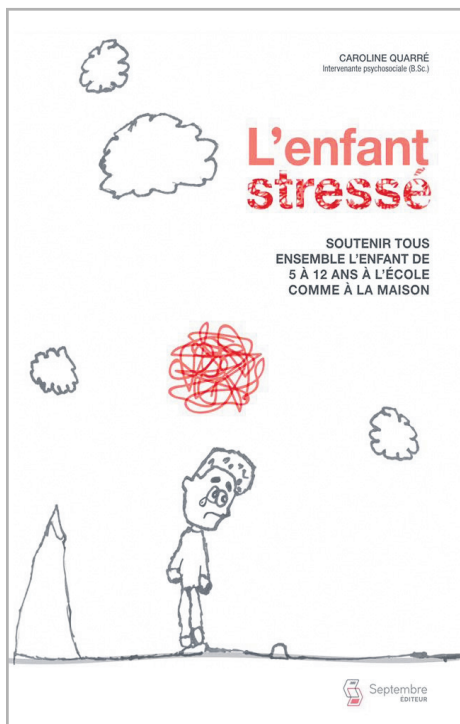
292, rue Principale
St-Sauveur | 450.227.2421
RomyElliot.com

2402120

CONFÉRENCE SAINTE-ADÈLE

« Enfant stressé », des outils pour des interventions cohérentes

SANDRA MATHIEU – L'intervenante psychosociale, conférencière et maintenant auteure Caroline Quarré offre aux parents, intervenants scolaires et spécialistes de la santé un ouvrage et une conférence.



« J'y pensais depuis un bon bout de temps. Lors de ma première tournée de conférences, la maison d'édition Septembre m'a approchée pour écrire sur le sujet, raconte Mme Quarré. On peut dire que mon livre intitulé « L'enfant stressé : Soutenir tous ensemble l'enfant de 5 à 12 ans à l'école comme à la maison » est la somme de mes 10 années d'expérience en tant qu'intervenante. J'ai aussi pu compter sur l'apport de différents spécialistes en éducation, en ergothérapie, en nutrition et en neurosciences, dont le réputé docteur Joël Monzée qui est aujourd'hui mon mentor. »

L'auteure se réjouit d'ailleurs que plus de 200 personnes se soient déplacées pour le lancement. « C'est très rare qu'il y ait autant de gens, et surtout si diversifiés, comme des parents, des grands-parents, des directeurs d'école, des médecins, des enseignants et des intervenants. J'ai déjà de belles retombées et des commentaires positifs de toute part, probablement parce que c'est un outil qui fait une place à tous ceux qui s'investissent auprès de l'enfant. Une belle avancée selon plusieurs spécialistes. »

UN OUVRAGE NÉCESSAIRE

Dans ce livre, disponible en librairie depuis le 4 avril, Caroline explique simplement et concrètement le stress et l'anxiété chez l'enfant. Elle fait connaître des outils pour comprendre les comportements de l'enfant et déterminer ses besoins; des stratégies d'intervention étape par étape; des phrases-clés à dire à l'enfant pour l'aider à gérer son stress; des techniques de relaxation à lui enseigner; des points de repère pour collaborer efficacement entre l'école et la maison ainsi que des faux pas et des attitudes à éviter. « Dans la société actuelle, quand on rencontre un problème, on est beaucoup dans l'action. On privilégie des solutions rapides au lieu de prendre le temps de comprendre la cause et de donner des ressources à l'enfant, explique Mme Quarré. Les jeunes d'aujourd'hui ne savent plus apprivoiser l'ennui et ont des horaires d'adultes. Les parents ont tendance à s'attendre à que leurs enfants s'adaptent à leur vie et non l'inverse. Mais les jeunes n'ont pas le cerveau plus mature qu'il y a 40 ans et ces situations augmentent leur niveau de stress. »



JOURNÉE PORTES OUVERTES
Samedi 4 mai, présentations à 9 h, 10 h et 11 h
RSVP : cgrenon@collegelaurentien.ca ou 819.322.2913 poste 224

Collège Laurentien 

UN COLLÈGE EN PLEINE NATURE

1200, 14^e Avenue, Val-Morin | collegelaurentien.ca | 819 322-2913

Le Collège Laurentien détient un permis du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MÉES) et est agréé aux fins de subventions pour offrir en langue française les services d'enseignement à partir de la 4^e année du primaire et conduisant au diplôme d'études secondaires (DES).

>2101665

CAMPAGNE DE FINANCEMENT

Vers un programme de yoga scolaire pour tous!

SANDRA MATHIEU – Dans le but de financer et d'étendre ses projets de yoga et de pleine conscience à l'ensemble des écoles des Pays-d'en-Haut, l'organisme adélois Esprit de corps Yoga Communautaire organise une activité de financement le dimanche 5 mai, à la Place des citoyens de Sainte-Adèle.

PHOTOS : COURTOISE



De plus en plus d'études parlent des bienfaits de la pratique de la présence attentive (pleine conscience) et du yoga auprès des enfants et des adolescents.



Un atelier Présence attentive, intelligence émotionnelle et communication bienveillante en 2018.

UN PROGRAMME QUI A FAIT SES PREUVES

« Notre programme Présence attentive, intelligence émotionnelle et communication bienveillante a pour but de promouvoir de saines habitudes d'être et de vivre ensemble chez les enfants d'âge scolaire, souligne Marie-Pier Leclerc, coordonnatrice du programme et certifiée en yoga d'approche thérapeutique. Il met de l'avant des activités de pleine conscience, de yoga et de philosophie adaptées aux enfants. Le projet pilote de 2018 a été conçu sous forme d'ateliers sur une période de 12 semaines dans 3 écoles et auprès de 150 élèves. Il nous a permis de raffiner notre approche et de nous adapter aux réalités des différents groupes d'âge. »

Le programme a déjà reçu une subvention de 10 000 \$ de la part de la MRC des Pays-d'en-Haut. Grâce à des classes à contribution volontaire, à d'autres subventions et à des activités de financement, l'équipe aimerait tripler la mise pour être en mesure d'offrir gratuitement le programme à toutes les écoles primaires de la MRC des Pays-d'en-Haut.

La totalité des contributions recueillies lors de l'activité du 5 mai seront investies dans le programme.

DES OUTILS INESTIMABLES

De plus en plus d'études soulignent les bienfaits de la pratique de la présence attentive (pleine conscience) et du yoga auprès des enfants et des adolescents. Ces dernières rapportent un impact positif sur leur niveau de fatigue, de stress et d'anxiété, de même qu'une meilleure capacité à gérer leur colère et à adopter des comportements positifs de gestion du stress.

Les programmes et les services offerts en milieu scolaire visent à outiller les jeunes face aux nombreuses exigences auxquelles ils sont confrontés, que ce soit à l'école, à la maison ou au sein de leurs groupes

sociaux, en plus de devoir composer avec un environnement intérieur changeant.

Leur capacité à bien gérer ces stress aura un impact multiple sur leur santé physique et mentale ainsi que sur leur réussite scolaire.

Cette pratique :

- Contribue à une meilleure estime personnelle.
- Réduit les risques de développer des comportements agressifs.
- Favorise l'écoute de l'intuition et de l'expression positive.
- Permet d'accroître la résilience.
- Développe l'écoute et le respect des opinions divergentes.
- Réduit les risques de décrochage.
- Favorise l'atteinte d'un plus haut niveau de scolarité.

Esprit de corps

Depuis sa fondation en octobre 2016, l'organisme d'économie sociale Esprit de corps Yoga communautaire a mobilisé ses ressources afin d'offrir ses services dans divers milieux. Il aide aussi d'autres organismes à faire la promotion de l'amélioration de la santé physique et mentale sur le plan individuel et collectif.

Pour info : www.yogacommunautaire.org/ et www.facebook.com/events/452125735611189/

Programme activité de financement

Le dimanche 5 mai, à la Place des citoyens de Sainte-Adèle, 3 instructeurs certifiés proposeront 5 cours sur une base de contribution volontaire (15 \$ suggéré par cours). Aucune réservation n'est requise et chacun apporte son tapis.

9h30 à 10h30 : Yoga pour tous, ouvert aux familles (5 ans et +)

11h à 12h et 12h30 à 13h30 : Yoga multiveaux pour tous

14h à 15h et 15h30 à 16h30 : Yoga et musique Live par Alain et Isabelle d'Harmonie-Son

RBQ - 5767-8112-01

EXCAVATION ALAIN PARADIS INC

Alain Paradis 450 566-2167

excavationalainparadis.com
alainparadisexcavation@outlook.com

L'équipe Léger

COURTIERS
IMMOBILIERS

Vendre ou acheter?

Nous sommes là.

Faire équipe avec nous c'est profiter d'une vaste expérience transactionnelle, d'un service personnalisé, d'un rayonnement international et de notre connaissance très à jour du marché immobilier.

Vivez tous les avantages sans les inconvénients.

Faire équipe avec nous, c'est en avoir plus.
ericleger.com
450-227-7474



SAINT-SAUVEUR

Soutien financier pour l'organisme Répit, Bien-Être

ACCÈS – La Fondation de la Fédération des médecins spécialistes du Québec (FFMSQ) a octroyé un soutien financier de 13 600 \$ à l'organisme Répit, Bien-Être, situé à Saint-Sauveur. Ce montant servira à la réalisation d'un projet destiné à des proches aidants d'ânés en perte d'autonomie physique ou cognitive.

Plus précisément, l'appui financier de la FFMSQ permettra à l'organisme d'offrir 800 heures de répit à domicile à plus d'une vingtaine de proches aidants des régions des Laurentides et de l'Outaouais.

L'aide financière couvrira une partie de la rémunération des intervenants qui prendront soin des aidés pendant que leurs proches profiteront d'un moment de repos.

« On oublie trop souvent que les proches aidants assument un rôle exigeant. Pourtant, jour après jour, ils consacrent temps et énergie à leurs proches ayant une incapacité portant atteinte à leur autonomie, et se donnent sans compter ni rien attendre en retour. Depuis sa création en 2012, notre Fondation appuie leur cause et cherche à leur offrir un peu de répit. Permettant aux proches aidants de profiter d'un véritable temps d'arrêt, le projet de Répit Bien-Être atteint parfaitement cet objectif, et nous sommes fiers de pouvoir contribuer à sa réalisation », a déclaré la présidente de la FFMSQ, Dre Diane Francoeur.

« Parce que nous serons tous proches aidants... Cette phrase nous rappelle le défi humain que nous aurons tous à relever un jour ou l'autre. Le répit est ce dont les proches aidants ont le plus besoin. Ainsi, je tiens à remercier la FFMSQ d'être l'une des premières à nous soutenir dans notre mission qui est de permettre d'offrir du répit aux proches aidants. Grâce à elle, ils seront plus d'une vingtaine sur deux territoires du Québec à bénéficier d'un service accessible et nécessaire », a souligné Mme Fabiola Nonin, coordonnatrice de l'organisme.



Fabiola Nonin et Marie-Julie Laforce

Aider les aidants



Fondé en 2016, l'organisme Répit, Bien-Être a pour mission de promouvoir la santé et de favoriser le maintien à domicile des aînés en perte d'autonomie physique et cognitive ou ayant un profil gériatrique. Il offre des services de répits et d'aide à domicile ainsi que des activités de stimulation aux personnes en perte d'autonomie physique ou cognitive afin d'améliorer ou de maintenir leur capacité résiduelle, et de briser l'isolement des aînés proches aidants.

Passion[®] MONDE

Par Voyages Bergeron

VOUS EN RÊVEZ ?

CREDITS ACCOMPAGNÉS
26
 voyageurs
 MAXIMUM PAR DÉPART

Présentations **GRATUITES** de nos circuits

27 avril 2019
Manoir Saint-Sauveur
246, chemin du Lac-Millette, Saint-Sauveur J0R 1R3

HORAIRE :

11 h 00	Australie et Nouvelle-Zélande
13 h 00	Vietnam et Cambodge
14 h 30	Vienne, Prague, Budapest, Berlin...
16 h 00	Thaïlande
17 h 30	Turquie
19 h 00	Pérou

Réservez vos places : **1.855.907.0072**
www.passionmonde.com

Permis d'agence de voyage du Québec #750421 >2502202

Milieu vie sécuritaire, unité séparée avec **personnel dédié et attentionné**

Besoin d'un moment de répit ?

Nos Havres ont été conçus afin d'ajouter un maximum de qualité à la vie aux personnes atteintes de pertes cognitives, tel que la maladie d'Alzheimer.

PRENEZ RENDEZ-VOUS POUR DISCUTER DU SUPPORT QUE NOUS POUVONS VOUS OFFRIR.

MEMBRE DU GROUPE

Havre de Saint-Adolphe
1544, RUE DES MUSICIENS, SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD
450 226-1168

Havre de Sainte-Adèle
201, RUE LESAGE, SAINTE-ADÈLE
450 229-4619

residencesdumanoir.com >2402080

Franke Mercedes-Benz • Une entreprise familiale avec plus de 60 ans à votre service.



Mercedes-Benz GLC300 4MATIC! La meilleure de toutes dans le monde! Pratique, Sportive, écologique avec son moteur 4 cylindres turbo de 241ch et sa transmission 9 rapports G-Tronic. Chez Franke Mercedes-Benz, une classe à part!

GLC300 4MATIC 2019 • Prix Total 47 527\$ \$ transport et préparation inclus*

- Mercedes " Me Connect " avec démarreur à distance.
- Groupe sport édition nuit.
- Détecteurs d'angle mort.
- Attache remorque.
- Sièges électriques.

Taux à la location

3,99%*

Bail de 45 mois

Paiements mensuels

637 \$*

Offre expire le 30 avril

Versement initial

0 \$*

Démo. Profitez-en!

Plus de 60 ans a votre service

Ouvert les samedis

Ventes, service et pièces.

*Taxes en sus

Mercedes-Benz



Franke Mercedes-Benz • Ouvert les samedis • 1751 rue Principale, Ste-Agathe-des-Monts • 1 888 480-9075 • mercedes-benz-franke.ca

*© Mercedes-Benz Canada Inc. Véhicule montré ci-dessus; WDC0G4KB4KV156351 GLC300 4MATIC 2019; prix total des offres de location et de financement basées sur cette GLC300 4MATIC 2019, disponibles uniquement par l'intermédiaire de Services financiers Mercedes-Benz sur approbation du crédit, pendant une durée limitée. *Prix total 47 527 \$ pour le véhicule annoncé, plus toutes taxes applicables et frais de concessionnaire applicables. **Exemple de location basé sur un versement de 636.52\$ par mois plus taxes applicables pour 45 mois avec versement initial de 0\$. Première mensualité plus dépôt de garantie de 750\$ et taxes applicables dus à la date d'entrée en vigueur du bail. PDSF à partir de 50 400. \$. Taux de location annuel de 3,99%. Obligation totale: 67 590 Kilométrage limité à 18 000km par année (des frais de 0,20 \$/km supplémentaire s'appliquent). Frais d'immatriculation, d'enregistrement et d'assurance, ainsi que taxes en sus. Les offres peuvent changer sans préavis et ne peuvent être jumelées à aucune autre offre. L'offre prend fin le 30 avril 2019.

->2101672



La deMOI's'aile
ARIELLE THIFFAULT

STRESSO

J'me suis fait un ami l'autre jour, pis y s'appelle « Stresso ». Stresso, j'le connaissais pas au primaire, parce qu'au primaire, maman faisait mes sandwiches et m'embrassait avant de prendre l'autobus, papa travaillait ses muscles en déneigeant la cour ou en tondant le gazon, pis la sœur ne disait rien, elle jouait avec ses poupées dans la chambre d'à côté, jalouse des miennes qui étaient plus belles. S'occuper de moi, « it was a cup of tea », je croyais à l'époque.

Un jour, un petit monstre s'est frayé un chemin dont je n'ai toujours pas trouvé l'entrée vers mon ventre. Maintenant, il tapote dedans quand il veut en criant : « Aujourd'hui, ce n'est pas ta journée p'tite fille. Oui, oui, le monde à ta job n'aimera pas les efforts que tu fais ou que t'essayes de faire. Oui, oui, ton spectacle devant toute l'école va t'humilier. Oui, oui, il va comprendre que t'es intéressée par lui et il va te rejeter. Eh, oui, oui, l'école, t'es pas bonne, tu ne seras jamais capable d'avoir ta maison et ton nom écrit sur les romans. S'occuper de toi-même, tu n'en seras jamais capable. »

Blême, je parais et tourmentée, je suis. J'ai dû élever sans consentement cette chose

ressemblant à un chiot qui jappe, même si on lui demande de cesser. Je suis rendue à un stade où je dois faire mon chemin parmi tous les sentiers de cette montagne vers ma vie de rêve, puis Stresso lui, tente constamment de me faire trébucher et de tomber en bas de la falaise.

Ce ricaneur, il aime voir Arielle Thiffault s'arracher les cheveux. Mais ce qu'il ne sait pas, c'est que je sais qu'il a des frères et sœurs qui rongent aussi les ventres des autres adolescentes.

Le secondaire, il est contaminé par le stress. Vous pouvez le retrouver dans les toilettes, dans les classes, dans la cafétéria, bref, sur tous les planchers où vous mettez les pieds.

Peut-être qu'un jour, nous trouverons le remède contre cette maladie, mais pour l'instant, dites-vous qu'il est normal d'être stressé, tout le monde passe par là.

Il ne faut pas se comparer avec un monstre, car le seul monstre, c'est Stresso. Et Stresso, nous le connaissons tous.

Arielle Thiffault

Actualité

CRUES PRINTANIÈRES

Les rivières sous surveillance

FRANCE POIRIER – La rivière du Nord, tout comme les autres rivières du Québec, est sous surveillance.



PHOTO : COURTOISE

MONT GABRIEL
RESORT & SPA

COCKTAIL
D'OUVERTURE
TENNIS & GOLF

Vendredi le 3 mai
De 16h à 18h

Abonnements Tennis,
Country Club & Golf

Venez rencontrer
toute notre équipe
et découvrir
les nouveautés
pour la saison '19

NOUVELLE FORMULE DISPONIBLE – TENNIS SEULEMENT

Sainte-Adèle, Qc MONT-GABRIEL.COM
(450) 229-3547



>2502220

Par ailleurs, depuis des semaines, la Ville de Saint-Jérôme a révisé son plan particulier d'urgence inondation en prévision des crues printanières.

Bien que les crues annuelles n'aient jamais causé de catastrophes à Saint-Jérôme et que seuls les citoyens habitant les propriétés situées sur quelques rues, comme la rue Laviolette, voient parfois la rivière déborder, la Ville prend préventivement tous les moyens à sa portée pour protéger les résidents et leurs biens.

En effet, des patrouilles de pompiers, de policiers et d'employés du Service des travaux publics sont faites quotidiennement pour surveiller les zones inondables.

Aussi, depuis une semaine, la Ville reçoit d'heure en heure des rapports sur le débit de la rivière en amont de Saint-Jérôme. Prêt à toute éventualité, le Service des travaux publics s'est procuré 5 000 sacs de sable pouvant servir à élever des digues au besoin.

De plus, les résidents des propriétés à risque seront rencontrés par les experts municipaux et recevront des conseils pour éviter les dommages causés par les crues.

La Ville distribuera également des dépliants et des lettres d'information dans les secteurs à risque.

Les personnes qui auraient besoin d'aide ou qui désirent signaler une situation potentiellement dangereuse peuvent le faire par le biais du service téléphonique d'urgence 911.



L'ÉQUIPE MAZDA SAINT-JÉRÔME

LEUR FORCE, L'ACCUEIL ET LE SERVICE À LA CLIENTÈLE !

Journal Le Nord – Mazda Saint-Jérôme se démarque au niveau du service à la clientèle. « *On s'occupe des clients comme moi j'aimerais qu'on s'occupe de moi ou de mes parents. Je veux que les gens se sentent ici comme chez eux* », explique le propriétaire, Sébastien Cloutier.

Ce service à la clientèle, leur grande force, il l'a développé depuis qu'il a commencé dans le domaine de l'automobile. Pour lui, être à l'écoute, prendre le temps avec les clients est primordial.

BÂTISSEUR D'ENTREPRISES

L'automobile il connaît! Sébastien Cloutier a grandi à Sainte-Agathe-des-Monts où il a travaillé avec sa mère qui avait une concession Nissan et son père, une concession Ford Mercury. Après des études au Georgian College à Barrie en Ontario - il est diplômé en administration des affaires et marketing automobile - ce dernier achète une franchise Chrysler à Sainte-Agathe qu'il a exploité jusqu'en 2007. Après la concession Chrysler Saint-Jérôme Fiat, Jeep, Ram et Dodge, jusqu'en juillet 2016, il achète Mazda Saint-Jérôme en décembre 2018. « *Je trouve que Mazda offre un excellent produit et j'adore la philosophie de la compagnie et ses valeurs qui sont le respect et l'honnêteté* ».

Ce qui le passionne? Les opérations du concessionnaire, la capacité d'aller chercher la satisfaction de la clientèle. « *Je suis un bâtisseur d'entreprises, c'est ça que j'aime faire!* » Les valeurs familiales sont très importantes pour lui. Ses deux jeunes enfants, Romane, 8 ans, et Matis, 11 ans, ainsi que sa femme, Mélanie Daigneault sont ses supports journaliers! « *Ils ne travaillent pas au garage, mais c'est comme s'ils y étaient* ».

**Mazda Saint-Jérôme est situé au
2344 boulevard du Curé-Labelle
à Saint-Jérôme
Pour les joindre : 450-436-8211
www.mazdastjerome.ca**

**Sébastien Cloutier,
propriétaire de Mazda
Saint-Jérôme, et sa conjointe**

1201865



CX-5 GT 2019

PASSEZ EN MODE PRINTEMPS



**1,50% AU FINANCEMENT
À L'ACHAT* ET OBTENEZ
300\$ DE CRÉDIT^Ω**



CX-5 GX 201
ÉQUIVAUT À **83\$**
/SEM.

