

**ÉPICERIE**  
TRAITEUR  
**La Cena**  
Saveurs de l'Italie

OUVERT  
DU MERCREDI AU SAMEDI  
DE 9H À 18H

**585, boul. des Laurentides  
Piedmont**

**450.227.8800**

Il fait froid...  
nourriture, nichoirs et  
accessoires pour vos oiseaux  
...pensez à eux!

**JARDISSIMO**  
PÉPINIÈRE LORRAIN  
**450-224-2000**  
2820, boul. Curé-Labelle, Prévost

ROYAL LEPAGE  
HUMANIA  
Agence immobilière

**514  
347.3786**  
**France  
Rémillard**  
franceremillard@gmail.com

Courtier Immobilier - Résidentiel et commercial

**450-224-0583**  
2894, boul. Curé-Labelle, Prévost

POUR DES SERVICES  
tout en douceur

**Clinique  
Dentaire**  
Dre Isabelle Poirier

**ÉQUIPE  
ST-AMOUR**

Vos courtiers dans les Laurentides

Courtiers immobiliers  
ACHAT / VENTE / LOCATION  
GESTION IMMOBILIÈRE - COMMERCIAL  
**450 335.2611**

ROYAL LEPAGE HUMANIA  
Agence immobilière

APRIL Super Flo  
MEGA PNEU  
**Prév-automobiles  
mécanique 224-2771**

3026, boul. du Curé-Labelle, Prévost, QC J0R 1T0  
prevautomecanique@videotron.ca

NAPA AUTOPRO NOKIAN TYRES

Freins et suspension de toutes marques  
Entretien recommandé selon le fabricant  
Direction et alignement  
Vente et installation de pneus de toutes marques  
Injection électronique  
Diagnostic et analyse de témoins d'anomalies

Ouvert du lundi au vendredi de 7h à 18h



## Une communauté qui danse !

page 2

Cent quinze personnes étaient présentes à la soirée de la Saint-Patrick. La musique a su embarquer tout le monde sur la piste. Gilles Brodeur, Lucie Cavanagh, Sylvie Lachance, Suzanne Monette, Line Gagnon, Estelle Denis, Richard Portelance sont tous membres du conseil d'administration du Club Soleil.



### SOCIÉTÉ

**Un échéancier très serré**  
Une entrevue avec Monsieur Brisson, directeur général du CSSRDN, sur les développements du projet de reconstruction de l'école Val-des-Monts.

- page 3



### SANTÉ

**Choix alimentaire et dignité**  
Quand manger devient une contrainte: une bataille silencieuse entre désir personnel et règle institutionnelle.

- page 25



### CULTURE

**Le cor en pleine lumière**  
Étant le plus jeune membre de l'Orchestre Métropolitain, Noah Larocque s'impose déjà comme un jeune instrumentiste à surveiller.

- page 28

Association de la fibromyalgie des Laurentides

info Service d'information

Activités physiques adaptées

Conférences et ateliers

Groupes de soutien

www.fibrolaurentides.org  
info@fibrolaurentides.org - Tél. : 450 569-7766 | 1 877 705-7766

**Vous vivez avec la fibromyalgie? Devenez membre de l'Association !**

**BIEN MANGER EN UN CLIN D'OEIL**

Déjeuner  
Dîner  
Retour à la maison

**Voisin**

VOISIN Famille Piché  
2900 boul. du Curé-Labelle  
Prévost

Photo : Denise Bouchard

# Le vert et la fête au rendez-vous !

Gilles Brodeur

**Le samedi 14 mars, le souper de la Saint-Patrick a été plus que parfait. Cent quinze personnes étaient présentes. La musique, animée par les professeurs Michel et Nicole, a su embarquer tout le monde sur la piste. Le Club Soleil tient à remercier tous ceux et celles qui ont porté du vert pour souligner l'événement ; votre enthousiasme a ajouté une belle touche festive à la soirée.**

Un bar de pâtes à l'italienne bien chaud, accompagné d'un buffet froid de salades et de sandwiches, a ravi les convives.

tous les participants qui ont contribué à faire de cette soirée un moment mémorable.



La ministre Sonia Bélanger remet un chèque de 3000 \$ à l'association du Club Soleil lors de sa soirée Saint-Valentin, tenue le 14 février dernier.

Le Club Soleil de Prévost tient également à remercier madame Sonia Bélanger, ministre responsable des Aînés et députée de Prévost, qui a remis une généreuse subvention de 3 000 \$. Ce geste précieux contribuera directement à soutenir les activités destinées aux aînés de la communauté. Le Club Soleil de Prévost la remercie sincèrement pour son appui constant.

### Activités à venir

Cette activité s'inscrit dans la continuité des rencontres mensuelles qui favorisent le mouvement, la camaraderie et le plaisir de se retrouver.

Le Club Soleil invite également la population à réserver la soirée du samedi 11 avril, alors qu'aura lieu le grand souper-danse de l'Arrivée du printemps, de 18 h à 22 h 30, à l'École Champ-Fleuri. Un buffet chaud et froid sera servi et chacun devra apporter ses breuvages et ses verres.

L'animation sera assurée par les professeurs Michel et Nicole, qui sauront mettre tout le monde sur la piste de danse. Le coût est de 35 \$ pour les membres et de 40 \$ pour les non-membres. Les réservations sont obligatoires au moins cinq jours avant l'événement auprès de Suzanne Monette au 450-224-5612.

Le printemps arrive, et avec lui l'envie de bouger, de danser et de partager de bons moments. Le Club Soleil espère accueillir de nombreux participants lors de ses prochaines activités.

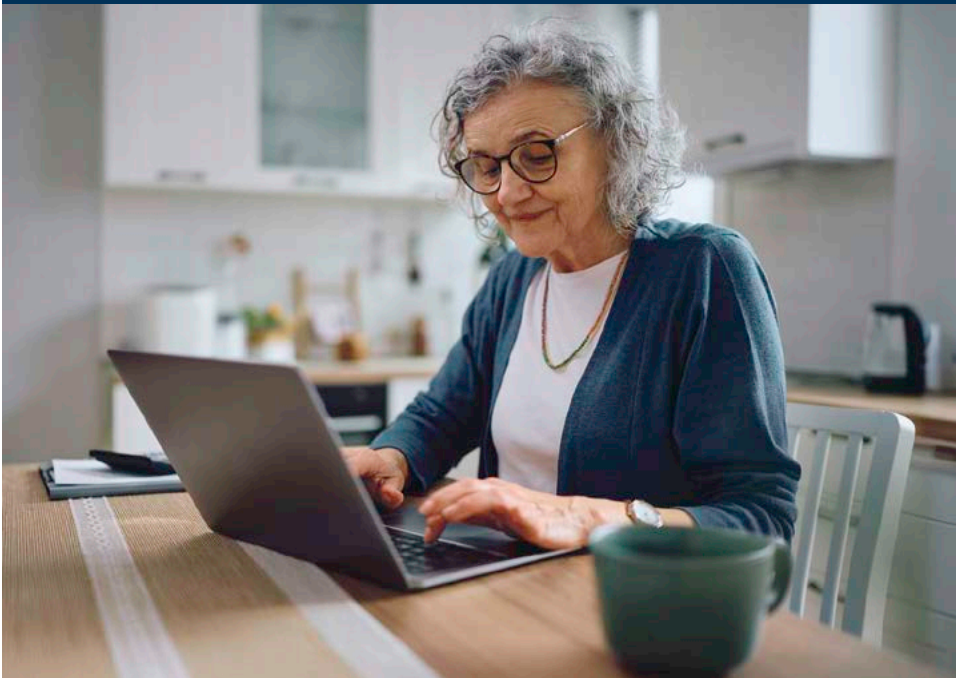


115 personnes se sont réunies à la soirée dansante de la Saint-Patrick du Club Soleil.

REVENU  
QUÉBEC



## BESOIN D'INFORMATION → SUR LES PROGRAMMES ET LES CRÉDITS D'IMPÔT POUR LES AÎNÉS ?



**Assistez à nos séances d'information en ligne sans frais afin d'obtenir les réponses à toutes vos questions.**

Voici quelques séances d'information à venir.

<b>20 MARS</b>	Les personnes âgées et la fiscalité
<b>23 MARS</b>	Les personnes retraitées de retour sur le marché du travail
<b>1<sup>ER</sup> AVRIL</b>	Impôt – Avez-vous tous vos papiers ?
<b>7 AVRIL</b>	Le crédit d'impôt pour personne aidante



Inscrivez-vous et découvrez la liste complète de nos séances d'information à [justepourtous.ca/accompagnement](http://justepourtous.ca/accompagnement).

## Reconstruire vite pour ne pas compromettre une génération

Carole Bouchard [carobo@micainfo.ca](mailto:carobo@micainfo.ca)

À la suite de l'incendie qui a touché l'école primaire Val-Des-Monts, la priorité absolue du Centre de services scolaire de la Rivière-du-Nord (CSSRDN) a été de rétablir un milieu d'apprentissage stable pour les 365 élèves relocalisés.

L'urgence de la reconstruction est d'autant plus criante que la relocalisation temporaire a nécessité la conversion de locaux essentiels dans les écoles qui ont accueilli les élèves de Val-des-Monts. Cette situation, bien que nécessaire à court terme, ne peut être prolongée sans compromettre la réussite éducative des élèves.

### Un échancier qualifié de « tour de force »

Le Centre de services scolaire connaît une forte croissance (environ 1 000 nouveaux élèves par année), et les écoles environnantes, qui accueillent actuellement les élèves de Val-des-Monts, sont en situation de surpopulation. Il était donc impératif de ne pas prolonger cette situation précaire au-delà d'une année.

Monsieur Brisson, directeur général du CSSRDN, considère qu'en matière de gestion des risques, bien que des facteurs hors de notre contrôle puissent survenir, le contexte industriel actuel joue en notre faveur. La baisse relative des carnets de commandes dans le secteur modulaire assure une disponibilité accrue des manufacturiers, renforçant notre confiance quant au respect des échanciers.

La priorité absolue est que les élèves puissent réintégrer l'école dès la fin août ou le début septembre. Le choix d'une construction modulaire pour l'école Val-des-Monts repose principalement sur la nécessité de réduire les délais afin de respecter un échancier très serré. Une construction traditionnelle n'aurait pas permis de rouvrir l'école à temps pour la rentrée suivante.

L'entrepreneur en construction modulaire, Construction Desormeaux et Bibeau inc. a obtenu le contrat pour la somme de 9 739 538 \$ et doit commencer à s'installer sur les lieux entre la fin mars et le début avril. La construction en usine a déjà débuté au début du mois de mars. Bien que certains travaux de finition (intérieurs, extérieurs ou d'aménagement paysager) puissent se poursuivre après la rentrée, la priorité demeure l'utilisation fonctionnelle des bâtiments dès le début des classes.

Le Centre de services scolaire a choisi de conserver le gymnase

original, ce qui est considéré comme une chance, puisque les espaces de cette envergure sont difficiles à réaliser avec des structures modulaires. Un second appel d'offres, publié le 25 février avec une ouverture des soumissions prévue le 31 mars, porte spécifiquement sur la rénovation du bloc sportif. Les travaux pour le gymnase, qui a été préservé, devraient être réalisés d'ici la fin de l'année scolaire en cours.

Cette approche permet d'offrir aux élèves « le meilleur des deux mondes » : des classes modernes et un véritable gymnase fonctionnel.

### Le mode modulaire

Le Centre de services scolaire a déjà réalisé plusieurs complexes modulaires d'envergure par le passé (comme à la Polyvalente Saint-Jérôme ou à l'école Cap-Jeunesse) et constate que les délais y sont généralement respectés. Bien qu'il s'agisse d'une solution temporaire, dont la durée de vie est estimée entre 10 et 15 ans, les responsables soulignent qu'il n'y



Monsieur Brisson, directeur général du CSSRDN.

tandis que la direction de Val-des-Monts se consacre à planifier de la prochaine rentrée. Les décisions concernant la direction de l'école pour l'année prochaine seront prises en mai, en fonction des départs à la retraite et des choix personnels des cadres.

### Collaboration multipartite

La progression de ce dossier en un temps record est le fruit d'un véritable « tour de force » collectif. Cette réussite témoigne d'une collaboration exceptionnelle entre le ministère de l'Éducation, notamment le cabinet de la



Le gymnase original de l'école Val-Des-Monts sera conservé et les travaux nécessaires seront terminés à la fin de cette année scolaire.

aura aucune différence concrète pour les élèves en termes de qualité des locaux par rapport à une école conventionnelle. De plus, la conservation du bloc sportif d'origine permet d'offrir des installations complètes que le modulaire seul peinerait à fournir.

En ce qui concerne le projet de reconstruction permanente, il est actuellement « au neutre » en raison des priorités budgétaires gouvernementales et d'autres besoins de construction dans le secteur.

### La gestion actuelle

Pour alléger le quotidien, les directions des écoles d'accueil prennent en charge les élèves relocalisés,

ministre Sonia LeBel et le soutien de la ministre Bélanger, la Ville de Prévost et les services techniques du Centre de services scolaire.

Le conseil d'établissement, composé de parents et d'employés, gère actuellement les fonds issus des dons. Une première activité a déjà été organisée afin de réunir les élèves aux glissades sur tube, et d'autres initiatives sont prévues pour la rentrée. Monsieur Brisson tient à saluer la vitalité de la communauté de Prévost. Il réitère son engagement de livrer, pour la rentrée 2026, une école fonctionnelle, chaleureuse et à la hauteur des attentes des familles.



## Cré-moé, cré-moé pas...

Normand Gosselin [ngosselin@journaldescitoyens.ca](mailto:ngosselin@journaldescitoyens.ca)

Ces paroles de la chanson du groupe Beau Dommage *La complainte du phoque en Alaska* pourraient être paraphrasées chaque fois qu'une nouvelle nous est communiquée : cré-lé, cré-lé pas... Avec toutes les fausses nouvelles et les arnaques qui circulent, on doit désormais s'interroger sur la véracité de ces informations.

Le Conseil de presse du Québec\* a lancé récemment *Colonie 404* : Votre mission, contrer la désinformation. Ce jeu mobile éducatif, mais qui ne se prend pas trop au sérieux, est conçu pour outiller les ados et les jeunes adultes face à la montée des fausses nouvelles et propose une immersion où la survie d'une colonie spatiale dépend de la rigueur informationnelle des joueurs.

### L'intrigue : la vérité comme bouclier spatial

À bord du vaisseau ArthroPOD, les joueurs incarnent le responsable de l'information d'une colonie terrienne exilée. Leur mission est de filtrer les nouvelles provenant de la Terre et de décider lesquelles partager.

Inspiré des mécanismes des réseaux sociaux, le jeu encourage l'utilisateur à employer des outils d'analyse critique :

- Vérification des sources
- Recoupement médiatique
- Analyse des termes employés dans les textes d'information

Le *Journal des Citoyens* souhaite faire connaître l'existence de ce jeu afin d'aider les jeunes à développer leur sens de l'évaluation en rapport à ce qu'ils entendent, voient et lisent, particulièrement sur les réseaux sociaux et concernant les réponses obtenues en questionnant l'intelligence artificielle. Il fallait donc commencer par constater si le jeu en vaut la chandelle et pour ce faire, a été soumis pour évaluation à des jeunes adeptes de jeux vidéo. Pour résumer les commentaires reçus, le seul bémol est que les nouvelles de ce jeu auraient eu un fort avantage à être réelles, ou du passé, plutôt que fictives. Reste que l'idée d'aider les jeunes à mieux s'informer est très importante et les adultes pourraient faire connaître le jeu à leurs enfants et leurs amis.

Vous pouvez voir sur l'image plus bas, un exemple de drôle d'information fournie par Gemini, l'assistant IA de Google.

Comme quoi l'intelligence artificielle a encore du chemin à parcourir...

Cette capture d'écran présente un exemple réel de réponse erronée générée par Gemini.

**REQUÊTE :**  
conjoint christine frechette

**RÉPONSE DE L'IA :**  
Selon des informations de janvier 2026, la députée et candidate à la chefferie de la CAQ, Christine Fréchette, est en couple avec Bernard Drainville, également politicien nationaliste au Québec, avec qui elle partage une vision politique. Le couple est décrit comme étant uni dans la conquête du pouvoir pour le « vrai monde ».



\* Le Conseil de presse du Québec est l'organisme d'autorégulation de la presse québécoise. Il travaille à la protection de la liberté de la presse et au droit du public à une information de qualité.



Essayez le jeu  
Colonie 404

## Discours du président

Discours du président Daniel Machabée présenté lors de l'Assemblée générale du *Journal des citoyens* tenu jeudi 12 mars 2026 au Sentiers commémoratifs à Prévost.

Chers collègues et chers membres de notre formidable communauté que vous avez à cœur, je vous souhaite à tous la bienvenue à cette AGA. En tant que président du conseil d'administration, vous me permettez de dire d'abord quelques mots bienveillants, du moins, je l'espère, de notre rédacteur en chef, Michel Fortier. Après vingt-cinq années à la barre de notre journal communautaire, notre rédacteur en chef tire sa révérence... et, soyons honnêtes, il l'a bien méritée. Pendant un quart de siècle, il a surveillé les fautes d'orthographe, traqué les virgules fugitives et réussi l'exploit de transformer les petites nouvelles du coin en grandes histoires dignes de la une. Sous sa direction, aucun sujet n'était trop petit : une levée de fonds, un tournoi de balle molle, une nouvelle clôture au parc municipal... tout avait sa place, pourvu que ça fasse battre le cœur de notre communauté. Et grâce à son flair journalistique (et parfois à quelques coups de téléphone de dernière minute), notre journal a continué de paraître, numéro après numéro, contre vents, tempêtes... et délais de bouclage.

Soyons un peu plus sérieux, si vous me le permettez. Michel a consacré un quart de siècle d'investissement et de dévouement personnels à ce bébé qui lui tient tant à cœur. Pendant un quart de siècle, il n'a pas seulement dirigé un journal : il a raconté l'histoire vivante de notre communauté. Sous sa plume et sa direction, les petites nouvelles sont devenues des histoires qui comptent pour les citoyens. Il a donné une voix aux citoyens en mettant en lumière les réussites locales. Il a rappelé à de nombreuses reprises que derrière chaque réussite, chaque événement, se trouvent des gens, des efforts et des rêves. Grâce à sa direction, le journal est devenu bien plus qu'un simple bulletin d'information : il est devenu un lieu de rencontre, de mémoire et de fierté collectives. Année après année, avec rigueur, curiosité et une profonde bienveillance, il a su maintenir la confiance des lecteurs. Son regard attentif sur l'actualité locale, sa capacité à écouter et à rassembler les points de vue ont contribué à tisser un lien précieux entre les habitants de notre communauté. Aujourd'hui, alors qu'il s'apprête à tourner cette page après vingt-cinq ans de dévouement, nous lui devons bien plus que des remerciements. Nous lui devons une part de ce que nous sommes devenus comme communauté informée, engagée et solidaire. Michel, je te souhaite une retraite bien méritée remplie de la même curiosité, de la même passion, de la même liberté et du même plaisir que tu as transmis à travers chacune des pages de ce formidable journal. Mille mercis!

Mais derrière ces pages bien remplies se cache aussi un travail d'équipe. Rendons donc hommage à la véritable force tranquille derrière les coulisses : Carole Bouchard, sa conjointe et la graphiste responsable de l'édition du journal. Grâce à son œil attentif et à son sens du détail, avec patience et talent, chaque numéro a pris forme, page après page, depuis bientôt 26 ans, donnant à nos histoires l'écrin qu'elles méritaient. Pendant que lui trouvait les histoires, elle s'assurait que tout entre dans les pages, que les photos ne se retrouvent pas à l'envers et que le tout ressemble réellement à un journal... et non à un casse-tête de dernière minute. Disons-le franchement : sans son œil attentif et sa patience légendaire, certaines éditions auraient peut-être eu un charme... disons... plus expérimental. Ensemble, ils ont formé un duo discret, mais essentiel à la vie de notre publication. Merci, Carole, pour cet apport exceptionnel pendant

toutes ces années. Et merci d'endurer Michel depuis si longtemps!

Bien sûr, le C.A. s'est penché depuis quelques mois déjà sur l'avenir du journal. Une équipe de transition est mise sur pied afin de prendre sous peu la relève de ce journal. J'ai confiance que cette relève continuera l'œuvre de Michel aussi longuement que faire se pourra. La transition du poste de graphiste de Carole Bouchard à Chloé Normandeau se passe très bien. Les capacités professionnelles et d'adaptation de Chloé sont grandement appréciées et c'est à son graphisme que vous devez les trois derniers mois de parution du Journal.

Le journal va bien financièrement. Le budget approuvé dernièrement démontre la viabilité du journal malgré l'époque tumultueuse et difficile que traversent les journaux, particulièrement les journaux communautaires.

Les journaux communautaires jouent encore aujourd'hui un rôle essentiel, peut-être même plus important qu'à certaines époques du passé. À l'ère des réseaux sociaux et de l'information mondiale instantanée, ils remplissent des fonctions que les grands médias ne peuvent tout simplement pas assurer. Les grandes plateformes d'information couvrent les crises internationales, la politique nationale ou les grandes entreprises. Mais qui raconte l'ouverture d'un nouveau commerce, les décisions du conseil municipal, la collecte de fonds de l'école ou les succès d'un jeune athlète du village? Les journaux communautaires sont souvent les seuls à documenter cette vie quotidienne qui constitue pourtant le cœur d'une communauté. Lire un journal local, c'est reconnaître des noms, des lieux, des visages. Cela crée un fil commun entre les habitants. On découvre ce que font nos voisins, les initiatives locales, les projets collectifs. Ce type d'information contribue à tisser des liens sociaux et à renforcer la fierté de vivre dans nos communautés.

Les journaux communautaires surveillent aussi les décisions locales : municipalité, commissions scolaires, organismes publics. Cette couverture favorise la transparence et encourage la participation citoyenne. Sans médias locaux, beaucoup de décisions importantes passeraient presque inaperçues. Au fil des années, ces journaux deviennent une véritable archive de la vie d'une région : les événements marquants, les changements dans la ville, les histoires familiales, les réussites locales. Dans quelques décennies, ces pages seront souvent les seules traces écrites de la vie d'aujourd'hui.

Contrairement à certaines informations qui circulent rapidement en ligne sans vérification, les journaux communautaires reposent souvent sur une relation de confiance avec leurs lecteurs. Les journalistes connaissent les gens dont ils parlent, les lieux qu'ils couvrent et les enjeux du terrain.

En somme, même dans un monde hyperconnecté, les journaux communautaires demeurent irremplaçables. Ils racontent les histoires que personne d'autre ne raconte, renforcent les liens entre les citoyens et gardent vivante la mémoire d'une communauté. Ce sont, en quelque sorte, les chroniqueurs du quotidien ceux qui veillent à ce que les petites histoires locales ne disparaissent pas dans le bruit du monde.

En mon for intérieur, je souhaite ardemment que le *Journal des citoyens* puisse continuer longtemps à éclairer la vie communautaire de notre région. Merci



## Maison d'Entraide de Prévost

Evelyne Landry

Nouveau!

**La Maison d'Entraide de Prévost est ouverte à tous. Chaque achat soutient directement nos services à la communauté. Merci de faire la différence!**

**Lundis à 1 \$ (13 h à 16 h)**

Tous les vêtements à 1 \$ au comptoir, Exclusions applicables, dont les manteaux.

**Vente au sac - 3 avril 2026**

Sac réutilisable à 6\$ (comptoir), 50% de rabais à la friperie et à l'entrepôt, certaines exceptions s'appliquent

**Ventes à la friperie:**

**27 et 28 mars 2026:** Étiquettes rouges à 50% de rabais

**10 et 11 avril 2026:** Étiquettes bleues à 50% de rabais

**24 et 25 avril 2026:** Étiquettes vertes à 50% de rabais

**Congé de Pâques**

Veuillez noter que la Maison d'Entraide de Prévost sera ouverte le vendredi 3 avril, mais fermée le lundi 6 avril pour le congé de Pâques. Toute l'équipe vous souhaite de joyeuses Pâques.

**Les samedis créatifs!**

Envie de tricoter ou de crocheter en bonne compagnie? La Maison d'Entraide de Prévost vous invite à découvrir les Samedis créatifs, un rendez-vous mensuel chaleureux pour créer, échanger des astuces et passer un bon moment ensemble. Les passionnés de crochet et de tricot pourront profiter de la présence de deux bénévoles qui seront sur place pour accompagner et guider les participants dans leurs projets.

Vous préférez apporter un autre type d'artisanat, comme de la couture ou un projet créatif personnel? Vous êtes aussi les bienvenus! Une communauté créative accueillante sera là pour partager idées, inspiration et bons conseils.

Ouvert à tous : débutants, intermédiaires ou experts (14 ans et plus). Rendez-vous chaque 3<sup>e</sup> samedi du mois, de 9 h à 12 h, dans la grande salle au sous-sol de la Maison d'Entraide de Prévost. Apportez votre projet... ou venez simplement vous inspirer! Les samedis créatifs, des mains qui créent... une communauté qui se tisse! Pour s'inscrire ou pour toute question : [activites@maisonentraideprevost.org](mailto:activites@maisonentraideprevost.org)

**En achetant à la Maison, vous faites bien plus qu'un cadeau : vous soutenez votre communauté!**



**Inscrivez-vous à notre infolettre, suivez-nous sur Facebook ou visitez notre site web pour ne rien manquer de nos ventes surprises et de nos événements spéciaux!**

### Heures d'ouverture

Lundi : 13 h à 16 h - Mardi au Vendredi : 9 h à 16 h - Samedi : 9 h à 12 h

788, rue Shaw, Prévost Qc J0R 1T0. | Tél.: 450-224-2507



Suivez-nous sur Facebook [www.maisonentraideprevost.org](http://www.maisonentraideprevost.org)

# Démence : deuil et inquiétude face à la perte vivante

Brian Parsons [brian.parsons@journaldescitoyens.ca](mailto:brian.parsons@journaldescitoyens.ca)

**Existe-t-il un deuil plus douloureux que celui causé par la perte vivante d'un être cher? C'est le lourd fardeau que portent les familles et les proches de quelque 800 000 Canadiens atteints de démence. Nombre d'entre eux sont en âge de s'inquiéter de faire partie des 1,7 million de Canadiens qui, selon les prévisions, seront touchés par une forme de démence d'ici 2050. Une réalité statistique effroyable: chaque heure, plus de 17 Canadiens développent une démence.**

La démence n'est pas une maladie spécifique, mais plutôt un terme désignant les symptômes causés par divers troubles qui peuvent affecter le cerveau. Les personnes atteintes de démence présentent une altération importante des fonctions intellectuelles, ce qui nuit à leurs activités quotidiennes et à leurs relations. Elles peuvent perdre leur capacité à résoudre des problèmes et à contrôler leurs émotions, et peuvent présenter des changements de personnalité et des troubles du comportement, tel que l'agitation, des idées délirantes ou des hallucinations. Bien que les pertes de mémoire soient un symptôme fréquent de la démence, elles ne suffisent pas à elles seules à diagnostiquer cette maladie. La démence est diagnostiquée seulement si au moins deux fonctions cérébrales, comme la mémoire et le langage, sont significativement altérées sans perte de conscience. La principale cause de démence est la maladie d'Alzheimer, mais de nombreuses autres maladies et affections peuvent la déclencher.

## 10 signes et symptômes de la démence

### 1. Pertes de mémoire perturbant la vie quotidienne

– L'un des signes les plus courants de la démence, surtout à un stade précoce, est l'oubli d'informations récemment apprises, de dates ou d'événements importants, la répétition des mêmes questions et le besoin croissant de s'appuyer sur des aides mémoires ou sur les proches pour des tâches auparavant réalisées de manière autonome.

