Lyne Lavoie
Décoration intérieure
STORES ET TOILES
Salle de montre
819 424-3903

Saint-Donat • 18 janvier 2018 • Volume 46 • N° 1 • 20 pages • Nouvelles de Saint-Donat, NDM, Entrelacs, Chertsey et régions

Le Journal Altitude 1350

No convention 40012824
No PAP 8892

st-donat.com/journal.html

CB CHANDONNET BELHUMEUR
COURTIERS IMMOBILIERS
RE/MAX
Vivez la différence
FRANCE CHANDONNET
COURTIER IMMOBILIER RÉSIDENTIEL
819 424.7817
FRANCE@VENDUE.CA
GILLES BELHUMEUR
COURTIER IMMOBILIER
514 708.0450
GILLES@VENDUE.CA

familiprix
GRATTEZ et GAGNEZ
Achetez pour 25$ de produits admissibles et obtenez jusqu'à 50$ sur votre carte Familiplus
480, Principale (suite 102) - Saint-Donat
819 424-2626

Activités du Club de motoneige durant la Féérie d'hiver

Féérie d'hiver de Saint-Donat

Dans le cadre de la féerie d'hiver de Saint-Donat le 17 février le club motoneige en collaboration avec les 3 concessionnaires de la région qui sont le groupe Contant, Thibault marine de Sainte-Agathe et Quad Pro de Saint Jérome, le club organisera des essais motoneige, quad et cote à cote 2018.

Il y aura également une exposition de machines antiques présentée par M. St Amour et fils.

La restauration sera prise en charge par le club de patinage artistique qui vous proposera chocolat chaud, liqueur et hot dog.

Pour finir vos bénévoles du club seront là pour vous rencontrer avec exposition de nos skidozer.

De plus, le club en collaboration avec *4 Racing* tient à vous annoncer l'organisation de 2 courses de drag. Les lieux et les dates seront annoncés sous peu.

Une mention bien spéciale à Aviation Carron qui a permis l'organisation de la course le 3 mars prochain à l'aéroport. Bienvenue à tous!

ALLIANCE FORD
Ste-Agathe / Tremblant
1 800 567-6702
www.allianceford.com

9155-2596 Québec inc. RBQ 8320-8926-28
Travail Garanti
Gouttières Robert
Estimation Gratuite
Pour plus de détails, visitez le site web www.toituresyannickrobert.com et communiquez avec l'entreprise pour une soumission.
Bureau : 819 681-0987
Cell. : 819 808-1148
Représentant: 819 421-4750

« Toutes les résines n'ont pas la même qualité »
RÉPARATION DE PARE-BRISE 0$*
EN 30 MINUTES SANS RENDEZ-VOUS
Lebeau Vitres d'autos
1061, rue Principale, Ste-Agathe-des-Monts 819-326-2882 • 1-800-263-2710

Bonne route via HONDA de Sainte-Agathe

UNE ENTREPRISE FAMILIALE RECOMMANDÉE PAR
CAA QUÉBEC
2020, Route 117, Val-David
819.320.0068 - 1.877.326.1717 - www.hondasteagathe.com

La Vallée du Pimbina, secteur paisible de Saint-Donat

ASSOCIATION DE LA VALLÉE PIMBINA
C.P. 1024
St-Donat, Québec
J0T 2C0

L'association des propriétaires de la Vallée du Pimbina vous invite à devenir membre de ce merveilleux secteur de notre parc naturel habité. Organisme à but non lucratif qui a pour mission de protéger l'environnement, de conserver le caractère résidentiel et de villégiature des abords de nos lacs et rivières. Nous travaillons en étroite collaboration avec tous les services de la municipalité, particulièrement notre conseiller, M Louis Dubois. De plus, les membres bénéficient de la force de regroupement pour différents services tels que : l'analyse de l'eau potable, la vidange de fosses septiques, la vérification des installations sanitaires, etc. Notre conseil d'administration de 13 membres s'assure des orientations prises par l'association pour les riverains, mais surtout au nom de nos 110 membres. À titre d'exemple, voici quelques dossiers en cours : révision de l'emplacement des bouées, lavage des embarcations provenant du parc du Mont-Tremblant, comité de surveillance du myriophylle à épi, revue des procédures de gestion du barrage Pimbina, amélioration de la descente de bateau du Lac Provost.

Faites partie de ceux qui font la différence.

Pour adhérer, vérifier votre prochain compte de taxes, le formulaire y est inséré.

Gagnante du traîneau de Noël chez Proxim

La gagnante du traîneau de Noël de Proxim d'une valeur de 100$ est Layla Lessard, 6 ans. Le tirage a eu lieu le 21 décembre dernier. Félicitations de l'équipe Proxime.

RE/MAX LAURENTIDES Inc.

Superbe chalet suisse authentique, plafond en latte de pin noueux naturel ,foyer en pierre des champs, plancher de bois franc sur presque toutes la surface de la maison,fondation en pierre des champs naturels, grand balcon ,au rez-de-jardin ,une superbe terrasse avec balançoire,
accès a la rivière Ouareau.

269 000 $
MLS 11635577

Daniel LEWIS
lewis@vendue.ca
www.daniellewis.ca
530, rue Principale
St-Donat, Qc
J0T 2C0
514 233-6263

OFFREZ-VOUS UN COURTIER CERTIFIÉ

CHAMBRE IMMOBILIÈRE DES LAURENTIDES
opération enfant soleil
Tranquilli-T .com

Je suis spécialisé dans la vente, l'achat et la location de chalets dans la région

ÉVOLUTION TOITURE
BARDEAUX D'ASPHALTE
DÉNEIGEMENT DE TOITURES
RBQ: 5735-8996-01
819-321-9311 • 450-229-8498

CB
CHANDONNET BELHUMEUR
COURTIERS IMMOBILIERS

Une équipe professionnelle
à l'écoute de vos besoins.

FRANCE CHANDONNET
Courtier immobilier résidentiel
819 424.7817

GILLES BELHUMEUR
Courtier immobilier
514 708.0450

RE/MAX

Vivez la différence...

PROPRIÉTÉ LE GARDEUR

PROPRIÉTÉ LAC OUAREAU

PROPRIÉTÉ LAC ARCHAMBAULT

PROPRIÉTÉ LAC CLÉ

PROPRIÉTÉ LAC PIMBINA

TERRAIN ACCÈS LAC BLANC

PROPRIÉTÉ LAC BEAUCHAMP

PROPRIÉTÉ LAC PROVOST

AVIS DE RECHERCHE

En raison du fort volume d'acheteurs, nous recherchons des propriétés et terrains dans la région!

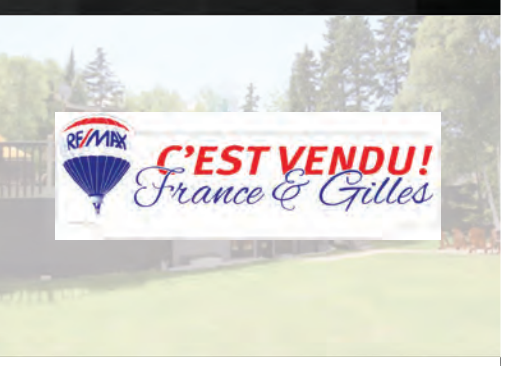
CHANDONNET-BELHUMEUR- UNE ÉQUIPE PERFORMANTE QUI A FAIT SES PREUVES

PROPRIÉTÉ LAC MAJOR

PROPRIÉTÉ LAC OUAREAU

PROPRIÉTÉ LAC ARCHAMBAULT

PROPRIÉTÉ RIVIÈRE OUAREAU



PROPRIÉTÉ VILLAGE ST-DONAT

PROPRIÉTÉ LAC MONTAGNE NOIRE

PROPRIÉTÉ ENTRELACS

ÊTES-VOUS PRÊTS À VENDRE ?

chandonnetbelhumeur.com | 720-B, rue Principale, Saint-Donat

RE/MAX LAURENTIDES Inc.
Agence immobilière, Franchisé indépendant et autonome de RE/MAX Québec inc.

Notre-Dame-de-la-Merci

Isabelle Parent
Mairesse

Bonjour à tous les citoyens !

J'aimerais débuter en vous souhaitant une belle et heureuse année 2018, en mon nom et celui du conseil municipal.

Depuis le 13 Janvier, les citoyens sont invités à venir rencontrer les membres du conseil municipal, les samedis matin de 9h à 12h, à la salle du conseil située au 1900 montée de la Réserve. Vous pourrez venir discuter de façon conviviale de sujets qui vous préoccupent ou d'échanger sur différents dossiers que vous aimeriez développer. Il s'agit de rencontres informatives.

Aussi, je vous remémore que les assemblées du conseil sont maintenant le premier vendredi de chaque mois à 19h30. Bienvenue à tous ! Le 26 janvier aura lieu la séance pour l'adoption de notre budget. Nous vous invitons à venir à la salle du conseil à 19h30.

Je vous informe que les relevés de taxes de 2018 seront imprimés et postés vers la mi-février.

Vous avez sûrement remarqué le nouveau format de notre journal "Le Rassembleur" ! Je vous invite à le consulter. Vous y trouverez toutes les activités et services offerts à la municipalité. Dites-nous ce que vous en pensez !

L'organisation du carnaval Notre-Dame en Blanc est en effervescence ! Pour vous en parler, je vais céder la plume à la conseillère responsable, madame Anick Bélanger.

Au plaisir de vous rencontrer au Carnaval !

Votre conseillère
Anick Bélanger

Bonjour !

Pour commencer, je tiens à remercier la population pour la confiance témoignée envers notre équipe municipale.

Le carnaval Notre-Dame en Blanc est la première activité de l'année où nous pourrons nous rassembler pour profiter de l'hiver en famille. Je vous invite tous à venir participer aux activités qui auront lieu les 23 et 24 février 2018.

