

Le rallye Rose des sables

Le dépassement de Lyne Limoges et Valérie Lefebvre au cœur du désert

Isabelle Poulin

Au terme d'une année d'investissement personnel en temps et en énergie afin de ramasser les fonds suffisants pour vivre leur rêve de participer au Rallye Roses des sables, Lyne Limoges et Valérie Lefebvre ont quitté le Québec au début octobre pour participer à ce qui allait devenir l'une des expériences les plus marquantes de leur vie.

Cette année, il n'y avait pas moins de 60 équipages de Québécoises qui participaient à cette course de 4X4 dans le désert du Maroc. Parmi ces 60 équipages, cinq ont été sélectionnés, dont l'équipage #44 celui de Lyne et Valérie, par le Canal Évasion, pour être filmé tout au long du rallye afin de produire une série télé de 12 épisodes qui sera diffusée à la fin du mois de février 2012.

Un Rallye qui vous pousse au-delà de vos limites

Même si, à prime abord, le rallye se veut solidaire, il n'en demeure pas moins qu'il s'agit d'une compétition intense où l'équipage qui effectue le moins de kilomètres d'une étape à l'autre est déclaré vainqueur. La compétition peut donc s'avérer féroce auprès de certaines participantes. Au terme du rallye, l'équipage de Lyne et Valérie est arrivé à la 111^e position sur 128.



Lyne Limoges et Valérie Lefebvre au cœur du désert. PHOTO COURTOISIE

Également, le fait que les participantes dorment en moyenne 3 à 4 heures par nuit dans des bivouacs au milieu du désert, que tout ce qu'elles mangent goûte le sable et qu'elles disposent de peu d'intimité durant ce séjour de 3 semaines, amène un dépassement de soi émotif et physique hors du commun. L'impuissance devant les enfants du désert qui les sollicitent constamment amène également son lot d'émotions.

Le volet humanitaire

Heureusement, pour pallier à cette impuissance des participantes face aux conditions de vie difficiles des enfants, mais également pour être solidaire des populations locales, le rallye Roses des sables a développé un volet humanitaire où à chacune des éditions, les participantes offrent des dons à l'organisme Enfants du désert. Cette année, ce ne sont pas moins de 21 tonnes de matériel qui ont été remises aux enfants et à des mères monoparentales.

Un retour inspirant pour les élèves de l'école

Lyne et Valérie qui travaillent à l'école Joli-Bois de Sainte-Sophie à titre d'éducatrice spécialisée et d'enseignante avaient impliqué les élèves dès le début de leur aventure afin de leur démontrer que dans la vie lorsque l'on souhaite vraiment réaliser un rêve on peut y arriver à force de persévérer. À leur retour, les élèves de l'école les attendaient dans le gymnase avec des pancartes et une chanson sous le thème: *Réalise tes rêves*. Par la suite, dans le cadre des cours d'anglais, elles ont fait une présentation de leur aventure aux élèves.

Aux dires de Lyne, il s'agit là d'une expérience intense qui change une personne et qui amène, à la fin de celle-ci, une confiance en soi hors du commun. Une expérience inoubliable qu'elle souhaite à tous ceux qui rêvent un jour de la réaliser!

Le vitrail des enfants à l'école des Hauteurs

Martine Laval

Dans le cadre de l'exposition Montagne-Art, l'artiste invitée de cette année, Lise Beauchamp, a mis sur pied un projet créatif pour les enfants de l'école des Hauteurs.

La maître-verrier qui n'en est pas à son premier atelier avec les enfants, a créé pour l'occasion, avec les élèves de différents niveaux, un vitrail tout en longueur et en couleurs, dans la fenêtre adjacente à la porte d'entrée de l'établissement scolaire.

Lise Beauchamp, maître-verrier et les élèves de différents niveaux. Sabrina Sylvain, Aimée Sylvain, Juliette Delisle, Nikita Jaksi, Gabrielle Delattre, Emy Boulanger, Marc-Antoine Girard, Simone Simard, Noémie Allard, Sofia Tur Worreth, Sarah Jade Mayer, Savannah Larivière De Silva.

PHOTO MARTINE LAVAL



Quelques jeunes à l'œuvre. PHOTO NICOLE CHAUVIN

Pour faire suite aux ateliers de mandala que les élèves avaient suivis dans un cadre artistique tout au long de l'année, Lise Beauchamp a pensé reprendre ce thème et leur faire explorer cette fois-ci, la technique du verre. C'est ainsi que pendant quelques heures, les artistes en herbe ont peint le vitrail composé de rosaces. « Le vitrail des Hauteurs » est né.

C'est avec fierté et en technicolor que les élèves franchissent désormais la porte de leur école.



Claude Cousineau
Député de Bertrand
Vice-président de la
Commission des relations
avec les citoyens

197, rue Principale, bureau 101
Sainte-Agathe-des-Monts (Québec), J8C 1K5
Téléphone : 819 321-1676
Sans frais : 1 800 882-4757
Télécopieur : 819 321-1680
Courriel : ccousineau-berr@assnat.qc.ca



TÊTE-V-QUEUE
Du 17 octobre au 17 décembre
RABAIS de 5 \$
sur un bain pour
votre Labrador ou votre Golden

Travail Animaux soigné choyés Toilettage

Valérie Barrette 450.275.3089

EUR-AUTO
2010 VOLVO

Mécanique de voitures européennes

Normand Doré
2378, boul. Curé-Labelle route 117, SAINT-JÉRÔME
450 431-7209 • 450 476-6077

Ici et ailleurs

Martine Laval

Ciné-Club de Prévost

www.cineclubprevost.com à l'église Saint-François Xavier (994, Principale, Prévost)
Chercher le courant

Le vendredi 25 novembre à 19 h 30, en présence des réalisateurs Nicolas Boisclair et Alexis de Gheldere. Film documentaire choc au sein duquel Roy Dupuis, impliqué avec plusieurs écologistes, questionne la production énergétique québécoise actuelle. Le film, produit et réalisé avec presque aucun moyen financier, a remporté de nombreux prix dès sa sortie en 2010.

Diffusions Amal'Gamme

à l'église Saint-François Xavier (994, Principale, Prévost) www.diffusionamalgamme.com

Christine Tassan et les Imposteurs « Pas manouche, c'est louche! » Chant, guitares, contrebasse et violon. Quatre filles qui déplacent de l'air, joyeuses musiciennes qui poussent encore plus loin l'humour et l'énergie de leur jazz manouche. **Le samedi 12 novembre à 20 h.**

Lucille Chung

Prodigieuse pianiste en provenance de New York, elle est de retour, à la demande générale. Soirée romantique Mozart et Liszt à ne pas manquer. Le samedi 19 novembre à 20 h **Exposition des artistes et artisans d'ici**. Exceptionnellement à l'école Val-des-Monts 872, rue de l'École à Prévost. **Samedi 3 et dimanche 4 décembre de 10 h à 16 h.**

En scène

Théâtre de vos sorties à Saint-Jérôme www.enscene.ca ou 450 432-0660

Théâtre Le boss est mort avec Benoit Brière. **Le samedi 3 décembre 20 h**

Broue. 15, 16, 17 décembre 20 h

Découvertes Ian Kelly, chanteur. **Le samedi 25 novembre 20 h**

Humour :

