

Décoration intérieure
Lyme Lavoie
STORES ET TOILES
Estimation et installation **GRATUITES**
Habillage de fenêtre et de lit
Service de rembourrage
Coloration
819 424-3903

Investissements & Assurances
Question de Finance inc.
Cabinet de Services Financiers
www.questiondefinance.com
En vouloir plus pour votre argent... **1-888-625-1477**

SAINT-DONAT • 18 FÉVRIER 2011 • VOLUME 39 • N° 2 • 20 pages • Nouvelles de Saint-Donat, NDM, Entrelacs, Chertsey et régions

Le Journal Altitude
No convention 40012824
No PAP 8892

55¢

VARIÉTÉS SAINT-DONAT
Tout... au du village
SPÉCIAL DU MOIS
39¢ Papier mouchoir MAJESTA boîte de 136

1350

Saint-Donat

Fleuriste St-Donat, 25 ans déjà



Johanne Fontaine dans sa boutique de fleurs et objets délicats.
Photo ALTITUDE

par Jean Lafortune

Le 1^{er} février 1986, Johanne Fontaine prenait possession de Fleuriste Gilbert, commerce déjà établi depuis 20 ans, rue Principale à Saint-Donat, du nom de sa propriétaire Mme Gilbert, née Gaudet. Fleuriste St-Donat vient donc de célébrer son 25^e anniversaire d'exploitation le 1^{er} février dernier.

suite en page 5

Boulangerie St-Donat reçoit un premier prix Reconnaissance



par Jean Lafortune

Près de 1 200 tartes à l'heure, plus de 65 employés, voilà des chiffres évocateurs de la marque de commerce de Boulangerie St-Donat qui oeuvre localement dans ses deux usines de fabrication de pain, gâteaux et pâtisserie rue Principale et rue des Ancêtres, à Saint-Donat. Et en signe de reconnaissance de sa croissance commerciale et de modernisation de ses outils de gestion et de contrôle, la société Groupe Progima lui a remis son premier prix depuis que les deux entreprises collaborent, et ce, depuis cinq ans, à la bonne marche de la boulangerie.

suite en page 5

Guillaume St-Amour, président, et Marie-Ève St-Amour, directrice générale de Boulangerie St-Donat, et le président de Groupe Progima Michel Leroux, ing., MBA. Photo ALTITUDE

Desrosiers FORD
STE-AGATHE LACHÉTE - MONT-TRÉLAK
KIA Desrosiers
SAINTE-AGATHE-DES-MONTS
1-800-567-6702

Optique Expert du nord
Examen de la vue Verres de contact
Lunettes
Saint-Donat
508, rue Principale **819-424-3181**

Pour les plus beaux yeux en ville

Lebeau Vitres d'autos
ON S'OCCUPE DE TOUTE RÉCLAMATION À VOTRE COMPAGNIE D'ASSURANCE
Ça se répare! **GRATUIT SI ASSURÉ** OU Ça se remplace!
1061, Principale, Ste-Agathe-des-Monts **1-800-263-2710 326-2882**

Bonne route
HONDA de Sainte-Agathe
ÉCONOMISEZ!

CR-V LX 2WD 2008
à partir de **358\$**
OBTENEZ UNE CARTE CREDIT HONDA de **1 000\$**

Économisez 73 CENTS par litre

0% COMPTANT
0% TAUX PORT ET FÉDÉRATION
taux de 1,9%
TOUT CE QUE VOUS VEULEZ EN FAIRE UN VÉhicULE

HONDA DE SAINT-AGATHE
1717, route 117, Ste-Agathe-des-Monts
819-326-2717 1-877-326-2717

HONDA

OPINION

du lecteur

Mise au point sur les droits d'auteur

J'ai lu avec beaucoup d'attention la lettre de M. Legault de la parution de janvier. Je suis du même avis que la rédaction avec l'utilisation des mots: « graves accusations » puisque je considère

en effet, que copier sans le dire, c'est très grave.

À la lecture du texte « Réflexion du temps de Noël... l'équité » que le conseiller, M. Paul Laurent, signe dans la parution de décembre 2010 et après quelques recherches, j'ai constaté que M. Laurent avait copié. M. Laurent a écrit et déclaré: « *Les réflexions qui précèdent ont été inspirées de recherches dans des dictionnaires et sur*

Internet. » Il ne donne aucunes autres précisions sur ses sources. Il faut je crois faire la différence entre INSPIRER et COPIER. Vous trouverez l'intégralité des phrases utilisées par M. Laurent sur le site suivant : <http://www.toupie.org>. Si je dis que je me suis inspiré d'une bibliothèque municipale ou d'Internet, puis-je prétendre avoir déclaré mes sources ??? Je ne crois pas.

Après vérification, j'ai pu constater qu'à l'exception de quelques phrases en introduction où M. Laurent écrit "*mes réflexions*" et "*je me lance*", le texte est une copie. On pourrait s'attendre à plus de rigueur intellectuelle de la part d'un élu. Si ce que M. Legault écrit est faux, j'espère que M. Laurent demandera une rétractation. En fait, M. Laurent devrait admettre avoir fait une grave erreur et con-

firmer qu'il a bien copié le texte du site Toupie.org, en négligeant de préciser la source conformément à la loi sur les droits d'auteurs (© Copyright 2006-2011). Les responsables du site offraient justement la gratuité d'utilisation pour tout usage non commercial en demandant d'ajouter la mention suivante: © <http://www.toupie.org>

André Chrétien, St-Donat



Lisette DESMARAIS
Présidente

ASSOCIATION POUR LA PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT DU LAC ARCHAMBAULT

faire risquaient et, à cet égard, nos archives sont éloquentes, de susciter des inquiétudes et parfois, une fin de non-recevoir. Toutefois, ces bénévoles engagés croyaient fermement qu'ils devaient poursuivre leur chemin et ce, jusqu'à l'obtention des changements souhaités. Toutefois, au cours de ce demi-siècle d'activités, il faut souligner également les bonnes collaborations et les belles réussites. À titre d'exemple, ces dernières années, les associations de lac sont non seulement écoutées mais, qui plus est, elles sont reconnues comme des partenaires dans le développement durable de notre municipalité.

Au cours de la prochaine année,



Ensemble, au service de la nature!

Le cadre de la rubrique du cinquantième, appelée « Saviez-vous que... », petit à petit, nous vous ferons part de la grande et de la petite histoire de l'Apela et de Saint-Donat. Eh oui, l'une ne va pas sans l'autre. En effet, plus nos recherches avancent, mieux nous comprenons que l'une et l'autre ont beaucoup en commun et ont, très souvent, ensemble écrit un pan de notre histoire.

La rubrique «Saviez-vous que...»

M. Pierre Forget, membre de notre conseil d'administration et citoyen avantagement connu de Saint-Donat, a accepté d'être le président du cinquantième anniversaire de l'Apela et le rédacteur

Cette année, l'Apela célébrera son cinquantième anniversaire d'existence. Notons qu'elle est la plus ancienne association de lac de notre territoire et, qui plus est, l'une des plus anciennes du Québec.

À la lecture de nos archives, on constate aisément l'immensité de l'implication de ces nombreux bénévoles qui, année après année, se sont investis pour protéger notre lac contre la pollution et pour le bien-être social et matériel de notre communauté.

À l'époque, parler de pollution et proposer de nouvelles façons de

de la rubrique « Saviez-vous que... ». Outre sa grande connaissance du milieu, il est alimenté par des collaborateurs généreux, tant de l'Apela que de Saint-Donat. Nous profitons de cette occasion pour les remercier.

Si vous avez été un témoin ou un acteur de notre histoire ou encore si vous avez des coupures de presse et des photos à partager, joignez-vous à l'équipe des collaborateurs de Pierre Forget aux numéros de téléphone suivants: Boni-Soir, centre du Village 819-424-2308 ou 819-424-5523.

Nos remercions la direction du Journal Altitude 1350 pour l'ac-

cueil de cette rubrique, particulière de notre cinquantième anniversaire que nous vous invitons à lire. Sachez que l'Apela a une longue histoire de collaboration avec ce journal. Ce qui nous permet d'être en contact avec nos membres et les amis de l'Apela.

Au plaisir de vous accueillir dans la grande famille des gens de la Vallée de lac Archambault.

Pour devenir membre ou nous rejoindre: Courriel: apela-saint-donat@hotmail.com

Téléphone: 819-424-2634 - Site Internet: WWW.apelast-donat.com



par Rachel COUTU

Ma bibliothèque, mon aire de culture

Rendez-vous à la bibliothèque pour connaître la façon de vous y prendre.

Mon coup de coeur, ce mois-ci, va à l'auteur Joseph-Emmanuel Schmitt, né en Belgique en 1960. Docteur en philosophie, après une expérience mystique, il franchit le cap de l'écriture. D'abord le théâtre dont *Oscar et la dame rose*, ensuite les romans et son autobiographie. Souvent, ce sont de courtes nouvelles qui donnent de grands messages en peu de mots. Vous lirez avec plaisir *Concerto à la mémoire d'un ange* qui vous fera aussi réfléchir.

Nos amis de Lans-en-Vercors nous ont fait parvenir un ouvrage

sérieux et bien documenté des trésors oubliés de ce petit patrimoine situé entre les Alpes du Nord et les Alpes du Sud: *Vercors, safari-patrimoine*, de Patrick Olivier-Elliot. À vous de venir le consulter.

La revue Clin d'œil, dont la rédactrice en chef est Émilie Villeneuve, fille de Réjean Villeneuve, s'est maintenant rajoutée à la liste déjà intéressante de notre collection.

Le sondage sur nos services va bon train. Nous souhaitons encore plus de participants dont les suggestions seront prises en considération. Au plaisir de vous servir!

Préparez votre printemps culturel et mettez à votre agenda que le samedi 7 mai prochain, à 20h, à la salle du Collège Sacré-Cœur, la bibliothèque accueille le théâtre Sajou qui viendra, pour la 15^e année, à Saint-Donat présenter leur pièce choisie «Ma sœur est rentrée dans une secte», de Philippe Dandin. Le coût sera de 20 \$ et les profits serviront à améliorer les services de la bibliothèque. La publicité et la vente des billets viendront en mars.

Des Missives d'amour 2010 et aussi de quête d'amour vous attendent à la bibliothèque dont voici quelques extraits: « Si tu étais oiseau, je me ferais branche pour que tu puisses un jour t'y percher... »; « Depuis un bon moment, je ne sais plus qui aimer, ma tête ne sait plus quoi penser. J'aurais voulu que l'amour soit moins compliqué et que ceux que j'avais tant appréciés m'aient en retour, mais cela ne s'est jamais produit... »; « L'amour, c'est comme un océan, ce n'est jamais assez grand... ». Il vous est aussi possible d'écrire la vôtre qui sera publiée après le 25 février 2011.

Eau de source

VENTE ET LOCATION

Distributeur local

SERVICE DE RÉPARATION

819 321-5289

Livraison à domicile

Auberge. La Sauvagine & Restaurant

Table d'hôte **26.50\$**

RÉSERVATIONS: (819) 326-7673 ou 1-800-787-7172

INTERNET: www.lasauvagine.com

Avec des gens de confiance et d'expérience

CHEZM@TIK Centre Informatique

337 rue St-Donat, Place Monette
Tel : 424-1400 Fax: 424-1466

Caméra de surveillance

à partir de 599.99\$ Installation en sus

Installation de Cinéma maison

Vente et réparation d'ordinateur
Service commercial et résidentiel
Formation et service à domicile
Soutien technique
Café Internet
Création site web

Nouveau Support à distance 29.99\$ 30 min

Notre travail est garanti.

www.chezmatik.com
info@chezmatik.com

ÉDITION DU 9 MARS

Date limite pour messages et publicités:

18 MARS

Le Journal Altitude 1350

Conception graphique, édition électronique par Altitude Communications, Saint-Donat. Imprimé par: Imprimerie Transmag inc., Montréal (Québec)

Envoi de publication. Enregistrement #3098. Toute reproduction de texte, photo ou publicité est strictement interdite sans autorisation écrite de la direction. Bien que toute précaution ait été prise pour assurer la rigueur des renseignements, le journal ne peut se tenir responsable des erreurs ou négligences et se réserve le droit de corriger ou rectifier les erreurs. Les opinions exprimées dans le Journal Altitude sont celles de l'auteur et n'engagent en rien la direction du Journal. Aucune lettre anonyme ne sera publiée.

Dépôt légal Bibliothèque Nationale du Québec

Éditeur: **Martin Lafortune**

Chef de la rédaction: **Jean Lafortune**

Publicité: **Nathalie Boussion**

Une publication **COGEPLAN**

Répertorié dans **CARD** (Canadian Advertising Rates & Data)

Nous reconnaissons l'aide financière du gouvernement du Canada, par l'entremise du Programme d'aide aux publications (PAP), pour nos dépenses d'envoi postal.

Canada



Richard Bénéard
maire

Le mot du maire

Pour une cinquième année consécutive, la municipalité de Saint-Donat a participé au «Salon Chalets et Maisons de Campagne» qui s'est déroulé au Stade Olympique du 10 au 13 février dernier afin de se faire connaître davantage et promouvoir les nombreux attraits de notre région.

Lors de la séance du 14 février dernier, le conseil municipal a

procédé à l'adoption du plan d'action de la Politique familiale, et ce, suite au travail réalisé par les membres du Comité famille. Le lancement aura lieu au cours des prochains mois dans le cadre d'une séance d'information publique. Je tiens à souligner le travail colossal et la collaboration du Comité famille.

Malgré une diminution significative du taux de la taxe foncière, certains d'entre vous ont quand même vu leur compte de taxe augmenter. Cette augmentation est principalement attribuable à l'augmentation de la valeur des bâtiments et des propriétés, laquelle a été établie par le Service

d'évaluation de la MRC de Matawinie pour le rôle triennal 2011, 2012 et 2013. Pour ceux et celles qui sont d'avis que leur résidence ou leur propriété a été surévaluée, il est possible d'effectuer une demande de révision auprès de la MRC. Nous vous invitons à visiter le site Internet de la MRC de Matawinie (www.matawinie.org) pour plus de renseignements sur le processus à suivre et afin d'obtenir le formulaire à compléter. Prenez note que votre demande doit être reçue par la MRC au plus tard le 31 avril 2011.

C'est sous une température clémente que s'est déroulée la jour-

née « Plaisirs d'hiver » le samedi 5 février dernier au parc des Pionniers où de nombreuses activités étaient organisées. Félicitations encore une fois cette année au Service des loisirs sportifs et culturels avec le soutien de l'équipe des Parcs et Bâtiments pour leurs excellent travail à l'organisation de cette journée qui a attiré une foule record!

À l'approche de la relâche scolaire, la municipalité est à l'élaborer un programme d'activités spéciales: glissade sur tubes au Mont La Réserve, ateliers de cuisine, expériences scientifiques et autres. Les formulaires d'inscrip-

tion sont disponibles à l'hôtel de ville. Pour de plus amples informations, veuillez communiquer avec le Service des loisirs sportifs et culturels au 819-424-2383, poste 226.

La municipalité est fière de s'associer en tant que « Partenaire Or » pour la 2^e Édition de l'événement Rock & Rose du Mont La Réserve au profit de la Fondation du cancer du sein du Québec. Cet événement aura lieu le samedi 19 mars prochain au Mont La Réserve avec plusieurs kiosques d'exposants, musique et BBQ. Une journée de plaisirs pour tous!

Bénévoles recherchés pour transport-accompagnement

Le Centre communautaire bénévole Matawinie est à la recherche de bénévoles pour le transport accompagnement pour la région Saint-Donat / Notre-Dame-de-la-Merci.