INCLUT LA TRACTION INTÉGRALE i-ACTIV

À PARTIR DE 361\$/MOIS, PRIX DE DÉTAIL 31 845\$
LOCATION 48 MOIS, ACOMPTÉ DE 2595\$
20 000 KM/AN COMPRIS (8 € / KM EXCÉDENTAIRE)



*Offre valable pour la location mensuelle d'un modèle Mazda CX-5 GX 2019 (NX1L89AA00) de base neuf, d'une valeur de 31 845\$, incluant la traction intégrale i-Activ (d'une valeur de 2 000\$), ce qui équivaut à 48 paiements mensuels de 361\$, avec acompte de 2 595\$. Limite de 20 000 km par an. Frais de 0,08\$ par kilomètre excédentaire. Les paiements ne peuvent être hebdomadaires et sont mentionnés à des fins informatives seulement. L'immatriculation, les assurances, les taxes et les frais d'inscription au RDPRM allant jusqu'à 88,12\$ (incluant les frais d'agent pour l'inscription) sont en sus. Le concessionnaire peut louer ou vendre à prix moindre, et il peut avoir à passer une commande ou effectuer un échange. La première mensualité à la location, les frais d'inscription au RDPRM et les frais d'agent pour l'enregistrement sont payables à la livraison. *Exemple de financement du modèle CX-5 GX 2019 (NVXL89AA00) au prix de vente de 29 845\$: avec un montant financé de 29 845\$, les mensualités sont de 850,69\$, les frais de crédit sur une période de 36 mois sont de 697,29\$ et l'obligation totale de financement est de 30 624,84\$. L'offre inclut les frais de transport, RDPRM de 67,55\$, de préparation de 1 895,00\$, la taxe de 100\$ sur le climatiseur (le cas échéant) et les taxes sur les pneus de 15\$. Autres taxes en sus. ^ΩL'offre de crédit (d'une valeur allant jusqu'à 1 000\$) est valable pour les clients au détail admissibles qui achètent comptant, font financer ou louent certains modèles Mazda 2018 ou 2019 neufs, en stock, chez un concessionnaire Mazda autorisé au Québec, entre le 2 et le 30 avril 2019. L'offre varie selon le modèle : 300\$ pour tous les modèles Mazda3 et Mazda3 Sport 2018, CX-3 2019 et CX-5 2018 et 2019 ; 475\$ pour les modèles MX-5 ST GS 2019 ; un maximum de 1 000\$ pour les modèles MX-5 ST et MX-5 RF 2018, MX-5 ST GS-P et GT 2019, MX-5 RF 2019, Mazda6 2018, CX-9 2018 et 2019. Le crédit sera déduit avant l'application des taxes. Certaines conditions s'appliquent. REMARQUE : l'offre de crédit ne s'applique pas aux modèles Mazda3 et Mazda6 2019. Visitez votre concessionnaire pour tous les détails. Cette offre est valide du 2 au 30 avril 2019 ou jusqu'à épuisement des stocks. Financement sur approbation du crédit pour les clients admissibles seulement. Les offres peuvent être modifiées sans préavis. Visitez mazda.ca ou passez chez votre concessionnaire pour connaître tous les détails.

CRÉAVENIR

#creavenirlaurentides

**600 000 \$ au bénéfice de 120 jeunes entrepreneurs
qui veulent créer leur entreprise!**

Le 19 novembre 2018, Desjardins Entreprises–Laurentides avait réuni plus de 250 participants d'affaires pour une soirée de lancement réussie.

Ces derniers ont eu droit à une soirée festive à l'image des jeunes, avec un panel réunissant des partenaires ainsi qu'une conférence de l'animateur bien connu Pierre-Yves McSween!



Deux premières entreprises bénéficiant du programme CRÉAVENIR :



Évolution, école mobile de langues



Origin Kombucha

Cette initiative ne serait pas possible sans la collaboration de nos précieux partenaires :

- MRC Rivière-du-Nord
- MRC Deux-Montagnes
- MRC Thérèse-De Blainville
- MRC Pays-d'en-Haut
- MRC Argenteuil
- CDE de la MRC des Laurentides
- Mirabel économique
- SADC Antoine-Labelle
- CLD Antoine-Labelle
- SADC Laurentides

La contribution des caisses Desjardins de la région des Laurentides et de Desjardins Entreprises–Laurentides est aussi nécessaire pour assurer le succès du programme.

CELLULES DE MENTORAT

À l'aide d'un partenariat financier de 17 600 \$ récurant sur trois ans, les 120 jeunes entrepreneurs bénéficiant du programme Créavenir auront accès à une dyade mentorale gratuitement pour les deux premières années.

Nous croyons en leur réussite entrepreneuriale et, par cette initiative, nous souhaitons mieux accompagner ces jeunes entrepreneurs! Cette réalisation est rendue possible grâce aux six organismes porteurs du Conseil régional de mentorat des Laurentides, soit : les chambres de commerce de Mont-Laurier, de Saint-Jérôme métropolitain, de Thérèse-De Blainville, de la MRC Deux-Montagnes, de la SADC Laurentides et de Mirabel économique.



 **Desjardins**
Entreprises

CANCER DU SEIN

Tricoteuses de nichons recherchées

FRANCE POIRIER – Brigitte Thomas est une adepte du tricot depuis l'âge de 11 ans. Sa passion lui a fait découvrir un organisme qu'elle souhaite encourager dans les Laurentides dont l'objectif est d'aider les femmes qui ont subi une mastectomie totale ou partielle.

PHOTO : FRANCE POIRIER



Brigitte Thomas, représentante bénévole à Nichons tricotés.

Les nichons tricotés (Knitted Knockers) est né d'une initiative américaine qui a autorisé l'organisme de Brossard Comfemme à distribuer gratuitement les nichons tricotés pour les femmes atteintes de cancer ou ayant subi une mastectomie partielle ou totale. Des tricoteuses bénévoles réalisent, sous la supervision de l'organisme, les nichons tricotés. L'organisme recherche actuellement des tricoteuses de nichons.

ELLE VOULAIT FAIRE PLUS

Brigitte Thomas ne voulait pas uniquement tricoter. Elle a contacté l'organisme pour devenir représentante bénévole pour la région des Laurentides. Son rôle est de rencontrer des groupes de fermières, de l'âge d'or ou des groupes communautaires afin de leur présenter le projet pour recruter des tricoteuses et amasser des fonds. « J'ai perdu deux amies à la suite d'un cancer du sein et deux membres de ma famille ont subi des mastectomies, alors je comprends l'importance d'une telle initiative », a confié Brigitte Thomas.

DES PROTHÈSES CONFORTABLES

Contrairement aux prothèses de silicone qui peuvent être lourdes et chaudes, les nichons tricotés sont des prothèses douces, légères et confortables. Elles sont fabriquées à la main par des femmes bénévoles pour qui la cause du cancer du sein tient à cœur. On utilise une fibre spécifique qui

est très douce et lavable. Les nichons tricotés sont fabriqués en cinq grandeurs (A-B-C-D-E) et sont disponibles dans différentes couleurs. « Elles sont gratuites contrairement aux prothèses traditionnelles qui sont dispendieuses, lourdes, souvent inconfortables et parfois inaccessibles selon les budgets. Les femmes commandent directement sur le site Comfemme.org sous l'onglet nichons tricotés », explique madame Thomas.

« Mon défi dans les Laurentides est le recrutement de tricoteuses, leur formation ainsi que la recherche de fonds. Les sommes recueillies servent à la livraison et pour payer la bourrure des prothèses. Il n'y a personne qui reçoit un salaire, ce sont toutes des bénévoles. Je fais donc appel à la générosité des gens des Laurentides pour apporter un baume à ces femmes atteintes du cancer du sein », explique madame Thomas.

À propos



Il est possible de contacter Brigitte Thomas pour plus d'information au 450 566-3761 ou par courriel à info@briggittethomas.com

L'IMMOBILIER EN PLEIN ESSOR

Le développement immobilier a le vent dans les voiles à Sainte-Adèle alors que deux projets majeurs de résidences pour personnes retraitées sont en voie d'approbation au Service de l'urbanisme.

LES COURS SAINTE-ADELE

Le complexe résidentiel et commercial Les Cours Sainte-Adèle, qui sera annexé aux Promenades Sainte-Adèle, situées au 555, boul. de Sainte-Adèle, propose 155 unités d'habitation et trois locaux commerciaux d'une superficie totale de 3000 m², intégrés à même l'édifice.

Offrant un milieu de vie idéal pour les retraités actifs et autonomes à la recherche d'un environnement sécuritaire et convivial, Les Cours Sainte-Adèle mettront à la disposition des résidents une piscine, une salle d'entraînement, une salle de cinéma, un salon de coiffure, une terrasse, un stationnement intérieur et de nombreux autres services adaptés à leurs besoins. Sur place, des infirmières et des préposés seront également disponibles pour offrir une supervision en continu.

Piloté par la compagnie Norexco construction, une entreprise bien implantée dans les Laurentides, qui possède une solide expérience, tant au niveau résidentiel, commercial, qu'industriel, ce complexe immobilier et commercial de 6 étages viendra bonifier et dynamiser l'actuelle galerie marchande. Ce projet est présentement en cours d'approbation règlementaire.

RÉSIDENCE DES BÂTISSEURS

Cette résidence pour aînés, destinée à une clientèle autonome et semi-autonome, sera déployée sur le site du couvent Notre-Dame.

La bâtisse actuelle sera rénovée et réaménagée pour accueillir 30 unités de soins, tandis qu'une nouvelle construction de 6 étages, attenante au pavillon déjà existant et auquel elle sera reliée par une passerelle en hauteur, comprendra 145 unités locatives. De nombreux services seront offerts aux résidents qui bénéficieront d'un soutien professionnel du personnel dans un environnement moderne, sécuritaire et confortable.

Ce nouveau projet immobilier pour retraités, qui sera l'œuvre des Résidences des Bâtisseurs, un groupe immobilier qui compte à ce jour une dizaine de résidences de haute qualité pour personnes âgées à travers le Québec, assure la pérennité d'un bâtiment emblématique de Sainte-Adèle, qui a accueilli, de 1980 jusqu'à tout récemment, les Sœurs de la Congrégation de Notre-Dame.

La procédure règlementaire entourant ce projet s'est terminée en 2018 et les plans sont présentement en cours d'approbation.

LES AÎNÉS : AU CŒUR DE LA COMMUNAUTÉ

L'implantation de ces deux projets immobiliers pour retraités s'inscrit dans la volonté de la Ville de Sainte-Adèle d'offrir à ses aînés un milieu de vie accueillant, sécuritaire et agréable, tout en bonifiant l'offre de services qui leur sont destinés.

Ces nouvelles résidences répondent à une demande immobilière en constante progression, qui reflète le portrait sociodémographique de Sainte-Adèle. En plus de permettre à nos aînés de rester chez eux, à Sainte-Adèle, près de leur famille, plutôt que d'être déracinés et relocalisés dans des centres urbains, ces projets immobiliers d'envergure créeront de nombreux emplois de qualité et engendreront des retombées socio-économiques importantes pour la Ville et la région.



RÉSIDENCE DES BÂTISSEURS



LES COURS SAINTE-ADELE

ACTIVITÉS / CALENDRIER :

24 AVRIL Réouverture de la bibliothèque

27 AVRIL Samedis Jeunesse
Petit voilier

2 AU 19 MAI Exposition Martine Cyr
Les gardiens silencieux

SUJETS À VENIR :

- Programmation estivale
- Semaine de la sécurité civile
- Semaine des travaux publics



VILLE.SAINTE-ADELE.QC.CA

>2301966

Maux d'enfants

Daniel Dubé Trop de réseaux sociaux pas assez de contacts humains.

Martin Thibeault Des enfants qui se suicident à l'âge de cinq ans... Je ne savais même pas que c'était possible. Ce ne sont pas les enfants qui sont malades mais bien les parents qui comme modèle de réussite est d'avoir 2 BMW et une cabane de 700 000\$ dans un quartier respectable. Ces mêmes parents attendront d'avoir un cancer ou justement un suicide d'un proche pour enfin se poser la question, c'est quoi la vie? Voilà le résultat d'une société malheureuse qui court après sa queue pour le bienfait des banquiers et de la Big Pharma, car ça en prend de la pilule pour arriver à voir le boutte!

Saint-Sauveur : La police patrouille à cheval

Harry Joubert Je pense que c'est une bonne idée, dans la mesure où les capacités des chevaux sont respectées et que ça ne fasse pas comme dans les cabanes à sucre où les chevaux s'effondrent au sol.

Michael Therrien Je ne vois pas l'utilité d'utiliser des chevaux pour la SQ. Pourquoi pas la marche? C'est encore plus écolo! C'est juste que ça satisfait pas les besoins de certaines personnes à vouloir travailler sur un cheval.

Robert Gravel Très bonne idée

Actualité

SAINT-ADOLPHE D'HOWARD

L'Ange vagabond fête ses sept ans

ACCÈS – C'est avec enthousiasme et fierté que Michèle Méthot et Daniel Langlois, les propriétaires de l'Ange Vagabond fêtent le septième anniversaire du bistro culturel de Saint-Adolphe d'Howard.



visation, etc. Au fil des années, l'Ange Vagabond s'est taillé une place et une réputation enviable dans les Laurentides. Les artistes aiment s'y produire et demandent à y retourner notamment grâce à un public des plus respectueux.

LE CABARET DU SEPTIÈME ANNIVERSAIRE

Afin de souligner ce septième anniversaire, le public est convié à un Cabaret qui sera présenté le samedi 27 avril à 20h. Lors de cette soirée musicale, Daniel Langlois – propriétaire, chanteur et musicien – invitera quelques amis à partager la scène avec lui. Le spectacle est à 20h et l'entrée est libre (contribution volontaire). Afin de poursuivre la fête, le samedi 4 mai à 20h, un karaoké sera organisé pour offrir la scène à ceux et celles qui auront envie de partager leurs coups de cœur.

L'Ange Vagabond est situé au 1818, Chemin du village, à Saint-Adolphe d'Howard.

Pour info : www.facebook.com/angevagabond et 819 714-0213.

Sept années où autant d'artistes de la relève que de grands noms de la chanson se sont succédés dans cette sympathique et chaleureuse petite salle de spectacles de 50 places. Depuis avril 2012, la maison centenaire a vibré au son de la musique mais aussi de la parole de celles et ceux qui y ont pris place. Il y a eu des centaines de spectacles, mais aussi des lancements de disques, des vernissages, des lancements de livres, des carnets de voyage, des conférences, des soirées de lectures, des matchs et des ateliers d'impro-



FORMATION RÉMUNÉRÉE EN ALTERNANCE TRAVAIL-ÉTUDES

DEP montage mécanique en aérospatiale

UNE CARRIÈRE STIMULANTE ET À LA FINE POINTE DE LA TECHNOLOGIE DANS UN DOMAINE D'AVENIR

Collaboration de Pratt & Whitney avec l'École des métiers de l'aérospatiale de Montréal (EMAM) – campus de Mirabel

Séance d'information – Lundi 6 mai 2019 à 18 h 30

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

Compétences reconnues en assemblage mécanique, mécanique automobile ou mécanique de véhicules lourds routiers.

Plusieurs postes permanents à combler au Centre Aéronautique de Mirabel de Pratt & Whitney.

Renseignements – 514 596-2376, poste 6219 ou monavenir@pwc.ca.

UNE SOCIÉTÉ DE UNITED TECHNOLOGIES



Commission
scolaire
de Montréal



PORTES OUVERTES DIMANCHE 28 AVRIL DE 13 H À 16 H

Les résidences pour aînés, des milieux de vie stimulants et enrichissants. **Venez voir.**



jeunes-aines.com

Des résidences pour aînés de votre région
vous ouvrent leurs portes

**Les Résidences du Manoir
de la Falaise**
101, rue Principale
Saint-Sauveur
450 227-5994

**Les Résidences du Manoir
de la Vallée**
100, avenue du Mont-Molson
Saint-Sauveur
450 240-1333



En marge du trentième anniversaire de PRFO - Performance Sports, les deux propriétaires, Jason Mclean et Alexandre Filion, proposent à leurs clients un département de vélos de montagne.



Vélo de montagne

PERFORMANCE SPORTS renoue avec ses racines

Photo : Antoine Gascon

ACCÈS - DANS LE CADRE DE SON TRENTIÈME ANNIVERSAIRE PRFO - PERFORMANCE SPORTS ÉLARGIT SES HORIZONS EN OUVRANT UN DÉPARTEMENT DE VÉLOS DE MONTAGNE.

On trouvera dans la boutique qui offre désormais toute une gamme de vélos de montagne, des vélos haut de gamme, deux marques canadiennes - *Norco* et *Rocky Mountain* - et une marque américaine, *Evil*, ainsi que des vélos de montagne électriques. En réalité, il s'agit d'un retour, puisque de 1995 à 2003 Performance Sports vendait déjà du « *mountain bike* », expliquent les propriétaires Alexandre Filion et Jason Mclean.

Depuis 1989, **PRFO** a grandi et s'est diversifiée. En constante évolution, la boutique a régulièrement proposé de nouveaux produits et a su s'adapter à la clientèle et au marché, « *tout en gardant sa flamme d'origine et son côté unique, ce qui fait en sorte qu'on est encore là aujourd'hui* », souligne Jason Mclean.

Pionnier du mouvement des sports d'action, **PRFO** n'a cessé de croître et de faire sa marque dans son domaine avec son identité propre. « *Il y a quelque chose ici qui ressemble aux boutiques californiennes de surf et de skateboards, avec une atmosphère décontractée. C'est ce qui fait notre différence* », ajoute-t-il.

UN SPORT EN PLEINE CROISSANCE

L'engouement pour le vélo de montagne se fait de plus en plus présent. D'autant que les adeptes de

c'est un moteur économique très important pour notre région», précise Alexandre Filion.

La boutique offrira aussi des forfaits de services spécifiquement pour les vélos de montagne. Bernard Drolet, le technicien, un passionné, sera en poste tout l'été et assurera tous les services de maintenance et de réparation. Tout est en place pour prendre en charge le vélo de A à Z. **Et comme c'est le printemps, les propriétaires vous invitent à apporter votre vélo de montagne chez PRFO pour une inspection gratuite!**

UN PEU D'HISTOIRE

L'aventure commence en 1989 lorsque Christian Verronneau ouvre un atelier dans un sous-sol situé sur la rue Principale. Au tout début, il s'agit uniquement d'un atelier d'aiguillage de skis. Au fil du temps, le magasin se spécialise dans la vente de snowboard et d'accessoires. Arrive ensuite la vente de planches à roulettes. Alexandre Filion et Jason Mclean ont commencé à y travailler en 1998, en tant qu'employés. En 2008, les deux jeunes passionnés de sports d'action deviennent copropriétaires. C'est en 2013 qu'ils intègrent le ski pour répondre à la demande de la clientèle de la région. En 2015, ils introduisent les produits de plein-air et de voyage pour s'adapter à la génération des milléniaux, des aventuriers voyageurs.

toutes les générations peuvent profiter du grand nombre de sentiers de la région. L'on remarque aussi une transition du vélo de route vers le vélo de montagne. « *Déjà notre clientèle d'hiver en faisait beaucoup. C'est un sport accessible qui se démocratise tranquillement. Mais surtout,*



Performance Sports est située au **333 Principale à Saint-Sauveur**
 Téléphone : **(450) 227-2082**
 info@prfo.com. Site web : www.prfo.com

UNE VISION, DES PROJETS

S'impliquer dans sa communauté a toujours fait partie intégrante de PRFO. Les propriétaires en ont fait une mission d'entreprise en organisant plusieurs événements et en s'impliquant dans leur communauté, particulièrement auprès des jeunes. PRFO compte bien être actif aussi au niveau du vélo de montagne en organisant des démonstrations et des sorties, mais aussi en souhaitant participer au développement et à la pérennité des sentiers de la région.

Performance chapeaute déjà un événement de démonstration Norco le 5 juin prochain, de 12h à 20 h, au Parc Bastier, à Morin-Heights. PRFO soutient aussi une équipe de jeunes cyclistes âgés de 13 à 16 ans, l'Équipe Cycliste Performance, notamment en leur offrant de meilleurs prix sur les vélos et l'équipement.



SAINT-SAUVEUR

Boutique Bio-Terre

CAMILLE VAILLANCOURT – Cela fait maintenant 15 ans que Patricia, la sympathique propriétaire, nous reçoit dans cette merveilleuse boutique qui regorge de trésors et qu'elle nous fait part de ses trucs et astuces.



Sa boutique écolo-écono de produits biodégradables, sans additifs chimiques et vendus en vrac, est une alternative sensible et responsable. Vous apportez vos contenants et on vous les remplit des produits désirés.

On y retrouve, entre autres, tous les produits de nettoyage Lemieux aussi en vrac. Vous y retrouverez également des savons faits main, des produits pour la peau et bien plus. Les produits sont majoritairement québécois, mis à part une gamme de produits de beauté

en provenance d'Allemagne fabriqués à base de rose par une compagnie qui les cueille à la main à leur apogée.

Une visite dans le royaume de Patricia vaut vraiment le détour. La propriétaire est une véritable encyclopédie sur les produits naturels pour toutes sortes de situations.

Boutique Bio-Terre
27 avenue de l'Église, Saint-Sauveur
450 227-3246

SAINT-SAUVEUR

Nouveau visage à la Pizzeria Napolitaine NO.900

CAMILLE VAILLANCOURT – La Pizzeria Napolitaine NO.900 de Saint-Sauveur est fière d'accueillir dans son équipe Jean-François Côté. L'expérience et la réputation de M. Côté font de lui un opérateur hors pair qui se joint à l'escouade NO.900 pour continuer à vous offrir de succulentes pizzas napolitaines!

Avec 25 ans d'expérience dans l'industrie de la restauration, il n'est pas surprenant que M. Côté ait acquis une bonne réputation. « C'est pour moi un plaisir de me joindre à l'équipe NO.900 de Saint-Sauveur. Après quelques semaines au sein de cette équipe, je suis heureux d'agir maintenant à titre d'opérateur. Lorsqu'on travaille avec des passionnés, comme c'est le cas ici, on peut accomplir de grandes choses », déclare Jean-François.



qui se déroulait du 5 au 7 mars. Brian a récolté la neuvième place dans l'épreuve de pizza romaine et Mirko a remporté la deuxième place dans l'épreuve de pizza napolitaine.