Jean-Marc Parent, torture : **11 et 12 novembre 20 h**

Patrick Groulx, Job : humoriste : **18 novembre 20 h**

Messmer, le Fascinateur : **19 novembre 20 h**

Mario Jean, Gare au gros Nounours! : **26 novembre 20 h**

Martin Petit, Le micro de feu : **1^{er} et 2 décembre 20 h**

François Léveillé : **8 décembre 20 h**

Claudine Mercier : **9 décembre 20 h**

Chanson

Marc Hervieux : Après nous, **24 novembre 20 h.**

Étienne Drapeau : Paroles et musique, **2 décembre 20 h.**

Bruno Pelletier : Noël intime, **4 décembre 20 h.**

Florence K : Havana Angels, **10 décembre 20 h**

Musiques et contes Émilie-Claire Barlow : **12 novembre 20 h**

Musique classique Alain Lefèvre et le Quatuor Alcan : **27 novembre 20 h**

Jeune public

Wigwam : **20 novembre 14 h.** Arthur l'aventurier :

L'aventure de Noël, **11 décembre 14 h**

Concert sous le clocher

À l'église de Saint-Sauveur. Giorgia Fumanti. **26 novembre à 20 h**

Diffusions Sainte-Adèle

www.diffusionstedeade.ca. Salle Augustin-Norbert-Morin. de l'école secondaire du même nom

Le Groupe Trois (avec chorale et artistes invités) **27 novembre 14 h 30**

Dorice Simon, humoriste **10 décembre 20 h**

Théâtre du Marais de Val-Morin

1201, 10^e Avenue, Val-Morin theatredumarais.com

Marie-Josée Lord **12 novembre 20 h et 13 novembre 14 h**

William Deslauriers **19 novembre 20 h**

Frédéric Bednarz **20 novembre 14 h**

Gabi Macaluso et les Monzu **25 novembre 20 h**

Francis D'Octobre **26 novembre 20 h**

France D'Amour **3 décembre 20 h**

Une première retraite d'écriture à Saint-Hippolyte

La fin de semaine de l'Action de grâces, plusieurs personnes se sont réunies au bord du lac Connelly, à Saint-Hippolyte, pour une retraite d'écriture. Certaines d'entre elles n'étaient là que pour la journée qui comprenait un atelier et le repas du midi. D'autres y sont passés les trois jours et ont été hébergées et restaurées sur place. Certains venaient de Laval, de Montréal et même d'aussi loin que Saint-Hilaire en Montérégie!



Dans le sentier Art-Nature en compagnie du sculpteur Michel Giroux, Monique Pagé de St-Hilaire, Gaëlle Claessens de Laval, Nancy R Lange, poète et coordonnatrice des retraites d'écriture *S'encre dans l'imaginaire*, Brian Campbell, Jocelyne Dubois et, en arrière-plan, Nathalie Catudal, comédienne et professeur de mise en lecture. PHOTO NICOLE CHALVIN

Cette première fin de semaine comprenait trois jours d'activités. Un atelier de mise en lecture a eu lieu le premier jour, avec la comédienne et metteur en scène Nathalie Catudal. L'atelier visait à explorer la lecture à haute voix et à apprivoiser trac et timidité afin d'être mieux outillé pour les lectures publiques. La deuxième journée, un atelier de poésie était offert. Enfin, pendant la troisième journée, les participants sont allés visiter le sentier Art-Nature, qui commence au pavillon Roger-Cabana, et se poursuit en forêt. Cinq sculptures y sont installées en milieu

La convergence est une force et l'objectif ici est de faire rayonner les arts visuels et la poésie et de les rendre aussi accessibles que possible.

naturel et les participants se sont inspirés de l'œuvre de leur choix pour écrire un texte.

Une visite guidée

Le sculpteur Michel Giroux, un artiste dont l'œuvre est exposée dans le sentier, s'était rendu sur les lieux pour rencontrer les participants et expliquer son travail. Avec une grande gen-

tillesse, il a répondu aux questions et a présenté aux participants chacune des sculptures. Une température magnifique étant de la partie, la balade a été merveilleuse, avec de splendides couleurs automnales en toile de fond.

Certains des participants étaient des auteurs publiés, d'autres en sont aux débuts de d'exploration de l'écriture, mais tous sont repartis enchantés, tant du décor que du bonheur de se retrouver dans une atmosphère de créativité.

Faire rayonner les arts visuels et la poésie

Cette activité était la première d'une programmation automnale de six retraites intitulées *S'encre dans l'imaginaire* et planifiées pour octobre, novembre et début décembre. Diverses facettes de l'écriture et de la présentation publique de textes écrits y seront explorées : l'écriture de poésie et la lecture publique aussi bien que l'écriture de chanson. Un cours spécial de formation de voix est aussi offert, ainsi qu'un atelier jumelant écriture et arts visuels par l'exploration de technique de collage avec papier japonais (washi).

La convergence est une force et l'objectif ici est de faire rayonner les arts visuels et la poésie et de les rendre aussi accessibles que possible. Des montages jumelant les poèmes et les œuvres sculpturales qui les ont inspirés et d'autres textes produits au cours des retraites *S'encre dans l'imaginaire* seront présentés et lus le samedi 12 novembre au cours de la soirée de poésie *Gens de Paroles* au Carrousel café, au 226, boul Curé-Labelle à Saint-Jérôme. La soirée étant un micro ouvert, vous êtes invités à venir y lire vos textes ou découvrir ceux des autres.

Pour réserver pour une lecture ou pour de l'information concernant les ateliers à venir, vous pouvez téléphoner au 450 563-1304 ou écrire à nancyrlange@videotron.ca

Nancy R Lange



Héloïse Simoneau, infirmière, soins des pieds

Diabète et les pieds (suite)

Parmi les complications malheureusement encore trop fréquentes du diabète, les amputations des orteils, du pied voire de la jambe, sont certainement les plus traumatisantes. Pourtant, les gestes préventifs permettant de ne pas en arriver à pareille situation existent.

Après 15 à 20 ans de diabète, même si la glycémie n'est pas très élevée, le corps commence à souffrir de l'excès de sucre. D'une part, cela concerne les petits vaisseaux sanguins (artériopathie) qui peuvent s'obstruer ou se casser, parce que leur paroi est devenue très fragile. D'autre part, cela touche les petits nerfs sensoriels (neuropathie) ceux qui nous renseignent sur ce que l'on touche.

Atteints, ils ne transmettent plus la douleur, qui est notre signal d'alarme. Cette atteinte touche d'abord les nerfs les plus longs, donc ceux des pieds. Les personnes diabétiques ne sentent dès lors plus les blessures, les coupures ou les brûlures. Elles peuvent par exemple marcher une journée avec un caillou dans une chaussure, sans le sentir, et donc ne pas s'apercevoir qu'elles ont une plaie ouverte. Or, si cette dernière n'est pas traitée, elle devient une porte d'entrée pour des bactéries qui pullulent normalement sur les pieds.

450 224-4388

973 B, chemin des Hauteurs, Saint-Hippolyte (ancienne clinique médicale)



Stéphane Trudeau, pht D.O. Physiothérapeute-Ostéopathe

Troubles digestifs et ostéopathie (2 de 3)

Voici deux liens que l'ostéopathe peut traiter soit les volets électriques et biomécaniques en regard avec des troubles digestifs, en l'occurrence l'estomac et le foie.