Si vous avez du temps à partager, des heures que vous souhaitez offrir à des gens dans le besoin, c'est de vous dont nous avons justement besoin. Transporter et accompagner les gens à leurs rendez-vous médicaux et autres, ça permet de socialiser avec eux, de combler le vide causé par la solitude, ça permet aussi de «se donner des nouvelles» de ce qui se passe autour, de se sentir encore plus utile. Donner, c'est aussi recevoir.

Pour en connaître davantage, veuillez s'il-vous-plaît me contacter au 1.888.882.1086 du lundi au vendredi entre 8h30 et 12h00 ou entre 13h et 16h30. Il me fera plaisir de vous accueillir au sein de notre équipe de bénévoles transporteurs.

Johanne Gagnon, coordonnatrice des services de maintien dans le milieu

À votre service depuis 30 ans

LISE-ANNE DUPONT
AVOCATE  LAWYER
MÉDIATRICE FAMILIALE  FAMILY MEDIATOR

Mieux vaut prévenir que guérir!

MÉDIATRICE FAMILIALE DROIT MATRIMONIAL

819-507-5427
470, Principale - Saint-Donat

SERVICES INFORMATIQUE PIERRE FORGET inc.
19, Pl. Tournesol, St-Donat, J0T 2C0

(819) 424-2051 Email: info@st-donat.com
Site web: <http://www.st-donat.com/pierremain.html>

• Vente et réparation d'ordinateurs sur place
• Réseautique et montage de serveurs commerciaux et Internet
• Installation Internet
• Conception de sites WEB, hébergement, positionnement et référencement
• Service de support technique commercial

25 années d'expérience



Vente de Démonstrateurs Volvo
Ouvert les samedis

 2010 S80 T6 AWD
Argent, Silver, 95km
PDSF : 62 500\$
Spécial : 48 900\$*

 2010 XC90 3,2 AWD
Argent, Silver, 6526km
PDSF : 54 500\$
Spécial : 43 995\$*

 2011 XC70 T6 AWD
Argent, Silver, 400km
PDSF : 54 000\$
Spécial : 49 995\$*

 **Vendu**
Gris, Oyster, 4300km
PDSF : 53 000\$
Spécial : 48 495\$*

www.frankevolvo.com
180 rue Principale
Sainte-Agathe-des-Monts
1 800 454-4775, 819-326-4775



*Taxes en sus, transport et préparation inclus. Taxes extra, transport and preparation included.

 **RESTAURANT M. PIZZA**
745, Principale • St-Donat

OFFRE D'EMPLOI

Un cuisinier/ère à temps plein immédiatement

Téléphone:
819-424-5811
Demandez Dominic

**4
2
4
-
5
8
1
1**

Saviez-vous que...



par
Pierre FORGET
président du comité
du cinquantième et
responsable de
la rédaction de
cette rubrique

Parlons de l'Apela qui célèbre son cinquantième



*Ensemble, au service
de la nature!*

Saviez-vous que déjà, dès la fin des années 30, certains des premiers administrateurs de l'Apela avaient découvert la beauté du paysage du lac Archambault. Ainsi, André Trudeau, André Poirier, Marc Boisclair, tous confrères de classe du collège Jean-de-Brébeuf, à Montréal, venaient passer des vacances au lac Archambault au chalet des parents de leur ami Gilles Denis. Ces bons vivants deviendront, avec de nombreuses autres familles, des clients de la « Pension Thibault » qui fut par la suite rebaptisée « Hôtel lac Archambault », « Hôtel Bilodeau » et enfin « Château du Lac ».

Saviez-vous que le 15 novembre 1961, l'Association obtenait ses lettres patentes de corporation de la province de Québec sous le nom « Association des propriétaires du lac Archambault / Property Owners Association of Lake Archambault ». MM. Marc A. Boisclair, André Trudeau, Nathan Cohen et Yves Couvrette en furent les premiers requérants.

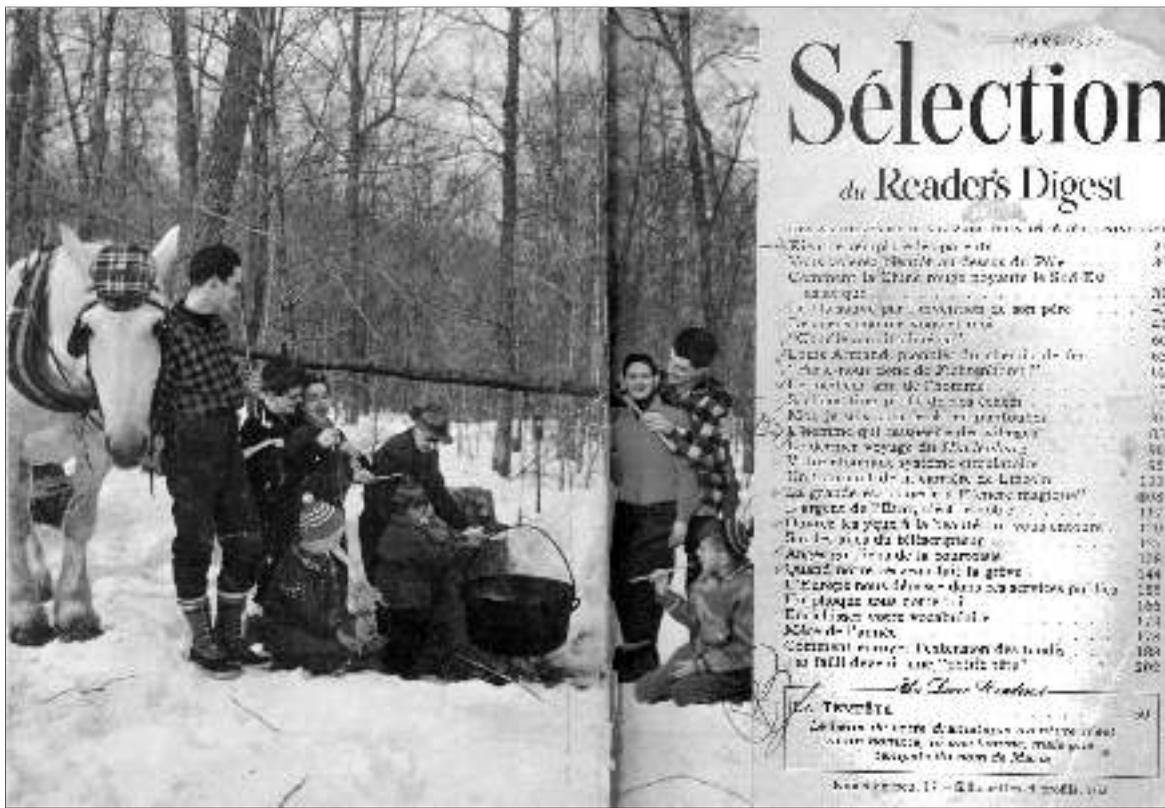
Saviez-vous que les objets de la charte de l'Association des propriétaires du lac Archambault étaient de :

- Grouper en association les propriétaires de résidences et de terrains ayant accès au lac Archambault et de ses environs;
- Protéger le lac contre la pollution des eaux et obtenir des corps publics concernés des règlements prévoyant la construction d'égouts et de fosse septiques;
- Promouvoir et défendre l'intérêt des propriétaires et faire, à cet effet, des représentations aux corps publics

et prendre tout autre moyen utile;

- Promouvoir les intérêts culturels et sociaux de ses membres; s'occuper du bien-être social et matériel des résidents, soit par la création et l'exploitation d'un centre de loisirs, soit par la promotion de services en commun, soit de toute autre manière;
- Établir et exploiter un centre de loisirs, s'occuper, en particulier, des loisirs de jeunes gens, établir et exploiter un centre de loisirs
- s'occuper en particulier des loisirs de jeunes gens, organiser et tenir des cours, conférences, concerts, séances de théâtre ou de cinéma et autres réunions sociales.

Dans les années qui suivirent, l'Association des propriétaires du lac Archambault a été très active. Dans les prochaines parutions de ce journal, sous la rubrique « Saviez-vous que », j'aurai le plaisir de vous parler, entre autres, de la belle aventure des Loisirs du lac Archambault et ses effets fascinants sur les enfants des résidents permanents et saisonniers; des efforts de dépollution du lac Archambault; de la première réglementation des fosses septiques et plus encore... À la prochaine.



La famille Jos Regimbald joue un rôle important dans l'histoire de Saint-Donat, et plus particulièrement dans celle du lac Archambault en tant que propriétaire de vastes terrains, guide de pêche, menuisier, propriétaire de chalets, gardien de chalets, bûcheron. Il possédait une érablière dont la revue Sélection de mars 1957 reproduisait une photo. Que vous soyez résidents permanents, villageois ou villégiateurs, nous souhaitons faire appel à votre mémoire. Question: sur cette photo, nous retrouvons, près du cheval, Bernard Levert, Wilfrid Lagacé, Lucille Lavoie, Édouard Payette et son fils au chaudron, Jeannine Levert et Marcel Hébert. Outre les différents personnages adultes, il y a deux « ti-culs » assis dans la neige. Qui sont-ils, les reconnaissez-vous? Un indice: ces jeunes sont devenus, l'un restaurateur et l'autre commerçant. Vous pouvez répondre par écrit ou par courriel: apela-saint-donat@hotmail.com Adresse: Apela, Case Postale 1021, Saint-Donat, (Qc) JoT 2Co

La Shedo de retour le 24 mars



Il me fait toujours extrêmement plaisir de renouer avec vous pour une nouvelle saison de la Société d'horticulture et écologie de Saint-Donat (Shedo). Notre organisme tiendra sa première

rencontre le 24 mars prochain. Comme à l'habitude, nous commençons la saison par l'assemblée générale qui sera suivie d'une courte conférence présentée par Danielle Caron sur l'histoire et la culture de la lavande.

Nous avons une programmation 2011 qui saura, je l'espère, vous plaire. Quatre conférenciers de renom viendront partager leur passion avec vous sur des sujets tels que la conception de plans d'aménagement, comment réussir avec les cactus, les décorations au

jardin, etc. Deux ateliers vous seront offerts: un sur les bonsaïs feuillus et l'autre sur les travaux requis pour fermer le jardin à l'automne.

Nous vous proposons trois visites de jardins dont le Jardin botanique et sa magie des lanternes qui sauront sûrement vous éblouir. Nous joindrons à la visite des Gerbes d'Angelica une visite au vignoble Négondons. Finalement, nous vous inviterons à participer à une sortie détente sur le bateau mouche l'Évelyne du lac Archambault. Beau programme

en perspective n'est-ce-pas!

Alors n'hésitez pas à acheter votre carte de membre au montant de 25 \$ pour une carte individuelle ou 40 \$ pour une carte couple. Cette carte vous permet d'économiser plus de 50% sur le prix de l'ensemble des conférences et activités. De plus, en étant membre, vous obtenez un rabais substantiel sur tout achat relatif à l'horticulture et selon les conditions du commerçant chez Fleuriste St-Donat ainsi qu'à la Jardinière du Village. Vous pouvez vous procurer votre carte de membre auprès de la SHEDO, C.P. 1044, Saint-Donat, Qué., JoT 2Co ou lors de chacune de nos rencontres. Vous recevrez notre nouvelle programmation au début du mois de mars. Soyez aux aguets et pensez à offrir à vos amis un abonnement cadeau.

que vous aurez des plantes en trop, pensez aux membres qui commencent à jardiner et qui aimeraient bien profiter de votre générosité.

De plus, la Shedo, en collaboration avec le regroupement des sociétés « d'horticulture » du Nord dont nous faisons partie depuis plusieurs années, la ville de Sainte-Marguerite du Lac Masson, la Caisse Populaire des Pays d'en Haut et la MRC des Pays d'en Haut, organise dans le cadre de la Semaine de l'environnement une conférence donnée par le Dr Jean-Patrick Toussaint, de la Fondation David Suzuki, sur la préservation de nos écosystèmes marins et d'eau douce. La conférence aura lieu le vendredi 10 juin à 20 h au Centre culturel de Ste-Marguerite du lac Masson au 414, rue du Baron-Louis-Empain. Suite à la conférence, le Dr Toussaint échangera avec les personnes présentes sur leurs principales préoccupations.

La Shedo est toujours à la recherche de bénévoles pour une ou plusieurs activités. Il y a de la place pour tout genre de talent; la seule obligation, c'est d'avoir le goût de participer dans l'amitié et la bonne humeur.

J'espère vous revoir tous et toutes, ainsi que plusieurs nouveaux adeptes, le 24 mars prochain.

Pour nous rejoindre: 819-424-1532 ou www.saint-donat.info

**ENSEMBLE,
CULTIVONS
NOTRE
PASSION!**

MONUMENTS
Qualité garantie
J.H. Vanier & Fils inc.
3 générations
UNE FAMILLE AU SERVICE DE VOTRE FAMILLE
36, rue Ste-Bruno
Ste-Agathe-des-Monts
326-3322

Diane Monette
AUDIOPROTHÉSISTE

Prothèses auditives de haute technologie et numériques

- Examens auditifs
- Réparations
- Piles et accessoires
- Bouchons protecteurs (eau/bruit)

Une professionnelle à l'écoute de vos besoins

Nouvelle adresse:
664-A, Principale Saint-Donat SUR RENDEZ-VOUS **1-888-672-9939** (sans frais)

Ordre des audioprothésistes du Québec



Fleuriste St-Donat...

suite de la page 1

Après plusieurs années passées en Europe, principalement en Italie et en Suisse, à enseigner la musique, Johanne, elle-même diplômée de McGill en musique, guitare classique et orchestration, et son mari d'alors, architecte italien de la Vallée d'Aoste, région du

nord de l'Italie jouxtant la France et la Suisse, décident de venir s'installer au Canada, au Québec et plus particulièrement à Saint-Donat où la famille de Johanne est installée.

Nouvelle vocation donc pour cette musicienne dans l'âme et son

mari plutôt rompu à la construction de bâtiments, mais pour qui l'attrait des produits floraux se confirme. Avec les années, les commerces de fleuriste un peu partout prennent une tangente vers des produits de luxe pour la personne et la maison. Et Fleuriste St-Donat n'y fait pas exception, de sorte que quiconque entre dans le commerce de Johanne Fontaine à Saint-Donat est entouré de ces objets de convoitise qui font l'en-

vie de tout client qui désire se distinguer.

Mais durant toutes ces années au service de ses concitoyens, Johanne s'est surtout fait connaître pour ses dons de créatrice et décoratrice, créant à l'occasion des symboles pour événements spéciaux au profit de la chambre de commerce ou autres organismes de promotion. Les personnes ayant recours à sa participation la reconnaissent comme point de

référence, les fleurs la préparant sans doute à ce don du beau qui lui est tout naturel.

Un jour, ce sera la retraite pour elle, et c'est vers la musique à temps plein qu'elle voudra sans doute se diriger, même si elle compte déjà plusieurs élèves à qui elle transmet aussi les beautés d'un art qu'elle a appris à maîtriser grâce à son travail assidu d'artiste consommée, dans le merveilleux monde de la guitare.

Boulangerie St-Donat...

suite de la page 1

À cette occasion, le président du Groupe Progima, M. Michel Leroux, a souligné qu'il est fier de compter parmi sa clientèle depuis plusieurs années Boulangerie St-Donat dont deux générations sont à l'oeuvre. Le Groupe Progima est

une société de génie industriel composée d'experts multidisciplinaires qui améliorent rapidement et de façon concrète la productivité des entreprises voulant gérer efficacement leurs ressources.

Elle oeuvre depuis 1990 au déploiement des outils de production à valeur ajoutée (PVA/Lean Manufacturing). Avec M. Michel Leroux, ing., à sa tête, ses principales fonctions consistent à repenser les aménagements d'usine afin d'en optimiser l'espace, faire des recherches d'équipements ou de procédés, résoudre les problèmes de manutention, faire de la réingénierie des processus, iden-

tifier le système d'information adapté aux contraintes d'une entreprise, établir des normes de travail visant le 100% international, réaliser des diagnostics stratégiques ou dispenser de la formation PVA.

