

Coupe 20\$
Coupe et taille de barbe 28\$
Barbe compléte 15\$
340, rue Principale

Saint-Donat 819 424-2464



Saint-Donat • 11 octobre 2018 • Volume 46 • No 10 • 20 pages • Nouvelles de Saint-Donat, NDM, Entrelacs, Chertsey et régions





A GAGNER 1000 000 DE POINTS Familipher Pour PARTICIPER: Finade vid out finites A birth orbit man a base Total a serie a base Total a serie a base

Élections partielles à Saint-Donat



In novembre 2017, j'ai eu le privilège de me présenter lors des élections municipales et de vous rencontrer, vous, citoyens et citoyennes du district du lac Ouareau. J'ai donc décidé en août dernier, lorsque Madame Marie-Josée Rochon, conseillère municipale du district 3 a annoncé son départ, de me présenter dans ce même district suite aux nombreux citoyens qui m'ont sollicité. J'ai donc informé le maire Joé Deslauriers pour lui faire part de ma décision et celui-ci m'a dit qu'il y réfléchirait. Le district 3 me tient à cœur. Depuis mon tout jeune âge j'y réside. J'ai donc déjà eu le plaisir de vous rencontrer et c'est avec joie que je retournerais vous voir. Au plaisir.

Stéphanie Dionne



n m'a approché suite au départ de Marie-Josée Rochon, conseillère municipale au district no.3. Le recul que j'ai pris depuis un an m'a permis de me détacher un peu émotivement et de remettre les choses en perspective. Je suis une femme qui aime les défis, qui aime mon village et qui croit fermement en son avenir. Alors j'ai décidé de saisir cette opportunité qui m'a été offerte.

L'expérience acquise dans mon premier mandat au secteur du Lac Archambault me servira assurément pour bien représenter les résidents du secteur du Lac Ouareau.

De plus, je connaîs bien le fonctionnement et la vision de la municipalité. J'ai apprise à travailler avec l'équipe en place. Je serai donc efficace dès mon entrée en poste.

Je vous donnerai mon maximum comme je l'ai fait pour vous pendant 4 ans lors de mon premier mandat. Au plaisir.

Geneviève Gilbert











UNE ENTREPRISE FAMILIALE RECOMMANDÉE PAR



ournal Altitude 1350 + 11 octobre 2018 - **Page 2**



CHAMBRE DE COMMERCE DU **GRAND SAINT-DONAT**

Chronique de la chambre commerce de Commerce du Grand Saint-Donat

Le renouveau s'impose!

Un plan d'action développé pour et par les membres, de nouvelles activités pour améliorer les connaissances et compétences des entrepreneurs et de nouvelles candidatures au conseil d'administration. Bref un automne chargé et stimulant!

Un plan d'action se dessine pour les 3 prochaines années! La créativité est de mise!

L'exercice de la table de concertation visait à déterminer les besoins et préoccupations des entreprises d'ici. L'étape subséquente à la table de concertation est en court. En effet, trois comités ont été créés, formés d'entrepreneurs et d'organismes de la région.

Le comité événementiel/ touristique vise à déterminer comment arrimer les événements se déroulant à St-Donat avec la promotion de l'offre de nos commerçants. Le comité réseautage développera des activités de formation et de réseautage dans le but de favoriser l'amélioration des connaissances et compétences des entrepreneurs. Le comité

développement/support aux entreprises, pour sa part, se penchera sur les éléments à apporter pour favoriser la gestion et le développement des entreprises d'ici. Parmi les sujets abordés, le problème de recrutement et de rétention du personnel, qu'il soit local ou international par le biais de l'immigration, en impliquant les multiples ressources publiques de Lanaudière.

Les premières rencontres se sont déroulées cette semaine; nous vous communiquerons les 'outputs' résultants de ces discussions prochainement. Entre temps, n'hésitez pas à nous faire parvenir vos idées, elles sont toujours les bienvenues!

Invitation: 5 à 7 informatif le 30 octobre prochain (détails à venir)

Croyez-vous être expert dans la recherche de bon candidat pour votre entreprise? Venez tester vos habiletés en direct, le 30 octobre prochain!

Comment dénicher soi-même des employés compétents en utilisant des outils efficaces, disponibles et gratuits tel que le placement en ligne d'Emploi- Québec, sera notre prochaine activité sous forme d'un 5 à 7conférence,

Cette activité vous offrira des trucs et astuces pour construire une offre d'emploi visant à attirer de meilleurs candidats. Vous apprendrez également à rechercher des candidats en ligne, répondant à vos critères et vous assurer que votre offre se rend bien jusqu'aux chercheurs d'emploi.

L'atelier est offert par M. Pierre Duguay, qui possède une vaste expérience dans divers postes en gestion des ressources humaines dont directeur de l'Association des professionnels en ressources humaines du Québec. Les rouages du recrutement et de la fidélisation des employés n'ont donc plus de secrets pour lui. Si vous désirez vous inscrire contactez Mme Morin.

Vous désirez participer au renouveau de la Chambre de Commerce?

Des places sont disponibles au sein du conseil d'administration, pour de nouveaux administrateurs désireux de déployer leur dynamisme afin de contribuer à l'évolution de la Chambre de Commerce. Contactez Mme Christiane Morin (ccgsdonat@gmail.com)

Félicitations à toute l'équipe de la municipalité pour l'organisation de la 2e édition du Grand rendez-vous économique du 21 septembre dernier.

Le thème de l'innovation a été traité sous toutes ses formes à travers des conférences fort intéressantes et des témoignages très éloquents d'entrepreneurs de plusieurs secteurs d'activités. Belle réussite!

En bref ce mois-ci...

Joyeuse Halloween à tous!

Oups.... Leila fêtait son anniversaire le 11 septembre dernier. Bonne fête en retard de la part de Francine

Les vêtements à l'éfigie de Saint-Donat sont de retour au DEPANNEUR OASIS, au centre du village. Plusieurs mo-dèles sont disponibles.

Bonne chance aux 2 candidates des élections partielles de St-Donat

ainsi qu'aux candidats de Notre-

N'oubliez pas de leur souhaiter BONNE FETE

12 octobre : Hélène Lemay 14 octobre : Pierrette St-Jules 16 octobre : Danielle Issa 16 octobre : Pascal Barbeau 18 octobre : Sébastien Venne 18 octobre : Serge Laforest 19 octobre Cécile Bellavance

19 octobre : Lorraine Bélanger 21 octobre : Gilles Belhuumeur

BEAUTÉ AU BOUT DES DOIGTS



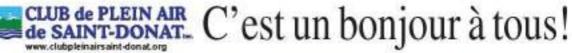


22 octobre : Dannielle Demarbre 22 octobre : Serge Coutu 23 octobre : Lyne Tremblay 25 octobre : Paul Demers 28 octobre : Sylvie Angers 29 octbre : Richard Nadon 30 octobre : Eric Aubin 01 novembre : Fred Ayotte 6 novembre : Alain Ayotte

6 novembre : Normand Paquette 8 novembre : Michel Degrosiers 11 novembre : Lucie Granger novembre : Isabelle Ducas 12 novembre : Lina Mc Manus

Les gagnants pour le mois sont:

Pascal Barbeau (Métro Cécile Boucher) Bellavance (Coup d'Oeil Mode) / Lyne Tremblay (Esthétique Image) / Lucie Granger (Beauté au bout des doigts) / Ri-chard Nadon (Proxim) / Sylvie Anger (municipalité St-Donat) / Danielle Issa (Distinction) / Nor-Paquette mand (Stéphanie Dionne)



France Chagnon

lout d'abord, je tiens à remercier sincérement pour tout le travail accompli dans le cadre des mardis-vélo madame Lise Granger qui vient de céder sa place de coordonnatrice à Madame Danielle Bédard qui continuera à œuvrer avec Serge Granger, D'ailleurs nous les remercions pour cette belle saison de vélo qui s'achève. Merci à nos responsables de notre activité de canot et de kayak, Paul Duquette, Jacques Angers, Sylvain Labelle, Irène Ste-Marie.

Cet été beaucoup d'ouvrage a été accompli, d'abord un im-mense travail par des gens bénévoles à compléter la signalisation, à faire du nettoyage de sentier, du cordage de bois jusqu'à maintenant 15 cordes de bois au refuge de la montagne Noire, 6 cordes de bois au refuge du Grand-Duc au lac Coutu et 4 cordes au refuge du Branchu au lac Simon. Merci à tous ces bénévoles, j'en énumère quelques-uns Michel Durand notre vice-président, Jean-François Dupuis (merci pour la peinture des planchers dans les refuges), Natalie Cordeau, et la liste de nos bénévoles seraient très longue donc j'espère qu'ils m'excuseront de ne pas tous les nommer.

De plus, Sylvain Barbeau de Services Plein-R forestiers, nous a construit et installé de nombreuses passerelles dans le sentier des randonneurs et les sentiers qui mêne au refuge du



Grand-Duc, quelques réparations ont été effectuées au refuge le Mésangeai, des travaux au chemin d'accès près du refuge le Branchu et bien d'autres travaux, la liste est trop longue. Merci à Sylvain et son équipe pour tout le travail accompli.

Ensuite, je tiens à remercier les pompiers qui ont vaillam-ment travaillé à éteindre un feu qui se propageait en direction du refuge le Branchu, des campeurs avaient négligé d'éteindre les cendres avec de l'eau.

Autre fait à mentionner, les conducteurs de motocross sont priés de demeurer dans les chemins forestiers et j'ajouterais une autre petite précision, les refuges sont réservés aux amateurs de randonnée.

Je vous fais une dernière requête, s.v.p. veillez à payer votre nuitée, nous avons d'énormes coûts à défrayer pour l'entretien des refuges et des sentiers, oui nous recevons une subvention de la municipalité, mais ce n'est pas suffisant pour tout payer. On veut faire de nos sen-

tiers une expérience agréable et l'utilisation de nos refuges un endroit où il fait bon s'arrêter. Ainsi vous soutiendrez le Club de plein air dans l'entretien et l'aménagement de ses sentiers et de ses refuges.

Dernière chose et pas la moindre, l'aménagement de sentier de vélo de montagne et fatbike est en cours dans le parc Nature-Études, ce sera une belle avancée pour tous, ceux-ci s'adresseront à toute la famille, ils seront de niveaux débutants à intermédiaires et seront aménagés de manière à en assurer la pérennité. Merci à Anne-Marie Alder et toute son équipe pour leur implication dans ce beau projet et un autre merci à la municipalité qui nous a octroyé une aide financière de 10000 \$ dans ce projet qui sera certainement très structurant pour notre munici-

Je vous souhaite un excellent automne et de nombreuses ran-

données.