RAYONNEMENT À L'INTERNATIONAL

L'équipe tient aussi à féliciter les exploits de Brian Vickers et Mirko D'Agata à l'International Pizza Expo 2019, un rassemblement de l'industrie incluant une compétition de renommée internationale

Pizzeria Napolitaine NO.900
224 Chemin du Lac-Millette,
Saint-Sauveur • 450 227-0900

OFFRE SPÉCIALE
SITE WEB
GRATUIT*
POUR LES PME DES LAURENTIDES

*OUI GRATUIT, LA CRÉATION DE VOTRE SITE WEB DE 3 PAGES EST GRATUITE, MÊME AVEC L'ASTERISQUE.

100% PROFESSIONNEL
100% PERSONNALISÉ
100% GRATUIT

Un site web moderne de qualité est la pierre angulaire de la présence en ligne. C'est la destination finale pour mettre en valeur votre expertise, vos services ou vos réalisations et compter votre histoire sur le web. C'est aussi l'élément fondamental pour connaître le succès en ligne.

PROFITEZ DE L'OFFRE DÈS MAINTENANT
1 855-810-5255

VISITEZ LE
WWW.PMECOACH.CA/GRATUIT-LAURENTIDES

PME // COACH | 800-541-2729

EN COLLABORATION AVEC

Accès Le Nord

Pallia-Vie
Maison de soins palliatifs de la Rivière-du-Nord

YANNIE MÉTHOT
directrice générale

UN ENVIRONNEMENT FAMILIAL ET HUMAIN POUR LES PERSONNES EN FIN DE VIE

Qui sommes-nous ?

La Maison de soins palliatifs de la Rivière-du-Nord recrée un **environnement familial et humain** pour les personnes en fin de vie, leur permettant de s'éteindre paisiblement en toute quiétude, entourées de leurs proches.

- Dotée de **12 chambres** et ouverte **24 heures par jour**, la Maison dessert le territoire des Laurentides, de Mont-Laurier à la Rivière des Mille Îles, de Sainte-Anne-des-Plaines à Lachute.
- Les soins et les **services sont offerts gratuitement.**
- Favorise la **compréhension et la satisfaction des besoins variés du patient** et de son entourage par une équipe interdisciplinaire hors pair.

Quelles sont les conditions d'admission ?

- Habiter la région des Laurentides
- Avoir un pronostic de vie de moins de trois mois
- Ne plus recevoir de traitement curatif
- Être au courant de l'état avancé de sa maladie
- Connaître la mission de la Maison et accepter de venir y terminer ses jours
- Ne pas résider dans un CHSLD.

Quels sont les services offerts ?

Tous les **services sont offerts gratuitement** : soins infirmiers et médicaux spécialisés, services d'une psychologue, service alimentaire et hébergement dans une chambre individuelle. L'ensemble des soins du patient est pris en charge par une équipe professionnelle et expérimentée. Les soins sont organisés en collaboration avec la personne malade et ses proches.

L'équipe de la Maison prodigue les meilleurs soins et le meilleur accompagnement aux personnes en fin de vie, soulage leurs souffrances et soutient les proches.

Pour de plus amples renseignements, www.pallia-vie.ca ou au **450.431.0488**.

SAVIEZ-VOUS QUE ?

- 1955 PATIENTS** des Laurentides ont été accueillis gratuitement depuis 2006.
- 222 PERSONNES** admises en 2017-2018, dont 46 % en provenance de leur domicile.
- L'ÉQUIPE** est composée de 194 personnes : 77 % de bénévoles, 23 % d'employés

5 astuces pour une cuisine zéro déchet!



LAURA BELFADLA



Je vous donne quelques astuces qui m'ont aidée dans cette démarche dans la cuisine, car même si je parle surtout d'alimentation, le zéro déchet s'applique à d'autres domaines.

Avant de vous focaliser (et donc de culpabiliser) sur tout ce que vous ne faites pas encore, sur le chemin à parcourir, pensez bien que chacun peut y aller de manière progressive, à son propre rythme. Dites-vous qu'en fin de compte, vous allez gagner du temps, de l'argent... et du bien-être.

Préférer les plats faits maison aux plats préparés

D'abord, parce que c'est vraiment meilleur. Avez-vous déjà goûté du vrai lait d'amande ou du houmous maison ? Rien à voir avec les produits trouvés en magasin. Genre vraiment rien! Non seulement, c'est meilleur au goût, mais en plus, on n'y retrouve pas de conservateurs ou d'autres additifs, et c'est plus écologique. Et une fois qu'on se rend compte à quel point c'est facile, rapide et plaisant, on ne s'en passe plus.

Modifier sa façon de consommer : plus de bio et de local... et moins d'emballage

En limitant (ou en refusant) les produits suremballés ou ceux dont nous n'avons pas vraiment besoin, nous influençons les épiceries qui suivent tout simplement la demande. En faisant ses courses au marché, ou en souscrivant à un panier bio, c'est plus facile de trouver des légumes sans étiquette ou emballage. Parfois, quand c'est mon épicier de quartier (genre fruitier) qui conditionne les légumes dans un emballage en styromousse, je les enlève à la caisse et ils les réutilisent directement.

terie) qui conditionne les légumes dans un emballage en styromousse, je les enlève à la caisse et ils les réutilisent directement.

Conserver la nourriture dans des contenants écologiques et consommer en vrac

Nous sommes vraiment chanceux(es) de voir apparaître de plus en plus d'épiceries en vrac au Québec. Et tout le monde a chez soi de nombreux pots Masson qui attendent d'être utilisés. Bien plus jolis dans les garde-manger et plus écologiques. On peut aussi limiter sa consommation de surgelés en congelant soi-même des produits locaux de saison : par exemple, on achète des bleuets sauvages quand c'est la saison et on les congèle pour se faire des smoothies tout l'hiver.

Utiliser les produits de la cuisine pour fabriquer ses produits ménagers ou ses cosmétiques

Chez nous, la pharmacie et les cosmétiques se trouvent dans la cuisine. Quand j'ai une migraine, je bois une tisane de gingembre (avec du vrai gingembre, pas des sachets), mon huile de coco sert d'hydratant et quand je me brûle, je me badigeonne d'aloë vera. C'est incroyable le nombre d'emballages dans les produits dits de beauté qu'on peut éliminer en allant dans la cuisine.

Remplacer le papier aluminium, la pellicule plastique, l'essuie-tout et le papier de cuisson

Je suis en amour avec le tissu imbibé de cire d'abeille. Tellement « cute » dans le réfrigérateur. Pratique, ingénieux et imprégné d'une douce et légère odeur de miel. Facile à faire soi-même avec de la cire d'abeille et un fer à repasser. Depuis que j'en ai, nous n'avons plus de papier aluminium ou de film plastique.

Voilà, en espérant que ces quelques idées feront germer de nombreuses autres de type zéro déchet chez vous!

RACHELLE-BÉRY
épicerie santé

Rachele-Béry Saint-Sauveur

377, rue Principale, Saint-Sauveur
450 227-3343

Studio Pédi-Nord
SOINS DES PIEDS | RÉFLEXOLOGIE
Service à domicile et en studio.
10\$ de rabais sur le 1^{er} soin.
Gym St-Sauveur
700, ch. Jean Adam, Saint-Sauveur
514 714-3511
www.pedinord67.simplesite.com

CLINIQUE de
DENTUROLOGIE
Sainte-Adèle

DIANE LACELLE
denturologue

- Urgence réparation 7 jours/7
- Prothèses de précision
- Esthétique et sourire naturel
- Service à domicile

1405, boul. Ste-Adèle, Ste-Adèle
450 745-0339

Louise Thouin
Esthétique
et électrolyse

112, rue Morin
Sainte-Adèle, Québec
450 229-6559

Le Pied D'Estale
Soins spécialisés pour les pieds

ACCORDEZ À VOS PIEDS L'ATTENTION QU'ILS MÉRITENT!
VISITEZ NOTRE SITE WEB
www.soindespieds.ca

36 A, avenue Filion, Saint-Sauveur
514 910-3046

Rolande Morlon
Podologue diplômée

Reçus pour assurances/impôts

PHOTOS: MICHEL BUREAU



Martin Deschamps fera partie de la prochaine programmation.



Ryan Kennedy, citoyen des Laurentides, ne passe jamais inaperçu.



Laurent Paquin, hilarant dans On va tous mourir avec Simon Boudreault.

LA NOUVELLE SAISON DU THÉÂTRE GILLES-VIGNEAULT UNE PROGRAMMATION FLAMBOYANTE!

MARTINE LAVAL – Abonnés, partenaires et médias étaient invités au dévoilement de la prochaine programmation du Théâtre Gilles-Vigneault, mardi soir dernier. Dans un marathon d'entrevues express, l'animatrice Suzie Prénovost a su donner un avant-goût de la saison qui débutera en septembre.

Dès que la pièce en résidence tout l'été, « Le bizarre incident du chien pendant la nuit » sera terminée, ce sont plus de 150 spectacles – dont 18 exclusifs dans les Laurentides – qui seront présentés au Théâtre Gilles-Vigneault. Le directeur général et artistique David Laferrière s'est assuré de faire des choix judicieux en multiples disciplines. Il a aussi donné une place à la découverte de talents émergents, étrangers et de la relève afin de présenter de nouvelles œuvres. La série « Découvertes » offrira donc une formule 5 à 7 à petit prix, permettant de faire de nouvelles connaissances en chanson folk, pop, classique et country.

porte-parole de cette discipline à laquelle elle s'initiera en même temps que le public qui voudra bien l'accompagner dans ce mouvement d'ouverture, et ainsi vivre cinq spectacles originaux en danse contemporaine, en plus du classique Casse-Noisette du temps des Fêtes.

La série Théâtre offre 14 propositions originales d'œuvres classiques, de création et de répertoire. Entre cirque, magie, illusionnisme, slam, poésie, conférences et revues musicales, les adeptes de variétés seront largement divertis.

La nouvelle série Signature offrira cinq spectacles exclusifs dans les Laurentides, « des spectacles choisis pour la qualité de leur approche artistique, des œuvres de

Suite à la page 21 »

En danse, Sylvie Fréchette, double médaillée olympique en nage synchronisée, se fera

LES CINÉMAS CARREFOUR DU NORD LE GRAND ÉCRAN À PETITS PRIX! LES MARDIS 6.25\$ LES MERCREDIS 7.75\$ LES APRÈS-MIDIS 8.75\$ LES JEUDIS 2 POUR 1 SUR PRÉSENTATION DU COUPON

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

PROGRAMMATION DU VENDREDI 26 AVRIL AU JEUDI 2 MAI 2019

CINÉ-RÉPERTOIRE
LUNDI 29 AVRIL : 13H00 - 16H00 - 19H00 - 21H45

UNE FEMME D'EXCEPTION

AVENGERS : PHASE FINALE
Jeudi 25 avril à 18h30 et 22h00

CINÉ-RÉPERTOIRE
LUNDI 6 MAI 13h - 16h - 19h - 21h45

GRÂCE À DIEU

L'INTRUS
Jeudi 2 mai à 19h et 21h45

UN BON COUP
Jeudi 2 mai à 19h et 21h45

ÉCOSSE
Mercredi 1^{er} mai à 19h

Maintenant à l'affiche et à votre portée, DÉCOUVREZ **NOTRE JOURNAL NUMÉRIQUE**

LE JOURNAL DU CINÉMA CARREFOUR DU NORD

POUR L'HORAIRE COMPLET VISITEZ LE **CINEMAST-JEROME.COM**

RECEVEZ LA PROGRAMMATION CHAQUE MARDI PAR COURRIEL

SOYEZ LES PREMIERS À CONNAÎTRE L'HORAIRE DES FILMS À CHAQUE SEMAINE (AUCUN FRAIS, NI POURRIEL)

POUR VOUS INSCRIRE VISITEZ LE : **WWW.CINEMAST-JEROME.COM**

NOUVELLE PIZZA TOUJOURS FRAÎCHE, C'EST LA PIZZA

Envie d'un CLASSIQUE? ESSAYEZ NOS FAMEUX **HOT-DOGS GÉANTS**

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

EN VENTE À LA BILLETTERIE AINSI QU'ÀUX DÉPENSES ÉCARTÉS ALIMENTAIRES

Billetterie en ligne sur notre site web **www.cinemapine.com**

Ligne Info-films 24 heures
450 229-PINE (7463) • 1 866 739-PINE (7463)

Du 26 avril au 2 mai 2019

NOUVEAU : Maintenant les mercredis après-midi au complexe 1

Complexe 1: 24, rue Morin, Sainte-Adèle **Complexe 2 : 1146, rue Valiquette**

AVENGERS en anglais - 3D :
MERCREDI, VENDREDI, SAMEDI ET DIMANCHE : 14H00 - 19H30
LUNDI, MARDI ET JEUDI : 19H30

AVENGERS en français - 3D :
MERCREDI, VENDREDI, SAMEDI ET DIMANCHE : 14H00 - 19H30
LUNDI, MARDI ET JEUDI : 19H30

TANGUY 2 LE RETOUR en français :
MERCREDI, VENDREDI, SAMEDI ET DIMANCHE : 14H00 - 19H30
LUNDI, MARDI ET JEUDI : 19H30

QU'EST-CE QU'ON A FAIT AU BON DIEU ? en français :
MERCREDI, VENDREDI, SAMEDI ET DIMANCHE : 14H00 - 19H30
LUNDI, MARDI ET JEUDI : 19H30

L'EMPEREUR DE PARIS en français :
MERCREDI, VENDREDI, SAMEDI ET DIMANCHE : 14H00 - 19H30
LUNDI, MARDI ET JEUDI : 19H30

VIEIL ÂGE DE L'ESPÉRANCE en français :
LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI ET VENDREDI : 20H15
SAMEDI ET DIMANCHE : 14H45 - 20H15

HOTEL MUMBAI en anglais :
LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI ET VENDREDI : 20H15
SAMEDI ET DIMANCHE : 14H45 - 20H15

AFTER en anglais :
DIMANCHE, LUNDI ET MERCREDI : 20H15

AFTER LA RENCONTRE en français :
VENDREDI, SAMEDI, MARDI ET JEUDI : 20H15

MIA ET LE LION BLANC en français :
SAMEDI ET DIMANCHE : 14H45

LES BILLETS POUR L'OPÉRA SAISON 2019-2020 SERONT EN VENTE EN SEPTEMBRE

OPÉRAS
16-64 ANS: 23.49\$*
65 ANS ET PLUS (AVEC PREUVE): 21.74\$*
ENFANT, 15 ANS ET MOINS: 21.74\$*

5 ANS ET MOINS 6.96\$* - 6 À 15 ANS 8.69\$*
16 À 64 ANS 11.74\$*
65 ANS ET PLUS (AVEC PREUVE) 10.44\$*

SURPLUS (EN TOUT TEMPS) POUR FILM EN 3D 3.04\$*
SPÉCIAUX MARDI \$7.39* FILMS RÉGULIERS
SPÉCIAUX MERCREDI ET JEUDI \$8.69*

Certificats-Cadeaux Plaisir à 2 disponibles à la Tabagie le Calumet

Les programmes et horaires sont sujets à changements sans préavis. Veuillez téléphoner quotidiennement au cinéma pour confirmation.

*SAISONNIER NON VALABLE CERTAINES PÉRIODES (TYPIQUEMENT ANNULÉ MI JUIN À LA FIN AOUT) *TAXES EN SUS.

« Suite de la 20



Un numéro de voiles magique du Cirque Finzi Pasca.

créateurs au sommet de leur art », spécifie David Laferrière.

Les Dimanches en famille et Aventure scolaire spécialement élaborée pour les enfants et les jeunes complètent cette programmation.

La prochaine programmation du Théâtre Gilles-Vigneault, c'est aussi plus de 25 spectacles en chanson, 40 en humour, 14 en musique de tous rythmes, et 4 nouveaux concerts présentés en « Sons et brioches » pour les amateurs de musique.

Les billets seront en vente dès les 22 mai pour les abonnements et le 25 mai pour le public.

Pour info : www.theatregillesvigneault.com

Marika passe des livres à l'écran

MARTINE LAVAL – Le personnage de la série Marika sort de ses livres pour être jouée à l'écran dans une minisérie jeunesse diffusée sur Tou.TV.

Écrite par Lucia Cavezzali, native de Val-David, au début des années 2000, Marika, curieuse et emplie d'imagination est un personnage attachant qui a allumé beaucoup d'élèves, alors que l'auteure faisait le tour des écoles pour inciter les jeunes à la lecture et à l'écriture. À la demande générale, l'héroïne devient une vedette de la télévision!

SYNOPSIS DE LA SÉRIE WEB

Curieuse de nature, Marika voit des mystères partout. Son incontestable flair lui donne bien souvent raison et c'est ainsi qu'elle entraîne Annie, sa meilleure amie et Francis, son copain d'enfance, dans des enquêtes passionnantes où l'action, le suspense et l'humour sont au rendez-vous. Les trois amis se retrouvent souvent dans le pétrin voir même en danger, mais grâce à des enquêtes menées avec audace et témérité, ils parviennent toujours à s'en sortir. La série télévisée est réalisée par Yann Tanguay et coécrite par Lucia Cavezzali, Nathalie Cavezzali et Yann Tanguay.

DU LIVRE À L'ÉCRAN

« Le personnage de Marika, 10 ans, est né de mes propres souvenirs de jeunesse, mais m'a surtout été inspiré par ma fille

Frédérique qui avait dix ans lorsque j'ai commencé à écrire, raconte l'auteure. Lors de mes visites dans les écoles, on me déclarait souvent que mes histoires étaient si imagées qu'elles feraient de bons films. J'ai laissé mûrir l'idée, puis ma sœur Nathalie, comédienne, m'a encouragée à présenter le projet à Yann Tanguay, un ami comédien et réalisateur qui a été emballé. On a fait nos devoirs, et le projet a été présenté à Téléfiction, actuel producteur de la série, qui l'a présenté à Radio-Canada. »

À partir des livres « Le mystère du moulin », « Opération Juliette », « L'Énigme du sommet noir », « Mission cachalot » est née la série Web dont la 3^e saison a été tournée à L'auberge du Vieux Foyer à Val-David qui appartenait aux parents de l'auteure. « De voir les personnages évoluer là où je les ai imaginés est une fabuleuse expérience » avoue Lucia. La 4^e saison est en écriture.

QU'EST-CE QUI PLAÎT TANT AUX JEUNES DE CETTE SÉRIE ?

Les jeunes se retrouvent au travers des aventures, explique celle qui lisait beaucoup « Le Club des 5 » lorsqu'elle était jeune. Avec sa propre série, elle recrée cette



Lucia Cavezzali, auteure de la série Marika

ambiance amicale, ce goût de l'aventure, de l'intrigue et de la résolution d'enquête. Les héros sont également trois enfants avec leurs défauts et leurs qualités auxquels les lecteurs peuvent s'identifier.

Les créations de Lucia

Agente de bord depuis 27 ans, Lucia Cavezzali songe à se consacrer davantage à l'écriture et de nouveaux projets sont actuellement sur la table. Elle vient également de signer « Sordide complot », le 10^e livre de la série Caméra Danger publié chez Marcel Broquet, la nouvelle édition, une série mystère et enquête, mais avec des ados cette fois-ci. Les saisons 1 et 2 de Marika sont actuellement en ligne sur Tou.TV, la 3^e est en montage et la 4^e bientôt en tournage.

Bobby Bazini

– Nouveau spectacle

Mercredi 22 mai
19h30

THÉÂTRE
GILLES-VIGNEAULT

DE CONCERT AVEC
Desjardins

3 façons d'acheter vos billets

- > Internet theatregillesvigneault.com
- > Billetterie 118, rue de la Gare, Saint-Jérôme
- > Téléphone 450-432-0660, poste 1

Restez informés [f](#) [t](#) [@](#) [in](#)

VENDREDI
3 mai 20H

ADIB ALKHALIDEY

SPECTACLES AU PROFIT DU FONDS RÉVEILLE-MATIN
pour les élèves dans le besoin de l'école Augustin-Norbert-Morin

SPECTACLE EXCLUSIF À LA SALLE ANM

Spécialement pour les
JEUNES DE 12 À 99 ANS

1^{ère} PARTIE
MARTIN PERIZZOLO

PROCHAIN SPECTACLE
SAMEDI 9 NOVEMBRE

LES DENIS DROLET

Salle ANM • 258, boul de Sainte-Adèle
Billets en vente à l'école ANM ou en ligne www.salleanm.com

19H30 - Courte prestation des élèves du Programme Danse-Études de l'école ANM

PATINAGE ARTISTIQUE SAINT-JÉRÔME

Hommage triomphal aux « rois de la musique »

LUC ROBERT – La 49^e revue annuelle de Patinage Saint-Jérôme a récemment ébloui la galerie, alors que près de 200 patineuses et patineurs ont présenté deux spectacles de fin d'année hauts en couleur.

Sous le thème « les rois de la musique », les représentations ont affiché presque complet, à l'aréna Rivière-du-Nord : soit 650 spectateurs le samedi, puis près de 800 amateurs le dimanche.

À noter qu'une partie de la patinoire était réservée à l'arrière-scène pour la préparation des interprètes.

Le public a rapidement été mis dans le coup grâce à un volet disco. L'excitation a atteint son comble, lorsque la soliste or en

style libre, Charlyze Simard-Caron, a exécuté un numéro rock, en s'élançant sur le tube « Back in Black », d'AC/DC, toute de noir vêtue.

La soliste intégrée aux Olympiques spéciaux, Ariane Faucher, a ensuite démontré toute sa détermination, avec une superbe prestation. La première partie du spectacle s'est achevée par le numéro des Champions provinciaux 2018 en danse pré-juvénile A Lilia Brissette et Thierry Caron.

DUOS FAMILIAUX

Au deuxième acte, des pères d'athlètes ont brisé la glace en duos avec leur progéniture. La soliste or en habiletés de patinage, Juliana Lapointe, a impressionné la foule avec une solide coordination, sur l'air envoûtant de « Walk like an Egyptian », des Bangles.