Cette année, nous désirons que les gens de la municipalité s'allient dans la partie de hockey bottine contre les joueurs de la "Tournée des Personnalités". Nous ferons des gens de notre village une équipe unie.

D'ailleurs, un concours est organisé car l'équipe adverse a besoin de deux joueurs du village. Oui ! Deux personnes auront la possibilité de jouer avec les vedettes ! Les détails se trouvent dans Le Rassembleur, sur la page facebook ainsi que sur le site internet de la municipalité.

Une journée familiale ouverte à tous se déroulera le 24 février avec divers jeux extérieurs à la halte routière pour terminer le tout avec un souper dansant mettant en vedette Anthony Gaudet, un participant de la voix. Les billets, au coût de 25 $, seront disponibles au bureau municipal à partir du 24 janvier 2018.

Je tiens a vous spécifier que ce sera un carnaval hors de l'ordinaire. Venez faire partie d'un village qui bouge !

Au plaisir de vous voir et de jouer avec vous au Carnaval !

Biblio NDM

par
Célina Riopel,
Responsable de la bibliothèque

Bonjour,

Je vous souhaite à tous, une très bonne année 2018

Pour les jeunes, leurs parents et grands-parents, nous aurons le 3 février, l'heure du conte spécial : Contes, tambours et chants autochtones. S.V.P. réservez votre place le plus tôt possible à la bibliothèque.

Nous sommes en pleine préparation des journées de la Persévérance scolaire. Je vous invite donc comme les années passées à porter fièrement le Ruban vert de la persévérance en plus de venir à la bibliothèque ou au bureau municipal, remplir un carton d'encouragement que nous remettrons aux écoliers. Dites-vous que la persévérance, c'est l'affaire de toute la communauté.

Au COIN DE LA CULTURE, les toiles de Madame Maria Pàlffy-Bazergui sont en exposition jusqu'au 15 mars.

Février est à nos portes, et nous mettrons à votre disposition les COUPS DE COEUR littéraires de nos abonnés.

Bonne lecture.

Apparaissent sur la photo, André Lapierre, la mairesse Isabelle Parent, l'adjoint à la culture Patrick Gautschi (il y apparait pour son don au Centre) et madame Annie Poitras, représentante du Centre de pédiatrie sociale en communauté de Lanaudière.

Françoise Charrette, Mathilde Bédard et Jacques Després lors de la remise de l'argent ramassé pour la Petite Mission, soit 105.00$

Vernissage de madame Maria Pàlffy Bazergui.

À votre service...

Depuis 1972

Bonne Année 2018

Le Journal **Altitude** *1350*

Des nouvelles de Art Boréal

par
Jocelyne Lemay

«Ah! Comme la neige a neigé! Ma vitre est un jardin de givre...» Comme dit si bien notre poète national Emile Nelligan, mais il n'a pas vanté le froid polaire qui l'accompagne cette année; tout de même, quelle beauté dans nos forêts! Plusieurs de nos artistes s'en sentent très inspirés.

Nos rencontres ont repris ce lundi 8 janvier avec un petit atelier. On se dégourdit tout doucement pour se remettre au travail plus sérieusement dans les semaines à venir. Pour bien commencer la saison, je rappelle la rencontre du 1er février avec Madame Sylvie Coutu, historienne d'art, qui viendra nous parler des artistes canadiens du Groupe des 7. Cette conférence est ouverte à tous. Le prix est de 10$ pour les membres et de 15$ pour les non- membres. Veuillez communiquer avec Jocelyne Lemay à jocelynelemay3@cgocable.ca pour vous inscrire. Nous avons déjà de nombreuses réservations, donc ne tardez pas à vous inscrire.

Sur ce bon hiver!

P.S.: N'hésitez pas à consulter notre site Internet artboreal.ca et à nous rendre visite le lundi à notre local de la Maison de la Culture.

«En route vers Wottom»
Oeuvre de Francine Grimard.

Meilleurs vœux pour l'année 2018

par
Nicole Lajeunesse
nicole@classicalacarte.net

Comme le Journal Altitude 1350 ne sera pas distribué par la poste en janvier, j'ai choisi de vous offrir mes vœux avec ma dernière aquarelle dont l'émotion de départ vient d'une magnifique photo de madame Michèle Baechler intitulée «La Tourterelle triste surprise par la dernière tempête».

Pour la première fois, j'aurais aimé disposer de cette puce, de ce petit mécanisme qu'on retrouve dans certaines cartes de souhaits et qui permet d'amorcer une chanson. Ce n'est vraiment pas possible avec un journal et c'est bien dommage car vous auriez pu entendre ma tourterelle soupirer joliment jusqu'à chacune de vos demeures et vous souhaiter douceur et paix pour l'année qui vient.

La deuxième partie de mon article sur monsieur Pierre Bertrand paraîtra donc en février et j'ai très hâte de vous la faire parvenir.

viacapitale
ST-DONAT

JEAN LAVOIE
Courtier immobilier agréé
C 819 217.1774
lavoie-jean@live.ca

JOSÉE LEMIRE
Courtier immobilier
C 514 770.2602
jlemire@viacapitale.com

PIERRE POUDRIER
Courtier immobilier résidentiel
C 819 219.2233
pierrepoudrier@gmail.com

CATHERINE ROBIN-BOUDREAU
Courtier immobilier résidentiel
C 450 530.5408
crobin-boudreau@viacapitale.com

CAROLE ST-GEORGES
Courtier immobilier résidentiel
C 819 324.1525
carolestg@cgocable.ca

Agence Immobilière | 819.424.2443 | 598 Principale, St-Donat Qc, J0T 2C0

PLUS DE 55 ANNÉES D'EXPÉRIENCE EN COURTAGE IMMOBILIER À VOTRE SERVICE

POUR LES VENDEURS!
PARCE QUE NOUS CONNAISSONS BIEN LA RÉGION, NOUS SOMMES À MÊME DE FIXER UN JUSTE PRIX SUR LA VALEUR DE VOTRE PROPRIÉTÉ

POUR LES ACHETEURS!
NOUS SAURONS TROUVER LA PROPRIÉTÉ QUI RÉPONDRA À VOS CRITÈRES DE RECHERCHES

POUR VENDRE OU ACHETER
VOUS POUVEZ NOUS METTRE AU DÉFI. CONTACTEZ-NOUS!

CLUB de PLEIN AIR de SAINT-DONAT Inc.
www.clubpleinairsaint-donat.org

Coupe de bois à la montagne Noire

Une coupe de bois est actuellement en cours à la montagne noire dans le secteur du lac Cristal et du lac Lézard.

Un des chemins pour le transport du bois emprunte le sentier de raquette qui mène au refuge le Mésangeai.

Le club a donc fait un sentier alternatif pour la durée des travaux et installé une signalisation temporaire ainsi qu'une carte à l'entrée du sentier de raquette au départ du stationnement sur le chemin Régimbald.

Nous avisons les utilisateurs que ce sentier alternatif est plus difficile que l'ancien sentier de raquette. Dans deux sections du sentier, il est très abrupt et impraticable avec un traîneau de transport.

Cependant la section inter-centre du sentier national demeure accessible, mais exclusivement aux skieurs de fond.

Nous sommes désolés des inconvénients que ces coupes occasionnent et le CA du club a tout fait pour tenter d'en minimiser les impacts auprès des nombreux utilisateurs.

Nous vous invitons à devenir membres du club et vous recevrez ainsi notre infolettre vous informant des activités et sorties au programme. Vous pouvez vous procurer votre carte de membre 2018 (20$) au bureau d'information touristique, auprès des membres responsables d'activités ou directement sur notre site: clubpleinairsaint-donat.org

À tous les amateurs de plein air, nos meilleurs vœux pour 2018.

Club FADOQ Saint-Donat Lanaudière

Meilleurs Vœux de santé et bonheur en 2018

par
Francine Brault

Le Club Fadoq St-Donat a repris ses activités le mardi 9 janvier avec la tenue d'un premier bingo. Les autres jours de bingo seront le 23 janvier et les 6 et 20 février.

Les joutes de pétanque sont toujours le jeudi après-midi au local du club à compter du jeudi 11 janvier. Le coût de participation est de 2 $ et comprend café, jus et biscuits. Les participants ont beaucoup de plaisir tout en socialisant.

Le Club Fadoq St-Donat possède maintenant des magnifiques jeux de poches, de fléchettes et de Mississipi et Louis-Philippe Mailly est au local tous les mercredis après-midi de 13 h 30 à 16 h pour recevoir les joueurs intéressés à jouer à ces jeux.

Le Club a créé pour cet hiver un club de badminton et les joueurs de badminton doivent se rendre à l'École Sacré-Cœur sur la rue Du Collège le jeudi soir à 18 h 30 pour jouer. Louis-Philippe Mailly vous y accueillera. Nous fournissons volants et raquettes. Le badminton est ouvert à tous.

Les cours de zumba et de danse en ligne avec Chantal Ritchie de 9 h 30 à 12 h 30 ont repris le vendredi 12 janvier au local du Club. Le coût des cours est de 8 $ chacun ou de 15 $ pour les deux cours. Vous n'avez qu'à vous présenter au local si vous voulez participer.

Le projet du Club Fadoq St-Donat pour l'achat de vélos-pupitres pour les écoles de St-Donat se poursuit. Notre objectif est toujours d'acheter deux vélos-pupitres, un pour les 7 à 77 ans et un autre plus petit pour les jeunes de 2 à 7 ans environ. À date le Club a reçu des dons de quelques personnes et sera bientôt en mesure d'offrir un vélo-pupitre. Tout don de 20 $ recevra un reçu du Club Fadoq St-Donat. Les chèques doivent être libellés au nom du Club Fadoq St-Donat et acheminés au local du Club au 381-B rue Allard, St-Donat, QC J0T 2C0. Le transport des vélos-pupitres est offert par Barbeau et Garceau et le Club les remercie très sincèrement de leur implication dans ce projet. Pour information additionnelle vous adresser à Francine Brault au 819-424-4699.