Le cerveau contrôle l'activité des organes par l'entremise de deux groupes de nerfs à l'instar d'une voiture, soit l'accélérateur et le frein. Ainsi, le nerf vague (qui sort à la base de la tête) est l'équivalent de l'accélérateur de l'estomac et du foie tandis que le nerf grand splanchnique (entre les omoplates) ralentit ces organes.

Par conséquent, un blocage biomécanique à la sortie du nerf pourra engendrer un trouble électrique et altérer le fonctionnement de l'organe. Une douleur entre les omoplates pourrait influencer le « frein » de l'estomac et/ou du foie soit que le frein ne fonctionne plus (HYPER) ou qu'il fonctionne trop (HYPO), comme si je vous disais que la voiture roule trop vite ou pas assez selon le cas.

Ainsi, l'estomac pourrait devenir dans un état «HYPER» comme hyperacidité et reflux gastrique ou HYPO comme un foie lent, paresseux. La dysphagie correspond à un estomac en «HYPO». Les gens se sentent «pleins» comme avoir une boule dans l'estomac après trois bouchées.

En libérant le blocage entre les omoplates ou à la base de la tête, l'ostéopathe peut aider à régulariser l'estomac et le foie.

450 224-8288



Pierre Mondou, Diane Robert et Marc Sauvegeau.

PHOTO MARTINE LAVAL

Une première soirée-poésie à l'Auberge du Lac du Pin rouge

Martine Laval

Dans le cadre de ses soupers spectacles mensuels, l'Auberge du Lac du Pin rouge offrira pour une première fois, le 14 octobre, une soirée-poésie.

Les convives se sont d'abord attablés devant la fameuse table d'hôte trois services du chef Albert Orth et quelques poésies ont été récitées en avant-goût de ce qui viendrait plus tard en soirée.

Une fois le souper terminé, c'est sur la scène de l'intimiste bar-lounge que l'essence de la thématique fut présentée. Trois poètes, trois styles, trois œuvres.



Diane Robert déclina ses pensées profondes et ses états d'être à travers des poèmes d'une grande sensibilité;

Pierre Mondou, celui de qui l'idée de la soirée est née, nous a récité, sous le pseudonyme Pierrot de Lune, des textes rimés pleins de poésie et de philosophie;

Le fabuliste Marc Sauvegeau nous a offert un extrait de son spectacle *Et Dieu créa les animaux à notre image*, une série de fables originales récitées avec verve et conviction

Trois poètes, trois découvertes, trois talents traitant de sujets empreints d'humanité et de finesse. La soirée-poésie fut une première à l'Auberge du Lac du Pin rouge. Espérons qu'elle ne soit pas la dernière.

Une 8^e place pour Maxim Coupal à la prestigieuse compétition *les 1000 fleurets* en France

Le 25 octobre, Maxim Coupal escrimeur de 13 ans de Saint-Hippolyte terminait en 8^e place à Melun sur plus de 60 participants, les meilleurs fleurettistes dans la catégorie des moins de 15 ans provenant de 48 clubs de la région Parisienne.



Maxim Coupal. PHOTRO COURTOISIE

Le 17 octobre, Maxim quitte Saint-Hippolyte pour le vieux continent afin de se préparer pour cette importante compétition. Deux maîtres d'armes du cercle d'escrime de Rouen ont entraîné Maxim durant son séjour. Au terme de quatre jours de leçons et de séances d'entraînement avec plusieurs escrimeurs de la Haute-Normandie, Maxim se rend à Melun avec sa mère Marie-Claude Crépeau et sa grand-mère Ginette Lalonde qui l'accompagnent afin de le soutenir et l'encourager au challenge des 1000 fleurets.

De 19^e à 8^e

Après le tour de poule, Maxim se classait 19^e, mais sa détermination et sa concentration lui ont permis de se hisser au 8^e rang dans la ronde d'élimination direct. Maxim est très fier de sa performance. C'est

une première compétition en Europe pour Maxim et le niveau d'escrime des athlètes est très élevé. C'est encourageant pour les prochaines épreuves.

Malgré le fait que la saison au Québec n'est pas encore commencée, Maxim a déjà plusieurs compétitions à son actif. Entre autres, une médaille de bronze à Toronto dans la catégorie cadet soit les moins de 17 ans et une autre médaille de bronze au Open qui se tenait au New Jersey aux États-Unis.

Préparation pour sa prochaine saison

Le jeune fleurettiste a préparé sa saison en commençant avec trois semaines de camp d'entraînement cet été et s'entraîne ardemment au club Les Seigneurs de la Rive-Nord à Blainville quatre soirs par semaine sous la supervision de ses entraîneurs Gabriel Otet et maître Gilbert Gélinas.

Maxim dit apprécier ses professeurs et ses camarades de classe de l'Académie Lafontaine qui l'appuient tout au long de ses absences sportives afin qu'il puisse continuer à s'épanouir académiquement.

Paris en février

En plus du calendrier de compétition au Québec, l'escrimeur sera appelé, en février, à participer à un autre évènement important à Paris, soit le marathon des fleurets dans sa catégorie d'âge et du même coup à une compétition cadet du circuit Européen en Italie, évidemment, si le budget le permet, puisque le seul support financier de l'athlète de haut niveau provient du sacrifice et de l'appui familial. Même si l'escrime fait partie inconditionnelle de sa vie, Maxim reste humble face à ses performances sportives et travaille avec acharnement afin de bâtir le futur.

Stéphan Coupal

Chronique automobile



Bien choisir ses pneus d'hiver

Il est primordial de faire un choix éclairé pour les pneus d'hiver que vous ferez installer cet automne sur votre véhicule, que ce soit pour votre sécurité, votre portefeuille ou pour l'environnement. On prend trop souvent une décision à la légère sans se préoccuper de trouver le produit qui convient le mieux à son type de conduite, aux spécifications du véhicule et au budget que vous avez fixé.

Des facteurs à considérer

Lors du choix des pneus, il faut déterminer le produit qui convient le mieux à votre style de conduite. Choisir un pneu à semelle unidirectionnelle est un choix judicieux pour ceux qui font beaucoup de grande route, comme une personne qui travaille à Laval et voyage tous les jours, car ces pneus dégagent mieux la neige, l'eau et la gadoue.

Il faut respecter les spécifications du pneu : la dimension, l'indice de charge et la cote de vitesse. Ces trois informations sont affichées normalement dans la porte du conducteur et se lisent comme suit dans la grandeur P 205/55R16 91 H. Le P signifie véhicule Passager, 205/55R16, la dimension, 91, l'indice maximum de poids à supporter et le H, la cote de vitesse exigée pour votre véhicule. Vous ne devez pas modifier ces spécifications, car elles sont prescrites par le manufacturier et tout changement affecte grandement le comportement du véhicule. La suspension et la direction sont pensées et dessinées en fonction de la dimension des pneus utilisés.

La question du budget

La somme à investir et le nombre d'années que vous voulez garder votre voiture vous aideront à faire un choix. Un pneu de qualité est un peu plus cher à l'achat, plus ou moins 20 %, mais il aura une durée de vie nettement supérieure au pneu bas de gamme.