RE/MAX. SOLUTION DOLUT

Vivez la différence







ACCÈS LAC BEAUCHAMP





BORD LAC ARCHAMBAULT





ACCÈS AU LAC BEAUCHAMP



Impeccable, près du Golf et de Ski La Réserve \$199 000. MLS 23920747

NOUVEAUTÉ



En pleine nature, construction contemporaine, retiré de la route. \$329 000. MLS 17035856

ACCÈS LAC ARCHAMBAULT



Près du Mont Garceau, 8 km du village, endroit recherché, condition A-1. \$365 000 MLS 11155716

BORD LAC ARCHAMBAULT



Terrain privé, coquet petit chalet Au Mont Garceau, 4 chambres, 3 avec vue panoramique, endroit niveaux, planchers de bois, idéal

SKI-IN / SKI-OUT



BORD RIVIÈRE OUAREAU



Orientation sud-ouest, rénové en 2009, terrain avec arbres matures. calme, \$525 000. MLS 15558034 pour skieurs \$379 000. MLS 14633233 \$635 000. MLS 22690433

V VENDU E

ANDONNET BELHUMEUR



France CHANDONNET Courtier immobilier résidentiel 819 424.7817



Gilles BELHUMEUR Courtier immobilier 514 708.0450



557, rue Principale, Saint-Donat (Québec) J0T 2C0

819 424.5775

chandonnetbelhumeur.com



voilà plusieurs mois que nous avons négligé de communiquer des nouvelles du GMF. Il faut dire qu'il ne manque pas de travail dans notre groupe de médecine familiale, et rassurez vous, malgré les rumeurs qui courent, aucun de nos médecins ne prévoit prendre leur retraite avant encore plusieurs années. Sans doute parce que notre organisation fonctionne très bien et que nous avons toujours du plaisir à travailler ensemble dans

une communauté qui nous appré-

Ça marche par chez nous!

cie beaucoup et qui soutient notre Fondation Médicale.

Grâce à vos généreux dons du printemps dernier pour plus de 40000 dollars, nous procèderons à l'acquisition de nouveaux équipements, entre autres pour rehausser la Clinique du Village. Sous peu, nous aurons sur ce site notre première Ipspl, c'est à dire une Infirmière praticienne spécialisée de première ligne, mieux connu sous le nom de superinfirmière.

Notez pour ceux qui veulent contribuer à la Fondation, il y aura un souper bénéfice qui se tiendra le mereredi 24 octobre à Tremblant. Aussi, réservez la date du vendredi 24 mai pour le prochain tournoi Lauda Garceau.

Depuis plusieurs années, nous tenons des marches santé à tous les mardis. Cette année, St-Donat participera à la Grande Marche, organisée conjointement dans plus de 75 municipalités du Québec. Venez marcher avec vos médecins de famille le 21 octobre, départ à 10hrs à la place de l'Église. C'est un parcours de 5 km, c'est gratuit et bon pour votre santé. Inscrivez-vous en ligne au https://www.gdplmd.com/fr/événements.

Selon les informations reçues, presque toute la population de notre secteur est inscrite auprès d'un médecin. Si ce n'est pas le cas, tapez "Gamf" sur votre moteur de

recherche internet et inscrivezvous. Vous serez éventuellement invité pour un rendez-vous de prise en charge. Nous vous rappelons que si vous êtes déjà inscrits auprès d'un de nos médecins, de contacter le secrétariat si vous avez besoin d'un rendez-vous : très souvent les délais sont assez court. Dans l'éventualité où votre problème est plus urgent, et si votre médecin ne peut vous recevoir le jour même, il est possible de réserver une place à l'urgence en appelant des 8h30 au CLSC. Un nouveau système de prise de rendez-vous par internet sera éventuellement disponible, nous vous ferons part des détails lorsque cela sera opérationnel. Aussi, si vous devez renouveler vos prescriptions de médicaments, sachez que votre pharmacien peut le faire pour quelques mois pour vous dépanner, mais de grâce, prenez un rendez-vous avec votre médecin, ne le faites pas à la dernière minute. Vous pourriez vous retrouver en mauvaise posture sans médicament.

Enfin, nous procédons actuellement au renouvellement de notre GMF pour l'année 2019. Nous avons une équipe complète en professionnels de la santé, avec travailleur social, psychologue et kinésiologue en plus de nos infirmières. Nous continuons à consolider l'équipe médicale dans le secteur de St-Côme et Chertsey qui travaille aussi en collaboration avec nous. Le Dr Gabrielle Ménard Godin s'est joint à notre équipe depuis septembre et fera des présences à notre urgence.

On peut certes dire que cela marche dans tous les sens du mot par chez nous!

À compter du 1er novembre 2018

Faites-vous vacciner si vous êtes âgé de 75 ans ou plus ou si vous vivez avec une maladie chronique

A compter du 1er novembre 2018 débutera la campagne de vaccination contre la grippe. Le programme offert par le MSSS cible les personnes les plus à risque de complications et de décès associés à la grippe.

Les clientèles ciblées sont :

 Personnes à risque de complicaions:

- Personnes de 6 mois et plus

atteintes de maladies chroniques (incluant les femmes enceintes, quel que soit le stade de la grossesse);

Personnes âgées de 75 ans et plus;

- Femmes enceintes aux 2e et 3e trimestres de grossesse;

 Aidants naturels et proches résidant avec des personnes à risque ou des bébés de moins de 6 mois; Travailleurs de la santé, particulièrement ceux donnant des soins directs aux usagers en centres hospitaliers et CHSLD.

Le Comité d'immunisation du Québec (CIQ) a émis de nouvelles recommandations concernant les clientèles ciblées pour la vaccination contre la grippe. Des études récentes ont en effet démontré que le risque d'hospitalisation et de décès associé à la grippe pour les personnes en bonne santé de 60 à 74 ans et les enfants âgés entre 6 et 23 mois est comparable à celui de la population en bonne santé. La vaccination contre la grippe n'est donc plus recommandée pour ces groupes d'âge. Toutefois, si les personnes appartenant à ces groupes désirent être vaccinées, le vaccin leur sera offert gratuitement cette année.

Rappelons que l'application de

mesures d'hygiène simples, tel le lavage des mains, est une bonne façon de se protèger contre la grippe et les autres virus respiratoires.

Prendre rendez-vous à compter du 15 octobre 2018 à 10h: deux options s'offrent à vous

 Par Internet: Visitez le site www.monvaccin.ca, sélectionnez le vaccin désiré, la région «Lanaudière» et suivez les instructions.

À l'aide de ce système de réservation en ligne, vous obtenez rapidement un rendez-vous afin de recevoir le vaccin.

Par téléphone: Du lundi au vendredi, de 8h3o à 16h3o, en composant le 450-755-3737 ou, sans frais, le 1-855-755-3737
 Assurez-vous de prendre en note

l'heure, la date et le numéro de confirmation du rendez-vous.



Problème de pompe d'égoût?

T'AS UN PEU UNE JOURNÉE DE MERDE.

VOS EXPERTS EN PLOMBERIE, POMPE ET TRAITEMENT D'EAU.

Notre-Dame-de-la-Merci



Bonjour à tous les citoyens!

Le 23 septembre dernier a eu lieu la fête du centenaire de L'église. Ce fut un grand succès. Plus de 187 billets ont été

vendus pour un bon dîner avec le Chef Laflèche. Nous étions en pré-sence de plusieurs invités d'honneur tels que Monseigneur Raymond Poisson, Monseigneur Gilles Lussier, Sœur Marie-Thérèse Laliberté, Sœur Micheline Charbonneau, L'Abbé Claude Sauvageau, les marguilliers de la paroisse Ste-Marie des Lacs, Monsieur Sylvain Bre-ton, Maire D'Entrelacs et Préfet de la MRC Matawinie ainsi que Monsieur Gabriel Ste Marie, Député. Merci à tous les membres du comité organisateur de cette journée et un merci particulier à Madame Lucie Vignola qui s'est dévouée à orchestrer l'évènement. Si vous êtes inté-ressés à faire un don, il est encore temps! L'objectif de la Paroisse est de 40 000 S. Le montant amassé à ce jour est 11 000 \$. Il y a encore du travail à faire pour atteindre notre but pour la réfection de l'église. Vous pouvez communiquer avec Monsieur le curé Claude Desroches, au presbytère au 819-424-5326 pour faire votre don.

En septembre, plusieurs belles activités ont eu lieu! Le "Rendezvous d'automne" avec la découverte de champignons, dans la forêt Ouareau secteur du pont suspendu, avec une très belle participation. Aussi, "Les journées de la culture" sous le thème "Une histoire de mots' avec un spectacle de musique présenté par le « Trio trad Grenier-Miron-Bordeleau», sous les étoiles du parc de la rivière Dufresne. Deux heures de pur bonheur! Maintenant, place à l'Halloween! Cette année, l' Halloween à Notre-Dame-de-la-Merci se passe à l'extérieur au parc de la rivière Dufresne. Il y aura un sentier hanté aménager tout au long du parcours autour de la rivière Dufresne. Des chapiteaux que vous pourrez décorer seront à votre disposition pour distribuer des bonbons à nos tout-petits. Pour réser-

ver votre kiosque et donner des bonbons ou pour plus d'information contactez Stéphanie Valiquette, au service des loisirs au 819-424-2113 poste 7260.

Le 28 octobre prochain il y aura une élection partielle pour le poste de conseiller (ère) au siège 1. Le vote par anticipation aura lieu le 21 octobre de 12h à 20h, à la salle communautaire au 1948 chemin Notre-Dame-de-la-Merci. Le 28 octobre, c'est de 10h à 20h, à la même adresse. Il y a deux candidats en élection, Madame Julie-Anne Cousineau et Monsieur André Savage. Bonne chance!

Savage. Bonne chance! Une bonne nouvelle! Les 15 maires de la MRC de Matawinie ont apdevant être installée sur plus de 52 000 poteaux. Ce réseau permettra de desservir plus de 42 000 résidences et organismes répartis sur l'ensemble du territoire municipalisé de la MRC. Ces derniers auront ainsi la possibilité de bénéficier d'une connexion internet pouvant aller jusqu'à une vitesse de 100 Mbps. Selon l'échéancier du projet, l'implantation du réseau de fibre optique se fera sur une période de deux à trois ans débutant à l'été 2019.

Suite aux élections provinciales, nous félicitons madame Nadine Girault de la CAQ pour sa victoire dans la circonscription de Bertrand.





prouvé, lors de la séance du Conseil du 11 juillet 2018 suivant l'acceptation du règlement d'emprunt par le MAMOT, la mise en œuvre de l'un des plus importants projets d'implantation de réseau de fibre optique au Québec, soit un investissement de 55 M\$. Nous avons enfin adopté une résolution à la séance du conseil de la MRC du 12 septembre dernier et le contrat a été octroyer a la firme Cooptel afin d'offrir aux résidents et commerçants sur le territoire de la MRC des services internet, de téléphonie et de télévision à des prix concurrentiels. Rappelons que le projet vise à déployer 2 700 kilomètres de fibre optique

De plus, nous aimerions souligner le départ à la retraite de la politique du député M. Claude Cousineau. Il a été un grand homme politique pour la région et pour le Québec. Merci M. Cousineau pour toutes ces années de service sur le terrain et à l'Assemblée nationale du Québec.