Les joutes de bridge sont discontinuées pour la saison d'hiver en raison du départ des "snowbirds". Elles devraient recommencer au début du mois de mai 2018.

L'activité dépannage informatique a débuté le jeudi 11 janvier 2018. Le contenu de la première partie de l'année 2018 porte sur les logiciels suivant : le traitement de texte Word, le chiffrier électronique Excel et sur les nouveautés de Windows 10. L'activité se tient toujours à la salle Jules-St-Georges au sous-sol de l'hôtel de ville. L'activité débute à 9 h 30 par l'utilisation de Word, suivi à 10 h 30 par le chiffrier Excel et vers les 11 h 30 les nouveautés de Windows 10. C'est gratuit et monsieur Cantin animera l'activité jusqu'en juin. L'activité se tient toujours à tous les deux jeudis soit le 25 janvier, le 8 février. Cependant, le 22 janvier, monsieur Cantin est en vacances donc l'activité redémarrera le 8 mars ainsi que le 22 mars.

Pour toute information adressez-vous directement aux personnes responsables des activités du Club indiquées à l'endos du dépliant disponible au local du club.

Curling Saint-Donat

Recrutement de nouveaux membres

Le curling du mardi recrute de nouveaux membres, nous jouons de 9h30 à 11h30 les mardis matin.
Les activités reprennent le 9 janvier 2018.

Pour renseignement contactez:
René Côté ***819-424-4944***

LANAUDIÈRE
> RAPPROCHEZ-VOUS <

TOURISME LANAUDIÈRE
AU SERVICE DE SES MEMBRES!
3568, rue Church, Rawdon, QC J0K 1S0
Tél. : 450 834-2535 / 1 800 363-2788
Téléc. : 450 834-8100
lanaudiere.ca / info@lanaudiere.ca

Tourisme Lanaudière est une association touristique régionale (ATR) reconnue par le gouvernement du Québec. Organisme sans but lucratif rassemblant plus de 400 entreprises et organismes, Tourisme Lanaudière regroupe des gens d'affaires dans l'objectif de faire croître l'économie de la région par le tourisme, en coordonnant l'accueil, le développement et la promotion touristiques.

Nous sollicitons des candidatures pour combler le poste suivant :

- **Conseiller aux entreprises et à la structuration de l'offre**

Mandat

Relevant du directeur général, le conseiller aux entreprises et à la structuration de l'offre est responsable d'appuyer les entreprises touristiques et les localités dans leur développement touristique, et de créer et maintenir des partenariats stratégiques contribuant à structurer l'offre touristique du territoire.

Responsabilités principales

- Support au réseautage des entreprises afin de créer la valeur ajoutée
- Support à la mise en place de stratégies par pôles et/ou par secteurs d'activités
- Support à la forfaitisation (mise en réseau des entreprises, propositions personnalisées, etc.)
- Support à la mise en place de formations (analyse des besoins, recherche de financement, mise en œuvre, etc.)
- Élaboration d'une stratégie d'accueil favorisant la synergie des différents intervenants concernés
- Support à des projets structurants
- Prospection d'investisseurs ciblés
- Expertise-conseil auprès des entrepreneurs touristiques (ressource-conseil pour le développement d'entreprise, en amont du volet financier)

Exigences du poste

- Baccalauréat en tourisme, en administration ou en développement régional
- Minimum de 5 ans d'expérience dans un poste similaire
- Expérience en développement, en coordination et en gestion de projets touristiques auprès des entrepreneurs et des communautés
- Excellente maîtrise du français
- Bilinguisme
- Connaissance de l'industrie du tourisme et du territoire de Lanaudière seront considérés comme des atouts

Profil recherché

- Visionnaire orienté vers l'atteinte des résultats
- Professionnel reconnu pour ses talents de rassembleur
- Sens de l'organisation et souci du détail
- Habiletés particulières pour les relations publiques

Poste contractuel d'un an avec possibilité de permanence. Entrée en fonction, février 2018

Les personnes intéressées doivent faire parvenir leur candidature au plus tard le **mercredi 19 janvier 2018 à 16 h** à :
Tourisme Lanaudière
A/S Luce Savoie
savoie@lanaudiere.ca

Seuls les candidats retenus pour une entrevue seront contactés.
L'emploi du masculin n'a pour seul but que d'alléger le texte.

Quelques conseils pour réduire vos coûts de chauffage

(EN) L'histoire se répète chaque année : vos orteils s'engourdissent, vos joues rougissent; il est temps d'ajuster le thermostat. Au Canada, nous ne savons que trop bien ce que cela signifie : Bonhomme Hiver est de retour.

Nous avons bien appris à nous emmitoufler avant de sortir, mais compte tenu de la rigueur des températures nocturnes et de la hausse des coûts de chauffage, il est également rentable de bien emmitoufler et isoler sa demeure. Avant que viennent les grands froids de l'hiver, suivez ces conseils simples pour élever la température intérieure et abaisser les factures de chauffage.

Conseil no 1. Changez les filtres de la fournaise.

Des filtres propres permettront à votre fournaise de fonctionner comme un charme. Veillez à remplacer ou à nettoyer les filtres de la fournaise une fois par mois pendant la haute saison de chauffage.

Conseil no 2. Trouvez les fuites et bouchez-les.

Comme les fenêtres et les portes sont les principales responsables de la perte de chaleur dans une maison, un moyen efficace de réduire ces fuites consiste à installer une pellicule isolante sur les fenêtres, les portes et les pièces les moins utilisées. La pose de coupe-froid autour des portes et des fenêtres est une autre solution. Il faut y consacrer un peu de temps, mais l'ébéniste de profession et animateur de Meublez vos Passions, Serge Leclaire, propose des conseils pour réduire l'impact et la pression de ce travail sur votre corps : « Si vous commencez à ressentir de la douleur lorsque vous effectuez des travaux domestiques, modifiez votre environnement de travail avant que les maux s'accentuent ou qu'ils aient des conséquences plus graves, explique-t-il. Vous aurez avantage à faire quelques étirements et à investir dans un tapis anti-fatigue éprouvé qui permet de diminuer la pression sur les genoux et le dos, tel le fantastique tapis anti-fatigue Stanley, qui peut faire des merveilles pour empêcher la douleur ».

Conseil no 3. Faites fonctionner les ventilateurs en sens contraire.

En inversant la rotation du ventilateur de plafond, du sens antihoraire au sens horaire, vous faites circuler l'air chaud plutôt que l'air froid. Quand l'air chaud s'accumule près du plafond, la rotation en sens horaire le ramène vers le bas.

Vous trouverez d'autres renseignements à: www.stanleyutilitymat.com

Cinq conseils pour maintenir la santé de votre dos

(EN) Selon ce que révèle un récent sondage, 70 % des Canadiens ont déjà ressenti de la douleur en effectuant des activités de bricolage en position debout ou à genoux. Plus de la moitié des répondants ont indiqué que leur problème le plus persistant se situait au niveau du dos. Avant de tout remballer et de renoncer à une activité qui vous tient à cœur, envisagez les solutions suivantes pour soulager la pression que subit votre dos.

1. Dressez-vous devant la douleur.

- Quand vous restez longtemps debout, gardez un pied devant l'autre et les genoux légèrement fléchis. Cette position allégera la pression qui s'exerce sur la région lombaire.

- Investissez dans un tapis anti-fatigue éprouvé, tel le populaire tapis Stanley, qui soulagera à coup sûr vos genoux et votre dos de la pression exercée par la position debout.

2. Ne prenez pas les objets lourds à la légère.

- Si vous devez déplacer des objets lourds, assurez-vous de pousser plutôt que tirer : votre dos s'en portera mieux.

- Si vous devez soulever un objet, faites-le avec les genoux et non avec le dos, et gardez l'objet près de votre corps en tout temps.

3. Faites de l'exercice pour éviter les douleurs au dos.

- Faites des exercices de renforcement des abdominaux et du dos pour renforcer votre colonne vertébrale. Votre colonne supporte constamment le poids de votre corps; pour lui donner du répit, renforcez votre musculature. Lancez à un ami un défi de redressements assis ou faites du jogging ensemble.

4. Ne tournez pas le dos aux gâteries!

- Vous méritez de recevoir un massage relaxant et tonifiant; votre dos aussi. En plus d'abaisser la tension et de procurer une sensation formidable, les massages thérapeutiques améliorent la circulation sanguine et accroissent la production d'endorphines.

5. Dormez bien et prévenez les courbatures.

- Une bonne nuit de sommeil permet à votre corps de récupérer. Assurez-vous donc que votre matelas et votre oreiller supportent bien votre colonne vertébrale, pour que vos muscles et vos ligaments puissent se reposer avec vous.

- Si vous avez l'habitude de dormir sur le dos, placez un ou deux oreillers sous vos genoux pour réduire la pression de moitié. Si vous dormez sur le côté, placez un oreiller entre vos genoux pour réduire la pression et avoir un sommeil vraiment réparateur.

Pour obtenir d'autres renseignements, consultez le site : www.stanleyutilitymat.com

MUNICIPALITÉ DE
Notre-Dame-de-la-Merci

Offre d'emploi

Pompier, pompière volontaire

Type de poste : Temps partiel
Supérieur immédiat : Chef pompier

Résumé des principales fonctions :
Sous la supervision du directeur du Service de sécurité incendie et de ses officiers,
Le(a) candidat(e) retenu(e) devra notamment :

[1.] Lutter contre les incendies par des opérations de sauvetage des personnes et de protection des biens;

[2.] Être disponible afin de répondre aux appels d'urgence et à d'autres demandent du service incendie;

[3.] En matière de prévention, appliquer les différents programmes et participer à l'éducation du public;

[4.] Participer à la formation interne, à l'inspection et à l'entretien de la caserne et des équipements utilisés en cas d'incendie et au cours de diverses interventions.