Lors de l'achat de vos pneus d'hiver, votre garagiste devrait vous poser quelques questions pour s'assurer de bien cerner vos besoins et ainsi maximiser votre investissement. Quel genre de route parcourez-vous? Quel genre de conducteur êtes-vous au volant? Recherchez-vous du confort ou de la performance? Quel est votre kilométrage annuel? Combien de temps voulez-vous garder votre voiture? Si votre garagiste ne vous pose pas ces questions et se contente de vous vendre ce qu'il a en stock, changez de garagiste.

Yvon Lanthier



Une maison des jeunes ?

Aidez-nous à fonder la maison des jeunes de Saint-Hippolyte.

Pour que ça change, invitez vos jeunes de 11 à 17 ans à remplir le sondage sur sa création. Votre opinion est importante. Visitez le www.facebook.com/mdjsth pour répondre en grand nombre au sondage.

Concert de Noël de l'ensemble vocal Cantivo

L'Ensemble vocal Cantivo, sous la direction de Patricia Abbott, vous invite à son concert de Noël à l'église de Val-Morin, le dimanche 4 décembre à 16 h.

Ce concert se déroule au profit de la Maison Emmanuel, un organisme qui offre un milieu de vie thérapeutique pour adolescents et adultes qui ont des déficiences intellectuelles et physiques. Au menu, des chants à cappella

de la Renaissance à aujourd'hui, et en première partie, les Sonneurs de la Maison Emmanuel qui ouvriront le concert au son de superbes cloches spécialement calibrées aux notes de la gamme, et avec lesquelles une pièce de musique peut être interprétée. Quoi de mieux pour se mettre dans l'ambiance des Fêtes! Un beau moment vous y attend, un de ceux qui remplissent le cœur de pur bonheur.

Pour information : Louise Boisvert 450 224-7258.



Il n'y a pas encore de maison des jeunes à Saint-Hippolyte!



Pour que ça change, invitez vos jeunes de 11 à 17 ans à remplir le sondage sur la création de la maison des jeunes!

Votre opinion est importante. Visitez le www.facebook.com/mdjsth pour répondre au sondage.

Pour toute question ou pour apporter votre aide au projet, communiquez avec le Comité de la future maison des jeunes de Saint-Hippolyte au mdjsth@gmail.com.

Aidez-nous à fonder la maison des jeunes de Saint-Hippolyte!

www.facebook.com/mdjsth

nicole chauvin

graphisme

commercial
édition
image de marque

450 563.1975 • 514 233.4526

nicolechauvin@rogers.com

<http://web.me.com/nicolechauvin/contrats>

martine laval

rédactrice

textes
discours
lettres

450 563.5871

m@tinlaval.org

Des fruits en abondance

Les écureuils et bien d'autres mammifères ont l'habitude de faire des caches. Presque inévitablement ces provisions servent aussi à la dispersion proximale et beaucoup d'écureuils oublieux ont en réalité semé des noyers et des chênes. — Pierre Dansereau

Jean-Pierre Fabien

Nous avons pu profiter d'un mois d'octobre relativement doux avec des gelées plus tardives qu'habituellement.

De plus, il m'a été donné d'observer un grand nombre de fruits durant l'été 2011. Non seulement les petits fruits comme les framboises, les mûres et les bleuets ont été abondants, mais certaines essences d'arbres, autant des feuillus que des conifères, ont beaucoup produit de fruits, cônes et noix. Il ne suffisait que de lever haut la



Feuilles givrées

tête pour voir la quantité impressionnante de nucules de bouleaux, de disamares d'érables et de faînes de hêtres dans la forêt automnale.

Répit estival

Comme les oiseaux se nourrissent par eux-mêmes du printemps à la fin de l'été, je décroche mes mangeoires lorsque le temps doux commence à pointer du nez. Après cette accalmie estivale, je remplis à nouveau mes mangeoires vers la fin de septembre. Cette année, c'était plutôt curieux. Même si mes mangeoires étaient bien garnies de tournesol au début de l'automne, les oiseaux et petits mammifères ne s'y présentaient pas. Comment expliquer ce fait? Comme les arbres et arbustes ont fourni énormément de fruits, noix et graines de toutes sortes, les petits mammifères et les oiseaux n'ont pas à chercher leur nourriture

puisque le parterre forestier est devenu un véritable garde-manger. Avec les gels plus nombreux qui se pointeront en novembre, ces animaux commenceront

leur va-et-vient aux postes d'alimentation. Cette année, sans l'ombre d'un doute, cette opération alimentaire est survenue plus tard qu'à l'ordinaire.

Le hêtre et ses faînes

La nature fonctionne par cycles. À partir d'un certain âge, les arbres vont fructifier. Pour le Hêtre à grandes feuilles, c'est à partir de 50 ans qu'il se reproduira. Par la suite, son cycle vital fait en sorte qu'à tous les 2 à 8 ans, les fruits seront générés en plus grande quantité. Le fruit du hêtre est la faîne. C'est une noix comestible qui est enfermée dans une coque bordée de piquants. La noix est de forme anguleuse. Elle mesure environ 20 mm de longueur.

J'ai également remarqué que les disamares de l'Érable rouge étaient très charnues cette année. Ce n'est

pas pour rien que suisses et écureuils parcourent la litière sylvestre au lieu de tenter leur chance aux mangeoires. Leur tour viendra bien assez vite. Cela, je peux vous le garantir...

Papillon de novembre

Tous les automnes, j'aperçois un petit papillon de nuit de

Glands



Disamares

la famille des Géométridés. Il est beige ou brun pâle et possède de petites taches rondes plus foncées sur les ailes. Ces taches sont discrètes et il faut le voir de près pour les distinguer. Ce papillon, qui répond au nom latin de *Alsophila pometaria*, s'agglutine aux fenêtres

extérieures de la maison durant les soirées de novembre. Le gel ne lui fait pas peur, car je l'ai parfois vu voler certains matins frisquets où la température était encore sous zéro.

4260 km en VTT, tout un exploit!

Yvon Lanthier, Daniel Gauthier et Yvan Delisle se connaissent depuis leur petite enfance. Cet été, ils ont décidé de se rendre jusqu'à Fermont en VTT, une randonnée de plus de 4000 kilomètres. Voici le récit de leur périple, raconté par Yvon Lanthier.

Jour 1

La préparation pour ce projet nous a pris un an et demi. Le grand départ s'est fait le matin du 27 août, de Sainte-Anne-du-Lac. Nous avons traversé Parent, La

Doré au lac Saint-Jean, Girarville, pour nous arrêter à Dolbeau-Mistassini, une journée de 700 km, chemin merveilleux jusqu'à Girarville. Ensuite dans une « trail » très mauvaise, nous avons dû attacher nos véhicules ensemble pour traverser un barrage de castor.

Jour 2

Nous avons fait le tour de lac Saint-Jean par le nord, en direction de Saint-Honoré, encore des « trails » très mauvaises. Nous avons rebroussé chemin à quelques reprises et trouvé des routes alternatives, car à plusieurs endroits il y avait trop d'eau. Il faut se rappeler que nous étions dans la même période que la tempête Irène. Comme nous ne trouvions pas d'endroits pour coucher, nous nous sommes arrêtés dans le stationnement d'une maison privée où il y avait beaucoup de voitures. Il semblait y avoir une rencontre familiale. Le propriétaire nous a dirigés vers l'auberge Carcajou sur le chemin du mont Vallinuet, qui a ouvert ses portes exprès pour nous. Nous avons vraiment été charmés par l'hospitalité et la gentillesse des gens de l'endroit. Après 270 km de roches, de trous et d'eau, nous étions exténués.