« C'est une pièce entraînante qui m'a mise en valeur. Ma mère, Linda (Joyal), l'avait suggérée. Avec un bon « taping » (bandage) de mon père (Éric, soigneur des Sportifs de Joliette) à un genou endolori, ça s'est très bien déroulé », a décrit Juliana. Le duo a été apprécié par la patineuse de 6^e année, à l'école Saint-Jean-Baptiste.

« Ça a été une belle occasion de faire une activité à deux avec mon père. Je reprends mon souffle quelques jours, avant de sauter à nouveau sur la glace. »

LAURIN ET ÉTHIER PERFORMENT

Lors de la représentation de dimanche, Kelly-Ann Laurin a exhibé toute l'étendue de son talent, tant à titre de soliste, qu'en duo avec Loucas Éthier, avec qui elle a remporté le titre de Champions canadiens 2019, en couple novice.

« Il s'agissait de notre 3^e prestation en 24 heures, car nous avons aussi patiné samedi à Cowansville et à Bromont. Kelly-Ann a bien réussi dans le numéro sur Céline (Dion); comme au rappel, sur de la musique latine (Incredible) », a louangé Loucas Éthier, 18 ans, membre du club Bromont sur glace.

Sa jeune partenaire de 13 ans était tout sourire en entrevue. « J'étais plus détendue qu'en compétition. C'est un cadeau de patiner devant ma famille. Je me suis laissée aller », a commenté Kelly-Ann.

SOLIDE MAYA

Avant le medley de fermeture, la patineuse du secteur Bellefeuille, Maya Isabelle, a livré à un rythme endiablé la chorégraphie d'Anick Charest.

« Lors du spectacle, c'était un défi émotif de patiner en solo sur une pièce de Ginette Reno, a témoigné l'invitée spéciale. J'ai



PHOTOS : CLAUDE PELLETIER

Les Champions canadiens 2019, en couple novice, Kelly-Ann Laurin et Loucas Éthier, ont ravi la foule.

récemment franchi une étape importante de ma carrière en passant chez les seniors, avec des premières positions aux Invitations de Lachute et de Terrebonne. Je suis prête, à 19 ans, à m'affirmer », a lancé celle qui a été membre d'Équipe Québec pendant quatre ans.



Juliana Lapointe a impressionné sur l'air envoûtant de «Walk like an Egyptian», des Bangles.



Etienne SAVARD inc.
Société par actions d'un courtier immobilier
819 322 3666
etienne.savard@remax-quebec.com
www.etiennesavard.com




Le seul courtier RE/MAX avec bureau situé à Val-David

2515, rue de l'Église VAL-DAVID






<p>VAL-MORIN</p>  <p>Plain-pied lumineux avec un palier, 3 CAC, 1 bureau, 2 salles de bain. Grande chambre des maîtres avec porte patio donnant sur la cour. Foyer au salon. Garage. Remise. Terrain de 13 609 PC. MLS 27021099 145 000 \$</p>	<p>SAINTE-ADÈLE</p>  <p>Spacieux plain-pied à aire ouverte, salon avec plafond cathédrale et fenestration abondante. Cuisine refaite au goût du jour, grande salle à manger. Belle grande chambre des maîtres avec porte jardin donnant sur la cour et SDB attenante. Terrain paysagé de 14 478 PC. Garage et espace pouvant servir de bureau, rangement. Proximité de tout à pied. MLS 16916910 269 000 \$</p>	<p>SAINTE-ADÈLE</p>  <p>Immense condo jumelé sur 3 étages vous offrant énormément d'espace. 3 CAC avec chacune une salle de bain privée et 2 avec balcon. Grand salon et salle à manger à aire ouverte et foyer sur 4 faces. Spacieuse salle familiale au sous-sol en rez-de-jardin. Terrasse ensoleillée. Le dernier au bout des condos. Pignons sur pentes donnant sur un boisé. e marche du village et ses activités. A VOIR!!! MLS 28463127 259 000 \$</p>
<p>VAL-DAVID</p>  <p>Bord du Lac de l'épinette bleu et d'un ruisseau sillonnant le terrain à l'arrière. Grand plein pied de 3 chambres. Aires ouvertes lumineuses au salon et salle à manger, vue du lac. Combustion lente au salon. Beau terrain intime et plat, haies de cèdres. A quelques pas des accès au sentier du parc régional. Face à la piste cyclable menant au village. MLS 11217466 215 000 \$</p>	<p>SAINTE-ADÈLE</p>  <p>Occupation rapide! Prix en bas de l'évaluation municipale 382 600\$. Vue panoramique. Proximité de l'accès de l'autoroute 15 et des activités. Spacieuse propriété sur 3 étages, 2 grandes salles familiales, 4 CAC. Foyer 2 faces donnant sur le salon et SAM. Emplacement privé. Sous-sol complètement aménagé. Les 2 niveaux du bas sont hors-sol coté cour. MLS 19272942 300 000 \$</p>	<p>SAINTE-ADÈLE</p>  <p>Bel emplacement privé juste en face de la Rivière du Nord en cascade, sans voisin à l'avant, sise sur un terrain très privé, boisé et aménagé de 96 611 PC. Propriété offrant beaucoup de cachet. Immense chambre des maîtres + boudoir et grand balcon avec vue sur la rivière. Grande véranda donnant sur la piscine creusée et chauffée 10x40 pieds. MLS 23742451 350 000 \$</p>
<p>VAL-MORIN</p>  <p>Location saison d'hiver. Authentique et unique «pièce sur pièce» du XIXe siècle reconstruite sur ce site en 1987, alliant le confort moderne au charme du vieux monde. Parfaite pour ceux qui recherchent une vie à la campagne haut de gamme. 3 chambres. Magnifique vue du lac. Disponible à partir du 22 février. Pour d'autres possibilités, voir courtier. MLS 28846292 Prix de location: 3 800 \$ /m.</p>	<p>SAINTE-ADÈLE</p>  <p>Chaleureuse et lumineuse propriété. Beaucoup de boiseries, Salon et salle à manger avec combustion lente, 3 chambres. Beau terrain privé de 14 133 PC. Maison éloignée du chemin pour plus d'intimité. A distance de marche des services, restos, école, parc, tennis. Bonne orientation soleil. MLS 17282707 259 000 \$</p>	<p>SAINTE-ADÈLE</p>  <p>Propriété lumineuse et au goût du jour de 4 chambres sur le même étage. Secteur paisible à proximité de tout! Magnifique cuisine renouvée avec îlot, aire ouverte avec salon et SAM. Immense terrasse intime à l'arrière. Plage du Lac Rond et sentiers du Chantecler à distance de marche. MLS 15796402 350 000 \$</p>



450.227.1225 | journalaccès.ca

PROPRIÉTAIRE Josée Pilotte | DIRECTRICE DE L'INFORMATION Joëlle Currat | COORDONNATRICE AUX VENTES Jacinthe Neault | CONSEILLÈRES PUBLICITAIRES Camille Vaillancourt • Guylaine Millette | COLLABORATEURS Sandra Mathieu • Martine Laval • Jean-Patrice Desjardins • Benoit Simard Mimi Legault • Jean-Claude Tremblay • Diane Baignée • Luc Robert | INFOGRAPHIE Chantal St-Julien • Marie-Eve Lapointe • Daniel Calvé • Daniel Berthier Isabelle Ranger | CRÉATION Pier Savard | MISE EN LIGNE JOURNAL Chantal St-Julien • Daniel Calvé | OPÉRATIONS ET ADMINISTRATION Josée Ménard FACTURATION Mélanie Gosselin | IMPRESSION Trans-Mag | DISTRIBUTION Transcontinental | DÉPÔT LÉGAL Bibliothèque nationale du Québec ISSN 14808643 | ADRESSE 727, rue Principale, Piedmont, Qc, JOR 1K0 | TÉLÉPHONE 450.227.7999 • SANS FRAIS 1 844.856.5144 • TÉLECOPIEUR

Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut est publié tous les mercredis à 24 611 exemplaires et distribué gratuitement de Saint-Jérôme à Val-David. Le contenu rédactionnel, photographique et publicitaire d'Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut ne peut être reproduit en tout ou en partie sans autorisation écrite de l'éditrice. Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut exclut expressément toute responsabilité quant au contenu des annonces soumises par son client, dont notamment mais non limitativement toutes atteintes aux droits d'auteur, droits de l'image et autres sources de propriété intellectuelle. Dans l'éventualité de quelques poursuites en dommages ou autres à l'encontre de Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut relativement auxdites annonces soumises par le client, ce dernier s'engage à tenir Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut indemne et à prendre faits et cause en sa faveur. L'abonnement annuel au tarif régulier est de 170 \$ +tx.

THOMAS ALLARD-VERTRIEST HONORÉ

Les Fondeurs Laurentides remportent la Coupe Québec 2019

LUC ROBERT – La fédération ski de fond du Québec a confirmé que le club Fondeurs-Laurentides a terminé 1er au classement cumulatif de la Coupe Québec 2019, lors de son gala annuel tenu cette année à Sommet-Avila.

PHOTO: COURTOISE FONDEURS LAURENTIDES



Les athlètes des Fondeurs-Laurentides ont célébré leur conquête de la Coupe du Québec 2019, sur une estrade de Sommet-Avila.

Rappelons qu'il y a deux semaines, le journal révélait que le club Fondeurs-Laurentides s'est classé à la 7^e place au niveau canadien, une information confirmée depuis par Nordiq Canada.

« Ce fut une belle saison! Les grands vainqueurs sont les jeunes athlètes des Fondeurs-Laurentides qui ont su persévérer dans leur sport et qui ont démontré de

belles qualités personnelles et sportives, a commenté l'entraîneur-chef Rémi Brière. Ce titre est une première pour le club. Il représente le fruit de ce qu'on a semé depuis cinq ans. Nos athlètes grandissent et commencent à récolter des bons résultats sur le plan national. Ça a été serré jusqu'à la dernière compétition, chez nous à Morin-Heights pour la Coupe Québec, entre Mont-Saint-Anne et les Fondeurs. » Sans le crier sur les toits, M. Brière croyait aux chances des siens. Les Fondeurs-Laurentides ont assuré leur championnat en prenant le 2^e rang collectif, au classement général.

« Troisième l'an dernier au général, je visais personnellement une deuxième place québécoise. Mathis Julien, Corrine Melançon, Noémie Wolfe, Justine Browne, Cendrine Browne, Laurence Dumais et les autres ont tour à tour été chercher des précieux

points, même en début de saison », a-t-il complimé.

ALLARD-VERTRIEST REMET ÇA

Pour ajouter aux bonnes performances du club, Thomas Allard-Vertriest, de Prévost, a été nommé « révélation de l'année », chez les athlètes masculins, au Québec.

« Ce titre est une surprise, mais dans ma tête, c'était un objectif personnel de saison. Ça me montre que je suis sur la bonne voie, mais je me trouve encore loin du sommet », a convenu le jeune homme de 14 ans.

L'étudiant de secondaire 3, en sports-études à la Polyvalente de Saint-Jérôme, entend se servir de l'honneur comme un levier dans sa jeune carrière. « C'est une motivation vers d'autres titres potentiels et d'autres niveaux. J'aimerais faire ma niche au sein d'Équipe Québec et d'Équipe Canada. Et le programme sport-études est le bon chemin pour y parvenir. »

Son entraîneur, Rémi Brière, abonde dans le même sens. « Thomas suit le programme

et il veut combler ses lacunes. Il en a pour une autre année à peaufiner ses sprints et il y parviendra. Que ce soit en musculation ou en ski à roulettes, il aura un été chargé (rires) ».

Résultats

Pas moins de **26** équipes du Québec et de l'Ontario, pour un total sur **3** jours de plus de **900** inscriptions, ont envahi le site d'entraînement du club Fondeurs-Laurentides, à Morin-Heights, pour participer à la 4^e tranche et grande finale de la Coupe Québec 2019, les 5, 6 et 7 avril derniers.

221 skieurs ont aussi participé à « la montée au Sommet », une épreuve dont il fallait gravir les derniers **800** mètres, sur un dénivelé de **110** mètres, de la piste de ski alpin de Sommet Morin-Heights. Les résultats complets sont disponibles sur le site : www.fondeurslaurentides.ca/evnement/coupe-quebec/ (onglet: PAGE ÉVÈNEMENT ZONE 4, LISTE DÉPART, RÉSULTATS).

DU 19 AU 28 AVRIL 2019

EXPO NAUTIQUE

2019

OBTENEZ LE MEILLEUR PRIX POUR VOTRE EMBARCATION!!!

VOUS POURRIEZ GAGNER

500\$*

EN CARTE-CADEAU

*DÉTAILS EN SUCCURSALE

GARANTIE COMPLÈTE

8 ans

sur nos moteurs
MERCURY*

* Détail en succursale

THIBAUT
Marine.COM

VENTE • SERVICE
ENTREPOSAGE

PRINCECRAFT
DOMINEZ L'EAU.

**Fermé les 21-22-23
de retour le 24 avril**

4995, route 117
Ste-Agathe-des-Monts
819 326-4084 • 1 888 698-0434
thibaultmarine.com

Steve Halikas
Directeur des ventes

Jamie Glass
Conseiller aux ventes

Jacob Sirois
Cousineau
Conseiller aux ventes

Mathieu Leblanc
Conseiller aux ventes

ON VOUS LIVRE
DU BONHEUR



725, Ch. Jean Adam,
PIEDMONT/ ST-SAUVEUR
450 227-4664 -
1 844 343-0333



Bouffe ta région

BRASSERIE ÉDUCATIVE INNOVANTE DÉJÀ QUATRE SAISONS POUR CAMP DE BASE

Sandra
Mathieu

Ste-Adèle **Sushi**

**UNE SEULE ET UNIQUE
SUCCURSALE
À SAINTE-ADÈLE**

Nous n'avons pas de succursale
à St-Sauveur...
Méfiez-vous des imitations!

**Nos recettes sont
secrètes et uniques.
Haute qualité de poissons
et fruits de mer.**

**Mardi au samedi 11h à 21h
Dimanche 15h à 20h
Fermé le Lundi**

555, boul. Sainte-Adèle, local 110
Tél.: 450 229-8388
www.ste-adelesushi.com

Suivez-nous



Le brasseur Alexandre Sirois
de Camp de Base goûte
à sa nouvelle bière estivale.

Consommer local

Plusieurs participations à des festivals brassicoles et à des séances de dégustation dans des supermarchés et des dépanneurs spécialisés ont permis à la brasserie de faire son chemin parmi les amateurs, tout comme chez les néophytes.

« Ce sont de belles occasions d'échanger avec les gens et d'avoir une rétroaction directe, souligne Alexandre. On s'aperçoit que la clientèle d'ici aime consommer local! »

Des ateliers et des formations sont également offertes chez les restaurateurs qui ajoutent les produits Camp de Base au menu.

« C'est important pour nous que les serveurs connaissent bien les bières pour conseiller les clients adéquatement, confie Alexandre. De plus en plus, les restaurants ajoutent à leur carte d'alcools un beau choix de bières. L'évolution est un peu lente à mon goût, mais ça s'en vient! Il y a tellement de belles possibilités d'accord bières et mets qui sont encore trop peu connus. »

Les bières Camp de Base sont disponibles dans plusieurs restaurants de la région dont La Chèvre (resto-pub adjacent à la brasserie), le Station B et L'Épicurieux, à Val-David, et la Table ludique, à Sainte-Agathe-des-Monts.

Pour info : brasseriecampdebase.com

Un an après leur installation à Saint-Adolphe-d'Howard, les idéateurs de la brasserie éducative Camp de Base, Alexandre Sirois et Lucie Boulanger, offrent leurs créations d'or liquide dans pas moins de 60 points de vente partout au Québec. Réflexions brassicoles avec des entrepreneurs passionnés et passionnants!

Dès l'ouverture de ce petit local sans chichi mais fonctionnel, Alexandre avait promis de garder l'esprit d'une brasserie artisanale en

effectuant moult expérimentations avec des ingrédients choisis avec minutie, tout en demeurant fidèle aux styles des bières brassées. On peut dire mission accomplie quand on prend le temps de goûter et d'analyser les produits authentiques proposés. De la V2 à la V9 (V étant la cote d'un problème d'escalade de bloc, sport dont le brasseur est mordu), chaque bière a sa personnalité et sa raison d'être. Dans un marché de centaines de microbrasseries québécoises, Camp de Base a sans contredit trouvé sa niche.

**CECI
POURRAIT
ÊTRE VOTRE
ESPACE
PUBLICITAIRE**

Aux deux oliviers
Cuisine italienne familiale

Apportez
votre vin

**2^{ème} table d'hôte à
½ prix les mercredi,
jeudi et dimanche**

Pasta-Pizza européenne
Osso bucco

147, Morin, Ste-Adèle
438 722-2111

DIMANCHES PORTES OUVERTES

Les propriétaires ont à cœur de permettre au public d'en connaître davantage sur l'univers de la bière tout en leur transmettant des façons de faire, des trucs ou des techniques de dégustation. La brasserie propose tous les premiers dimanches du mois des journées portes ouvertes pour satisfaire la curiosité des amateurs de bière et répondre à toutes leurs questions.



LA PETITE HISTOIRE

Alexandre a étudié auprès du biéologue Philippe Wouters et a complété un cours de brassage avec le célèbre formateur Michel Gauthier. Il a par la suite accumulé quelques années d'expérience à titre de formateur, et comme maître brasseur à la microbrasserie Saint-Arnauld. Lucie complète actuellement un certificat en gestion et pratiques socioculturelles de la gastronomie à l'UQAM. Elle dévoilera sous peu un nouveau volet de Camp de Base.



PRODUITS SINGULIERS

La production de petits brassins, où la recherche et le contrôle de la qualité sont de mise, permettent à la jeune entreprise de se démarquer et d'offrir des produits uniques. Certaines bières sont par exemple vieilles en fûts de chêne alors que d'autres contiennent des écorces de lime. Pour le moment, cinq bières régulières sont vendues sur le marché et plusieurs autres ont été brassées spécialement pour des concours ou des événements.



Immobilier
100 À 200

marchandise
300 À 399

services
400 À 599

emploi et formations
600 À 799

Évènements spéciaux
800 À 899

véhicules
900 À 999

105 Propriétés à vendre

ST-ADOLPHE-D'HONWARD, petite maison à vendre, 4-1/2, entièrement rénovée, à l'entrée du village près du dépanneur, 115,000\$. Sur rendez-vous, 819-323-1880

STE-ADÈLE: maison 3 chambres, foyer, plafond cathédrale, garage, 242,500\$. Libre 1er juin, 450-602-1181

120 Visites libres

PORTE OUVERTE: Dimanche 28 avril 13h à 16h. Condo haut de gamme à louer, emplacement recherché, Deux-Montagnes, bord de l'eau, site riverain exceptionnel. Grand 3-1/2, 8e étage, balcon 30 pieds, vue panoramique sur Rivière-des-Millelles, orientation sud-est, construction récente. Complexe pour retraités avec services inclus et à la carte, garage intérieur chauffé, enquête pré-location. **514-386-7683**

140 Commerces à vendre

ROUTE de pain à vendre. Boulangerie Gadouas. Territoires: St-Sauveur, Ste-Adèle et Ste-Marguerite. 450-565-2667

160 Terrains à vendre

À LA LIMITE DE ST-SAUVEUR (Morin-Heights), ensoleillé, vue exceptionnelle. lesboisendusommet.com 514-953-5577, 514-951-7755

205 Logements / appartements à louer

! Ste-Adèle, 3-1/2, rénové, chambre fermée, poêle, frigo, électricité fourni et wi-fi, stationnement déneigé, grand balcon ensoleillé, endroit tranquille, pas d'animaux. Enquête de crédit et locative obligatoires + dépôt de réservation. Immédiatement ou juillet, 650\$, 450-530-1106, 819-321-3123, 819-321-0390

St-Jérôme Centre-Ville
570, Joseph-Fortier

Près de la polyvalente et centre sportif
Grand 4 1/2
Stationnement
Libre imm. et 1^{er} juillet

675\$/mois, Tél. ou texto
514 991-7760
514-293-9097
450 512-0671

160 Terrains à vendre



TERRAINS À VENDRE
CLÉ EN MAIN ou AUTO CONSTRUCTION
Secteur tranquille, dans un cul-de-sac au Domaine Saint-Sauveur. À 2 minutes du village. Environnement de choix. Terrain avec vue ou ruisseau. À partir de 69 900\$
Christian : **514 953-5777**

205 Logements / appartements à louer

3-1/2, pas d'animaux non-fumeur, Ch. de la Colonne, Ste-Adèle 535\$. Libre immédiatement. 450-438-2275

3-1/2, bachelors dans maison privée, St-Jérôme. Secteur Seigneurie Dumont. Semi-meublé, chauffé, éclairé. Idéal personne seule non-fumeuse, pas d'animaux. 1^{er} mai, enquête de crédit, 590\$. 450-660-0487

4-1/2, St-Jérôme, rue Ste-Paule. Pas d'animaux. Étude crédit. 675\$. 450-821-5149

4-1/2 Ste-Adèle, foyer, très belle vue rivière, idéal personne retraitée/semi-retraitee, très propre. 1^{er} juillet, 830\$. 450-602-1181

3-1/2, 4-1/2, 5-1/2 Ste-Agathe, secteur tranquille. Grands, chauffés, éclairés. Repeints. Espaces rangement. Stationnement. 514-212-0482

Centre-ville Ste-Agathe

Nouveau Complexe Grande 4 1/2 style condo avec balcon pour **\$975 par mois**
Disponible le 1^{er} Juillet 2019
Stationnement Ext. Gratuit. Stationnement int. \$50 par mois.
À Cote de Lac des Sables et plusieurs Centres Commerciaux et Sociaux
Tel ou Texte
514 293-9097
1 819 323-8430

ST-SAUVEUR, 3-1/2 rez-jardin, tout compris sauf câble. Non-fumeur. Pas d'animaux. Libre juillet. 660\$. 438-862-2077