Qualifications et exigences requises :
Votre candidature pourra être considérée si vous détenez les qualifications suivantes et répondez aux exigences ci-dessous :
[1.] posséder une formation de pompier I décernée par le ministère de l'Éducation où s'engager à l'obtenir dans une période de deux ans suivant la date d'embauche;
[2.] posséder une formation de secouriste reconnu est un atout;
[3.] posséder un permis de conduire valide classe 5 ;
[4.] faire preuve d'éthique professionnelle;
[5.] être en bonne forme physique.
Résider sur le territoire de la municipalité de Notre-Dame-de-la-Merci est un atout.
Transmission des dossiers de candidature :
Toute personne intéressée doit faire parvenir son curriculum vitae accompagné d'une lettre qui signifie son intérêt pour le poste de pompier à :
MUNICIPALITÉ DE NOTRE-DAME-DE-LA-MERCI
1900 MONTÉE DE LA RÉSERVE,
Notre-Dame-De-La-Merci (Québec) J0T 2A0
Info@mun-ndm.ca

L'ÉQUIPE JEANNOTTE MINOTTI

COURTIERS IMMOBILIERS

Sutton SYNERGIE INC. AGENCE IMMOBILIÈRE

EQUIPEJEANNOTTEMINOTTI.COM

Bureau: 819 424-7155

LOUIS JEANNOTTE
COURTIER IMMOBILIER AGRÉÉ
514 830-2645
LJEANNOTTE@SUTTON.COM

STÉPHANIE DIONNE
COURTIER IMMOBILIER RÉSIDENTIEL
514 622-0818
SDIONNE@SUTTON.COM

CATHLEEN HILL
COURTIER IMMOBILIER RÉSIDENTIEL
514 506-6694
HILLC@SUTTON.COM

JOHANE OSTER
ADJOINTE ADMINISTRATIVE
819 424-7155
JOSTER@SUTTON.COM

LINDA MINOTTI
COURTIER IMMOBILIER
514 730-7066
LMINOTTI@SUTTON.COM

ACCÈS NOTARIÉ AU LAC BLANC
24 300$ MLS 13047388

ACCÈS ET QUAI NOTARIÉ AU LAC OUAREAU
219 900$ MLS 24258774

SAINT-DONAT - PRÈS DU VILLAGE
277 500$ MLS 19550608

ACCÈS NOTARIÉ À LA RIVIÈRE OUAREAU
259 000$ MLS 18773084

BORD DU LAC BARIBEAU
280 000$ MLS 11795557

LAC PROVOST - 100% DU PRIX DEMANDÉ
315 000$ MLS 14737002

SAINT-DONAT
59 000$ + TPS/TVQ MLS 19873833

BORD DU LAC BEAUCHAMP
395 000$ MLS 11364853

CHERTSEY - BORD DU LAC RÉJEAN
97 500$ MLS 17264019

AVEC REVENU - SAINTE-AGATHE-DES-MONTS
298 000$ MLS 28499214

ACCÈS NOTARIÉ AVEC QUAI AU LAC SUPÉRIEUR
624 900$ MLS 25696361

Cet hiver à STE-AGATHE

MOTONEIGE

Juchée sur les montagnes dans nos belles Laurentides, à mi-chemin entre les Basses et les Hautes Laurentides, Sainte-Agathe-des-Monts bénéficie d´un enneigement exceptionnel. Quand il pleut à Saint-Sauveur, il neige chez nous!. Nous sommes fiers d´être au coeur de la capitale de la neige et de la motoneige.

PATINOIRES

Que ce soit sur le site plein air de Festi-Neige où vous trouverez un anneau de glace sur le Lac des Sables et une patinoire pour le hockey ou sur l'une des nombreuses patinoires aménagées par la ville ou à l'intérieur sur la glace du centre sportif ce ne sont pas les endroits qui vous manquent pour patiner!

TRAINEAU À CHIENS

Découvrez la beauté et les joies de l'hiver dans l'immensité de notre forêt Laurentienne tout en vous laissant bercer par le doux crissement des patins du traîneau à chiens.

Boutique
Quand passe la cigogne inc.
Vêtements et accessoires de maternité et d'enfants
99, rue St-Vincent, #1
Ste-Agathe-des-Monts
819 774-0686
boutique.la.cigogne@gmail.com
www.boutiquelacigogne.com
NEUFS ET FRIPERIE

LÉONARD PAGÉ CHALIFOUX PICHÉ NOTAIRES INC.
notaires et conseillers juridiques
Me Marie-Eve Chalifoux
LL.B., D.D.N
109, rue Saint-Vincent
Sainte-Agathe-des-Monts (Québec) J8C 2A8
Téléphone : (819) 326-6321
Télécopieur : (819) 326-5671
me.chalifoux@notarius.net
www.lpcpnotaires.ca

PSO COMPTABLE
Les Services Comptables PSO inc.
vous souhaitent nos Meilleurs Voeux de Bonne Année à tous nos clients et amis.
Notre équipe d'impôt vous attend.
www.pso-comptable.ca
COMPTABILITÉ ET IMPÔT
T. 819.326.2100
22 rue Préfontaine Est
Ste-Agathe-des-Monts, J8C 1R8

Résidence Manoir La Caravelle
PORTES OUVERTES
TOUS LES SAMEDIS
DE 14H À 16H
Les services:
- 3 repas par jour + collations
- Entretien ménager chaque semaine
Buanderie et literie chaque semaine gratuitement
- Câble inclus
- Préposée aux résidents sur place
- Bouton panique - Surveillance 24/24
- Remboursement crédit gouvernementale chaque mois
- Grande terrasse, balançoire, jardin, piscine, salle de jeux
- Stationnement inclus
IL RESTE UN 3½ ET UNE GRANDE CHAMBRE À LOUER
Venez rejoindre la grande famille!
Chez nous, vous n'êtes pas un numéro.
92, rue Major, Ste-Agathe 819 321-2444 www.manoirlacaravelle.com

Mont-Tremblant

La Porteuse d'étoiles
Boutique et Librairie Ésotérique
laporteusedosouslesetoiles.com
989, rue de St-Jovite, Mont-Tremblant, Qc, J8E 3J8 - 819.717.1571

ACTIVITÉS D'HIVER 2018

TACOS LOLITA
Cuisine mexicaine et libanaise
• Fajitas • Shish Taouk
• Burritos • Falafel
• Grand choix de salades 100 %BIO
MENU POUR EMPORTER
GRANDE TERRASSE
804, rue de Saint-Jovite,
Mont-Tremblant QC J8E 3J8
819 425-2555
Tacos Lolita

Conception PAQUETTE
Auvents | Stores | Rembourrage
Conception PAQUETTE MICHEL PAQUETTE
449, rue Filion,
Mont-Tremblant, Québec
J8E 3E9
819 425-9881
conceptionpaquette.com
info@conceptionpaquette.com

LIBRAIRIE
Carpe Diem
Livres - Jeux - Revues - Papeterie Fine - Cadeaux
COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ
librairiecarpediem.com | 819-717-1313
814-6, rue de Saint-Jovite, Mont-Tremblant

Notre-Dame-de-la-Merci

fadoq

Club FADOQ
Notre-Dame-de-la-Merci
Lanaudière

par
Michel Godin
Secrétaire

Bonjour,

Le 7 décembre dernier avait lieu notre souper de Noël où 125 convives étaient ensemble pour profiter de cette belle soirée. Un très bon souper 5 services nous attendait, préparé par notre chef Laflèche Fortin et servi par son équipe dynamique composée de Diane, Guylaine et Émilie, le tout suivi d'une soirée dansante. Plus d'une trentaine de prix de présence ont été remis à nos participants pour les remercier de leurs encouragements.

Au moment d'écrire ces lignes, les activités régulières de votre Club ont repris après la période des fêtes. En voici la liste, le tout se déroule à la salle communautaire.

Les cours de danse en ligne les mardis matin à 9h30.

Le club de marche du mardi 13h.

Les soirées jeux de société tous les vendredis à 19h.

Le yoga les jeudis matin à 10h.

Le jeudi 25 janvier à midi nous aurons notre prochain dîner de l'amitié à la salle communautaire de NDM. Au menu il y aura potage, spaghetti et dessert. Comme à l'habitude, le dîner sera suivi d'un bingo. Nous avons notre permis de boissons, vous pouvez donc apporter vos boissons alcoolisées si vous le désirez. Le prix pour le dîner est toujours de 9$ pour les membres de la FADOQ et 11$ pour les non-membres d'un Club FADOQ. Bienvenue à toutes et tous.

Le premier février à 19h30, soirée visionnement où un film, un spectacle ou un reportage vous sera présenté.

Le 8 février ce sera le bingo du deuxième jeudi du mois à 13h.

La ligue de quilles de l'Amitié a toujours de la place pour accueillir de nouveaux joueurs. La ligue joue à Saint-Donat les vendredis matin. Pour vous inscrire, communiquez avec Francine Aubin, notre présidente, au 819 424-2536.

Le Temps des Fêtes au CHSLD Saint-Donat

par
Amélie Vézina
Technicienne en loisirs

Le 10 décembre dernier a eu lieu le dîner de Noël du Centre d'Hébergement Saint-Donat. Les résidents du CHSLD et leurs familles ont pu partager ensemble un excellent repas traditionnel du temps des fêtes. Merci à tous ceux qui ont fait de ce dîner une réussite; le personnel du centre, les bénévoles et nos donateurs, la Caisse Populaire de la Ouareau et la Municipalité de Saint-Donat.