Jour 3

Le lendemain, en route pour Forestville. À la suite d'une erreur en programmant mon GPS, à l'heure du midi, nous nous sommes retrouvés au point de départ du matin, quelque peu découragés, mais les routes étaient meilleures. Nous nous sommes arrêtés à l'auberge du kilomètre 31 pour de l'essence, c'était fermé, mais encore là, la gentillesse des gens s'est exprimée, le gardien a démarré la génératrice et a pu nous vendre de l'essence. Nous avons continué notre route jusqu'à la pourvoirie du lac Déglis, où nous avons arrêté pour souper, ensuite nous nous sommes rendus à l'entrée de la ZEC Labrville, où nous avons loué un camp pour la nuit. Nous avons parcouru 420 km cette journée-là.

Jour 4

Pour se rendre à Baie-Comeau, il y a de très belles routes et des paysages fantastiques. Nous arrivons à



Yvon Lanthier et ses amis, Daniel Gauthier et Yvan Delisle, ont parcouru 4 260 km en VTT et se sont rendus jusqu'à Fermont, dans le nord du Québec. PHOTO COURTOISE

15 h 30, dans un petit restaurant pour dîner, un client a peine à croire que nous venons de Mont-Laurier. Il nous qualifie de « méchants crinqués » pour aller en plus jusqu'à Fermont. Après le repas, en route pour Manic 5, et arrivée à 20 h 30. Nous avons couché au camp des travailleurs. Une journée de 650 km.

Jour 5

Au déjeuner, nous étions l'attraction centrale, tout le monde souhaitait parler aux trois extraterrestres qui étaient arrivés en VTT, et qui comptaient faire un aller-retour à Fermont dans la même journée.

Nous nous sommes rendus à Fermont, nous avons fait le tour de la ville en trois minutes. Au sommet d'une montagne, le nom de la ville est inscrit sur un gros réservoir d'eau. Un employé municipal nous

permet de prendre une photo. Il ne croit pas que nous sommes partis de Mont-Laurier en VTT pour nous rendre ici. Nous avons pris quelques photos et nous sommes retournés à Manic 5. Un parcours de 720 km.

Jour 6

Nous entamons le retour. Au déjeuner, le client qui ne croyait pas que nous pouvions aller à Fermont et en revenir dans la même journée, n'en revenait pas que nous l'ayons fait. Il nous a traités de « méchants capotés ». Nous avons quitté Manic 5 pour arriver au lac Saint-Jean à 19 h 30. Nous avons parcouru 900 km.

Jour 7

Pour éviter le bout très mauvais autour du lac Saint-Jean, nous avons fait appel à un remorqueur qui nous a conduits jusqu'à la Doré en passant par le sud du lac. Nous sommes arrivés à Sainte-Anne-du-Lac, à 19 h 30. Nous avons dégusté une bonne pizza, bien méritée. Journée de 150 km sur une plateforme de remorquage et 600 km en VTT.

Nous avons parcouru un total de 4260 km en 7 jours. Aucun ennui mécanique, à l'exception du remplacement d'un phare et d'une soudure sur l'un des supports à bagages, aucune crevaison, mais 750 \$ d'essence, quelques litres d'huile à moteur, mais surtout sept jours de pur plaisir!

Yvon Lanthier

Plomberie
Alain Dagenais Inc.
450 563-1112

PROMUTUEL
DEUX-MONTAGNES
L'OFFRE GLOBALE
Automobile • habitation • entreprise • cautionnement
Sylvie Labrosse
3044, boul. Dagenais O., Fabroville, Laval (QC) H7P 1T6
Tél. : 450 624-1119 • 1 877 842-3303
• Téléc. : 450 622-2273
Courriel : sylvie.labrosse@promutuel.ca

Alimentation St-Onge inc.
972, chemin des Hauteurs
Saint-Hippolyte
Yves St-Onge
Propriétaire
450 224-5179
IGA

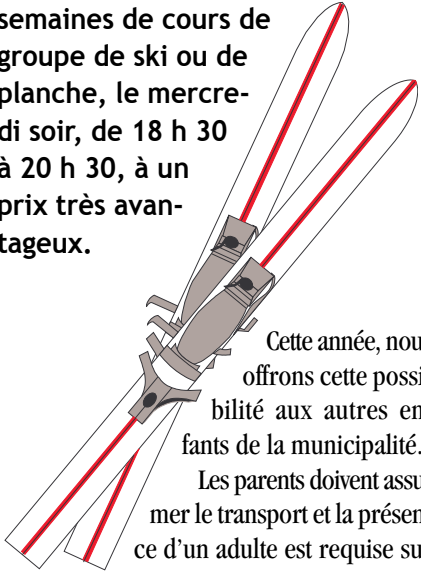
Beauté dollars
certificat cadeau
• Coiffure
• Esthétique
• Douche Temazkal
• Massages (reçus)
• Soins corporels
• Pose d'ongles
• Cosmétiques organiques
Coiffure Nordic
450 563-2586
5, rue Mathieu, Saint-Hippolyte, lac Connelly

CLINIQUE DENTAIRE
St-Hippolyte
Dre France Lafontaine
Dre Annick Girouard
Dr Vincent Giguère
Guy Dragon, denturologiste
780, chemin des Hauteurs bureau 202
Saint-Hippolyte
450 224-8241

École sur neige au Mont-Avila

Isabelle Poulin

L'école sur neige pour l'école des Hauteurs. Depuis trois ans, en collaboration avec le Mont Avila, l'école des Hauteurs offre aux enfants de 5 à 12 ans huit semaines de cours de groupe de ski ou de planche, le mercredi soir, de 18 h 30 à 20 h 30, à un prix très avantageux.



Cette année, nous offrons cette possibilité aux autres enfants de la municipalité. Les parents doivent assumer le transport et la présence d'un adulte est requise sur

place toute la soirée. Les enfants doivent arriver 30 minutes avant le début des cours. Des rabais pour les parents désirant skier durant les heures de cours de leur enfant sont également offerts.

Subvention de 60\$ offerte par la municipalité

La municipalité, par l'entremise de la politique d'aide aux citoyens et aux organismes à but non-lucratif en matière de loisirs, participe également à ce projet en offrant une subvention de \$60 par enfant résidant, qu'elle versera directement à l'école, ce qui nous permet d'offrir cette activité à un prix très abordable.

Dates des cours : Janvier : 11, 18 et 25 ; Février : 1, 8, 15, 22 et 29.

Pour inscription : Communiquer avec Karine Desrochers au 450 224-1498, et par la suite payer en argent comptant l'école des Hauteurs, **avant le 30 novembre 2011**. Dépêchez-vous, les places sont limitées.

Billets de remontée de ski	Billets de remontée location d'équipement et leçons	Billets de remontée et leçons	Leçons seulement
Résidents de Saint-Hippolyte	180,32\$	131,20\$	89,68\$
Résidents d'autres municipalités	240,32\$	191,20\$	149,68\$

Une participation massive au Tour du massif

C'était très bien, j'ai pu courir le 10 km, et ensuite marcher la chasse au trésor avec mes enfants.