### 2. Difficultés à planifier ou à résoudre des problèmes

– Une personne ayant des troubles de la mémoire peut avoir de la difficulté à élaborer et à suivre un plan ou à manipuler des chiffres. Elle peut aussi avoir de la difficulté à se concentrer et prendre beaucoup plus de temps qu'avant pour accomplir ses tâches.

### 3. Difficultés à accomplir des tâches familières

– Les tâches routinières et familières sont souvent difficiles à accomplir pour une personne souffrant de troubles de la mémoire. Par exemple, elle peut avoir de la difficulté à se rendre en voiture à un endroit connu, à faire sa liste d'épicerie ou à se souvenir des règles d'un jeu qu'elle aime, ou encore avoir besoin d'aide pour utiliser le micro-ondes, la manette de la télévision ou le téléphone.

### 4. Désorientation temporelle et spatiale

– Une personne atteinte de démence peut perdre la notion du temps, notamment des dates et des saisons. Elle peut avoir de la difficulté à comprendre ce qui se passe ailleurs que dans le moment présent et oublier parfois où elle se trouve ou comment elle s'y est rendue.

### 5. Difficultés à comprendre les images et les relations spatiales

– Une personne atteinte de démence peut présenter des troubles de la vision entraînant des problèmes d'équilibre ou de lecture, ainsi que des difficultés à évaluer les distances et à distinguer les couleurs et les contrastes, ce qui peut poser des problèmes pour la conduite.

### 6. Difficultés d'élocution et d'écriture

– Participer à une conversation ou la suivre peut s'avérer difficile pour une personne atteinte de démence. La personne peut s'interrompre en pleine conversation et ne plus savoir comment la poursuivre, se répéter, avoir de la difficulté avec le vocabulaire ou à nommer correctement des objets familiers.

**7. Égarement d'objets et perte de repères** – Une personne atteinte de démence peut ranger des objets à des endroits inhabituels, les perdre et être incapable de les retrouver, ou encore accuser autrui de vol.

**8. Altération du jugement** – Une personne atteinte de démence peut présenter des troubles du jugement ou de la prise de décision, par exemple en matière d'argent ou d'hygiène et de soins personnels.

**9. Isolement social** – Incapable de tenir ou de suivre une conversation, une personne atteinte de démence peut s'isoler socialement.

### 10. Changements d'humeur et de personnalité

– Une personne atteinte de démence peut devenir confuse, méfiante, déprimée, anxieuse ou craintive, et s'irriter facilement chez elle, avec des amis ou en dehors de son environnement familial.

## 10 mesures pour réduire le risque de démence

Bien que certains facteurs de risque de démence soient immuables, comme la génétique et l'âge, il existe de nombreuses façons d'agir à tout âge pour réduire votre risque global. Plus vous agissez, mieux c'est; si vous ne pouvez pas agir sur un facteur de risque, essayez d'en améliorer d'autres.

**1. Restez actif physiquement** – Bougez! Marchez, courez, dansez, nagez, faites du vélo, jardinez — toute activité physique est préférable à l'inactivité.

**2. Protégez votre ouïe** – Une perte auditive dans la quarantaine ou la cinquantaine peut augmenter le risque de démence de 90 % en moyenne. Faites tester votre audition. Utilisez des appareils auditifs au besoin; ils contribuent à réduire ce risque.

**3. Maintenez une vie sociale active** – Restez en contact avec votre famille, vos amis et votre communauté. L'isolement social chez les personnes âgées peut augmenter le risque de démence de 60 % en moyenne.

**4. Gérez vos problèmes de santé** – Les maladies complexes, comme le diabète et l'obésité, en particulier, peuvent augmenter le risque de démence.

**5. Arrêtez de fumer** – Voici une raison de plus d'arrêter de fumer, ou du moins de réduire votre consommation; même à un âge avancé, cela peut améliorer votre santé cérébrale et réduire votre risque de démence.

**6. Se faire soigner et obtenir du soutien en cas de dépression** – Se faire soigner et obtenir du soutien en cas de dépression contribuera à améliorer votre humeur et vos fonctions cognitives, et vous permettra également d'agir sur d'autres facteurs de risque de démence.

**7. Limiter la consommation d'alcool** – Consommer plus de 12 verres d'alcool standard par semaine à la quarantaine augmente le risque de démence de 20 % en moyenne.

**8. Protéger le cœur** – Surveiller et gérer votre tension artérielle et votre santé cardiaque. Ce qui est bon pour le cœur est aussi bon pour le cerveau!

**9. Éviter les commotions cérébrales et les traumatismes crâniens** – Éviter les activités et les comportements qui pourraient nuire à votre cerveau. Faire attention à votre environnement.

**10. Bien dormir** – Efforcez-vous de bien dormir 6 à 8 heures par nuit. Consultez un médecin en cas d'apnée du sommeil ou d'autres troubles du sommeil.

Mars

## Mois de prévention de la fraude

Benoît Guérin

**Les Canadiens ont perdu 704 millions de dollars en 2025 alors que depuis 2022, les fraudeurs nous ont soutiré 2,4 milliards de dollars.**



Pour une 22<sup>e</sup> édition, les autorités nous fournissent des outils pour détecter et signaler la fraude. Notez bien que la fraude est le crime qui a la croissance la plus rapide, même si on estime que seulement 5 à 10 % des fraudes sont signalées. Avec le développement de l'intelligence artificielle il y aura lieu de redoubler de prudence. N'oubliez pas qu'il est important de signaler la fraude même si le montant vous apparaît minime, vous contribuez à combattre la fraude et vous évitez que d'autres tombent dans le même piège que vous.

Par exemple l'on vous informe que vous avez gagné la somme faramineuse de 1 million de dollars dans un tirage organisé par Microsoft ou Bill Gates lui-même. Pourtant vous n'avez pas souvenir d'avoir participé à quelque tirage que ce soit alors qu'on vous dit que vous avez gagné le « Jack Pot ».

Dans un autre ordre d'idée, une jolie jeune fille d'un pays éloigné communique avec vous pour vous convaincre qu'une relation sentimentale avec vous est possible.

L'objectif de ces fraudeurs n'est sûrement pas pour vous faire plaisir. Ils ont un seul but, soit de vous soutirer le plus d'argent possible ou de mettre la main sur vos données personnelles pour voler votre identité et les utiliser pour demander des cartes de crédit, par exemple, et acheter des biens à votre nom en vous refilant la facture. Avec vos informations personnelles, ils pourront transférer aussi vos économies dans un compte à peu près impossible à retracer, et ce, sans votre consentement, bien sûr.

Autre exemple, vous tombez sur une publication « facebook » qui propose une solution pour

vous enrichir rapidement avec un taux d'intérêt sans égal de 25 %, par exemple. On utilise les images et la voix d'une vedette connue à qui on fait dire qu'il s'est enrichi avec la méthode proposée sans risque et rapidement. Vous finissez par transférer des sous sur le site du fraudeur. Au moment où vous voulez récupérer une partie de votre argent, le site internet de vos placements n'existe plus ou n'est plus accessible, et il n'y a plus de service au numéro de téléphone composé. Vous vous rendez compte que la vedette vue à la télé n'a jamais cautionné ce produit et qu'elle n'a aucun lien avec la solution proposée dans laquelle vous avez investi, son message étant une reproduction préparée avec l'aide de l'intelligence artificielle. Il y a fort à parier que vous ne retrouverez pas un cent de votre argent.

Attention, il y a des fraudeurs qui utilisent des méthodes beaucoup plus complexes que les quelques exemples discutés ci-haut. Des fraudeurs se sont même fait passer pour des employés du Centre antifraude du Canada... Soyez vigilants, ne dévoilez pas vos informations personnelles comme votre numéro d'assurance sociale ou votre date de naissance.

Pour plus d'informations, on peut consulter le Bureau de la concurrence du Canada, qui fournit entre autres une liste des arnaques et pratiques commerciales trompeuses courantes et sur la manière de les éviter.

On peut aussi consulter le site de François Charron ou son livre sur les fraudes en ligne, qui fait le tour des diverses fraudes en ligne d'une façon claire et accessible.

**Si vous pensez que vous ou l'un de vos proches présente des signes de démence, vous pouvez composer le 811. Un professionnel pourra vous orienter vers les ressources disponibles de la région.**

# L'œil du ciel : la révolution de l'imagerie aérienne au service du Québec

Nicolas Michaud [n.michaud@journaldescitoyens.ca](mailto:n.michaud@journaldescitoyens.ca)

**Pilote commercial chevronné et entrepreneur passionné, Claude Duchaine, résident de Prévost, ne se contente plus de prendre des photos depuis les nuages. À travers ses entreprises AIR-IMEX et Ferme Québec, il a transformé la photographie aérienne traditionnelle en une véritable science de l'imagerie multispectrale, offrant des solutions de pointe pour de nombreux secteurs.**

Depuis des décennies, Claude Duchaine œuvre à repousser les limites de l'imagerie aérienne. Ce pionnier, titulaire d'une licence de pilote commercial obtenue en 1992 et cumulant plus de 7300 heures de vol, a commencé sa carrière en survolant les campagnes québécoises pour vendre aux agriculteurs des portraits souvenirs de leurs terres; l'aviation n'étant alors qu'un prétexte à sa véritable passion : la photographie.

## De la photographie aérienne à l'imagerie aérienne

Pour ce pilote d'expérience, le terme « photographie aérienne » est désormais dépassé et trop réducteur : il préfère parler d'« imagerie aérienne », un concept bien plus vaste qui englobe les photos, les vidéos, la cartographie en haute résolution, les modèles 3D, et même l'analyse multispectrale. Propulsée par la déréglementation aérienne et les avancées technologiques, cette évolution a permis à AIR-IMEX d'élargir considérablement ses services en transformant sa pratique en une technologie de pointe aux usages multiples bien au-delà de la simple capture d'images.

## Ferme Québec : à l'écoute du stress des plantes

Le fleuron de ses activités, la filiale Ferme Québec, se spécialise dans l'agriculture de précision. Son approche repose sur un principe simple, mais révélateur : les plantes, tout comme les humains, manifestent des signes de stress physiologique bien avant que les symptômes ne deviennent visibles à l'œil nu. « Je mesure le taux de stress des végétaux et je mets ça sur une carte pour que les agriculteurs

puissent intervenir avant qu'il ne soit trop tard », explique l'expert.

Pour y parvenir, cet entrepreneur utilise des caméras multispectrales dotées de capteurs capables de détecter des rayonnements invisibles, notamment dans le proche infrarouge. En analysant la réflectance des plantes dans différentes longueurs d'onde, il est possible de calculer des indicateurs comme l'Indice de végétation par différence normalisée (mieux connu sous son sigle anglais NDVI), qui est largement utilisé pour évaluer la santé des cultures.

Concrètement, une plante en bonne santé absorbe la lumière visible pour la photosynthèse et réfléchit fortement l'infrarouge. À l'inverse, une plante stressée modifie ce comportement spectral, un signal qui peut révéler une déshydratation, une carence en nutriments ou la présence de ravageurs. Les cartes générées à partir de ces données permettent ainsi de détecter très tôt, et avec une précision chirurgicale, les diverses anomalies dans les champs.

À terme, ces informations alimentent les outils d'agriculture de précision. Elles permettent d'orienter les interventions des agronomes et des agriculteurs, et même d'automatiser certains équipements agricoles, comme des tracteurs capables d'appliquer les intrants exactement au bon endroit et à la dose nécessaire, ce qui contribue à réduire les besoins en main-d'œuvre tout en optimisant les rendements. Claude Duchaine, autrefois « champion du Canada » pour la cartographie des champs de brocolis, a ainsi démontré la viabilité économique de ces technologies.

## Un outil polyvalent : de la mine à la gestion urbaine

Les domaines d'application de cette technologie dépassent largement le cadre agricole et touchent plusieurs secteurs d'activité :

- Géologie et mines – Les relevés aériens peuvent détecter des anomalies magnétiques souterraines et mettre en lumière des structures géologiques profondes. Grâce à la détection magnétique aéroportée, Claude Duchaine a contribué à cartographier les collines Montérégiennes, menant notamment à la découverte d'une dixième formation enfouie sous le sol québécois.
- Transactions immobilières – Son entreprise AIR IMEX accompagne la vente d'immeubles industriels et commerciaux, ainsi que d'églises et de bâtiments institutionnels. Les courtiers peuvent s'appuyer sur des modèles numériques de terrain (MNT) en trois dimensions qui permettent aux acheteurs de survoler virtuellement un site, d'en analyser les pentes et les volumes de remblai, puis d'estimer les coûts de nivellement et d'aménagement avant même la conclusion d'une transaction. Ces informations procurent un avantage concurrentiel notable pour les courtiers et leur clientèle.
- Suivi de chantiers majeurs – Claude Duchaine a aussi réalisé des captations vidéo pour documenter l'évolution de grands projets de construction ou de déconstruction, notamment le chantier du pont Champlain et les installations aéroportuaires de Mirabel.
- Analyse thermique et efficacité énergétique – En hiver, ses capteurs infrarouges permettent de cartographier les pertes de chaleur des bâtiments, ce qui aide certaines Municipalités, comme Laval, à cibler les propriétés les plus énergivores. Durant l'été, l'imagerie aérienne sert aussi à identifier les îlots de chaleur urbains, souvent associés à une faible présence de végétation et à une forte minéralisation des surfaces.
- Gestion environnementale – L'entreprise collabore avec des organismes de bassins versants pour réaliser des analyses détaillées des cours d'eau et des bandes riveraines. Les modèles tridimensionnels permettent de mesurer les distances, les surfaces et les pentes afin de faciliter la conformité réglementaire et de prévenir l'érosion. L'imagerie infrarouge peut aussi contribuer à repérer les milieux humides ou certains problèmes de drainage dans les champs nus au printemps.
- Cartographie et urbanisme – L'imagerie aérienne permet de produire des cartes en très haute

résolution pour des villages et des villes, avec une précision pouvant atteindre 1,7 centimètre par pixel.

## Une technologie de pointe et de la précision

La clé de cette polyvalence repose avant tout sur l'équipement spécialisé et l'expertise de Claude Duchaine. Ses avions sont conçus pour voler à très basse vitesse, une condition essentielle pour capter des images de haute qualité et réaliser une cartographie extrêmement précise.

Les caméras multispectrales utilisées sont de véritables concentrés de technologie. Certaines intègrent jusqu'à quatre capteurs dans un même boîtier, capables de capter différentes bandes du spectre lumineux, notamment le vert, le rouge, le rouge limite et le proche infrarouge. Les données sont traitées directement en vol grâce à un ordinateur intégré, ce qui permet de produire rapidement des cartes détaillées de l'état des sols. La précision des relevés est renforcée par la cinématique de postproduction (plus connu sous son sigle anglais PPK), une méthode qui corrige les écarts liés au positionnement par satellite afin d'assurer une exactitude cartographique optimale.

## Alliés et innovation

Initialement considérés comme des concurrents, Google Earth et les drones sont désormais devenus des outils complémentaires. Google Earth facilite l'identification et le ciblage de clients aux besoins spécifiques, tandis que les drones conviennent mieux aux petites superficies. Pour les grandes étendues, l'avion demeure toutefois plus performant. Par ailleurs, le renforcement de la réglementation encadrant la vente et l'utilisation des drones renforce la position des opérateurs aériens commerciaux comme Claude Duchaine, qui bénéficie d'une certification et d'une collaboration étroite avec les autorités aériennes.

Malgré la popularité des drones, ce pilote maintient que l'avion conserve un net avantage pour les grandes

surfaces. Ses appareils spécialisés peuvent couvrir jusqu'à 1 000 acres par heure, tout en emportant plusieurs capteurs simultanément. Grâce à une autonomie supérieure et à une vitesse environ quatre à cinq fois plus élevée, ils permettent de survoler de vastes territoires sans être limités par la durée des piles.

## Une vision sociale et démocratique

En constante évolution, le secteur de l'imagerie aérienne poursuit son essor. Claude Duchaine s'investit activement en recherche et développement, appuie de jeunes entrepreneurs et explore de nouvelles applications afin de faire progresser cette technologie. Au-delà de la dimension commerciale, celui qui se décrit lui-même comme un « gars de shop »

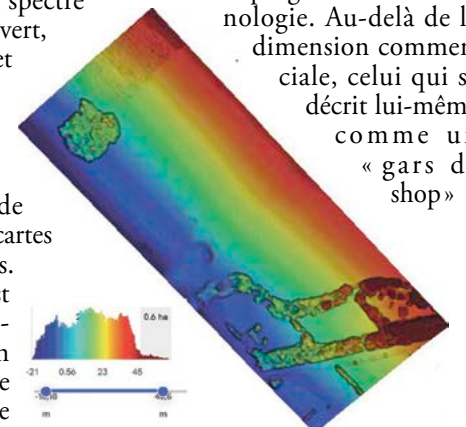


Figure 2 - Carte d'élevation présentant, grâce à un code de couleurs, les différentes hauteurs de la parcelle. Cet outil topographique facilite le nivellement, le drainage et l'irrigation, tandis que la légende indique la répartition des altitudes.



Figure 1 - Modèle 3D à 5 cm/pixel, un outil performant pour l'agronome, le producteur et le gestionnaire, facilitant la mesure des distances, des superficies, des pentes et des volumes. Cette maquette virtuelle constitue aussi un appui précieux pour analyser les monticules et les bandes riveraines des fossés et des cours d'eau.

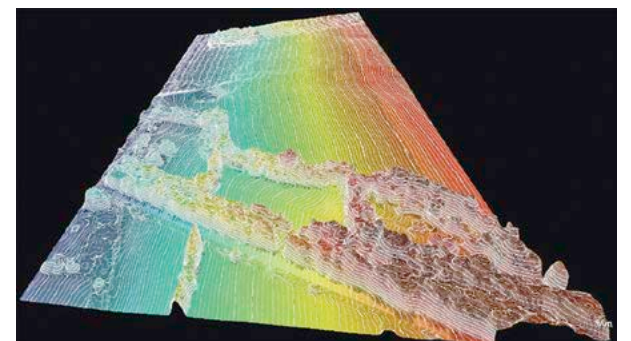


Figure 3 - Carte de courbes de niveau superposée au modèle 3D, illustrant le relief par des lignes reliant des points d'altitude égale. Elle indique les hauteurs du sol par rapport au niveau moyen de la mer et permet de repérer les cuvettes, d'anticiper l'érosion liée au ruissellement et de mieux gérer les milieux humides.

# Canton d'Abercrombie

Joseph Graham — une traduction de Brian Parsons

**Les toponymes comptent parmi nos témoignages les plus précieux et méritent d'être préservés, même si qui ou quoi honorée a perdu de son prestige ou si les personnes qui ont choisi le nom ont été repoussées. Ce choix de nom n'était pas anodin et les générations futures ont le droit de le connaître.**

Le canton d'Abercrombie englobe les municipalités de Sainte-Adèle, Sainte-Marguerite-Station (rattachée à Sainte-Adèle et Mont-Rolland). Touchant Saint-Hippolyte et Shawbridge (maintenant rattachée à Prévost), il fut initialement nommé en l'honneur du général James Abercrombie. Les raisons exactes de cet honneur demeurent un mystère; il pourrait s'agir d'une simple boutade, d'un message codé destiné à l'avenir nous invitant à nous rappeler que, parmi les généraux considérés comme des vainqueurs de guerre, on trouve — dans tous les sens du terme — des perdants.

Abercromby, dont le nom s'écrivait avec un « y », comme sur certaines cartes anciennes, fut l'un des nombreux généraux britanniques qui ont joué un rôle important durant la guerre de Sept Ans (1756-1763), considérée par certains historiens comme le premier conflit mondial. Un des éléments déclencheurs de ce conflit fut une friction entre français et anglais dans la vallée de l'Ohio, lorsque le jeune George Washington, pénétrant en territoire français, a surpris un détachement français commandé par le Sieur de Jumonville. Ce dernier avait été envoyé du Fort Duquesne pour réprimander Washington pour violation du traité d'Aix-la-Chapelle. Voyant les Français surpris dégainer leurs armes, les hommes de Washington ont été interpellés par Jumonville, qui a réussi à se faire entendre et à apaiser les tensions. Par l'entremise de son interprète, il leur a fait comprendre que lui et son groupe étaient des messagers des autorités françaises, puis il a commencé à

lire une proclamation. Alors que son interprète répétait le récit en anglais, un membre du groupe anglais, un chef Sénèque connu sous le nom de « Half-King », a abattu Jumonville d'une balle dans la tête à bout portant. Neuf autres membres du groupe français ont ensuite été assassinés, et tous les autres, sauf un, ont été faits prisonniers.

Le seul évadé regagna Fort Duquesne, et les Français ripostèrent en submergeant Washington à son fort hâtivement construit, Fort Necessity, et en lui infligeant une défaite humiliante, lui permettant ainsi, avec ses hommes, de regagner le territoire britannique à pied et sans armes. L'humiliation était immense, car les nations autochtones de la vallée de l'Ohio étaient des alliées cruciales des deux puissances européennes, et faute d'autres moyens d'évaluer ces deux camps de blancs belligérants, elles avaient tendance à soutenir le plus fort. En fait, Half-King avait été courtisé par les Français, mais avait jugé les Anglais supérieurs. Bien qu'il eût été mis dans la confiance par les Français et sût, d'après eux, que la troupe de Jumonville n'était pas belliciste, il semble avoir conclu soit que le désir de paix et de dialogue des Français était un signe de faiblesse, soit qu'il était dans l'intérêt de son peuple que les Français et les Anglais s'affrontent. En conséquence, après avoir informé les Français de la présence de Washington, il mena ce dernier vers le petit groupe de Français venus les avertir qu'ils se trouvaient en territoire revendiqué par la France, provoquant ainsi la confrontation. L'action de Half-King a contribué à

déclencher la plus grande guerre mondiale que le monde ait jamais connue, mais il a été tout autant déçu par les deux camps après la prise du Fort Necessity par les Français et la libération de leurs prisonniers.

Cette escarmouche isolée a dégénéré en conflit mondial lorsque la Couronne britannique a décidé de riposter. Bien qu'ils aient été en paix depuis la signature du traité d'Aix-la-Chapelle, ils étaient des rivaux commerciaux incapables de partager un territoire. Leurs différends ne se limitaient pas à la vallée de l'Ohio, mais la France était la principale rivale de l'Angleterre pour un empire commercial mondial. La guerre qui s'ensuivit serait un conflit d'hégémonie européenne, et donc mondiale, marquant le début de l'hégémonie anglaise qui perdura jusqu'aux années 1940. Le premier objectif des Britanniques était d'anéantir la puissance navale française. Les adversaires, qui se sont affrontés rapidement, étaient les Britanniques, les Prussiens et les Hanoviens contre les Français, les Autrichiens, les suédois, les saxons, les russes et, finalement, les espagnols. Général Abercromby, qui avait acquis son statut grâce à ses relations politiques et avait peu d'expérience du terrain, fut dépêché pour superviser les opérations militaires anglaises dans les colonies. Les Français ont envoyé des troupes sous le commandement du général Montcalm.

Un premier objectif des Anglais était de s'emparer du Fort Carillon (Fort Ticonderoga), situé à l'extrémité sud du lac Champlain. Abercromby, nommé à la demande du roi George II, a reçu l'ordre de s'appuyer sur l'un de ses généraux les plus expérimentés, George Howe, pour planifier et exécuter l'attaque. Montcalm, le défenseur, comptait 4 000 hommes;

Howe en avait 15 000, qui devaient remonter le lac George, puis parcourir huit kilomètres de rivière et emprunter des portages pour atteindre le lac Champlain. Le long de la rivière, les Britanniques pouvaient facilement déloger les avant-postes et capturer les petits établissements français. Le premier affrontement a eu lieu avec des troupes tentant de regagner le Fort Carillon; lors de l'escarmouche qui s'ensuivit, Howe fut tué.

La mort de ce chef crucial laissa Abercromby désemparé, et il tarda tellement que ses troupes le surnommèrent « Mrs. Nambie-Crombie ». Quand il reprit enfin l'offensive, Montcalm avait eu amplement le temps de recevoir des renforts et d'encercler le Fort Carillon de broussailles et d'arbres abattus. Abercromby a ordonné l'assaut des barricades, mais a négligé d'utiliser son artillerie supérieure. Au fil de la bataille, les troupes britanniques se sont embourbées et ont été décimées. Une fois la poussière retombée, elles ont perdu 2 000 hommes et ont été forcées de battre en retraite. Les pertes françaises se sont élevées à 350 morts et blessés. Abercromby, exaspéré et paniqué, a ordonné la retraite et s'est retiré, non seulement le long des huit kilomètres

de portages qu'ils avaient conquis, mais jusqu'au bout du lac George.

Lorsque la nouvelle du désastre parvint en Angleterre, Abercromby fut rappelé et remplacé par le général Jeffrey Amherst (nommé par le général britannique Huguenot Jean-Louis Ligonier). Ce dernier réussit à atteindre Montréal et s'en empara en 1760, un an après la prise de Québec par Wolfe (aussi endossé par Ligonier).

Abercromby obtint un siège sûr au Parlement où il défendit ardemment la taxe sur le timbre et s'opposa à toute opinion favorable aux colons dans leur lutte pour l'indépendance. Les Cantons du Nord ont été créés au début du XIX<sup>e</sup> siècle pour inciter les Canadiens à rester fidèles aux Britanniques plutôt que de partir pour la nouvelle République américaine à laquelle Abercromby s'était si farouchement opposé. Ce canton porte encore son nom, mais aujourd'hui, seuls les notaires et les arpenteurs chargés de confirmer les titres de propriété dans ce canton ancien le découvrent dans de vieilles archives oubliées, comme un rappel douloureux d'un vaincu parmi les généraux britanniques, pourtant victorieux lors de la guerre de Sept Ans.



Diorama représentant la bataille du Fort Necessity

## La contribution des femmes au cinéma

# Soulignez la Journée internationale des femmes avec l'ONF

Salle de presse

**À l'occasion de la Journée internationale des femmes, l'Office national du film du Canada (ONF) met de l'avant, tout au long du mois de mars, une programmation qui célèbre le regard, la créativité et l'engagement des femmes cinéastes. Trois nouveautés — deux documentaires et un court métrage d'animation — sont offertes gratuitement en ligne partout au pays, rappelant la contribution essentielle des femmes au cinéma et aux récits contemporains.**

Parmi les œuvres présentées, le documentaire *Le nid*, réalisé par Chase Joynt et Julietta Singh, ouvre la programmation. Le film propose une démarche intime et historique : alors que sa mère approche de la fin de sa vie, l'écrivaine Julietta Singh retourne dans la maison familiale de Winnipeg. Ce retour aux origines l'amène à découvrir une histoire insoupçonnée : plus de 140 ans de matriarches et de luttes politiques

restées dans l'ombre. En révélant ces lignées oubliées, le film met en lumière des formes de résistance anticoloniale portées par des femmes dont la mémoire n'avait jamais été racontée. Présenté dans plusieurs festivals, notamment à Hot Docs à Toronto, le documentaire a déjà reçu plusieurs distinctions.

La programmation se poursuit avec *7 battements par minute*,

de la réalisatrice Yuqi Kang. Ce long métrage documentaire suit l'apnée chinoise Jessea Lu, qui en 2018 a frôlé la mort lors d'une tentative de record mondial à 93 mètres de profondeur. Après avoir perdu conscience pendant plusieurs minutes, elle retourne sur les lieux de l'événement pour affronter ce moment charnière de sa vie. Le film devient ainsi une exploration intime des limites du corps et de l'esprit, mais aussi un portrait saisissant d'une femme qui repousse les frontières de la peur et de la détermination.