De plus, le 16 décembre dernier, l'Orchestre de Saint-Donat est venu offrir un concert de Noël aux résidents et leurs familles. Ce concert d'une grande qualité a été fort apprécié de tous. Merci aux membres de l'Orchestre et aux Filles D'Isabelle grâce à qui le concert a pu avoir lieu.

Le Père Noël est également venu nous visiter au centre d'hébergement et il a fait la joie de plusieurs. Le 24 décembre dernier, chaque résident a reçu un cadeau personnalisé. Merci aux Chevaliers de Colomb de Saint-Donat ainsi qu'à la Pharmacie Proxim grâce à qui tous les résidents ont reçu un cadeau pour la fête de Noël. Nous tenons également à remercier la FADOQ de St-Donat qui nous a offert en cadeau de chaudes couvertures pour tous les résidents du centre.

Nous
embauchons
à Notre Dame de la Merci

international medias
IMDS
data services

Nous recherchons :

10 Commis aux archives et à la saisie de données

Informations pour les candidats

Salaire Selon expérience
Niveau d'études Secondaire
Type de poste Temps plein ou partiel
Horaire de travail minimum 20h par semaine
Expérience demandée 0-3 années d'expérience

Tâches et responsabilités
Traitement des archives
Numérisation de documents divers
Saisie de données de différents types de documents
Analyse et correction de la cohérence de données saisies

Compétences
Motivé (e) et bon esprit d'équipe
Grand souci du détail et précision
Autonomie, débrouillardise et professionnalisme
Bonne vitesse de frappes (au moins 40 mots à la minute)
Forte capacité d'analyse et un bon sens de l'organisation

Envoyez-nous vite votre résumé à cberube@imds-world.com ou
Contactez-nous au +1 (514) 245-3945

ANNONCES CLASSÉES: 20$
819-424-2610

À LOUER

Très grand 5 ½ dans le village, beaucoup de rangement, grand stationnement, près de tous les services. 450 971-4790. demandez Daniel ou 514-506-4309 Nathalie

5 ½ rue Nadon, 4 ½, 3 ½, rue Nadon ou Principale, 3 ½ au 371, rue Bellevue à 410$. Libre maintenant, terrain à vendre, maison à vendre : 819-323-1555

Chambre privée à louer avec balcon ou sans balcon, dans Résidence de personnes agées, secteur St-Donat, disponible maintenant, communiquer avec Melissa 819-424-2200 aussi chambre double

3 1/2 (750 PC) à louer à Notre-Dame-de-la-Merci. Pour pesonne d'un crtain âge. Libre le 1er février 2018, entrée individuelle. Entrées laveuse-sécheuse. Électricité non incluse. Plancher chauffant, endroit paisible, 2 minutes du village et de la plage publique. Prix: 550$/mois. Info: 819-424-1864 entre 9h et 19h

Petit logement genre loft, meublé et cuisine avec équipement de base, pour homme seul ou couple sans enfant, 600 mètres du parc, plage, tranquille en pleine nature. 580$/mois basé sur 12 mois, chauffé, certaines restrictions s'appliquent 819-424-7686

COMMERCIAL À LOUER

472 et 474 Principale, en plein coeur du village. Idéal pour professionnels, boutique, services etc... Pour infos: Jean Lavoie 819-217-1774

OFFRE DE SERVICES

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

BOIS DE CHAUFFAGE

Bois de chauffage, érable, merisier. 130$/corde, fendu, livré. 819-424-7801

Regroupement des locataires des Terres Publiques du Québec

À tous les détenteurs de baux de villégiature (camp de chasse, villégiature, pêche) membres et non membres, vous êtes invité à une assemblée annuelle d'informations sur des dossiers qui vous préoccupent. On vous donnera des informations sur des rencontres avec les MRC, le Ministère des ressources naturelles et autres instances.

Vous pouvez aussi accéder à notre regroupement par notre site internet:

www.rltp.qc.ca . Votre contribution est nécessaire pour une bonne représentativité et pour mieux vous aider à toutes vos préocupations. Suite à votre contribution vous aurez la chance de participer à un tirage d'une scie mécanique Stihl le 31 mars 2018.

La réunion se tiendra à Mont-Tremblant, vendredi le 02 février 2018 à 19h30 au sous-sol de l'Église au 950 rue de St-Jovite.

Comment la saison hivernale pourrait affecter vos animaux

(EN) En tant que propriétaire d'un animal, vous vous souciez constamment de son bien-être. Neige, gadoue, glace, froid extrême, ce sont là des épreuves pour les animaux qui passent du temps dehors en hiver. Les propriétaires doivent donc leur assurer une vie active tout en les protégeant des conditions hivernales.

Nutram Pet Products vous offre sept conseils pour assurer le bien-être de votre compagnon pendant l'hiver:

1. À elle seule, la fourrure ne peut pas protéger votre animal des froids intenses, car il souffre des températures extrêmes exactement comme les humains. Gardez-le au chaud et au sec à l'intérieur, c'est la meilleure façon de le protéger, surtout lors des tempêtes.

2. Lui offrir une diète appropriée, toute l'année durant, l'aidera à passer au travers de l'hiver. Nutram offre des recettes holistiques dont l'approche est fondée avant tout sur la nutrition. Elle vise à: faciliter la digestion; stimuler le système immunitaire; contrôler le poids; améliorer la mobilité des articulations et répondre à d'autres besoins spécifiques pour animaux de tous âges.

3. N'arrêtez pas vos activités extérieures prévues avec votre animal durant l'hiver. Au lieu de faire de longues balades, faites-en de plus fréquentes mais courtes pendant le jour.

4. Ne laissez jamais votre animal seul dans votre voiture en hiver. Autant une automobile peut se transformer en un vrai four à micro-ondes sous la chaleur estivale, autant elle peut devenir un véritable réfrigérateur en hiver. Cette situation pourrait occasionner à votre animal de graves blessures pouvant être mortelles.

5. Les animaux se promenant à l'extérieur en hiver affrontent plusieurs dangers tels que : le sel de déglaçage, les produits chimiques, l'antigel et autres poisons. Dès que votre animal rentre à la maison, nettoyez bien ses pattes avec un linge tiède et humide. Essuyez tout renversement de produits toxiques sur le plancher et gardez-les sous clé.

6. Les chats d'extérieur cherchent naturellement des sources de chaleur et le plus souvent très près des moteurs d'automobiles. Jetez donc un petit coup d'œil sous votre véhicule avant de démarrer!

7. Les chats d'intérieur ne sont pas immunisés contre les dangers de l'hiver. Faites attention aux risques de brulures et d'électrocutions en les tenant éloignés des radiateurs et autres appareils électriques.

Pour plus d'informations sur les nourritures holistiques de Nutram, allez à nutram.com.

RÉSIDENCES FUNÉRAIRES
J.-H. Vanier et Fils Inc.
Vente de monuments
inscription et restauration
Visitez notre site web: JHVANIER.COM
36 rue St-Bruno, Ste-Agathe-des-Monts
(819)-326-3322 (819)-424-2441

ABONNEMENT JOURNAL ALTITUDE

Nom: _____

Adresse: _____ C.P.: _____

Ville: _____ Province: _____

Code postal: _____

Retournez à: Journal Altitude 1350
365, Principale
Saint-Donat (Québec)
J0T 2C0
Infos.: (819) 424-2610
Fax:(819) 424-3615

Abonnement;
20$ Canada
70$ Étranger 1 an (12 numéros)

NOUVEL ABONNEMENT ☐
RENOUVELLEMENT ☐
J'ABONNE UN AMI ☐

Édition du 7 FÉVRIER 2018
Date limite pour messages et publicités:
15 FÉVRIER 2018

Le Journal Altitude 1350

Adresse postale:
365, rue Principale
Saint-Donat, Québec, J0T 2C0
Tél.: (819) 424-2610
Fax: (819) 424-3615
journalaltitude@cgocable.ca

Conception graphique, édition électronique par Altitude Communications, Saint-Donat.

Envoi de publication. Enregistrement #3099. 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

Éditeurs et chefs de la rédaction:
Martin Lafortune
Nathalie Boussion

Publicité et administration:
Nathalie Boussion

Publicité
Karima rezki

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

CLINIQUE SANTÉ SAINT-DONAT

Chiropratique
Dr. Benoit Lagacé
chiropraticien, D.C.
819 424-2798

Local disponible
Pour plus d'informations
819 424-2798

Physiothérapie
Richard Jetté
819 805-2746

Là, où l'on s'ajuste à vos besoins

561 rue Principale, St-Donat
(situé en biais avec le bureau d'information touristique)

Acupuncture
Jacques Hénault
819 424-7172

Prothèses auditives
Diane Monette
Audioprothésiste
1-888-672-9939

Massothérapie
Tonia Hamilton
819 323-7279

ABATTAGE D'ARBRES CHARBONNEAU

ABATTAGE
ÉLAGAGE
DÉBOISEMENT

Résidentiel - commercial - Industriel

ASSURANCES COMPLÈTES
ESTIMATION GRATUITE

819.325.3007

Sylvain Barbeau
Horticulteur - Paysagiste

- Aménagement paysager complet
- Conception et réalisation
- Spécialisation pierres naturelles (granite, calcaire, grès, ardoise)
- Marches, trottoir patio, mur et muret sec, méga pas chinois, rocaille, foyer, inukshuk
- Plantation d'arbres matures, arbustes, vivaces
- Service d'entretien complet de vos aménagements
- Service de mini-pelle et de mini-pépine

16, rue St-Louis, St-Donat • Cell.: 819 324-8410
sylvain@paysagistesb.com Fax: 450.224.5660