Ces propos de Pascal Chevalier, résident de Prévost, illustrent bien l'enthousiasme des quelque 500 participants de la 2^e édition du Tour du massif.

Un événement couronné de succès

L'événement de randonnée pédestre et de cross-country, organisé par le Comité régional pour la protection des falaises (CRPF), a atteint ses objectifs. La générosité du public a permis d'amasser 10 000 \$ qui seront entièrement consacrés à la protection du massif. Plusieurs élus sont également venus appuyer le CRPF, au mont Olympia, le samedi 1^{er} octobre, à Piedmont.

Un appui des élus

C'est la comédienne Brigitte Paquette qui a animé la foule. Pour l'actrice, il s'avérait naturel d'accepter ce rôle d'honneur. *Je suis très préoccupée par la préservation du massif. J'adore m'y promener, profiter de*

la beauté presque mystique des lieux, confie-t-elle, bien informée du potentiel écologique du massif. Brigitte Paquette a aussi sonné les départs en présence d'élus, respectivement les députés néo-démocrates Pierre Dionne-Labelle et Marc-André Morin, Gaétan Bordeleau, maire suppléant de Prévost, et Bruno Laroche, maire de Saint-Hippolyte.

Une mission à poursuivre

Le CRPF est très satisfait du succès du Tour du massif. Il compte bien renouveler cette tradition automnale afin de poursuivre sa mission de conservation. Rappelons que le 30 mai dernier, le CRPF a fait une première acquisition de 20 acres. Les terrains, situés sur le territoire de Saint-Hippolyte, sont désormais protégés.

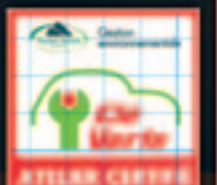
Rappelons que le 30 mai dernier, le CRPF a fait une première acquisition de 20 acres. Les terrains, situés sur le territoire de Saint-Hippolyte, sont désormais protégés.

Jusqu'à maintenant, plus de 5 km le sont, soit environ le tiers du massif (16 km). Le CRPF envisage d'augmenter cette protection à l'ensemble du massif, qui s'étend sur les trois municipalités de Piedmont, Prévost et Saint-Hippolyte. Pour information : www.parcdesfalaises.ca.

Jean-François Quirion

Nos concurrents vous offrent, à l'achat de pneus, des changements d'huile gratuits, des réductions sur l'alignement, l'entreposage gratuit, etc. Nous, on vous offre le prix juste, point !

Atelier YVON LANTHIER 1010, chemin des Hauteurs
Saint-Hippolyte
(près chemin du lac Écho)
450 224-8882



L'Halloween à l'école des Hauteurs

Isabelle Poulin

Cette année afin de souligner l'Halloween de façon originale, l'école des Hauteurs a invité Danys Hamel des Productions Imagination afin qu'il présente aux élèves son spectacle Sortilège.



Le magicien Danys Hamel et quelques enfants. PHOTO ISABELLE POULIN

Magie, sorcellerie et sortilèges!

Au fil du spectacle, les enfants sont entrés dans l'univers fascinant de la sorcellerie où ils ont pu bénéficier de cours d'apprentis sorciers, tel que la métamorphose, l'enchantement, les potions magiques,

la divination et la lévitation. Transformation d'un papier déchiré en chapeau de sorcière, une potion magique avec laquelle on peut verser six verres de liquides différents à boire (jus d'orange, coke, 7Up, lait, Gatorade et jus de pomme), du lait qui se transforme en souris, un tableau à dessiner où le personnage que l'on y dessine se met à parler, un balai et un foulard qui se promènent et volent tout seuls, voilà quelques exemples de ce à quoi les enfants ont eu droit en cette journée de l'Halloween.

Lévitation

À la toute fin du spectacle, Danys a offert une prestation de lévitation avec la précieuse collaboration de Hélène Brunet. Devant l'enseignante en suspension dans les airs, les enfants en étaient bouche bée. En somme, du début à la fin, les élèves tout comme les enseignants présents dans la salle ont été ensorcelés par les différentes prestations de Danys, de son chien Pixelle et de la souris, oncle Sirius.



Un concours de citrouille organisé par le club Optimiste. PHOTO ISABELLE POULIN

les petites annonces

5 \$ par mois pour 15 mots et moins 10 \$ par mois un encadré de 20 mots et moins. Le paiement est exigible avant la parution du journal. 450 563-2505 poste 2249

INSTALLATION DE VOTRE ABRI D'AUTO (TEMPO).
Prix à partir de 55 \$.
Travail professionnel et soigné
514 764-1585

CINÉMA MAISON À VENDRE AVEC ÉCRAN COULEUR DE 50 POUCES, MARQUE TOSHIBA : 450 \$
450 563-3397

Le journal communautaire Le Sentier est à la recherche de donateurs pour les articles suivants : classeur, chaises pliantes coussinées, étagères ou bibliothèque, tables pliantes, cafetière, mini frigo.
450 563-1975

Le Sentier
Le journal communautaire de Saint-Hippolyte

JOURNALISTES bénévoles recherchés.

Joignez l'équipe dynamique du journal communautaire Le Sentier
Soumettez votre candidature au 450 563-1975
ou par courriel
journal.lesentier@rogers.com



1
ACCÈS LAC ÉCHO - 335 000 \$ Belle propriété avec grand terrain boisé, aucun voisin arrière ou en face. Maison de qualité supérieure avec beaucoup de charme. Planchers en chêne et ardoise. Poss. bureau à la maison. Garage. MLS 8565363

Peter Léo LEMAY
RE/MAX
MILLE MAISONS UN CHEZ-VOI DE L'AVENIR INC.
2241, chemin des Hauteurs Saint-Hippolyte
Bur. : 450 563-4242
Cell. : 514 619-4242
COURTIER IMMOBILIER
www.peterleolemey.com



2
ACCÈS LAC CONNELLY - 269 000 \$ + TPS/TVQ Construction haut de gamme avec cert. Novoclimat. Accès notarié au lac Connelly. Secteur paisible. Terrain boisé. À seulement 10 min. de Saint-Jérôme! MLS 8599721



3
DEUX ACCÈS NOT. - LAC DE L'ACHIGAN - 489 000 \$ Propriété haut de gamme terrain plat et aménagé. 4 cac avec plancher en bois. Très grandes pièces et très éclairées. Sous-sol aménagé de 2000 p.c. Inclus : sauna et spa. MLS 8502655



4
5 MINUTES DE SAINT-JÉRÔME - 215 000 \$ Construction récente à deux pas du IGA et 5 min. de Saint-Jérôme. Sous-sol 8' de hauteur, possibilité de faire 3^e cac au sous-sol. Terrain plat et aménagé avec piscine hors terre. MLS 8614890



5
BORD DE L'EAU - LAC DE L'ACHIGAN - 299 000 \$ Bord de l'eau lac de l'Achigan, une des plus belles plages en sable! 2 cac. À qui la chance? MLS 8485205



6
BORD DE L'EAU - LAC À L'OURS - 549 000 \$ Clé en main avec 200' rivage sur le lac à l'Ours, elle vous séduira! Secteur paisible et intime. Terrain paysager. Grand garage double et garage simple en-dessous. À 10 min. de Saint-Sauveur et Sainte-Adèle. MLS 8617627



7
BORD DE L'EAU - LAC DE L'ACHIGAN - 599 000 \$ Condo sis sur l'eau, plage en sable, quai pour bateau. À l'intérieur : décor chaleureux, plancher en érable, douche en céramique et bain podium 2 places. Garage. MLS 8570224



8
BORD DE L'EAU - SAINT-HIPPOLYTE - 595 000 \$ Sise sur le bord du lac de l'Achigan. Cachet rustique avec grandes pièces. 4 cac. Garage 3 portes avec loft et salle d'eau. MLS 8626375

Mimosa : spa, esthétique pour elle et lui

Jocelyne Cassagnol

Résidente du lac en Cœur,
Sylvie Lacroix s'est fait un plaisir de nous faire découvrir
«Le Mimosa».