En terminant, nous vous invitons toujours à rencontrer des membres du conseil et moi-même, les same-dis à la salle du conseil de 9h à 12h. Au plaisir d'échanger avec nous! Pour me rejoindre, voici mon numéro de téléphone cellulaire 819-216-5495 et mon adresse courriel

mairesse@mun-ndm.ca. Votre mairesse, Isabelle Parent.







Biblio NDM



Bonjour à vos tous.

L'été a été chaud et chargé. Nous avons été très occupées, c'est la raison pour laquelle vous ne

m'avez pas lu dans le journal. Nous commençons le mois d'octobre en beauté, avec le retour du pot de friandises. Vous devez essayer de deviner combien il y a de friandises dans le pot. Vous avez jusqu'au 31 octobre 16h, pour voter. Les friandises seront remises à la personne qui aura deviné le nombre exact de friandises, ou le plus près.

Octobre, c'est aussi le mois des bibliothèques publiques. Pour vous remercier de votre assiduité, nous ferons tirer parmi toutes les personnes participantes, 10 bons d'achat de la librairie Martin Inc. Chacune de vos visites avec emprunt ou renouvellement de documents vous donnera un coupon dans la boîte de tirage. Les gagnants seront dévoilés le 31 octobre à 13h30. Bonne chance à tous.

SCRABBLE DUPLICATE: jeudi à 18h.À compter du 18 octobre.plus d'informations et inscription, contactez -nous à la bibliothèque.

COIN DE LA CULTURE t Nous avons le plaisir d'exposer les toiles de Madame Nicole Payette, peintre. Son exposition se poursuivra jusqu'au 22 décembre.





Visibilité sur 100 sites dans 60 pays groupe sutton - synergie inc.

agence immobilière affiliée à groupe sutton - québec inc

530, Rue Principale, St-Donat, Qc JOT 2C0

819-419-0118





ST-DONAT - BORD LAC CROCHE



ST-DONAT - BORD LAC ARCHAMBAULT MLS 27980781



ST-DONAT - TOUT PRÈS DU LAC DES PIONIERS MLS (5325924



ST-ADDPHE-D'HOWARD - BORD LAC DU CŒUR



ST-DONAT - BORD LAC ARCHAMBAULT



ST-DONAT - VUE SUR LE LAC BEAUCHAMP



CHERTSEY - COMMERCIAL MLS 18254637



ST-OONAT - TERRAIN - BORD RIVIÈRE PIMBINA 339 0005 MLS 18235650



LANTIER - ACCES LAC CARDIN



ST-BONAT - VILLAGE - CLÉ EN MAIN



ST-BONAT - BORD LAC CLEF - CHALET 3 SAISONS



ST-DONAT - CŒUR DU VILLACE



ST-DONAT - BORD LAC ARCHAMBAULT



ST-DONAT - ACCÈS LAC ROCHEMAURE ML5 18447833



NDM - ACCÈS RIVIÈRE OUFRESNE





STE-AGATHE - MAISON AVEC UN REVENU



ST-DONAT - SECTEUR PAISIBLE



ST-DONAT - ACCÈS RIVIÈRE PIMBINA MLS 9956128



STE-LUCIE - GRAND TERRAIN 2.5 ACRES



STE-ACATHE - TERRE 71 ACRES ML5 2883761



ST-ODNAT - ACCÈS NOTARIÉ LAC QUAREAU



NDM - ACCÈS PUBLIC LAC QUAREAU DDDS MLS 22869372



ST-DONAT - CŒUR DU VILLACE MLS 26967204



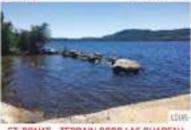
ST-DONAT - VILLAGE - COMMERCIAL MLS 23351673



ST-DONAT - HAUTE EFFICACITÉ ÉNERGÉTIQUE



ÉNERGÉTIQUE ST-DONAT - ACCÈS NOTARIÉ LAC BLANC MLS (067/779 255 000S MLS (10980



LAC BLANC ST-DONAT - TERRAIN BORD LAC QUAREAU MLS IIID9803 325 0005 MLS I0260579 MLS 10260579 24 0005



NOM - TERRAIN PRÉT À BÂTIR MLS 10087284 20 0005



NOM - TERRAIN - BORD DE RIVIÈRE



STÉPHANIE DIONNE 514 622-0818 SDIONNE@SUTTON.COM



LINDA MINOTTI 514 730-7066



LOUIS JEANNOTTE 514 830-2645



514 506-6694



MICHEL MAJOR 514-952-5492 MMAJOR@SUTTON.COM







Victime de notre succès

Lucie David

otre première collecte historique du 31 août à bord du motorisé d'Héma-Québec est maintenant chose du

D'entrée de jeu, il est important de remercier mes collègues Filles d'Isabelle qui devant le manque de bénévoles suite à mon appel se sont offertes pour la durée de la collecte; Marie Fournier, Audrey Marion ainsi que Fleurette Riopel. De plus, madame Sylvie Bourgie s'est jointe à nous pour une pé-riode en après-midi. Encore

Notre objectif de 60 donneurs avait été fixé basé sur l'historique des dernières collectes. Héma-Québec en lien avec eet objectif planifie le personnel nécessaire. Nous avons accueilli 70 donneurs et avons été dans l'obligation de refuser des gens la capacité maximale étant atteinte.

Afin de remédier à cette malencontreuse situation et suite à discussion avec Héma-Québec, notre objectif sera de 80 donneurs pour les prochaînes collectes. Vous pouvez dès maintenant noter à vos agendas les dates suivantes : 17 mai et 30 août, 2019.

Le projet de Fanny Bellemare-Martín (conseillère en organisa-tion de collectes d'Héma-Québec) qui a été mis en place ce printemps

avec les étudiants de secondaire I et II de Saint-Donat afin de les sensibiliser au don de sang afin qu'ils soient des ambassadeurs pour convaincre de nouveaux donneurs se répétera au prin-temps prochain. Une dame qui avait fait son premier don en juin suite à cette initiative était de retour lors de la collecte du 31 août. Nous avons eu le privilège durant cette collecte d'accueillir 5 personnes pour un premier don.

Un énoncé d'un grand donneur m'a fait réfléchir dernièrement: Le don le plus important n'est pas le 100ième ou le 800ième, c'est le premier". Il y a 3% de la popula-tion entre 18 et plus qui donnent du sang donc nous aurons la chance lors des prochaines collectes de recevoir encore de nouveaux donneurs, j'en suis certaine.

En terminant, plusieurs donneurs ont répondu que l'affichage avait été ce qui les avait conduits à la collecte. Sur une note plus personnelle, un merci spécial à mon mari, Jean-Louis Beauchamp pour son aide précieuse pour l'ins-tallation et le retrait de la signali-

Aux employés de la municipalité de Saint-Donat, merci de votre collaboration avant, pendant et après cette collecte.

Ne pouvant passer sous silence la générosité du propriétaire de la Pizzéria Saint-Donat un merci spécial d'avoir accepté d'offrir la pizza à l'équipe de bénévoles.

Si vous désirez vous impliquer lors de collectes futures, n'hésitez pas à communiquer avec moi via courriel lucie.david@sympatico.ca.



Marie Phaneuf

Bonjourà vous

Nous avons terminé notre saison par une soirée assez amusante mythes et légendes. En effet Ju-

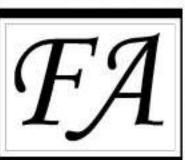
lie Boudreau nous a appris l'origine du mot narcissique et on a compris pourquoi les anglophones nomment le myosotis «forget me not» le tout agré-

menté d'un brin de sorcellerie avec la mandragore

Un gros merci à vous tous pour votre participation durant cette belle année. Tel que mentionné précédemment un sondage vous sera acheminé sous peu. Il sera dans l'intérêt de tous que vous complétiez ce sondage afin que vos besoins soient bien re-flètés. N'hésitez pas à nous contacter via notre courriel au hortistdonat@gmail.com . si vous avez des suggestions ou commentaires à nous transmettre. Nous sommes là pour répondre à vos attentes mais encore faut-il qu'elles soient clairement expri-

Au plaisir de vous revoir en mars prochain et d'ici là vous aurez de nos nouvelles sur notre site web. www.hortistdonat.org

Pour nous rejoindre : hortistdonat@gmail.com



Johanne Baillargeon

Avec l'automne qui est arrivé, notre saison 2018-2019 est bel et bien commencée. Il nous a fait plaisir de vous accueillir au restaurant Les 3 Copains, dont le service était excellent. Ce fut une agréable soirée et nous en avons profité pour échanger entre nous. Bienvenue aux nouvel-

les Femmes actives et aux anciennes.. Il ne faut pas oublier que la mission première de nos soupers, est en fait une campagne de collecte de fonds qui s'étend sur un an. Vous pouvez toujours vous procurer les cartes de membre lors de nos soupers.

Notre prochain souper aura lieu à l'Étoile du Nord le mercredi 10 octobre prochain. Nos invités, Mme Anne Grondin, directrice de l'école de Notre-Dame-de-la-Merci et Entrelacs et le nouveau directeur de l'école de St-Donat, nous feront le plaisir de nous présenter un rapport des dépenses faites avec les subventions que nous leur avons données l'an passé. À cette même occasion, comme les années antérieures, nous leur remettrons les subventions.

Nous vous contacterons par courriel et/ou par téléphone pour vous donner les détails du souper à venir.

Nous vous attendons en grand nombre. Au plaisir de se voir à l'Étoile du Nord.



Quel bel automne

Suzanne André

a visite du quartier juif de Montréal, première acti-vité de la saison 2018-2019 de l'UTA, a remporté un vif succès, le 26 septembre dernier. Nous avons suivi, en autobus

et à pied, à partir du Palais des congrès de Montréal jusqu'au boulevard Saint-Laurent, le trajet parcouru par les différentes vagues d'immigrations jui-

Mais le moment fort de la journée a, de toute évidence, été la visite de la synagogue Emanu-El- Beth Sholom. Nous y avons été chaleureusement accueillis par madame Judith et monsieur André Bougaieff, Madame Bougaieff a réussi à captiver tous les membres de notre groupe en relatant, à grands traits, l'his-

toire de la religion et du peuple juifs. On nous a également initié sommairement au déroulement de la cérémonie du shabbat à la synagogue et au déroulement du souper rituel célébré en famille. Ce que, probablement, chacun d'entre nous retiendra de cette visite, sera la profondeur de la foi, la grande humanité et l'ouverture d'esprit de madame Bougaieff. Une rencontre inspirante dont nous nous souviendrons longtemps. Une rencontre rare.