RCG
ARPENTEURS GÉOMÈTRES
RADO - CORBEIL - GÉNÉREUX

18, rue St-Henri Est
Sainte-Agathe-des-Monts, Qc
J8C 1S9
TÉL. : 819 326-0323
TÉLÉC. : 819 326-8157
1 877 226-0323

519, rue Principale
Saint-Donat, Qc
J0T 2C0
TÉL. : 819 424-2815
TÉLÉC. : 819 424-5478

WWW.RCGAG.NET

TRISTAN SÉGUIN
B. Sc. A., A.-G.
TSEGUIN@RCGAG.NET

GESTION NORMAND FORGET INC.
CMMTQ

Plomberie– Résidentiel– Commercial - Pompes et Accessoires
1938 Route 125, Notre-Dame de la Merci (Qué.) J0T 2A0
URGENCE : KEVIN AU 819-217-0444
Tél. (819) 424-7271 (BUREAU) gestion.nf@bell.net

Dominic Roy
Ingénieur forestier
EXPERT-CONSEIL

- Planification forestière
- Diagnostic sylvicole
- Réglementation forestière
- Évaluation forestière
- Cartographie
- Foresterie urbaine

530, rue Principale
Saint-Donat (Québec) J0T 2C0
Tél. et cell. : 819 419-0175
Téléc. : 819 200-0721

- Faisabilité et coûts
- Plans et devis
- Gestion de projets

dominic@roy-ingf.com www.roy-ingf.com

PIERRE-LUC LAVOIE
ARBORICULTEUR DIPLÔMÉ

Abattage · Déboisement · Déchiquetage
Élagage · Essouchement · Plantation

514 778 0075 819 507 0075
www.arbrespl.com

Réal Desmarchais
CONSTRUCTION / RÉNOVATION
35
R.B.Q.: 8223-9302-02

Entrepreneur général & spécialisé
Inspection de bâtiment - Gérance de projet
Charpente - Finition - Portes & fenêtres - Gypse
Plâtre - Peinture - Peinture au fusil - Céramique
Entretien - Granit - Plancher bois franc
70, ch. Lucien - Saint-Donat 514 983-2020

EXCAVATION & DÉNEIGEMENT
CARL EMOND
RBQ: 5642 9202 01 Membre A.P.C.H.Q.
Excavation
Installation septique
Drainage

Ecoflo ENVIROSEPTIC
excavationcarlemond.com
819 217-1750

Église Chrétienne Évangélique de Saint-Donat.
Réunion de prières:Mercredi 19:30
Réunion du dimanche à 10:00.
720 rue principale, Saint-Donat.
Tél: 819-419-0132

Car Dieu a tant aimé le monde qu'il a donné son Fils unique, afin que quiconque croit en lui ne périsse point, mais qu'il ait la vie éternelle.Jean 3;16

Sylvie-Anne St-Amour et Cynthia Millette

LA PROTECTION QUI VOUS CONVIENT
HABITATION • AUTOMOBILE • ENTREPRISE

Assurances GODIN
Cabinet de services financiers

SAINT-SAUVEUR • SAINT-ADOLPHE • SAINT-DONAT
819 424.3115 assurancesgodin.com

LIBRAIRIE Carpe Diem
LIVRES - JEUX - REVUES - PAPETERIE FINE - CADEAUX
COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ
librairiecarpediem.com | 819-717-1313
814-6, rue de Saint-Jovite, Mont-Tremblant

Dominic Roy
Ingénieur forestier
EXPERT-CONSEIL

- Planification forestière
- Diagnostic sylvicole
- Réglementation forestière
- Évaluation forestière
- Cartographie
- Foresterie urbaine

530, rue Principale
Saint-Donat (Québec) J0T 2C0
Téléphone : 819 419-0175
Télécopieur : 819 419-0244

- Faisabilité et coûts
- Plans et devis
- Gestion de projets

dominic@roy-ingf.com www.roy-ingf.com

Me RAYMOND M. SIGOUIN L.L.B., D.D.N.
Me MARIE-CLAUDE RAYMOND L.L.B., D.D.N.
Me ÉLISABETH SIGOUIN L.L.B., D.D.N.

RAYMOND & SIGOUIN
NOTAIRES
CONSEILLERS JURIDIQUE

470, Principale C.P. 400 - Saint-Donat
Tél.: (819) 424-2272 • Fax: (819) 424-1574

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

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

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

ANDRÉ LÉONARD O.A.Q.
ARCHITECTE
51 AVE DES GOUVERNEURS REPENTIGNY 450-581-7845
15 CHEMIN ST-GUILLAUME ST-DONAT 819-424-5781
(BUREAU DE CONSULTATION)
architectura@videotron.ca

Assurances Services
Groupe Vézina & Associés Ltée
CABINET EN ASSURANCE DE DOMMAGES ET SERVICES FINANCIERS
Pour tous vos besoins en assurance
Automobile – Habitation – Entreprise
Véhicules Récréatifs
Au cœur de St-Donat depuis 1954
1.800.360.6880 | groupevezina.com

BERNARD FILION

BOIS DE CHAUFFAGE | 819 424-7801

ÉVALUATIONS SERGE LAVOIE INC.
Groupe Eximmo Laurentides, Rive-Nord
Évaluateurs agréés

Serge Lavoie, É.A., B.A.A.
Évaluateur agréé

Membre du Groupe Eximmo

info@eslavoie.com
poste 234

983 rue Valiquette
Ste-Adèle, Qc, J8B 2M4

Ste-Adèle
450.229.6693 f. 229.6556

St-Jérôme
450.436.1285

Ligne sans frais
1.800.317.8022

Yves de Carufel CPA inc.
SOCIÉTÉ DE COMPTABLE PROFESSIONNEL AGRÉÉ
CPA

1960, boul. de Sainte-Adèle
Sainte-Adèle (Québec) J8B 2N5
Téléphone :(450) 229-2346
Télécopieur : (450) 229-1055
Courriel: yvesdecarufel@cgocable.ca

470, rue Principale
Saint-Donat (Québec) J0T 2C0
Téléphone :(819) 424-3135

Don d'équipements

Le GMF de Saint-Donat reçoit sa part!

Le Groupe de médecine familiale (GMF) de Saint-Donat a reçu récemment de nouveaux équipements pour améliorer son offre de services à la population.

D'abord, la Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut a offert un nouveau défibrillateur, cet appareil électronique destiné à rétablir le fonctionnement cardiaque d'un patient. Inventé par un médecin en 1947, cet appareil a été conçu dans le but de sauver les patients lors d'un arrêt cardiaque.

Incontournable

«Le défibrillateur est maintenant un incontournable. Ce geste rencontre d'ailleurs nos objectifs qui consistent à être plus prêt du patient en offrant de meilleurs services de proximité, de concert avec les groupes de médecine familiale (GMF), les hôpitaux, les CLSC et les CHSLD du territoire», explique le directeur général de la Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut, Daniel Desjardins.

Ce nouveau don porte à une douzaine le nombre d'appareils distribués un peu partout sur le territoire. Quelques coops santé et plusieurs cliniques ont profité d'un tel don par le passé.

Autres équipements

Le GMF de Saint-Donat obtiendra aussi du CISSS de Lanaudière un nouvel appareil de radiologie. La Fondation médicale ajoutera, de son côté, environ 21 000$ d'équipements neufs. Ce don a été rendu possible grâce aux profits générés par le Tournoi Lauda Garceau le printemps dernier. Plus de 36 000$ avaient été recueillis à cette occasion.

Parmi les équipements reçus, des tabourets pivotants et pneumatiques, un thermomètre électronique, une table Mayo avec cabaret, une armoire à narcotique, un bras télescope, un ophtalmocospe coaxial, des ensembles de diagnostic intégré, une pompe à succion portative, de l'azote liquide, achat du contenant et cryogun. *«Nous sommes fiers de pouvoir contribuer au succès du GMF de Saint-Donat », précise M. Desjardins. Ils ont démontré qu'il est possible de travailler ensemble et d'arriver à des résultats. C'est un exemple pour tous les GMF du Québec»*, conclut le directeur général de la Fondation médicale.

Voulez-vous donner au suivant

Mon nom est René Cantin et je récupère les ordinateurs que vous ne voulez plus. Que ce soit une tablette, un portable ou une tour, mais pas de produits Apple (je n'ai pas de compétence avec Apple). Je les répare, j'efface toutes les données, je les remonte et je les donne à des organismes à but non lucratif. Ainsi vos vieux appareils serviraient encore à des personnes dans le besoin ; surtout aux enfants. Vous m'appelez et je vais les récupérer. Cette action est anonyme. 819-424-3193 ou à mon adresse de courriel à rene.cantin@cgocable.ca

Grand-Père, c'était comment ton village?

Vous vous souvenez, en avril dernier je vous disais que bientôt je rédigerais un article, non pas sur l'histoire de Saint-Donat, mais sur un sujet qui contribuerait à la mettre en valeur. Je faisais allusion alors au patrimoine culturel et naturel Donatien. Ces témoignages du passé encore présents chez nous n'ont jamais fait l'objet d'une attention particulière.

Voici donc une série de trois articles consacrée à une brève exploration du patrimoine Donatien. Elle s'adresse tant aux passionnés d'histoire qui ont collectionné au fil des ans d'anciens objets ou souvenirs et qui désirent qu'un jour ces vestiges de notre histoire demeurent à Saint-Donat, qu'à ceux et celles qui veulent en savoir davantage sur cette richesse culturelle à découvrir.

Vous souvenez-vous du centenaire de la paroisse en 1974? Ce grand événement avait soulevé énormément d'intérêt et de passion chez les Donatiens que nous sommes. En dehors des festivités très réussies, c'était la première fois que nous entendions raconter l'histoire de Saint-Donat de Montcalm. Au cours de cette année, le journal Altitude 1350 publiait quelques photos anciennes et faits d'histoire. De plus, les organisateurs de cette grande manifestation lançaient un petit ouvrage intitulé ST-DONAT P.Q. La mascotte des fêtes, Donatien le Suisse, apparaissait sur la page couverture.