Le salon a ouvert ses portes le 1^{er} juin, dans le petit centre d'achats du boulevard des Hauteurs, près du Dépanneur Shell Proprio, après avoir vécu en cohabitation dans le salon Mars et Vénus. Un goût très sûr et 25 000 \$ de rénovations ont permis au local de faire peau neuve.

Sylvie Lacroix œuvre depuis 2007 à l'institut Suzanne Clément à Saint-Sauveur. Au salon Mimosa, elle est secondée par Isabelle Proulx, massothérapeute, qui procure des soins aux enfants et aux bébés également et par Vanessa Robert qui pratique entre autre l'extension de cils.

La clientèle est constituée de personnes de 20 ans et plus et concerne tout aussi bien les hommes que les femmes. Sylvie Lacroix, apprécie cet emplacement car il est éminemment bien situé. En effet, n'oublions pas qu'il y passe 12000 véhicules automobiles par jour.



Sylvie Lacroix, propriétaire du « Le Mimosa »

Toute une panoplie de services

Vous trouverez bien sûr les spas, manucure et pédicure, la pose d'ongles, le gel d'orteils ainsi que les soins du visage. Le Mimosa offre aussi l'épilation à la cire ou à l'électrolyse, les soins corporels, les enveloppements, le lifting au collagène et la micro-dermabrasion, sans oublier le bain de vapeur à oxygène!

Rappelons que le bain de vapeur à oxygène aurait la propriété d'opérer un drainage lymphatique et aussi de nous faire consommer entre 250 et 400 calories...

Les massages californien et thérapeutique ainsi que le Reiki sont offerts.

Les heures d'ouverture permettent un accès facile aux gens qui travaillent puisque les réservations peuvent se faire 7 jours sur 7 de 7heures à 21heures et que le salon est ouvert le samedi ainsi que 2 soirs jusqu'à 20 heures.

Un slogan qui devient réalité

Le slogan de Mimosa est des plus attirants : *Offrez-vous un moment magique, là où le bien-être, et la douceur sont au rendez-vous!* Sylvie Lacroix vous y accueille chaleureusement et son sourire vous met tout de suite dans l'ambiance. La décoration, toute de délicatesse, vous introduit dans une atmosphère de repos, de sérénité. On sait déjà que l'on va passer un très beau moment. La disponibilité de Sylvie Lacroix qui aime à prendre tout son temps avec ses clients ajoute encore à la qualité des soins.

C'est un endroit à visiter au 944, boul. des Hauteurs.

Le transport en ambulance : pas toujours gratuit pour les personnes de 65 ans et plus!

Isabelle Poulin

Le transport en ambulance n'est pas toujours gratuit, même pour les gens de 65 ans et plus. La gratuité est déterminée selon la politique de déplacement des usagers du Réseau de la santé et des services sociaux, établie par le gouvernement du Québec.

C'est gratuit si...

Le transport en ambulance est gratuit si : Vous êtes résident du Québec et si votre état de santé l'exige, c'est-à-dire que le transport en ambulance est médicalement requis et approuvé par le médecin qui vous évalue à l'hôpital.

Si je quitte l'urgence avant d'avoir vu un médecin?

Si vous quittez l'hôpital avant d'avoir été évalué par le médecin, celui-ci ne pourra pas juger de la pertinence de l'utilisation de l'ambulance. Les frais pour l'ambulance seront alors sous votre responsabilité.

Passe-t-on plus rapidement à l'urgence quand nous arrivons en ambulance?

La priorisation des usagers qui se présentent à l'urgence se fait exclusivement par l'infirmière

au triage. Il est donc possible qu'un usager qui arrive en ambulance soit dirigé vers la salle d'attente de l'urgence selon le niveau de priorité qui lui a été attribué.

Pour plus d'informations contactez le : 450 432-2777 poste 23025.

N'APPELEZ L'AMBULANCE QUE SI VOUS EN AVEZ RÉELLEMENT BESOIN. VOUS AMÉLIOREREZ AINSI LA DISPONIBILITÉ DES AMBULANCES ET VOUS ÉVITEREZ UNE FACTURE DÉSAGRÉABLE.

Modification des numéros de postes téléphoniques au CSSS de Saint-Jérôme

Le Centre de santé et de services sociaux (CSSS) de Saint-Jérôme procédera à une modification de ses numéros de téléphone internes.

À compter du 17 septembre 2011, le chiffre « 2 » sera ajouté devant chacun des postes téléphoniques à quatre chiffres du CSSS de Saint-Jérôme. Vous devrez donc composer ce numéro supplémentaire pour joindre un poste interne.

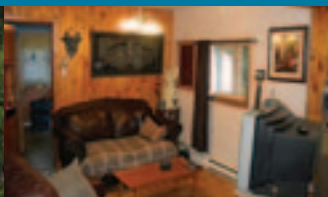
Nous profitons de ce changement pour vous recommander également l'utilisation du numéro général du CSSS de Saint-Jérôme, soit le 450 432-2777 (450 432-CSSS), suivi du poste téléphonique à 5 chiffres. En composant ce numéro, vous aurez accès au menu vocal général de l'organisation et vous pourrez choisir une des options proposées pour accéder au service souhaité. Une téléphoniste de l'accueil général pourra aussi prendre l'appel.

Immeubles des Hauteurs Agence immobilière
www.immeublesdeshauteurs.com
mroy@immeublesdeshauteurs.com
450 563-5559
Certifié QSC Qualité du Service à la Clientèle
Michel Roy Courtier immobilier
Sans frais 1.866.563-5559

ACCÈS NOT. LAC DE L'ACHIGAN



PRIX RÉVISÉ



(8590538) - Voici un petit pl.-piéd en bonne condition **99 900 \$**

et profitant d'un accès not. à une superbe plage du lac de l'achigan. La propriété est située à quelques pas de la riv. Pashby. Muni de votre canot ou kayak, cette rivière vous mènera sur les flots du grand lac.

1 ACRE - CONSTRUCTION 2001



239 000 \$

(8615639) - Maison à étages offrant une fenestration abondante. Au bout d'un cul-de-sac. Beaucoup d'intimité. À 10 min. de Saint-Jérôme et de l'aut. 15.