Le 20^e anniversaire du Groupe Progima marque le début de la « Reconnaissance Progima » qui sera décerné annuellement aux

entreprises les plus méritantes parmi sa clientèle qui compte au-delà de 400 entreprises manufacturières québécoises.

En 2011, Boulangerie St-Donat occupe le premier rang parmi toutes les marques nationales offertes dans les départements de la boulangerie de toutes les grandes chaînes d'alimentation du Québec.

Grave pénurie de généralistes au CLSC de St-Donat



par
Jean-Marc
HÉBERT

Responsable du GMF

Que nous réservera l'année 2011 volet santé? Espérons un peu de relève médicale. En effet, notre espoir de l'an dernier de recruter un nouveau médecin s'est avéré un échec, le conjoint de cette intéressante candidate ne se trouvant pas d'emploi dans notre région. Pas facile de recruter un médecin de famille ces temps-ci. Nos jeunes médecins préfèrent se spécialiser, ou bien travailler dans un hôpital bien équipé et où l'on peut être sûr de se faire remplacer lors de vacances.

Difficile de croire que Saint-Do-

nat, un milieu de vie si extraordinaire, ne soit pas plus attractif. Notre équipe médicale en place peine à continuer à offrir un *sans rendez-vous* sur sept jours et trouver un juste équilibre pour donner des rendez-vous de suivi. Il y aura donc deux après-midi en mars sans médecin au *sans rendez-vous*, soit les 11 et 18 mars. D'autres journées sont à prévoir aussi milieu avril. Il y aura toutefois une secrétaire et une infirmière sur place afin d'orienter et de traiter certains cas sur place.

Le Dr Luc Majeau continue à faire du *sans rendez-vous* au CLSC, mais tous les patients qui veulent le rencontrer en rendez-vous doivent maintenant appeler à la Clinique du Village au 819-419-0123. Il voit ses patients à la Clinique. Il y a maintenant possibilité de rencontrer une nutritionniste sur rendez-vous. La Clinique

du Village est un site affilié au GMF de Saint-Donat.

Notre projet d'informatisation des dossiers médicaux va bon train. Les résultats de laboratoire et de consultants sont maintenant numérisés dans les dossiers et bientôt, nous serons en mesure aussi de numériser le dossier antérieur. Les prescriptions sont rédigées de façon électronique depuis l'automne 2009. Nous sommes fiers de dire que nous sommes bien en avance sur le dossier santé Québec, et que notre système fonctionne assez bien pour améliorer notre efficacité.

Enfin, quelques personnes nous ont demandé où nous en étions rendus avec le dossier Laurentides Lanaudière... En effet, nous dépendons administrativement de Lanaudière, mais fonctionnons avec Laurentides, jusqu'à un certain point, car depuis quelque temps, lorsqu'une personne suite

à une hospitalisation à Ste-Agathe a besoin de réadaptation ou d'un placement à plus long terme, la personne se trouve à être retransférée dans la région de Joliette, loin des axes naturels de transport, au grand désarroi de la famille. Plusieurs s'en sont d'ailleurs plaint.

D'une part, soyez assuré que les soins donnés par le secteur de Joliette sont d'aussi bonne qualité, mais que nous sommes très sensibles à ses inconvénients, médecins, comme aussi vos élus municipaux. C'est pourquoi actuellement, il y a des démarches afin de trouver un terrain d'entente entre les deux directions de CSSS et les deux Agences. Nous suivons ce dossier de près dans l'espoir d'une solution humaine et cohérente pour notre communauté.

Enfin, le Tournoi de Golf Lauda Garceau au profit de la Fondation

médicale des Laurentides aura lieu mercredi 25 mai. Nous vous rappelons que cette activité permet de recueillir des fonds pour le CLSC-GMF et CHSLD de Saint-Donat afin d'acheter de nouveaux équipements ou de renouveler des équipements vétustes.

Cette année, puisque nous n'avons pas dépensé les montants antérieurs, nous souhaitons appliquer notre collecte pour le renouvellement du scanner de Ste-Agathe, qui date de plus de sept ans, une éternité lorsqu'on sait à quelle vitesse l'informatique évolue. C'est comme si vous aviez un vieux pentium alors que nous sommes rendus à des Ipad. Réservez vos billets auprès d'un de nos organisateurs, Jean-Pierre Garceau, Marcel Gauthier, Michel Lavoie ou moi-même. Bienvenue à Lyne Lavoie qui nous donnera une aide pour la comptabilité.



lesSommets

CHEVROLET BUICK GMC

www.sommetschev.ca







Une équipe à votre service!





Chevrolet Silverado 2011
4 x 4 cabine allongée
ÉDITION CHEYENNE, à partir de
27 999\$*



Chevrolet Cruze LS 2011
à partir de
15 445\$*



2006 Chevrolet Cobalt LS
43 733 km **6 995\$**



2008 Pontiac Torrent AWD
15 162 km **17 995\$**



Chevrolet Traverse AWD 2010
Liquidation 31 150\$*
Prix de détail 41 055\$



Buick Lacrosse CX 2010
Liquidation 25 250\$*
Prix de détail 34 695\$

L'AVANTAGE GM OPTIMUM:

- Garantie du manufacturier
- Privilège d'échange
- Inspection en 150 points et plus
- Assistance routière 24 heures

345, route 117, Mont-Tremblant
819.425.3718 • 1.877.425.3719

* Transport inclus. Détails chez le concessionnaire.

Votre Service de sécurité incendie : toute une équipe veille sur vous! (2^e partie)



Stéphan TURCOTTE
Directeur du service
d'incendie et de
protection civile



tation du Service, nous vous entretiendrons sur les véhicules.

La flotte de véhicules d'intervention comprend :

- un véhicule de service pour le directeur ou l'officier de garde,
- un camion échelle,
- 2 camions autopompes et un camion autopompe citerne.

De plus, le Service dispose:

- d'un bateau de type **Zodiac** servant à la **patrouille nautique et le sauvetage nautique,**
- d'un vtt et d'une remorque de sauvetage pour le sauvetage en sentier hors route et
- d'une remorque servant au transport pour les équipements de sauvetage nautique et les produits pour la récupération de matières dangereuses.

Le mois dernier, nous vous avons présenté la composition du Service d'incendie et de sécurité civile, le genre d'intervention effectué par l'équipe de pompiers et les différentes tâches et dossiers que le Service doit gérer.

Evidemment, pour travailler, les pompiers ont besoin de véhicules et d'équipements adaptés aux besoins que nécessitent les différentes interventions. Dans ce deuxième volet de la présen-

Les pompiers ont reçu une formation pour tous ces équipements et selon le rôle que chacun tient dans l'équipe : conducteur opérateur, fontainier, opérateur de pompe, etc. De plus, pas moins de 50 heures de formation sont suivies chaque année par les pompiers afin qu'ils maintiennent leurs connaissances à un certain niveau. Rien ne doit être laissé au hasard! (Suite de la présentation avec le volet *équipements* le mois prochain).
Merci de lire cette chronique chaque mois et soyez vigilants, en tout temps!



À chacun son sentier



Christiane MARCEAU
Cri-Cri-des-Bois

J'arrive tout juste d'une randonnée à ski et chaque hiver c'est la même rengaine. Les gens font du sport en se foutant complètement des autres. Leur plaisir compte avant tout!

Lorsque vous voyez un sentier de ski de fond, pourquoi aller passer dans les traces? Elles ont été faites avec tant d'efforts humains. La prochaine sortie de ces skieurs pourrait être beaucoup plus agréable si leurs pistes n'étaient pas détruites. Le plaisir du ski de fond, c'est la glisse, plus les traces sont intactes, meilleur est la glisse. C'est ce qui donne tout l'agrément à ce sport.



à ces lacs, j'ai constaté que ces véhicules passaient à différents endroits. La végétation des berges sous la neige est saccagée. Au printemps lors de la fonte des neiges, la protection naturelle sera quasi absente et laissera les sédiments descendre dans les lacs. Pourquoi ne pas passer toujours au même endroit?

Qu'arrive-t-il avec les sentiers de randonnée? L'automne passé, j'ai vu deux individus en quatre roues qui essayaient, de peine et de misère, de monter dans le tracé **du mont Sombre au lac Croche**. Que faisaient-ils là? Un quatre roues qui passe à cet en-

droit détériore le sol végétal. L'érosion s'y installe et des égouts de montagne se forment, créant ainsi des sentiers couverts de boue. Il y a des kilomètres de pistes aménagées pour vous. S'il vous plaît, pourquoi ne pas les utiliser? Gardez cet article bien en vue. Parlez-en entre vous. Sensibilisez vos jeunes et vos amis, pour régler ce problème d'individualisme et d'inconscience humaine. Faire du sport en respectant les gens et l'environnement, cela serait formidable.

Merci à tous de contribuer à un meilleur voisinage.

Pour ce qui est de la raquette, le but de ce sport est de pouvoir fouler la neige dans un environnement sauvage et vierge. Pourquoi abîmer les traces de ski de fond? Passez tout simplement en bordure. Si votre forme physique laisse à désirer, utilisez les sentiers qui sont faits pour vous.

Parlons des Motoneiges et des VTT. Avec le peu de neige que nous avons cette année, tous s'en donnent à cœur joie sur nos lacs. Les motoneigistes et les quatre roues se défoulent en zigzaguant et en faisant des courses sur ces grands espaces. Pour avoir accès

amuser et goûter aux premiers signes du printemps.

Joignez-vous au groupe de motivation et d'entraide à **contre poids** tous les lundis à 19h. Ces rencontres vous aideront à atteindre et à maintenir un poids santé.

Vous pouvez venir jouer au bridge avec des amateurs le mercredi à 19h15 à notre local.

L'atelier **transfert du savoir**, qui a comme objectif l'échange et le partage de votre savoir et de vos talents, vous donne rendez-vous les jeudis à 13h30. Pour partager un talent, pour apprendre ou simplement pour le plaisir d'être ensemble, Yvette vous attend.

Faire de l'exercice peut vous aider à vous maintenir en forme. Adapté à vos besoins, Robert offre des cours de **danse exercice** les vendredis à 9h30. Veuillez noter qu'ils se donneront au Gym Action Fitness. Le coût est de 2 \$ pour les membres et 4 \$ pour les non-

membres.

Pour ce qui est des **cours de danse en ligne**, veuillez noter qu'il y a un changement dans l'horaire. C'est dans le local de la FADOQ les samedis à 10h que vous pouvez venir apprendre à danser au coût de 5 \$ pour les membres, 6,50 \$ pour les non-membres.

Les mardis et jeudis à 13h30, le local est ouvert. Venez nous rencontrer. En effet, une partie de billard, une partie de cartes, différents jeux de société vous permettront de passer un moment agréable en bonne compagnie.

Pour toute information additionnelle, vous pouvez communiquer avec notre présidente, Jeannine Lippé, au 819-424-1205.

Sortir de chez-soi, rencontrer des gens chaleureux, créer des liens, quelles agréables façons de débiter l'année.

Hélène Castonguay,
secrétaire

La Capitale Saint-Donat
Agence immobilière
472, rue Principale
(819) 424-2443
(514) 286-7058

<p>RIVIÈRE OUAREAU - BORD DE L'EAU</p> <p>Maison de 1600 pi², bord de lac, de 70 pi. Terrain plat de 11,425 pi². À prox. du Mt Gerbeau et village. Prix révisé 219,000 \$</p>	<p>LAC PROVOST - BORD DE L'EAU</p> <p>Maison de 2000 pi², 3 étages, 2000 pi² terrain plat, piscine, garage et beaucoup d'autres détails. Terrain: 136,235 pi². Vente le mardi 22 février 2011 à 10h00.</p>
<p>LAC PROVOST - BORD DE L'EAU</p> <p>Piège de sable, 4 car., 4000 pi², garage de 1000 pi². Terrain plat de 75,000 pi². Prix révisé 489,000 \$</p>	<p>LAC ARCHAMBAULT - BORD DE L'EAU</p> <p>Grand chalet de 4000 pi², 3 étages, 2000 pi² terrain plat, piscine, garage de 1000 pi². Terrain: 136,235 pi². Vente le mardi 22 février 2011 à 10h00.</p>

Connaissez-vous la valeur marchande de votre propriété ?

Il nous fait plaisir de vous offrir une estimation gratuite de la valeur marchande de votre propriété.

Téléphonez-nous ! Qui sait, vous pourriez être agréablement surpris !

www.LaCapitaleStDonat.com



Région Lanauadière

Le mercredi 16 mars, nous vous invitons à une **sortie à la cabane à sucre** avec danse à la cabane Alcide Parent, à Saint-Ambroise, au coût de 20 \$ pour les membres et 25 \$ pour les non-membres. Venez vous



par
Jean-Louis
OUELLET

Disponibilité Internet haute vitesse

Jusqu'à tout récemment, l'offre de service Internet haute vitesse était quelque peu limitée dans la région du lac Croche et les prix souvent prohibitifs. Depuis peu, la plupart des fournisseurs majeurs ont amélioré la disponibilité du service à haute vitesse et proposent dorénavant une gamme plus étendue de services ainsi qu'une couverture presque totale du territoire. Avis aux intéressés: magasinez avec plusieurs fournisseurs pour obtenir le meilleur forfait répondant à vos besoins.

Sentiers de la région du lac Croche (avec la collaboration de Claude Soucy, du Club de plein air de St-Donat)

La région du lac Croche offre plusieurs sentiers pour les randonneurs pédestres et adeptes du ski de fond. Il nous fait plaisir de vous présenter

quelques-uns de ces sentiers:

Sentier du Mont sombre - L'accès se fait à partir du Parc du lac Croche. Il s'agit d'une randonnée d'environ 2 kilomètres avec une ascension assez abrupte sur les derniers 400 mètres. Au sommet, vous pourrez observer le lac Sombre, les bassins 1-5-6 du lac Croche ainsi qu'une partie du lac Sylvère. La durée de la randonnée est d'environ une heure (aller-retour). Élévation à partir du point de départ: 130 mètres.

Sentier St-Onge (ski de fond seulement) - Vous accédez au sentier par le chemin St-Onge. Étala sur une distance d'environ 8 kilomètres, vous traverserez quelques ruisseaux chemin faisant dans une nature des plus agréables. Le sentier est assez plat sur toute sa longueur et la durée de la randonnée est d'environ 1,5 heure à 2 heures

(aller-retour).

Sentier rapide des neiges - En empruntant le chemin du Domaine Boisé, vous bifurquerez sur le chemin des Merles et vous voilà au point de départ pour une randonnée d'environ 2,5 kilomètres sur les bords de la rivière Ouareau. Il s'agit d'une randonnée d'environ 1 heure (aller-retour). Le sentier assez plat vous amènera à un abri au bout de la piste. Il est à noter que la piste se poursuit sur le territoire de Notre-Dame-de-La-Merci à partir de ce point sur une distance de 6,5 kilomètres jusqu'au lieu dit des « Cinq chutes » pour les randonneurs plus expérimentés. Vous pouvez aussi accéder à cette partie au bout du chemin du Domaine Boisé.

Sentier Lac Perreault - L'accès au sentier se fait par le chemin du Lac Perreault (face à l'accès public au lac Croche du bassin #1). La randonnée de 3,2 kilomètres et en-

viron 2,5 heures (aller-retour) en forêt vous mènera à un point d'observation du lac Perreault.

Sentier Rochemaure - L'accès se fait à partir du lac Amis d'O. La randonnée sur une distance de 5,9 kilomètres vous amènera à un point d'observation donnant une vue imprenable sur le lac Rochemaure. Durée de la randonnée: environ trois heures.