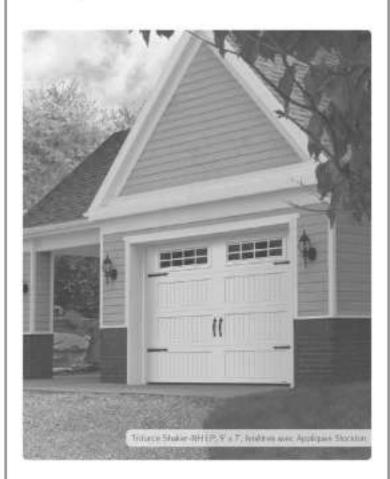
Le 30 octobre prochain, monsieur Charles Caouette, psychologue et conférencier bien connu, viendra nous encourager à « vivre une vieillesse alternative » à défaut de trouver une alternative au vieillissement...

Du 25 octobre au 8 novembre, monsieur Camille Charles, conférencier très apprécié à l'UTA

de Saint-Donat, sera de retour parmi nous pour nous guider « à la découverte du monde arabomusulman ». Le printemps arabe, les mythes et réalités du Coran et le Liban, jeune pays de 6 000 ans, des sujets d'une grande actualité qui, une fois décortiqués pour nous, nous permettrons de mieux comprendre l'actualité toujours brûlante du Proche-Orient.

Il est toujours temps de s'inscrire en ligne aux activités de l'UTA à l'adresse suivante : www.usherbrooke.ca/uta/saintdonat ou en personne lors des conférences. Les brochures de programmation sont disponibles à la bibliothèque munici-pale, au comptoir d'accueil de 'hôtel de ville et au bureau d'information touristique de Saint-

Un style CHAMPÊTRE



Pour votre porte de garage, faites affaires avec les vrais experts!



Portes de garage Mont-Tremblant

35, rue Galipeau Mont-Tremblant, QC 819 425-5596

portestremblant.com

RBQ: 8275-8806-04

du lecteur

Merci M. Lavoie

Monsieur Réjean Lavoie,

En mon nom personnel et au nom de l'association Diabète Mont-Tremblant et de tous ses membres, c'est avec beaucoup de plaisir que j'acquiesce réception de votre don de 1300\$ applicable au bienfait des diabétiques de notre grande région.

L'association Diabète Monttremblant, affiliée à Diabète Québee, s'est donné comme mission d'informer et de sensibiliser les gens à propos de cette maladie sournoise qu'est le diabète.

Tous les dons recueillis sont directement affectés à des activités pour nos membres, que ce soit pour défrayer l'inscription de jeunes diabétiques au camp Carowanis, donnant ainsi un répit de quelques semaines aux parents directement concernés par eette problématique qu'est le diabête juvênîle. Ou encore à défrayer les coûts d'un (e) professionnel (le) de la santé tel nutritionniste, infirmier(e), pharmacien, orthopédiste, podiatre et autres spécia-listes et ainsi offrir différents services à nos membres; cours de nutrition et de cuisine, activités de dépistage du diabète, sensibilisation sur le soins des pieds, l'apnée du sommeil, réunions d'informations et autres.

C'est grâce à des actions comme la vôtre que nous pouvons faire avancer la cause du diabète et en arriver à une totale sensibilisation de l'ensemble de la population à cette terrible maladie.

Veuillez recevoir monsieur Lavoie, mes salutations les plus

Lise Fecteau Présidente, Diabète Mont-Tremblant

Tassez-vous Citoyens, y'a du nouveau qui arrive!

Dans l'article publié le 25 sep-tembre 2018 dans le journal L'Information du Nord, nous apprenions des investissements totalisant près de 80 millions de dollars. Voici les projets annoncés : L'Oasis du Lac Archambault, un projet de construction de 150 unités pour personnes âgées; Cité nature Saint-Donat du Groupe Evex, un développement de 93 unités de type mini- maisons urbaines; Balkon Saint-Donat projette un domaine d'environ 80 unités de maisons et Hexaki, une usine de bois laminé haut de gamme sera implanté ici.

Pour donner suite à cette énumération de projets le maire de Saint-Donat, Joé Deslauriers, y va de cette déclaration: « Le fait d'at-tirer des entreprises comme celles qui nous sont présentées, des résidences pour personnes âgées et une entreprise de bois laminé, bien c'est des emplois quand même assez bien rémunérés, à temps plein, pour attirer des familles. Parce que sinon attirer des familles à Saint-Donat en travaillant au salaire minimum, c'est impossible. Avec des emplois comme ceux-là, ça va être possible. » De toute évidence le bienêtre de ses concitoyens est secondaire. Attirer un maximum de gens vers Saint-Donat est sa prio-On oublie l'opportunité d'emplois mieux rémunérés et à temps plein que cela pourrait représenter pour les résidents, de toute vraisemblance, ils sont destinés à attirer des familles. Des familles d'ailleurs. Tant pis, le meilleur sera pour d'autres

J'aimerais rappeler à Monsieur le Maire que des tels enjeux de-vraient avoir au moins le mérite de profiter un tant soit peu aux résidents, pas seulement à de nouveaux arrivants! De plus, il scrait important de convenir que ce ne sont pas ces projets qui sauront redynamiser le village ni la rue Principale. Décousu et dénué d'intérêt, le village n'est plus que l'om-bre de ce qu'il fut à une certaine époque. Quels sont les plans qui permettront une revitalisation efficace qui saura apporter prospérité 12 mois par année à nos com-merçants? Comment comptezvous attirer assez de visiteurs pour eonvainere des entreprises d'avoir pignon sur rue? Comme vous pouvez le constater, ça ne se bat pas pour louer des locaux dans le cœur du village!

Nous sommes à un weekend de rouler les trottoirs et, comme à chaque année, l'arrivée du mois d'octobre annonce une période creuse et difficile pour les commercants mais aussi pour eeux qui y travaillent. Les heures se feront encore une fois moins nombreuses pour les employés et les chif-

fres d'affaires seront en chutes libre. Vous prévoyez faire quoi pour attirer des touristes qui laisseraient du fric sur leur passage? Connaissez-vous au moins le sens du terme « retombées économiques »? Vous croyez que les touristes viendront visiter l'usine Hexaki? Vous croyez qu'il s'organisera des voyages organisés direction L'Oasis du Lac Archambault? Notre qualité de vie est une priorité et il sérait grand temps de fixer des objectifs qui sauront aider nos acteurs économiques actuels au lieu de tout miser sur de nouveaux. Pour l'instant rien n'est fait pour justifier un détour par Saint-Donat, encore moins pour les 6 prochains mois! Il se nasse quoi pour nous? J'aimerais

Je suis convaincu du bien-fondé de ces investissements sur notre communauté, il est évident que cela ne peut qu'aider! Célébrons donc l'arrivée de ces projets d'envergure qui sont annoncés car je erois fermement que cela ne peut être que positif. Mais j'aimerais souligner qu'il serait plus que rand temps de développer parallèlement une stratégie pour attides entreprises récréotouristiques et d'annoncer du concret en ce sens car je ne connais personne qui prend son weekend pour visiter les domaines résidentiels et encore moins les résidences pour personnes âgées!

Pour terminer, Monsieur le Maire, ne croyez surtout pas que nous soyons seulement bons qu'à vous élire. Nous méritons d'être

efficacement représentés et non laissés de côté au détriment de projets plus prestigieux. Vos concitovens méritent tout autant que vos nouvelles familles » sinon plus, ces emplois mieux rémunérés que le salaire minimum! Les commerçants méritent que de réels efforts soient déployés pour voir ces 6 mois de basse saison de malheur disparaître. Le bien de notre collectivité en dépend! À l'heure où J'écris ees quelques (!) lignes, très peu est fait pour nos commerçants actuels et encore moins pour redorer l'image du village. Vous ne me croyez pas? Allez prendre une marche, vous verrez, Saint-Donat est bien triste à

la musique, disons, plus exi-geante – mais y a-t-il vraiment des musiques non exigeantes? –

notre jeunesse soulèvera l'admi-

ration partout. Je le sais. J'étais

à Lans-en-Vercors en 2009, Ja-

mais je n'oublierai ce vovage. On

aura beau dire que les jeunes ont

changé, qu'ils ont des journées

très chargées, qu'ils sont sollici-

tés de toutes parts par les ré

seaux sociaux ou les activités

sportives, ce que moi j'ai vu ce sont de jeunes personnes extrê-mement disciplinées et respon-

sables qui communiquaient avec

tous les gens de Lans tout en se

réservant des moments de beauté et de tranquillité avec

leur instrument, là, dans les Bas-

ses-Alpes. C'est difficile de dire

qu'un adulte a une couleur mais il y a, de toute évidence, autant

des profils d'enfants qu'il y a de

couleurs : chansons, jeu scéni-

que, présentation et explications

au lutrin, instruments pluriels,

L'Orchestre de Saint-Donat et notre communauté



Nicole Lajeunesse

Les défis de l'enseignement et de la diffusion de la musique hors des grands centres urbains sont multiples, complexes et bien archives au sein des institutions universitaires. En 1967, eh oui, après un cours classique d'une durée de 8 ans, on exigeait, pour que j'enseigne au préscolaire, des cours de flûte, des cours sur la méthode Orf et Martenot (Carl Orf et Maurice Martenot ont mis au point une méthode d'éducation musicale fondée sur le rythme, les ondes) et on demandait aussi que je rafraîchisse mes cours de piano classique que j'avais commencés à cinq ans.

Appliquer et faire rayonner la musique n'est pas de tout repos. Il faut trouver des sources de financement bien sûr, réserver des lieux de diffusion apprones musiciens et des adultes musiciens ou accompagnateurs, s'occuper du transport, de la discipline inhérente à tout projet artistique et j'en passe... Le but de notre orchestre est de donner aux élèves une formation de la plus haute tenue et de faire en sorte qu'elle soit intégrée viscéralement à notre milieu, Chaque élève a un cheminement particulier. Il y a autant de façons d'apprendre qu'il y a d'élèves essentiellement parce que nous faisons tous partie d'une famille qui a son propre dynamisme. Cette famille est bien plus souvent qu'on le croit sensible à un talent qui se développe chez telle petite fille, tel petit garçon, par-fois parallèlement à des difficultés en lecture et en écriture, peut-être en mathématique ou dans la façon dont l'enfant s'intègre à son milieu. Il y a beaucoup de littérature à ce sujet et toutes les lectures convergent ers le constat que les impacts de la musique chez les tout jeunes comme chez les adolescents favorisent le développement co-gnitif et social sans compter d'étonnants résultats académi-

Les dirigeantes de l'Orchestre de Saint-Donat sont des professionnelles très qualifiées, expérimentées et engagées, depuis longtemps. On peut faire évaluer son ou ses enfants au cours d'une rencontre individuelle ou en glissant quelques mots après une représentation dans le réseau que l'orchestre a tissé. Il y a toujours beaucoup de joie, d'espace, d'interactions à la fin d'un concert et voir de vrais « petits » musiciens en herbe saluer et rougir de fierté, ça donne des idées. Il ne faut pas négliger l'apport et l'influence des musiciens adultes qui se sont joints au fil des ans. Ils sont indispensables à tout le processus et élar-gissent le cercle des amis de l'orchestre par leurs contacts et l'intérêt qu'ils suscitent.