ACCÈS NOT. LAC ST-ONGE



(8584700) Pl.-piéd offrant une bonne sup. habitable. Tous les planchers sont en lattes de bois ou en céram. 5/bains ent. rénovée et au goût du jour. Garage int. Accès à moins de 300 m de la propriété.

152 000 \$

BORD LAC DE L'ACHIGAN



(8446729) Bord de l'eau clé en main. Rénové et meublé, 2 CAC en tout confort. Combustion lente. Cuisine et salle de bains refaites entièrement. Magnifique vue sur le lac.

299 000 \$

ACCÈS LAC DE L'ACHIGAN AVEC QUAI



(8569773) - Joli pl.-piéd **159 000 \$**

en excellente condition. Terrain entièrement plat et paysager. Grande remise pour VTT et atelier plus une 2^e CAC dans ce bâtiment. Accès not. au lac avec quai. Bon potentiel!

ACCÈS LAC DE L'ACHIGAN AVEC QUAI



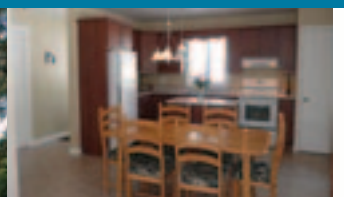
INTERGÉNÉRATION



(8614154) - Accès not. **289 000 \$**

à une magnifique plage de sable et son emplacement pour une embarcation moteur. Vue sur le lac. De l'espace int. à profusion et une orientation plein sud.

SAINT-HIPPOLYTE



207 000 \$

(8528146) - Propriété 2008 avec accès not. au lac Connelly (nav.). Aire ouverte. Planchers bois et céram. 2 s/bains. 2 CAC et facile d'en faire une 3^e. Garage, remise. À 12 min. de Saint-Jérôme.

LAC DES CHUTES



(8544722) - Voici 2 terrains séparés uniquement par la 400^e Avenue. Le plus petit est en bordure du lac des Chutes avec 7500 p.c. et 75 pi de frontage. L'autre terrain fait presque 60 000 p.c. avec des pentes peu accentuées et idéal pour une construction à l'abri des regards. Secteur paisible. Bon prix!

59 000 \$

SUR LE CH. DES HAUTEURS



(8614010) Terrain de bonne dimension offrant un zonage résidentiel et plusieurs usages commerciaux. Puits art. et inst. septique déjà en place. Bonne topographie.

65 000 \$ + TPS/TVQ



SAINT-HIPPOLYTE



(8636344) - Propriété à la campagne impeccable! Environnement des plus paisibles. Terrain : 51 080 p.c. À 10 min. de Saint-Sauveur/Sainte-Adèle.

269 900 \$

70' BORD LAC MORENCY



(8629479) - Pl.-pied situé dans le village de Saint-Hippolyte. Vue sur l'eau! Rénové. 2 comb. lente. Unifamilial et/ou intergénération. Garage.

295 000 \$

ACCÈS ET VUE SUR L'EAU!



(8626648) - Pl.-pied à 2 pas du lac de l'Achigan avec une place au quai. Vue sur l'eau! Intergénération. Terrasse avec gazebo!

324 000 \$

VUE! VUE! VUE!



(8621379) - Accès not. au lac de l'Achigan! Maison dissimulée entre les arbres, à l'abri des regards. Ter. : 115 605 p.c. Site exceptionnel! Vue spectaculaire!

299 000 \$

125' BORD LAC DE L'ACHIGAN



(8602922) - Résidence haut de gamme! Concept à aire ouverte. Largement fenestrée sur le b/eau (franc sud). Cuisine de chef! Vastes pièces! Clé en main!

1 275 000 \$

BORD LAC CONNELLY



(8583427) - Belle à toutes les saisons! Propriété impeccable! Vous n'avez qu'à vous y installer. 3 CAC. 2 SDB. Peut être vendue tout meublé. Occup. immédiate.

325 000 \$

BORD LAC DE L'ACHIGAN



(8569602) - Cottage de style suisse avec 100' sur le bord du lac de l'Achigan (navig.). Vendu tout meublé! Vue panoramique!

269 000 \$

ACCÈS NOT. LAC DE L'ACHIGAN



(8560960) - Jolie propriété campagnarde! Emplacement pour embarcation au quai. 3 CAC. Foyer. Accès à 2 pas du lac!

245 000 \$

ACCÈS NOT. LAC CONNELLY



(8557391) - Grande propriété, conviviale et chaleureuse! Espaces à aire ouv. Boiseries, poutres app. 3 étages finis. Foyer plus poêle. À 15 min. de Saint-Jérôme.

239 000 \$

DOMAINE DU GRAND DUC



(8536895) - Coquette et très belle! Aire ouv. 3 CAC, S./fam., foyer. Pisc. h.-terre/patio/remise. Ter. : 35 004 p.c., boisé. Près des services. À 10 min. de Saint-Jérôme.

245 000 \$

SECTEUR LAC CONNELLY



(8545392) - Plain-pied rénové avec goût. Vue sur le lac Connelly. 2 CAC. Terrain paysager. Remise.

155 000 \$

HAVRE DE PAIX!



(8527235) - Profitez de toute l'intimité que vous offre cette propriété sise sur un ter. de 78 000 p.c. Maison impeccable!

224 000 \$

RÉSIDENCE D'ANTAN



(8519201) - Magnifique résidence d'antan rénovée. Accès not. au lac de l'Achigan. 3 CAC + 2 bur. 3 SDB. Boiseries et poutres. Ter. : 57 007 p.c.

274 000 \$

ZONÉ FERMETTE SAINT-HIPPOLYTE



(8480520) - Très belle propriété 2004 sise sur un ter. de 108 018 p.c. 3 CAC plus 1 bureau. S-sol fini. Syst. de géothermie. À 8 min. de l'aut. 15.

274 900 \$

PROFITEZ D'UN REVENU!



(8464425) - Cottage avec bachelor et garage adj. 3 CAC, comb. lente au sal. Ter. de 32 478 p.c., privé. À la limite de Saint-Hippolyte et Prévost.

249 000 \$

ACCÈS ET VUE LAC BLEU



(8574421) - Très belle propriété face au lac Bleu. Plusieurs rénovations ont été faites. Foyer au bois. Grand garage adj. À 5 min. de tous les services.

239 000 \$

UNE PRESTIGIEUSE ADRESSE!



(8630133) - Pour ceux qui aiment luxe, confort et qualité... Résidence de prestige avec 142 pi. bord lac de l'Achigan. Franc sud. Vue panoramique! Elle est unique!

1 595 000 \$

BORD DE L'EAU SAINT-HIPPOLYTE



(8392095) - Domaine privé (139 872 p.c.) avec 431' bord lac Gordon (non-nav.). Site privé! Plage de sable. Chalet 3 saisons pour vos invités. Garage détaché. À 10 min. de Saint-Sauveur.

325 000 \$

BORD LAC CONNELLY!



(8574500) - Magnifique résidence! Emplacement de rêve avec 175' bord/eau (navig.). Clés en main! Ter. privé, entièrement aménagé. Garage double. Poss. d'intergénération.

675 000 \$

SAINT-HIPPOLYTE



(8599868) - Pl.-pied situé à la fin d'une rue cul-de-sac. 2 ch. à coucher, bureau et boudoir. Espaces à aire ouverte. Foyer au bois.

167 000 \$