Sentier Lafrenière - L'accès se fait par le chemin du Domaine Boisé face au chemin des Merles. Le sentier, d'une distance de 3,6 kilomètres, vous mènera au sommet du Mont Lafrenière avec un dénivelé d'environ 160 mètres depuis le départ et fait une boucle jusqu'au point de départ. La durée de l'escapade est d'environ 3 à 4 heures.

Avis aux intéressés: vous pouvez aussi vous procurer une carte des sentiers auprès de l'ARRLC. Bonne randonnée!



Art Boréal a mis l'emphasis sur la formation avec des ateliers de grande qualité

Durant la fin de semaine des 5 et 6 février, les membres d'Art Boréal ont eu le plaisir d'assister à un autre très intéressant atelier dirigé par Caroline Gauthier.

La première journée, nous avons suivi un cours nous rappelant tous les principes de base de la composition. Caroline a illustré tous ces principes à l'aide de tableaux de grands maîtres. Elle avait préparé un cahier de notes de 35 pages, bien illustré, qui nous sera très utile comme référence et guide pour bien structurer nos futurs tableaux. Dimanche, nous avons fait deux exercices très instructifs: d'abord, nous avons photographié l'intérieur de la salle. Vous vous dites probablement qu'il n'y a rien à voir dans le local des arts! Vous seriez surpris de voir les photos, de toute beauté, souvent en grand plan, que nous avons prises. Des détails de plis de nappe, découpe de portes d'armoires, etc.

Ensuite, nous avons construit des « natures mortes » avec des objets apportés de la maison. Pas aussi facile qu'on le pense quand il faut tenir compte des bonnes règles de la compo: relation des masses, compatibilité des formes, etc. Ces compositions ont été photographiées de tous les angles. Caroline avait apporté son ordi et son imprimante. Nous avons donc téléchargé les photos de tout le monde et choisi les trois meilleures de chacune de nous.

Après, c'était l'heure de la vérité, le temps de sortir nos pinceaux. Au début, trois esquisses de 15 minutes chacune. Évaluation des esquisses en groupe; la meilleure servira de modèle pour un « vrai » tableau. Oui, prof et élèves étaient fatiguées après ces deux journées intenses. Nous sortons de cette expérience avec le sentiment d'avoir fait un grand pas vers la compréhension de notre art.

Prochain atelier les 19 et 20 février

Cet atelier a été préparé dans le but de favoriser l'expression de soi. Nous ne chercherons pas à relever l'ambitieux défi de faire beau. Nous pratiquerons plutôt de faire confiance à notre processus créatif personnel. Une seule règle nous guidera: *Porter sur son propre travail un regard inconditionnellement positif*. Nous vous invitons à visiter le site de Mme Noreau pour voir ses Suvres: www.reneenoreau.com

Cout: 80 \$ pour les deux jours pour les membres et 95 \$ pour les non-membres. Une aubaine compte tenu des bons moments créatifs et d'apprentissage que nous passerons ensemble.

Lundi coaching

Notre prochaine rencontre de coaching sera le lundi 28 février avec Caroline Gauthier. Apportez vos Suvres pour que nous en profitons tous. J'aimerais rassurer les nouveaux membres que toutes nos activités sont ouvertes pour tous les niveaux. Les débutants



De gauche à droite: Maria Bazergui, Suzette Genest, Liliane Landry, Line Michiels, Caroline Gauthier, Jocelyne Laflèche et Lise Boyer Gagnon. Johanne Goyette n'apparaît pas dans la photo.

sont bienvenus, il n'y a pas de gêne à y avoir. Il suffit que vous ayez du plaisir à tenir un pinceau.

Si vous voulez participer à un des ateliers, vous devez réserver à l'avance en nous téléphonant ou en nous envoyant un courriel et envoyer un chèque à l'avance à l'ordre d'Art Boréal au 490, rue Principale, Saint-Donat, Qc, JoT 2Co. Réservez tôt, les places sont limitées.

Maria Pálffy Bazergui,
présidente
maria@mariand.net
819-424-5027

Hommage aux engagés en paroisse le 20 mars

La paroisse de Saint-Donat jouit des services d'un très grand nombre d'engagés en paroisse. Or, le dimanche 20 mars prochain, le pasteur et les membres de son Conseil de pastorale paroissiale veulent les mettre en évidence pour permettre à la Communauté chrétienne de les connaître et de leur dire merci.

L'événement se produira au cours de la messe dominicale de 10h30 en l'église de Saint-Donat et sera suivi d'un repas-partage au sous-sol de l'église. Pour égayer la

fête, l'orchestre de Saint-Donat exécutera quelques pièces de musique. Il sera très intéressant de connaître ces personnes qui se dévouent si généreusement dans l'ombre et de connaître quels services elles rendent à la communauté de Saint-Donat. Les uns assument des fonctions obscures mais nécessaires. D'autres, des rôles éclatants, mais plutôt passagers.

Il est très surprenant d'en dénombrer autant, soit 26 ou 27. On peut imaginer que plusieurs per-

sonnes se retrouvent dans plusieurs organismes, mais ce fait permet de réaliser encore mieux leur grand dévouement.

«En conséquence, j'invite toutes les personnes qui rendent des services à l'église ou à la paroisse de se joindre à nous en ce dimanche 20 mars, insiste le pasteur Auguste Legault. Je convaincrs facilement le curé de réduire son sermon ce dimanche-là! Bienvenue à toutes et tous. J'ai bien hâte de vous voir.»

Mercedes-Benz
CERTIFIÉ

taux de financement à partir de **0,9 %***

E350W4matic 2009 Avance de 24 982 KM. 49 990\$ - taxes

TRACTION 4MATIC

Mercedes-Benz

Garantie : jusqu'à 7 ans ou 160 000 km
Confiance : inspection en 150 points
Sécurité : assistance routière d'urgence 24 heures sur 24

Ouvert les samedis

FRANKE MERCEDES-BENZ

1751 rue Principale, Sainte-Agathe-des-Monts
819-326-9075, 1 888 480-9075, www.franke.ca



J'AI ENTENDU DIRE...

Il y a une nouvelle direction O'Divin, bienvenue et bonne chance à Alexandre et Sébastien.

Comment ai-je pu omettre le 8 février, c'était la fête de la chroniqueuse la plus populaire du Journal Altitude. Nul autre que Gabrielle Lafortune.

J'ai très hâte de vous écrire sur la qualité, la beauté et la fraîcheur des sushis de Sylvain Sigouin et Danielle.

Bonne fête au Restaurant Chez Mandy's le 8 mars. Longue vie à votre Resto ! Vous fêtez l'anniversaire de votre commerce? contactez moi

Robert Taylor recherche des bénévoles pour l'organisation de la journée de la Fête Nationale 2011. SVP le contacter au Gym au 819-424-4433

Je me demande si Omar: le directeur de l'Urbanisme a encore ses 2 pouces fonctionnels après la randonnée de motoneige du maire?

N'oubliez pas de leur souhaiter BONNE FÊTE !

- Gérald Dubois: 18 février
- Claudine Pelletier: 19 février
- Estelle Juteau Mc Nicoll: 18 février
- Michel Vaillancourt: 21 février
- Manon Simard: 21 février
- Émile Pilon: 21 février
- René Labelle: 21 février
- Daniel Bortoluzzi: 22 février
- Michèle St-Georges: 23 février
- Madeleine Garceau: 23 février
- Ginette Leroux: 23 février
- Diane Raymond: 24 février
- Jean Lafortune: 25 février
- Danielle Juteau: 25 février
- Gilles Cormier: 26 février
- Denis Lalonde: 26 février
- Steve Léveillé 1980: 26 février
- Line Charron: 27 février
- Louise Morin: 27 février
- Ginette Fleury: 27 février
- Nicole Girard: 27 février
- Jérémy Lavoie: 28 février
- Raymond Legault: 28 février
- Mariette Lavoie: 1 mars
- Patrick Tardif: 2 mars
- Gabrielle Racine: 3 mars
- Gérald St-Denis: 4 mars
- Linda Nadeau: 4 mars
- Mercedes Simard: 6 mars
- Yves Deslauriers: 07 mars

METRO BOUCHER

Motel St-Amour
Salle à Manger X

Saint-Donat



Proxim

BEAUTÉ AU BOUT DES DOIGTS



413, rue Principale

Image
CLINIQUE D'ESTHÉTIQUE ET ELECTROLYSE
pour Elle & Lui

Ô-DIVIN BISTRO

COUP D'ŒIL
-ELLE ET LUI COIFFURE ENR.

- Solange Bouchard: 9 mars
- Nicole Hénault: 9 mars
- Claude Rivest: 10 mars
- Luc Bonin: 10 mars
- André Picard: 10 mars
- Michel Lavoie: 10 mars
- Nicole Lajeunesse: 10 mars
- Jean-Claude Clermont: 10 mars
- Gilles Malboeuf: 11 mars
- Raymond Sigouin: 11 mars
- Ronald Barbeau: 11 mars
- Lucie Potvin: 12 mars
- Antoine Cinq-Mars: 12 mars
- Isabelle Robitaille: 12 mars
- Julien Boudreau: 13 mars
- Lucie Angers: 13 mars
- Madeleine Therrien: 13 mars
- Suzanne Cinq-Mars: 13 mars
- Madeleine Therrien: 13 mars
- Diane Sigouin Coutu: 14 mars
- Alexandre Lavoie: 15 mars
- Lucie Angers: 15 mars
- Sylvain Laporte: 16 mars

- Hélène Ritchie: 17 mars
- Normand Aubin: 17 mars
- Thérèse Bonneau: 17 mars
- Daniel Hardy: 17 mars
- Léo Paul Morin: 17 mars
- Claire Monarque: 18 mars
- Sylvain Sigouin: 18 mars
- Charles Sigouin: 18 mars
- Thérèse Nicole: 18 mars
- Stéphane Matteau: 18 mars
- Claire Lanouette Monarque: 18 mars
- Monique Durand: 20 mars

Vous fêtez votre anniversaire? Envoyez vos nom, adresse, téléphone et date de naissance au Journal Altitude, 365, Principale, St-Donat, J0T 2C0. Plusieurs tirages parmi les personnes fêtées détermineront les gagnants à chaque mois.

Les gagnants pour le mois sont:

Stéphane Matteau (Boulangerie St-Donat), **Danielle Juteau** (Métro Boucher), **Lucie Anger** (Coup d'oeil Coiffure), **Michel Lavoie** (Mécanique LPG), **Raymond Legault** (municipalité St-Donat), **Solange Bouchard** (Variétés St-Donat), **Nicole Girard** (Esthétique Image), **Normand Aubin** (Resto St-Amour), **Sylvain Laporte** (Ô Divin), **Gabrielle Racine** (Beauté au bout des doigts), **Nicole Lajeunesse** (Proxim)

Félicitations à tous les gagnants. Vous avez 30 jours pour venir réclamer votre cadeau au Journal. Passé ce délai, il sera remis à une autre personne.



par Gabrielle LAFORTUNE

La chronique de Gabrielle

Bonjour tout le monde,
Aujourd'hui, je vous parlerai de la semaine de relâche. Pendant le semaine de relâche, vous pouvez faire plein de choses. Et aussi, ce qui a l'air intéressant, ce sont les activités qu'organise la municipalité de Saint-Donat. Il y a plein d'activités comme des films, des expériences scientifiques, de l'art plastique, des glissades sur tu-

bes, etc.
Donc je vous conseille fortement d'y aller si vous ne savez pas quoi faire pendant la semaine de relâche. Et aussi, j'aimerais remercier les personnes qui m'encouragent en me disant qu'elles lisent mon texte à chaque mois. Ça me

fait très plaisir. Je sais que ce mois-ci, ma chronique n'a pas été très longue, mais je laisse la parole à Valérie Patterson, d'Edmonton, en Alberta, qui vous donne son point de vue sur les animaux dans la région.
À bientôt.

Sauvons les animaux en danger

Bonjour,
Mon nom est Valérie Patterson et moi, je veux parler à propos des animaux en danger. J'en ai vu dans votre région l'été dernier. Encore récemment, j'ai vu des animaux dehors. Et ils restent dehors

toute la nuit quand il fait froid.

Après, les animaux courent partout et se font écraser. Comme les chats ou les chiens, ces animaux sont pris ou ils meurent. Si tu trouves des animaux en danger, va les porter dans un refuge ou à la SPCA. Merci.

**Valérie, 11 ans
Edmonton, Alberta**

AMI-Québec: agir contre la maladie mentale, en anglais

Avez-vous un être cher atteint d'une maladie mentale? Participez gratuitement, en restant à la maison, à l'un des groupes d'entraide d'AMI-Québec destiné aux aidants naturels anglophones aux prises avec la maladie mentale d'un être cher.

Les aidants naturels anglo-

phones au Québec, qui éprouvent de la difficulté à faire face à la maladie mentale d'un être cher, sont invités à participer à l'un des groupes d'entraide au téléphone. Les groupes d'entraide constituent des forums neutres, sûrs et confidentiels où les gens se rassemblent pour discuter de préoccupations et problèmes communs.

Nos groupes sont particulièrement conçus pour rejoindre les aidants naturels qui se trouvent dans des régions où les services en anglais ne sont pas offerts, afin de les aider à faire face à la maladie d'un être cher. Un facilitateur est présent pour prodiguer toute l'assistance nécessaire.

« Vous seul pouvez y arriver - toutefois, vous ne pouvez y arriver seul », voilà le principe directeur des groupes d'entraide. Joignez-vous à nous; partagez, écoutez et renforcez vos habiletés à titre d'aidant naturel.

Les groupes se réuniront le mardi soir, 22 février, de 19h à 20h15.

Inscrivez-vous par téléphone ou en ligne. Les places sont limitées, ou consultez le site

www.careringvoice.com

Les familles demeurant hors de la région montréalaise peuvent nous rejoindre sans frais au numéro 1-877-303-0264 pour des conseils sur une base individuelle, pour tout renseignement et pour tout appui.



DOMAINE RÉSERVE DE LA RIVIÈRE NOIRE

Terrains à partir de 20 000\$ à 45 000\$

33 000 p.c. à 70 000 p.c.
Financement disponible

819-424-3734 - 819-424-4224 - 1 877 844-4224
www.domainereserverivierenoire.com

819-424-4576

MARIO DESIGN

REMBOURNAGE
NOUS SOMMES LES SPÉCIALISTES
DE LA RÉPARATION À DOMICILE
SPÉCIALITÉ: CUIR ET VINYLE
NOTRE TRAVAIL EST GARANTI - SERVICE RAPIDE
marlodesignplus@videotron.ca

RÉSERVEZ TÔT POUR LES BATEAUX (TOILES)

Les Chevaliers de Colomb en action

La guignolée – Encore cette année, la Guignolée des Chevaliers de Colomb de Saint-Donat fut un succès. Nous avons reçu beaucoup de denrées non périssables de la part du public et aussi une étroite collaboration de plusieurs commerçants pour la collecte.



Fête de Noël au Foyer – Le samedi 18 décembre dernier, les Chevaliers de Colomb de Saint-Donat étaient présents au Foyer de Saint-Donat pour célébrer la Fête de Noël avec les résidents du Foyer et leur famille.

Le Père Noël était présent, et chaque résident a reçu son cadeau pour Noël sous les yeux de la Fée des Étoiles. Un repas a été servi à tout le monde.

L'après-midi a été agrémentée pour l'occasion au son de la musique sous la direction de M. Rosaire St-Pierre et ses acolytes. Encore une fois, une équipe de bénévoles a participé à la réalisation de cette belle journée

Richard Charbonneau, Grand Chevalier

Système de son – Les Chevaliers de Colomb ont sollicité l'aide financière de certains commerçants et particuliers en plus de participer également à l'achat d'un système de son qui sera installé en permanence au Foyer St-Donat.