La troisième nouveauté, *Le bruit des choses qui brûlent*, est un court métrage d'animation de l'artiste visuelle montréalaise d'origine libanaise Hayat Najm. Réalisé au

fusain, ce film évoque la mémoire traumatique d'une femme marquée par la guerre. À travers un langage visuel épuré et une musique originale du pianiste Jean-Michel Blais, l'œuvre rend hommage à la résilience des femmes confrontées à la violence et à l'adversité.

Au-delà de ces nouvelles productions, l'ONF souligne la Journée internationale des femmes par une chaîne thématique intitulée *Femmes de tête*, qui rassemble des œuvres mettant en valeur les parcours de cinéastes, militantes, artistes, mères et combattantes. Cette initiative reflète l'engagement de l'institution envers la représentation et la place des femmes dans l'industrie culturelle.

Cet engagement a d'ailleurs été reconnu récemment par l'obtention de la certification Parité platine, la plus haute distinction décernée par l'organisme La gouvernance au féminin. Cette reconnaissance souligne les efforts de l'ONF pour favoriser l'égalité et soutenir la création portée par des femmes.

Rappelons que plus de 7 000 films sont accessibles gratuitement sur les plateformes de diffusion de l'ONF — sur son site web, ses applications mobiles et sa chaîne YouTube. Une occasion, en ce mois de mars, de découvrir des œuvres qui témoignent de la force, de la mémoire et de l'imaginaire des femmes d'ici et d'ailleurs.

## Séance ordinaire du conseil municipal tenu le 9 mars 2026

### Ouverture de la séance

En ouverture de la séance du conseil municipal, le maire de Prévost a souligné la Journée internationale des femmes en évoquant la scientifique américaine Eunice Newton Foote. En 1856, avec des moyens très simples — des tubes de verre, des thermomètres et une pompe à air — elle réalisa une expérience montrant que l'air contenant du dioxyde de carbone se réchauffe davantage au soleil. Elle fut ainsi la première femme à publier un article dans une revue scientifique américaine et à suggérer que l'augmentation du CO<sub>2</sub> dans l'atmosphère pourrait faire monter la température de la Terre. Ses travaux ont précédé ceux de scientifiques aujourd'hui plus connus, comme John Tyndall et Svante Arrhenius, mais sont longtemps restés oubliés avant d'être redécouverts au XXI<sup>e</sup> siècle. Le maire a rappelé que cette histoire illustre la contribution souvent méconnue des femmes à l'avancement des connaissances et qu'elle demeure une source d'inspiration aujourd'hui.

La séance a été marquée par des discussions portant sur les infrastructures, l'environnement, les finances municipales et la concertation régionale. Sur le plan de l'aménagement du territoire, la Ville réaffirme son intention de limiter l'étalement urbain en favorisant une densification à l'intérieur du périmètre urbain existant. Côté finances, le maire a rappelé que le taux de taxation de base a été augmenté de 4 %, tout en précisant que l'impact moyen sur les résidences demeure modéré grâce à certains ajustements tarifaires.

La séance a aussi mis en valeur plusieurs initiatives communautaires et environnementales, dont le balado municipal « Plus vert qu'hier », la programmation des loisirs de printemps qui débute le 19 mars et l'événement culturel, la projection son et lumière « Entre temps et lieu » prévue les 17 et 18 avril à 20 heures. Enfin, la Ville jouera un rôle important dans l'organisation du Sommet des Laurentides à l'automne 2026, une rencontre visant à renforcer la collaboration entre Municipalités de la région.

Le conseil a également souligné les performances des athlètes locaux, dont Mikael Kingsbury et Émile Nadeau.

**La gestion des affaires financières** – approbation des déboursés et des engagements au 9 mars 2026 : déboursés approuvés, 188 403,05 \$ – Engagements en commande, 244 673,75 \$.

### Gestion réglementaire

Le conseil a adopté des modifications réglementaires visant à simplifier les processus citoyens tout en renforçant la coordination municipale sur le terrain.

- Règlement 862-1 (3.1) : introduction d'un assouplissement de la notion de « nouveau lot ». Cette mesure facilite l'accès à la propriété en permettant la création de logements bigénérationnels ou la construction d'une seconde maison sur un même lot sans exiger un nouveau cadastre, répondant ainsi aux besoins des jeunes familles.
- Règlement 871 (3.2) : nouveau régime d'occupation du domaine public. Les citoyens et constructeurs doivent désormais obtenir un permis pour toute entrave (matériaux, roche, etc.). Ce permis est gratuit et vise uniquement à permettre au Service des travaux publics de coordonner les chantiers et d'éviter les conflits avec la planification de réfection des rues.
- Règlement SQ-900-2022-15 (3.3) : sécurisation de la rue Curé-Papineau par l'ajout de deux panneaux d'arrêt obligatoires (création d'un arrêt à quatre directions). Cette intervention est une réponse directe aux enjeux de vitesse excessive constatés dans cette zone fréquentée par de nombreux enfants.

### Avis de motion et projets d'infrastructure

Le conseil a lancé plusieurs projets d'envergure, dictés par la fin de vie utile des actifs et les nouvelles obligations de conformité législative.

- Poste de pompage P5 (Règlement 872) : avis de motion pour un emprunt de 504 000 \$ (sur 5 ans) dédié aux honoraires professionnels. Cette infrastructure de 1987 arrive en fin de vie utile; sa mise à niveau inclura une augmentation de la capacité de pompage pour répondre aux besoins croissants de traitement des eaux usées.
- Rue des Pins (Règlement 873) : emprunt stratégique de 2 246 000 \$ sur 20 ans pour une réfection complète : aqueduc, chaussée, trottoirs et aménagement de cases de stationnement sécurisées pour la zone de la garderie.
- Gestion contractuelle (Règlement 874) : mise en conformité obligatoire : à la suite de l'entrée en vigueur de la Loi sur les contrats des organismes municipaux (LCOM), le règlement municipal est mis à jour. Deux nouvelles règles de flux de production s'imposent aux directions : l'application de critères d'acquisition responsable et l'obligation d'effectuer une évaluation des besoins pour tout contrat de 25 000 \$ et plus.

### Gestion des contrats et acquisitions opérationnelles

L'optimisation des ressources est ici traduite par une hybridation entre

l'impartition et la reprise de travaux en régie interne.

- Espaces verts (5.1) : contrat octroyé à CGE Paysagiste Inc. pour 439 432,25 \$. Le Service des travaux publics est instruit de réaliser la reprise en interne de l'entretien de 400 000 pi<sup>2</sup> (38 127 m<sup>2</sup>) de surface pour générer les économies budgétaires projetées.
- Flotte de véhicules (5.2 & 5.3) : acquisition de deux camionnettes chez Lachute Ford. Le premier véhicule (57 031,29 \$) servira aux opérations courantes, tandis que le second, un modèle ¾ de tonne (81 098,65 \$), est spécifiquement affecté à l'équipe d'asphaltage pour le remorquage du rouleau et de la machine à colle.

Pont de l'Avenue du 4 Mai (5.4 & 5.5) :

- Infrastructures : coûts supplémentaires de 42 206,05 \$ pour le tablier afin d'y accrocher une conduite d'aqueduc. Ce bouclage réseau, reliant la conduite maîtresse de Piedmont/Prévost-Nord vers la 117 et le secteur Metro, est critique pour sécuriser l'alimentation en eau de l'école secondaire.

- Déboisement : mandat confié à Alain Lanthier Inc. pour 37 350,00 \$. Action prioritaire : Les travaux doivent impérativement être terminés avant la période de nidification printanière pour éviter les surcoûts liés aux expertises biologiques.

### Gestion des infrastructures et protection de la ressource en eau

La Ville adopte une posture proactive sur la qualité de la ressource et la défense des marges de manœuvre locales.

- Potentiel hydrogéologique (6.2) : contrat de 23 677,75 \$ à Nova Aqua Inc. pour des forages exploratoires au Domaine Laurentien. L'objectif technique est d'identifier un puits situé « plus près de la rivière » afin de capter une eau à plus faible teneur en manganèse.
- Défense des intérêts municipaux (6.3) : opposition formelle aux exigences du guide TECQ 2024-2028. La Ville conteste l'imposition d'une épaisseur de gravier de 300 mm pour le rechargement granulaire, jugeant cette norme quantitative disproportionnée par rapport aux réalités du terrain.

### Gestion du développement durable

- Protection des sources (7.1) : mobilisation de 8036,63 \$ de la réserve fin ancêtre pour l'entente régionale d'accompagnement du Plan de protection des sources d'eau, impliquant neuf municipalités du bassin versant.
- Consommation responsable (7.2) : transfert de 31 144,00 \$ pour financer le renouvellement de l'application Partage Club (250 citoyens), lancer un programme de subventions à la réparation (électronique, vêtements, etc.) et mandater Synergie Économique Laurentides pour l'audit des commerces locaux.

### Gestion de l'urbanisme et mise en valeur du territoire

- Demande de dérogations mineures et PIIA :
- 3084-3088 Curé-Labelle (10.2) : approbation de l'usage pour

l'ancienne sablière sous condition de clôture réglementaire et d'aménagement paysager dense pour la protection du voisinage.

- École Val-des-Monts (10.5) : approbation du projet de reconstruction au 874, rue de l'École pour garantir la rentrée scolaire.
  - Affichage commercial : approbations pour Red Sakura (3029 Curé-Labelle), Équilibre (2645 Curé-Labelle) et Fou Cuong (3029 Curé-Labelle), imposant des standards de sobriété (imitation bois).
- Gouvernance (10.9) : renouvellement des membres du CCU pour assurer la continuité de l'expertise : Marc-André Beauséjour, Jacques Lescaubeau, Alexandre de Guire (mandats de 3 ans), Steve Saulnier et Daniel Labbé (mandats de 2 ans).

### Questions des citoyens

**Q** - Règlement d'emprunt pour la rue des Pins : Yvon Blondin, de la montée Sainte-Thérèse, a questionné le conseil au sujet du règlement d'emprunt d'environ 2,2 M\$ visant des travaux sur la rue des Pins, notamment sur la répartition des coûts entre le secteur concerné et fonds général.

**R** - Le maire et Joey Leckman ont précisé que la facture est répartie selon la politique d'infrastructure : 63 % des coûts sont assumés par le fonds général (la rue étant une collectrice utilisée pour la mobilité vers l'école), tandis que le reste est imputé au secteur pour les égouts (24 %) et l'aqueduc (13 %).

**Q** - Règlement 862-1 et développement immobilier : Simon Laroche, propriétaire d'un terrain vacant dans le secteur du versant du Ruisseau, a demandé des précisions sur l'impact du règlement 862-1, qui vise à limiter temporairement certains développements afin de tenir compte de la capacité des infrastructures.

**R** - Le maire a rappelé que ce règlement, adopté en 2025, vise surtout à donner le temps d'étudier des solutions d'ingénierie pour les réseaux d'égout. La durée prévue est d'environ deux ans, mais pourrait être ajustée selon l'évolution des analyses. Il a également souligné que la Ville a déjà réduit la taxation applicable aux terrains vacants desservis afin d'atténuer l'impact pour les propriétaires.

**Q** - Achat de camions municipaux : Gilles Raymond s'est informé du processus d'achat de nouveaux camions municipaux.

**R** - Le maire a expliqué que la Ville procède par demandes de prix envoyées aux fournisseurs selon des spécifications précises. Bien que plusieurs entreprises soient sollicitées, certaines choisissent de ne pas soumissionner.

**Q** - Déneigement dans le secteur Terrasse-des-Pins : Normand Raymond de la rue Terrasse-des-Pins a signalé des problèmes de déneigement asymétrique sur la terrasse des Pins.

**R** - Le maire s'est engagé à ce que les travaux publics effectuent un suivi.


La séance s'est conclue par l'annonce de la prochaine réunion du conseil municipal, prévue le 13 avril, suivie de la levée de la séance.

## PHYSIOTHÉRAPIE - OSTÉOPATHIE

### PRÉLÈVEMENTS SANGUINS

Thérapie manuelle – Analyse de la course à pied  
 Réadaptation post-opératoire – Rééducation vestibulaire  
 Puncture physiothérapique avec aiguilles sèches (PPAS)

PHYSIOTHÉRAPEUTES	OSTÉOPATHES
Jasmine Perreault Caroline Perreault Catherine Paquin Laurence Gauvin Couture Jasmine Guénette-Labelle	Kim Aspirot Émilie Bérubé Nina Uytterhaeghe <hr style="width: 50%; margin: 5px auto;"/> INFIRMIÈRE Johanne Roy



CLINIQUE  
PHYSIOTHÉRAPIE  
DES MONTS

2994, boul. du Curé-Labelle, suite 101, Prévost, J0R1T0

450.224.2322    [www.physiodesmonts.com](http://www.physiodesmonts.com)

# vivez

## Prévost

MARS 2026

### Prévost en mouvement ce printemps

Activités, projets et initiatives qui font vibrer notre communauté

PRÉVOST

### En temps et lieux

Entente de développement culturel | Prévost | Québec

17 ET 18 AVRIL

Comités de la Ville  
Impliquez-vous!



## Prévost

ici pour inspirer



Valérie Stevens



Monelle Beaulne et Claire Boivin Boisvert



Josée Desnoyers



Marie Morin

## JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES

# Femmes de Prévost à l'honneur

Dans le cadre de la Journée internationale des droits des femmes, la Ville de Prévost a eu l'honneur de s'entretenir avec cinq femmes d'exception qui ont vécu, se sont impliquées ou se sont investies à Prévost et le sont toujours.

Nous tenons à remercier Mesdames Marie Morin, Monelle Beaulne, Claire Boivin Boisvert, Josée Desnoyers et Valérie Stevens pour leur participation à cette initiative, qui nous a permis de nous replonger dans la vie d'époque des femmes de Prévost, de souligner les contributions de celles qui ont façonné notre ville et à célébrer celles qui continuent sur leurs traces.

Pour visionner la vidéo :



## PÂQUES

# Fermeture des bureaux municipaux

**Vendredi 3 avril et lundi 6 avril 2026**

### Horaires de la bibliothèque

Vendredi 3 avril : Ouverte de 10 h à 17 h  
Samedi 4 avril : Ouverte de 9 h à 16 h  
Dimanche 5 avril et lundi 6 avril : Fermée

## IMPLICATION CITOYENNE

# Participez aux comités municipaux

La Ville de Prévost lance un appel à la participation citoyenne et invite les résidents à s'impliquer activement au sein de ses différents comités municipaux.

Ces comités jouent un rôle essentiel dans la vie démocratique locale. Ils permettent aux citoyens de contribuer aux réflexions, de partager leur expertise et de participer concrètement au développement de leur communauté, que ce soit en matière d'environnement, de culture ou d'urbanisme.

S'impliquer dans un comité, c'est une occasion unique de faire entendre sa voix, de collaborer avec des élus et des employés municipaux et de prendre part aux décisions qui façonnent notre ville d'aujourd'hui et de demain.

Consultez les opportunités ci-contre et notre site web pour tous les détails.

 [ville.prevost.qc.ca/comites](http://ville.prevost.qc.ca/comites)

## Comité consultatif du développement durable et de l'environnement

La Ville de Prévost est à la recherche de deux (2) citoyens(nes) et un(e) (1) citoyen(ne) issu du milieu des affaires (commerçant) pour siéger au sein du Comité consultatif du développement durable et de l'environnement (CCDDE).

Le CCDDE se réunit approximativement une fois par mois.

**Date limite pour poser votre candidature : 10 avril 2026**

## Comité de suivi de la politique culturelle

La Ville de Prévost est à la recherche de cinq (5) citoyens(nes) pour siéger sur le Comité de suivi de la politique culturelle.

Quatre rencontres de trois heures maximums sont prévues annuellement. La durée du mandat est normalement d'une durée de 2 ans, mais la moitié des postes seront d'une durée d'un an, pour ce premier mandat, pour assurer une alternance à chaque année et assurer la pérennité du comité tout en assurant sa stabilité.

**Date limite pour poser votre candidature : 5 juillet 2026**



## TRANSITION ÉNERGÉTIQUE

### Moderniser son chauffage : un accompagnement toujours disponible

Vous avez manqué la séance d'information d'Écohabitation sur la transition au chauffage à l'électricité? Il n'est pas trop tard pour agir.

La Ville de Prévost invite les citoyens intéressés à s'inscrire au programme JeRénovÉco, un service d'accompagnement personnalisé et complètement gratuit, offert par Écohabitation, avec l'appui financier d'Hydro-Québec.

Ce programme aide les propriétaires à :

- Identifier les solutions adaptées à leur résidence;
- Planifier efficacement leurs travaux;
- Maximiser les aides financières disponibles.

Un projet bien planifié aujourd'hui permet de réduire les coûts d'exploitation demain.

Inscription : [jerenoveco.ca](http://jerenoveco.ca)

Information : [info@jerenoveco.ca](mailto:info@jerenoveco.ca)



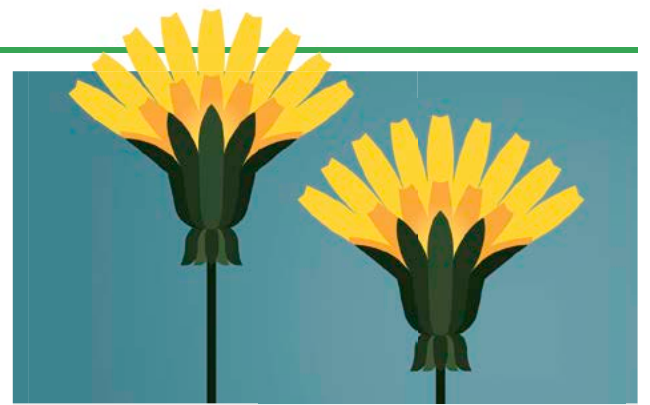
## SAISON 2025

### Joignez l'équipe des éco-jardins des mésanges !

Les membres du jardin collectif sont à la recherche de personnes enthousiastes et engagées pour prendre part à la saison 2026.

Que vous ayez de l'expérience ou simplement la curiosité de découvrir le monde du jardinage, nous vous invitons à joindre ce projet au bord du Lac Écho.

Pour en savoir plus, écrivez à : [ecojardiniers.prevast@gmail.com](mailto:ecojardiniers.prevast@gmail.com)



## DÉFI PISSENLITS

### Un coup de pouce pour les pollinisateurs

Le pissenlit est l'une des premières sources de nourriture pour les insectes pollinisateurs et est essentiel à leur survie. Ce printemps, nous vous mettons au défi de retarder la tonte des pissenlits sur votre terrain afin de leur donner un petit coup de main.

De son côté, la Ville de Prévost repoussera la tonte durant le mois de mai sur certaines portions de ses terrains municipaux. Les citoyens et commerçants sont, eux aussi, invités à emboîter le pas et à participer à cette initiative environnementale.

Dès le 1<sup>er</sup> avril, des affichettes à l'effigie du Défi pissenlits seront distribuées gratuitement à l'hôtel de ville, à la bibliothèque municipale et aux bureaux du Service de l'environnement. Les participants au Défi pourront ainsi afficher fièrement leur appui au mouvement.



## FRÉQUENCE DES COLLECTES

### Collecte hebdomadaire des bacs bruns

Dès le 14 avril, la collecte des matières organiques aura lieu chaque semaine, le mardi, sur l'ensemble du territoire.

 [ville.prevast.qc.ca/collectes](http://ville.prevast.qc.ca/collectes)



## Inscrivez-vous aux rappels des collectes

[ville.prevast.qc.ca/alertes](http://ville.prevast.qc.ca/alertes)



# travaux publics



## ENTRETIEN DES INFRASTRUCTURES

### Le printemps arrive à grands pas !

Le service des travaux publics entreprendra bientôt le ménage annuel du printemps sur le territoire. Voici divers travaux d'entretien qui seront réalisés par nos équipes dans les mois à venir :

- Balayage des rues et trottoirs (avril)
- Réparations d'asphalte (dès la mi-mai)
- Traçage et marquage de la chaussée (dès juin)
- Épandage d'abat-poussière sur les rues de gravier (dès juin)
- Nettoyage des parcs et espaces verts (mai)
- Réfection des ponceaux (mai)
- Nettoyage des conduites d'égouts sanitaires et des puisards (dès juin)

Ces échéanciers peuvent varier selon les conditions météorologiques.

**Des questions ? Contactez le service aux citoyens de la Ville de Prévost :**  
servicecitoyen@ville.prevost.qc.ca



## MÉNAGE DU PRINTEMPS

### Un nettoyage en tout respect

Quand vous nettoyez votre terrain, vous avez également vos responsabilités. La réglementation municipale stipule qu'il est interdit de jeter des débris, feuilles, pierres ou tout autre matériau sur la chaussée, c'est-à-dire les rues et voies publiques. Ces amas laissés sur la chaussée peuvent causer des retards pour les opérations de nettoyage en plus de causer des bris d'équipements. La Ville apprécie beaucoup la collaboration des citoyens afin de faciliter notre nettoyage du printemps collectif.

**Pour toute l'information sur cette réglementation :**  
ville.prevost.qc.ca/reglement-infrastructures



## SÉCURITÉ

### Stationnement à proximité des intersections à Prévost

À Prévost, comme partout au Québec, la sécurité routière est une priorité – notamment aux intersections où la visibilité et le déplacement des usagers sont particulièrement critiques. Stationner trop près d'une intersection peut sembler anodin, mais les conséquences peuvent être graves.

Selon l'article 386.4 du Code de la sécurité routière du Québec, il est interdit d'immobiliser un véhicule à moins de 5 mètres (16 pieds) d'une intersection ou d'un passage pour piétons. Cette règle s'applique à toutes les intersections, qu'elles soient marquées ou non.

Ce dégagement de 5 mètres permet :

- D'offrir une meilleure visibilité réciproque entre conducteurs et piétons ;
- De réduire les risques de collisions, surtout impliquant des usagers vulnérables comme les enfants ou les cyclistes ;
- D'assurer une plus grande fluidité de la circulation aux points névralgiques du réseau routier.

En d'autres mots, même si une rue semble calme ou résidentielle, il est essentiel de respecter cette distance minimale de 5 mètres – non seulement pour éviter une contravention, mais surtout pour assurer la sécurité de tous.



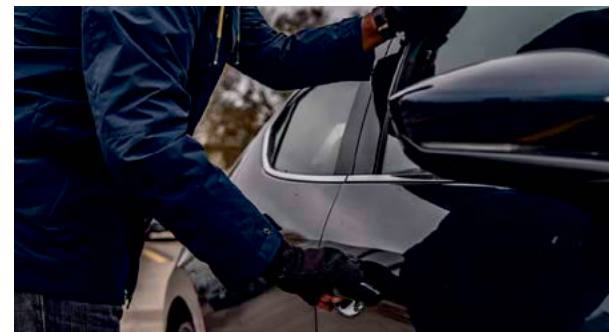
## SÛRETÉ DU QUÉBEC

### Désactivation des lignes \*4141

À compter du 1<sup>er</sup> juin 2026, la Sûreté du Québec nous informe que les lignes téléphoniques 310-4141 et \*4141 seront graduellement désactivées.

Pour un appel d'urgence, composez le 911.

Pour joindre la Sûreté du Québec pour une situation non urgente, communiquez avec votre poste de quartier (à Prévost : 450 224-9822).



## VOLS DE VÉHICULES EN HAUSSE

### Comment se protéger

Les services policiers, dont la Sûreté du Québec, constatent une augmentation des vols de véhicules dans plusieurs régions du Québec. Les voleurs ciblent particulièrement les véhicules utilitaires sport (VUS) et les modèles récents équipés de systèmes à démarrage sans clé.

Conseils de prévention recommandés par la Sûreté du Québec et la Société de l'assurance automobile du Québec :

#### À la maison :

- Stationnez dans un garage lorsque possible;
- Rangez vos clés loin des portes et fenêtres;
- Utilisez une pochette de protection anti RFID pour les clés intelligentes;
- Installez un système de caméra ou d'éclairage avec détecteur de mouvement.

#### En déplacement :

- Verrouillez toujours les portières;
- Ne laissez aucun objet de valeur visible;
- Évitez de laisser les papiers du véhicule dans la voiture;
- Stationnez dans des endroits bien éclairés et achalandés.

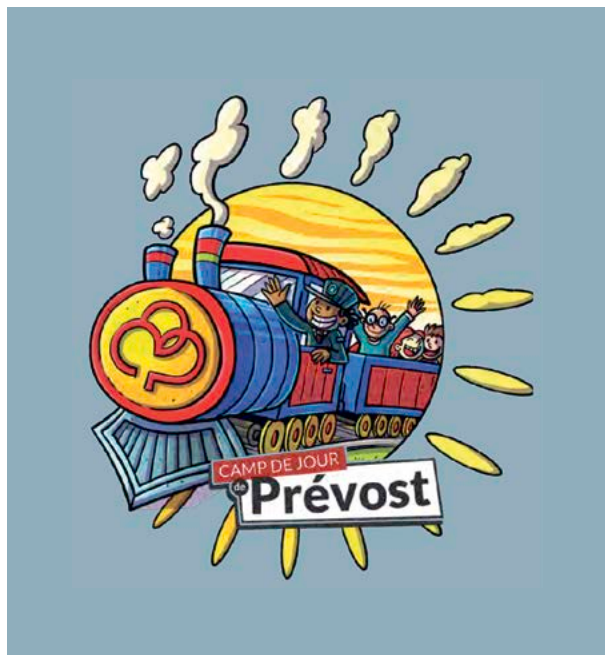
#### Autres astuces efficaces :

- Installer un dispositif antivol mécanique (barre de volant);
- Faire installer un système de repérage GPS;
- Activer les systèmes antivol intégrés du fabricant.

#### Que faire en cas de vol?

1. Communiquer avec le service de police (911 ou poste de quartier).
2. Signalez le vol à votre assureur.
3. Avisez la Société de l'assurance automobile du Québec si nécessaire.
4. Fournissez aux policiers le numéro d'identification du véhicule (NIV).

Pour plus d'information, consultez les conseils de prévention sur les sites officiels de la Sûreté du Québec et de la Société de l'assurance automobile du Québec.



ÉTÉ 2026

## Les inscriptions au Camp de jour de Prévost sont ouvertes

Un été rempli de rires, de jeux et de nouvelles amitiés attend les enfants de 4 à 12 ans ! Activités variées et sorties amusantes sont au rendez-vous pour offrir aux jeunes un été mémorable, tout en s'amusant dans un environnement sécuritaire et stimulant.

### Informations

- Pour les enfants de 4 à 12 ans (maternelle 4 ans ou maternelle terminée)
- Dates : 22 juin au 14 août (fermeture le 24 juin)
- Lieu : École du Champ-Fleuri
- Coût : 165 \$ par semaine (résidents uniquement), incluant le chandail, les sorties et les activités spéciales au camp
- Horaire régulier : 9 h à 16 h
- Horaire du service de garde : 7 h à 9 h et 16 h à 18 h (inclus dans le tarif)

### Détails des inscriptions

- Du 19 mars au 26 avril\*
- Inscriptions en ligne : [ville.prevast.qc.ca/inscription](http://ville.prevast.qc.ca/inscription)
- Inscriptions par téléphone : 450 224-8888, poste 6228
- Inscription au Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire : 2772, boulevard du Curé-Labelle
- Carte Accès-loisirs valide requise pour l'inscription

\* Après cette date, les inscriptions sont possibles seulement dans les groupes où il reste des places, avec un supplément de 10 \$.