Si notre communauté valorise

Martin Dubuc

'ai été interpellée par l'article de madame Louise Olivier au sujet de l'Orchestre de Saint-Donat. J'ai assisté à plusieurs concerts, surtout ceux autour de la fête de Noël parce que je suis une romantique sensible aux atmosphères même si ce n'est plus de bon ton de l'avouer. Chaque fois, je prenais des notes au moment de la prestation ou tout de suite après car mon enthousiasme et la présence fort nombreuse d'amis m'empêchaient d'écrire les mots justes et modérés requis. Aujourd'hui je me permets de vous faire part de mon ravissement en insistant sur le lien, essentiel, entre notre communauté et l'orchestre.

priés, gérer les horaires des jeu-

pourquoi pas? J'ai entr'aperçu le slogan de l'École de musique de McGill et je l'aime bien : « À la mesure de tes rêves, tu trouveras une place avec nous » Je crois vous l'avoir dit, je tiens pour indiscutable que tous les savoirs sont transférables. La génération qui vient est extrêmement compétente et attentive à nous, gens de Saint-Donat, même sî souvent elle n'a pas l'air de nous trouver particulière-ment stimulants. Allez au con-cert et vous verrez les musiciens chercher leur famille des yeux, vérifier si tout le monde qu'on admire de loin s'est déplacé juste pour nous, bouger pour être vus, placer les petits, ajouter du gel ou un élastique dans leurs cheveux et avoir les joues aussi roses que la lumière, tamisée. J'aime les jeunes et je sais qu'ils sont profondément attachés à leur milieu, à Saint-Donat, Vous savez, c'est peut-être grâce à eux que nous pourrons continuer à améliorer nos relations et nous ouvrir à certaines entreprises.

C'est avec plaisir que je vous convoque à l'assemblée générale annuelle de la Société historique qui aura lieu

Mardi 27 novembre 2018 à 10 h à la salle Jules-St-Georges (490, rue Principale)

Jean-Jacques Théorêt, président



Julie-Anne Cousineau

Candidate au siège numéro 1 Conseil municipal de Notre-Dame-de-la-Merci



Rassembleuse, dynamique et riche de l'expérience acquise dans la dernière année, je réitère mon desir de travailler pour nous les citoyens de Notre-Dame-de-la-Merci comme conseillère municipale.

L'automne dernier vos suggestions et commentaires ont été entendus lors de notre

orte-à-porte. Je souhaite assurer un suivi de ces préoccupations. C'est donc avec un immense enthousiasme et l'appui de notre mairesse Isabelle Parent que je me sens prête à travailler de concert avec le conseil municipal actuel dans la réalisation des projets en cours et de ceux à venir.

Mes engagements Implantation d'un projet de transport pour les aînés permettant d'aller faire leurs

Favoriser à long therme la continuité du jardin collectif et l'implantation de cuisi-

Travailler en collaboration avec les organismes existants afin de briser l'isolement des personnes seules

S'assurer que la municipalité par ses actions et ses évènements soit un exemple en gestion des matières résiduel-

Mes Implications municipales actuelles

Comité de la MADA

(Municipalité amie des ainés) Comité des Loisirs

Aide à la planification des activités de loisir de la municipalité

Bénévole assidue lors des activités de la municipalité.

De nos jours, la conciliation travail/famille est nécessaire. Je souhaite rassurer tout le monde en assurant mon implication immédiate suite à la naissance de mon enfant. Il est absolument possible et je me sens prête à mener de front vie politique et vie de famille.

Jappuie la candidature de Julie-Anne pour assurer une bonne continuité de nos engagements avec le conseil en place. Donc le 28 octobre, on vote Julie-Anne Consineau!" Isabelle Parent, mairesse de Notre-Dame-de-la-Merci

Le 28 octobre, je vous invite à venir voter massivement, Julie-Anne Cousineau



9, Ch. du Pont Saint-Donat





OFFREZ-VOUS **UN COURTIER** CERTIFIÉ

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







Gertrude Lafond Nielly

'automne s'installe doucement et déjà nous fait pressentir la froidure. Cependant pour moi, l'automne est la saison de l'espérance, aison qui annonce une renaissance. Avez-vous déjà remarqué? Si on observe les branches des arbres à l'automne après la tombée des feuilles on découvre que les bourgeons du printemps sont déjà pré-sents et au temps venu la vie jaillit à nouveau.

Dans la plupart des diocèses du Québec le mois de septembre est le début d'une nouvelle année pastorale. Qu'est-ce que la pastorale? «La pastorale désigne l'ensemble des activités et des moyens mis en œuvre pour répondre aux besoins spirituelles des communautés chrétien-

Dans notre diocèse, celui de Mont-Laurier, le lancement de l'année pastorale a eu lieu le 13 septembre dernier. Chaque année cet évènement regroupe plus d'une centaine de personnes.

Les personnes invitées : Les pasteurs, les diacres, les agents(es) et intervenants(es) en pastorale ainsi que les personnes rémunérées ou bénévoles ocuvrant dans les différents services ou organismes au sein du diocèse et des paroisses.

L'accueil chaleureux de notre évêque Mgr Paul Lortie a donné le ton à une journée de ressourcement vécu dans la joie et la fraternité grâce au dynamisme de Francine Beaulieu-Roy responsable diocésaine de la formation à la vie chrétienne et de la personne ressource Sophie Tremblay professeure à l'Institut pastorale des Dominicains.

Pour une deuxième année la priorité pastorale porte sur le baptême. A partir du thème Mon baptême! Ça change quelques choses? Les participants ont été amenés à reconnaître les principaux traits de leur identité chrétienne et les appels qui en découlent. Comment à cause de mon baptême par des actions concrètes répondre à l'invitation du Pape François qui nous invite à vivre en disciples-missionnaires? C'est-à-dire : «...mettre en œuvre des projets, pour rayonner de la lumière reçue au baptême pour donner le goût et la joie de vivre aux autres et pour témoirmer de notre est serve des projets. pour témoigner de notre espérance en Jésus-Christ. » (Mgr Lortie). Qui que nous soyons nous avons dans notre coeur ee petit bourgeon d'automne prêt à éclater pour créer du bonheur autour de nous.

Et notre paroisse

Cet automne des changements majeurs s'effectuent au niveau du secrétariat paroissial. Mme Noémie Drapeau y est maintenant secrétaire permanente. Elle est en fonction depuis juin et travaille en colla-boration avec Mme Sylvie Beaudoin qui l'accompagne dans l'apprentissage des connaissances et des tâches inhérentes à ce poste. Noémie est la conjointe d'Alexis St-Georges natif de St-Donat. Ils sont parents d'une fillette de 4 ans et la famille s'agrandira le printemps prochain.

Pour sa part Mme Beaudoin après 4 années de service quittera son poste en novembre pour une semi-retraite. Elle nous reviendra si besoin est et remplacera Noémie en avril prochain pour son congé de maternité. Merci Sylvie pour ton dévouement, ton accueil chaleureux, ta disponibilité.

Depuis le début septembre le bureau se situe à l'intérieur même de l'église à droite à l'entrée principale, là où se trouvait la bibliothèque. Un bureau sera aménagé dans le jubé pour nos prêtres qui profiteront d'une vue magnifique sur le lac. Une salle de travail et une salle de toilette seront aussi aménagées près du secrétariat.

Heure d'ouverture

Du lundi au jeudi de 9h à 12h et 13h30 à 16h.

Les portes de l'église étant ouvertes pour le secrétariat, elles seront aussi ouvertes aux mêmes heures pour quiconque désire prendre quelques moments de méditation, de recueillement, de prières. Bienvenue à chacun, chacune, vous êtes chez-vous.

Activité Paroissiale

Activité Paroissiale

«Vous savez sans doute que SSDEI (Solidarité Saint-Donat Enfance Internationale) travaille depuis presque 10 ans en développement international. Deux équipes se sont rendues en Haiti et au Burkina Faso au printemps dermer. Elles ont rapporté des images magnifiques qui témoignent de l'importance de notre implication là-bas. C'est dimanche le 14 octobre après la messe de 9h30, vers 10h15, à l'église de Saint-Donat, que nous présenterons un diaporama, un témoignesse de cette belle aventure hymoine. moignage de cette belle aventure humaine. On vous attend donc le 14 octobre à l'église de Saint-Donat.»

(Françoise Nadon)

Bon automne... dans l'Espérance!



Des nouvelles de Art Boréal



Collage, œuvre de Jocelyne Lemay.

Jocelyne Lemay

es artistes d'Art Boréal sont rêts à reprendre le collier inspirés par leur magnifique milieu de vie. Avant toute chose, le conseil d'administration doit présenter le bilan de l'année qui se termine ainsi que procèder à l'élection ou la réélection des ad-ministrateurs. Tous les membres d'Art Boréal sont donc convoqués à la réunion annuelle qui se tiendra au Centre Culturel de Saint-Donat le 15 octobre prochain à compter de 10h.

Nous vous informerons de la nouvelle procédure pour les rencontres du lundi ainsi que des activités prévues pour la saison.

Afin de commencer la saison dans le plaisir, nous vous invitons à partager un repas communautaire comme nous savons si bien le faire, alors que chacun apporte sa contribution culinaire. L'occa-sion de faire de belles découvertes. Les conjoints sont les bienvenus pour ce repas.

Chacun à son chevalet pour amoreer une nouvelle œuvre qui pourra être complétée avec coaching si désirée à la prochaine

Bonne création! Jocelyneiemay3(4) 819-326-1282



Après la pause estivale, reprise des activités!



Audrey Marion

e bercethon... Une belle réussite encore cette année! Un énorme merci à nos membres qui ont sollicité, aux gens d'affaires pour

leur générosité, à vous toutes et tous pour vos dons dans le pa-nier le jour de l'activité. Nous pourrons aider encore! En août, les Filles d'Isabelle étaient réunies à Montréal pour le Con-grès international. Notre cercle était présent. Il y avait 436 congressistes, dont 229 déléguées et 15 aumôniers. On a souligné la contribution des Filles d'Isabelle au cours des années 2016-2018. Elles ont donné en argent : 2 266 477.97\$ et fait en bénévolat, 2,338,078 heures, une belle force dans leur milieu. Nous sommes fières d'annoncer la nomi-nation de notre aumônier d'État, l'abbé Steven St-Amour sur le comité international des aumôniers. Félicitations et bon succès, cher Steven!

En septembre, les Filles d'Isabelle ont vécu un très beau essourcement. Une belle fraternité, des ateliers, qui vont nous aider à aller de l'avant, à apprivoiser, à mieux comprendre et à vivre le côté spirituel de notre devise. Nous nous sommes amusées, nous avons réfléchi, nous avons prié.

L'activité quilles aura lieu le 16 octobre... Soyons nombreuses!