ST-SAUVEUR: 4-1/2, 725\$, 2 minutes à pied du village. Libre avril. 5-1/2, 825\$. Libre 1^{er} juillet. Pas d'animaux, références. 450-818-8082, 514-820-8510

Grand 4-1/2 à louer pour le 1^{er} juin

Rue Principale, Morin-Heights, 2^{ème} étage
Idéal pour ceux ayant un horaire de soir/nuît
Très bien éclairé,
1 espace de stationnement inclus
\$750 /mois, Électricité chauffage en sus

450-602-1092

160 Terrains à vendre



TERRAINS À VENDRE
CLÉ EN MAIN ou AUTO CONSTRUCTION
Secteur tranquille, dans un cul-de-sac au Domaine Saint-Sauveur. À 2 minutes du village. Environnement de choix. Terrain avec vue ou ruisseau. À partir de 69 900\$
Christian : **514 953-5777**

205 Logements / appartements à louer

5-1/2 rénové, secteur Lafontaine, 2e étage de triplex. Stationnement. Références demandées. Libre fin avril, début mai. 630\$, Daniel 514-718-8928,

5-1/2, (construction 2017), 1^{er} étage, St-Jérôme, secteur Bellefeuille, rue cul-de-sac, A/C. Près services. Juin et juillet. **514-704-2336**
Jacques

À Ste-Adèle, joli 4-1/2 rénové, avec salle de lavage, foyer, près de la Polyvalente/ services, stationnement privé, 750\$. Libre 1^{er} juin. 450-821-1434

5-1/2, 735\$, très propre. 900, 11e Rue, St-Antoine. Pas d'animaux. Enquête. Libre. 514-647-2426

PETITE maison centre du village de St-Sauveur, rue du Souvenir, 1,100\$, libre immédiatement, 514-927-7108

GRAND 4-1/2 ensoleillé, Ste-Adèle: 3280, Mont Durocher, à l'étage, balcon, entrées laveuse, sècheuse, 1 stationnement, 725\$ non chauffé. Libre 1^{er} juillet. 514-825-4003

ST-SAUVEUR, 3 minutes du village, 3-1/2, moderne, ensoleillé, entrée, stationnement déneigé et cour privés, cuisinière, frigo, lave-vaisselle, pas de chien, strictement non-fumeur. 605\$/ mois, 514-772-0171

ST-SAUVEUR: 3-1/2 rez-jardin, tout compris sauf câble. Non-fumeur. Pas d'animaux. Libre juillet. 660\$. 438-862-2077

ST-SAUVEUR: 4-1/2, 725\$, 2 minutes à pied du village. Libre avril. 5-1/2, 825\$. Libre 1^{er} juillet. Pas d'animaux, références. 450-818-8082, 514-820-8510

205 Logements / appartements à louer

Au cœur du village de Saint-Sauveur
2 x 4 1/2 et 2 x 3 1/2
Construction neuve
Libre le 1^{er} juillet
INFORMATION
514 953-5777

205 Logements / appartements à louer

St-Sauveur: à 2 km du Mont Habitant, grand 3-1/2 (660\$) et 4-1/2 (760\$), secteur paisible, électricité non comprise. Non-fumeur, pas d'animaux. 450-227-3911, 450-227-8299

SAINTE-ADÈLE 5-1/2, haut duplex. Électricité non incluse, 690\$/mois. 514-247-1722

ST-SAUVEUR: village grand 4-1/2, 2 chambres fermées, entrées laveuse/ sècheuse, stationnement, foyer, terrasse, pas d'animaux, 695\$/ mois, 1^{er} juin. Richard 514-374-1381

STE-ADÈLE: 3-1/2, rénové aucune entrées pour laveuse/ sècheuse, pas d'animaux, 475\$/ mois. Électricité non comprise. Près Ecole Hôtelière, enquête de crédit et locative. Libre 1^{er} juin ou avant, 450-229-2173 entre 9h et 18h.

STE-ADÈLE: Centre-ville, 4-1/2, 5-1/2, 1 mois gratuit. Libres immédiatement. 450-229-7070

STE-ADÈLE: Le Cantonier, idéal pour retraités. Logements rénovés 3-1/2, terrasse (645\$), juillet. 5-1/2 (845\$) Libre 450-229-6294

STE-ADÈLE: très grand 5-1/2 bas duplex, à pied centre-ville, 3 c.a.c. poêle à bois, frigo, four encastré, cuisinière, lave-vaisselle, micro-ondes. Cour clôturée. Références, enquête de crédit. 850\$ non chauffé. Libre 1^{er} juillet. 450-712-9015

210 Logements / appartements chauffés à louer

ST-JÉRÔME: rue Lauzon. 3-1/2, chauffé, éclairé, poêle, frigidaire, idéal pour personne seule, aimant tranquillité, près du Carrefour du Nord, pas d'animaux, 620\$/ mois. Libre 1^{er} juillet 450-432-7085

LOGEMENT 3 1/2 À LOUER

750\$ mensuel
Très propre, viens d'être rénové.
Idéal pour une personne seule
Électroménagers non inclus.
1 stationnement inclus.
À distance de marche de tout, situé au centre-ville de St-Sauveur.
Disponible pour le 1^{er} juillet

Contactez Céline au 514 912-0704

205 Logements / appartements à louer

Au cœur du village de Saint-Sauveur
2 x 4 1/2 et 2 x 3 1/2
Construction neuve
Libre le 1^{er} juillet
INFORMATION
514 953-5777

210 Logements / appartements chauffés à louer

* Studio refait à neuf, Ste-Adèle, chauffé, eau chaude incluse. Calme, à pied centre-ville. Juillet. 514-497-5077

ST-SAUVEUR: Mont Habitant, loft demi sous-sol, semi-meublé, bain tourbillon. Non-fumeur, idéal personne seule. Libre immédiatement. 695\$/mois. 514-813-5622

STE-ADÈLE: 3-1/2, rez-de-chaussée, ensoleillé, foyer, stationnement privé déneigé, 595\$/ mois, chauffé, éclairé, libre immédiatement. Pas d'animaux, non-fumeur. 450-229-7433 jour; 450-229-3919 soir.

STE-ADÈLE: Loft semi-meublé avec bail. Idéal personne seule, non-fumeur, entrée privée avec balcon, 600\$. 1^{er} mai. Pas d'animaux. 514-776-6707

STE-ADÈLE: Sommet Bleu, 4-1/2, rez-de-jardin, chauffé, semi-meublé. Vue sur Lac Rond, accès à la piscine, 795\$/ mois. Non-fumeurs, pas d'animaux, enquête crédit, 438-394-2160

215 Logements / appartements chauffés meublés à louer

3-1/2, St-Sauveur, meublé/ chauffé/ éclairé, câble, Internet, foyer, 800\$/mois, 1^{er} plancher chalet suisse, idéal personne seule, semi-retraitee/ retraitée. Pas d'animaux, non-fumeur, références. 514-264-4784

STE-MARGUERITE: Loft meublé, équipé, près des services, chauffé, remise et stationnement inclus. Idéal pour personne seule. Non-fumeur. Animaux sur acceptation du propriétaire. Libre 1^{er} juillet. 625\$/mois. 450-228-1279.

220 Condos lofts et maisons de ville à louer

BEAU condo 3-1/2 à Piedmont, meublé ou non, accès piscine, sauna, bain tourbillon à l'année. Secteur beau et calme. À pied de St-Sauveur. À partir de 860\$/ mois. Libre maintenant. 514-232-1930, 450-974-2064

B I N G O
SAINTE-ADÈLE
Au 555, boul. Ste-Adèle
Les mardis et jeudis soir
Ascenseur, casse-croûte
Salle à louer
Info : **450-229-7095**

270 Bureaux / locaux à louer

270 Bureaux / locaux à louer

BUREAUX À LOUER
36 ave Filion St-Sauveur
200 à 800 pi²
Disponible immédiatement
36, ave Filion, St-Sauveur (face à l'école Marie-Rose)
450.602.0634

220 Condos lofts et maisons de ville à louer

STUDIO condo à Ste-Adèle, entièrement meublé avec garage chauffé. Belle vue sur la montagne. Acôté du Chantecler, 700\$/mois. Libre 1^{er} juin. 514-814-1755

225 Propriétés à louer

! Cottage, semi-détaché, construction 2013, 3 c.a.c., 2.5 s.d.b., a/c, foyer au gaz. 589 des Cèdres, Piedmont, à 2 km de St-Sauveur. 1,300\$/mois. Pas d'animaux. Libre 1^{er} juillet. 514-234-8898

À Ste-Adèle
Jolie petite maison, 5-1/2 sur 2 étages. Rénovée en entier, à 2 pas de toutes les commodités. 5 électros inclus. À qui la chance? Câble de base et WiFi inclus. Info et visite 450-229-3533

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

MAISON village St-Sauveur, 2 chambres, avec sous-sol, cabanon, 1,100\$. Libre 1^{er} juillet. 514-965-2937

225 Propriétés à louer

SEMI-DETACHÉ: St-Sauveur, village, garage, foyer au gaz, 2 sdb, 3 c.a.c., sous-sol fini, 1,425\$/mois, 1^{er} juillet. 514-838-2555

ST-SAUVEUR: maison dans un secteur de choix. À pied de tout. 3 c.a.c., 2 s.d.b., foyer au gaz. Plancher bois franc. Beau jardin privé. Électros, déneigement et entretien paysager inclus, libre en juin, 450-227-0235

230 Logements / appartements / prop. recherchés à louer

COUPLE retraité, non-fumeur, pas d'animaux recherche propriété 3 chambres, à St-Sauveur pour location long terme. 450-644-0447

240 Co-locations

CHAMBRE pour étudiante, duplex, jardin, coeur du village, tranquille. 514-928-7704

245 Chambre à louer

À Ste-Adèle: Grande chambre. 2 minutes A-15. Bienvenue non-fumeur, références. 450-745-1991

AUBERGE Champêtre centre-ville, Ste-Adèle, loués au mois, chambres, studios, meublés, au choix, foyer, tourbillon. Tout équipé, incluant: Wi-Fi/ câble, buanderie sur place. IGA, Banques, Pharmacie, etc. 450-229-3533.

270 Bureaux / locaux à louer

LOCAUX, bureaux commerciaux. Boul. Ste-Adèle, Ste-Adèle, 105 à 3,200 pi.ca., Info: 450-229-3083.

SUIVEZ-NOUS SUR
facebook.com/journalacces@lejournalacces

VISITE LIBRE DIMANCHE 28 AVRIL DE 14H À 16H
1600, rue du Bourg-du-Lac, Sainte-Adèle



Ste-Adèle, condo impeccable avec vue magnifique sur les montagnes! Secteur de choix, ce condo sur 2 étages est lumineux et spacieux. Aires ouvertes, foyer au bois, 3 grandes cac, 2 sdb complètes et bien plus. Un vrai clé en main!

Prix 204 500\$ mls# 9591822



JOHANNE DECELLES
Courtier immobilier agréé
(450) 512-2143
bonjour Agence immobilière

Votre nouvelle maison mérite Cogeco.

Passez à un divertissement incroyable, avec des vitesses ultra-rapides, une télé flexible et une téléphonie résidentielle fiable.



OFFRE SPÉCIALE



1 888 265-0135



cogeco.ca/demenagement

305 Ameublement

PORTE-PATIO 5 pi.; mobilier cuisine en chêne, buffet/ table, 4 chaises. 350\$ négociable. 450-431-2782 ou 450-712-2051

310 Divers à vendre

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

2301931

QUAIS EN ALUMINIUM DESSUS EN CÈDRE AVEC ACCESSOIRES 4 OU 6 PIEDS DE LARGE DIFFÉRENTS LONGUEURS SUR PATTES OU FLOTTANTS 450 444-5974

LIT simple blanc, avec 3 tiroir, matelas impeccable, couvre matelas/ literie inclus. 250\$. 450-227-3278

CABANONS (remises de jardin)

10 x 12: 2 625\$
10 x 16: 3 175\$
12 x 16: 3 625\$
15 x 20: 5 100\$
15 x 30: 6 850\$

Autres grandeurs disponibles.

RBQ #8213-9338-04.
450 632-0007

>2301953

345 Antiquité / art / collections

ACHETONS ANTIQUITÉS À DOMICILE: Meubles, Tableaux reconnus, Or 10 @ 24k Monnaies, Argenterie Sterling, Cristal, Luminaires, Ensemble de Vaisselle, Sculptures, Bronzes, Objets Décoratifs, Cruches, Horloges, Tricotuse à bas, Hélices d'avion, etc. www.tableauxantiques.com 514-891-0699

SUIVEZ-NOUS SUR

facebook.com/journalacces@LeJournalAcces

345 Antiquité / art / collections

COLLECTIONNEUR Achète: audio vintage, ampli Marantz, Sansui, McIntosh, Pioneer, tables tournantes: années 70/ 80. Disques vinyle rock/ jazz, radio boombox. 450-744-3060, François.

365 Poêle / Fournaise / Bois de foyer

100% bois franc, sec ou semi-sec, en quartier ou en bûche, livraison ou autocueillette. Ouvert à l'année. L'environnement du nord, 43 Chemin du Lac-Adair, à St-Hippolyte. Visa/ MasterCard acceptées. 450-563-3139

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

404 Services domestiques offerts

BESOIN d'aide à la maison? Pour cuisiner, ménage, peinture, entretien extérieur et plus. Personne de confiance et minutieuse. 819-686-5699

ENTRETIEN ménager, semaine/ 2 semaines. Références. Femme fiable. 450-744-3234

410 Coiffure / Beauté / Esthétique

CHEZ Denise Coiffure, ouvert mardi, jeudi et vendredi. 450-229-1661

PÉDICURE à domicile, soins complet St-Sauveur et environ. 514-865-6489

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

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

! Absolument agréable, entouré sapins blancs. Massage détente 9h-19h, 819-323-8129

450-694-2269 Besoin d'un bon massage réconfortant, attentionné, super détente. 10h-22h.

À vous le calme et le bien-être. Massage détente, environnement champêtre. Mlle. Jessy, 819-323-4379/ Bilingue

430 Comptabilité / Impôt

IMPÔTS FÉDÉRAL PROVINCIAL
PARTICULIERS / TRAVAILLEURS AUTONOMES / RÉGLEMENT SUCCESSION

TRAITEMENT INFORMATIQUE
- RAPPORTS FÉDÉRAL / PROVINCIAL
- FORMULAIRES T1 ET TP1 AVEC ANNEXES
- EXPÉDIÉS VIA INTERNET : TED ET IMPÔT NET
- PRIX SPÉCIAL : ÂGE D'OR ET RETRAITÉS
- POUR INFORMATIONS, CONTACTEZ :

ROBERT LAVERGNE, cma, fisc.
Fiscaliste, 30 ans d'expérience

450 227-7866 (bur) - 514 970-7767 (cell)
rla_robert@hotmail.com

2401725

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

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

BON massage, agréable et confortable détente. À Morin-Heights à 6 minutes de St-Sauveur 9h00- 19h00, vendredi, samedi, dimanche. Manon: 450-921-1131, 514-546-0960

BON massage doux et relaxant. Je me déplace du lundi au vendredi de 10h à 18h. Mélanie: 450-822-2778

DANIEL, à l'écoute de vos besoins, détente exceptionnelle 450-275-0780 St-Sauveur

MASSAGE professionnel thérapeutique/ nerf sciatique, massage à votre domicile aussi disponible. Reçu assurance. Certificat cadeau. Nancy: 514-726-7207

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

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

MASSOTHÉRAPIE St-Sauveur, centre-ville. Membre AMQ. Reçu d'assurance disponible. Certificat cadeau. 18 ans d'expérience. Massage uniquement professionnel suédois, relaxation thérapeutique. 45\$/ heure, 60\$ 1h-1/2. Sur rendez-vous. Sandrine 450-744-3060

424 Astrologie / Occultisme

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

430 Comptabilité / Impôt

IMPÔTS FÉDÉRAL PROVINCIAL
PARTICULIERS / TRAVAILLEURS AUTONOMES / RÉGLEMENT SUCCESSION

TRAITEMENT INFORMATIQUE
- RAPPORTS FÉDÉRAL / PROVINCIAL
- FORMULAIRES T1 ET TP1 AVEC ANNEXES
- EXPÉDIÉS VIA INTERNET : TED ET IMPÔT NET
- PRIX SPÉCIAL : ÂGE D'OR ET RETRAITÉS
- POUR INFORMATIONS, CONTACTEZ :

ROBERT LAVERGNE, cma, fisc.
Fiscaliste, 30 ans d'expérience

450 227-7866 (bur) - 514 970-7767 (cell)
rla_robert@hotmail.com

424 Astrologie / Occultisme

MEDIUMQUEBEC le service de voyance #1 au Québec depuis 12 ans, recherche des voyant(e)s de qualité, aux dons réels, afin de compléter son équipe. Inscrivez-vous à l'adresse: https://www.mediumquebec.com/pour-plus-d'infos. C'est une belle opportunité pour des personnes sérieuses et talentueuses.

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

440 Déménagement / Transport / Entreposage

DÉMÉNAGEMENT: Éconoline avec remorque fermée, service professionnel, 20 ans d'expérience, 1 homme, 65\$/heure. 819-324-8200

442 Constructions / Rénovations / Réparations

ceramique mrcnicolas.com

POSE DE CÉRAMIQUE

Ardoise et granit

Douche sur mesure

Expérience

Travail propre

RBQ.56103849-01

514.238.2653

442 Constructions / Rénovations / Réparations

CONSTRUCTION - RÉNOVATION

TECNIC INC.
Entrepreneur général
APCHL R.B.Q.: 5624-2712-01

Résidentiel & Commercial
Spécialités : Finition extérieure de tous genres, Maibec, Canexel • Portes et fenêtres • Balcons • Agrandissement de maisons • Construction neuve et rénovations complètes

membre AECQ
Cell. : **450 565.7707**
Pour soumission:
constructecnic@outlook.com

2502103

442 Constructions / Rénovations / Réparations

! VOUS avez un problème? Nous avons la solution! Travaux de tous genres réalisés avec précision et qualité. Après sinistre. John 450-821-6857; Cynthia 450-821-8842 RBQ# 5754-3878-01

446 Peinture / décoration

PEINTURE Travaux intérieurs, extérieurs. Qualité de pro! Estimation Gratuite! Luis: 450-224-1841

446 Peinture / décoration

HOMME à tout faire, travaux de tous genres, intérieur/ extérieur. Alain Roy 450-516-9063

MEUNIER Rénovation Inc., Michel Meunier. RBQ#2533-8849-22. 819-327-2515

448 Lavage / Nettoyage

LE PRO DU PATIO
Vous voulez un patio qui a du style et qui réponds à vos besoins, petit ou gros? Je suis l'homme qu'il vous faut. Revêtement extérieur. Portes et fenêtres, finition soffite et fascia. Estimation gratuite! André 450-675-2281

442 Constructions / Rénovations / Réparations

HOMME À TOUT FAIRE
Peinture, patio et clôture, réparation de plâtre, rénovations de toutes sortes, travaux intérieurs/ extérieurs, travaux propres et soignés, 20 ans d'expérience. Références sur demande. À l'heure ou à contrat. 7/7. Nicholas, 514-264-7385 cell. 450-226-6095 (Maison St-Sauveur). Estimation gratuite, NETTOYAGE DE GOUTTIÈRES

446 Peinture / décoration

! Peintre d'expérience, estimation gratuite! Spécialisés. Roger. "Propreté" 514-296-9742

*** Peintre! À bas prix. Intérieur/ extérieur, 28 ans d'expérience. Satisfaction garantie. Estimation Gratuite Daniel 450-512-6200

442 Constructions / Rénovations / Réparations

CONSTRUCTION - RÉNOVATION

TECNIC INC.
Entrepreneur général
APCHL R.B.Q.: 5624-2712-01

Résidentiel & Commercial
Spécialités : Finition extérieure de tous genres, Maibec, Canexel • Portes et fenêtres • Balcons • Agrandissement de maisons • Construction neuve et rénovations complètes

membre AECQ
Cell. : **450 565.7707**
Pour soumission:
constructecnic@outlook.com

2502103

446 Peinture / décoration

PEINTURE Travaux intérieurs, extérieurs. Qualité de pro! Estimation Gratuite! Luis: 450-224-1841

446 Peinture / décoration

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

>2401854

448 Lavage / Nettoyage

LAVAGE DE VITRES
Lavage de vitres et moustiquaires, grand ménage, (murs et plafonds) 20 ans d'expérience. Références sur demande. Travail propre et soigné. Nicholas, 514-264-7385 cell. 450-226-6095 (Maison St-Sauveur). Estimation gratuite, NETTOYAGE DE GOUTTIÈRES

474 Terrassement / Paysagiste

MAINTENANCE BENJI.
Tonte de pelouse, nettoyage de terrain, nettoyage de stationnement, 450-712-7201

OUVERTURE de terrain, désherbage, taille d'arbustes, petite plantation, Guylaine 514-916-8601

Donnez à la mémoire de

Fondation Pallia-Vie



Passez en mode épatant

PASSEZ EN MODE ÉPATANT™. Certaines conditions s'appliquent. Offert là où la technologie le permet. Les prix peuvent varier par région et sont sujets à changement. Les promotions sont d'une durée limitée. Visitez cogeco.ca/demenagement pour plus de détails.