[ville.prevast.qc.ca/campsdejour](http://ville.prevast.qc.ca/campsdejour)



## Camp FC Boréal

POUR LES ENFANTS DE 6 À 13 ANS

**Dates :** 22 juin au 14 août

**Lieu :** Parc régional de la Rivière-du-Nord, Prévost  
(école des Falaises en cas de pluie)

**Coût :** 150 \$ par semaine

**Horaire régulier :** De 9 h à 16 h

**Horaire du service de garde :**  
De 7 h 30 à 9 h et de 16 h à 17 h 30  
(40 \$ par semaine)

**Détails et inscriptions :** [fcboreal.ca](http://fcboreal.ca)



APPEL DE CANDIDATURES

## Rayonnement de nos athlètes et artistes

Dans le cadre de sa Politique de soutien aux artistes et aux athlètes, la Ville de Prévost désire saluer le talent des jeunes Prévostois et Prévostaises qui se distinguent dans leur discipline sportive et artistique. Elle se veut un moyen tangible pour soutenir les étoiles montantes de Prévost. Les jeunes intéressés à recevoir une bourse sont invités à faire une demande d'ici le 26 avril prochain.

**Information :**

[accesloisirs@ville.prevast.qc.ca](mailto:accesloisirs@ville.prevast.qc.ca)

Pour compléter le formulaire :



APPEL DE CANDIDATURES

## Artistes locaux recherchés

La Ville est à la recherche de talents locaux pour assurer la première partie de ses spectacles estivaux !

Nous recherchons des artistes solos ou de petites formations capables d'offrir une prestation d'environ 20 minutes avant chaque spectacle.

Une belle occasion de briller devant le public et de faire vibrer la scène locale !

**Information :** [jleclerc@ville.prevast.qc.ca](mailto:jleclerc@ville.prevast.qc.ca)



Gratuit!

**3 À 5 ANS**

## Heure du conte

Samedi 28 mars | 10 h

Mercredi 1<sup>er</sup> avril | 10 h 30

Bibliothèque Jean-Charles-Des Roches

Spécial chasse aux cocos

Les enfants sont invités à découvrir le plaisir de la lecture en se faisant raconter les plus belles et magiques histoires jeunesse. Ils seront transportés dans différents mondes imaginaires.

Places limitées  
Inscription en ligne



Gratuit!

**0 À 2 ANS**

## Atelier d'éveil à la lecture

Mardi 31 mars | 10 h 30

Mardi 28 avril | 10 h 30

Bibliothèque Jean-Charles-Des Roches

Initiez vos tout-petits de 0 à 2 ans à la découverte des livres et de la lecture.

Au programme : lecture d'albums sur plusieurs thématiques, comptines, jeux, activités et suggestions de lecture.

Places limitées  
Inscription en ligne



## FÊTE DU VOISINAGE

# La Fête du voisinage revient en force pour une 20<sup>e</sup> année !

Barbecue, journée sportive ou après-midi dans un parc avec vos voisines et voisins, toutes les options sont bonnes lorsqu'il est question de fêter entre voisins.

Dans ce contexte, la Ville de Prévost est fière de soutenir les initiatives dans chacun des secteurs de son territoire. Ainsi, la Ville offre une subvention maximum de 125 \$ par événement (subventions limitées). Un montant de 100 \$ sera accordé en lien avec les critères généraux de l'événement. Un montant additionnel de 25 \$ sera ajouté pour favoriser les actions prises en lien avec l'écoresponsabilité des événements sur le territoire de Prévost.

### Les critères généraux :

- La fête doit se dérouler entre le 5 et le 7 juin;

- Le formulaire d'inscription doit être complet et soumis avant le 26 avril;
- Pour recevoir le chèque, le demandeur devra remplir le formulaire de confirmation prévu à cet effet qui sera envoyé par courriel quelques jours avant les événements.

### Les critères écoresponsables:

- Favoriser l'utilisation de vaisselle lavable;
- Mise en place d'une gestion des déchets (poubelles, recyclage, compost);
- Favoriser les déplacements actifs ou le co-voiturage.

Formulaire en ligne :



PROJECTION SON ET LUMIÈRE

PRÉVOST

# En temps et lieux

17 ET 18 AVRIL  
DE 20 H À 22 H

SUR LA FAÇADE  
DE L'ÉGLISE  
994, rue Principale

Entente de développement culturel



Québec

ville.prevost.qc.ca

vivez,Prévost

Pour vous inscrire:

ville.prevost.qc.ca/inscription

# programmation de loisirs



## activités pour enfants

PRINTEMPS 2026

### Activité culturelle

#### DESSINS CRÉATIFS | 5 À 8 ANS

DU 12 AVRIL AU 31 MAI

**HORAIRE :** Dimanche, 9 h à 10 h

**LIEU :** Pavillon Léon-Arcand

**INFORMATION :** Production DS – 514 692-9169

**COÛT :** 100 \$ pour 8 semaines

### Sports et activités physiques

#### KARATÉ DÉBUTANT | 5 À 17 ANS

DU 8 AVRIL AU 10 JUIN

**HORAIRE :** Mercredi, 18 h 30 à 19 h 30

**LIEU :** École du Champ-Fleuri

**INFORMATION :** Lorenzo D'Anna – 450 563-3935

**COÛT :** 75 \$ (5 à 12 ans) 85 \$ (13 à 17 ans)  
pour 10 semaines

#### KARATÉ INTERMÉDIAIRE | 5 À 17 ANS

DU 8 AVRIL AU 10 JUIN

**HORAIRE :** Mercredi, 19 h 30 à 20 h 30

**LIEU :** École du Champ-Fleuri

**INFORMATION :** Lorenzo D'Anna – 450 563-3935

**COÛT :** 75 \$ (5 à 12 ans) 85 \$ (13 à 17 ans)  
pour 10 semaines

#### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET GYMNiques | 3 À 4 ANS

DU 12 AVRIL AU 31 MAI

**HORAIRE :** Dimanche, 8 h à 8 h 50

**LIEU :** École Champ-Fleuri

**INFORMATION :** Gareau Vertige – 450 224-7227

**COÛT :** 120 \$ pour 8 semaines

#### GYMNASTIQUE | 4 À 6 ANS

DU 12 AVRIL AU 31 MAI

**HORAIRE :** Dimanche, 9 h à 10 h

**LIEU :** École du Champ-Fleuri

**INFORMATION :** Gareau Vertige – 450 224-7227

**COÛT :** 120 \$ pour 8 semaines

#### GYMNASTIQUE | 7 À 9 ANS

DU 12 AVRIL AU 31 MAI

**HORAIRE :** Dimanche, 10 h 15 à 11 h 45

**LIEU :** École Champ-Fleuri

**INFORMATION :** Gareau Vertige – 450 224-7227

**COÛT :** 150 \$ pour 8 semaines

#### GYMNASTIQUE | 10 ANS +

DU 12 AVRIL AU 31 MAI

**HORAIRE :** Dimanche, 10 h 15 à 11 h 45

**LIEU :** École du Champ-Fleuri

**INFORMATION :** Gareau Vertige – 450 224-7227

**COÛT :** 150 \$ pour 8 semaines

#### HOCKEY BALL (MIXTE) | 1<sup>ère</sup> à 6<sup>e</sup> année

DU 14 AVRIL AU 19 MAI

**HORAIRE :** Mardi, 18 h 30 à 19 h 30

ou de 19 h 30 à 20 h 30

**LIEU :** École du Champ-Fleuri

**INFORMATION :** 450 224-8888 poste 6228

**COÛT :** 80 \$ pour 6 semaines

\*L'horaire des cours sera validé selon le nombre  
d'inscription

#### LE PETIT-TENNIS | 3 À 5 ANS

DU 23 MAI AU 20 JUIN

**HORAIRE :** Samedi, 9 h à 9 h 45

**LIEU :** Tennis Lesage

**INFORMATION :** Quarante-Zéro – 514 601-7400

**COÛT :** 70 \$ pour 5 cours\*

\*La présence d'un parent accompagnateur est requise  
pour cette catégorie d'âge (participation gratuite).

#### TENNIS | 6 À 8 ANS

DU 23 MAI AU 20 JUIN

**HORAIRE :** Samedi, 9 h 45 à 10 h 45

**LIEU :** Tennis Lesage

**INFORMATION :** Quarante-Zéro – 514 601-7400

**COÛT :** 90 \$ pour 5 cours

#### TENNIS | 9 À 13 ANS

DU 23 MAI AU 20 JUIN

**HORAIRE :** Samedi, 10 h 45 à 11 h 45

**LIEU :** Tennis Lesage

**INFORMATION :** Quarante-Zéro – 514 601-7400

**COÛT :** COÛT : 90 \$ pour 5 cours

\*Raquettes neuves pour juniors disponibles  
sur place au coût de 40 \$.

### Activités communautaires

#### PRÊT À RESTER SEUL

13 JUIN

**HORAIRE :** Samedi, 8 h 30 à 14 h 30

**LIEU :** Pavillon Léon-Arcand

**INFORMATION :** 450 224-8888 poste 6228

**COÛT :** 65 \$

#### GARDIEN AVERTI

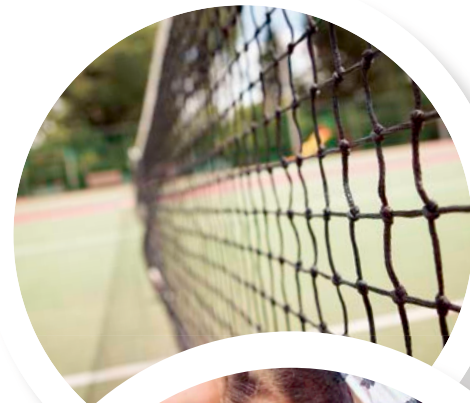
14 JUIN

**HORAIRE :** Dimanche, 8 h 30 à 16 h

**LIEU :** Pavillon Léon-Arcand

**INFORMATION :** 450 224-8888 poste 6228

**COÛT :** 70 \$



## Inscriptions

Résidents : du 19 mars au 6 avril\*

Non-Résidents : du 26 mars au 6 avril\*

\*Après cette date, des frais  
supplémentaires de 10\$/activité  
s'appliqueront pour toute nouvelle  
inscription.

EN LIGNE : [ville.prevost.qc.ca/inscription](http://ville.prevost.qc.ca/inscription)

PAR TÉLÉPHONE : 450 224-8888, poste 6228

AU SERVICE DES LOISIRS : Situé au 2772,  
boulevard du Curé-Labelle



## Lieux des activités

École du Champ-Fleuri : 1135, rue du Clos-Toumalin

École des Falaises : 977, rue Marchand

Pavillon Léon-Arcand : 296, rue des Genévriers

Gare de Prévost : 1272, rue de la Traverse

Tennis Lesage : 964, Chemin du Lac-Écho

Pour plus d'informations :

Service des loisirs, 450 224-8888, poste 6228

# programmation de loisirs



## activités pour adultes

PRINTEMPS 2026

### Activité culturelle

#### ATELIER COOPÉRATIF DE CRÉATION D'ŒUVRES PICTURALES

Du 14 avril au 2 juin  
**HORAIRE** : Mardi 13 h 30 à 16 h 30  
**LIEU** : Pavillon Léon-Arcand  
**INFORMATION** : 450 224-8888 poste 6228  
**COÛT** : 15 \$ pour 8 semaines

### Activité communautaire

#### TRICOT

Du 14 AVRIL AU 9 JUIN  
**HORAIRE** : Mardi, 18 h 30 à 20 h 30  
**LIEU** : Gare de Prévost  
**INFORMATION** : 450 224-8888, poste 6228  
**COÛT** : 10 \$ pour 9 semaines

### Sports et activités physiques

#### DANSE EN LIGNE COUNTRY DÉBUTANT NIVEAU 1

Du 13 AVRIL AU 8 JUIN  
**HORAIRE** : Lundi, 18 h 15 à 19 h 30  
**LIEU** : École des Falaises  
**INFORMATION** : 450 224-8888, poste 6228  
**COÛT** : 100 \$ pour 8 semaines (RELÂCHE LE 2 MARS)

#### DANSE EN LIGNE COUNTRY DÉBUTANT NIVEAU 2

Du 13 AVRIL AU 8 JUIN  
**HORAIRE** : Lundi, 19 h 45 à 21 h  
**LIEU** : École des Falaises  
**INFORMATION** : 450 224-8888, poste 6228  
**COÛT** : 100 \$ pour 8 semaines (RELÂCHE LE 2 MARS)

#### CARDIO POUSSETTE

13 AVRIL AU 10 JUIN  
**HORAIRE** : Lundi, 9 h 30 à 10 h 30  
**LIEU** : Gare de Prévost  
**INFORMATION** : Naturaktive – 438 526-3134  
**COÛT** : 100 \$ pour 8 semaines (RELÂCHE LE 18 MAI)

#### PILATES

9 AVRIL AU 28 MAI  
**HORAIRE** : Jeudi, 13 h 30 à 14 h 30  
**LIEU** : Pavillon Léon-Arcand  
**INFORMATION** : 450 224-8888, poste 6228  
**COÛT** : 80 \$ pour 8 semaines

### Inscriptions

Résidents : du 19 mars au 6 avril\*

Non-Résidents : du 26 mars au 6 avril\*

\*Après cette date, des frais supplémentaires de 10\$/activité s'appliqueront pour toute nouvelle inscription.

EN LIGNE : ville.prevost.qc.ca/inscription

PAR TÉLÉPHONE : 450 224-8888, poste 6228

AU SERVICE DES LOISIRS :

Situé au 2772, boulevard du Curé-Labelle

#### ESSETRICS

Du 8 AVRIL AU 27 MAI ET DU 9 AVRIL AU 28 MAI  
**HORAIRE** : Mercredi, 9 h 30 à 10 h 30  
Jeudi, 13 h 30 à 14 h 30  
**LIEU** : Pavillon Léon-Arcand  
**INFORMATION** : Isabel Ladouceur – 514 991-4720  
**COÛT** : 80 \$ pour 8 semaines

#### KARATÉ DÉBUTANT

Du 8 AVRIL AU 10 JUIN  
**HORAIRE** : Mercredi, 18 h 30 à 19 h 30  
**LIEU** : École du Champ-Fleuri  
**INFORMATION** : Lorenzo D'Anna – 450 563-3935  
**COÛT** : 85 \$ pour 10 semaines

#### KARATÉ INTERMÉDIAIRE

Du 8 AVRIL AU 10 JUIN  
**HORAIRE** : Mercredi, 19 h 30 à 20 h 30  
**LIEU** : École du Champ-Fleuri  
**INFORMATION** : Lorenzo D'Anna – 450 563-3935  
**COÛT** : 85 \$ pour 10 semaines

#### PICKLEBALL DÉBUTANT

Du 12 AVRIL AU 17 MAI  
**HORAIRE** : Dimanche, 12 h à 14 h  
**LIEU** : École du Champ-Fleuri  
**INFORMATION** : Jacques Lescaubeau – 450 224-8888  
**COÛT** : 85 \$ pour 6 semaines

#### TAIJIQUAN STYLE CHEN | DÉBUTANT

Du 10 AVRIL AU 12 JUIN  
**HORAIRE** : Vendredi, 9 h à 10 h 30  
**LIEU** : Pavillon Léon-Arcand  
**INFORMATION** : Karine Van Chesteing – 450 643-0132  
**COÛT** : 80 \$ pour 8 semaines (RELÂCHE LE 24 AVRIL ET 1<sup>er</sup> MAI)

#### TAIJIQUAN STYLE CHEN INTERMÉDIAIRE ET AVANCÉ

Du 10 AVRIL AU 12 JUIN  
**HORAIRE** : Vendredi 9 h à 11 h 00  
**LIEU** : Pavillon Léon-Arcand  
**INFORMATION** : Karine Van Chesteing – 450 643-0132  
**COÛT** : 100 \$ pour 8 semaines (RELÂCHE LE 24 AVRIL ET 1<sup>er</sup> MAI)

#### YOGA

Du 13 AVRIL AU 16 JUIN  
**HORAIRE** : Mardi, 18 h 15 à 19 h 15 | 19 h 30 à 20 h 30  
**LIEU** : École des Falaises  
**INFORMATION** : Catherine Gamache – 438 494-5293  
**COÛT** : 115 \$ pour 10 semaines

#### ZUMBA

Du 15 AVRIL AU 17 JUIN  
**HORAIRE** : Mercredi, 18 h 30 à 19 h 30  
**LIEU** : École des Falaises  
**INFORMATION** : Marie-Josée Labelle – 514 793-4923  
**COÛT** : 115 \$ pour 10 semaines

#### TONUS ET MISE EN FORME

Du 13 AVRIL AU 10 JUIN  
**HORAIRE** : Lundi, 16 h 30 à 17 h 30  
**LIEU** : Pavillon Léon-Arcand  
**INFORMATION** : Naturaktive – 438 526-3134  
**COÛT** : 100 \$ pour 8 semaines (RELÂCHE LE 18 MAI)

#### TABATA/HIIT

Du 9 AVRIL AU 28 MAI  
**HORAIRE** : Jeudi, 19 h à 20 h  
**LIEU** : École des Falaises  
**INFORMATION** : Naturaktive – 438 526-3134  
**COÛT** : 100 \$ pour 8 semaines

#### TENNIS – TOUS LES NIVEAUX\*

Du 12 AU 26 MAI  
**HORAIRE** : Mardi et jeudi de 18 h 30 à 20 h ou de 20 h à 21 h 30  
**LIEU** : Tennis Lesage  
**INFORMATION** : Quarante-Zéro – 514 601-7400  
**COÛT** : 120 \$ pour 5 cours.  
\*Les participants seront évalués lors de la première séance à 18 h 30, puis les groupes et l'horaire seront fixés pour les autres cours.

#### LIGUE DE TENNIS – L'AMICALE DE PRÉVOST

Pour les joueurs novices, intermédiaires ou avancés.  
DU 1<sup>er</sup> JUIN AU 17 AOÛT  
**HORAIRE (EN ALTERNANCE)** : Les lundis de 18 h 30 à 20 h et 20 h à 21 h 30  
**LIEU** : Tennis Lesage  
**INFORMATION** : Quarante-Zéro – 514 601-7400  
**COÛT** : 100 \$ pour 12 semaines

\*Raquettes neuves pour adultes disponibles sur place au montant de 80 \$.

### Activités libres en gymnase Du 9 avril au 22 mai

Les activités libres en gymnase se veulent récréatives et inclusives. Une rotation entre les joueurs doit être effectuée pour permettre à tous d'avoir du temps de jeu et ce, peu importe le niveau des joueurs. Les principes de l'esprit sportif s'appliquent en tout temps.

#### BADMINTON LIBRE

**HORAIRE** : Lundi et vendredi de 18 h 30 à 22 h (Plage horaire réservée aux familles de 18 h 30 à 19 h 30)  
**LIEU** : École du Champ-Fleuri  
**COÛT** : Résident : Carte prépayée de 30 \$ pour 10 passages  
Non-résident : Carte prépayée de 30 \$ pour 5 passages

#### PICKLEBALL LIBRE

**HORAIRE** : Jeudi, 18 h 30 à 22 h  
Dimanche 14 h à 18 h  
**LIEU** : École du Champ-Fleuri

#### COÛT :

Résident : Carte prépayée de 30 \$ pour 10 passages  
Non-résident : Carte prépayée de 100 \$ pour 5 passages

\*Aucune activité libre le 18 mai.

### Informations spécifiques

Les cours peuvent être annulés par la Ville si le nombre d'inscriptions est insuffisant. Veuillez consulter la politique d'annulation et de remboursement indiquée sur votre reçu lors de l'inscription.

Les résidents de 60 ans et plus qui s'inscrivent à une activité de la programmation des loisirs de la Ville bénéficient d'un rabais de 15 %.

Un rabais familial est également offert : 25 % pour un 2<sup>e</sup> enfant, 50 % pour un 3<sup>e</sup> enfant et 75 % pour un 4<sup>e</sup> enfant ou plus inscrits à une activité.

La carte Accès-loisirs est obligatoire pour tous les résidents afin de bénéficier du tarif résident.

Pour les non-résidents, un supplément de 15 % est appliqué au prix affiché.

**Informations** : 450 224-8888, poste 6228



Ensemble Mistral



Richard Raymond



Trio Fibonnaci

## DIFFUSIONS AMAL'GAMME

### Ensemble Mistral

Dans l'univers d'Astor

Samedi 28 mars 2026 | 19 h 30

Voici un spectacle musical et narratif qui nous plongera dans l'univers d'Astor Piazzolla. De New York à Paris, en passant par Buenos Aires, ce grand compositeur entremêle musique classique, jazz, tango, klezmer... De fascinantes anecdotes biographiques entrecourent l'interprétation de cette musique originale, unique et inspirée. azzolla. De New York à Paris, en passant par Buenos Aires, ce grand compositeur entremêle musique classique, jazz, tango, klezmer... De fascinantes anecdotes biographiques entrecourent l'interprétation de cette musique originale, unique et inspirée.

### Richard Raymond

Les plus belles sonates de Beethoven

Concert cor et piano

Samedi 11 avril 2026 | 19 h 30

Le pianiste virtuose Richard Raymond propose quatre grandes sonates de Ludwig van Beethoven : la « Pathétique », la « Sonata quasi una fantasia », la « Sonate au clair de lune » et la sonate « Appassionata ». Une occasion et un pianiste uniques à ne pas rater !

### Trio Fibonnaci

La gloire des pionniers

Samedi 25 avril 2026 | 19 h 30

Trois trios qui ont marqué l'histoire de la musique par le génie de leurs créateurs... Le lumineux trio K502 de Mozart, le trio Tzigane de Haydn et la première œuvre officielle de Beethoven, irradiant déjà de sa prodigieuse énergie. Un merveilleux moment d'intimité musicale offert par trois virtuoses confirmés !

Détails des concerts :

Coût : 35 \$ (entrée) / 30 \$ (abonné)  
Gratuit pour les moins de 12 ans

Lieu : Salle Saint-François-Xavier  
(994, rue Principale)

Réservation nécessaire :  
diffusionsamalgamme.com

### Service d'aide pour les impôts

Le Centre d'action bénévole de Saint-Jérôme tient des cliniques d'impôts gratuites pour les particuliers.

Clinique mobile à Prévost: 23 mars à la Maison de l'Entraide (788, rue Shaw)

Pour vérifier les critères d'admissibilité et pour plus d'information :



## LEVÉE DE FONDS

### Souper spaghetti et bingo au profit de la Maison des jeunes

2 mai 2026, dès 16 h

École du Champ-Fleuri  
(1135, rue du Clos-Toumalin)

L'occasion parfaite de passer un beau moment en famille tout en soutenant les jeunes de notre communauté.

Chaque billet acheté contribue directement à offrir un milieu sécuritaire, dynamique et stimulant à nos jeunes.

Réservez vos billets :



## COMITÉ RÉGIONAL POUR LA PROTECTION DES FALAISES

### Convocation à l'assemblée générale

Judi 16 avril 2026 | 19 h

Salle du conseil du Centre des loisirs et de la vie communautaire (2060, chemin des Hauteurs, Saint-Hippolyte)

Informations : parcdesfalaises.ca

# babillard et sécurité incendie



## SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE ET D'ÉCOLOGIE DE PRÉVOST

### Conférence : Les vertus médicinales des épices et fines herbes

**Date :** Mercredi 25 mars | 19 h 15

**Lieu :** Salle Saint-François-Xavier (994, rue Principale)

Les plantes aux vertus médicinales, par Johanne Fontaine

**Coût :** gratuit (membres) / 5 \$ (non-membres)

**Informations :** shepqc.ca



### Causeries du samedi: La culture des tomates, les secrets de la réussite

**Date :** Samedi 28 mars | 13 h 30

**Lieu :** Pavillon Léon-Arcand (296, rue des Génévriers)

Michel Verdon, tomatologue, brossera un tableau des différentes variétés de tomates.

**Coût :** 10 \$ (membres) / 15 \$ (non-membres)

Places limitées | Inscription requise

**Informations :** shepqc.ca

## CLUB SOLEIL

### Soirée de danse en ligne et danse sociale

**Date :** Samedi 11 avril | 18 h à 22 h 30

**Animation :** Michel et Nicole

Soirée de danse et souper. Apportez vos breuvages et vos verres

**Lieu :** École du Champ-Fleuri (1135, rue du Clos-Toumalin)

**Coût :** 35 \$ (membres) / 40 \$ (non-membres)

Inscription requise auprès de Suzanne Monette 450 224-5612, au minimum cinq jours avant la date de la soirée.

Payable lors de la réservation et aucun remboursement possible.



### La grande journée des petits entrepreneurs

Les inscriptions pour cette 13<sup>e</sup> édition, qui se tiendra le samedi 6 juin, sont officiellement lancées ! Pour vous inscrire, rendez-vous au [www.petitsentrepreneurs.ca](http://www.petitsentrepreneurs.ca) et choisissez « La Halte Boréale » comme lieu de rendez-vous. Vous pouvez également vous y procurer le chandail officiel en visitant la boutique en ligne.

**Information :** lahalteboreale.ca



## SÉCURITÉ RÉSIDENIELLE

### Surveillez les piles de vos avertisseurs

Le passage à l'heure d'été est le moment idéal pour vérifier vos avertisseurs de fumée et de monoxyde de carbone. Ces petits gestes simples peuvent sauver des vies et prévenir des drames. Un avertisseur fonctionnel détecte rapidement la présence de fumée ou de gaz dangereux, vous permettant d'agir à temps. Profitez-en pour changer les piles, même si elles semblent encore bonnes !

#### Quelques conseils pratiques :

- Testez vos avertisseurs chaque mois en appuyant sur le bouton d'essai jusqu'à entendre le signal sonore.
- Remplacez les piles lorsque vous entendez un signal sonore intermittent.
- Dépoussiérez vos avertisseurs à piles, à l'intérieur et à l'extérieur.
- Pour les modèles photoélectriques, nettoyez uniquement l'extérieur et ne les ouvrez jamais.
- N'appliquez jamais de peinture sur vos avertisseurs ; cela pourrait nuire à leur fonctionnement.
- Remplacez vos avertisseurs tous les 10 ans et suivez les recommandations du fabricant.

En résumé : protéger votre famille, c'est aussi penser à l'entretien de vos avertisseurs. N'attendez pas, faites-en une habitude à chaque changement d'heure. Pour toute question, n'hésitez pas à contacter votre service municipal ou à consulter les ressources en ligne dédiées à la sécurité résidentielle.

## Prochaines séances du conseil municipal

Lundi 13 avril, 19 h

Lundi 11 mai, 19 h

Lundi 8 juin, 19 h

Les séances du conseil municipal sont publiques et se déroulent à la Salle Saint-François-Xavier (994, rue Principale, Prévost).

### Webdiffusion

Les séances du conseil sont diffusées en direct sur la page Facebook de la Ville de Prévost. Il est possible d'accéder aux vidéos antérieures des séances sur la page YouTube de la Ville.

### Pour joindre les membres du conseil municipal :

 [ville.prevast.qc.ca/elus](http://ville.prevast.qc.ca/elus)

## Communiquer avec la Ville de Prévost

311 | 450 224-8888  
[servicecitoyen@ville.prevast.qc.ca](mailto:servicecitoyen@ville.prevast.qc.ca)

**Site Internet :** [ville.prevast.qc.ca](http://ville.prevast.qc.ca)

Pour tous les détails sur nos points de service et nos horaires :



  
**Prévost**

Suivez-nous !