Depuis plus de 30 ans, des Déjeuners de l'espoir ont lieu gratuitement dans de nombreux restaurants partout au Québec, pendant lesquels nous pouvons entendre le témoignage d'une femme ou d'un homme touché par l'amour de Jésus! Un tel déjeuner se tiendra bientôt dans notre région!

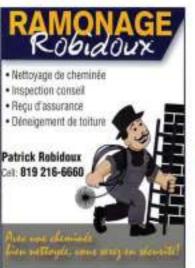
Vous êtes donc chaleureusement invités à un Déjeuner de l'espoir, le samedi 20 octobre 2018, à 10h, à la salle à manger du Club de Golf Saint-Donat, situé au 92, Route 329.

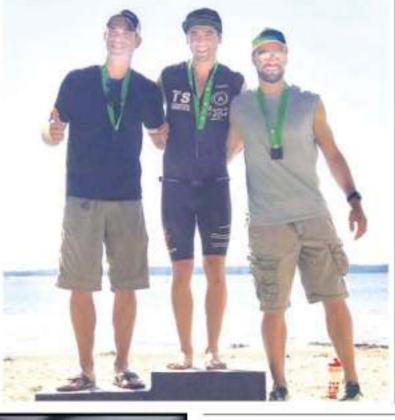
Le déjeuner vous est offert gratuitement par l'Église Chrétienne Évangélique de Saint-Donat (720-A, rue Principale, Saint-Donat).

> Pour information : 819 419-0132 Site Internet: www.espoir.ca

Félicitations Steve!

Le 16 septembre dernier, STEVE JUTEAU a complété un triathlon sprint à OKA en 1 heure 6 minutes, se méritant la 1ère place pour une deuxième année consécutive. Toute sa famille est très fière de lui et continue de l'encourager. Bravo





Félicitations Caleb



Pour ton Baccalauréat en administration des affaires (B.A.A.) obtenu à l'Université de Sherbrooke et pour ton acceptation aux HEC de Montréal en développement organisationnel. Nous sommes très fiers de toi et te souhaitons du succès dans tes études futures. De tes parents qui t'aiment, Roxanne Turcotte et Daniel Archambault.

La journée de magasinage à

Rosemère le lundi 5 novembre







Résidentiel - commercial - Industriel

ASSURANCES COMPLÈTES

ESTIMATION GRATUITE



Francine Brault

es billets sont en vente au local le mardi et le mercredi après-midi de 13h3o à 15h3o. Le coût des billets est de 17 \$ pour les membres et de 22 \$ pour les non-membres. Le départ du stationne-ment de l'église est à 8h45 et le re-

ter le délicieux repas préparé par no-tre équipe de bénévoles chevronnés. Ces derniers sont toujours là pour vous offrir des activités qui nous permettent de nous rencontrer en-

tour vers 15h30 pour être à St-Do-

nat vers 17 h.

Le Club Fadoq St-Donat offre maintenant à son local au sous-sol de l'église non seulement de la pétanque atout et le Mississippi le

le billard les mardi, mercredi et jeudi après-midi et le bingo à tous les deux

mardis, les prochains bingos auront lieu les mardis 23 octobre et les 6 et

Les membres peuvent venir cher-cher leur carte de membre le mardi

et le mercredi après-midi entre

13h30 et 15h30 au local du club. Les cours de zumba et de danse

en ligne auront lieu maintenant le

20 novembre.

credi matin à 10h15 mais aussi

Le jeudi 11 octobre à 13 h 30, ce sera notre bingo du deuxième jeudi du mois. Bienvenue à toutes et tous pour jouer et gagner des prix.

Nous sommes présentement à préparer notre soirée d'Halloween du 25 octobre. C'est un rendez-vous à 17 h 30 à la salle communautaire. Les billets sont présentement en vente auprès des membres du Conseil d'administration du Club FADOQ-NDM au prix de 20 8 pour la cuisse ou la poitrine et de 25 \$ le demi-poulet (25 et 30 \$ pour les non-membres FADOQ). Vous avez lundî matin à 9h30 au local du Club à compter du 15 octobre. L'activité dépannage informati-que aura lieu les 18 octobre, ter po-

vembre, 15 novembre, 29 novembre et 13 décembre. Monsieur Claude Montplaisir (monsieur iPad) ani-mera le cours d'octobre. Monsieur Cantin animera la dernière partie de la session d'automne 2018 jusqu'au 13 décembre. C'est gratuit, profitez-

Pour toute information adressezvous directement aux personnes responsables des activités du Club ou à Francine Brault au 819-424-4699 ou à Suzanne Laffeur au 819-

jusqu'au 23 octobre pour acheter les billets afin que nous puissions pas-ser la commande auprès de la rôtisserie. La soirée sera animée par notre DJ Martin Rivest et tous les Diables et Diablesses danseront sur sa musique diversifiée et pour tous les

Le jeudi premier novembre à 19 h 30 nous aurons notre soirée popcorn (visionnement).

Le jeudi 8 novembre c'est la sortie Casino Mont-Tremblant. Un autobus est déjà nolisé et nous en nolisons un second puisque la demande est là. Achetez donc les billets sans tarder pour vous garantir une place. Comme à l'habitude, le prix du billet est 15 \$ (18 \$ pour les non-membres) et inclus le transport, le buffet salade-soupe à volonté, 10 \$ offert par le Casino pour jouer et, qui

sait, gagner aux machines à sous. En terminant, je vous rappelle que le club de marche du mardi à 13 h est une activité gratuite et toute la population est invitée à venir y participer. C'est une belle occasion de se rencontrer entre amis. La marche est facultative et chacun y va à son rythme. La salle est ouverte et, si vous le souhaitez, vous pouvez res-ter à la salle pendant que les marcheurs font leur circuit. En cas de pluie, des jeux s'organisent à l'intérieur pour le plaisir de tous. Biscuits et café vous sont offerts et sont financés par un petit tirage moitié-



Michel Godin

otre dernier diner de l'amitié a été un franc succès car nous avons eu un nombre record de participants. Nous étions donc environ 90 personnes à dégus-



CARTES DE PROFESSIONNELS







Sylvie-Anne St-Amour et Cynthia Millette

LA PROTECTION QUI VOUS CONVIENT



Cabinet de services financiers

Assurances

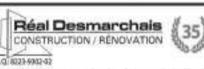
SAINT-SAUVEUR + SAINT-ADOLPHE + SAINT-DONAT 819 424.3115 assurancesgodin.com

Groupe Vézina & Associés Ltée

1.800.360.6880 | groupevezina.com



excavationcarlemond.com 819 217-1750 excavationcarlemond@gmail.com



Entrepreneur général & spécialisé

Inspection de bâtiment - Gérance de projet Charpente - Finition - Portes & fenêtres - Gypse Plätre - Peinture - Peinture au fusil - Céramique Entretien - Granit - Plancher bois franc

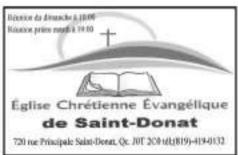
70, ch. Lucien - Saint-Donat



Cellulaires Robert: 819-217-4039

R.B.Q. 1859-3996-14













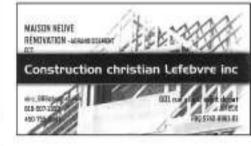






Abattage - Déboisement - Déchiquetage Élagage · Essouchement · Plantation

514 778 0075 819 507 0075







381, res Du Collège Saint-Docat (Gc) JOT 200

dominic@roy-ingf.com





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



1007 Boulevard de Sainte-Adète, Québec, J8B 2N4 T: 450-229-5080 F: 514-229-1055

ANNONCES CLASSEES: 205

A LOUER

Beau grand 4 ½ à NDM Neuf (7 ans), 2e étage, maison pièce sur pièce au bord de la cascade, 675\$ chauffé 819-216-5409 références

4 ½, rue Nadon 3 ½, rue Nadon ou 3 ½ rue Principale en mai, meublé. À vendre, 529 rue construction neuve 159,999 819-323-1555

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

BOIS DE CHAUFFAGE

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

PASSIONNES DES CHEVAUX

J'aimerais partager avec yous ma passion des chevaux, communi quez avec moi: Claude 514-891-4619, pour vivre une expérience enrichissante. Bienvenue à tous

A DONNER

Palette à donner 819-324-7766

Levée de fonds

Des canards gagnants pour les enfants de notre localité

Dlus de 300 personnes furent présentes lors de la course de canards la plus efficace de ses 5 éditions pour Défilons ensemble, car tous les 550 canards ont été vendus pour un total de près de 5000\$.

Au parc des Pionniers de Saint-Donat, toutes les conditions étaient réunies : beau temps, belles vagues sur la lac Archambault, belle ambiance, blé d'inde et hotdogs, maquillage et jeu gonflable. Après le dévoilement des 10 gagnants de la course, il y a eu le tirage de beaux prix de présence offerts par nos commanditaires.

Les fonds amassés serviront promouvoir l'éducation en défrayant les coûts liés aux frais de scolarité, ainsi qu'en de fournissant du matériel scolaire adapté aux élèves provenant de familles à faible revenu des municipalités de Saint-Donat et Notre-Damede-la-Merci.

Merci à chacun de nos partenaires (en plus des prix sur le billet) : Municipalité de Saint-Donat pour le soutien technique et financier, Journal Altitude pour le soutien médiatique, Suzanne Houle de Pro immobilier, Vers'en Art Communication pour l'impression des billets, Dépanneur l'Oasis St-Donat pour les repas aux bénévoles, Metro pour les hot-dogs et condiments et le beurre, Banque Nationale (soutien financier), Imperméabilisation GSV pour le blé d'Inde. Pour les prix de présence des enfants : Jouets le Phoenix. Pour les prix de présence : Grenier Volkswagen, Cham-



Suzanne houle.jpg (photo la plus importante) : Suzanne Houle de Pro Immobilier, partenaire principale des prix de

Les gagnants de la course de canards, les numéros et les prix gagnés

1ec prix	500\$ en argent de Grenier Automobile	RD # 297	Sunny Provencher	Saint-Donat
2° prix	Un vélo d'une valeur de 217,30\$ de chez Cyclo LR Sports	CANA RD # 523	Chantal Roussel	Mont- Tremblant
3° prix	200\$ en argent de Construction Christian Issa	CANA RD # 248	Christian Pimparé	Saint-Donat
4" prix	150\$ en certificat-cadeau chez St-Donat Marine	CANA RD # 208	Guy Plamondon	Saint-Donat
5* prix	100\$ en argent de Jean Lavoie Courtier Immobilier Via Capitale St-Donat	CANA RD # 290	Monique Issa	Saint-Donat
6° prix	Une sculpture de canard en pierre d'une valeur de 100\$ de chez Barbeau et Garceau	CANA RD # 529	Denis Juneau	St-Joseph- du-Lac
7° prix	 100\$ en certificat-cadeau de chez Proxim Allard, Bergeron, Choinière et associés, pharmaciens propriétaires 	CANA RD # 255	Cynthia Morin	Saint-Donat
8° prix	100\$ en certificat-cadeau de chez Home Hardware – Centre de matériaux St-Donat	CANA RD # 197	Serge Fortier	Saint-Donat
9ª prix	100\$ en certificat cadeau au resto la 8º Merveille	CANA RD # 541	Olivier Fleurent	
10° prix	100\$ de manucure chez Beauté au bout des doigts.	CANA RD # 455	Danielle Touchette	Saint-Donat

Portes et Fenêtres Lacroix et Fils Inc Manufacturier-Installateur 450-222-2153 10010 Rte 335, St-Calixte, Qc, J0K 1Z0

ABONNEMENT JOURNAL ALTITUDE Province: -Code postal: Abonnement; 20\$ Canada Retournez à: Journal 70\$ Étranger 1 an (12 numéros) Altitude 1350 365, Principale NOUVEL ABONNEMENT Saint-Donat (Québec) JOT 2C0 RENOUVELLEMENT Infos.: (819) 424-2610

Avis public de notification

(articles 136 et 137 C.p.c.)