Cet équipement servira aux ras-



semblements qui ont lieu au Foyer comme la Fête de Noël et également pour les messes. Ceci est un investissement majeur (1 800 \$) pour la qualité des activités se déroulant à la résidence de nos aimés.

Rosaire St-Pierre, responsable du projet

Merci à nos commanditaires et bénévoles pour toutes nos réalisations –

Municipalité de Saint-Donat, député Claude Cousineau, Dépanneur Pierre Forget, Familiprix, Jean-Pierre Leclerc Service, Ameublement Barbeau & Garceau, Hubert Robin, Manoir des Laurentides, Raymond & Sigouin, notaires, Variétés St-Donat, Vienneau Sport,

Chez Mandy's Bar Le Montagnard, André Simard, barbier, Électricien Marcel Villeneuve, Boulangerie St-Donat, Bertrand & Prescott, Donatech, Éric Aubin, Daniel Rochon, Gilles Tanguay, Gabriel Juteau, Normand Legault, Claire Lessard, Anne-Marie Coutur, Ligue de Quilles Boule d'Or, Claude Hayes, Jeannine Riopel, Huguette Bergeron, Alice Demers, Caisse Populaire St-Donat, Réal Raymond, Réjeanne Lefebvre, Manon Frechette, Maurice Lavoie, Patrick Morin, Groupe H2O, Proxim, André Blais, Réjean Poudrier, Jacques Forget, Chez Matik, Guy Desrochers, Cuisine Michel Faucher, Restaurant M. Pizza, Sylvain Turbide, Martin Laurin, Claude Lafond, Daniel

Cloutier, Monique Issa, Claude Bolduc, Ski Mont-Garceau, Satellite du Nord, Lucille Morin, Josée Ouellette, Louise Beaudry, Claude Lafleur, Évaluation Serge Lavoie, Nathalie Labelle, Benoit Lagacé, André Gagnon Construction Christian Issa, Excavation Réal Légaré, Éric Lambert, André St-Georges, Jeanne Boudreau, André Blais, Gestion Yves Lavoie, La Capitale St-Donat, Jovin Rouleau, Sandra Gagnon, Pierre Poudrier, Suzanne Charbonneau, Hector et Margot Charbonneau, Richard De Villers, Paulette et Jacques Regimbald, Christine White, Marc-André Lavoie, Marché Métro, Journal Altitude.



Le tournoi de hockey de la MdJ lui rapporte 8 500 \$

Remerciements à tous les commanditaires des joueurs ainsi que de tous les bénévoles et nos jeunes qui étaient présents pour le tournoi de hockey du 11 décembre dernier pour la Maison des Jeunes de Saint-Donat.

Voici la liste des commanditaires:

OR: Rayben, H2O, Proxim, Assurances Lafrenière, Notaire Raymond Sigouin. ARGENT: Symtec, Pierre Brousseau, The Irving Ludmer Family Fundation, Caisse Desjardins, Home Hardware, Compo Recycle, Variétés St-Donat, Barbeau et Garceau. BRONZE: M. St-Amour et Fils, Normand Legault, Construction Marion Gauthier, Norman St-

Amour, Construction Claude Hayes, M. Ayotte et fils, Louis Jeanot, Michel Major, Sylvain Turbide, Construction David Simard, Louis-Philippe Richard, Benoit Lagacé, Familiprix, Claude Desrochers ainsi que le Manoir des Laurentides.

Nous vous remercions de votre collaboration au sein de notre organisme. C'est grâce à votre impli-

cation que nous pouvons offrir un endroit aux jeunes pour se réunir, échanger et vivre de bons moments entre amis.

Pour notre part, nous avons eu un temps des Fêtes bien rempli: souper de Noël, jeux, patin, nous avons aussi loué l'aréna pour une partie de hockey ainsi qu'une belle journée de ski au Mont-Garceau.

Pour terminer, voici l'horaire pour l'hiver 2011: Mardi : 17h-21h; jeudi : 17h-21h; vendredi : 17h-22h; Samedi : 13h - 22h; Dimanche : 13h-17h.

En vous souhaitant une belle année 2011! Au nom de toute l'équipe de la Maison des Jeunes, 819-424-3811.

Session d'hiver de l'UTA de St-Donat

Pour notre plus grand plaisir, l'intérêt pour l'Université du 3^e âge (UTA) se confirme. La session d'automne 2010 ayant soulevé tant d'intérêt, nous avons hâte de vérifier si la session d'hiver attirerait autant de personnes. Eh bien oui! Nous enregistrons 110 inscriptions pour la session d'hiver 2011.

Ce sont donc 24 étudiants qui suivent les cours d'espagnol (débutants) tous les mercredis, de 9h30 à 12h. C'est une série de 10 cours, donnés par la professeure Marie-Andrée Langevin.

«La loi et la vie de tous les jours», causerie qui a été offerte à 23 étudiants. Le 20 janvier dernier, M. Richard Barbeau, avocat, en était le conférencier.

La causerie sur l'astronomie ainsi qu'une visite de l'observatoire du Pavillon Velan, du Domaine Saint-Bernard (Mont-Tremblant) ont lieu le 1^{er} et le 17 février. M. Jean-Marc Richard, astronome, anime ces deux activités pour les 36 étudiants inscrits.

Et pour terminer, un peu d'histoire: l'Égypte ancienne: ses my-

thes, ses mystères, et sa fascinante culture. Ces deux rencontres (30 mars et 6 avril 2011) sous forme de conférences sont données par M. Denis Goulet, égyptologue. Avec tout ce qui se passe actuellement au Proche-Orient, il sera

intéressant d'en savoir davantage; 27 étudiants suivront donc ces rencontres avec beaucoup d'intérêt.

Si vous n'êtes pas inscrits et que vous désirez assister aux deux

rencontres sur l'Égypte, il vous sera possible de le faire à raison de 15 \$ par rencontre. Toutes ces activités ont lieu à la Salle Jules-Saint-Georges à l'hôtel de ville de Saint-Donat.

Enfin, nous prévoyons l'assemblée générale en mai prochain; la date n'étant pas fixée, surveillez les annonces. Nous dévoilerons

alors la Programmation pour l'année 2011-2012; un brunch sera servi. Nous vous y attendrons avec plaisir.

Françoise Nadon
819-424-3394
Louise Beaudry
819-424-3230



Offres d'emploi étudiant

La Municipalité de Saint-Donat est à la recherche d'étudiants pour combler les postes suivants pendant la saison estivale :

Agent de sensibilisation environnementale

Journalier aux travaux publics

Préposé à l'information touristique

Professeur de tennis

Agent de terrain en environnement

Moniteur au camp de jour

Préposé aux parcs et bâtiments

Surveillant-sauveteur plage

Si vous êtes intéressé à faire partie de cette équipe dynamique, faites parvenir votre curriculum vitae, avant le 18 mars 2011, à l'adresse suivante, en prenant soin d'indiquer pour quel emploi vous postulez : Municipalité de Saint-Donat (Emplois d'été) 490, rue Principale, Saint-Donat (Québec) J0L 2C0

La forme masculine est utilisée à titre indicatif

O Divin Bistro, nouvelle administration



Les nouveaux administrateurs de O Divin Bistro, de Saint-Donat, ont pendu la crémaillère le samedi 29 janvier dernier au cours d'un 5 à 7, suivi des accords du band du proprio, Zed, et de la participation du DJ jusqu'à 3h du matin. On voit ici, dans l'ordre, les anciens administrateurs Michel Lachance, Liz Dallaire et Marjolaine Lachance, les nouveaux administrateurs Alexandre Therrien et Sébastien Réhaume, ainsi que les conseillers municipaux Paul Laurent et Sylvain Sigouin.

La Comédie musicale Un Oiseau de Feu, une expérience hors du commun

L'organisme CINELL met des ressources professionnelles autour du projet de la comédie musicale *Un Oiseau de Feu* permettant aux jeunes de vivre une expérience hors du commun.

En effet, les 32 jeunes et les 12 adultes comprenant la distribution travaillent depuis le mois d'août dernier avec des professionnels passionnés qui les dirigent dans les différents domaines regroupant le projet. Ils sont donc entourés, en chant, par Marie-Claire Séguin, Louise Beaudry et Jean-Marc Perron; en percussion africaine et en danse gumboots par Karine et Martin, de l'école Samajam de Montréal; en technique théâtrale par Marie-France Guénette.

De plus, en musique, ils seront accompagnés lors des représentations par cinq musiciens professionnels dirigés par le chef Daniel Piché. Mme Francine Chalifoux orientera les directeurs artistiques pour le choix des costumes. (Voir les photos des jeunes lors de la session de travail du 7 février dernier).

Chacun des jeunes s'investit et progresse considérablement de semaine en semaine suite aux efforts qu'il y met. Le résultat vous étonnera.

Les citoyens de notre milieu, les



commerçants et les organismes ainsi que les institutions telles que la municipalité de Saint-Donat, la CSL et la Fondation de la CSL, la Caisse Desjardins, la Fondation Hélène et Réal Raymond appuient le projet et participent à sa réalisation par leur soutien financier et leurs encouragements.

Les billets pour les représentations des 1^{er}, 2 et 3 juillet seront en vente au kiosque touristique à partir du 1^{er} mai 2011. Le coût du billet sera de 25 \$ et de 5 \$ pour les jeunes de 5 à 16 ans.

Louise Beaudry, directrice artistique



Groupe Sutton-Laurentides
AGENCE IMMOBILIÈRE



Gilles BELHUMEUR
Courtier immobilier



QUAND UN RÊVE DEVIENT UNE ADRESSE
Les vedettes du mois:



Bord Lac Blanc. Près du village, plage sablonneuse, bord de l'eau navigable
Nouveau prix: **\$369 000**
GILLES 514.708.0450



Accès Lac Archambault. Chalet + terrain voisin constructible, accès et droit d'amarrer une embarcation, près du Mt-Garceau Aubaine :
\$179 900
GILLES 514.708.0450

RECHERCHÉ
VOTRE PROPRIÉTÉ
\$\$\$ info Gilles 514.708.0450



530, rue Principale St-Donat **514.708.0450**
gbelhumeur@sutton.com

Un jeune Donatien sur la glace du Centre Bell

Le jeune Laurent Desjardins, 7 ans, catégorie novice au hockey mineur de Saint-Donat, a eu la joie et le bonheur d'être choisi pour porter le drapeau du Club de hockey Le Canadien sur la glace du Centre Bell lors de la partie du jeudi 10 février dernier.



Compo Recycle remercie ses employés

Pour avoir contribué, par leur constance et leur collaboration journalière, à l'obtention du **Prix québécois de l'entreprise citoyenne 2010** (catégorie PME)

CAMPAGNE CENTRAIDE
LANAUDIÈRE 2010-2011
Pour avoir amassé la magnifique somme de **4 800 \$** en dons à la source (DAS) et autres dons

merci



merci

www.comporecycle.com

MétéoMapp

La fin février, soit du 25 au 28, nous amène de la faible neige et un temps plutôt humide, selon notre pronostiqueur Chapman Mapp. Début mars, venteux et humide. Du 7 au 13, beau soleil. Le 13 mars, on avance l'heure... déjà. Du 14 au 20, très froid et brume matinale. Du 22 au 25, neige se changeant en pluie. Les 27 et 28, humide et venteux. Du 29 au 31, pluie et venteux. Le début avril verra une alternance de beau temps et de nuages jusqu'au 8.

Gagnante du tirage d'Ameublement Barbeau & Garceau

Ginette Martel est la gagnante du tirage qui a eu lieu chez Ameublement Barbeau & Garceau le 31 décembre dernier. Madame Martel s'est mérité un foyer électrique Dimplex. On la voit dans la photo en compagnie de Pascal Barbeau.



Agora Nautique Un site web à la portée de tous



par
Jean DÉSY

Grâce à la collaboration de Mme Annie Clément *, conceptrice et réalisatrice professionnelle de sites web, vous pouvez en un clic avoir accès à beaucoup d'informations sur l'Agora nautique et École de voile de Saint-Donat <http://www.agoranautique.org/>. Inscrivez cette adresse dans vos favoris et partagez-la à tous vos contacts.

Vous trouverez sur ce site une brève présentation de notre mission, notre programmation et coûts 2011, les liens pour avoir accès à nos formulaires, pour devenir membres locataires à 5 \$, supporteur (donateur) à 20 \$ ou actif (participation à l'assemblée générale) à 50 \$.

Vous visualiserez notre galerie de photos où plusieurs membres se reconnaîtront. Vous aurez instantanément accès à la webcam

qui présente en temps réel notre magnifique lac Archambault, grâce à Services Informatiques Pierre Forget.

Même s'il y a encore beaucoup de neige, il est déjà temps de penser à vos réservations pour l'été:

- Une ou deux semaines de camps de jour de voile à partir de 7 ans. Ils auront lieu le 4 et 11 juillet 2011;

- Un mouillage pour votre quillard;

- Quelques heures de leçons privées ou semi-privées sur voiliers

ou planches à voile.

Nous offrons également des certificats cadeaux pour ces activités.

Vous pouvez contacter Jean Désy, président directeur général, par courriel à agora.nautique@hotmail.com ou par téléphone au 819-424-4533 pour vos réservations.

Nous attendons vos communications. Bonne fin d'hiver.

* Si vous désirez rejoindre Mme Annie Clément, vous pouvez la contacter à l'adresse suivante: annie@virtualismedia.ca



Ce fut la fête du bonheur le mardi 15 février au Clos des Délices. Philippe nous a concocté un menu toujours aussi raffiné, et Myriam a ajouté sa touche personnelle pour faire de cette soirée une fête formidable.

Nous agrandissons notre association de mois en mois, et d'autres personnes se joignent à nous pour une rencontre mensuelle intéressante. Notre cercle peut s'agrandir encore, et nous espérons qu'il deviendra de plus en plus important.

En mars, nous irons Au Vieux Moulin pour le temps des sucres. Le menu sera d'occasion, les grands-pères en feront partie. Alors à la prochaine, pour fêter La St-Valentin.

Irène Beaudry, secrétaire



ÉVÈNEMENT

RABAIS SUR LES ENSEMBLES

ÉCONOMISEZ **200 \$***

REMISE INSTANTANÉE
À L'ACHAT D'UN ENSEMBLE DE CUISINE
AMANA® COMPRENANT TROIS APPAREILS
ÉLECTROMÉNAGERS ADMISSIBLES

OFFRE D'UNE DURÉE LIMITÉE :
Valable chez les marchands agréés d'appareils
électroménagers Amana® participants pour les achats
effectués entre le 3 et le 27 février 2011

Pour tous les détails, consultez un associé des ventes.



ENSEMBLES DE CUISINE DISPONIBLES EN : **ACIER INOXYDABLE** **NOIR** **BLANC**

* Remise instantanée en magasin valable à l'achat d'un ensemble de cuisine Amana® comprenant trois appareils électroménagers admissibles chez le même marchand agréé d'appareils électroménagers Amana® participant, au même moment, entre le 3 et le 27 février 2011. Certaines conditions peuvent s'appliquer. L'offre ne peut être jumelée à aucune autre offre d'appareils électroménagers Amana®. La remise instantanée sera déduite au moment de l'achat. Il se peut que les modèles ne soient pas tous disponibles chez tous les marchands. La TPS/TVA/TVQ et la taxe de vente provinciale (le cas échéant) sont comprises dans le montant de la remise. L'offre n'est pas destinée aux marchands, constructeurs ou entrepreneurs. Recherchez le symbole ENERGY STAR®, il indique que le produit répond aux exigences ENERGY STAR® en matière d'efficacité énergétique.
© Marque déposée/™ Marque de commerce de Maytag Corporation ou de ses sociétés affiliées. Utilisée sous licence au Canada, © 2011. Tous droits réservés.