Vingt-cinq ans plus tard, on remettait cela, en célébrant le 125e de la paroisse. Tous ont été encore une fois témoins de la fierté des Donatiens pour leur village, puisqu'ils ont été nombreux à visiter les minis expositions organisées par la Société Historique. Ces expositions ont révélé des petits bijoux, livrant ainsi un potentiel très intéressant de notre patrimoine culturel.

Conserver et mettre en valeur les témoins de notre passé

J'ai beaucoup hésité avant d'élaborer quoique ce soit sur ce sujet. Je me suis d'abord demandé comment, pour les générations futures nous pourrions conserver cet héritage et comment le faire connaître. Un des problèmes qui se posent actuellement est le fait que nous n'ayons aucun emplacement pour mettre en valeur quelques objets ou artefacts de façon permanente et sécuritaire.

De plus, les gens possédant des trésors, le plus souvent familiaux les gardent précieusement chez eux et je les comprends très bien. Mais il y a aussi ceux et celles qui ne savent pas quoi en faire ou ont très peu d'intérêt pour ces "vieilles choses". Alors, s'ils en possèdent, combien de temps les conserveront-ils encore? On le sait, après le décès des parents et des grands-parents, il se passe un certain temps, puis vient le partage et on ne sait pas trop quoi faire avec certains articles leur appartenant. Très souvent, ces petits trésors sont dispersés dans la famille et trop souvent, malheureusement, ils sont jetés au rebut quelques années plus tard ou alors, ils se retrouvent dans une vente de garage. Il faut bien comprendre que c'est souvent l'ignorance de la valeur historique et patrimoniale des objets ou artefacts qui guident ces choix d'en disposer de cette façon.

La cloche de la première chapelle de la paroisse de Saint-Donat, maintenant sur le perron de l'église actuelle.

La réalisation d'un inventaire patrimonial

Sensibiliser les gens à cette richesse culturelle demeure donc un excellent moyen de faire découvrir une partie de notre histoire, qu'elle soit familiale, paroissiale, municipale, commerciale, folklorique, sportive, artisanale, etc. Mais "il faut connaître avant de reconnaître" et l'une des façons de le faire est sans doute d'en explorer le potentiel. Comment? En réalisant des inventaires. Concrètement, cela veut dire : parcourir Saint-Donat pour identifier des objets, des artefacts, des lieux, etc., relatifs au patrimoine culturel et naturel. Par la suite, il s'agit de colliger ces informations dans un rapport. Il est très important de mentionner qu'aucun objet concret n'est recueilli. Pour ceux et celles qui le désirent, la confidentialité de certaines informations peut être exigée. Je travaille présentement à rédiger un projet en ce sens. En tant qu'anthropologue, j'ai réalisé il y a deux ans pour la firme Sylvie Nadeau tourisme-conseil un inventaire sommaire des composantes patrimoniales de l'offre touristique de la MRC de Joliette. C'est vraiment l'outil de base qui permet d'enrichir la connaissance d'un milieu. Ce travail que j'entreprends en est un de longue haleine qui ne peut se faire que par étapes. Si les appuis nécessaires sont là, j'irai de l'avant le plus tôt possible. Si le but premier de ces inventaires est de connaître le potentiel et l'intérêt des Donatiens pour leur patrimoine, la finalité de cette démarche vise non seulement à sa sauvegarde, mais également à trouver un moyen de la diffuser. Cela peut prendre éventuellement la forme d'un musée ou d'un centre d'interprétation. Ainsi, avant que ne disparaisse à jamais dans l'oubli l'héritage des pionniers de Saint-Donat, ceux et celles qui voudraient léguer des biens témoignant du passage de leurs ancêtres sauraient qu'il existe un endroit où l'on fait honneur à leur mémoire.

Le mois prochain nous verrons en quoi consiste le patrimoine culturel et naturel avec des exemples à l'appui.

Note au lecteur: *Article rédigé par Claude Lambert, anthropologue, et publié dans le journal Altitude en octobre 2002.*

Les moyens de gagner la bataille contre le rhume et la grippe

(EN) Malgré tous nos efforts pour rester en santé pendant l'hiver, nous ne pouvons pas toujours traverser la saison des rhumes et de la grippe sans un épisode de toux incessante, d'écoulement nasal, de fièvre, le tout parfois accompagné d'un mal de tête lancinant. Si vous souffrez de l'un de ces symptômes, il est bien possible qu'un vilain microbe ait réussi à déjouer vos meilleures défenses. L'Association canadienne des aliments de santé (CHFA) offre quelques conseils simples pour atténuer ses effets, et vous aider à vous rétablir plus rapidement.

Zinc

Un supplément de zinc est un excellent moyen d'accélérer la récupération dans le cas du rhume. Les études montrent que ce nutriment essentiel empêche le rhinovirus, cause la plus fréquente du rhume, de se reproduire : un bon moyen pour en stopper net les ravages. Pour de meilleurs résultats et même pour éviter d'attraper le rhume, ajoutez un supplément de zinc à vos habitudes alimentaires quotidiennes.

Vitamine C

La vitamine C, couramment présente dans de nombreux aliments, est un important facteur de lutte contre le rhume et la grippe. Elle aide à éviter les déficiences immunitaires; un apport suffisant pendant toute l'année constitue donc une excellente mesure préventive. La consommation d'aliments riches en vitamine C, tels que les poivrons, les légumes-feuilles vert foncé et les agrumes, est une bonne façon d'obtenir l'apport quotidien recommandé. Des concentrations supérieures de vitamine C, comme on en trouve dans les suppléments naturels, pourront aussi vous aider à raccourcir la durée d'un rhume dont vous êtes déjà affligé.

Échinacée

L'échinacée est une plante largement utilisée pour atténuer les symptômes du rhume et de la grippe. Il faut toutefois agir rapidement, de sorte qu'il faut commencer dès l'apparition de symptômes. Cette plante utile se présente sous de nombreuses formes, soit tisanes, jus, teintures et toute une variété de comprimés solides.

Il existe de nombreux moyens naturels de rester heureux et en santé pendant tout l'hiver et même durant toute l'année. Pour bénéficier d'autres conseils au sujet de la santé naturelle, consultez le chfa.ca et parlez à votre fournisseur de soins de santé afin de connaître les produits et la posologie qui vous conviendraient le mieux.

Trois étapes pour vivre un hiver plus chaud

(EN) De multiples couches de vêtements encombrants aident à nous protéger contre le froid pendant un certain temps, mais il existe d'autres moyens pour atténuer le froid à long terme. L'Association canadienne des aliments de santé (CHFA) recommande un programme d'exercice pour l'hiver, une alimentation saine et nutritive et des produits de santé naturels qui vous tiendront au chaud, même pendant les pires journées de la saison.

L'exercice

L'exercice régulier stimule la circulation et dilate les vaisseaux sanguins, contribuant à amener la chaleur jusqu'aux extrémités. Un bon entraînement permet de brûler des calories, ce qui produit une chaleur durable, alors bougez! La poussée d'endorphines que donne l'exercice est un autre important avantage, surtout en hiver, parce qu'elle aide à stabiliser l'humeur et à combattre les « blues de l'hiver » ou les troubles affectifs saisonniers.

Si vous n'êtes pas un adepte du gymnase, essayez le yoga Ashtanga qui a recours à des techniques de respiration particulières permettant d'activer la chaleur interne du corps et de se concentrer tout en éliminant le stress.

L'alimentation

Tout ce que nous mangeons et buvons a un effet durable sur la capacité de se garder au chaud. Les aliments épicés en particulier aident à activer le métabolisme, ce qui permet à l'organisme de produire de la chaleur plus rapidement. Essayez d'ajouter du gingembre, du piment de Cayenne et un peu plus d'ail lorsque vous préparez des repas nourrissants, tout comme d'autres ingrédients riches en nutriments, par exemple les tomates, les légumes-feuilles et les haricots.

En outre, l'eau est excellente pour conserver la chaleur. Boire de huit à dix verres d'eau par jour vous gardera bien hydraté et au chaud. Des tisanes ou des infusions de fruits de saison ajouteront bienfaits et saveur.

Les produits de santé naturels

Malgré tous nos efforts, il est rare que nous arrivions à obtenir de l'alimentation tous les nutriments dont nous avons besoin. Les suppléments sont des solutions pratiques pour combler les lacunes nutritionnelles, surtout en hiver.

Pour commencer, assurez-vous d'obtenir l'apport quotidien recommandé de toutes les vitamines B; celles-ci vous aideront à activer la circulation et à maintenir la température interne du corps.

Un supplément de vitamine D, essentiel à la prévention des maladies et à plusieurs des fonctions vitales du corps, est couramment recommandé aux Canadiens pendant l'hiver. Un supplément d'oméga-3 de qualité non seulement contribue à la santé cardiaque, mais a été associé à la réduction des risques de nombreuses maladies chroniques, sans oublier qu'il contribue à garder la peau hydratée de l'intérieur pendant les mois froids et secs de l'hiver.

Il est toujours avisé de consulter un fournisseur de soins de santé pour obtenir des conseils personnalisés, par exemple, pour connaître les suppléments particuliers et la posologie qui vous conviennent le mieux. Pour trouver le marchand d'aliments de santé local où vous trouverez ces produits en plus de nombreux autres, consultez le chfa.ca.

Merci à ma fidèle clientèle
et Bonne Année 2018!

Michel Desrosiers
Artisan

Réplique miniature exclusive de votre
maison en cabane ou mangeoires d'oiseaux

cabanemdesrosiers@live.ca
www.artisanmdesrosiers.com
819-424-5991

par
René Cantin
Doctorant

La pollution alimentaire

L'EDTA est considéré comme un additif alimentaire en tant qu'émulsifiant et stabilisant

L'EDTA est utilisé à toutes les sauces autant dans l'industrie alimentaire qu'en médecine ou qu'en industrie.

