

## PERSONNALITÉ DU MOIS

### MARY-JIL COUDÉ, PODIATRE Clinique de podiatrie de Prévost



De l'assurance, des yeux qui pétillent, un sourire qui invite à la conversation... c'est l'image que projette Mary-Jil Coudé dans une première rencontre. Tout dans cette personne vous incite à en connaître davantage, même si elle est plus portée à tendre l'oreille qu'à parler d'elle.

Depuis Sainte-Rose-du-Nord, village du Saguenay qu'elle affectionne, Mary-Jil a vite réalisé que ses ambitions s'orientaient vers des horizons plus larges. Très passionnée par la connaissance, la condition physique et le voyage, elle s'enrôle dans la Réserve navale à 18 ans, son tremplin pour réaliser ses objectifs et en limiter les coûts à sa famille. Pourtant elle n'hésite pas à reconnaître ce que la famille lui a transmis de plus précieux : la vaillance et la performance.

Réserviste de la Marine, elle a franchi les échelons soit : matelot en communication navale jusqu'à celui d'Officier des affaires publiques. Au cours des étés, elle a été affectée à Halifax, Victoria BC, San Diego (associée à des projets de l'OTAN) et a occupé plusieurs postes au sein de différentes unités de la Réserve navale du Québec. Elle s'est inscrite en podiatrie à l'Université du Québec à Trois-Rivières, seule faculté qui offre ce cours. C'est ainsi que son implication dans la Réserve lui permet de défayer ses études. En plus de la navette entre Trois-Rivières et Québec, ses activités physiques : triathlon, course, natation, bicyclette... ajoutent à ses déplacements. Les temps libres sont rares!

Elle a tout de même du temps pour son conjoint, rencontré dans la marine, qui est originaire de Prévost, car sa famille est propriétaire de la boutique « L'Aviron, chasse et pêche ». Comme vous pouvez le constater, ce petit bout de femme pleine d'énergie y retrouve les atomes crochus qui lui ont été transmis depuis son Saguenay natal : l'amour de la forêt et de sa faune. Ses études terminées, elle travaille dans une clinique de la ville de Québec pour finalement décider d'ouvrir sa propre clinique de podiatrie à Prévost.

Déjà membre du RGAP, elle veut s'impliquer dans la communauté. Elle souhaite développer des projets pour les étudiants en podiatrie, poursuivre les compétitions sportives qui la passionnent, maintenir ses activités de réserviste, et... fonder une famille!

On ne peut qu'être admiratif face à une personne qui est consciente de ce que peut lui apporter la vie et qui est prête à y mettre du sien pour atteindre ses objectifs.

Avec la vaillance et la performance, tout est possible!



Clinique de Podiatrie  
2894, boul. du Curé-Labelle, Prévost  
450-335-1777

## COUPS de ♥ de juin

### La fraîcheur à votre portée

**La fraîcheur des fruits et légumes du Québec à votre portée**  
Un kiosque ambulant sera installé, dans le stationnement du Faubourg de la Station, toutes les fins de semaines à partir du 18 juin, de 8 h à 16 h ainsi que les vendredis 24 juin et 1<sup>er</sup> juillet. Des fruits et légumes du Québec y seront étalés et, selon l'arrivage, vous y trouverez des produits bios.



*Une belle initiative d'un couple de prévostois!*  
**Pour info : 514 655-5712**

RGAP

Réseau des  
Gens d'affaires  
de Prévost

### Rallye du RGAP

**24 septembre 2016**

Le rallye du RGAP sera de retour le 24 septembre pour sa deuxième édition.

Surveillez la progression de cet événement sur la page Facebook Rallye RGAP.

C'est un rendez-vous annuel à marquer au calendrier.

**450-327-1000 – info@rgap.ca**



### 3, 2, 1, partez!



**25 septembre**

**Compétition de boîtes à savon**

Tous les 6 à 17 ans qui veulent y participer sont invités à s'inscrire, sur le site : [www.optimisteprevost.org](http://www.optimisteprevost.org)

**Pour info : 450 224-2094**

### Ça brasse au Québec!

**Les 8, 9 et 10 juin derniers** IGA vous invitait à découvrir 120 bières brassées au Québec. Philippe Wouters était sur place pour vous conseiller sur les accords mets/bière.

Sortez de l'ordinaire, offrez-vous une bière artisanale!

**2635, boul. du Curé-Labelle**



**Tu as de 11 à 17 ans et tu te demandes c'est quoi un journal?**

Inscris-toi au CLUB ADO MÉDIA qui te donne la chance de participer à plusieurs étapes de la réalisation d'un journal : rédaction, photographie, bande dessinée. Les textes recueillis pendant l'été seront publiés dans l'édition du mois d'août du *Journal des citoyens*. Viens joindre une équipe dynamique intéressée à connaître tes idées.

Écris-nous pour nous dire pourquoi un tel projet t'intéresse ou compose le 450-543-9767 pour plus d'information.

### Vive les vacances!



**Journal**  
citoyens

Prévost • Piedmont • Sainte-Anne-des-Lacs

Par courriel :  
lisepinard@journaldescitoyens.ca

**Prochaine tombée,  
le 12 juillet 2016, à 17 h**

**Réservez votre espace publicitaire  
dès maintenant auprès de  
Lise Pinard 450-335-1678**

**Avis aux femmes et aux hommes d'affaires**  
de Prévost, Piedmont et Sainte-Anne-des-Lacs

**Démarquez-vous!** Faites connaître davantage vos services et vos produits aux nouveaux arrivants. Atteignez vos objectifs de réussite, en vous annonçant afin que tous vos clients puissent vous retrouver et acheter localement. Le *Journal des citoyens* véhicule votre message avec le courrier de chaque résident, distribué par Postes Canada le 3<sup>e</sup> jeudi de chaque mois. Les petites annonces commerciales sont aussi à votre disposition. **Demandez le dépliant.**

**Pensez-y! 10500 exemplaires : 23 000 lecteurs.**