## Séance ordinaire du conseil municipal tenu le 2 mars 2026

Le maire, Bernard Bouclin, ouvre la séance en faisant un retour au sujet de la réglementation afférente au plan d'urbanisme. Pour rappel, le Conseil précédent a fait le choix d'adopter le plan d'urbanisme, mais pas les règlements nécessaires à son application. Le nouveau conseil n'ayant qu'un très court délai pour approuver cette réglementation, une demande de prolongation a été faite auprès du ministre des Affaires municipales et de l'habitation (MAMH). Cette demande, d'abord refusée à la suite d'une incompréhension, a finalement été accordée et le nouveau conseil a donc jusqu'au 28 septembre 2026 pour adopter la réglementation. Le maire a mentionné être très content de ce délai, qui permettra de prendre le temps de bien faire le travail et d'informer les citoyens sur les nouveaux règlements.

Ce dernier annonce également que la Ville de Saint-Sauveur a emboîté le pas de Piedmont et a adopté un moratoire concernant les nouveaux branchements aux installations d'épuration des eaux usées sur son territoire. Rappelons que Piedmont a voté un tel moratoire au printemps 2025, considérant le risque de dépassement de la capacité de traitement.

De plus, le conseil a retenu les services d'une entreprise spécialisée afin d'identifier les sources d'eaux parasites sur le réseau. Selon le

maire, cet inventaire et les changements qui seront proposés à sa suite ne régleront pas le cœur du problème de saturation des installations, mais viendront tout de même alléger les besoins, en considérant que Piedmont utilise actuellement 180 % de la capacité d'épuration qui lui est impartie.

### Une cour d'école avant des bureaux

Un citoyen de Piedmont, Philippe Leclerc, a fait circuler une pétition qui a été signée par plus de 400 citoyens de Saint-Sauveur et de Piedmont afin que le terrain derrière l'école de la Montagne soit aménagé pour les élèves plutôt que de servir à la construction d'un nouveau siège social de la MRC des Pays-d'en-Haut.

La toute nouvelle école de la Montagne, qui a ouvert ses portes en septembre dernier, fait effectivement face à des défis importants par rapport à l'espace : la cour d'école est très petite et les espaces de stationnement, insuffisants. Cette situation apporte son lot d'enjeux, tant au niveau de la sécurité lors des périodes de forte affluence que de la possibilité pour les 660 élèves de pleinement profiter de leurs récréations à l'extérieur. Pour M. Leclerc comme pour les signataires, il était inconcevable de recevoir des bureaux administratifs qui auraient augmenté

le flux de voitures sur cette artère déjà saturée.

Depuis la séance du conseil du 2 mars, la MRC a confirmé qu'elle allait faire marche arrière et revendra le terrain à la Ville de Saint-Sauveur, ouvrant la porte à des discussions avec le centre de services scolaires afin de permettre aux enfants d'avoir une cour d'école assez grande pour les accueillir, et ce, en toute sécurité.

### Parc Gilbert-Aubin

Le problème des sols contaminés au parc nécessitera des opérations d'excavation au coût de 3 millions de dollars. La dépense et l'emprunt afférant ont été approuvés par le conseil, qui a précisé que le tout sera remboursé via une taxe à l'ensemble des citoyens.

Le service des loisirs est par ailleurs à la recherche de solutions concernant le terrain de pickleball qui présente des problèmes d'inondation. On souhaite améliorer la situation pour la saison 2026.

Une ligue de pétanque sera mise sur pied et les citoyens ont jusqu'au 29 mars pour s'y inscrire.

### Chemin de la Montagne

La phase II de la réfection du chemin de la Montagne est lancée. Un appel d'offres et un règlement d'emprunt de 7 250 000 \$ ont été adoptés pour ce faire, le tout soumis à une taxe à l'ensemble et au secteur.

Notons toutefois que plus de la moitié de ce montant proviendra d'une subvention du gouvernement du Québec (3 750 000 \$), et que la ville de Sainte-Adèle défrayera les coûts sur son territoire. Le conseil a précisé que des aménagements particuliers sont prévus dans les travaux pour la section du chemin qui croise la gare et le P'tit Train du Nord.

### Abandon du projet de condos à l'ancien Motel de la Rivière

Ce projet de construction de grande envergure a fait couler beaucoup d'encre lors de son dépôt, notamment parce qu'une partie du terrain, sise près de la rivière, aurait été identifiée comme une zone inondable.

Le Conseil a annoncé que le projet avait finalement été abandonné par le promoteur à la suite des exigences du ministère des Transports.

### Règlements

Adoption du Règlement 862-01-26 modifiant le Règlement 862-19 créant une réserve financière pour les dépenses liées à la tenue des élections municipales. La réserve financière pour les élections a été augmentée à 72 000 \$ afin de refléter la hausse des coûts du processus électoral.

Comités – On annonce l'abolition du comité de coordination et l'établissement du comité de gouvernance en remplacement. Marc-Antoine Séguin-De Sève y siègera.

Travaux publics – Le revêtement extérieur de la garderie qui occupe désormais les locaux de l'ancien bureau de poste sera refait au coût de 49 185 \$ plus taxes.

Une pause dans les intempéries a permis aux employés de remplacer la conduite d'eau du puits principal.

### Informations des conseillers

L'édition printemps-été du bulletin municipal *Le Piedmontais* a été distribuée dans la boîte postale et est disponible sur le web également. On y trouve un sondage sur les habitudes de fréquentation des abris postaux et les citoyens sont invités à y répondre.

On rappelle que la date limite pour le premier versement des taxes municipales est le 26 mars prochain.

La foire de l'environnement se tiendra le samedi 23 mai entre 8 h et 12 h. Une démonstration de vol d'oiseaux de proie aura lieu. Arbres, plantes, compost et paillis seront distribués comme à l'habitude.

On annonce que les cartes attendues de la part du gouvernement du Québec pour la gestion des milieux hydriques n'arriveront pas en 2026.

La fête des Piedmontais aura lieu le 8 août prochain, avec un spectacle de Janique Fournier. Campuces : Les inscriptions se dérouleront à partir du 24 mars.

Chambre de commerce : On aimerait y avoir une présence un peu plus importante et des activités sur le territoire de Piedmont, des représentations ont été faites à ce sujet.

### Questions

Un citoyen demande si le pavage sera refait cette année sur le chemin des Frênes. Le maire indique que non, que ce chemin n'a pas été identifié comme prioritaire. Par ailleurs, très peu de pavage sera fait cette année. Il s'agit d'un choix budgétaire après un certain redressement.

On souligne également un problème d'éclairage sur ce chemin. M. Bouclin indique que le message a été fait et que des solutions seront recherchées avec de régler ce problème.

Un citoyen mentionne avoir pris connaissance du cahier de la ville de Prévost dans le *Journal des citoyens* et y voir de belles initiatives en matière d'environnement. Il invite la municipalité de Piedmont à s'en inspirer.

# Maintien du tarif réduit !

Suzanne Labrecque [amis\\_sadl@journaldescitoyens.ca](mailto:amis_sadl@journaldescitoyens.ca)

**Et nous crions victoire! Nous vous remercions d'avoir participé à l'envoi de courriels au ministre Lightbound pour le sensibiliser à l'importance de ce service postal à coût réduit pour les bibliothèques, particulièrement les plus petites, telles que la nôtre à Sainte-Anne-des-Lacs.**

Nos préoccupations ont été entendues par le gouvernement fédéral et Postes Canada : la tarification postale réduite sera maintenue! Une belle victoire! Mais que s'est-il passé depuis le mois dernier?

Le service de prêt entre bibliothèques favorise l'accès à la lecture, répond aux demandes des membres des bibliothèques et augmente la variété des livres disponibles, et ce partout au Québec. Ce service fonctionne grâce à des tarifs postaux réduits.

Le mois dernier, le réseau BIBLIO des Laurentides nous invitait à transmettre des courriels à Joël Lightbound, ministre fédéral et lieutenant du Québec, pour lui demander de maintenir les tarifs réduits en retirant des amendements proposés au projet de loi C-15. Ce service de Postes Canada est très apprécié de l'ensemble des bibliothèques du Québec, particulièrement celles des plus petites municipalités dont les budgets et les espaces sont plus restreints.

En 2024, les lecteurs de Sainte-Anne-des-Lacs ont emprunté 1528 livres en 2024 dans le cadre de ce service, et nous sommes une des bibliothèques des Laurentides qui en a emprunté le plus. Dans son article du *Devoir* paru le 10 mars, intitulé Postes Canada veut maintenir son tarif réduit pour les bibliothèques, Catherine Lalonde nous informe que les 60 petites et moyennes bibliothèques du réseau BIBLIO des Laurentides se prêtent entre elles un grand nombre de livres. De plus, selon Lyne Hébert, responsable de la bibliothèque de Saint-Adolphe-d'Howard, le tarif postal réduit permet l'envoi de livres pour 1,60 \$ en moyenne alors qu'un tarif au poids coûterait autour de 15 \$. Une immense différence qui

ferait exploser les coûts et mettrait en péril ce service dans toutes les régions du Québec. Il serait impossible pour notre bibliothèque de maintenir ce service au tarif régulier.

Nous avons demandé aux membres du Conseil municipal de Sainte-Anne-des-Lacs d'adopter une résolution pour le maintien du tarif postal réduit. Nous avons aussi rencontré Tim Watchorn, député fédéral de notre comté, pour l'informer des problématiques qu'apporteraient les amendements au projet de loi C-15. Il nous a promis de transmettre notre demande à son collègue, le ministre Lightbound. Peu après, son bureau nous informait du maintien de la tarification postale

réduite. Dans l'article du *Devoir*, nous apprenons qu'un amendement, ajouté fin février au projet de loi C-15, modifie la Loi sur la Société des postes afin de conserver le prix réduit.

Aucun changement n'est envisagé en ce moment. Cependant, demeurons vigilants, car l'article du *Devoir* nous apprend aussi qu'un autre amendement apporté à la loi C-15 permettrait à Postes Canada de changer son tarif sans l'aval du gouvernement.

Mais pour l'instant, réjouissons-nous de bénéficier de ce service de prêts entre bibliothèques, si important pour une petite bibliothèque comme la nôtre. Et merci encore de vous être mobilisés pour la cause.





## Séance ordinaire du conseil municipal tenu le 9 mars 2026

**Au début de la dernière séance, les conseillers municipaux ont approuvé la liste des factures payées au 28 février 2026, totalisant 274 915,83 \$, ainsi que celle des factures à payer, qui s'élève à 703 806,31 \$.**

### Finances, administration et greffe

– Les élus municipaux ont nommé M<sup>e</sup> Maria Eugenia Valenzuela à titre de directrice générale et greffière-trésorière par intérim à compter du 1<sup>er</sup> mars 2026. Déjà directrice générale adjointe depuis décembre 2024, elle assumera cette fonction jusqu'à l'entrée en poste d'une nouvelle personne titulaire.

Dans le contexte de la transition administrative, un mandat de consultation externe a été confié à Anne-Claire Robert afin de soutenir le service des finances. Titulaire d'une formation dans ce domaine, elle offrira un accompagnement professionnel et supervisera une stagiaire, selon un taux horaire de 90 \$.

Le conseil municipal a autorisé la désaffectation de quatre lots du

domaine public afin de permettre leur vente à l'entreprise 9226-7327 Québec inc. pour un montant de 110 868,28 \$. Le produit de la transaction sera versé au fonds de parcs de SADL. L'acheteur devra par ailleurs fusionner ces terrains avec des propriétés qu'il possède déjà dans la même circonscription foncière.

La liste des immeubles susceptibles d'être vendus pour défaut de paiement de taxes en 2026 a aussi été déposée. La vente publique, organisée par la MRC des Pays-d'en-Haut, aura lieu le 17 juin 2026. La directrice générale a été autorisée à enchérir au nom de la Municipalité pour certains lots, conformément aux dispositions légales.

Afin de bénéficier d'un accompagnement professionnel au besoin,

la Municipalité fera appel au Service en ressources humaines, relations du travail et services juridiques de la Fédération québécoise des municipalités (FQM). Les services seront offerts selon les tarifs horaires établis pour 2026, variant entre 115 \$ et 225 \$.

Le conseil municipal a appuyé la mise en candidature de SADL au Prix du mérite municipal pour son projet « Accès à la nature au cœur du village ». Ce projet vise la préservation du milieu naturel et l'amélioration de l'accès à la baignade grâce à l'acquisition d'un lac et d'un parc de 32 000 pieds carrés, en plus d'offrir des embarcations nautiques gratuites aux personnes résidentes.

### Travaux publics et voirie

– Les membres du conseil municipal ont accordé un contrat de 87 500 \$ à la FQM pour des services professionnels en ingénierie visant la préparation des plans et devis du projet de réfection du chemin Godefroy. Le mandat comprend également le dépôt de demandes de subventions dans le cadre du Programme d'aide à la voirie locale (PAVL).

**Urbanisme** – Les élus municipaux ont adopté le règlement 610-2026 sur l'occupation et l'entretien des bâtiments, qui vise à mieux encadrer les immeubles vétustes ou délabrés et à protéger le patrimoine bâti du territoire. Ce règlement fait à la suite d'une consultation publique tenue le 23 février 2026 et précise notamment les dispositions liées au maintien du caractère des immeubles patrimoniaux.

### Loisirs, culture et vie communautaire

– La liste des employés embauchés en mars en vue du camp de jour Magicoparc pour l'été 2026 a été déposée, ce qui confirme la préparation de l'équipe d'animation pour la saison estivale.

### Sécurité publique et incendie

– L'achat de six tenues intégrales de pompiers a été autorisé auprès du fournisseur ARÉO-FEU pour un montant de 23 784 \$. Cet achat vise à remplacer des équipements arrivant à échéance, conformément à la norme de renouvellement aux dix ans. La dépense sera assumée par le fonds de roulement et amortie sur cinq ans.

La Municipalité a également approuvé l'embauche de six pompiers à temps partiel (Justin Tremblay, Jaick Cloutier, Fabio Della Felice, Alexandre Morin, Alexandre Beauchamp et Anthony

Desjardins) afin de pourvoir des postes vacants au service de sécurité incendie. Leur entrée en fonction est prévue le 10 mars 2026.

### Environnement

– Un contrat de 294 011,20 \$ (taxes incluses) a été accordé à Groupe Conseil CHG pour l'ingénierie des barrages *Loiselle* et *Colette*. Le mandat comprend la conception, les autorisations environnementales et le suivi des travaux correctifs exigés par les études de sécurité. Le projet est financé initialement par règlement d'emprunt et admissible au Programme d'aide financière à la mise aux normes de barrages (PAFMAN).

Par ailleurs, la firme ENVIROC a obtenu un contrat de 11 710 \$ pour la caractérisation environnementale des sols et matières granulaires qui seront excavés lors de la réfection du chemin des Noyers prévue en 2026. Cette étape permettra une meilleure gestion des matériaux et une planification plus précise des appels d'offres.

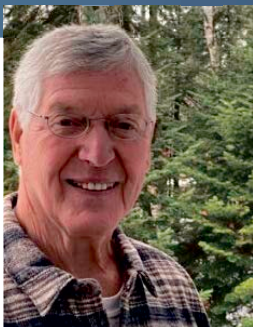
L'embauche de Camélia Guillemette à titre d'agente saisonnière en environnement a été approuvée par le conseil municipal pour une période de 12 semaines à raison de 35 heures par semaine durant l'été.



## MUNICIPALITÉ DE Sainte-Anne-des-Lacs

sadl.qc.ca pour les détails.

### Mot du maire



Chères concitoyennes,  
Chers concitoyens,

Cette année, Sainte-Anne-des-Lacs célèbre ses 80 ans. Huit décennies à bâtir une communauté unie, à créer des souvenirs et à profiter de notre magnifique territoire dans le respect de la nature.

Pour souligner cet anniversaire, le cœur du village sera embelli par un aménagement spécial réalisé par notre horticultrice. Des panneaux seront également installés devant les bâtiments municipaux afin de faire découvrir leur histoire.

Je vous rappelle que les inscriptions aux cours, aux activités extérieures et au camp de jour débuteront le 30 mars prochain.

En terminant, j'ai le plaisir de vous annoncer le retour des cafés-causeries avec les élues et les élus.

Suivez l'infolettre et la page Facebook de la Municipalité pour les détails.

John Dalzell,  
Maire

## Sainte-Anne-des-Lacs célèbre ses 80 ans !

Fondée le 28 mars 1946, Sainte-Anne-des-Lacs est encore aujourd'hui un véritable havre de paix, riche en lacs, en relief et en espaces verts, pour un peu plus de 4 000 résidentes et résidents.

La communauté est invitée à célébrer cet anniversaire tout au long de l'année. Plusieurs actions sont prévues afin de faire découvrir la beauté du territoire, son histoire et les personnages marquants.



**Inscriptions : camp de jour Magicoparc, initiation au soccer, ligue de balle molle mixte adulte et la session printanière.**



Que ce soit pour bouger, apprendre ou vous amuser, il y a une activité pour chacun.

### Inscriptions à partir 30 mars

Allez sur le site [sadl.qc.ca](http://sadl.qc.ca), rendez-vous dans la section *Activités et loisirs*, sous *Loisirs et vie communautaire*. Consultez toutes les informations : cours offerts, tarifs, modalités et entente intermunicipale. Par la suite, grâce au logiciel Sport-Plus, vous pourrez effectuer vos différentes inscriptions.



Inscription aux alertes citoyennes  
citoyen.sadl.qc.ca



450 224-2675



sadl.qc.ca



## Protection à long terme de son réseau de sentiers

Alexandra Vachon – Anthony Côté [anthony\\_cote@journaldescitoyens.ca](mailto:anthony_cote@journaldescitoyens.ca)

**Le Club du Parc de la Coulée a tenu son assemblée générale annuelle devant ses membres et partenaires le 12 mars dernier, dressant le bilan d'une année marquée par une avancée majeure : la première acquisition d'un terrain stratégique visant la pérennisation du Parc.**

Après plus de quinze années d'efforts bénévoles pour protéger et maintenir ce réseau de sentiers, cette acquisition représente une étape importante dans la vision à long terme du Club. « Cette première acquisition constitue un moment charnière dans l'histoire du Parc de la Coulée. Elle démontre que les efforts collectifs pour protéger ce territoire naturel portent fruit et qu'il est possible d'assurer sa pérennité pour les générations futures », souligne Yves Lanoix, président du conseil d'administration du Club du Parc de la Coulée.

### Une acquisition stratégique pour l'avenir du Parc

Réalisée conjointement avec la Ville de Prévost, l'acquisition du lot 6 252 301, situé entre les rues Clos-du-Marquis, Clos-du-Meunier et Clos-des-Artisans, permettra d'assurer la continuité d'un accès important au réseau de sentiers.

Ce projet a été rendu possible grâce à la contribution de plusieurs partenaires :

- une subvention de 260 000 \$ provenant de Tricentris – La COOP
- un investissement de 80 000 \$ du Club du Parc de la Coulée
- une participation de 60 000 \$ du Fonds parcs et espaces verts de la Ville de Prévost

Une servitude de conservation et d'utilisation perpétuelle sera notariée prochainement afin d'assurer la protection à long terme de ce secteur. Le Club du Parc de la Coulée sera responsable de la gestion des activités et des responsabilités liées à ce territoire. Cette acquisition s'inscrit dans une démarche plus large visant la protection et la pérennisation de la

plus grande superficie possible du Parc de la Coulée.

### Un réseau de sentiers entretenu par une mobilisation bénévole

L'année 2025 a également été marquée par un important travail d'entretien et d'amélioration du réseau de sentiers.

Les bénévoles du Club ont notamment réalisé plusieurs corvées saisonnières d'entretien, procédé à la réparation et à la construction de passerelles, effectué des travaux de réaménagement dans différents secteurs du réseau, mis à jour la signalisation et les cartes des sentiers, et amélioré le plan d'évacuation afin de faciliter l'intervention des premiers répondants. Le Club tient particulièrement à souligner l'implication de M. Jean-Marc Vermette, dont la contribution soutenue au fil des années a permis la réalisation de nombreux travaux essentiels à la qualité du réseau.

### Des pratiques qui renforcent la sécurité et la gestion du Parc

Plusieurs améliorations organisationnelles ont également été mises en place afin de renforcer la gestion et la sécurité du réseau. La classification des sentiers selon leur niveau de difficulté, la mise en œuvre d'un journal d'entretien et l'excellente performance du Parc en matière de sécurité ont notamment permis de réduire de près du tiers les primes d'assurance du Club.

En parallèle, le Club a amorcé la mise en œuvre des Normes et pratiques recommandées par le Centre pour la conservation des terres, un cadre reconnu pour les organismes de conservation.

### Maintenir un réseau de sentiers en territoire privé

Une grande partie du réseau de sentiers du Parc de la Coulée traverse des terrains privés, ce qui nécessite un travail constant de dialogue et de collaboration avec les propriétaires. Au cours de la dernière année, plusieurs démarches ont permis de maintenir ou de récupérer certaines autorisations de passage et d'assurer la continuité du réseau dans différents secteurs.

Ces discussions se poursuivent afin de préserver l'accessibilité du Parc et de planifier d'éventuels tracés de contournement lorsque nécessaire.

### Une collaboration essentielle avec les propriétaires et partenaires

Le Club tient à remercier les nombreux propriétaires privés qui permettent depuis plusieurs années l'accès à leurs terrains.

Les Entreprises Proment, qui possèdent plus de 60 % des terrains traversés par le réseau de sentiers, jouent notamment un rôle clé dans la préservation de ce territoire naturel et ce depuis plusieurs décennies.

« La protection du Parc de la Coulée repose sur une collaboration exceptionnelle entre les citoyens, les propriétaires, les bénévoles et les partenaires institutionnels. Cette mobilisation est au cœur de notre réussite », souligne M. Lanoix.

### Des priorités claires pour l'année à venir

En 2026, le Club poursuivra ses efforts afin de protéger et de pérenniser le territoire du Parc, de maintenir les autorisations de passage sur les terrains privés, de poursuivre les travaux d'entretien et d'amélioration des sentiers, de consolider sa collaboration avec la Ville de Prévost et de déployer davantage son plan de communication afin de mieux informer les membres et la communauté.

### Un appel à la mobilisation

Le développement et la protection du Parc de la Coulée reposent avant tout sur l'engagement de bénévoles et le soutien de la communauté.

Chaque année, de nombreux bénévoles contribuent à l'entretien des sentiers, aux projets d'amélioration et aux démarches visant la protection de ce territoire naturel unique.

Les citoyens qui souhaitent soutenir la mission du Club peuvent également contribuer par un don. Ces contributions permettent de financer l'entretien du réseau de sentiers, les projets de conservation et les démarches visant la pérennisation du Parc. Voici le lien : <https://bit.ly/faire-un-don-pour-le-parc>

Le Club du Parc de la Coulée remercie chaleureusement tous les bénévoles, partenaires et membres de la communauté qui contribuent à préserver ce joyau naturel pour les générations futures.

### À propos du Club du Parc de la Coulée :

Le Club est un organisme à but non lucratif dédié à la protection, à l'entretien et au développement du réseau de sentiers du Parc de la Coulée. En collaboration avec les propriétaires privés, la Ville de Prévost et une équipe de bénévoles engagés, le Club veille à préserver l'accès à ce territoire naturel tout en assurant une gestion sécuritaire et durable du réseau.

## Séance du conseil de la MRC des Pays-d'en-Haut

### La MRC renonce au projet de siège social à Saint-Sauveur

Salle de presse

**Réuni le 10 mars à Wentworth-Nord, le conseil de la MRC des Pays-d'en-Haut a décidé d'abandonner le projet de construction de son futur siège social au 11, rue Principale, à Saint-Sauveur. L'organisme met ainsi fin à un dossier amorcé il y a quelques années, après avoir constaté que les conditions nécessaires à sa réalisation ne sont plus réunies.**

Le site avait été retenu en 2022 à la suite d'échanges entre la Ville de Saint-Sauveur et la MRC. L'implantation d'un bâtiment administratif devait s'intégrer à l'environnement de l'école voisine et inclure certains aménagements facilitant l'accès à des espaces pour les jeunes. À l'époque, la mise en chantier était envisagée pour 2025.

Depuis, plusieurs obstacles sont venus compliquer la réalisation du projet. Le report d'une subvention du ministère des Affaires municipales et de l'Habitation a d'abord entraîné une suspension du dossier pendant plus de six mois. Ce délai a eu pour effet de repousser l'échéancier au-delà de la période transitoire permettant d'utiliser la version du Code du bâtiment sur laquelle reposaient les plans initiaux.

Pour poursuivre le projet, la MRC aurait dû revoir entièrement les plans afin de les adapter aux nouvelles normes en vigueur. Or, ces modifications auraient exigé un bâtiment plus vaste, alors que les

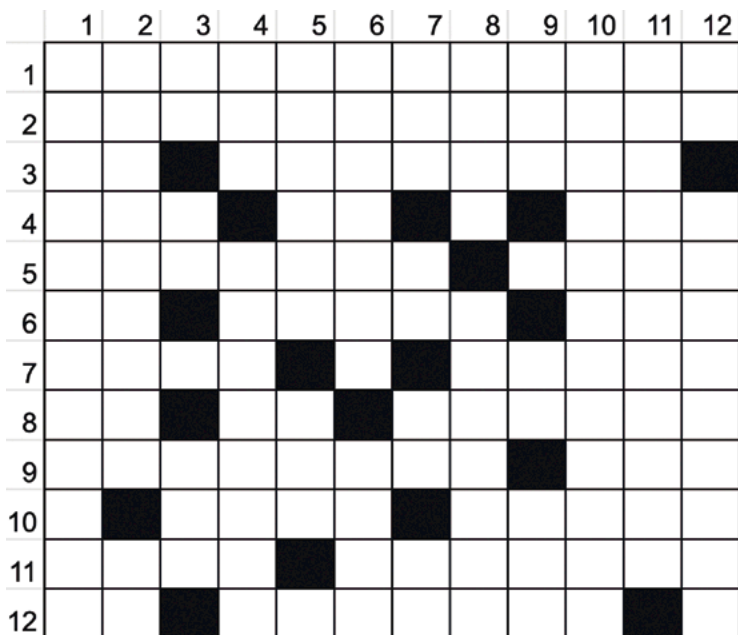
contraintes physiques du terrain limitent les possibilités d'implantation. Selon l'analyse présentée au conseil par les comités Finances et Infrastructures, ces ajustements auraient aussi entraîné des coûts supplémentaires et des défis techniques importants.

La préfète de la MRC, Catherine Hamé, estime que le conseil devait faire preuve de prudence dans ce contexte. Elle souligne que les contraintes logistiques, réglementaires et financières ne permettraient plus de mener le projet à terme à cet endroit sans exposer les fonds publics à des risques.

La MRC entend maintenant discuter avec la Ville de Saint-Sauveur afin de déterminer l'avenir du terrain visé par le projet. Aucune décision n'a encore été prise quant à son utilisation future, mais les élus souhaitent que les échanges à venir permettent de trouver une solution satisfaisante pour les différents partenaires, notamment en ce qui concerne les aménagements prévus pour les jeunes.



Photo : Anthony Côté  
AGA du Club du Parc de la Coulée s'est déroulée le 12 mars dernier.