**Ameublements
Barbeau & Garceau inc.**

**Nous avons en magasin
ce que vous avez en tête**

435, rue Principale, Saint-Donat Qc J0T 2C0
Tél.: (819) 424-2133 . 1 800 959-2133

Membre ATEA du Québec

Il est temps d'opter pour Shaw Direct.

Avec notre imbattable forfait Populaire français, vous avez accès à plus de 160 de vos canaux préférés, dont plus de 25 en haute définition, pour seulement **29,99 \$ par mois. De plus, pour une durée limitée, obtenez GRATUITEMENT un récepteur HD et un récepteur à définition standard!**

Pourquoi vous contentez de moins?

- Satisfaction de la clientèle des services par satellite la plus élevée au Canada.**
- Aucuns frais de location d'équipement ni aucun contrat à long terme.
- Installation de base gratuite de trois récepteurs.
- Appels de service à domicile gratuits.



SHAWDIRECT.CA/FR

SHAW DIRECT

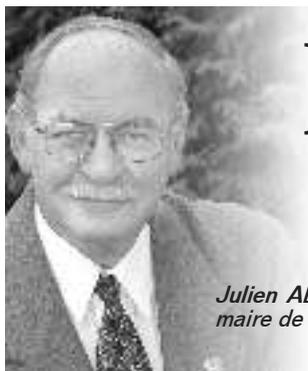
TÉLÉ PAR SATELLITE 100% NUMÉRIQUE

Découvrez par vous-même pourquoi 90 %* de nos clients déclarent qu'ils recommanderaient notre service à leurs proches. Voir les détails chez.....



819 424-2965

- Systèmes de sécurité
- Caméras de sécurité
- Câblage structuré, TV, Tél., réseau, audio



Julien ALARIE
maire de NDM

L'Écho du conseil municipal

Salutations à tous,
Nous vous invitons à visiter la nouvelle patinoire ainsi que le nouveau chalet des patineurs en place depuis le 8 février. Ce beau petit chalet chauffé a été construit par l'équipe des travaux publics. Félicitations, vous avez fait un excellent travail. Tel que déjà mentionné, la réalisation de ce projet a été subventionnée dans le cadre de la politique nationale de la Ruralité.

Dans le projet du réaménagement de la cour d'école, en plus de la patinoire, le dossier du parc-école chemine normalement et les travaux seront réalisés à l'été 2011. Ce projet est piloté conjointement par la Commission scolaire, la municipalité et le conseiller responsable des infrastructures sportives, M. André Lapierre. Ce projet est subventionné en majeure partie par le ministère de l'Éducation, des Loisirs et du Sport. Il est important de mentionner que ces installations sont accessibles à l'ensemble de la population de Notre-Dame-de-la-Merci.

Lorsqu'une soirée de collecte de fonds se déroule à guichet fermé, cela signifie que les organisateurs ont été très actifs et efficaces. Le 5 février dernier, le traditionnel souper au profit de la Fabrique a été

un succès au-delà de toutes les attentes. Les 230 billets ont trouvé preneurs rapidement, la salle communautaire pleine à craquer, un excellent repas, une ambiance de joie, de fraternité et de partage y régnaient. Félicitations aux marguilliers, aux bénévoles et merci aux commanditaires.

Notre-Dame-de-la-Merci a été pré sélectionné « Municipalité Plein-Air » par la revue GÉO PLEIN AIR. Elle est finaliste avec 50 autres municipalités. Ce concours a pour but de nommer les 10 municipalités le plus PLEIN AIR du Québec. Pour voter, vous devez visiter le site <http://www.geopleinair.com/top10-villes-pleinair/> alors vite, vite...

À votre ordinateur et pourquoi ne pas demander à vos amis, vos voisins et votre parenté de voter pour Notre-Dame-de-la-Merci qui est sans contredit la municipalité PLEIN AIR du Québec.

Autre sujet: vous avez certainement remarqué les modifications apportées au règlement de taxation. Dans un esprit d'équité, nous avons exclu les frais de la collecte à trois voies du taux de taxe sur l'évaluation. Nous avons abaissé ce taux de 30%, nous avons facturé le montant que la municipalité défraie par unité d'habitation. Cette nouvelle méthode est certainement plus équitable pour tous, méthode qui est implantée dans la plupart des municipalités du Québec.

Plusieurs d'entre nous sommes à planifier des travaux de rénova-

tions, de construction, de revitalisation des rives, etc. Afin d'éviter des situations contraignantes, parfois frustrantes, informez-vous de la réglementation municipale et provinciale. Un appel téléphonique au service d'urbanisme 819-424-2113 poste 7230 ne prend que quelques minutes, vous serez ainsi bien informés.

Profitons du plein air.



Bonjour à tous,

Février sera un grand mois pour les loisirs et la culture.

Nous sommes à finaliser les derniers préparatifs de la deuxième

édition du Carnaval Notre-Dame en Blanc les 25-26-27 février. À ne pas manquer le feu d'artifice le vendredi 25 février à la halte qui donnera le coup d'envoi de ce Carnaval qui durera toute la fin de semaine. Marche aux flambeaux, partie de hockey bottines et inauguration de la patinoire, souper dansant (organisé par le Paradis du Quad Ouareau), traîneaux à chiens, envolés de cerfs-volants (espérons que cette année le vent sera là), balade en calèches raquette, glissade. Si vous n'avez pas reçu le dépliant, vous pouvez le consulter sur le site Internet au www.municipalitenotredamedelamerici.com Procurez vous votre laissez-passer

auprès de nos duchesses France Blouin, Julie Aubin, Lise De Grandmaison, Manon Bordeleau, Roxanne Duffault ou à la bibliothèque et à l'hôtel de ville.

Petite énigme pour vous: les cinq premières personnes qui auront trouvé la réponse mériteront un laissez-passer gratuit pour le Carnaval.

Mon premier est virtuel

Mon deuxième est rempli d'informations

Mon troisième le laissez-passer du Carnaval y sautille

Mon tout est à un clic de chez soi

Laissez votre réponse au 819-424-2113 poste 7260. Bonne

chance!

À la bibliothèque, notre responsable ainsi que son équipe nous organisent des activités à remplir un calendrier (consultez le Rassembleur). Le Centre régional de services aux bibliothèques publiques des Laurentides (C.R.S.B.P.L.) a dévoilé que la bibliothèque de Notre-Dame-de-la-Merci était celle qui comportait le plus d'activités culturelles pour l'année 2010. Félicitations! Peintres et artisans de Notre-Dame-de-la-Merci, réservez votre place à la bibliothèque. Notre « coin de la Culture » débutera en mars prochain. Eh oui, vous pouvez exposer vos œuvres gratuitement à la bibliothèque qui vous offre une vitrine culturelle. Renseignez-vous auprès de Mme Céline Riopel.

Isabelle Parent,
conseillère

Souper bénéfique à NDM, succès sans précédent

Le samedi 5 février 2011, la soirée de collecte de fonds au profit de la Fabrique de Notre-Dame-de-la-Merci a eu lieu à la Salle communautaire du village, et le succès a dépassé tous les objectifs du comité organisateur; le résultat financier est au-delà de toute attente.

Grâce à la générosité de nos nombreux commanditaires et à l'aide de plusieurs bénévoles, en plus d'être un succès financier, ce souper s'est déroulé dans une ambiance extraordinaire. On avait annoncé la Fête de la St-Valentin, et nous avons vraiment senti beaucoup de bonheur, de joie, de plaisir et surtout beaucoup d'amour. Tous se sont amusés et le sourire de chacun était éloquent même sur les petites heures du matin.

Merci à notre député Claude Cousineau qui était présent et aux gens qui sont venus d'Entrelacs, de Saint-Donat et d'ailleurs. Ils ont participé avec nous, les gens de NDM, à cette grande fête.

André, Louis-Hébert, Monique, Pierre, notre curé et moi-même avons été ravis et heureux de vous recevoir.

Irène Beaudry, membre du comité organisateur

LA CUILLERE À POT MAINTENANT UNE AUGERGE OFFRANT DE NOUVEAUX SERVICES



Eh oui! Depuis décembre dernier, l'**Auberge La Cuillère à Pot** s'est refait une beauté tant au niveau de sa salle à manger laquelle est maintenant plus conviviale et familiale en se distinguant du Bar. De petits murets ainsi qu'un espace détente devant le foyer avec fauteuils et tables pour prendre un verre et manger en bonne compagnie y ont été aménagés pour votre confort.

Aussi, une salle de réception pouvant accueillir de 75 à 100 personnes a été aménagée avec un service Bar, Foyer en pierre des champs et salles de bain complètes le tout décoré avec goût pour mieux desservir les besoins de la région soit pour des réunions, anniversaires, mariages et autres. Des menus personnalisés en table d'hôte ou encore buffet froid peuvent y être servis par un personnel expérimenté et courtois, incluant le service Bar, sur demande. Pour ce qui est de la musique, une console y est disponible pour animer vos soirées ou encore un musicien peut être fourni selon vos besoins et style de musique désirés.

En plus, une salle de massothérapie aménagée de deux tables de massages avec les services de Pascal Grandlair et Diane Choquette comme massothérapeutes a été aménagée dans les lieux pour, encore une fois, rendre accessible à notre clientèle et les gens de la région, un lieu de détente et de relaxation. Suite à un bon repas et une soirée en bonne compagnie bien arrosée, pour plus de sécurité l'Auberge offre un service de accompagnement personnalisé en mini vanne à sa clientèle.

Donc, pour plus d'informations, tels que **FORFAITS, TARIFS et AUTRES COMMODITÉS** consultez notre site WEB : www.cuillereapot.com ou encore nous contacter le **819-424-2252**.

Espérant que nos clients et clientes sauront apprécier les améliorations apportées à notre Complexe Hôtelier lequel se dotera de nouveaux ajouts au printemps 2011 pour mieux répondre aux besoins de notre clientèle pour laquelle nous travaillons car elle est notre raison d'ÊTRE.

Espérant vous y rencontrer très bientôt,

L'ÉQUIPE DE LA CUILLERE À POT 2010



par
Efrat
Laksman

Pour le plaisir des sports d'hiver

Il reste encore un peu de temps pour profiter de la neige. Être actif à l'extérieur est excellent pour la santé, la forme physique et le moral. Les sports d'hiver, comme le ski alpin, le ski de fond, la planche à neige et le patinage, sont des activités agréables à faire en famille aussi.

Respirer l'air frais, sentir le froid nous mordre la peau lors de la pratique de sports d'hiver est très stimulant et amusant, mais si nous ne les pratiquons pas

adéquatement, cela peut entraîner de graves blessures. L'inactivité pendant la période hivernale est malheureusement fréquente. Avec les journées plus courtes, les heures d'ensoleillement réduites et le froid, la plupart d'entre nous préféreraient hiberner jusqu'au printemps. Il faut être préparé pour éviter des blessures et le manque de motivation.

Pensons à certains sports que nous pratiquons avec nos enfants et aux différentes parties du corps qui sont sollicitées lors de ces activités. Le ski alpin est exigeant pour les genoux, le ski de fond est cardiovasculaire et intense, la planche à neige est risquée pour les poignets, les genoux, etc. De

plus, comme tous ces sports sont pratiqués à l'extérieur, respirer l'air froid augmente d'autant leurs niveaux de difficultés. On est d'habitude au courant de tous les bénéfices mais pas de tout les problèmes possibles. La meilleure solution est de rester en forme toute l'année pour profiter pleinement de nos activités hivernales.

Alors, voici quelques conseils à observer pour pratiquer les sports d'hiver en sécurité:

- Surveiller toujours les jeunes enfants pendant les activités. Il est facile de tomber, de se faire des entorses aux chevilles, de se blesser au cou, aux genoux, à la tête, de s'étirer des ligaments, etc. Il ne faut pas oublier que les jeunes

aiment bien se lancer des défis et qu'ils sont parfois intrépides;

- faire prendre des leçons avec des professionnels, quel que soit le sport pratiqué. Ainsi, les enfants apprendront à maîtriser les techniques de leur sport et ils pourront s'améliorer plus rapidement en étant plus conscient des dangers;
- s'assurer que l'équipement sportif est adéquat pour une pratique sportive sécuritaire;
- porter tout l'équipement indispensable: casque de sécurité, genouillères, protecteur pour le visage et le nez, masque pour les yeux, sans oublier des vêtements chauds;
- apprendre aux enfants à ne pas dépasser leurs capacités et

leurs limites dans la pratique de leur sport. Les risques de collision et de chutes deviennent alors très élevés;

- montrer à nos enfants à faire des sauts de façon sécuritaire pour eux-mêmes et pour les autres sportifs. Ne pas oublier que ce sont les sauts qui causent le plus de blessures à la colonne vertébrale et au cou;
- enseigner le respect des autres sportifs en tout temps afin que tous puissent profiter de leur moment de détente;
- être en forme physiquement aide grandement à la pratique des sports;
- faire des étirements à la fin des activités sportives;
- effectuer de l'exercice physique tout au cours de l'année et diversifier ses activités aident à mieux performer.

- Pensons à nous amuser en toute sécurité!



Ça se passe à la bibliothèque de NDM

Atelier culinaire: Gnocchi

Le jeudi 3 février, c'est dans la joie que 15 personnes se sont réunies à la salle communautaire pour s'initier à l'art de faire des gnocchis. Nos deux gagnants de prix de présence sont Mme Fanie Charron et M. André Sénécal. Merci à ceux qui se sont déplacés pour participer à l'activité ainsi qu'à nos deux maîtres, Joëlle et Réal.

De cette soirée, une idée a germé: instituer d'autres ateliers culinaires sous différents thèmes comme les sushis. Si vous êtes in-

téressés, vous n'avez qu'à communiquer avec moi à la bibliothèque et me faire part de vos attentes. Nous pourrions ainsi vous concocter des ateliers intéressants.

Le coin de la culture

Il sera en fonction à compter du 2 mars, selon l'horaire de la bibliothèque. Voici comment fonctionnera notre coin de la culture:

1- Un exposant par mois, du premier jour au dernier jour d'ouverture de la bibliothèque.

2- Vernissage de l'artiste, auquel toute la population est conviée, le premier samedi du mois.

Samedi 5 mars, à 13h: vernissage de Mme Simone Carrier, ar-

tiste peintre. Je vous invite à venir la rencontrer.

21 mai: à ne pas manquer, l'inauguration officielle *Le Coin de la Culture* à 14h. S.V.P. réserver vos places avant le 1er mai.

Scrabble duplicate Nous nous rencontrons tous les mardis soir 18h45. Bienvenue aux intéres-

sés.

Concours de dessins sous le thème *Mon pays ce n'est pas un pays c'est l'hiver*. Les participants regroupés en deux catégories (enfants et adultes) ont jusqu'au 15 avril pour illustrer ce que leur inspire notre belle saison blanche. S.V.P. nous faire parvenir vos des-

sins avant le 15 avril.

Heure du conte Tante Joëlle attend les enfants de 3 à 8 ans le 12 mars à 9h45.

Pour vous inscrire aux différentes activités ou me joindre.

Céline Riopel, responsable de la bibliothèque Notre-Dame-de-la-Merci
Téléphone 819-424-2113
poste 7261 Courriel biblio42@crsbpl.qc.ca

Bonne période pour la motoneige dans la région

À ce jour, la condition des sentiers s'améliore de jour en jour pour la motoneige. Nous n'avons pas reçu de grosses accumulations, et pour essayer de ne pas trop détériorer les sentiers, je vous donne un petit conseil: réduisez votre vitesse avant les courbes afin d'empêcher le sous-virage de votre motoneige, c'est minime comme effort mais à répétition, ça peut faire une différence.