SECTION I - Avis

Avis est donné à Jonathan Pothier et à un représentant de 9244-5873 Québec Inc. de vous présenter au greffe de la : Cour du Québec, (Chambre Civile) du district de Joliette. stué au : 200, rue St-Marc, Jollette (Québec) J6E 8C2 dans les 30 jours afin de recevoir la demande introductive d'instance qui y a été laissée à votre attention

Vous devez répondre à cette demande dans le délai indiqué dans l'ayis d'assignation qui l'accompagne, sans quoi un jugement par défaut pourrait être rendu contre vous et vous pourriez devoir payer les frais de justice.

Le présent avis est publié aux termes d'une ordonnance rendue le mercredi, 26 septembre 2018 par le Greffier Spécial de la Cour du Québec, (Chambre Civile) dans le dossier numéro 705-22-017788-181.

Janie Tremblay, Avocate JANIE TREMBLAY AVOCATE INC.

Dépôt légal Bibliothèque Nationale du Québec

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

Envoi de publication. Enregistrement #5099. Toute reproduction de texte, photo ou publicité est strictement interdite sans autorisation écrite de la direction. Bien que toute précaution ait été prise pour assurer la rigueur des renseignements, le journal ne peut se tenir responsable des erreurs ou négligences et se réserve le droit de corriger ou rectifier les erreurs. Les opinions exprimées dans le Journal Atitude sont celles de l'auteur et n'engagent en rien la direction du Journal. Aucune lettre anonyme ne sera publiée.

COGEPLAN Martin Lafortune

Nathalie Boussion **Nathalie Boussion**

Karima rezki

Répertorié dans

bre de commerce du grand Saint-Donat, Allo Mon Coco,

Ski Garceau, Centre équestre

de la Rivière Noire, IGA, Res-

taurant Le Jardin, Avenue Principale, Familiprix, Bron-

Un merci tout spécial à Pa-

Merci à chaque personne

qui a acheté un ou plusieurs billets. Un gros merci égale-

ment à chacun des bénévoles

à chaque personne qui con-

tribué de près ou de loin au

Pour plus d'informations allez sur site web au www.defilonsensemble.org .

sur la page Facebook ou téléphonez à Aline Juteau au 819-325-3377,

succès de l'événement!

radis du Quad Quareau pour

zage Montcalme.

la sécurité.

15 novembre 2018 Date limite pour messages et publicités:

Fax:(819) 424-3615

Édition du

7 NOV. 2018

Le Journal Altitude

J'ABONNE UN AMI

Adresse postale: 365, rue Principale Saint-Donat, Québec, JOT 2CO

Tél.: (819) 424-2610 Fax: (819) 424-3615

journalaltitude@cgocable.ca

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

SANTÉ & BIEN-ÊTRE



ww.dianemonetteaudioprothesiste.com









JOSÉE

C 514 770.2602 jlemire@viacapitale.com

CATHERINE ROBIN-BOUDREAU Courtier immobilier résidentiel

C 450 530.5408

crobin-boudreau@viacapitale.com



AC OUAREAU-BORD DE L'EAU VILLAGE - PRÈS PARC DES PIONNIERS VILLAGE - PRÈS PLAGE MUNICIPALE LAC OUAREAU - ACCÈS PUBLIC







on de 3 cac, a-aot ambragé, e, familiare, à pros vices et activités aportives, ambroit tranquille. 235,000 S - MLS 25146876 - Pierre





BORD DU LAC BLANC



Bord os lec qui communique ovec Ceanseu, plage en sable, vue sur M Garcoeu. 3 Chambres + extres, foyer es bois, garage, proximité des services. MLS 20219162, 489 900 S - Jean



Malson 3 chambres, 2 sibalns, foyer as bols, garege attaché, propriéto inpaccable, nouveau prix \$ 256,000 MLS 10300424 Jean



reetige, 6 chambres, 3 situains, foyer, belle vue, garage double, 200 pieds sur 69,000 MLS 26732617 - Jean



femain 87,727 p.e. \$448,000 MLS 12059763 Jean



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

BORD DE L'EAU LAC PROVOST



BORD DE L'EAU-LAC CASTOR NDM



ACCÈS LAC LÉON



33 000 pc. A 5 min de marche du bord de l'e 9LS 22727571, \$99 900 - JOSÉE







RIVIÈRE OUAREAU







JEAN

Courtier immobilier agréé

C 819 217.1774 lavoie-jean@live.ca

PIERRE

Courtier immobilier résidentiel

C 819 219.2233 pierrepoudrier@gmail.com



La Maison

Multi-Foyer

Bois - Gaz - Granule

SALLE D'EXPOSITION • SERVICE • INSTALLATION • VENTE



570, rue Principale SAINTE-AGATHE 819 321-1707

La Maison Multi-Foyer
SALLE D'EXPOSITION • SERVICE • INSTALLATION • VENTE

Bois - Gaz - Granule

Hommage aux pionniers de la région Suite du mois de septembre

Pour souligner le centenaire de leur municipalité, les citoyens de St-Donat ont voulu se rappeler l'histoire de leur région et désirent en publiant cette brochure, rendre hommage à tous ceux qui ont participé à son essor.

Le Comité du Centenaire de Saint-Donat espère que cette brochure vous sera utile et que vous serez "donatien" sous peu Si ce n'est déjà fait.

Deuxième extrait de la brochure du Centenaire de Saint-Donat – 1974. LA COLONISATION

La période de tentative de colonisa-tion agricole fut, dans la région, relati-vement courte. Elle s'achève définitive-

Samedi le 27/octobre

venez visiter

ment vers 1915, mais đéjà au tournant du siècle une forte proportion de la po-pulation active avait abandonné la culture pour ne plus tirer sa subsistance que des travaux "de bois", c'est à dire de l'industrie forestière qui commençait à s'implanter. La culture agricole, encore pratiquée, n'avait d'autre but que les besoins de la famille; les colons avaient abandonné tout espoir de ga-gner leur vie avec la terre. Le climat ne le leur avait du reste jamais permis.

En 1889, Saint-Donat comptait donc une trentaine de familles. Quinze ans après sa fondation, les problèmes majeurs demeuraient des problèmes de communication : les routes, le courrier,

l'isotement.

A cette époque, la seule voie de communication était le "chemin de Rawdon", aujourd'hui la route 18 (devenu par la suite la route 125). Ce chemin était à toutes fins pratiques inutilisable 9 mois par un etiamais entretore. por an, et jamais entretenu. "Je n'ai jamais vu de che-min semblable; c'est tout simplement une monstruo écrivait en 1898 le curé Major à son évêque. Cette question du réseau

routier a toujours été au centre des préoccupations de la population de Saint-Donat. C'est en 1915, par exemple, que les curés Guay de Saint-Donat et Fillion de Sainte-Lucie furent au centre d'un conflit célèbre, la route Saint-Donat/ Sainte Agathe (aujourd'hui la route

Pour des raisons pratiques, le curé de Saint-Donat s'objectait à ce que la route projetée passát par Sainte-Lucie, alors que le curé de Sainte-Lucie estimait quant à lui, que la route devait traver-ser son village. Ce conflit prit des pro-portions telles que des équipes de tra-vailleurs de Saint-Donat furent ac-cueillies à Lantier, un jour qu'elles s'y rendirent pour travailler à la route, par des habitants de l'endroit armés de fu-sils de chasse et qui, comme dans les meilleurs westerns, ne leur permirent jamais de passer. L'affaire se termina avec l'arrivée de la police et l'arrestation des ouvriers de Saint-Donat, accusés d'avoir coupé des clôtures! Maxime Riopel fut le contrensaître emprisonné pour ce geste

Cette querelle devait durer 15 ans. La route Saint-Donat/Sainte-Agathe ne devaitêtre parachevée qu'en ... 1930. Et même ce chemin, à cette époque tardive, demeurait fermé l'hiver. Ce n'est qu'en 1945 que Sant-Donat fut relié à l'année longue aux autres villes du territoire. Le maire de la municipalité, cette année-là, s'appelait R. Coutu; il était le petit-fils de Césaire Coutu, un des pionniers.

Jusqu'à l'ouverture des routes par le gouvernement, les gens de Suint-Donat ne resterent cependant pas inactifs. Les chemins étaient ouverts sous la responsuffisamment d'argent pour "ouvrir" les routes; tombolas, danses, soirées, etc. En dépit de ces efforts remarquables la tâche n'était pas toujours assurée et de toutes manières l'ouverture des routes était, en toutes saisons sauf l'été ficile à réaliser et presqu'impossible à assumer financièrement.