480 Toitures / Couvreurs

480 Toitures / Couvreurs



RBQ 5670 7094 01

UNE COUVERTURE DE SATISFACTION

Pour un service personnalisé et complet
Un travail propre et garanti
Dans le domaine depuis 1993
Spécialité bardeaux d'asphalte
Installation de gouttières sans joints

450 226-3843 • www.silanictoitures.com

483 Compagne compagne

BEL homme quarantaine, mince, ouvert, cherche femme en manque d'affection, ou couple ouvert, pour aventure sans tabou. 60 et moins, toutes nationalités et rondes bienvenues. Message ou texto: 514-433-0923

484 Services divers

OFFRE mes services, homme à tout faire, pour travaux mineurs comme: partir rocaille, peinturer clôture et patio, tondre gazon. Yvon, 514-946-7347

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

485 Agence de rencontre avec permis

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

555 Argent à prêter

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

PRÊTEUR hypothécaire privé de premier et deuxième niveau. Financement rapide peu importe votre région. Service professionnel. Nos taux sont compétitifs et nos conditions de financement flexibles. Financement Brison. 1-866-566-7081

PRÊT personnel 5,000\$+. Hypothèque 1ère/2e, 30,000\$+. Aucun cas refusé. 1-438-821-9485

580 Occasions / Propositions d'affaires

BELLE entreprise de déménagement, fond de commerce et inventaire complet, nouveau prix 185,000\$. 819-425-1832 Mont-Tremblant

OFFRE du manufacturier. Occasion unique et exclusive. Route de distributrices automatiques garanties. Produit le plus rentable, l'eau NAYA 600ml. Clientèle établie par la compagnie. Mise de fonds obligatoire. Financement disponible. Projet clé en main à 100%. 855-495-4599

585 Services financiers divers

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

605 Emplois divers

PERSONNEL DEMANDÉ

Pour entretien général à Ste-Anne-des-Lacs.

Contactez Pierre, 514-216-1691

650 Bar / Hôtels/ Restaurants

CASSE-CROÛTE ARC-EN-CIEL recherche: aide-cuisiniers(ères), caissiers(ères) et personnel de plancher. Temps plein et/ ou partiel. 756, Route 117, Piedmont. Contactez Isabelle: 450-227-3534

CUISINIER(ÈRE) avec expérience en cuisine italienne, "pizzaman". Serveur(euse) et bus-boy(girl) avec expérience. Demandez Lorenzo 819-321-2727

685 Chauffeurs / Transports

À St-Jérôme recherche chauffeurs Classe 1, de ville et Québec/ Ontario DRY VAN. Temps plein. 450-971-3663

720 Ateliers et séminaires

Conférence publique: GNOSE: " LE DÉDOUBLEMENT ASTRAL" Le 25 Avril, 19h30 à St-Jérôme. 450-822-8571

950 Ferraille

!!!!!!! ACCRÉDITÉ SAAQ. Achetons autos, camions, pièces/ route. 7/7. 200\$ et +. Payons comptant. Vendons pneus et autos à bas prix. Financement maison. Carey Autos 450-882-1491, 514-214-8304

Pour le mieux-être de la société, faites un don par testament.



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

Bazar

BAZAR DE LA POINTE BLEUE

9, ch. Ste-Marguerite, Ste-Marguerite-du-Lac-Masson

TOUS LES VENDREDIS ET SAMEDIS DE MIDI à 16H
Venez faire de belles trouvailles.

Nous avons de tout.

Beaucoup d'articles de

grand luxe à des prix fous!

Nous acceptons : bijoux, vêtements, meubles, etc.

Contactez-nous 450 228-2441 ou 450 229-4328, nous irons les récupérer.

950 Ferraille

ACHATS

Vieilles autos. Autos accidentés. Rebutis métal. Balance publique. Ste-Marguerite. Remorquage gratuit. Payons 200\$+. Accrédité SAAQ. 450-228-8602, 450-712-2039

985 Autos à vendre

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

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

PIECES

D'AUTOS RÉGIS

Recycleur, achetez

automobiles,

pièces et route,

payons meilleur

prix. Allons chercher.

450-565-3838,

450-602-6322



Emplois

ENTREPRISE DEMERS 4 SAISONS Service PRO-VERT

RECHERCHE:

- Technicien(ne) en fertilisation

*Avec certificat (un atout)

Salaire compétitif

Contactez le 819 688-3455

ent.demers@hotmail.com >2101636

Recherche SAUVETEURS NATIONAL Pour piscine extérieur à Saint-Sauveur ÉTÉ 2019

Compétence exigée:

• Carte de Sauveteur National en vigueur

Début d'emploi: 22 juin 2019

Faites parvenir votre cv à:

mccaselin@habitationsdesmonts.com

450 227-3913 >2402001

Ste-Adèle Sushi Recherche

EMPLOYÉ(E)

Pour accomplir des tâches multiples liées à la restauration (sushi)

Soirs et fins de semaine

SALAIRE MINIMUM PLUS POURBOIRE

Se présenter avec CV au 555, boul. Ste-Adèle, local 110, Ste-Adèle ou appeler au 514 839-8171 >2402126

RECRUTEZ VOTRE PERSONNEL



CONTACTEZ VOTRE REPRÉSENTANTE

450 227-7999

TOMBÉE LE VENDREDI À 17H

Emplois

boisclair & fils inc.

www.boisclairretfils.ca



Nous recherchons une personne pour combler le poste de **préposé au mélange de béton** pour notre usine de Piedmont. Poste saisonnier d'avril à décembre.

Principales tâches:

Produire un béton de qualité avec l'utilisation d'un système informatisé;
Transporter les mélanges jusqu'aux moules avec le chariot élévateur;
Coordonner la production de béton selon les priorités;
Procéder à l'entretien des équipements (mixeur, convoyeur, etc.);
Participer à la production des fosses.

Exigences et aptitudes:

La personne recherchée possède une carte de compétence pour conduite de chariot élévateur. Elle est prudente, responsable, proactive, énergique, organisé et rassembleur.

Conditions:

Début: fin avril

Horaire: 5 jours/semaine – de 7h00 à 16h00, temps supplémentaires possible

Salaire à discuter

Salaire compétitif et gamme complète d'avantages sociaux

Expérience en milieu manufacturier un atout.

Si ce poste vous intéresse, envoyez votre C.V.

par télécopieur au **450 227-1339**ou par courriel à **france@boisclairretfils.ca**

>2402122

boisclair & fils inc.

www.boisclairretfils.ca



Journaliers

Entreprise en pleine expansion œuvrant dans la fabrication de produits de béton recherche présentement des **journaliers** à son usine de Piedmont. Poste saisonnier – Avril à décembre.

Principales tâches:

Prendre part aux différentes étapes de fabrication de produits de béton;
Montage, coulée, démolage et marquage des produits;
Manipulation des produits avec pont-roulant;

Exigences et aptitudes:

Bonne endurance physique, responsable, prudent, ponctuel, proactif.
Expérience avec l'utilisation d'un pont-roulant
Expérience en milieu manufacturier un atout

Conditions:

Début: fin avril

Horaire: 5 jours semaine – de 7h00 à 16h00, temps supplémentaires possible

Salaire compétitif et gamme complète d'avantages sociaux

Si ce poste vous intéresse, envoyez votre C.V.

par télécopieur au **450 227-1339**ou par courriel à **france@boisclairretfils.ca**

>2402121

TRAVAIL TEMPORAIRE

Temps plein et temps partiel
MAI – JUIN / Secteur Sainte-Adèle

TÂCHES: Assister au travail de préparation du printemps de piscines creusés

CRITÈRES: Aimer le travail manuel, méticuleux (se), ponctuel(le).

Formation complète

Salaire : 15\$/heure

450 228-1825

Faire parvenir CV :
mariockcsports@gmail.com



Homme de cour

- Permis de conduire en vigueur
- Livraison occasionnelle
- Mécanique légère
- Aide à la préparation des bateaux
- Disponible à partir de la mi-mai

Laveur/laveuse de bateau

- Durée de l'emploi mi-mai (ou avant) à mi-juillet
- Salaire à discuter

ATTENTION nouvelle adresse courriel :
st-adolphemarine@outlook.com

>2502206

SUIVEZ-NOUS SUR
[facebook.com/journalaccs@LeJournalAcces](https://www.facebook.com/journalaccs@LeJournalAcces)

recherche
Apprenti 3^e échelon
OU **mécanicien** et
homme de service

Poste permanent à temps plein
Carte obligatoire • **salaire avantageux** • dynamique et désireux de travailler en équipe

Communiquez avec **Richard** au
450 224-2771 ou prevautomecanique@videotron.ca
3026, boul. Curé-Labelle, Prévost

>1101259



MONT GABRIEL
RESORT & SPA

EST À LA RECHERCHE DE CANDIDATS(ES)
POUR COMBLER LES POSTES DE

- **PRÉPOSÉ AUX CHAMBRES ET BUANDERIE**
- **SAUVETEUR**

Envoyez votre cv à Linda Martin :
gouvernante@montgabriel.com
450 227-7983 poste 250

- **PRÉPOSÉ À LA RÉCEPTION**

Envoyez votre cv à Catherine Lizotte :
reception@montgabriel.com
450 227-7983 poste 343

- **COMMIS COMPTABLE**
(t. partiel de mai à sept.)

Envoyez votre cv à Dominique Lessard :
dlessard@montgabriel.com
450 227-7983 poste 239

Pour plus d'informations visitez le :
montgabriel.com/carriere

>2502219

ALIMENTEZ VOTRE AVENIR

DÉCOUVREZ JUSQU'OU VOTRE CARRIÈRE PEUT VOUS MENER

Portes ouvertes

Entrevues sans rendez-vous
le samedi 27 avril de 10h à 14h

Provigo Le Marché St-Sauveur
50, rue St-Denis

COMMIS / ASSISTANTS-GÉRANTS / GÉRANTS

Temps plein et partiel, de jour, de soir ou de nuit

Salaire concurrentiel – Régime complet d'avantages sociaux
Formation sur mesure – Possibilités d'avancement de carrière
Horaires variables

Régime d'actionnariat – Programme de rabais (10 %)

Si vous êtes intéressé par un poste de gestion, nous vous invitons à faire parvenir votre CV à genevieve.vaillancourt3@loblaw.ca

D'autres magasins tiennent également des journées portes ouvertes.

Consultez la liste complète des postes vacants sur notre site
jobs.loblaw.ca/ca/fr/c/magasin-jobs

Nous souscrivons au principe d'équité en matière d'emploi.



>2801035



PORTES OUVERTES
DIMANCHE 28 AVRIL
DE 13 H À 16 H

Les résidences pour aînés, des milieux de vie stimulants et enrichissants. **Venez voir.**

REGROUPEMENT
QUÉBÉCOIS
DES RÉSIDENCES
POUR AÎNÉS



jeunes-aines.com

Des résidences pour aînés de votre région
vous ouvrent leurs portes

Les Résidences du Manoir de la Falaise
101, rue Principale
Saint-Sauveur
450 227-5994

Les Résidences du Manoir de la Vallée
100, avenue du Mont-Molson
Saint-Sauveur
450 240-1333

>2801029

NOUVEAU CONCEPT DE RESTAURATION À SAINT-SAUVEUR

Nous sommes à la recherche de **"FOODIES"**
Vous êtes un passionné en alimentation ?
Imaginatif et créatif ?
Venez vous joindre à cette grande aventure !

» CUISINIER ARTISANAL
» TRAITEUR ARTISANAL
» PÂTISSIER ARTISANAL
» BOULANGER ARTISANAL

Belle présentation avec une ouverture d'esprit et un minimum d'expérience
Études à l'école Hôtelière un atout

Faites parvenir votre CV par courriel à :
cuisine.artisanal@gmail.com

>2402126

Emplois



Martin Bouchard
SAINTE-AGATHE-DES-MONTS

BOUCHER(ÈRE)

EMBALLEUR(EUSE) DANS LE DÉPARTEMENT DE LA VIANDE

Envoyez C.V.
A/S de **Martin Bouchard**
par télécopieur au : 1 819 321-1985
ou par courriel :
iga08183comptabilite@sobeys.com

Avis de décès

PAQUETTE, Aimé
1938 - 2019



De Sainte-Adèle, le 12 avril 2019, à l'âge de 80 ans, est décédé monsieur Aimé Paquette, époux de madame Fernande Marcotte. Outre son épouse, il laisse dans le deuil ses enfants: Josée (Ronald), Anne-Marie (Jacques), Sophie (Simon), ses petits-enfants: feu Julien, Camille (Marc-Antoine), François (Moriah), Dominic (Daphnée), Audrey (Jean-Michel), Claude (Félix), ses arrière-petits-enfants: Demetri, Logan, Charlie, Alexis, Lambert, Marilou, ses frères et soeurs: Jeannine, Aline, Gisèle, Gaëtan, André, Raymond, ses neveux et nièces ainsi qu'autres parents et amis. Les funérailles auront lieu en l'église de Mont-Rolland le samedi 27 avril à 11h30. La famille recevra vos condoléances au même endroit dès 10h30.

Avis

AVIS D'INTENTION DE DISSOLUTION

Prenez avis que le Regroupement des Citoyens de Val-David a l'intention de demander sa dissolution auprès du registraire des entreprises.

>2301969

LRV notaires, s.e.n.c.r.l. Saint-Jérôme Avis de clôture d'inventaire

Avis est par les présentes donné, qu'à la suite du décès de Georgette Séguin survenu le 16 mai 2018, en son vivant domiciliée à Saint-Sauveur, province de Québec, un inventaire des biens de la défunte a été fait par le liquidateur successoral, Gaston Phaneuf, le 15 avril 2019, devant Me Dominique Bourgeois, notaire, conformément à la loi.

Cet inventaire peut être consulté par les intéressés, à l'étude de Me Dominique Bourgeois, notaire sise au 100 rue de la Gare, Saint-Jérôme (Québec), J7Z 2C1 (450 432-4134).

Donné ce 15 avril 2019.

Dominique BOURGEOIS, notaire

2301970

AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE

Avis est donné conformément au Code civil du Québec de la clôture de l'inventaire en regard de la succession de Frédéric La Belle, né le 12 août 1938, en son vivant domicilié et résidant à Sainte-Anne-de-Lacs, QC, et décédé à St-Jérôme, le 16 novembre 2018.

Cet inventaire peut être consulté par toute personne ayant un intérêt, à l'étude de Me Andréanne Guérin, notaire, au 376, boulevard St-Joseph Est à Montréal, QC, H2T 1J6.

Sainte-Anne-des-Lacs, le 24 avril 2019

Dany La Belle, liquidateur

>2402129

Ville de Saint-Sauveur



AVIS PUBLIC

RÈGLEMENT NUMÉRO 477-2019 ENTRÉE EN VIGUEUR

AVIS est donné par la soussignée que le conseil municipal, à une séance extraordinaire tenue le 26 février 2019, adoptait le règlement suivant :

477-2019

Le règlement 477-2019 a pour but de décréter une dépense et d'autoriser un emprunt de 1 800 000 \$ pour les travaux de réfection d'égout, d'aqueduc, de pavage et de trottoirs sur le chemin du Lac-Millette entre le chemin Jean-Adam et l'avenue Saint-Denis.

Le ministre des Affaires municipales et de l'Occupation du territoire a approuvé ce règlement le 16 avril 2019.

Le règlement est actuellement déposé au bureau de la greffière à l'hôtel de ville situé au 1, place de la Mairie, où toute personne intéressée peut en prendre connaissance aux heures régulières de bureau.

DONNÉ À SAINT-SAUVEUR, ce 24^e jour du mois d'avril 2019.

La greffière et directrice des Services juridiques,
Marie-Pier Pharand, avocate

2301972



PRÉACCUEIL MATERNELLE



Les enfants qui fréquenteront les **maternelles 4 ans et 5 ans en septembre 2019** sont invités, en compagnie de leurs parents, à participer à une activité de préaccueil dans leur école de quartier. Cette rencontre permettra aux enfants de se familiariser avec l'école. Les directions d'écoles profiteront de l'occasion pour informer les parents de l'organisation scolaire. Cette activité se fera en collaboration avec des partenaires de la santé et de la petite enfance. Ce projet vise à favoriser une transition en douceur vers l'école.

Les rencontres se tiendront aux dates suivantes :

Chante-au-Vent	28 mai 2019	
Monseigneur-Lionel-Scheffer	6 juin 2019 30 mai 2019	Maternelle 4 ans Maternelle 5 ans
Saint-Joseph	13 et 27 mai 2019	
Marie-Rose	21 mai 2019	
École alternative Sainte-Adèle	Date à venir	
Fleur-des-Neiges	10 juin 2019 11 juin 2019	Maternelle 4 ans Maternelle 5 ans
Notre-Dame-de-la-Sagesse	27 mai 2019	
Saint-Jean-Baptiste	3 et 4 juin 2019	
Sainte-Bernadette	11 juin 2019	
École Saint-Adolphe-d'Howard	Date à venir	
La Ribambelle	22 mai 2019 21 mai 2019	Maternelle 4 ans Maternelle 5 ans
L'Odyssée	8 mai 2019	
Le Carrefour	28 mai 2019 30 mai 2019	Maternelle 4 ans Maternelle 5 ans
L'Arc-en-Ciel	24 mai 2019	Maternelle 4 ans et 5 ans
Lionel-Groulx	3 juin 2019	
Le Tremplin	4 juin 2019 30 mai 2019	Maternelle 4 ans Maternelle 5 ans
La Relève	6 juin 2019	Maternelle 4 ans et 5 ans

L'école enverra une lettre d'invitation aux parents. Pour plus d'information, les parents sont invités à communiquer avec l'école de leur quartier. **Pour les parents qui n'ont pas encore inscrit leur enfant, présentez-vous à votre école de quartier dès maintenant pour l'inscrire.**

Martine Lapalme
Directrice adjointe des services éducatifs

Isabelle Raymond et Gabrielle Moncion
Responsables du programme d'intervention précoce et de prévention

>2101666

Crematel
Simplement la CRÉMATION^{MD}

- Sans embaumement
- Sans cercueil
- Sans exposition

Transport du corps directement au crématorium
283, Labelle
Saint-Jérôme
Tél.: 450 431-7700
Sans frais: 1 888 510-1112
www.crematel.com

Donnez à la mémoire de

Fondation
Pallia-Vie

Offrez-vous des ailes.
Donnez à Centraide Laurentides.

centraide.laurentides.org 450 436-1584

EXPRIMEZ-VOUS!

ENVOYEZ-NOUS VOS TEXTES
ANTOINE.GASCON@JOURNALLENORD.COM



APPEL D'OFFRES TP2019-13
FOURNITURE ET LIVRAISON D'ABRASIF
DE DÉGLAÇAGE TYPE AB-10

La Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard projette de faire l'achat de 10 000 tonnes métriques par année d'abrasif de déglacage de type AB-10 pour ses travaux de sablage des chemins, contrat de 3 ans : 2019-2020-2021. Les soumissions dans des enveloppes cachetées, non identifiées sauf le numéro d'appel d'offres TP2019-13 seront reçues à la réception de l'hôtel de ville à l'adresse ci-dessous mentionnée.

Pour toute information concernant cet appel d'offres, veuillez contacter Monsieur Richard Lyonnais, par courriel : contremaitre@stah.ca. Les réponses seront envoyées par écrit sur le SEAO.

La Municipalité ne s'engage à accepter ni la soumission la plus basse, ni aucune des soumissions reçues, et elle décline toute responsabilité à l'égard de l'un ou l'autre des soumissionnaires en cas de rejet de toutes les soumissions. La municipalité se réserve le droit d'accorder le contrat en totalité ou en partie sans aucune obligation d'aucune sorte envers le ou les soumissionnaires. Le contrat est adjugé sur décision du conseil de la Municipalité, à sa seule discrétion, et la Municipalité ne peut être liée d'aucune autre façon que par une résolution de son conseil.

Date d'ouverture des soumissions : **Vendredi 10 mai 2019 à 11h30**

Lieu du dépôt des soumissions : À la réception de l'hôtel de ville de la
 Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard
 1881, chemin du Village
 Saint-Adolphe-d'Howard, Québec J0T 2B0

Une garantie de soumission de 10 % du montant total soumis doit accompagner la soumission.

Donné à Saint-Adolphe-d'Howard, le mercredi, 24 avril 2019

Benoît Mongeau Directeur des travaux publics et de l'ingénierie

2301975



APPEL D'OFFRES TP2019-12
DÉNEIGEMENT, DÉGLAÇAGE ET ÉPANDAGE D'ABRASIFS
DES CHEMINS MUNICIPAUX DU SECTEUR NORD
HIVERS 2019-2022 (AVEC 2 ANS EN OPTION)

La Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard requiert des soumissions pour le déneigement, le déglacage et l'épandage d'abrasifs des chemins municipaux du secteur NORD, pour une durée de 3 hivers consécutifs débutant le 1er novembre 2019 pour un contrat de 34,46 kilomètres / année (avec 2 ans en option).

La Municipalité ne s'engage à accepter ni la soumission la plus basse, ni aucune des soumissions reçues, et elle décline toute responsabilité à l'égard de l'un ou l'autre des soumissionnaires en cas de rejet de toutes les soumissions. Le contrat est adjugé sur décision du conseil de la Municipalité, à sa seule discrétion, et la Municipalité ne peut être liée d'aucune autre façon que par une résolution de son conseil.

Date d'ouverture des soumissions : **Vendredi 10 mai 2019 à 11h00**

Lieu du dépôt des soumissions : À la réception de l'hôtel de ville de la
 Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard
 1881, chemin du Village
 Saint-Adolphe-d'Howard, Québec J0T 2B0

Les soumissionnaires doivent se procurer les documents d'appel d'offres sur le site du SEAO. Les frais sont fixés selon la tarification établie par le SEAO.

Un chèque visé de cinq pour cent (5 %) du prix soumis ou un cautionnement de soumission doit accompagner la soumission.

Donné à Saint-Adolphe-d'Howard, le mercredi, 24 avril 2019

Benoît Mongeau
 Directeur des travaux publics et de l'ingénierie

2301974



APPEL D'OFFRES TP2019-10
FOURNITURE ET LIVRAISON DE PIERRE
DE DIFFÉRENTS CALIBRES

La Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard projette de faire l'achat de pierre concassée de différents calibres pour l'année 2019, le tout fourni et livré selon les directives stipulées au document d'appel d'offres et précisées au bordereau.

La Municipalité ne s'engage à accepter ni la soumission la plus basse, ni aucune des soumissions reçues, et elle décline toute responsabilité à l'égard de l'un ou l'autre des soumissionnaires en cas de rejet de toutes les soumissions. Le contrat est adjugé sur décision du conseil de la Municipalité, à sa seule discrétion, et la Municipalité ne peut être liée d'aucune autre façon que par une résolution de son conseil.