J'ai parcouru plusieurs secteurs en périphérie de Saint-Donat, et je peux vous dire que nos conditions de sentiers sont très bonnes. Merci à nos conducteurs de surfaceuse; vous faites du bon travail.

Avis à vous motoneigistes de Saint-Donat, de Notre-Dame-de-la-Merci, et des alentours: le vol de motoneiges est en augmentation. Plusieurs précautions sont



Le fameux pont suspendu de Notre-Dame-de-la-Merci.

envisageables pour empêcher les vols. Enchaîner votre machine

dans une remise ou un garage peut aider à dissuader les voleurs. Ne laissez jamais vos clés sur la machine. Soyez vigilants. Si vous voyez un véhicule suspect, n'hésitez pas à prendre le numéro de plaque et si nécessaire, le signaler à la SQ. Opération Oeil de Lynx, c'est un peu ça aussi. Un effort collectif rapporte à tous.

Pour ce qui est des droits d'accès dans les sentiers, félicitations! La grande majorité des motoneigistes ont leurs droits d'accès ainsi que tous les documents qui s'y rattachent. C'est à notre avantage que le plus grand nombre de gens venant chez nous prennent leurs permis ici, Le Club de motoneige s'en portera beaucoup mieux. Je vous rappelle que tous les patrouilleurs ainsi que le conseil d'administration ne reçoivent aucun salaire, c'est du bénévolat.

Bonne fin de saison à tous.

JEANNE-D'ARC SIMARD LAMBERT (1934-2011)



MAMAN

«UNE DAME AU GRAND COEUR ET UNE FEMME DE TÊTE»

Jeanne-D'Arc Simard, fille de Joseph Simard à Pit et de Marie-Ange Aubin à Honoré, née le 4 décembre 1934 à Notre-Dame-de-la-Merci, au lac Ouareau.

Elle épouse dans la paroisse de Saint-Donat de Montcalm le 4 juillet 1953 Roch Lambert, fils de Joseph Dupras (Lambert) et de Élisabeth Dusablé Lévesque de Saint-Donat. Elle est décédée le 16 janvier 2011 à Saint-Donat de Montcalm. Elle laisse dans le deuil ses trois garçons: Claude, marié à Sylvie Juteau, leurs enfants Alexis (Elie Sigouin), Noémie et son arrière-petite-fille Félicia; Yvon, marié à Sylvie Bacon, leur enfant Dany; et Benoît Lambert. Douzième d'une famille de quatorze enfants, sept garçons et sept filles, maman laisse également dans le deuil, ses soeurs Agathe, Adrienne, Irène, Yvonne et son frère Pierre-Paul Simard et leur famille.

Ton départ maman ne fait que raviver les magnifiques souvenirs que tu nous a laissés. Ton amour, ta grande générosité, ton dévouement sans condition envers ta famille ainsi que les magnifiques Noël et fêtes familiales passées avec toi sont gravés à jamais dans notre mémoire.

Maman, sois assurée que nous veillerons et prendrons grand soin de ton petit Ange, Félicia, ton arrière-petite-fille. Heureusement, tu as eu la chance de la voir naître et de la voir grandir jusqu'à ses dix-huit mois et demi. Compte sur nous tous pour perpétuer ta mémoire et raconter à Félicia qui étaient leurs arrière-grands-parents.

Maman veille bien sur nous, on aura toujours besoin de sentir ta présence dans ce qui nous reste à accomplir.

Tout comme papa, ce fut un très grand honneur de faire partie de ta famille. Nous tenons à remercier sincèrement tous ceux qui nous ont adressés leurs témoignages ou assistés aux funérailles de maman, jeudi le 20 janvier 2011 à Saint-Donat de Montcalm.

JEANNETTE DUFOUR JUTEAU (1934-2010)



Le 15 septembre 2010, entouré de toute sa famille, Jeannette nous quittait. Son époux Joseph, ses enfants Gisèle, Sylvie (Claude Lambert), Louise, Josée (Raymond Ducasse), Christian (Sylvie Léonard) ainsi que ses petits enfants et arrière-petits-enfants remercient tous ceux qui les ont soutenus lors de cette grande épreuve et leur ont témoigné tant d'amour.

REMERCIEMENTS



Au Foyer à St-Donat, le 18 janvier dernier est décédé Lévis Morin, époux de Lucille Généreux. Il laisse dans le deuil, ses 3 filles, parents et amis. Nous vous remercions pour toutes les marques de sympathie témoignées. Un merci spécial aux employés du Foyer St-Donat et du Manoir Heather à Rawdon. Veuillez considérer ces remerciements comme personnels



Région
Lanaudière

Lors de notre dernier dîner de l'amitié du 27 janvier dernier, nous avons reçu Mmes Francine Papineau et Nadine St-George, du Centre bénévole Matawinie. Mme Papineau, responsable des inscriptions du programme Pair, nous a expliqué le programme qui aide les personnes seules à assurer leur sécurité.

Nous remercions grandement ces dames de leurs interventions dans notre communauté et espérons que plusieurs en profiteront. Les personnes qui désirent se procurer la documentation sur ce pro-

gramme peuvent s'adresser aux membres du conseil d'administration de la FADOQ-NDM ou directement auprès de Mme Papineau du Centre bénévole Matawinie au 1-888-882-1086.

Le 7 février dernier, j'ai eu l'honneur d'accompagner notre présidente Monique Guérin à la tournée annuelle de notre député du comté de Bertrand, Claude Cousineau. Lors de cette rencontre, M. Cousineau a reconduit pour une nouvelle année sa généreuse contribution à notre organisme. Cette réunion fut très

agréable et elle a permis d'entretenir ce contact privilégié avec notre représentant politique. Au nom de tous les membres du club, nous tenons à remercier publiquement ce soutien très apprécié qui nous aide à réaliser des activités à l'intention de toute la communauté.

Notre prochaine activité est le dîner de l'amitié le jeudi 24 février à midi. Il y aura un bingo après le dîner. Nous vous attendons en grand nombre.

Nous sommes à préparer la sortie Cabane à sucre qui se fera, cette

Journal Altitude 1350 • 18 février 2011 - Page 15
année, le 7 avril. Nous irons à la Cabane à sucre Lafortune, à St-Alexis de Montcalm. Le coût des billets est de 22 \$ pour les membres et de 25 \$ pour les non-membres, incluant le transport en autobus. Le départ de la salle l'Orchidée aura lieu à 10h de l'avant-midi, et le retour sera vers 16h. Marquez vos calendriers. Pour réservation, vous pouvez contacter Monique Guérin au 819-424-1923.

Michel Godin,
administrateur

La conduite de véhicules hors route est une activité physique bénéfique pour la santé

(C) - Le Conseil canadien des distributeurs de véhicules hors route (CVHR) a examiné les résultats publiés de la phase finale de l'étude de l'Université York sur "Les bienfaits sur la santé et la condition physique de la conduite de véhicules hors route" et est heureux de confirmer une fois encore que les conclusions de l'étude viennent corroborer ce que les clubs de véhicules tout terrain (VTT) et de motos hors route n'ont jamais cessé d'affirmer, à savoir que la conduite de véhicules tout terrain et de motocyclettes hors route n'est pas seulement une activité divertissante et agréable, mais également une activité qui contribue au bien-être physique et émotionnel, aussi bien individuel que familial.

Dans le but de caractériser la santé, la condition physique et la qualité de vie des pratiquants de la conduite récréative de véhicules hors route, Jamie F. Burr et son équipe de l'Unité d'activité physique et des maladies chroniques à la Faculté de santé de l'Université York, ont évalué, dans la dernière phase de l'étude, la santé et la condition physique de personnes ayant participé à une formation de six à huit semaines comprenant la conduite de véhicules tout terrain (VTT) et de motocyclettes hors route (MHR). "L'objectif principal de cette enquête ("Physiological fitness and health adaptations from purposeful training using off-road vehicles") était de déterminer les effets sur la condition physique et la santé d'un programme organisé de conduite de véhicule hors route chez des conducteurs non habitués utilisant des véhicules tout terrain (VTT) et des motocyclettes hors route (MHR). Un deuxième objectif était de déterminer la survenue de différences dans la réponse à la formation selon le type de véhicule utilisé ou la fréquence de conduite. Les résultats scientifiques de l'étude ont été publiés dans le numéro de janvier 2011 de l'European Journal of Applied Physiology." Selon Bob Ramsay, président du CVHR: « Les résultats positifs publiés par l'étude démontrent les importants bienfaits pour la santé de ce type d'activité physique non traditionnelle. M. Ramsay a également déclaré: Le fait que ce type d'activité physique puisse servir à cibler des communautés rurales à haut risque où les possibilités d'exercice physique sont limitées, la conduite hors route représente certainement une activité physique insolite intéressante pour lutter contre les maladies évitables et le vieillissement prématuré qui constituent un fardeau pour le système de santé canadien. »

« En plus d'être une activité récréative particulièrement appréciée des Canadiens de tous âges, cette étude confirme ce que nous savons déjà, à savoir que la conduite de motocyclettes hors route est un stimulus d'exercice efficace qui entraîne des changements positifs dans la condition physique, la santé et la qualité de vie d'un individu », a déclaré Daniel Tessier, président de la Confédération motocycliste du Canada (CMC). "Le président du Conseil canadien du Quad (CCQ) Danny Gagnon a déclaré pour sa part: « Cette étude scientifique complète, la toute première jamais réalisée sur les bienfaits pour la santé et la condition physique de la conduite récréative de véhicules tout terrain et de véhicules hors route, vient prouver que la conduite hors route offre des occasions suffisantes d'améliorer les niveaux de condition physique des conducteurs de VHR ». M. Gagnon a également observé que « cette étude révèle que 77 % des résidents de zones rurales au Canada ont accès à des véhicules hors route. Ces conclusions démontrent que la conduite de VTT est une activité récréative intéressante, facilement accessible et qu'elle représente une excellente occasion pour les résidents des communautés rurales d'augmenter leurs niveaux d'activité physique. » "Le CVHR et ses sociétés membres : Arctic Cat, BRP (Can-Am), Honda, Kawasaki, KTM, Polaris, Suzuki et Yamaha sont engagés à promouvoir des activités récréatives familiales et un style de vie actif et sain. Nous croyons que les résultats de cette étude sont une excellente ressource à partager avec tous ceux qui mettent en doute les bienfaits pour la santé de la conduite hors route. »

CLINIQUE
Dr Robert Larocque
Omnipraticien

ÉPILATION AU LASER • TRAITEMENT DE VARICES

• 173, St-Vincent, Ste-Agathe-des-Monts, Qc J8C 2B5

819-321-3409

Membre de la société canadienne de phlébologie

L'auberge la plus près du Mont-Tremblant
Établi depuis 1986

DÉJÀ 24 ANS

Auberge
Havre du Parc
Inn

4 services
24.50\$

À votre service depuis 24 ans
Luc et Raymond

Un coin de Paradis Lac Provoost
Salle à manger, vue sur le lac

2788 route 125 Nord **424-7686**
www.havreduparc.qc.ca info@havreduparc.qc.ca



Ciné-Club Saint-Donat

jeudi 10 mars 2011 à 19 h 30
Le discours du roi
de Tom Hooper.



Résumé: Dans les années 30, en Angleterre, le prince Albert, deuxième fils du roi George V, vit avec un grave problème de bégaiement qui le rend inapte à s'exprimer en public. Sous l'insistance de sa femme, il rencontre le Dr Lionel Logue, un spécialiste des troubles d'élocution aux méthodes peu orthodoxes. Mais ses exercices fonctionnent, malgré les réticences du prince. Lorsqu'il devient le roi George VI suite à la résignation de son frère Édouard, Albert doit surmonter ses difficultés de langage alors que l'Europe s'apprête à entrer dans la période trouble de la Deuxième Guerre mondiale.

Coût: 5 \$. Billets en vente au bureau d'information touristique, à la bibliothèque municipale et à la porte dès 19h le soir de la représentation.

Acti-Ski, un concept pour les jeunes

Le comité local Québec en Forme Saint-Donat, formé des écoles de Saint-Donat, du CPE La Chenille, du CSSS, de la Maison des jeunes, du gym Action fitness et de la municipalité, avec la collaboration de Mont La Réserve, offre la possibilité aux jeunes de faire quelques sorties de ski lors des prochaines journées pédagogiques et de la semaine de relâche.

Les jeunes pourront s'inscrire et profiter de quatre journées de ski au mont La Réserve les 28 février, 2, 18 et 21 mars. Un autobus transportera les skieurs. Départ à 9h de l'aréna. Retour à 15h45 à l'aréna. Coût par journée: 10 \$ le billet, 20 \$ le billet et location d'équipement.

Pour renseignements et inscription: Natacha Drapeau, régisseuse aux loisirs, 819-424-2383, poste 231.

Semaine de relâche
Nous vous proposons deux films:

Mardi 1^{er} mars à 13h30
**Kéridy, la maison
des contes**

de Tom Hooper

Résumé: Natanaël a bientôt 7 ans, mais il ne sait toujours pas lire. Lorsque sa tante Eléonore lui lègue sa bibliothèque contenant des centaines de livres, Natanaël est très déçu. Pourtant, chacun de ces contes va livrer un merveilleux secret: à la nuit tombée, les petits héros sortent des livres..

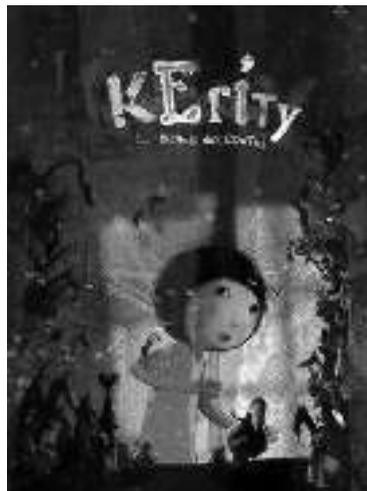
Vendredi 4 mars à 19h
**Narnia : L'odyssée
du passeur d'aurore**

De Michael Apted

Résumé: Edmund et Lucy repartent pour Narnia en compagnie de leur insupportable cousin Eustache. Ils sont recueillis à bord du navire de Caspian, roi de Narnia, le Passeur d'Aurore.

**Coût: 3 \$ / Billets
ou 8 \$ / famille**

C'est un rendez-vous à la salle communautaire Jules-St-Georges (stationnement et entrée derrière l'hôtel de ville).



FAITES UN PLACEMENT PAYANT...

Annoncez dans VOTRE journal

Un journal qui parle de vous...
Le journal de Saint-Donat

Depuis bientôt 40 ans!





Randonnée du maire, édition 2011



Le départ de la randonnée annuelle du maire de Saint-Donat a eu lieu chez Sports St-Donat le 16 février dernier. La neige s'étant finalement pointée le bout du nez quelques jours avant la randonnée, les participants en étaient ravis.

photo ALTITUDE



Excellente performance de nos judokas aux finales régionales

Le 30 janvier dernier, les judokas du Club Action Judo St-Donat ont participé aux finales régionales des Jeux du Québec à L'Épiphanie.

Lors de cette compétition pour notre jeune club, tous nos judokas ont fait bonne figure en offrant une excellente performance. Huit de nos 12 judokas y ont d'ailleurs remporté une médaille. Alexis Letourneur et Emerick Deschamps y ont remporté une première place. Pour leur part, Anthony Caron, Mélanie Brunso, Donovan Deschamps, Jordan Caron et Alex Taylor, une deuxième place, et Olivier Letourneur, une troisième place.

La photo nous montre Alex Taylor, Donovan Deschamps, Jérémy Brunso, Mélanie Brunso, Emerick Deschamps, Jordan Caron, Olivier Letourneur, Tiffany Brunso, Anthony Caron, Michael Villeneuve, Alexis Letourneur, Marykim Caron et Gino Caron.