Dans certains domaines, il est très utile mais, dans d'autres, son innocuité est discutable. En médecine, il est utilisé pour traiter les empoisonnements au plomb. Son injection peut être musculaire ou veineux. Il est aussi utilisé en médecine lors de problèmes cardiaques.

Industriellement, il entre, comme agent liant, lors du traitement de la pâte à papier, comme agent liant dans la fabrication de peinture, et dans plusieurs autres procédés industriels.

Qu'en est-il de son degré de dangerosité pour le corps humain?

Vous trouverez l'EDTA dans des centaines de produits alimentaires et dans la composition de cosmétiques. Cependant, certains dérivés de ses sels sont interdits dans l'Union Européenne ainsi qu'aux États Unis. Au Canada, il est de moins en moins utilisé dans les poudres pour bébés. Sa poudre est tellement fine qu'elle cause des dommages aux alvéoles pulmonaires, surtout chez les bébés, bloquant ainsi la capacité d'oxygénation du système.

L'EDTA est un chélateur (agent liant faisant précipiter les ions métalliques) qui peut causer un déséquilibre ionique par le fait qu'il se lie aux ions métalliques. Dû au fait que le corps humain est sensible aux variations de concentration des ions métalliques, l'EDTA peut causer des perturbations au niveau de la concentration du fer, du calcium, et de tous les autres cations (ions positifs) métalliques causant, ainsi de nombreux problèmes à notre corps comme l'anémie, la fatigue chronique, le déséquilibre ionique (cation) etc. Lorsque l'EDTA se lie au cation calcium +2,, il devient soluble et est éliminé facilement par les urines ; il diminue donc la concentration du calcium dans le corps.

L'ion calcium est très important dans le processus de la coagulation sanguine et si l'EDTA est injecté ou ingéré, il se lie à l'ion calcium+2, réduisant ainsi sa concentration et de ce fait, affecte le pouvoir de coagulation du sang. 2

Où trouve-t-on l'EDTA?

Dans les céréales, les légumineuses, les légumes dans le vinaigre, dans certaines matières grasses, les champignons en boîte, dans beaucoup de produits en conserve et dans la préparation de certaines viandes etc.

Vous pouvez l'identifier sous le nom de EDTA ou E386 (identifiant européen), EDTA disodique, éthylène-diamine-tétra-acétate disodique.

Recommandation: personnellement, je considère cet additif alimentaire avec un degré de dangerosité équivalent à la cote 4 dans mon compendium, la cote 4 étant la cote la plus élevée au niveau de sa dangerosité. À consommer avec modération!

Transposez vos photos, cassettes VHS ou BETA sur DVD HD ou Blu-ray
Pour vous donner une idée allez sur le site www.itune.com tapez marcel valiquette et regardez « voyage en péniche »

René Cantin 819-424-3193

Des souvenirs pour la vie
Je peux filmer vos précieux événements et les transposez sur DVD HQ ou Blu-ray.
Mariage, baptême, graduations, danse, pièce de théatre ou tout autre événement. Prix très raisonnable. Tout est filmé avec la nouvelle technologie 4K.
Vous avez des problèmes avec votre portable ou votre tour ? Je suis à votre service.

Paroles de femme

par
Françoise NADON

L'année 2017 a été riche en bouleversements, en situations particulières, concernant plus de 50% de la population mondiale, concernant les femmes.

Ce 52% de citoyennes a fait la une, souvent pour les bonnes raisons mais aussi pour des dénonciations fracassantes concernant des comportements envers les FEMMES qui ont cours dans nos sociétés depuis des siècles, sinon depuis des millénaires!

Ma mère et sa mère avant elle ont toutes subi une forme de discrimination sexiste qui perdure encore aujourd'hui.

Le «plafond de verre»... plusieurs ont tenté de le fracasser. Quelques-unes ont réussi: Pauline Marois, première ministre du Québec, Angela Merkel en Allemagne, et plus récemment, Valérie Plante, première mairesse de Montréal, pour ne nommer que celles-là. Le chemin pour y parvenir a été long et pénible, semé d'embuches, non pas à cause de leur incompétence, mais à cause de leur sexe!

Ma grand-mère paternelle est morte à 36 ans en accouchant de son 11ième enfant! L'église catholique, les religions en général ont été impitoyables avec les femmes; elles le sont encore aujourd'hui.

Au 20ième siècle, des batailles épiques ont aussi eu lieu pour que nous obtenions le droit de vote, pour que nous puissions signer un chèque, ou acheter une propriété.

Aujourd'hui encore, dans plusieurs pays, on cache les femmes sous des draps noirs, on néglige leur éducation et on les oblige à faire des enfants.

Même ici, ces derniers mois, on a assisté à des dénonciations fracassantes; le mouvement «MoiAussi» s'est répandu comme une trainée de poudre, dévoilant des agressions sur des milliers de jeunes filles et de femmes. Une mobilisation sans précédent est toujours en cours.

Au Burkina Faso, où nous travaillons avec des femmes, on peut dire que ce sont elles qui tiennent le pays à bout de bras. Demandez aux personnes qui travaillent en développement international. Elles ont beaucoup d'enfants et ce qu'elles veulent ? les nourrir et les envoyer à l'école. Elles apprennent aussi à lire et compter, démarrent de petites entreprises ;si elles rapportent un peu d'argent à la maison, on commence à les respecter.

Que des femmes prennent un peu de pouvoir me rassure. Pourquoi ne pas tenter de faire autrement! Pourquoi ne pas essayer autre chose ! L'état actuel de notre monde n'est-il pas inquiétant?

On devrait prendre un nouveau départ avec des femmes et des hommes qui sont conscients que la survie de l' humanité passe par un partage égal entre les femmes et les hommes.

Et, vous savez quoi ? Les femmes ont mis l'humanité au monde... On devrait peut-être les respecter!

Noël Royaume de Ruby

Liaisons enfance

Ressource essentielle pour l'épanouissement des enfants

C.P. 1115, Saint-Donat, Qc J0T 2C0

VOUS DIT MILLE FOIS MERCI

La municipalité de St-Donat

M. Claude Cousineau, député de Bertrand

Autobus du Lac Archambault (Jacques Charbonneau)

Michel Lachance, NORCAM Inc.

Robert Simpson (artiste peintre)

Toiture Steve Racicot

Fondation Élaine et Réal Raymond

Serge St-Georges C.A.

Les Donateurs

8e Merveille, resto
Andie Duquette et Bryan Lévesque
Ameublements Barbeau & Garceau
Assurances Godin inc.
Banque nationale du Canada
Boulangerie St-Donat
Caisse Desjardins de la Ouareau
Centre Équestre de la Rivière Noire
Claudette Plouffe
Clinique Image et Bien-être
Clinique Santé Dentaire St-Donat
Coiffure Création Céline
Colette Bertrand
Construction Claude Hayes
Construction David Simard
Coup D'œil coiffure
Cuisto Maison
Déneigement Luc Beauséjour
Dépanneur Oasis
Dominic Roy ingénieur forestier, expert conseil
Dr Benoit Lagacé, chiropraticien, d.c.
Équipe Indigo
Excavations Lambert inc.
Familiprix, Michel Deschamps
Fleuriste St-Donat "Le lapin qui court"
Francine Archambault Toilettage
Groupe H_2O
Gym St-Donat
Home Hardware
La Boulangerie du Village
La Boutique des Artisans
La Boutique Sacoche
La Maison des Fermiers
Le Clos des délices
Le Dollar en Fête
Le pro de la toile et du rembourrage
Le Versant St-Donat
Les Couvre-Planchers Laforest
Mécanique LPG
Mémère Bouchard
Notaires Raymond et Sigouin
Parc National du Mont-Tremblant
Perspectives
Pharmacie Proxim St-Donat
Re/Max :
- Gilles Belhumeur
- France Chandonnet
- Michel Major
- Daniel Lewis

Restaurant aux 3 Copains
Ski La Réserve
Style maintenance 2000
Suzanne Houle, courtier immobilier

Les Chars allégoriques

Pompier
Francine Archambault toilettage
Municipalité Notre-Dame de la Mercie
Paradis du Quad Ouareau
Ski Garceau, école de glice et patrouilleurs
Quincaillerie Patrick Morin
Cime FM
Dr Benoit Lagacé, chiropraticien
Donatech / Service de garde
Perspectives
École Norbert Morin
École Sacré-Cœur
Patrick Riopel
Maison des jeunes de St-Donat
Home Hardware
Noël Royaume de Ruby
Municipalité de St-Donat (Père Noël)

Merci à nos bénévoles :

de la Sécurité
à nos Mascottes
à ceux de la Confection des sacs de bonbons
aux lutins qui donnaient les bonbons
à Stéphane Matteau, de Audio Protec, pour prêt d'équipements
à Korvette pour prêt d'équipement
Aux services des incendies

Merci aussi à :

Magic Light
Délices d'Antan

Envolez-vous avec
nous vers une
nouvelle adresse!

720 B, rue Principale
St-Donat
J0T 2C0

FRANCE CHANDONNET
Courtier immobilier résidentiel
france@vendue.ca
819 424-7817

GILLES BELHUMEUR
Courtier immobilier
gilles@vendue.ca
514 708-0450

DANIEL LEWIS
Courtier immobilier
lewis@vendue.ca
514 233-6263
daniellewis.ca

ACCÉDEZ À VOTRE PROPRIÉTÉ DE RÊVE DANS LES LAURENTIDES!

RE/MAX LAURENTIDES Inc.

Agence immobilière,
Franchisé indépendant
et autonome
de RE/MAX Québec inc.