Solution page 29

Par Odette Morin mars 2026

**Horizontal**

- 1 - À l'eau de rose
- 2 - Stimulantes
- 3 - Rutherfordium- Entrepris
- 4 - Île grecque- Coulée de lave- Rigolés
- 5 - Accouchement normal- Agitation
- 6 - Vieille ville- Qui comporte des saillies- Offre de l'aide
- 7 - Elle a des dents- Petite crêpe
- 8 - Interjection- Note- Du nord
- 9 - Ville de Colombie, théâtre d'un cartel- Céréale
- 10 - Protection- Habitant de l'Espagne dans l'Antiquité
- 11 - Obscurité- Suit l'obscurité
- 12 - Possessif - Le toit du monde

**Vertical**

- 1 - Sans blague!
- 2 - Un vélo peut l'être- Union africaine
- 3 - Sorti- Saint- Dans le nom d'une organisation catholique
- 4 - Mise en ordre- Petit poème lyrique
- 5 - Saint près de Berthierville- Vient aussi en feuille
- 6 - Vient en paire- Fruit préféré des prisonniers!
- 7 - Aire de vent- Lien- Préfixe- Argon
- 8 - Préfixe qui vient devant une technologie- Caoutchouc
- 9 - On ne le fait pas sauter dans la poêle- Lawrencium- Pour répéter
- 10 - Action de remettre à plus tard, une décision, etc.
- 11 - En droit, qui comporte un ou des préjugés
- 12 - Du verbe être- Ce dit de céramiques romaines

Par Odette Morin

À la recherche du mot

**P E R D U**

Solution page 29

Placez, dans la grille, la première lettre de la réponse de chaque énigme. Vous obtiendrez ainsi le mot ou le nom recherché.

- 1 - Le petit est un dictionnaire.
- 2 - Berceau du tango.
- 3 - Celle du Nord subit une dictature.
- 4 - Pays de l'Atlantique Nord parsemé de volcans aux noms imprononçables.
- 5 - Il a inventé la dynamite.
- 6 - On lui doit l'invention de la lampe à incandescence.
- 1 - Dans le nom d'une grande baie au nord du Québec.
- 2 - Le Mont Blanc fait partie de cette chaîne.
- 3 - Sa capitale est Iqaluit.
- 4 - Auteur du roman Les Trois Mousquetaires.
- 5 - Régnait avant Charles III.
- 6 - Partie continentale de la province de Terre-Neuve.

Poète tragique français

On lui doit le Messie!

1 2 3 4 5 6

1 2 3 4 5 6

Ensemble, on écrit le Québec



Recettes d'Odette

Odette Morin odemorin@journaldescitoyens.ca

ON SE SUCRE LE BEC!

Aujourd'hui, je vous propose la recette d'un genre d'hybride entre le pouding chômeur et les grands-pères au sirop d'érable dont la cuisson se fait uniquement sur le rond de la cuisinière. C'est en 2005, lors d'un voyage au Japon (Échange Québec/Japon) que cette recette s'est imposée. Mon frère et moi devions préparer un repas sur le thème du sirop d'érable; il s'occupait du dessert et moi, du côté salé du repas. Tout devait être planifié afin de ne pas être pris au dépourvu. Mais voilà, au Japon la plupart des mets sont cuisinés sur la cuisinière, et dans le village où nous séjournions, personne (dans nos connaissances) ne disposait d'un four. Mon frère tenant mordicus à son pouding chômeur, il fallait vite trouver un plan « B ». Je me suis souvenu que notre mère préparait cette recette selon la méthode des dumplings à l'anglaise, soit en versant des cuillères de pâte dans une casserole de liquide bouillant. Après avoir déposé toute la pâte dans le sirop, elle enfournait le tout. Elle utilisait un genre de fait-tout pouvant passer du rond au four. Au Japon, nous avons dû cuire le pouding entièrement sur le rond à feu très doux, en couvrant la préparation et en lui laissant une période de repos pour que la cuisson se poursuive hors du feu grâce à la chaleur résiduelle. Ce fut un franc succès, car tous les invités incluant les Japonais en reprirent!

GRANDS-PÈRES/POUDING CHÔMEUR (SANS FOUR)

INGRÉDIENTS

**Le sirop**

- Sirop d'érable, 1 2/3 tasse
- Cassonade, 1 tasse
- Eau, 4 tasses
- Beurre, une noix (facultatif)
- Vanille, 1/2 cuil. à thé

**La pâte**

- Farine, 1 1/2 tasse
- Poudre à pâte, 1 1/2 cuil. à thé
- Sel, 1/4 cuil. à thé
- Sucre, 1/3 de tasse
- Beurre mou, 1/4 de tasse
- Beurre mou, 1/4 de tasse
- Lait, 2/3 de tasse
- Vanille, 1 cuil. à thé

PRÉPARATION

Commencez par préparer le sirop. Choisissez une casserole d'environ 27 cm de largeur par au moins 8 cm de hauteur (10 1/2 par 3 po) munie d'un bon couvercle (sinon, prenez du papier d'aluminium). Mettez le sirop, l'eau et la cassonade dans la casserole et portez le tout à ébullition. Baissez le feu à moyen faible ou faible et laissez mijoter le sirop pendant que vous préparez la pâte. Vous ajouterez le beurre et la vanille juste avant d'y déposer la pâte.

Tamisez la farine avec la poudre à pâte, mettez de côté. Dans un bol à mélanger, mettez le beurre ramolli, le sucre, le sel et battez le tout jusqu'à ce que le mélange soit bien lisse. Ajoutez les œufs et

battez la préparation jusqu'à ce qu'elle palisse. Ajoutez le lait et la farine en alternance, environ un tiers de la quantité totale à la fois. Remuez la préparation entre chaque addition, puis ajoutez la vanille.

Ajoutez la vanille et le beurre au sirop, puis déposez-y des cuillères de pâtes (de la grosseur d'un petit citron). Si le sirop cesse de bouillir, augmentez l'intensité du feu. Une fois l'ébullition reprise, baissez le feu au minimum et couvrez la préparation. Laissez cuire le tout pendant 15 minutes, puis éteignez le feu. Attendez encore 15 minutes avant d'enlever le couvercle. Servez le pouding tiède ou froid.

Bon appétit!

CAFÉ amitié

Paroisse Saint-François-Xavier

Ce dont je suis fière !

Claire Boivin Boisvert

Au cours d'une vie, pouvons-nous identifier plusieurs faits et actions dont nous pouvons nous réjouir et en être fiers?

Un diplôme obtenu, un emploi convoité, un choix pris difficilement, une épreuve surmontée, une lutte remportée, un résultat inattendu, autant d'occasions qui, pour les uns et pour les autres, ont suscité la discussion.

Plusieurs ont cité leur fierté pour la réussite de leurs enfants.

Pourquoi, leur a-t-on demandé? Pour les principes transmis, pour leurs valeurs inculquées, par leur exemple, leur écoute, leurs sacrifices et leur amour procuré, enfin pour leur avoir offert le meilleur d'eux-mêmes. N'est-ce pas là où doit se situer leur fierté? Ne l'oublions jamais.

Mais l'enfant, lui, ne nous surprenons pas, selon son potentiel, sa liberté, prendra bien ce qu'il

veut, et par conséquent, se façonnera selon ses propres choix, ses batailles et ses victoires pour faire de sa vie une réussite ou un échec.

Par contre quelqu'un a mentionné sa déception face au choix et à la réussite de son enfant, même s'il lui semblait heureux dans sa réalisation.

Pourquoi a-t-on demandé? Parce que cela ne correspondait pas à ses propres valeurs, à ses craintes face à l'argent... il n'y a pas que ça dans la vie de nous confier... Preuve que la fierté peut-être bien différente... n'est-ce pas?

Aussi, à combattre une épreuve et à livrer bataille pendant une longue période pour arriver à la victoire, n'est-ce pas réconfortant et valorisant?

L'émotion ressentie est si grande, que pendant toute une vie, on doit en retirer joie et compensation, puisque nous en récoltons les fruits.

Quelques-uns, parmi le groupe, ont eu une certaine difficulté à cerner leur fierté. Peut-être n'avaient-ils jamais ressenti cette émotion? Peut-être n'avaient-ils jamais identifié ce qu'est la fierté?

Ce que nous devons retirer de cette réflexion, c'est de nous réjouir et prendre plaisir à chaque victoire, petite ou grande, et en retirer une fierté, cependant sans pour autant écraser l'autre, mais plutôt pour grandir, se valoriser et aller toujours plus loin.

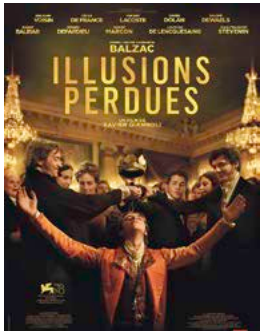
La fierté, en somme, ce sont des chemins de travers qui parsèment nos vies

On peut les emprunter ou non.

Pour en savoir plus sur les rencontres Café Amitié : claire\_boisvert@hotmail.com | 450 224-4865

# Culture et économie

**Mars, saison des impôts. Ajoutez à cela le prix de l'essence qui monte en flèche, et l'inflation des dernières années qui ne semble pas vouloir s'arrêter, et vous comprendrez que la plupart des gens, dans ce contexte d'instabilité monétaire, cherchent à économiser. Mais économiser ne veut pas dire se priver de culture. Et un bon site pour se divertir intelligemment et gratuitement est Télé-Québec. La sélection de films est très intéressante, nous offrant des films d'ici et d'ailleurs, en français, de belle qualité. En voici deux, que nous vous présentons. Bon visionnement!**



## Illusions perdues

Film 2022, drame historique, France, 2h30, Télé-Québec; Réalisation : Xavier Giannoli; interprètes : Benjamin Voisin, Xavier Dolan, Cécile de France, Vincent Lacoste, Salomé Dewaels.

**Synopsis** — Lucien (Benjamin Voisin) est un jeune poète inconnu dans la France du XIX<sup>e</sup> siècle. Il a de grandes espérances et veut se forger un destin. Il quitte l'imprimerie familiale de sa province natale pour tenter sa chance à Paris, au bras de sa protectrice, Louise de Bargeton (Cécile de France). Pour éviter un scandale, il se retrouve livré à lui-même dans la ville fabuleuse. Il se liera d'amitié avec le journaliste Étienne Lousteau (Vincent Lacoste), qui l'introduira à la critique, où le jeune homme parviendra à se faire une réputation et... quelques ennemis, dont son ami-ennemi Nathan d'Anastazio (Xavier Dolan). Il découvrira ainsi les coulisses d'un monde voué à la loi du profit et des faux-semblants. Une comédie humaine où tout s'achète et se vend, la littérature comme la presse, la politique comme les sentiments, les réputations comme les âmes. Il va aimer, il va souffrir, et survivre à ses illusions.

**Ciné-fille** — *Illusions perdues* est l'adaptation à l'écran du roman du même titre écrit par Honoré de Balzac. Publié en trois parties entre 1837 et 1843, ce chef-d'œuvre traite de riches sujets contemporains, que ce soit le culte de l'argent, de la gloire, de la cupidité, ou du journalisme corrompu et de la nouvelle pour vendre. Balzac, avec son dédain affiché pour la société marchande et la bourgeoisie, nous a offert un texte cynique et féroce à souhait où les personnages que l'on croise finissent souvent par se faire broyer par le système.

L'adaptation en film trouve des résonances avec le climat social

actuel, avec les « fausses nouvelles » et les « influenceurs » de notre époque. La critique culturelle que je suis a tout de même grincé des dents devant la vision qu'on propose ici du début du journalisme culturel moderne. On nous présente un portrait différent, cru et sans complaisance, des journaux de l'époque, sans éthique, qui vendaient leurs opinions au plus offrant, ainsi que de toute la machine artistique, où le but était d'être craint pour s'élever.

*Illusions perdues* porte bien son titre, car non seulement le personnage principal perd ses illusions, mais le spectateur perd toute illusion entretenue sur la noblesse d'esprit et d'âme des artistes et journalistes des siècles derniers. Comme le dit le personnage de Nathan (interprété par Xavier Dolan, sobre et parfait), « la compromission est de tous les siècles ». Xavier Dolan assure aussi la narration avec justesse et brio. Cécile de France, Salomé Dewaels et Vincent Lacoste sont aussi brillants dans ce film.

Le film est un superbe drame d'époque (une rareté dernièrement), avec des décors et des costumes précis jusque dans les moindres détails, et nous présente toutes les strates de cette société dans laquelle se mêlent artistes, journalistes, éditeurs et nobles. L'adaptation de Xavier Giannoli fut d'ailleurs un triomphe lors de la 47<sup>e</sup> cérémonie des César en 2022, avec raison, remportant sept récompenses, dont le César du meilleur film, mais également les prix de la meilleure adaptation, du meilleur acteur dans un second rôle (Vincent Lacoste) et du meilleur espoir masculin (Benjamin Voisin), de la meilleure photo, des meilleurs costumes et des meilleurs décors, sur 15 nominations.

Et malgré qu'il nous présente les affres de la nature humaine, *Illusions perdues*, laisse (parfois) transparaître les bons sentiments des personnages. Un film intelligent, divertissant et, malheureusement, d'actualité. Une fresque loin d'être figée et poussiéreuse, qui nous rappelle que l'humain semble être voué à un éternel recommencement! **8,5 sur 10**

**Ciné-gars** — Xavier Dolan donne le ton au film, en faisant une excellente narration de chaque étape de l'histoire du personnage de Lucien. Nous ressentons l'effervescence de l'époque au travers de l'action, mais aussi des costumes et des décors, et au travers des différents milieux,

comme le journal, le théâtre, tous bien représentés.

Tous les acteurs et actrices sont parfaitement à leur place et leurs interprétations sont justes. Vincent Lacoste brille particulièrement, grâce à son personnage, disons, plus cynique.

Je crois que si l'auteur des livres *Illusions perdues*, Honoré de Balzac, visionnait le film, il serait d'accord avec cette adaptation. **8 sur 10**



## Le règne animal

Film 2023, aventure, drame, fantastique, France, 2h10 minutes, Télé-Québec; réalisation : Thomas Cailley; interprètes : Romain Duris, Paul Kircher, Adèle Exarchopoulos.

**Synopsis** — Dans un futur proche, une épidémie transforme des humains en créatures animales, cops et âmes. François (Romain Duris) tente de sauver sa femme, touchée par le mal, tout en protégeant son fils de 16 ans Émile (Paul Kircher) dans un monde en plein bouleversement.

**Ciné-fille** — En lisant le synopsis, j'avais quelques doutes envers le règne animal. Mais en visionnant la bande-annonce, j'ai éprouvé l'envie de voir ce film. D'abord, parce qu'elle m'a rappelé que Romain Duris pourrait probablement lire un mode d'emploi de petit électroménager et rendre cela touchant. Et ensuite parce que l'histoire semblait être d'avantage qu'une histoire fantastique abracadabrante, un film humain.

Sans trop en dire, car cela gâcherait votre plaisir si vous regardez *Le règne animal*, le père et le fils devront traverser diverses épreuves et étapes, tant individuellement que dans leur relation. Et en mari aimant et en père inquiet, Romain Duris est parfait, comme presque toujours. Il sait rendre l'émotion de manière juste et subtile, sans nous la jeter à la figure. La chimie avec Paul Kircher fonctionne. Donc le premier point est confirmé.

Pour ce qui est du deuxième point, après visionnement, le film s'avère, en effet, être bien plus qu'une histoire fantastique. On y retrouve des parallèles entre la pandémie, la crise des migrants, le réchauffement climatiques et

l'extinction des espèces. Mais c'est surtout un film sur l'amour entre un père et son fils, de même qu'un film sur la transformation liée à l'adolescence, ce que Thomas Cailley filme avec justesse.

Le règne animal, dont le style fantastique est inhabituel en France, a été récompensé par 5 César en 2024 (photo, musique, effets visuels, son, costumes), sur 12 nominations. Un film touchant sur l'acceptation de l'autre et des différences. Bref, un film humain. **7,5 sur 10**

**Ciné-gars** — Je n'étais pas certain de vouloir regarder le règne animal, craignant que ce soit trop rocambolesque. Mais une fois que l'on accepte l'idée que c'est une mutation causée par un virus qui transforme les humains en animaux, ça va. Parce que ce qui est vraiment au cœur de l'histoire, c'est la relation entre un père et son fils adolescent.

Ce qui est intéressant, c'est de voir les réactions et opinions différentes des gens, face aux « créatures » selon ce qu'ils ont vécu. Par exemple, les villageois se sentent lésés par leurs présences, qui éloignent les touristes. Certains voudraient les enfermer, d'autres leur laisser un espace pour être libres. Mais la peur prend pratiquement toujours le dessus.

La relation d'Émile avec une adolescente de sa classe, qui est TDAH, apporte des scènes intéressantes et ajoute au film, grâce, entre autres, au talent de la jeune l'actrice. Les effets spéciaux des gens se transformant en créatures sont réussis. **7,5 sur 10**

**SHAWBRIDGE**  
LE RESTAURANT

**GRATUIT**  
POUR LES ENFANTS  
LE DIMANCHE

VALIDE TOUS LES DIMANCHES, À PARTIR DE 17H,  
À L'ACHAT D'UN REPAS PRINCIPAL.  
REPAS DU NOUVEAU POUR ENFANTS 10\$ AND ET MONDÉ SÉULEMENT

**PROMOTION LUNDIS**

PIZZAS  
2 POUR 1

À L'ACHAT DE DEUX  
CONSUMMATIONS  
DES ENFANTS  
OU ADOS

**PROMOTION MARDI & MERCREDI**

VALIDE TOUTE LA JOURNÉE  
SUR CERTAINS PLATS SÉLECTIONNÉS

S

LE P'TIT MAGASIN

SHAWBRIDGE

PROMOTION

4,29\$

\*TAXES  
+ CONSIGNES

SHAWBRIDGE

IPA

117

PA LAURENTIENNE - LAURENTIAN IPA

473 ml 5.8% alc./vol.  
BIÈRE FORTE / STRONG BEER

16,99\$

4-PACK  
\*TAXES  
+ CONSIGNES



Diane Barriault

## Les vertus médicinales

**Johanne Fontaine, herboriste thérapeute accréditée, nous présentera une conférence sur les vertus médicinales des épices et fines herbes. La conférence se tiendra le 25 mars à 19 h 15, à la salle Saint-François-Xavier à Prévost.**

### N'oubliez pas d'ajouter des épices!

Certaines fleurs, comme le calendula, l'échinacée ou l'achillée, sont bien connues pour leurs propriétés médicinales. Mais, ce qu'on oublie trop souvent, c'est que notre armoire de cuisine renferme aussi des petits trésors qui peuvent avoir un impact positif sur notre santé. Cannelle, curcuma, cumin, romarin, coriandre et thym ne sont que quelques exemples d'épices et d'herbes dotées de vertus thérapeutiques dont nous entretenons notre conférencière dans sa présentation.

### Herboriste et conférencière

Après sa formation en herboristerie donnée par Danielle Laberge, une pionnière au Québec dans ce domaine, madame Fontaine a contribué à la mise à jour de la formation en herboristerie de l'Herbothèque, pour laquelle elle a rédigé près d'une centaine de cahiers. En 2012, elle a obtenu l'accréditation d'herboriste thérapeute délivrée par la Guilde des herboristes du Québec. Ces années-ci, elle partage son savoir à travers les conférences qu'elle propose aux sociétés d'horticulture.

L'équipe de bénévoles vous attend; la conférence est gratuite pour les membres et le coût est de 5 \$ pour les visiteurs. Pour plus

d'informations, consultez notre site internet au [shepqc.ca](http://shepqc.ca)

### Causerie sur la tomate

De plus, une causerie, intitulée La culture des tomates: les secrets de la réussite, sera présentée par l'animateur Michel Verdon le samedi 28 mars à 13 h 30, au pavillon Léon-Arcand (296, rue des Génévriers, à Prévost). Le coût d'inscription est de 10 \$ pour les membres et de 15 \$ pour les non-membres. Consultez notre site Internet pour vous inscrire.

Michel Verdon réside à Sainte-Anne-des-Lacs, où il a développé la tomate «Belle Linda», maintenant commercialisée et disponible chez le semencier Écoumène. Comme il le dit lui-même, sa passion pour la culture des tomates, que lui a inculquée son oncle à l'adolescence, s'est transformée en une maladie incurable. Avec le temps il est devenu un genre de «tomatologue» connu ici et en France.

Sa causerie, très étoffée, nous brossera un tableau des différentes variétés de tomates ainsi que leurs caractéristiques et nous initiera à toutes les étapes de la production, depuis les semis, jusqu'à la récolte des semences, en passant par les soins à apporter aux plants et les maladies qui les affectent. Il nous présentera également ses variétés préférées.

PAROLES D'ENFANT

DARIUS ET TATIE [lynegariepy@journaldescitoyens.ca](mailto:lynegariepy@journaldescitoyens.ca)

# Le roi du monde

**Il est parfois facile d'oublier, avec un garçon éveillé et curieux de tout comme Darius, mon filleul d'amour, qu'il n'a pas toutes les mêmes références que nous. C'est ce qui est arrivé lors de notre visite de l'expo Titanic: Un Voyage immersif, dont je vous ai fait part le mois dernier.**

Darius (sept ans au moment des faits), mon amoureux Joanis et moi avons visité, fin janvier, cette exposition intégrant la réalité virtuelle à des présentations plus traditionnelles, en plus de différents éléments reliés au Titanic, comme les nombreuses œuvres que le paquebot a inspirées. Dans la première salle, dédiée aux films, une réplique de la partie avant du pont, la proue, est installée au centre de la pièce, avec en toile de fond, le reste du bateau, probablement pour permettre aux visiteurs

de prendre la pose et d'ensuite faire de la publicité gratuite en postant ces mêmes images sur leurs réseaux sociaux.

On fait tranquillement ensemble le tour des affiches et articles dans la pièce, mais je vois que Darius regarde, intrigué, les gens du coin de l'œil lorsque ces derniers, à tour de rôle, prennent la pose de Jack dans le film Titanic, les pieds sur la rambarde (nommée balcon), les bras écartés dans les airs, en criant: «Je suis le roi du monde!» Je lui demande: «Ça va mon grand?

— Oui, Tatïe. Mais pourquoi les gens font ça pour prendre la photo?» qu'il me demande. Et je comprends alors que ce qui nous paraît logique, avec nos références, ne l'est pas du tout pour mon loup, qui n'a pas encore vu le film. Je lui explique: «Tu sais le film Titanic dont on a parlé dans l'auto? Eh bien, il y a une scène dans laquelle le personnage du garçon de troisième classe, Jack, monte sur la rambarde avec Rose, la fille aisée, et hurle cette phrase. — Mais pourquoi il fait ça, Tatïe?» me répond mon grand. «Parce que, devant l'immensité de la mer, il se sent euphorique, heureux et libre et qu'il a le sentiment que ce voyage est une nouvelle chance de faire sa vie, que tout est possible» que j'essaie de lui expliquer.

«Mais tu sais quoi, Tatïe? Je trouve que c'est quand même bizarre que les gens refassent la même scène. Il n'y a pas la mer devant», me dit Darius. «Je pense que c'est juste pour le plaisir, mon grand. Mais c'est vrai que ça peut sembler spécial si on n'a pas vu le film. Et on est porté à recréer les scènes marquantes. Comme quand tu dis les répliques de Cyrano.», que je lui dis. Au même moment, un gars dans la trentaine, après avoir lui-même pris la pose «roi du monde» nous approche et nous demande si on veut qu'il nous prenne en photo, pour qu'on puisse être tous ensemble dessus. Mon loup, pas très friand des photos ces temps-ci, dit oui, alors on en profite, on se place et on prend la pose. Je pense qu'il n'est pas nécessaire de vous dire que nous n'avons pas crié «Je suis le roi du monde!».



Joanis, Darius et Tatïe, prennent la pose sur la reconstitution de la proue du Titanic, sans toutefois crier «Je suis le roi du monde!»

Photo: Visiteur de l'exposition et bon samaritain!

Mots et MŒURS

Gleason Thérberge  
[motsetmoeurs@journaldescitoyens.ca](mailto:motsetmoeurs@journaldescitoyens.ca)

# Printemps divers

**Au Québec, comme dans tous les pays aux langues appar-  
tées au français, personne ne s'étonne qu'à partir de sep-  
tembre, le nom du mois évoque plutôt le chiffre 7: en anglais  
(september), en espagnol (setiembre), en italien (settembre)  
et en portugais (setembro). Suivent ceux des chiffres 8 (oc-  
tobre) 9 (novembre) et 10 (décembre), alors qu'il s'agit des  
neuvième, dixième, onzième et douzième mois de l'année.**

Cette numérotation apparemment incohérente est due à l'origine commune de l'ancienne année romaine qui commençait en mars. Notre printemps dérive ainsi de *prins-tempus*. Ce *prins* ou *primus* signifie qui vient avant (comme dans premier, pour les mots *prince* ou *principal*).

On notera que le printemps commençait en honorant Mars (dieu de l'énergie) et qu'ensuite c'est la

douceur qui apparaissait avec avril / *April* (de *ouvrir*), où c'était Vénus qui était honorée, puis le mois de mai/ *May* dont le nom évoque Maia (la déesse de la fertilité).

Ces références sont évidemment différentes chez d'autres nations, même de parenté avec la nôtre, et associent le début de l'année à d'autres perceptions. En espagnol, le *prima* latin apparaît aussi dans un *primavera*, mais la finale

se retrouve dans le nom de l'été (*verano*). Le printemps n'y fait alors que précéder la saison chaude, quasi considéré comme la vraie saison de référence. Un peu comme à l'inverse, un vice-président peut être perçu comme un quasi-président. L'allemand s'en rapproche avec l'appellation *frühling*, dont le *früh* signifie précoce. Là aussi, le printemps fait référence au début d'une saison qui en sera ensuite une vraie: l'été.

Notre printemps arrive d'ailleurs trois mois après le début de l'année civile, presque marquée par la période de Noël où commence la véritable rallongée de la durée du jour, qui comporte l'esprit de renouveau.

Selon la tradition chrétienne de Pâques, au Québec, le printemps évoque plus tard, précisément le réveil de l'ensoleillement, et célèbre la lumière, dont on se partage la flamme du cierge pascal. Une annonce, en quelque sorte apparentée au *lente*, nom de la saison en néerlandais, l'associant à une progression douce vers la vraie chaleur.

Un phénomène également transposé en anglais dans le *spring time* (printemps) qui décrit le jaillissement et s'applique surtout à l'eau, substance dite la plus pure quand elle est recueillie précisément le matin de Pâques.

En Roumanie, la *Baba Dochia* (la vieille Dokia) représente d'ailleurs

l'impatience de la nature pour le retour du printemps.

Au Japon, plus calmement, la saison est marquée par la contemplation des cerisiers en fleurs. Un rappel nostalgique de la beauté de la jeunesse. Ne parle-t-on pas nous-mêmes couramment de l'âge de quelqu'un en disant qu'il en est à son *ixième* printemps: une manière de souhaiter être sans cesse en route vers de nouveaux étés.

Ce genre de célébration d'espoir et nos fêtes animées se maintiendront-elles sur notre planète menacée par les changements climatiques? Serons-nous plutôt confinés à ne plus vivre que des printemps d'hiver?

# Choix alimentaire et dignité

« Je n'ai pas faim. En tout cas, pas pour ça ». Et pourtant, la routine continue : assiette pleine, horloge qui dicte l'heure, personnel qui insiste. Manger devient une contrainte : une bataille silencieuse entre désir personnel et règle institutionnelle.

## Une scène - Un visage

Témoignage anonyme d'un préposé aux bénéficiaires – Monsieur R., 82 ans, regarde son assiette. Chou-fleur vapeur, poitrine de dinde, patates pilées et riz, alignés parfaitement et encore chauds. Nutritionnellement parfait, et pourtant, l'envie n'y est pas. Le préposé s'approche : « Monsieur R., il est temps de manger. Bon appétit. »

M. R. pousse légèrement l'assiette et secoue la tête. « Je n'ai pas faim pour ça », murmure-t-il. Ses yeux fatigués trahissent l'ennui et l'impuissance face à la routine. Ce n'est pas un caprice. C'est un choix, un acte de dignité, un cri silencieux pour préserver le plaisir et le contrôle de sa vie.