Cette question des routes signifiait également la question du courrier. Un exemple, ici, suffira : "En 1938, mon-sieur Aubin était responsable de la poste. Il lui fallait deux "teams de chevaux", un pour aller au lac Creux, l'autre pour se rendre à Sainte-Agathe. Quand arrivait le printemps les chevaux en ca-laient au ventre. Même les snowmobiles ne servaient à rien. Pour les petits bouts ou ça allait bien, on prenaît les chevaux. Pour d'autres bouts, il fallait atteler des chiens. Entre Lantier et Saint-Donat, il y avait la "grande savane". Au prin-temps, quand le coup d'eau arrivait, ça se remplissait d'eau; c'est un phénose rempissan d'eau, e est un pieno-mène naturel, on n'y pouvait rien. On mettait alors le courrier dans une cha-loupe pour traverser le demi-mille de la savane. Puis, de l'autre côté, les chiens reprenaient le courrier." (Jules Touran-

1945. Ces comités organisaient toutes sortes de manifestations afin d'amasser

Le snowmobile dont il est question était une creation de Donat Raymond, un citoven de Saint-Donat. "C'était de l'artisanat, raconte encore Jules Toul'artisanat, raconte encore aues rou-rangeau. On prenaît de préférence des Ford d'été. On enlevait les roues, on se faisait venir des roues spéciales avec des engrenages dans les pneus. On instal-luit des ponts qui ressemblaient aux ponts de tracteurs, on coupait l'essieu, on installait des natine on construisait on installait des patins, on construisait une boite en bois par-dessus, on chan-geait les sièges de place car le snowmobile devait suivre les tracés étroits faits par les chevaux". Les ci-toyens de la région se débrouillèrent avec cette machine pendant une dizaine

d'années, soit à peu près de 1935 à 1945 Lors du prochain extrait, nous parle

Les 1er et 2 septembre der-niers, des élèves de deuxième secondaire de l'école Sacré-Coeur ont amassé des fonds au

IGA de St-Donat. Durant la fin de semaine, ils ont fait de l'em-ballage aux caisses. Les profits amassés s'élèvent à 3277,058 et serviront à compléter l'aména-

gement de la cour d'école. Tous les élèves ainsi que l'équipe école remercient les généreux

donateurs ainsi que l'équipe

du IGA pour leur accueil cha-leureux. Les élèves seront de retour la fin de semaine du 22 et 23 décembre. Cette fois, les

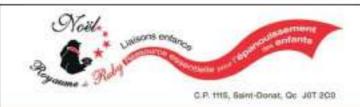
fonds serviront à financer en partie les sorties au centre de villégiature de Jouvence (se-condaire 1) et au Mont-Washington (secondaire 2)

sabilité de chaque cultivateur. On "ta-

pait" le chemin à l'aide de lourds rou-leaux de bois tirés par des chevaux, en

seaux de bois tires par des enevaux, en sorte qu'à mesure que l'hiver avançait le chemin devenait de plus en plus su-rélevé et se trouvait ainsi protégé des tempêtes, puisque le vent "balavait" la route et la rendait encore plus dure. Il se trouva même un commerçant de Saint-Agathe, qui dépositaire de l'agence de bière de la région, résolut de fagence de niere de la region, resonut de faire payer les usagers. Or ne pouvant, simple particulier, faire payer les usa-gers d'un chemin public, il incurvait le chemin à intervalles réguliers, pour le faire passer sur le terrain d'un cultiva-teur pendant quelques dizaines de pieds. Le voyageur, forcé de suivre la route la où elle allait, se voyait alors gentiment soulagé de 25 cents, après quoi la route s'incurvait à nouveau et rede-venait normale... jusqu'au prochain dé-tour! Il y eu même des "comités de che-mins d'hiver" qui durèrent jusque vers rons des Lumberjacks, (Source : Brochure élaborée par le Comité du Centenaire)

Les élèves de St-Donat amassent des fonds pour leur école



L'organisme Liaisons enfance (Noël Royaume de Ruby) est à la recherche de bénévoles pour son

DÉFILÉ DE NOËL, SAMEDI LE 8 DÉCEMBRE, sur la rue principale à St-Donat

tu veux: faire un char allégorique, être une mascotte, ou encore, aider à la sécurité tout au long du parcours? communique avec Nathalie Labelle au (819) 424-1471











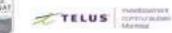






ONBONS







Un pas de plus vers une meilleure santé



nombreuses études, sur notre régime alimentaire, concluent que l'utilisation des gras trans dans notre alimentation augmentent les risques cardiovasculaires. Notre système sanguin véhicule du bon cholestérol (HDL) permettant ainsi l'élimination du gras qui se dépose dans nos vaisseaux sanguins. Nous véhiculons aussi du mauvais cholestérol (LDL) ayant la propriété de favoriser l'augmentation de problèmes cardiovasculaires comme les AVC, l'obstruction des vaisseaux sanguins coronariens, et autres problèmes de santé relatifs au mauvais fonctionnement du coeur.

De nombreux articles nous mettent en garde contre l'utilisation

des (LDL) dans notre alimentation quotidienne. Depuis le 17 sep-tembre 2018, Santé Canada a donné deux ans, aux industries alimentaires, pour faire disparaî-tre toute utilisation des gras trans dans la préparation de produits alimentaires industrialisés.

D'où proviennent les gras trans? Comment les industries fabriquent-elles les gras trans ?

En général, la plupart des végétaux contiennent de l'huile. On retrouve, dans les épiceries, de nombreuses sortes d'huile pour fabriquer des vinaigrettes, pour la cuisson, pour la réalisation de pâtisseries, et autres utilisations. Les industries les utilisent dans

la préparation des aliments industrialisés. Prenons la margarine. Au départ, l'huile végétale utilisée est liquide à la température de la pièce. L'industrie utilise ces huies liquides pour les rendre plus faciles à tartiner, en faisant passer un courant d'hydrogène au traconsistantes et plus faciles à manipuler. Ces huiles hydrogénées demeurent maintenant solides à la température de la pièce, ce qui n'était pas le cas avant leur hydrogénation.

Comment les identifier sur les contenants alimentaires ? Lorsque la liste des ingrédients comprend les termes «huile végétale hydrogénée» ou «partiellement hydrogénée*, nous savons qu'il y a alors présence de gras trans. Plus ces termes se rapprochent du début de la liste des ingrédients, plus leur pourcentage augmente.

Comment les éviter ? C'est sim-ple, n'achetez pas les produits contenant les termes «huile végétale hydrogénée» ou «partiellement hydrogénée». Dans deux ans, normalement, ces huiles hydrogénées seront bannies de la vente au Ca-

Il y a quelques mois, je vous ai parle des graisses polyinsaturées,

viron 80 % des huiles hydrogénées proviennent du soya. Donc, généralement, c'est à partir de cette huile que sont fabriquées les huiles hydrogénées. On utilise aussi l'huile de coton, de colza, de palme, etc. Cependant, les différentes huiles vendues sur le marché contiennent, en différentes proportions, ces trois sortes de lipides. C'est pour cette raison que huile d'olive

vierge pressée à froid est excellente pour la santé, dû au fait tage d'huile polyinsaturée.

En conclusion, évitez, autant que possible, d'acheter des pro-duits alimentaires industrialisés fabriqués à base de gras trans. Vérifiez bien, sur l'étiquette, dans la partie ingrédients. En consommer en petite quantité ne vous fera pas mourir demain matin, mais, en prendre régulièrement, ne vous aidera pas à améliorer votre santé!

Comme la SAQ le dit dans sa publicité: La modération a bien meilleur goût!

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



Rene Cantin 819-424-3193

Des souvenirs pour la vie

Je peux filmer vos précieux événements et les transposaz sur DVD HQ ou Blu-ray Mariage, baptême, graduations, danse, pièce de théatre ou tout autre événement. Prix très vaisonnable. Tout est

filmé avec la nouvelle technologie 4K. Vous avez des problèmes avec votre portable ou votre







Robert Cayouette

otre Association se pré-pare pour son AGA (Assemblée Générale Annuelle), tous les membres actifs sont invités le 17 novembre à la chapelle du Lac Croche pour un compte rendu de nos activités de l'année. De plus, l'AGA doit déposer ces états financiers. Nous vous ferons part de notre budget à venir et de nos projets à court et à long terme.

Votre Parc à un nouveau jeu pour les petits. En effet, nos bénévoles ont délimité un espace sablonneux afin d'y installer une mini pelle ou excavatrice. Elle est dejà très populaire et ce même parmi les moins petits.

Assemblée Générale Annuelle

Soyez présents le 17 novembre prochain

en sécurité. Il est temps de penser au ramonage de vos chemi-

Nous avons eu un été exceptionnel, pour la chaleur et les mouches noires ou le manque de mouches noires, cette année et personne ne s'en est plaint. Maintenant, il faut penser à remiser les bateaux les chaises et les tables pour l'hiver. À l'association aussi nous avons nos tâches d'automne le 3 novembre, nous allons remiser les jeux du parc et bientôt des bénévoles feront une dernière tournée des sentiers pour qu'ils soient prêts pour les raquettes ou les skis de fond. La prudence est de mise dans les sentiers en automne, il y a comme tous les ans des chasseurs. Habillez-vous de façon

gnalé la présence d'ours. Un ours peut-être très dangereux, ne le sous-estimé pas. Voici quelques précautions à prendre. Ne vous aventurez pas seul dans nos sentiers, faites du bruit, si vous vous trouvez devant un ours ne paniquer pas, ne partez pas à courir à moins que vous puissiez courir à plus de 50 km à l'heure! Vous devez plutôt reculer d'un pas normal en lui faisant face, mais ne le regardez pas dans les yeux. Pour plus d'information, vous pouvez visiter le site sui-vant : https://www.espaces.ca/ articles/conseils/1058-guide-de-survie-que-faire-face-a-un-

Le mois dernier, mère nature 'est permis de nous montrer sa force avec une tornade dans la région de Gatineau. Cette région est souvent indicateur de météo

ment, cette fois, notre secteur n'a eu que des vents violents avec très peu de dommages ma-tériels. Par contre, la région du lac Croche a manqué d'électri-cité pendant plusieurs heures, dans ce cas la prudence est de mise pour vos aliments réfrigérés, voici un petit truc placer un cube de glace dans une assiette dans votre congélateur, s'il a fondu les aliments peuvent être contaminé et impropre à la consommation.

Le lendemain des gros vents, J'ai parcouru le sentier du Lac Perreault que nous venions de nettoyer 4 semaines plus tôt et il y avait 10 autres arbres de tombées et qui obstruaient le parcours, sans doute causé par les vents forts du 21 septembre. Le sentier a dû être encore une fois

nettoyé. Les bénévoles tra-vaillent fort pour l'entretien de nos sentiers et ils sont fiers quand ils vous voient l'emprun-ter et découvrir nos superbes points de vue. Profitez-en les couleurs sont belles!

La vente des billets pour le mé-choui d'automne de l'ARRLC est un succès puisque nous sommes «sold out». Effectivement tous les billets ont été vendus. Nous nous préparons à une magnifique soirée qui soulignera le 40eanniversaire de l'ARRLC. Les membres de votre CA ont bien hâte de célébrer avec vous.

Pour tout commentaire concernant cet article ou pour des suggestions, écrivez-nous à arric@saint-donat.info. à toutes et à tous pour votre soutien.



En collaboration avec le journal St-Donat.

PROMO 50% Dimanche au jeudi Par nuit / p.p.o.d + taxes

Souper 6 services, chambre foyer, bain tourbillon double, accès au SPA



Rabass non valide pour les groupes.

Valide pour 2018 sur mention de cette publicité.

1800 622-1735

www.latourdulac.c.

Maintenant réunis sous un seul nom, nos 14 bureaux Remax portent maintenant le nom de



Avec nos collègues, nous travaillons en une seule et forte équipe!

Mirabel / St-Jérôme /
St-Augustin / Lachute /
Brownsburg Chatam /
Hawkesbury /
Grenneville / Ste-Adèle /
St-Adolphe / St-Hypolythe / Val-David /
Ste-Agathe / St-Donat /
Mont-Tremblant



Pour mieux vous servir, nous sommes présents partout, pour vous!



la bannière numéro un dans votre région

557, rue Principale, St-Donat (Qc) 819 424-5775

Plus que présents à St-Donat, faites confiance aux courtiers professionnels



Consultez le REMAXBONJOUR.COM