Date d'ouverture des soumissions : **Vendredi 10 mai 2019 à 10h30**

Lieu du dépôt des soumissions : Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard
 A/s Mme Caroline Charest-Savard
 1881, chemin du Village
 Saint-Adolphe-d'Howard (Québec)
 J0T 2B0

Les soumissionnaires doivent se procurer les documents d'appel d'offres sur le site du SEAO. Les frais sont fixés selon la tarification établie par le SEAO.

Une garantie de soumission de 10 % du montant total soumis doit accompagner la soumission.

Saint-Adolphe-d'Howard, le mercredi, 24 avril 2019

Benoît Mongeau
 Directeur des travaux publics et de l'ingénierie

2301973

ABATTAGE ET ÉMONDAGE

ABATTAGE, ÉMONDAGE ST. SAUVEUR
 Abattage d'arbres dangereux,
 émondage, déssouchage
DÉNEIGEMENT
 DE TOITURES
 Assurance complète
 Martin Binette
 Cell.: 450 530-4521

ABATTAGE ET ÉMONDAGE

PAYSAGEMENT YP
 • Émondage et élagage d'arbres.
 (assurance complète)
 • Aménagement paysager •
 • Mini excavation • Tailles de haies •
 • Bois de chauffage •
 ESTIMATION GRATUITE!
 www.paysagementyp.com
 Yoan Parent 450 927-1022

CONSTRUCTION

NOUS
ACHETONS
VOTRE TERRAIN
RÉSIDENTIEL
450 226-3959

DENTUROLOGISTE

PIERRE COULOMBE D.D.
 Fabrication et réparation de prothèses dentaires
819 321-1710
DENTUROLOGISTE
 POLYCLINIQUE DE STE-AGATHE
 229, rue Principale Est, Ste-Agathe-des-Monts
 pierrecolombe.dd@gmail.com

ÉCRITURE

DIFFICULTÉ À ÉCRIRE
VOS TEXTES?
 Laissez Mimi Legault
 vous aider :
 • lettres • discours • c.v.
 • corrections
 • travaux scolaires
 • autobiographies
 mimilego@cgocable.ca

ENTRAIDE

ALCOOLIQUE ANONYME
Si vous voulez boire
et le pouvez
C'EST VOTRE AFFAIRE
Si vous voulez arrêter
et ne le pouvez pas
C'EST NOTRE AFFAIRE
AA 450 227-4420
aa-quebec.org

IMPRESSIONS

The UPS Store
IMPRESSIONS
COPIES • FAX
CASIERS POSTAUX
 695-7, chemin Avila, Piedmont
 Téléphone : 450 227-0044

PAYSAGEMENT

Québec Souche
 Enlèvement
 de souches
 Pas d'émondage
 R. Claude 450 712-6126
 ESTIMATION GRATUITE
 info@quebecsouche.com

PAYSAGISTE

Les entreprises T.A.Z.
 Sainte-Marguerite-Estérel
EXPERT EN
TONTE DE GAZON
 Entretien résidentiel
 et commercial
418-680-4497
 www.facebook.com / T.A.Z
 lesentreprisesstaz@gmail.com

SPA

Ambiance spas
 Faites-vous plaisir
 Défendez-vous chez vous!
VENTE ET LOCATION DE SPAS
 WEEKEND • SEMAINE
1.888.303.2525
 www.ambiancespas.com

FADOQ CLUB DE L'AMITIÉ 3E ÂGE DE SAINTE-ADÈLE - 1er mai à 13h30, Super Bingo | 15 mai, Souper de fermeture. Roti de Boeuf à volonté. Musique & Danse. Apportez votre vin. 30\$ pour les membres du club - 35\$ pour les non-membres | Samedi le 25 mai, Voyage La Tournée des Idoles. Départ Place des Citoyens. Coût 225\$, incluant transport en autocar de luxe, un repas, service d'un guide accompagnateur, taxes et frais de services inclus au centre Vidéotron. Réservation : 450 226 2662.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DU CLUB TOISON D'OR (FADOQ) - Aura lieu le vendredi 3 mai 2019 dès 13h30 au 10, rue de la Gare, Saint Sauveur. Il y aura trois postes en élection et les membres intéressés doivent s'adresser au secrétaire du Club. Le formulaire rempli doit être remis au plus tard le 25 avril 2019 à 16h. L'ordre du jour complet de l'assemblée sera affiché au local du club à compter du 17 avril 2019. Pour information 450-227-4006.

LA RENCONTRE DE STE-MARGUERITE en collaboration avec L'Entraide bénévole des PDH vous offre un service de popote roulante! Des repas chauds sont livrés à la porte des aînés, des personnes en perte d'autonomie ou ayant besoin de répit. Jours de livraison : mardis et jeudis midi. Prix : 6\$ incluant une entrée, un plat principal et un dessert (livraison gratuite). Pour plus d'informations contactez La Rencontre au 450-228-8606.

LES TIROIRS DE SAINTE-ADÈLE - Bazar, situé au 1360 rue Dumouchel, est ouvert les mardi et jeudi de 10h à 16h. Vêtements et accessoires de toutes sortes vous sont offerts. De très beaux vêtements d'hiver sont disponibles! Et l'hiver n'est pas terminé! 450 229 7208.

LA RENCONTRE DE STE-MARGUERITE vous invite à sa cuisine collective, 3 mardis matin par mois de 9h30 à 13h30, au 2 chemin Masson, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson. Venez rencontrer de nouvelles personnes, sortez de l'isolement, apprenez de nouveaux trucs culinaires et repartez avec 5 plats cuisinés. Prix: 15\$ (3\$ par plat). Pour plus d'information contactez-nous au 450-228-8606. Bienvenus à toutes et tous!

BAZAR DE LA POINTE BLEUE - Organisme communautaire venant en aide aux plus démunis. Fonds recueillis par le biais d'un bazar ouvert tous les vendredis et samedis de midi à 16h. Les dons de bijoux, vêtements, meubles, articles de décorations, tableaux, et plus, sont acceptés. Contactez-nous au 450-228-2441 ou 450-229-4328 et nous irons les récupérer. Un geste précieux pour une communauté en santé! 9, ch. Ste-Marguerite, Ste-Marguerite-du-lac-Masson.

LA PAROISSE SAINT-SAUVEUR est heureuse d'annoncer qu'il y a maintenant une messe bilingue tous les samedis à 17 h. Bienvenue à tous.

GROUPES DE SOUTIEN POUR PROCHES AIDANTS POUR LA RÉGION DE STE-ADÈLE - Pour les parents et amis qui prennent soin d'un proche atteint de la maladie d'Alzheimer, c'est une bonne occasion pour s'informer à propos de la maladie et échanger avec d'autres proches aidants et la Société Alzheimer Laurentides. Les rencontres, animées par Madame Julie Clément, se tiendront de 18h30 à 20h30 au CSSS des Pays-d'en-Haut, Local B-108, au 707, boul. Ste-Adèle, à Ste-Adèle, chaque troisième mercredi du mois. Des rencontres individuelles, familiales ou de groupes peuvent avoir lieu dans votre milieu sur rendez-vous avec notre intervenante.

LE CENTRE DE ZOTHÉRAPIE COMMUNAUTAIRE Aidez le Centre de zoothérapie commu-

nautaire à amasser des fonds en utilisant son service de pension en milieu familial. Nous recrutons aussi les personnes désireuses de garder bénévolement, dans leur foyer, l'animal d'un propriétaire en vacances. Intéressés? 450-327-0244 ou czooc@hotmail.com voir notre site web www.zootherapia.com

TCC TROIS LETTRES QUI CHANGENT UNE VIE - LE CENTRE D'AIDE AUX PERSONNES TRAUMATISÉES CRÂNIENNES ET HANDICAPÉES PHYSIQUES DES LAURENTIDES est un organisme communautaire de la région des Laurentides qui existe depuis plus de 20 ans. Notre mission : faciliter l'intégration sociale des personnes traumatisées crâniennes modérées, graves. Nous faisons appel à vous si vous avez un membre de votre famille, un ami ou une connaissance avec un TCC, n'hésitez pas à nous contacter, même si c'est seulement pour de l'information. Recherchons bénévoles. Vous pouvez nous contacter au numéro 1-888-431-3437

LE CAFÉ COMMUNAUTAIRE L'ENTRE-GENS - vous invite à prendre connaissance de sa nouvelle programmation. De nombreuses nouveautés vous sont offertes gratuitement. Réservez rapidement votre place. Nos repas sont toujours offerts du lundi au jeudi et nous avons quelques places disponibles le vendredi pour la cuisine collective. Une expérience de bon goût ! 1006 Valiquette Sainte-Adèle, 450 229 221 Site Web : lentregens.org

LE REGROUPEMENT DES HANDICAPÉS VISUELS DES LAURENTIDES - offre des ateliers, Yoga, mélange d'exercices adaptés, visites à domicile, rencontre, jeux adaptés, partage, écoute. Devenir membre du RHVL, c'est partager et se divertir avec des personnes qui ont vécu des situations similaires à la vôtre et qui maintenant ne vivent plus de l'isolement. N'hésitez pas à nous téléphoner au 450-432-9689

L'ATELIER DES AÎNÉS - Offre des cours et des ateliers pour les aînés. Notre mission, sortir les aînés de l'isolement et permettre à tous nos membres de tisser des liens d'amitié et retrouver une vie sociale intéressante. Pour nous joindre : 668, boul. Labelle, St-Jérôme, 450-560-8313. Courriel : atelierdesaines@videotron.ca Site web : www.atelierdesaines.org

PROBLÈME DE JEU ? - Vous ne vous en sortez plus ? Assistez aux réunions des Gamblers Anonymes tous les dimanches 19h30, au 227 rue de la gare, St-Jérôme. Pour plus de renseignements vous pouvez consulter notre site web: www.gaquebec.org 514-484-6666

DEVENEZ UN ANGE DES CHATS - L'unique façon de stopper la surpopulation féline, laquelle découle toujours de la négligence humaine, est la méthode CSRM (capture-stérilise-relâche et maintien). De plus en plus de citoyens et de municipalités de la Belle Province adoptent cette méthode qui a fait ses preuves aux U.S.A. depuis + de 25 ans. Collaborer à la convalescence, à la socialisation et/ou à l'adoption des chats des Anges : c'est faire une B.A. qui contribue au bien-être de tout le monde. Appelez-nous au (450) 227-6484. Les Anges des Chats CSRM sont une initiative citoyenne bénévole, sans but lucratif.

SERVICE DE RELATION D'AIDE LAVAL-LAURENTIDES (SRALL) - Organisme offrant des thérapies à prix abordables aux populations de Laval et des Laurentides, par des Thérapeutes en Relation d'Aide diplômés et expérimentés. Si vous vivez des difficultés relationnelles, solitude, difficulté à gérer le stress, manque d'estime, manque d'affirmation, deuil, séparation, comportements colériques, abus, etc. Pour information : (514) 990-2619 ou http://www.srall.ca



MUNICIPALITÉ DE LAC-DES-SEIZE-ÎLES

AVIS PUBLIC

À TOUTE PERSONNE HABILE À VOTER DU TERRITOIRE DE LA MUNICIPALITÉ DE LAC-DES-SEIZE-ÎLES

AVIS PUBLIC est donné de ce qui suit :

QUE dans le cadre de la procédure légale de révision quinquennale du plan et des règlements d'urbanisme prévue par la Loi sur l'aménagement et l'urbanisme (L. R. Q., c. A-19.1), le conseil municipal a adopté, à sa séance extraordinaire tenue le 7 mars 2019, les projets de règlements suivants :

- **Plan d'urbanisme**, projet de règlement numéro 2019-100
- **Règlement de lotissement**, projet de règlement numéro 2019-102
- **Règlement de zonage**, projet de règlement numéro 2019-103

QUE suite à l'assemblée de consultation publique tenue le 21 mars 2019 sur les projets de règlements précités, le conseil municipal a poursuivi la procédure légale en adoptant à sa séance du 11 avril 2019, les règlements suivants :

- **Plan d'urbanisme**, règlement numéro 2019-100
- **Règlement de lotissement**, règlement numéro 2019-102
- **Règlement de zonage**, règlement numéro 2019-103

QUE la procédure légale prévoit que toute personne habile à voter du territoire de la municipalité peut demander par écrit à la Commission municipale du Québec son avis sur la conformité du Règlement de zonage numéro 2019-103 et du Règlement de lotissement numéro 2019-102, au Plan d'urbanisme numéro 2019-100;

QUE cette demande d'avis de conformité doit être transmise à la Commission dans les trente (30) jours qui suivent la publication du présent avis;

QUE si la commission reçoit une telle demande d'au moins cinq (5) personnes habiles à voter du territoire de la municipalité, celle-ci doit donner son avis sur la conformité des règlements à l'égard du plan d'urbanisme dans les quatre-vingt-dix (90) jours qui suivent la publication du présent avis;

QU'EST une personne habile à voter, ayant le droit de faire une demande d'avis de conformité à la Commission municipale du Québec, une personne qui remplissait toutes les conditions suivantes le jour de l'adoption des règlements de zonage numéro 2019-103 et de lotissement 2019-102, soit le 12 avril 2019 :

- être domiciliée sur le territoire de la municipalité depuis au moins six (6) mois, ou être, depuis au moins douze (12) mois, propriétaire d'un immeuble ou l'occupant d'un lieu d'affaires situé sur le territoire de la municipalité;

- dans le cas des copropriétaires indivis d'un immeuble et des cooccupants d'un lieu d'affaires, il est nécessaire que la personne soit désignée, au moyen d'une procuration signée par la majorité des copropriétaires ou des cooccupants, comme étant celle qui a le droit de signer la demande d'avis de conformité en leur nom;

- dans le cas d'une personne morale, il est nécessaire qu'elle désigne par résolution, parmi ses membres, administrateurs et employés, une personne ayant le droit de signer la demande d'avis de conformité;

- dans tous les cas, la personne doit être majeure, de nationalité canadienne, ne pas être en curatelle et n'être frappée d'aucune incapacité de voter;

QUE toute demande d'avis de conformité peut être adressée au siège social de la Commission municipale du Québec, situé au 10, rue Pierre-Olivier Chauveau, Mezzanine allé Chauveau, Québec G1R 4J3 et que tous les renseignements complémentaires sont disponibles à l'adresse Internet www.cmq.gouv.qc.ca

QUE si la Commission ne reçoit pas de demande valide d'avis de conformité à l'intérieur du délai de trente (30) jours suivant la publication du présent avis, les nouveaux règlements de zonage numéro 2019-103 et de lotissement numéro 2019-102 seront réputés conformes au nouveau plan d'urbanisme adopté par le règlement numéro 2019-100;

QUE lorsque les nouveaux règlements de zonage et de lotissement seront réputés conformes au nouveau plan d'urbanisme, lesdits règlements seront ensuite soumis à l'approbation des personnes habiles à voter, tel que l'exige la procédure légale de révision quinquennale prévue par la Loi sur l'aménagement et l'urbanisme (L.R.Q., c. A-19.1);

QUE ces nouveaux plans d'urbanisme numéro 2019-100, règlement de zonage numéro 2019-103 et règlement de lotissement 2019-102 peuvent être consultés au bureau de la municipalité.

Donné ce 24 avril 2019 à Lac -des-Seize-Îles

M. René Pelletier
Maire

2301976

PROFESSIONNELS! AFFICHEZ-VOUS DANS VOTRE HEBDO !



Guylaine Millette
Conseillère publicitaire
450-630-3011
guylaine@journalacces.ca



**CONTACTEZ NOS
REPRÉSENTANTES
450 227-7999**



Camille Vaillancourt
Conseillère publicitaire
450 227-7999, poste 27
camille@journalacces.ca

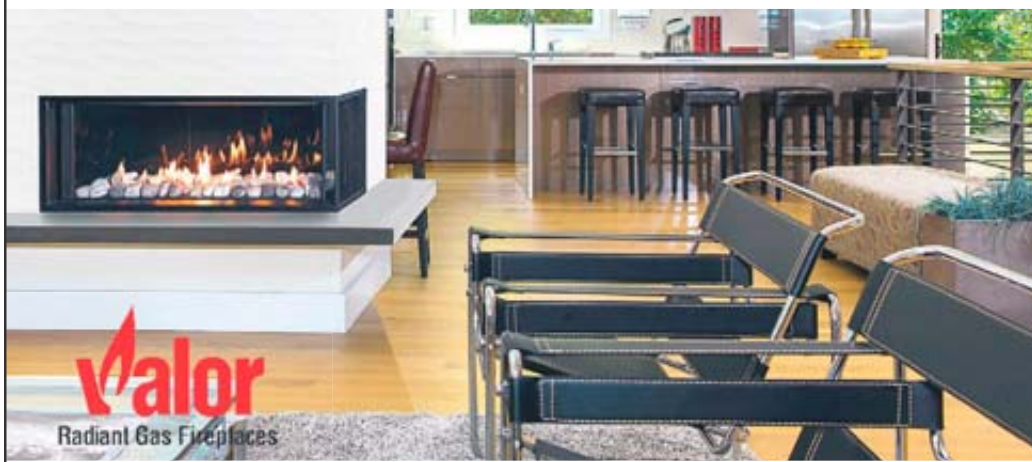


LA DESTINATION
INCONTOURNABLE DES LAURENTIDES
Depuis plus de

30 ans

🔥 POÊLE 🔥 FOYER 🔥 BOIS 🔥 GAZ 🔥 GRANULES 🔥 ÉLECTRIQUE

VENEZ RENCONTRER NOS SPÉCIALISTES
ET VOUS SEREZ ENFLAMMÉ



Venez découvrir tous
les avantages des spas
bullfrog[®]
spas

Vente et installation sans sous-traitance

APPORTEZ VOS PLANS

**LE
CENTRE
DU
FOYER** 

9 J.F. KENNEDY
ST-JÉRÔME
450 565-0085
lecentredufoyer.com

LUNDI-MARDI-MERCREDI-VENDREDI 9H À 17H30
JEUDI 9H À 20H
SAMEDI 9H30 À 16H.
DIMANCHE FERMÉ



2201582

Art d'habiter / Art de vivre

Accès LE journal des Pays-d'en-Haut

AVRIL

2019



Réservez dès maintenant

Residence pensée et conçue pour retraités actifs

LES COURS
Sainte-Adèle

ÉLIGIBLE AU CRÉDIT D'IMPÔT

Qualité hôtelière | Services évolutifs
NOMBREUSES UNITÉS AVEC LOCAUX COMMERCIAUX

info@lescoursainteadele.com | **LesCoursSainteAdele.com**

450.820.1414

Activités sportives • Atelier artiste • Cinéma • Bibliothèque • Gym • Piscine • Billard • Lounge

• Vastes espaces communs • Salle communautaire • Restauration avec service aux tables • Foyer • Terrasse BBQ • Cour et jardin (paysager)
• Soins adaptés : Infirmières auxiliaires et préposé(s) sur place • Stationnement intérieur • Stationnement extérieur • Rangement pour triporteur

555 BOUL. SAINTE-ADÈLE
SAINTE-ADÈLE, QUÉBEC J8B 1A7

RÉSIDENCE EN COURS DE CERTIFICATION

>2101668

Tout le monde dehors!

SANDRA MATHIEU - Émile Nelligan n'aurait jamais cru si bien dire en voyant notre hiver qui n'en finit plus avec sa célèbre phrase « Ah Comme la neige a neigé » Gardons espoir, les bourgeons sortiront bientôt et le tapis blanc cédera sa place aux teintes de verts que l'on attend avec impatience.

Au lieu de pleurer sur un printemps qui tarde, permettons-nous maintenant de rêver à la belle saison. Et pour ce faire, quoi de mieux que de s'y préparer!

La tendance est plus que jamais à la vie en nature, que ce soit pour relaxer, partager un repas entre amis ou profiter des joies du plein-air.

Notre équipe a déniché pour vous des trucs et des astuces d'aménagement et de déco pour l'extérieur et bien sûr des conseils de voyages et des idées de vacances singulières!

Aussi, qui dit nature dit écoresponsabilité pour garder belle la planète le plus longtemps possible et transmettre de bonnes habitudes aux générations futures. Suivez le guide pour devenir un citoyen vert modèle!

Ne reste plus qu'à dire : « Tout le monde dehors! » C'est ce que ma mère chantonnait quand j'étais jeune et que mon frère et moi procrastinions au salon lors d'une belle journée de printemps ou d'été! J'y vais de ce pas, et vous ?



ESTIMATION GRATUITE



VIVEZ NOTRE EXPÉRIENCE
GARDE ROBES GAGNON

17 510, rue Charles, Suite 500, Mirabel • T.: 450 971-1971 • 1 800 396-8484 • www.grgagnon.com R.B.Q.: 5652-7047-01

2601978

Espace convivial



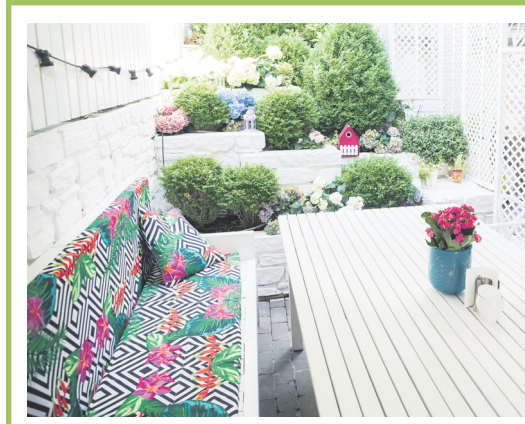
Jardin vertical

Empruntons sans scrupule les bonnes idées venues d'Asie comme un jardin vertical qui permet d'apporter un peu d'ombre aux endroits opportuns et un brin d'intimité à son chez-soi!



Terrasse zen

Pour une saison estivale inoubliable, la terrasse peut jouer le rôle du salon, l'espace de quelques mois.



Petit espace, grand effet

Nul besoin d'avoir une cour géante pour aménager un espace extérieur digne des grands magazines tendances. Suffit d'avoir de l'imagination et de savoir bricoler un minimum. Un beau projet à concevoir en famille!