Le préposé s'accroupit à sa hauteur et propose doucement : « Et si nous préparions quelque chose que vous aimez? Juste une portion adaptée à vos goûts? »

Après un silence, M. R. esquisse un sourire et accepte un sandwich avec salade, fromage et bacon. Il le savoure lentement. Ce simple compromis transforme un moment de contrainte en une expérience positive, respectant son autonomie tout en maintenant ses besoins nutritionnels.

Cette scène illustre le droit fondamental des résidents à la liberté alimentaire et au plaisir culinaire. Imposer un repas standard peut

sembler pratique pour l'établissement, mais ignorer les préférences personnelles diminue la dignité et le bien-être émotionnel du résident.

## Liberté alimentaire et dignité du résident

Le préposé applique ici le *care*, en ajustant le service aux besoins et envies de M. R., ce qui contribue à renforcer la relation de confiance et de respect mutuel. Le soin ne se limite pas à nourrir le corps; il implique l'attention aux émotions, aux préférences et au rythme de vie du résident.

Cette scène révèle un enjeu fondamental : la liberté alimentaire et la dignité du résident. Imposer un repas peut sembler pratique pour l'établissement, mais cela dépouille la personne de son autonomie et de son plaisir. Les conséquences se font sentir sur tous les plans. Physiquement, ignorer un refus peut conduire à la malnutrition et à la fatigue si aucune alternative n'est offerte. Psychologiquement, c'est la frustration, le sentiment d'impuissance, la perte de motivation et de plaisir qui s'installent. Relationnellement, un refus moqué ou ignoré fissure la confiance entre résident et personnel et altère le lien qui fonde le soin. Ce qui devait nourrir et donner du plaisir devient source de stress, et la vie quotidienne se teinte de contrainte plutôt que de soins.

## Une liberté qu'on efface silencieusement

Le repas imposé n'est pas une question de menus ou d'horaires, c'est une question de pouvoir. Derrière l'assiette déposée à heure fixe, sans demande ni échange, il y a bien plus qu'une organisation institutionnelle : il y a un choix retiré. Et lorsque le résident ne peut plus décider quand manger, quoi manger, ou même s'il a faim, ce n'est pas simplement son emploi du temps que l'on administre. C'est une part de sa liberté que l'on efface silencieusement. L'autonomie se joue dans l'assiette. Refuser un plat, demander autre chose, manger à son rythme : ce sont des actes simples, mais profondément humains.

La bienfaisance ne consiste pas à remplir un estomac. Nourrir une personne, c'est prendre en compte son histoire, sa culture et ses souvenirs. Un repas parfaitement équilibré peut être profondément violent s'il ignore le vécu et le désir. La non-malfaisance nous invite à voir l'invisible : l'humiliation silencieuse, la résignation, la perte de goût — au sens propre comme au figuré. Imposer, même avec de bonnes intentions, peut blesser.

## La dignité inclut le droit au plaisir

Manger doit rester un moment de joie, de mémoire et de reconnaissance de soi. Retirer cette dimension, c'est appauvrir l'humanité. Le *care* transforme l'assiette en relation : écouter, ajuster, poser la question simple « Qu'aimeriez-vous manger aujourd'hui? » et refuser la logique froide du « c'est

comme ça ». Le repas devient ainsi un acte de soin relationnel. Nourrir un corps peut se faire sans respecter, mais prendre soin, c'est toujours respecter.

Offrir un menu flexible ne complique pas le soin : cela reconnaît la personne. Une alternative simple redonne du pouvoir et restaure l'estime de soi. Dialoguer avant le service prévient la violence silencieuse; demander les préférences, c'est déjà respecter. Impliquer le résident dans le choix ou dans la préparation du repas refuse l'infantilisation et affirme son existence. Observer attentivement les signes de refus, de tristesse ou de frustration, c'est exercer une vigilance

émotionnelles et relationnelles de l'alimentation rappelle que nourrir n'est jamais un acte neutre. Chaque geste compte, chaque choix respecté est un acte de dignité.

## Humaniser le repas, c'est humaniser le soin

Un repas peut humilier. Un repas peut réparer. Dans l'assiette d'une personne âgée se joue encore sa liberté. Choisir ce que l'on mange, c'est choisir de rester quelqu'un, pas seulement un corps à nourrir. Le *care* commence par une question simple : « Qu'est-ce qui vous ferait plaisir aujourd'hui? » Quand l'autonomie et le plaisir comptent autant que la nutrition, le repas devient un acte de dignité.



S'installer pour prendre un repas n'est pas toujours un moment heureux.

Photo : Michel Fortier

éthique. Ignorer ces signaux, c'est consentir à l'indifférence. Former le personnel aux dimensions

Nourrir, c'est un devoir. Respecter, c'est un soin; respectez l'assiette, c'est protéger la dignité.

## Une aide qui fait du bien, dès cet été!

Pour soutenir les personnes les plus touchées par la hausse des prix des aliments, la nouvelle Allocation canadienne pour l'épicerie et les besoins essentiels arrive à point.

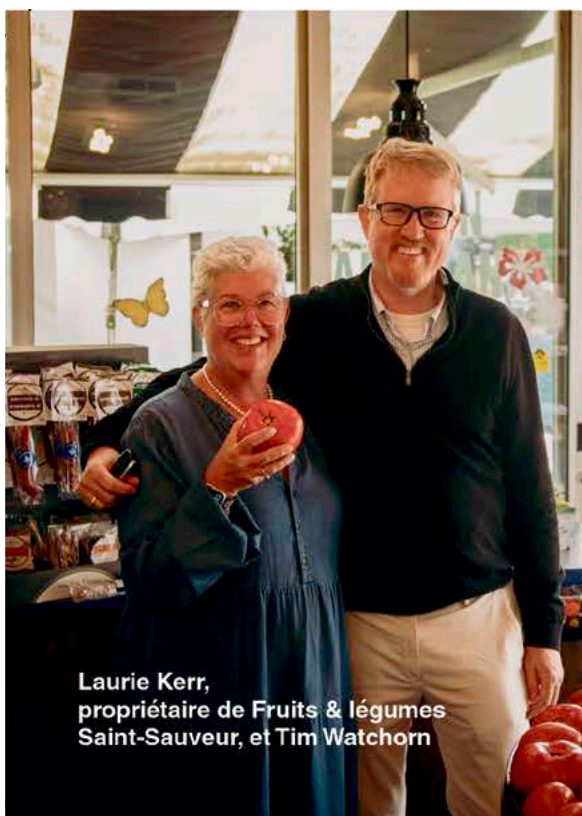
Vous recevez déjà le crédit sur la TPS? Vous pourriez recevoir des montants additionnels dès cet été.

Des questions? Contactez le bureau de circonscription au 450-227-6303

Exemples d'ajustements	Personne seule	Couple avec 2 enfants
Votre montant de base annuel du crédit pour la TPS actuellement reçu	543 \$	1 086 \$
Juin 2026: supplément unique de 50 %	267 \$	533 \$
Juillet 2026: montants de base du crédit augmentés de 25% pendant cinq ans	136 \$	272 \$
<b>Montants ajustés</b>	<b>945 \$</b>	<b>1 891 \$</b>

Chiffres arrondis, leur somme peut ne pas correspondre au total indiqué.

**TIM WATCHORN** DÉPUTÉ FÉDÉRAL PAYS-D'EN-HAUT



Laurie Kerr, propriétaire de Fruits & légumes Saint-Sauveur, et Tim Watchorn

# CONCOURS DÉFI

MAINTENANT PERMIS AUX ADULTES

Odette Morin - Courez la chance de gagner une carte-cadeau 30\$ à la Librairie à la L'Arlequin

**CHARADE**

**Mon premier :** Petit cube marqué de points lancé dans plusieurs jeux.

**Mon deuxième :** Étendue de terrain couverte d'arbres.

**Mon troisième :** Berri-UQAM est une ..... de métro à Montréal.

**Mon tout :** Destruction de mon deuxième.

**À LA RECHERCHE DU MOT PERDU**

Placez, dans la case appropriée, la première lettre de la réponse de chaque énigme et vous obtiendrez ainsi le mot recherché.

- |   |   |
|---|---|
| 1 – Mammifère d'Afrique au très long cou.         | 4 – Oiseau sans aile ou fruit poilu.            |
| 2 – Le plus gros mammifère terrestre actuel.      | 5 – Le grizzli en est un.                       |
| 3 – Mammifère rongeur qui construit des barrages. | <b>Mot recherché :</b> Petit lézard très agile. |

1	2	3	4	5
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

**QUI SUIS-JE ?**

Voici les trois indices qui désignent le même mot.

- Je suis un État (pays) d'Afrique orientale sur l'océan Indien.
- Mes deux langues officielles sont le swahili et l'anglais.
- Le Kilimandjaro, le plus haut sommet d'Afrique est situé sur mon territoire.

## COUPON-REPONSE

CONCOURS DÉFI Mars 2026

**CHARADE** \_\_\_\_\_

**À LA RECHERCHE DU MOT PERDU** \_\_\_\_\_

**QUI SUIS-JE ?** \_\_\_\_\_

Nom \_\_\_\_\_

Ville \_\_\_\_\_

Âge \_\_\_\_\_ Tel : \_\_\_\_\_

Par courriel : [defi@journaldescitoyens.ca](mailto:defi@journaldescitoyens.ca) ou la poste : Éditions prévostoises, case postale 603, Prévost (Québec) JOR 1T0 Vous avez jusqu'au 8 du mois suivant la parution du journal pour envoyer vos réponses. Vous envoyez vos trois réponses avec votre nom, votre âge, votre ville de résidence de même que votre numéro de téléphone par courriel à [defi@journaldescitoyens.ca](mailto:defi@journaldescitoyens.ca) ou par la poste à l'adresse suivante : Les Éditions prévostoises, case postale 603, Prévost (Québec) JOR 1T0. Le gagnant sera choisi au hasard parmi tous ceux qui auront eu les bonnes réponses et verra son nom et sa photo publiés dans le journal suivant. Le concours est ouvert à toutes les personnes des municipalités desservies par le Journal, c'est-à-dire Prévost, Piedmont et Sainte-Annes-Lacs. Nous acceptons un coupon-réponse par personne et les fac-similés sont acceptés.

### GAGNANTE DU DÉFI

Le gagnante du Défi de février est Rose Crampond, 13 ans de Prévost.



### RÉPONSE DE FÉVRIER 2026

#### CHARADE

Sa - Mou - Rail = Samouraï

#### À LA RECHERCHE DU MOT PERDU

#### S I L E X

1 - Silence 2 - Initiales 3 - Lampe  
4 - Écorce 5 - X

#### QUI SUIS-JE ? Le Pérou



NDLR : Nos deux cinéphiles Lyne Gariépy et Joanis Sylvain, sont reçus gracieusement au cinéma Pine de Sainte-Adèle tous les mois. Ils offriront ainsi les commentaires d'un gars et d'une fille sur le même film.

Lyne Gariépy et Joanis Sylvain [lynegariépy@journaldescitoyens.ca](mailto:lynegariépy@journaldescitoyens.ca)

## La fiancée

Film 2026 (v. f. *The Bride*), drame, épouvante-horreur, romance. Fantastique, thriller. États-Unis. 2 h 07 minutes; réalisation : Maggie Gyllenhaal; interprètes : Jessie Buckley, Christian Bale, Jake Gyllenhaal, Peter Sarsgaard, Penélope Cruz.

**Synopsis** – Rongé par la solitude, Frankenstein (Christian Bale) se rend à Chicago dans les années 1930 et demande au D<sup>r</sup> Euphronious (Annette Bening), scientifique visionnaire, de lui créer une compagne. Ensemble, ils ressuscitent une jeune femme assassinée, et la fiancée (Jessie Buckley) prend vie ! Mais la suite des événements dépasse tout ce qu'ils auraient pu imaginer : meurtres, possessions, et un couple hors-la-loi qui se retrouve au centre d'un mouvement social radical et débridé, et d'une histoire d'amour passionnelle et tumultueuse ! – 13 ans et plus.

**Ciné-fille** – Plus de 90 ans après la première adaptation de *La fiancée de Frankenstein*, Maggie Gyllenhaal nous offre sa propre version, audacieuse, irrévérencieuse, punk et déjantée à souhait. Et le premier signe de personnalisation du film est l'abandon dans le titre du « de Frankenstein » afin que la fiancée se suffise à elle-même, dénotant une dose de féminisme bien présente tout au long de l'histoire.

Nous retrouvons aussi dans *La fiancée* plusieurs éléments de la vie ou de la personnalité de la réalisatrice Maggie Gyllenhaal,

qui signe aussi le scénario. Son frère (Jake Gyllenhaal) et son mari (Peter Sarsgaard) jouent dans le film. Tout comme son ancien partenaire de jeu dans *The Dark Knight*, Christian Bale. D'ailleurs, l'esthétisme soigné de *La fiancée* rappelle ce film, et nous immerge dans une ambiance qui alterne entre la dépression des années 1930 et le lugubre, très réussie.

Les décors et les costumes sont parfaits, nous présentant efficacement le Chicago de cette époque, pas toujours glamour. Les actrices et acteurs aussi sont parfaits : Annette Bening, en savante folle, nous fait sourire à quelques reprises, mais particulièrement Jessie Buckley (intense) et Christian Bale (touchant), nous font croire à cette histoire d'amour. La démarche intérieure de la fiancée est aussi intéressante à observer, car l'actrice et la réalisatrice lui ont donné de la matière.

Le film est lui-même un amalgame de plusieurs genres, dont l'horreur (quelques scènes sont difficiles à regarder), le thriller (il y a crime et enquête), le drame (évidemment !), le fantastique (pour y croire) et la comédie musicale (bien intégrée).

Il y a certains aspects du récit auxquels j'ai eu plus de difficulté à adhérer, mais rien d'insurmontable. Plusieurs scènes sont originales et bien pensées. J'ai apprécié ces deux heures sept minutes de cavale avec *La fiancée*. Pour finir, ce film m'a permis de découvrir



la vision de Maggie Gyllenhaal, réalisatrice plus que prometteuse, de ce classique, qui, quoiqu'on en pense, ne laisse personne indifférent ! – 7,5 sur 10

**Ciné-gars** – Dès le début du film, nous voyons et entendons l'écrivaine Mary Shelley, l'auteur de *Frankenstein*, parler dans la tête de la fiancée. C'est un aspect que j'ai trouvé quelque peu agaçant, ce qui m'a presque fait décrocher. Passé ce cap, j'ai découvert un Frankenstein qui a gagné en maturité, mais qui, après 100 ans de solitude, aimerait bien avoir une compagne. J'ai trouvé cet aspect, ainsi que l'évolution du personnage, comment il a survécu, intéressant. À un certain moment du film, un événement incite les femmes à la révolte, une sorte d'ode au féminisme. C'est un élément parallèle à l'histoire des deux protagonistes, qui ajoute au récit.

L'ensemble de la distribution est bien choisi, avec Jessie Buckley qui rend bien le personnage de la fiancée, et Christian Bale qui fait un bon « Frank », touchant. Un beau duo. – 7,5 sur 10

## BENOÎT ETHIER D.D.

### Denturologiste

Parce qu'un sourire, ça fait plaisir...

- Prothèses dentaires amovibles et sur implants: complètes ou partielles
- Réparation d'urgence • VISA, Master Card, comptant et financement disponible

Plus de 32 années d'expérience à votre service

450 224-0018 • 1422, rue Moreau, Prévost (Domaine des chansonniers)

## Librairie L'ARLEQUIN

Des livres et des libraires...

4, avenue Lafleur sud  
Saint-Sauveur, QC JOR 1R0  
450.744.3341

## Le noir animal

# La profanation de fosses communes au service de l'industrie sucrière

« Un seul fait de ce genre suffit pour caractériser toute une époque. » *L'indépendant*, 1835

À notre époque, on ne se pose plus la question tellement le geste est banal : mettre du sucre dans notre café matinal. Ce sucre raffiné, utile dans notre quotidien, prisé de la population en général, honni par la communauté scientifique, nous arrive tout droit de nos usines. Au début du XIX<sup>e</sup> siècle, le sucre est une denrée rare qui provint principalement des plantations de cannes à sucre des colonies américaines ou africaines. Or, en 1806, Napoléon Bonaparte impose à l'Europe un blocus continental pour empêcher le commerce avec l'Angleterre et la ruiner. Comme les Anglais possèdent le plus grand empire colonial à cette époque, la disponibilité du sucre sur le continent diminue drastiquement. Il fallait donc trouver rapidement une alternative. Comme la science chimique est en pleine effervescence alors, la solution est trouvée : le noir animal.

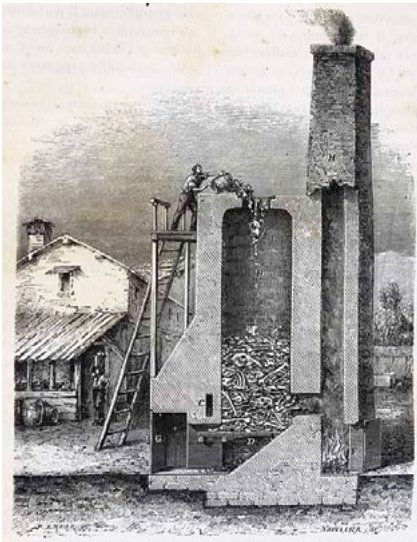
Le noir animal est aussi appelé le charbon d'os. C'est une substance riche en carbone qui est obtenue par la calcination des os à l'abri de l'air. Utilisé d'abord comme engrais, il est ensuite utilisé pour décolorer des substances, notamment des types de sucre qui ne sont pas blancs. Bien que la méthode soit éthiquement discutable et morbide, le commerce illicite de squelettes humains et animaux a fait la fortune de bien des agriculteurs jusqu'aux années 1930. Retour sur cette activité fort méconnue.

## Le champ de bataille de Waterloo

Le 18 juin 1815, l'empereur Napoléon Bonaparte, de retour sur son trône depuis moins de 100 jours, veut détruire la coalition entre les Britanniques et les Prussiens. Jouant de malchance, il perdit cette bataille et dut abdiquer une seconde fois, ce qui mit fin à sa carrière politique. Cette bataille fit environ 10 000 morts et autant de victimes chez les chevaux. Après la bataille, comme les risques d'épidémie et de maladie sont assez importants, on se dépêche à enterrer les cadavres dans des fosses communes. Les lieux d'inhumations sont bien connus et très vite, quelques jours seulement après la bataille, des touristes vinrent visiter ce champ de bataille qui a passé

à l'Histoire. Certains vont même raconter dans des lettres et par des dessins ce qu'ils ont vu.

Cependant, deux siècles plus tard, les archéologues sont perplexes : où sont passés les cadavres ? Malgré des fouilles annuelles depuis 2012, on a retrouvé que deux tombes anonymes et individuelles à Waterloo. Certains pourraient prétendre que les ossements se sont décomposés. Or, les



Dessin des four pour la calcination des os.

ossements retrouvés dans les deux tombes sont en excellent état et le sol n'est pas acide, ce qui permet une bonne conservation des ossements. Alors, où sont passés les morts de Waterloo ?

## L'alternative au sucre des colonies anglaises

Revenons au Blocus continental imposé en 1806, qui rend pratiquement impossible l'approvisionnement en sucre dans les pays européens continentaux. Les scientifiques français et allemands se penchent rapidement sur le problème et arrivent à perfectionner l'extraction du sucre de la betterave. Le sucre fait donc son retour dans les salons européens. Le problème est sa couleur : le sucre de la betterave est brunâtre et ne se dissout pas comme la cassonade. Le café, entre autres, perd sa belle couleur noire avec ce produit.

C'est alors que le chimiste français Charles Derosne va être un des premiers en 1811 à obtenir le noir animal et l'appliquer à la purification du sucre de betterave en 1813. La méthode est simple : au moment de la cuisson, le sirop de betterave est passé dans du charbon animal, ce qui donne au sucre une couleur blanche étincelante.

Comment obtient-on le noir animal ? Tout simplement en broyant des ossements d'animaux et en les cuisant à une forte température. En quatre ans, l'industrie au complet adopte cette technique novatrice.

Cette nouvelle technique apporte rapidement une nouvelle problématique : il faut des os. Si les pourvoyeurs naturels d'os demeurent les boucheries et les abattoirs, l'Europe va rapidement se retrouver face à un manque de la ressource, car c'est à cette époque que les chimistes découvrent la vertu de la poudre d'os comme revitalisant de la terre fatiguée par une agriculture intensive. Ainsi, alors que le commerce des os était l'apanage des classes pauvres, celui-ci va devenir un commerce très lucratif.

## Dévaliser les fosses communes pour extraire la ressource

La conséquence directe de cette augmentation de la demande est que les fournisseurs d'os ne suffisent plus à la demande. C'est alors que les profanateurs de tombes vont se remplir les poches, et ce, malgré les interdictions d'exhumations illégales. Comme l'Europe sort tout juste des guerres napoléoniennes qui ont fait entre quatre et sept millions de morts, la quantité d'os ne manque donc pas. Dès 1819, on observe le pillage des fosses communes sur les champs de bataille de Lübeck et Hambourg. Dans les années 1830, la ferveur de la chasse aux os se propage à d'autres lieux macabres : cimetières anciens, fosses communes des victimes de la peste, les momies égyptiennes, les autochtones américains... Il n'y a plus de lieu de sépulture éternel pour ces chasseurs d'os.

Waterloo est relativement épargnée jusqu'aux années 1831-1832. À cette époque, la Belgique devient un producteur important de la betterave à sucre. Avec cette production, l'industrie du sucre belge a besoin d'un million de kilos d'os. Avec une telle demande, la filière naturelle ne suffit pas. D'autant plus que la France et l'Angleterre achètent eux aussi des ossements belges : 350 000 kilos en 1834, deux millions de kilos en 1835 et trois millions en 1836. En même temps, l'industrie de la betterave s'installe aux environs de Waterloo, qui est une plaine fort propice à cette culture. Tout est rasé pour faire place à la betterave.

À cela s'ajoute la construction de la Raffinerie nationale du sucre de la Belgique à proximité du champ de bataille. Cette usine possède son propre atelier de fabrication du noir animal. D'autres usines vont s'installer en périphérie du champ de bataille qui devient l'épicentre de la production de la betterave européenne. En 1835, la presse française écrit qu'une compagnie d'industriels belges a acheté le droit de fouiller la terre du champ de bataille pour transformer les os en noir animal.

Il ne suffit pas de se fier juste à des articles de journaux d'époque, mais également de jeter un coup d'œil dans les archives locales. En 1834, on retrouve dans les archives de *Braine-l'Alleud* (commune qui gère les champs de bataille) un procès-verbal concernant des activités illégales sur les champs de bataille faisant état d'exhumations illégales. Les autorités interviennent et proclament la criminalisation de ces fouilles. Les agriculteurs sont naturellement visés, car ce sont eux qui creusent la terre et qui sont susceptibles de déterrer les restes humains, d'autant plus qu'il faut creuser profondément pour faire pousser la betterave.

En 1836, un historien français, Edgar Quinet, alors en visite à Waterloo, remarque que des paysans s'occupent à creuser des tranchées autour de la ferme de Haie Sainte où les combats furent violents, desquelles ils sortent des amoncellements prodigieux d'ossements. Intrigué, l'historien demande à un paysan, pourquoi cette profanation. Celui-ci de répondre : pour la production de noir animal. Il ajoute que les ossements des soldats de la Garde impériale sont particulièrement

prisés, car ils sont en grand nombre.

Sachant qu'en 1837, 100 kilos d'os se vendaient 14 francs, il y a toute une fortune à soutirer de ces fosses communes quand on sait qu'un pain se vendait 25 centimes. Malgré les questions éthiques, les autorités n'avaient pas intérêt à arrêter ce commerce qui enrichissait les paysans et la région. De fait, on n'enregistre aucune arrestation pour avoir profané des sépultures ou des fosses communes au XIX<sup>e</sup> siècle.

Waterloo n'est pas le seul exemple. Tous les champs de bataille des guerres napoléoniennes ont été pillés et soulagés de leurs précieux ossements. Et cette pratique a perduré bien au-delà de cette période : on retrouve les mêmes activités lors des guerres de Crimée, de la guerre franco-prussienne de 1870-1871 et même jusqu'à la profanation des morts lors de la bataille de Verdun en 1917. La situation préoccupe les autorités qui interdisent en 1924 l'exploitation des ossements provenant des champs de bataille. En 1892, un conseiller municipal français a même proposé de vider les Catacombes de Paris pour produire du noir animal.

Depuis 1930, de nouvelles techniques de raffinage ont permis de changer les pratiques dans l'industrie sucrière. Nos morts peuvent donc reposer en paix et témoigner de leur passage à travers le temps et l'Histoire. Cher lecteur, la prochaine fois que tu mettras du sucre dans ton café, pense qu'autrefois certains pouvaient y voir flotter des fragments d'os, ce qui n'était pas très éthique et démontre que nos aïeux avaient une tout autre relation envers les morts que nous.



L'enterrement des soldats à la Haie Sainte

## Piano à quatre mains

## Duo BoMI : les rêves de Maurice

Diffusions Amal'gamme produisait le duo BoMI, à la salle de spectacle Saint-François-Xavier de Prévost, le 22 février 2026. La consécration que la musique est sans frontières, lorsque portée par des humains.

Jouer à quatre mains demande une confiance absolue et une compréhension fine de l'autre. Chez ce duo – deux artistes partenaires sur scène comme dans la vie – cette complicité se ressentait. Les regards, les respirations, les nuances et le plaisir étaient partagés. Ce n'était pas seulement deux pianistes sur un même clavier, c'était un véritable dialogue. Assis très proche l'un de l'autre, la confiance mutuelle, l'aisance dans l'espace constituait une chorégraphie des mains et des corps.

Boran Zaza, une pianiste et musicienne kurde établie au Québec depuis une dizaine d'années après avoir grandi au Liban. Son parcours personnel – marqué par l'exil, la mémoire et les liens avec les humains qu'elle aime restés là-bas – nourrit profondément sa démarche artistique. Au-delà de l'interprète, elle est porteuse de paroles. Dans le cadre du concert, ses propos ont ajouté une dimension humaine et testimoniale

forte livrée avec sobriété et retenue. Cela rendait la parole encore plus poignante. Le récit qui aurait pu sombrer dans le tragique est devenu par sa présence scénique et la justesse du ton, un geste de résilience habité par l'espoir.

Michel-Alexandre Broekaert est un pianiste talentueux et très actif. Il se distingue par un jeu net, précis et engagé. Ses interprétations sont bien senties et spectaculaires. À quatre mains avec Boran, il fait preuve d'une écoute attentive et d'une grande maîtrise.

Les deux artistes nous ont offert un programme mettant en valeur leur talent en duo et en solo. Une constance : la musique sait toucher les cœurs.

L'ouverture de l'*Adorable Bel-Boul*, Jules Massenet (1842-1912) plaçait le concert sous le signe de la vivacité et de la clarté stylistique. Cette intensité lumineuse préparait le terrain à un parcours plus

contrasté. *Le Jardin féérique - Mère l'Oye* (Extrait) Maurice Ravel (1875-1937) le climat change, la musique devient plus douce, on a l'impression de rentrer dans un espace paisible et lumineux. Avec *Le Nocturne n° 3* de Gabriel Fauré (1845-1924) les lignes souples et expressives créent une atmosphère calme, presque méditative. L'interprétation solo par Michel-Alexandre restait sobre, laissant toute la place à la beauté simple de la ligne.