Gino Caron, directeur technique, Club Action Judo Taïko Judo ju jitsu ken jitsu



HORAIRE:
Lundi
9h à 12h et 13h à 17h
Mardi
9h à 12h et 13h à 17h
Mercredi
FERMÉ
Judi
9h à 19h
Vendredi
9h à 20h
Samedi
9h à 16h
Dimanche
10h à 12h et 13h à 16h

*Ludwicka
Jadwiga
Pharmacienne
Chertsey*



7320, rte 125
Chertsey
(450) 882-2948



Notre-Dame en blanc!
 du 25 au 27 février 2011
 Attachez vos tuques, ça va bouger!



Services sociaux et planification : 819 424-2113 • 1 800-230-8293
 municipalite@notredamelamerci.com

Municipalité de Notre-Dame-de-la-Merci, 1000, Montée de la Seigneurie, Notre-Dame-de-la-Merci (Qc), J2K 2M6

ABATTAGE D'ARBRES

ABATTAGE D'ARBRES DANGEREUX
 Émondage & élagage
 Service professionnel
 Assurance responsabilité
 Estimation gratuite

ENTREPRENEUR FORESTIER
 Pour travaux commerciaux

Claude Charbonneau 424-7582
 Cell: 324-7611

ARCHITECTE

ANDRÉ LÉONARD O.A.Q.
ARCHITECTE

51 AV. DES COURONNES, SAINT-DONAT, QC J0T 2C0
 75 CHEMIN ST-ROCH, SAINT-DONAT, QC J0T 2C0

TÉLÉPHONE: (514) 424-5781
 COURRIEL: info@andrelionard.com

ARPEUR

RADO, CORBEIL & GÉNÉREUX
 ARPEURS GÉOMÈTRES INC.

HEURES D'OUVERTURE
 LUNDI au VENDREDI 8 h À 12 h
 et 13 h à 17 h

519, rue Principale
 Saint-Donat
 Tél.: (819) 424-2015
 Téléc.: (819) 424-6470

www.rcgag.net • st-donat@rcgag.net

ASSURANCES

CABINET EN ASSURANCE DE DOMMAGES

ASSURANCES
 Lafrenière et St-Amour Inc.
 COURTIERS

Sylvie-Anne St-Amour
 et François Lafrenière
 Courtiers en assurance de dommages

AUTO • ENTREPRISES HABITATION • VOYAGE

Intact L'UNIQUE La compagnie d'assurance Mistisqui
 assurances générales

617, rue Principale • Saint-Donat
 (819) 424-3115
 Sans frais: 1-888-791-3115
 FAX: (819) 424-7251



Vézina, Forget et Associés Inc.
 ASSURANCES ET SERVICES FINANCIERS

327, rue Principale
 Saint-Donat (Qc) • J0T 2C0

Tél.: (819) 424-2311
 Fax: (819) 424-5362

AVOCATS

DUNTON RAINVILLE

AVOCATS

Poursuivant la pratique de



422A, rue Principale Saint-Donat J0T 2C0
 Téléphone: (819) 424-2132
 info@duntonrainville.com

LISE ANNE DUPONT

Avocate - Médiation familiale

470, rue Principale - Saint-Donat J0T 2C0

819.507.5427

CHIROPATICIEN

CABINET CHIROPATRIQUE **Dr Benoit Lagacé**
 Chiropraticien d.c.

292 ch. Ouareau Nord
 (819) 424-2798

Sur rendez-vous
 Lundi-Jeudi
 (heures variables)

COMPTABLES

CGA

Comptable Général
 COMPTABLE GÉNÉRAL ACCRÉDITÉ

100, boulevard de l'Énergie
 Saint-Donat (Qc) J0T 2C0
 Téléphone: (819) 424-2044
 Téléc.: (819) 424-2044
 Courriel: info@cgastd.com

100, rue Principale
 Saint-Donat (Qc) J0T 2C0
 Téléphone: (819) 424-2044
 Téléc.: (819) 424-2044
 Courriel: info@cgastd.com

CONSTRUCTION

CONSTRUCTION Réjean
 Entrepreneur spécialisé
 Construction • Finitions • Intérieurs • Extérieurs

819.424.3129

ÉLECTRICIEN

S. G. SAINDON
 ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN INC.

SYLVAIN SAINDON
 PRÉSIDENT

RÉSIDENTIEL COMMERCIAL INDUSTRIEL

PROJET CLÉ EN MAIN
 (819) 424-5558
 (450) 967-8080
 TÉLÉPHONE: (450) 885-8831

EXCAVATION

RBO: 8304-4081-05 Membre A.P.C.H.Q. 10-A, ch. du Sous-Bois Saint-Donat J0T 2C0

GARRETT EMOND

EXCAVATION • DÉNEIGEMENT

- Excavation • Aménagement paysager
- Installation septique • Terrassement • Mur de roches
- Drain français • Terre • Top soil

819.217.1750
819.424.1750

Ecoflo

MINIS PELLE HYDRAULIQUES J.L. enr

Jean Lévesque, prop. (819) 424-3095

GRAVE
DRAIN FRANÇAIS
FOUNDATION DE MAISON
CAMPES D'ÉPURATION SEPTIQUE

(819) 424-3095
 SAINT-DONAT J0T 2C0

AYOTTE & MARTEL

Excavation • Transport
Tél.: (819) 424-7350
 48, ch. Domaine Ayotte • Saint-Donat

Cellulaire: Robert : 819-217-4039
 R.B.Q.: 1859-3996-14

SERVICE DE PELLE HYDRAULIQUE ET CAMION 10 ROUES
 INSTALLATION SEPTIQUE
 CONSTRUCTION DE CHEMIN
 TERRASSEMENT
 SABLE • GRAVIER • TERRE

RÉNO ENTRETIEN GÉNÉRAL ET EXCAVATION

RÉSIDENTIEL & COMMERCIAL

- Plancher
- Plomberie
- Traite de joint
- Électricité
- Carrelage
- Châssis
- Mur de clôture
- Éclairage

INTERIEUR & EXTERIEUR

Estimation gratuite **819-424-1059**

René Lavoie
 201, chemin de l'Alouette
 Saint-Donat, QC J0T 2C0
 RBO: 8304-1148-24

INGÉNIERIE

MLC ASSOCIÉS
 experts conseils

Experts conseils en ingénierie
 Génie municipal
 Structure
 Télécommunications
 Électricité

Tél.: 450.687.7077
Tél.: 514.948.6105

St-Donat / Ste-Agathe / Mont-Trambant

NOTAIRE

RAYMOND & SIGOUIN
 NOTAIRES
 CONSEILLERS JURIDIQUE

470, Principale C.P. 400 - Saint-Donat
 Tél.: (819) 434-2272 • Fax: (819) 434-1574

RÉNOVATION

PIERRE-LUC TOUBEUX
RÉNOVATION

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
 18, ch. Sigouin Saint-Donat J0T 2C0

Tél.: 819-424-4176
 Cell.: 819-324-8384

R.B.Q. 8311-7598-24

SERVICES

Dominic Roy
 Ingénieur forestier
 EXPERT-CONSEIL

Planification forestière
 Diagnostic sylvo-cultuel
 Réglementation forestière
 Évaluation forestière
 Cartographie
 Forêt urbaine

303 A, rue Principale
 Saint-Donat (Québec) J0T 2C0
 Téléphone: 819-419-0075
 Télécopieur: 819-419-0084

Courriel: dominic@royrobert.com
 WWW.DROYROBERT.COM

mse

PUITS ARTÉSIENS WELL DRILLING

Tel. St-Donat: 819-424-2254
 Fax: 819-424-2254
 Cell: 514-2854-50
 www.mse.ca
 201, chemin de l'Alouette
 Saint-Donat, QC J0T 2C0

SERVICE D'ARBRES P.L.
 Arboriculteur agréé

- Élagage
- Taillis de formation
- Élagage
- Assurances des jours de pluie
- Plantation
- Débranchement
- Taillis de haies
- Débranchement

Pierre-Luc Lavoie
 Cell: (819) 527-0375

PEINTRE

PEINTURE & JOINTS M.L.

RBO: 8356-12-541

M. Miron
 Tel.: 819.424.2631
 Cell.: 819.325.0709

S. Lavole
 Cell.: 819.217.0307

RÉNOVATION FL
 ENTREPRENEUR SPÉCIALISÉ
 RÉNOVATION, ASSESSMENT ET FINITION INTÉRIEURE ET EXTÉRIEURE
 R.B.Q. 8304-0710-21

Frédéric Lavoie
 Tél: 819 424 5628 Cell: 819 525 2566 Tél: J0T2C0@fl.ca

LIGUE DE QUILLES LES SYMPATHIQUES

RANG	CAPITAINES	COMMANDITAIRES	POINTS
1	J.P. PROULX	EXCAVATION ROBERT AYOTTE - C.J. MARINE	93.5
2	M. PROULX	M. PIZZA - BARBEAU & GARCEAU	72
3	M. GARAND	CUISTO DU NORD - FAMILIPRIX	72
4	C. POIRIER	LE RISTORANTE - MÉCANEXPERT	66.5
5	L. PÉPIN	RESTO CHEZ MANDY'S - HOME HARDWARE	65
6	J.L. ROUSSEL	EXCAVATION LAMBERT - BRUNET MARINE	51

ANNONCES CLASSÉES -15\$
819-424-2610

À LOUER

3 1/2 à louer, libre immédiatement, récemment rénové, près du centre-ville. Propre et tranquille. Stationnement privé. Tél.: 819-424-2026 ou 450-530-5787

Chalet à louer (à côté de La Réserve) à la semaine ou au mois. 5 chambres, 2 salles de bain. Tél.: 450-627-6204

Résidence Marmen, logement 4 1/2, rez-de-chaussée, possibilité laveuse-sécheuse, poêle et réfrigérateur. Ensoleillé et à 5 minutes du Parc des Pionniers, avec références 819-424-3730

1 1/2: 375\$ et 3 1/2: 450\$, entièrement rénové, près du centre-ville, stationnement privé. Infos: 450-601-0307

Maison à louer à l'année, maison centre du village, sur 2 étages avec cabanon, cour, jardin, grand patio et stationnement, 2 c à c, 1 WIn, 2 sdb, entièrement rénovée. Idéal pour personne seul ou couple. pas d'animaux, 700\$/mois 819-424-1097

Petit 4 1/2 à louer dans le village. Libre le 1er avril. Pour plus de renseignements contacter Sophie au 819-424-3212

Maison Bellevue, 5 chambres à louer, meubles, incluant les repas, collations, ménage, câble-télé, accès internet, électricité, chauffage, à partir de 975\$/mois, 1er mois GRATUIT au 284 Bellevue.
LindaLaperrière
819-419-0402
courriel: lindalaperriere01@hotmail.com

Grand 3 1/2 près de la plage municipale, libre immédiatement, chauffé, éclairé, câble fourni, 500\$/mois. Aussi maison à partager: 400\$/mois 819-424-3777

DIVERS À VENDRE

Jeep Liberty automatique 4 x 4, 5000\$ ferme 819-424-3777

OFFRE DE SERVICE

Rénovation générale, extension de maison, garage, sous-sol, revêtement extérieur, terrasse, finition intérieure et extérieure, céramique. Bernard Fillion 819-424-7801

RECHERCHE

Basiste recherche des musiciens pour musique de danse pour plaisirs 819-325-3261 Notre-Dame-de-la-Merci

BOIS DE CHAUFFAGE

Bois de chauffage, érable, merisier. 90\$/corde, fendu, livré 819-424-7801

Nouveau service de prévention du suicide

Un nouveau service est maintenant disponible au Centre de prévention du suicide de Lanaudière (CPSL). Des soirées d'information s'adressant aux proches d'une personne suicidaire se tiendront sous peu. Quoi faire / quoi ne pas faire, le processus suicidaire et les mythes qui entourent le suicide sont quelques éléments qui seront abordés.

Rappelons que le Centre de prévention du suicide de Lanaudière est un organisme communautaire qui a comme mandat d'intervenir auprès de personnes ou de groupes aux prises avec un problème relié au suicide. Une ligne d'intervention est accessible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, pour les personnes en état de crise suicidaire ainsi que pour les proches, les endeuillés et les intervenants. Il suffit de composer le 1-866-APPELLE (1-866-277-3553)

Le tournoi de curling découvre ses champions

Lors du tournoi de curling du 16 janvier dernier au Centre civique Paul-Mathieu de Saint-Donat, les champions « A » sont, dans l'ordre: Danny Lorrain, capitaine, Isabelle Aubert, Michel Roy, Michel Dubuc et Michèle Baechler. Les champions « B », dans le même ordre, sont: Daniel Racette, Martial Bureau, Jacques Bouchard, capitaine, et Gilles Desjardins.



Une partie parfaite chez La Bande des Pros

La présidente de la ligue de quilles La Bande des Pros, Denise Ménard, félicite Sylvain Vaudry pour sa partie parfaite.

Elle en profite pour remercier ses commanditaires qui lui ont remis des certificats cadeaux de Noël pour ses membres: le club de golf St-Donat, le Mont Garceau et Supermarché Metro.



LIGUE DE QUILLES LES DYNAMIQUES

RANG	CAPITAINES	COMMANDITAIRES	POINTS
1	C.LAROCHE	EXC. DANIEL ARCHAMBAULT	78
2	R.AUBIN	CUISTO DU NORD	54
3	A.PÉLOQUIN	CHEZ MANDY'S	54
4	M.GARAND	FAMILIPRIX - ULTRAMAR	53
5	C.POIRIER	M.PIZZA	49
6	F.AUBIN	LE RISTORANTE	48

LIGUE DE QUILLES L'AMITIÉ ST-DONAT

RENCONTRE DU 28 JANVIER 2011

RANG	ÉQUIPES	POINTS SAISON	
1	F.SANSREGRET	Chez Mandy's	46
1	E. AUBIN	Fruiterie St-Donat	44
2	R. AUBIN	Barbier Simard	38
3	G.VILLENEUVE	Jardinière du Village	31.5
4	S.SANSREGRET	Remorquage Lamarche	29
5	L.BERTRAND	Familiprix	27.5

LIGUE DE QUILLES BOULE D'ARGENT

Rencontre du 3 février 2011

RANG	ÉQUIPES	Points
4	N.ST-AMOUR	319
3	G.DESJARDINS	305
5	M.BUREAU	300
1	G.TARDIF	290
6	C.LABARRE	287
2	G.ST-DENIS	254

LIGUE DE QUILLES BOULE D'OR

SEMAINE DU 1er FÉVRIER 2011

RANG	CAPITAINES	COMMANDITAIRES	POINTS
1	H.MICHAUD	REST. VIEUX MOULIN	327.5
2	G.TARDIF	REST. M. PIZZA	300.5
3	N.ST-AMOUR	MANOIR DES LAURENTIDES	298
4	L.TARDIF	REST. CUISTO DU NORD	290.5
5	C.LABARRE	SUBITO PRESTO	274
6	C.LAFOND	REST. CHEZ MANDY'S	273.5

ABONNEMENT JOURNAL ALTITUDE

Nom: _____
 Adresse: _____ C.P.: _____
 Ville: _____ Province: _____
 Code postal: _____

Abonnement:
 Retournez à: Journal Altitude 1350, 365, Principale Saint-Donat (Québec) J1T 2C0
 Infos: (819) 424-2610 Fax: (819) 424-3615
 15.00\$ Canada
 30.00\$ Étranger 1 an (12 numéros)
NOUVEL ABONNEMENT
RENOUVELLEMENT
J'ABONNE UN AMI

On fêtera bientôt...

**...notre
1^{er} anniversaire**

MERCI !

Proxim 819 424-0001