Coin lecture en plein air

À des années lumière de l'ambiance de la bibliothèque de l'école ou de quartier, cet espace lecture au grand air plaira à toute la famille. Attention, il se peut que vous soyez victime de votre succès et que vous deviez concevoir un système de réservation!



Cuisine d'été fonctionnelle

La cuisine d'été est un must dans les Laurentides. Toujours un plaisir d'accueillir famille et amis pour de longues soirées à refaire le monde! Pour les mois de mai et juin, un abri moustiquaire peut sauver la mise!



TAPIS

Saint-Sauveur

WWW.TAPISSTSAUVEUR.CA

vous offre différentes collections qui sauront vous charmer!

40%

DE RABAIS

sur nos

REVÊTEMENTS de FENÊTRES

possibilité de motoriser les stores! Détails en magasin

Tout le mois de mai

441, rue Principale, Saint-Sauveur 450 227-7912

Jour de la terre



Bourses en environnement

LA FONDATION MONIQUE-FITZ-BACK SOUTIENDRA 15 PROJETS SCOLAIRES

ACCÈS - La Fondation Monique-Fitz-Back est heureuse d'annoncer que l'édition 2018-2019 de son programme d'aide financière soutiendra 15 projets scolaires supplémentaires en environnement impliquant 1 940 jeunes du secondaire.

Répartis dans neuf régions administratives, ces projets porteront sur les changements climatiques. Ils se partageront une enveloppe totale de 10 000 \$. Tous les projets retenus ont en commun l'implication active des jeunes et un cheminement menant à des changements positifs de comportement. Les

bourses octroyées varient entre 400 \$ et 1 000 \$ par projet.

Benoît Mercille, directeur général de la Fondation Monique-Fitz-Back, mentionne qu'il « est important de soutenir l'engagement social et environnemental de la jeunesse québécoise. Il s'agit d'un puissant moteur de persévérance et de réussite scolaires et un moyen d'ancrer des valeurs d'écocitoyenneté chez les jeunes participants. En collaboration avec le personnel du réseau de l'éducation, nous sommes fiers de permettre la réalisation de telles initiatives. Je tiens à remercier les partenaires financiers, ainsi que les

individus qui ont fait des dons à notre cause ainsi que le jury d'experts qui nous a conseillés dans la sélection des projets ».

Voici les établissements préscolaires et scolaires EVB-CSQ des Laurentides bénéficiaires de bourses du programme d'aide financière de la Fondation pour l'édition 2018-2019

Académie Lafontaine, Saint-Jérôme, projet « Reboisement de la forêt Rivière-Rouge » : bourse de 1000 \$

Des élèves iront planter des milliers d'arbres le long des terres de la Rivière-Rouge. Il y a de cela quinze ans, le comité EVB-CSQ de l'école avait participé au reboisement d'un espace le long de la piste cyclable du P'tit train du Nord. Aujourd'hui, ces boutures de 20 cm sont devenues une majestueuse force de la nature atteignant trois, quatre voire même cinq mètres. Tous les élèves se souviennent du projet chaque fois qu'ils passent sur la piste cyclable.



LE PROJET « À L'ÉCOLE, NOUS COMPOSTONS! » DE L'ÉCOLE LE TREMPLIN, SOUTENU L'ANNÉE DERNIÈRE PAR LA FONDATION MONIQUE-FITZ-BACK.

Collège Laurentien, Val-Morin, projet « Confection de sacs collations verts » : bourse de 500\$. Des jeunes de l'école confectionneront des sacs à collation réutilisables. Ceux-ci seront aussi en vente à la cafétéria de façon à ce que les élèves qui achètent une collation puissent se procurer ces petits sacs. Les profits amassés financeront un projet d'aide à la communauté ou encore un autre projet « vert » dans l'école.

Le grand nettoyage!

Dès le mois de mai, votre bac brun sera collecté toutes les semaines. Profitez-en pour le nourrir avec vos résidus de jardin.

lespaysdenhautrecyclent.com

INFO-COLLECTE
1 855 PDH-RECY
450 229-8052

DAOUST
NETTOYEURS ÉCOPERFORMANTS

Nettoyeur sain et écologique à votre service depuis plus de 25 ans!

LEADER QUÉBÉCOIS DU SOIN DU TEXTILE SANS SOLVANT

PRODUITS NETTOYANTS ÉCOLOGIQUES ET BIODÉGRADABLES POUR LA MAISON DISPONIBLES.

LE NETTOYAGE ÉCOLOGIQUE, LA SOLUTION INNOVANTE!

SERVICE DE COUTURIÈRE SUR PLACE

www.daousteco.com

224 D, ch. du Lac Milette Carrefour des trois villages St-Sauveur JOR 1R3 (à côté du Uniprix)
450.227.8737

Des chiffres encourageants pour l'environnement



ACCÈS - En 2018, les citoyens et plusieurs commerces des dix municipalités ont détourné environ 2 700 tonnes de matières organiques (résidus alimentaires et résidus verts) du site d'enfouissement, soit l'équivalent du chargement de 420 camions de collecte.

Bien que la cueillette du bac brun ait débuté seulement en septembre pour les municipalités de Saint-Sauveur, Morin-Heights et Saint-Adolphe-d'Howard, 500 tonnes supplémentaires de compost ont été collectées, comparativement à 2017.

« Malgré l'hiver intense et les inconvénients liés à la collecte hivernale, on tient à remercier tous les participants d'avoir continué à utiliser le bac brun aux deux semaines. Chaque poignée de matières organiques fait une différence! », a déclaré Virginie Roger, coordonnatrice à la gestion des matières résiduelles.

Brune à la semaine

Rappelons qu'à compter du mois de mai, jusqu'au mois d'octobre, la collecte sera effective toutes les semaines. C'est donc l'occasion de relire la liste des matières acceptées, disponible au www.lespaysdenhautrecyclent.com, surtout avec le nettoyage printanier des terrains. Les feuilles mortes, les plantes, la terre de rempotage, les copeaux de bois et les petites branches sont acceptés. En revanche, les roches, les souches et les résidus de construction sont toujours refusés. La MRC encourage les citoyens à consulter le calendrier de collectes afin de respecter les dates pour déposer les objets encombrants au bord de la rue.



PHOTO : COURTOISE
PATROUILLE VERTE : CET ÉTÉ, LA PATROUILLE VERTE SILLONNERA LE TERRITOIRE POUR VOUS INFORMER DES BONNES PRATIQUES DE GESTION DES MATIÈRES RÉSIDUELLES.

Campagnes en ville...

Cet été, la MRC poursuivra ses campagnes d'information, de sensibilisation et d'éducation pour les citoyens, mais également pour les secteurs institutionnels, commerciaux et industriels (ICI). En effet, une quatrième cohorte d'agents en environnement

sillonnera le territoire dès le mois de juin. Cette patrouille verte réalisera des activités de porte-à-porte et informera des bonnes pratiques de gestion des matières résiduelles.

Une ressource accompagnera spécifiquement les ICI dans le cadre d'un projet porté par Synergie Économique Laurentides et réalisé en collaboration avec le Ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH) ainsi que les huit MRC / villes de la région des Laurentides.

Des astuces pour vous!

Rappelons que le site internet www.lespaysdenhautrecyclent.com compile l'information sur les moyens de trier adéquatement ses matières, fournit des astuces pour un compostage efficace et informe des lieux de disposition pour se départir correctement d'objets particuliers. En effet, certaines matières ne peuvent être déposées dans un bac roulant, soit en raison de leur contenu potentiellement dangereux pour la santé et l'environnement (piles, RDD), ou que le traitement et la valorisation de ces matières suivent d'autres voies de recyclage (pneus, téléphones, bois, matériaux de construction). Il est également possible d'obtenir de l'information en communiquant avec la ligne INFO-COLLECTE au 450 229-8052 ou 1 855 PDH RECY ou par courriel infocollecte@mrpcdh.org.

SIMPLEMENT
VRAC
Apportez vos contenants
SIMPLEMENTVRAC.COM
27, avenue de l'Église, Saint-Sauveur

Boutique
Bio-Terre
...pour l'amour de la planète

DÉJÀ 15 ANS!

Produits biologiques en vrac
Produits pour la lessive, l'entretien ménager et les soins corporels
Dépositaire Produits Lemieux

27, rue de l'Église, St-Sauveur 450 227.3BIO (3246)

www.boutiquebioterre.com

Rachelle Béry
SAINT-SAUVEUR

Le Jour de la Terre, chez Rachelle, c'est 365 jours par année.

377, rue Principale
Saint-Sauveur,
450 227-3343

Nos initiatives vertes :

- sacs compostables, sacs et boîtes réutilisables
- diminution importante des circulaires distribuées
- vaisselle lavable pour les repas au bistro
- nouveaux produits « zéro-déchets »
- récupération des aliments périssables par des organismes communautaires
- projet de compostage commercial avec la MRC

Rachelle-Béry Saint-Sauveur, au centre du virage vert!

Cœur d'enfant



Jeux libres

Les études et les ouvrages sur le déficit nature des enfants se multiplient. L'été est une excellente saison pour laisser les enfants réapprendre la liberté, sans horaire ni activité organisée. Vous serez surpris de la créativité dont ils feront preuve et ils vous en remercieront!



Aire de jeu ludique

Que vous optiez pour la très tendance Mud kitchen ou encore un parcours pour petits et grands, il est possible de personnaliser l'espace extérieur pour rendre tout le monde heureux et actifs!



Jardiner, un jeu d'enfant

Impliquer les enfants dans le jardinage est assurément une idée qui laissera sa marque. Quelle joie de voir pousser et de récolter ce que l'on a semé et de sensibiliser les tout-petits aux aménagements comestibles.

Spécial
sur nos produits

DIMENSIONS

PORTES | FENÊTRES

NOUS SOMMES LE SPÉCIALISTE DE PORTES & FENÊTRES

Projets personnalisés et sur mesure
Style contemporain à rustique

Représentant sur la route de la prise de mesures à la livraison, vous économiserez temps et argent

MATÉRIAUX
ROBERT BOYER INC.

754 Ch. Ste-Anne-des-Lacs, Ste-Anne-des-Lacs, Que. J0R 1B0
(450) 224-2068
matrboyer.com

castle
L'ART DE RÉNOUVER

2401983

Le ménage du printemps...

UNE PIÈCE À LA FOIS!



ACCÈS - Le changement de saison est l'occasion de faire le grand nettoyage de la maison. Vous ne savez pas par où commencer? Voici une liste de tâches (non exhaustive) pour vous aider!

Cuisine

- Débarrassez-vous des aliments périmés dans votre réfrigérateur (et votre congélateur), puis lavez l'intérieur.
- Nettoyez votre cuisinière de fond en comble. Psitt! N'oubliez pas la hotte!
- Dépoussiérez vos armoires et rangez vos articles en ordre logique d'utilisation.
- Videz les tablettes du garde-manger pour les nettoyer, et vérifiez si vos denrées sont encore comestibles.
- Faites un lavage à vide de votre lave-vaisselle.

Salle de bain

- Vérifiez les dates de péremption de vos médicaments et rapportez les produits périmés à votre pharmacie.
- Récurez le carrelage: pour des résultats optimaux, louez un appareil à vapeur.
- Achetez un nouveau rideau de douche si le vôtre est abîmé — c'est le moment idéal pour cela!

Salle de séjour

- Confiez vos fauteuils et vos coussins tachés, le cas échéant, à un spécialiste. Faites de même pour les tapis et les moquettes.
- Nettoyez vos stores et vos rideaux.

Chambre à coucher

- Nettoyez vos commodes et vos tables de chevet, à l'intérieur comme à l'extérieur.
- Réorganisez vos penderies : donnez les vêtements que vous ne portez plus!



Faites la cour à votre cour!

Les beaux jours sont enfin là et vous n'avez qu'une idée en tête : relaxer dans votre hamac? Avant, faites la cour à votre cour en bichonnant vos plantations, votre pelouse, votre terrasse, etc. Ensuite, vous pourrez profiter d'un repos bien mérité, dans un environnement où rien ne clochel

Il suffit d'élaguer les branches des arbustes pour leur donner forme et vigueur. Dans le cas des arbres, il vaut mieux faire appel à un spécialiste. Votre terrasse en bois a pour sa part besoin chaque printemps d'un nettoyage à l'eau, avec une brosse rigide et, tous les deux ou trois ans, de l'applica-

tion d'un produit permettant d'éviter les traces d'usure trop voyantes. De même, un bon ménage dans les vivaces et l'ajout de quelques annuelles en pot ici et là dans vos plates-bandes aura pour effet de donner une allure beaucoup plus structurée à votre aménagement paysager.

Par ailleurs, si votre pelouse a mauvaise mine, vous pouvez trouver dans un magasin de location d'outils tout ce qu'il faut pour le faire verdier de bonheur : aérateur, etc. Pendant que vous y êtes, épandez 0,5 cm de compost partout et étendez-le à l'aide d'un râteau à feuilles.

Il se peut aussi que cette année, vous n'avez pas en tête uniquement de refaire une beauté à votre petit univers extérieur, mais de lui donner une signature toute nouvelle. Si c'est le cas, faites appel à un designer paysagiste

afin qu'il vous aide à concevoir l'aménagement parfait, incluant un espace jeu pour les enfants, une piscine ou un spa, des structures invitantes, une terrasse fonctionnelle... et votre hamac, bien sûr!

R.B.Q. 5722-4438-01

Rivard 
TOITURE & RÉNOVATION
 Estimation gratuite | ENTREPRENEUR SPÉCIALISÉ
514.592.1232
>2101670



La référence en fenestration dans les Laurentides

S.O.S. EXPERT
Célèbre ses 20 ANS!

Services offerts :

- Vente, installation et réparation de portes et fenêtres
- Produits de PVC, hybride et de bois
- Remplacement de thermos embuées
- Comptoir de pièces

Fenplast

PIEDMONT:
515, boul. des laurentides,
T 450 227-4567

SAINTE-AGATHE:
234, rue Principale Est,
T 819 321-3737

www.fenestrationdessommets.com 

>402131

SAINTE-ANNE-DES-LACS

BUREAUX À LOUER
 Pour professionnels
 100 p.c. et plus, selon vos besoins
 EMPLACEMENT DE CHOIX
 FACILE D'ACCÈS – GRAND STATIONNEMENT

LOCAL COMMERCIAL À LOUER
 Porte de garage de 12 pieds de hauteur
 1 200 p.c.
 EMPLACEMENT DE CHOIX
 FACILE D'ACCÈS – GRAND STATIONNEMENT

TERRAINS À VENDRE
 BOISÉS – 43 000 p.c. et plus
 TRÈS BIEN SITUÉS

ROBERT BOYER 450 224-2068

2401954

Art d'habiter / Art de vivre



Lucyne Farand
COURTIER IMMOBILIER

514 952-6316
LUCYNEFARAND.COM



Voyez toutes mes propriétés et mes ventes



SAINTE-AGATHE-DES-MONTS: Domaine Chanteclair. Maison spacieuse et parfaitement impeccable, lumineuse et chaleureuse. Ses grandes baies vitrées rendent si agréable les points de vue sur le paysage. Terrain boisé et plat. Garage, foyer. Accès Lac à la Truite, tennis et piscine.
PRIX : 289 000 \$



SAINT-SAUVEUR: Impeccable résidence spacieuse et ensoleillée, située dans un environnement paisible et haut de gamme. VUE trois saisons sur le LAC BOUCANÉ. Entretien minutieusement et mise à jour récemment, très actuelle. Plafonds de 9 pieds, 3 foyers, solarium et beaucoup plus. Garage double détaché avec loft-bureau au-dessus. ACCÈS AU LAC, TENNIS.
PRIX : 675 000 \$



SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD: BORD DE L'EAU (Petit Lac Long). Parfait chalet avec bâtiment accessoire. VUE SPLENDIDE sur l'eau. Environnement enchanteur et sécuritaire. Très facile d'accès. Situé entre Morin-Heights et Village de St-Adolphe. Paradis pour tous les sports d'été et d'hiver. Occasion à saisir!
PRIX 279 000 \$



SAINTE-ADÈLE: Maison familiale par excellence. PRIX/QUALITÉ imbattable! Spacieuse, 4 chambres à l'étage, garage double, plafonds 9 pieds, Sous-sol grand, haut et éclairé. Sous-sol semi fini. Jolie vue à l'horizon au deuxième étage sur balcon.
PRIX : 315 000 \$



SAINTE-ADÈLE: Propriété avec bachelors avec en plus la possibilité de bureau professionnel. Maison vraiment bien entretenue et spacieuse. Grand terrain avec un boisé en arrière, le tout très paisible. Le logement est grand avec grandes fenêtres. Vendeur motivé!
PRIX : 199 000 \$



MORIN-HEIGHTS: Demeure parfaite pour votre pré-retraite, vous serez séduit à coup sûr! Spacieux plain-pied tout à aires ouvertes. Tout y est pour votre confort et bonheur. Sentiers à votre porte. Fenestration abondante, grande cuisine fonctionnelle et invitante. 3 cac, 2 1/2 sdb.
PRIX : 429 800 \$



SAINT-SAUVEUR: Le site le plus enchanteur que vous pouvez imaginer à St-Sauveur. BORD DE LAC MILLETTE. Terrain privé parfaitement plat et boisé en arrière et sur les côtés. VUE tout à fait splendide du LAC et LA MONTAGNE en face. 4 cac, 2 1/2 sdb, 4 foyers, 2 garages. VENDEURS TRÈS MOTIVÉS!
PRIX : 899 000 \$



SAINTE-ADÈLE: Condo avec bachelors (droit acquis légal) situé dans un quartier de Ste-Adèle tout à fait bucolique. Les sentiers de ski de fond, raquette, marche et vélo de montagne à votre porte. Investissement sans pareil. Toujours très bien loué-revenus très intéressants. Spacieux 4 1/2 en haut et joli 3 1/2 rez-de-jardin avec foyer. Possibilité d'acheter unité à côté en même temps.
PRIX : 215 000 \$



PIEDMONT: Valeur uniformisée: 450,000\$. Belle grande maison cottage de 5 cac. Beaux planchers en ardoise et bois franc, Sous-sol fini., verrière, SAM formelle, large fenestration, piscine creusée, spa et terrain intime et boisé. Deux foyers au bois. Tout près du village. Accès routiers facile via Aut. 15 et 117. La tranquillité totale. Prix vraiment alléchant!
PRIX : 417 500 \$



MILLE-ISLES: *** voir video aérienne - Multimedia. BORD DE LAC! Grand terrain de près de 70 000PC. Maison de BOIS ROND avec gros logs, tout à fait splendide. 4 chambres avec chacune sa salle de bain privée. Près de Morin-Heights, St-Sauveur et Gore. Entre Mirabel et Tremblant. Un endroit privilégié où demeurer.
PRIX : 899 000 \$ +TPS/TVQ



MORIN-HEIGHTS: Domaine exclusif à Morin-Heights. VUE sur l'eau. Plus de 3 acres de terrain donnant sur la Rivière-à-Simon et un lac privé. Un des plus beaux sites disponibles actuellement. Plafond de 9', 4 Cac, 3 SDB, sous-sol aménagé (poss. inter génération). 3 bâtiments supplémentaires! Voir video aérienne.
PRIX: 799 000 \$



MORIN-HEIGHTS: FAITES VITE! QUALITÉ/PRIX imbattable! Jolie maison ensoleillée et très logeable de 4 chambres, salon, salle de jeux et 2 salles de bains. Atelier extérieur fonctionnel et chauffé et 2 cabanons. Bien entretenue et prête pour les nouveaux occupants! À QUI LA CHANCE?
PRIX: 229 000 \$



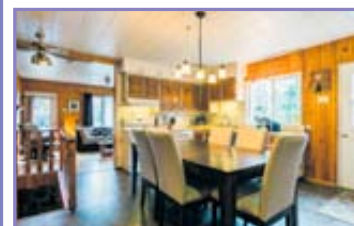
MILLE-ISLES: BORD DE LAC FIDDLER. VUE SUR L'EAU MAGNIFIQUE! Demeure incomparable où se marient le moderne et le rustique à la saveur des Laurentides. La maison entourée de boisé où l'aménagement est bucolique. 2 cac, possibilité de 3, 2 sdb, garage, spa, foyer, génératrice, chauffage radiant et bcp plus. Rien à faire d'autre que d'en profiter.
PRIX: 799 000 \$



SAINTE-AGATHE-DES-MONTS: Maison toute en pierres. Garage double détaché. Très bien entretenue. Très abordable, 2 chambres, grande véranda. ACCÈS au LAC GUINDON en prime, juste en face. -AUTRE - Petite annonce: Plain-pied en pierres, accès au lac en face, 2cac. Prix réduit 169 000\$ Lucyne Royal LePage- note je ne veux pas plus ni nom de cie ou tel bur etc.
PRIX: 169 000 \$



SAINT-SAUVEUR: Résidence HORS DE L'ORDINAIRE! Vaste intérieur. Jolie point de VUE à l'horizon! Construction récente conçue avec style et matériaux de qualité. L'atmosphère y est décontractée, joviale et énergisante. Elle est pleine de soleil. Plafonds hauts partout. Garage double détaché et jardin intime avec SPA. PRIX TOUT JUST RÉDUIT!
PRIX: 699 000 \$



VAL-MORIN: INCROYABLE! Au cœur du village de Val Morin. À distance de marche des activités. En bordure de la piste cyclable du Petit train du Nord, accès au magnifique parc du Far Hills, lac Raymond et ses magnifiques plage et débarcadère, à deux pas de la Maison sur la Rivière. Fondation de pierres, 3 cac, 1 salon, 1 salle familiale et atelier.
PRIX: 169 000 \$



SAINTE-ADÈLE: Située dans le Domaine Tondohor. Environnement paisible où vous êtes assuré d'avoir la tranquillité dans un environnement boisé tout en étant en totale sécurité. VUE superbe sur la montagne. Le Domaine est immense et comprend plusieurs lacs et sentiers à découvrir autant l'été que l'hiver. Voir addenda...
PRIX: 339 000 \$

**IL FAUT PLUS QU'UNE ENSEIGNE POUR VENDRE...
IL FAUT DU ❤️ AUX VENTES!**

>2402133