La révélation du concert demeure pour moi Maurice Ghanem (1990-) un compositeur contemporain d'origine libanaise et grand ami des artistes formant le duo BoMI. Sa musique reflète un dialogue entre différentes cultures, entre le Moyen-Orient et l'Occident. Il écrit dans un langage actuel mais accessible où le rythme joue un rôle important. Ses œuvres se distinguent par leur énergie, leurs contrastes et leur capacité à évoquer des images ou des idées fortes. On sent chez lui une volonté de créer des ponts entre traditions musicales et surtout entre les humains. Dans *Stargazing*, la très



Le duo de pianistes BoMI en représentation le 22 février dernier.

Photo : Raoul Cyr

belle mélodie suggère une énergie universelle et rassembleuse. Tous les humains, peu importe leur pays ou leur culture, regardent les mêmes étoiles.

La *Toccata* et un extrait de *Masquerade* de Aram Khatchaturian (1903-1978) introduisaient une dimension plus fougueuse au concert. Les rythmes incisifs et les élans donnaient à la musique une force presque théâtrale. *Winter Morning in Istanbul*, Fasil Say (1970-) nous a permis d'entendre sur le piano, la sonorité des cordes pincées du oud.

Mon coup de cœur : *Autumn in Quebec* de Steve Barakatt (1973-). Cette pièce dégage une sensibilité immédiate, à la fois lumineuse et mélancolique. Une écriture mélodique chantante, une sensibilité romantique assumée, une esthétique néoclassique accessible empreinte de lyrisme et de lumière.

Au-delà de sa qualité d'interprétation, ce concert a fait entendre des compositeurs encore peu présents sur nos scènes. Cette ouverture enrichit l'expérience du public et témoigne d'une réelle curiosité artistique.

## Noah Larocque, jeune virtuose

## Le cor en pleine lumière

Instrument rarement placé au centre d'un récital, le cor possède une palette expressive étonnamment vaste. Le jeune corniste québécois Noah Larocque en a donné une démonstration convaincante lors du concert de la Série Jeunes virtuoses, présenté par Diffusions Amal'gamme à la salle de spectacle Saint-François-Xavier de Prévost, le 8 mars 2026. Il était accompagné au piano par Ludovic Rochon.



Le corniste Noah Larocque, accompagné du pianiste Ludovic Rochon, en représentation à la salle de spectacle Saint-François-Xavier.

Noah Larocque, originaire de Saint-Jérôme et de Prévost, s'impose déjà comme l'un des jeunes instrumentistes à surveiller. Son entrée à l'Orchestre Métropolitain – dont il est le plus jeune membre – témoigne d'un talent qui ne demande qu'à s'affirmer.

Le cor est un instrument paradoxal, un pont entre les bois et les cuivres, héritier des appels de

chasse et capable d'un lyrisme presque vocal. Noah semble parfaitement conscient de cette dualité et exploite avec intelligence les contrastes de son instrument. Son jeu peut passer d'un murmure velouté à l'éclat héroïque sans jamais perdre la rondeur caractéristique du timbre. Le souffle est solide, l'écoute attentive et la musicalité bien ancrée.

Au programme, *Concerto pour cor n° 2 en mi b majeur KV.417*, Wolfgang Amadeus Mozart (1756-1791). Mozart l'a écrit pour son ami Joseph Leutgeb, célèbre corniste. Les qualités stylistiques du jeune musicien sont bien mises en évidence. L'articulation se révèle nette dans les passages rapides, le phrasé est élégant et l'esprit mozartien, léger et presque souriant est bien saisi.

*Extraits-Suite pour violoncelle n° 2 en ré mineur BWV 1008* (arr. Wendell Hoss), Johann Sebastian Bach (1685-1750). Transcrire Bach pour cor est un geste artistique audacieux parce que la Suite

originale repose sur la polyphonie implicite du violoncelle. Au cor, la musique devient plus méditative et respirée. Le défi consiste à préserver la rhétorique baroque tout en exploitant la dimension vocale du cor. Noah nous a proposé une lecture intériorisée, presque contemplative, privilégiant la respiration du discours plutôt que la démonstration.

*De l'Abîme des Pensées*, Simon Bourget (1987-). Cette œuvre contemporaine introduit une dimension contemplative. Elle crée une rupture expressive avec le répertoire historique. Les textures sont plus libres. Le langage harmonique plus moderne permet l'exploration des registres du cor.

*En Forêt*, Op.40, Eugène Bozza (1905-1991). Un classique du répertoire pour cor. Atmosphère impressionniste, virtuosité fluide. Le cor évoque admirablement bien la nature, l'espace, l'écho.

*Variations pour cor et piano*, Op.59, Jan Koetsier (1911-2006) permet à Noah de montrer la

maîtrise technique et sa palette de couleurs par des alternances de caractères contrastés, des passages techniques brillants.

Extrait- *Sonate pour cor et piano*, Op.7, Jane Vignery (1913-1974), une pièce majeure du répertoire belge. Le lyrisme est intense, l'écriture est architecturée.

Dans un récital de cor, le piano agit souvent comme une architecture sonore discrète soutenant la ligne du soliste. L'accompagnement de Ludovic était plus métrique et autonome, manquant de strates sonores dans le discours. Le piano avançait son propre langage plutôt que d'épouser et de répondre à celui du soliste. L'équilibre entre cor et piano était ténu. On aurait aimé entendre une écoute mutuelle, une fusion sonore.

Ce concert nous a fait connaître un soliste hyper prometteur possédant une grande amplitude stylistique, explorant complètement son instrument avec virtuosité et musicalité.



# Les arbres en milieu urbain, source de bien-être

Où que vous soyez dans le monde, vous trouverez des arbres. On les trouve en ville comme à la campagne. À Montréal, plusieurs quartiers bénéficient d'initiatives de plantation d'arbres sur les terrains privés, comme dans les ruelles qu'on désire vertes et vivantes. Les citoyens se sont mis ensemble avec l'objectif de verdir leur environnement. Il y a tant de raisons d'apprécier les arbres et leur beauté : l'odeur de leurs fleurs au printemps, leurs feuilles vertes apaisantes durant l'été, leurs couleurs captivantes à l'automne et le manteau neigeux qui les recouvre en hiver.

On plante même des arbres en milieu agricole pour réduire l'érosion et améliorer la santé des sols qui deviennent plus résistants et qui séquestrent le carbone. Près de chez nous, à Sainte-Sophie, on a même transformé des terres agricoles abandonnées en érablières florissantes.

Des études ont montré que la reforestation massive dans l'est des États-Unis a eu un effet refroidissant. Des déserts en Chine, comme *Kubuqi* et *Maowusu*, sont des exemples réussis de transformation en paradis verts grâce à des efforts colossaux de reboisement et d'agriculture.

## Apport de bienfaits considérables chez soi

La présence d'arbres autour de la maison améliore grandement la qualité de vie. Leur ombre abaisse la température ambiante et réduit les besoins en climatisation, ce qui diminue les factures d'énergie. Les arbres capturent des polluants, filtrent les poussières, produisent de l'oxygène et agissent comme brise-vent tout en protégeant des rayons UV.

En poussant, ils absorbent le dioxyde de carbone de l'atmosphère et contribuent ainsi à réduire la pollution. Leurs racines stabilisent les sols, préviennent l'érosion et favorisent l'infiltration de l'eau vers les nappes phréatiques.

Les arbres ont aussi des effets positifs sur le bien-être. Leur présence apaise, réduit la détresse psychologique et crée des lieux propices au repos ou à la méditation. Les animaux domestiques y trouvent naturellement un refuge contre la chaleur, la pluie ou le stress, tout comme de nombreux oiseaux.

Ils embellissent les propriétés et les quartiers, réduisent le bruit et offrent plus d'intimité. Entourée d'arbres, une maison bénéficie d'un cadre plus serein et attrayant. Laisser les feuilles mortes au sol peut même transformer un terrain en petit sous-bois naturel.

Les arbres constituent ainsi un investissement durable : ils améliorent la santé, l'environnement et augmentent souvent la valeur d'une propriété. Planter un arbre demeure l'un des gestes les plus simples et concrets pour préparer un avenir plus sain et plus résilient. Une ville où chaque propriété est entourée d'arbres devient un milieu de vie plus équilibré pour tous.

## Les médecins de la forêt

Quand on pense à la forêt, on s'imagine que les arbres grandissent paisiblement année après année. La réalité est tout autre. Des arbres se développent, d'autres tombent malades, d'autres meurent, d'autres restent chétifs, d'autres prennent racine.

L'espérance de vie est variable en fonction de l'espèce. Un peuplier grandit rapidement, mais ne vit pas longtemps. L'épinette noire, l'érable à sucre et le bouleau jaune poussent plus lentement, mais produisent un bois durable et vivent plus longtemps. Les jeunes arbres grandissent vite en hauteur, les arbres adultes gagnent surtout en diamètre et en volume.

Les ingénieurs ou techniciens forestiers prescrivent aux propriétaires de boisés des interventions afin de rendre la forêt plus résiliente. Trop serrés, les arbres ralentissent leur croissance en raison de la compétition. Nous faisons une coupe de jardinage pour

redonner de l'espace aux meilleurs sujets, ce qui leur permet de croître plus vigoureusement. Trop espacés, ils produisent plus de branches. Du volume par hectare est perdu, puisque l'utilisation des ressources n'est pas optimale. Les propriétaires de boisés doivent toujours s'assurer d'un équilibre entre les deux pour optimiser la croissance des arbres. Les propriétaires de boisés sont les gardiens et médecins de la forêt. En intervenant avec soin, ils favorisent la croissance des jeunes pousses et contrôlent l'ouverture du couvert forestier selon les espèces désirées tout en favorisant des espèces diversifiées et adaptées au climat futur. Ainsi, ils préparent dès aujourd'hui une forêt plus résiliente face aux changements climatiques.

Dans la nature, rien ne dure éternellement, comme nous tous et toutes. Chaque année certains meurent pour différentes raisons. Les arbres se disputent la lumière, l'eau et les nutriments. Les plus faibles finissent par dépérir. C'est comme la Loi de la jungle. Les insectes et les maladies attaquent les arbres. Par exemple, l'agrile du frêne ou la tordeuse des bourgeons de l'épinette peuvent causer d'importants dommages, tout comme la rouille vésiculeuse du pin blanc ou le chancre necrien de l'érable.

Les tempêtes de vent, le verglas, les feux de forêt ou sécheresses endommagent la végétation. Les arbres morts ouvrent de l'espace et de la lumière aux jeunes pousses. Ils nourrissent les sols, abritent les champignons, servent de refuge aux oiseaux et insectes et enrichissent la biodiversité.

Intervenir, c'est sélectionner les arbres à récolter pour limiter les pertes naturelles et améliorer la santé de la forêt. En intervenant, les propriétaires de boisés peuvent réduire la mortalité et augmenter la productivité.

Une forêt est toujours en évolution. Nous évoluons avec elle. Faisons de même. Planter des arbres autour de votre maison, si ce n'est pas déjà fait. En replanter d'autres, ce sera encore mieux. Vous contribuerez à construire une ville boisée. Beaucoup de projets domiciliaires dans les Laurentides adoptent maintenant cette vision. Si tout un chacun fait sa part, nous vivrons en harmonie.

Rappel pour ceux et celles qui souhaiteraient adhérer à notre association des terres boisées de Saint-Hippolyte afin d'assurer la pérennité de nos forêts, veuillez me contacter [maurice.gariepy@hotmail.com](mailto:maurice.gariepy@hotmail.com) ou au 450-602-6532.

## Un printemps qui s'amorce tout en musique

### Le Mistral

Après un long hiver, quoi de mieux qu'une musique venant du sud pour nous réchauffer le cœur et l'âme. C'est ce que nous proposons L'Ensemble Mistral le 28 mars prochain avec un spectacle musical et narratif qui nous plongera dans l'univers d'Astor Piazzolla. Cet immense compositeur entremêle musique classique, jazz, tango et klezmer et ce, au son d'une instrumentation particulière qui réunit la guitare, le violon,



Photo : diffusionamalgamme.com

le saxophone, la flûte, la clarinette et la contrebasse. Très peu de compositeurs ont réussi cette fusion de la musique classique, du jazz et du folklore; Piazzolla à l'instar de Gershwin est un de ceux-là.

### Richard Raymond

Le 11 avril la série *Grands Classiques* présente *Les plus belles sonates de Beethoven*, rien de moins; Richard Raymond pianiste émérite, interprétera entre autres les œuvres maîtresses que sont :



*La Pathétique*, la *Sonate au Clair de Lune* et l'*Appassionata*. Monsieur Raymond a une impressionnante feuille de route : récipiendaire de nombreux prix nationaux et internationaux, fort d'une expérience d'enseignement dans de prestigieuses écoles supérieures, dont le conservatoire de Montréal et l'université Mc Gill. Monsieur Raymond a hors de tout doute la crédibilité pour rendre de façon magistrale la musique du grand maître allemand.

Il existe de nombreuses raisons pour consulter en chiropratique

## CENTRE CHIROPRATIQUE VITALITÉ

Technique douce

- Mal de dos
- Mal de cou
- Maux de tête
- Douleurs dans les bras, engourdissements
- Maux d'oreille à répétition
- Sciatique
- Douleurs dans une jambe
- sont des exemples...

Consultez pour un examen approfondi, un diagnostic et des conseils sur les traitements

Prenez rendez-vous :

**450-224-4402**

**D<sup>re</sup> Isabelle Cazeaux**  
Chiropraticienne D.C.

2894, boul. Curé-Labelle  
bureau #104, Prévost JOR 1T0

## Solutions des jeux de la page 22

### À la recherche du mot perdu

**R A C I N E**

- 1 - Robert
- 2 - Argentine
- 3 - Corée
- 4 - Islande
- 5 - Nobel
- 6 - Edison

**H A N D E L**

- 1 - Hudson
- 2 - Alpes
- 3 - Nunavut
- 4 - Dumas
- 5 - Elisabeth II
- 6 - Labrador



## PERSONNALITÉ DU MOIS

### JACQUES DUSSAULT ALLIANCE ANTI-ÂGE INC.



Originaire de Montréal, Jacques Dussault est confronté très tôt à la maladie. Dès sa jeune enfance, sa mère doit subir vingt-quatre opérations successives; il associe donc rapidement le mot « opération » au bistouri. À cette époque, l'assurance maladie n'existe pas et les revenus familiaux sont modestes.

À vingt-et-un ans, il représente une compagnie allemande réputée dans les articles de matériel artistique. Grâce à ses performances remarquables et à son bilinguisme – acquis notamment par les émissions de télévision et la musique anglaise que son père syntonisait à la maison – l'entreprise le nomme gérant des ventes à sa succursale de Toronto.

De retour au Québec, il s'investit dans la vente de produits de meubles et de bois contreplaqué (plywood) au sein d'une entreprise couvrant une partie du nord des États-Unis. Il devient ensuite copropriétaire d'une usine de meubles et de contreplaqué à Victoriaville. Il poursuivra pendant plusieurs années ses activités dans le monde des affaires, assumant la direction de quatorze entreprises.

Les souffrances de sa mère, combinées aux avertissements de son grand-père végétarien – passionné par des revues européennes traitant de santé – éveillent très tôt sa vigilance face aux effets néfastes de certains produits : la cigarette, l'alcool, la viande et le sucre, à l'exception du miel et du sirop d'érable. À quatorze ans, il emprunte ces revues à son grand-père. À dix-sept ans, il s'abonne au *Prevention Magazine* des États-Unis, qui publie des articles scientifiques sur les effets des produits naturels. C'est le début d'une prise de conscience sur les moyens de vivre sainement et longtemps, une passion qui ne le quittera plus. Il se fait alors la promesse de ne jamais laisser un bistouri entrer dans son corps.

En 2011, il quitte Montréal pour s'établir à Sainte-Adèle, dans les Laurentides, où il fonde Alliance Anti-Âge Inc., poursuivant ses recherches sur la régénération cellulaire. Une amie française d'une naturopathe de son entourage lui parle alors d'un produit exceptionnel qu'elle importe de Russie. « Cette substance est réputée pour favoriser la régénération cellulaire, une formule longtemps restée confidentielle dans certains milieux scientifiques. », dira M. Dussault.

« J'ai réussi à m'introduire dans des laboratoires en Russie où j'ai pu, avec des médecins sur place, étudier l'origine et la composition de la shungite, car je m'intéressais aux bienfaits que plusieurs lui attribuent sur l'organisme humain. Depuis 2009, ce produit autrefois tenu secret sera désormais accessible au public. », ajoute-t-il. Jacques Dussault décide d'en faire la promotion à travers le monde.

Avant la pandémie de COVID-19, Alliance Anti-Âge distribuait la shungite dans plus de vingt-cinq pays, à partir du Québec et de la Belgique. Aujourd'hui, plus de soixante-dix-sept déclinaisons du produit sont offertes au Québec, aux États-Unis et au Japon. Depuis 2021, l'entreprise est installée à Prévost dans un vaste local comprenant un entrepôt où l'équipe assure l'emballage et la mise en marché du produit importé directement de Russie. Des salles sont également aménagées pour des conférences et des séances d'information, où les visiteurs peuvent découvrir toute la gamme des produits sur place.

Bienveillant, humble et chaleureux, Jacques Dussault sait parler avec passion de la shungite, qu'il considère comme un produit remarquable. Les nombreux témoignages de personnes ayant bénéficié de ses conseils et ayant constaté des améliorations après avoir utilisé ce produit constituent pour lui une profonde source de motivation. Ses recherches et ses expériences sur le bien-être et la longévité se reflètent dans la passion qui l'habite toujours : il n'a jamais connu le bistouri et jouit aujourd'hui d'une excellente santé.

Monsieur Dussault, nous vous souhaitons la poursuite d'une très Longue Vie en Santé! Voir page 31 pour des informations sur les soirées gratuites 55 ans et +.

2632, boul. Curé-Labelle, bureau 101, Prévost  
883 880-8807 ou 514 692-6310

## COUPS de de mars

### Bougez en groupe au printemps

#### Répondez au sondage!

Il suffit de 2 minutes de votre temps pour le compléter et participer à une activité spéciale dirigée par Kin-Analyse et Dexter.

Pour y accéder : [info@dexterchiropratique.com](mailto:info@dexterchiropratique.com) | 450 288-5325

### Chez Françoise



#### Un ajout important à l'équipe!

Jean Sébastien s'est récemment joint à l'équipe de Chez Françoise à titre de Styliste Maître coloriste. Il a fait ses classes auprès de salon réputés de Los Angeles. Il offre des consultations personnalisées basées sur ses talents de visagiste.

450 224-5152 | 3048, boul. Labelle, Prévost

### Les saveurs de l'Asie à Prévost!

#### Deux restaurants le Pho Cuong et le Red Sakura

Le Chef Pho Cuong, maître de la cuisine asiatique et propriétaire de deux locaux au Faubourg de Prévost vous invite à partager ses plats déjà très appréciés des prévostois.



**Le Red Sakura**, inspiré par le Japon, offre toutes les variétés de la fusion asiatique avec ses sushis et ses sautés composés de légumes et de sauces avec le choix de viandes et produits de la mer.



**Le Pho Cuong**, propose la cuisine vietnamienne avec ses soupes repas tonkinoises et ses entrées de crevettes de style tempura et ses ailes de poulets à la sauce de poisson et ses paninis enveloppés par ses fines pâtes/papiers qu'on trouve en Asie.

- Sur place, nos salles présentent une atmosphère chaleureuse, et un service attentif et personnalisé ou
- Commandez et venez chercher ... rapidement ou
- Réservez à l'avance pour des groupes.

Ouvert du lundi au dimanche de 11h à 21h30.

3029, boul. Curé-Labelle, Prévost | 450-224-1818 ou 514 839 6879

### Bonne Fête de Pâques!

#### Pâques et ses traditions!

Voici une des traditions chrétiennes qui ne date pas d'hier et qui symbolise le renouveau! Au XII<sup>e</sup> et XIII<sup>e</sup> siècle il était interdit de manger des œufs pendant le carême on se retrouvait donc le dimanche de Pâques avec un lot d'œufs qu'on décorait pour souligner la résurrection du christ. Des traditions qui ont marqué notre jeunesse surtout celle qu'on s'échange encore et qui passe par le palais... le chocolat!



# Le réveil de la nature

Valérie Lépine

**Mars est un mois charnière dont les jours oscillent entre l'hiver et le printemps. À cette période, la rotation de la Terre fait en sorte que le soleil se rapproche de plus en plus de son apogée au-dessus de l'équateur. Le 20 mars 2026, date de l'équinoxe du printemps, le soleil s'y tiendra au zénith. Après cette date, l'hémisphère nord sera orienté vers le soleil et se réchauffera progressivement.**

Malgré qu'il reste souvent de la neige en mars, les animaux et les plantes sentent que le printemps est à nos portes. Voyons ce qui se trame dans la nature durant ces jours d'éveil.

## Oiseaux



En mars, certains grands corbeaux ont déjà entamé leur nidification. Le tarin des pins, petit passereau granivore de la même famille que le chardonneret jaune et le gros-bec errant, commence à construire son nid. Le moucherolle phébi, oiseau insectivore, est un des premiers oiseaux qui revient de sa migration hivernale. Les cygnes siffleurs, qui ont hiverné dans la baie de Chesapeake aux États-Unis, sont de passage dans le sud du Québec en route vers la toundra arctique où ils se reproduisent. Mars voit aussi le retour de l'urubu à tête rouge et du merle d'Amérique.

## Mammifères



Mars est le moment où les jeunes castors doivent quitter la hutte familiale pour trouver un/e compagnon/compagne et fonder une nouvelle colonie. Les jeunes mâles qui trouveront un espace propice marqueront leur territoire à l'aide du castoréum, une sécrétion odorante des glandes anales.

Le printemps amène des températures plus clémentes et c'est à ce moment que l'ours noir sort de sa

léthargie hivernale. La femelle, dont les petits sont nés au tout début de l'année, sort de sa tanière et cherche frénétiquement de la nourriture.

## Végétaux



Le chou puant (symplocarpe fétide) produit autour de sa fleur une enveloppe épaisse dont la température interne est de 15 à 30° C plus chaude que l'air ambiant, ce qui lui permet de faire fondre la neige et la glace autour d'elle et de fleurir très tôt au printemps. Cette plante des bois humides et des terrains marécageux vit très longtemps (plus de 70 ans dans certains cas) et ne fleurit qu'après une longue période de croissance. Elle dégage une forte odeur de mouffette quand elle est piétinée, d'où son nom évocateur.

Le printemps amène aussi le réveil des arbres dont les bourgeons sortent de leur dormance hivernale. Les érables argentés

sont les premiers à arborer des bouquets de bourgeons floraux.

## Arthropodes



Dès que les températures oscillent autour du point de congélation, on voit sur la neige l'apparition d'amas de grains de poussière... vivants! Car ce ne sont pas des grains inertes, mais bien des collemboles nivicoles (appelée aussi puces de neige) qui se déplacent et sautent sur la neige. Ces arthropodes migrent à la surface de la neige durant les journées chaudes pour se nourrir de débris organiques. Elles sont totalement inoffensives autant pour les humains que pour les chiens.

C'est aussi en mars que les mouches domestiques sortent de leur période de léthargie : les adultes reprennent la reproduction, les larves et les pupes dégèlent. Les femelles peuvent pondre entre 500 et 1000 œufs qu'elles déposent sur de la matière

organique. La larve sort de l'œuf au bout d'un jour et l'adulte, qui a subi quelques mues, vivra quelques semaines.

## Poissons



Au printemps se produit une migration méconnue, mais essentielle pour une espèce de poisson fascinante : l'anguille d'Amérique. Ce poisson, qui vit aussi bien dans l'eau douce que dans l'eau salée, entame sa phase de reproduction quand il atteint la maturité sexuelle (mâles : 5 ans; femelles : 20 ans). À ce moment, toute la population fertile de l'Amérique se déplace jusqu'à la mer des Sargasses, située au sud des Bermudes. Un périple de 6000 km pour les anguilles du Québec. La femelle y pond entre 2 et 20 millions d'œufs qui seront fécondés par les mâles. Les larves (appelée leptocéphales) qui auront survécu remonteront vers nos côtes grâce au courant du Gulf Stream. Chaque individu ne fraie qu'une

seule fois dans sa vie. On pense qu'après cette phase de reproduction, les anguilles adultes meurent.

À noter que l'anguille d'Amérique est classée parmi les espèces en péril par l'Union internationale pour la conservation de la nature (UICN). C'est d'autant plus inquiétant que toutes les anguilles d'Amérique ne forment qu'une seule population de reproduction. S'il y a un déclin d'une partie de la population dans une région, même s'il n'y a pas de baisse ailleurs, c'est toute la population qui sera en déclin.

## Reptiles



Dès le printemps, les couleuvres rayées sortent de leur hibernation et quittent leur refuge pour se reproduire. Elles forment alors des nœuds d'accouplement : plusieurs individus se rassemblent et s'emmêlent en tentant de s'accoupler. Cette couleuvre est très commune. Elle habite autant les forêts que les friches et les milieux humides.

## À PROPOS DU CRPF

Le Comité régional pour la protection des falaises œuvre depuis 2003 pour la protection et l'utilisation écoresponsables d'un territoire de 16 km<sup>2</sup> doté de caractéristiques écologiques exceptionnelles et s'étendant derrière les escarpements de Piedmont, de Prévost et de Saint-Hippolyte. Cet article est publié simultanément dans le Journal des citoyens (Prévost, Piedmont et Sainte-Anne-des-Lacs) et le journal Le Sentier (Saint-Hippolyte).

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DU CRPF

L'assemblée générale annuelle du CRPF aura lieu le jeudi 16 avril 2026, à 19 h, au Centre des loisirs et de la vie communautaire, 2060, chemin des Hauteurs, Saint-Hippolyte (aussi connu sous le nom de Centre de plein air Roger-Cabana).

On y présentera un résumé du rapport annuel 2025 et des élections aux postes d'administrateurs auront lieu. Pour voter à l'AGA ou encore pour présenter sa candidature comme administratrice ou administrateur, il faut être un membre en règle. Pour devenir membre, il suffit d'avoir fait un don au CRPF d'une valeur minimum de 20 \$ dans l'année précédant la tenue de l'AGA.

Pour faire un don : [parcdesfalaises.ca/faire-un-don](http://parcdesfalaises.ca/faire-un-don)

**Soirée Gratuite pour les 55 +**  
Avec Jacques Dussault

Est-ce possible de  
**VIVRE JEUNE PLUS LONGTEMPS**

**Booster votre énergie naturelle**  
**Améliorer votre mémoire**  
**Augmenter votre vitalité**

**Prix de présence d'une valeur de 75\$**

Soit: L'ultime Expérience du  
**Fauteuil de Shungite**

RÉSERVEZ VOTRE PLACE: 833-880-8807  
MARDI 18H45 - Places Limitées

**ALLIANCE ANTI-AGE INC**  
2632 Blvd du curé Labelle, #101  
Prévost, Qc, J0R 1T0 | 833 880-8807  
[VivreJeuneLongtemps.com](http://VivreJeuneLongtemps.com)





Carte postale originale de l'auteur

## Glenbower

La maison Glenbower à Shawbridge (Prévost) aurait été construite vers 1863 par la famille Shaw. Derrière les arbres on aperçoit la maison communément appelée Maison aux 7 lucarnes. Ces deux immeubles sont toujours existants sur la rue Principale (près de la rue Shaw), secteur où plusieurs bâtiments patrimoniaux ont été conservés.

Scène+ est  
chez IGA !

Commencez à accumuler  
des points en épicerie !

1000 PTS  
= 10\$ sur l'épicerie

IGA

Scène+



**Marché IGA Famille Piché**  
**2635, boul. du Curé-Labelle - Prévost**  
**450-224-4575**

**IGA**  
**Famille Piché** *extra*  
*On s'y connaît!*