



Les perce-neige portent bien leur nom.

Conseil sectoriel

Présidente : Danièle Hotte

Tél. : (819) 623-2790 danièle.hotte.2@hotmail.ca



1^{er} vice-président : Jean-Marc Diotte

Tél. : (819) 440-4656 jmarcdiot@hotmail.com

2^e vice-présidente : Angèle Richer

Tél. : (819) 623-2002 angelericher17@hotmail.com



Secrétaire : Diane Bélisle

Tél. : (819) 623-2281



Trésorier : Denis Soucy

Tél. : (819) 623-1105 denis_soucy@hotmail.com



1^{ère} conseillère : Josée Desautels

Tél. : (819) 278-3144 jos.desautels@gmail.com



2^e conseiller : Jean-Claude McGuire

Tél. : (819) 623-6518 mcguire.jc@videotron.ca



Équipe du journal : Coordination et mise en page : Jean-Marc Diotte et Jean-Claude McGuire

Manutention : Danièle Hotte

Imprimerie L'Artographe, 322 de la Madone, Mont-Laurier (819)623-1260

Chaîne téléphonique : Rachel Joanis Tél. : (819) 660-2242 racheljoanis@hotmail.com

France Dufresne Tél. : (819) 623-7112 francephilo@gmail.com

P.S. Si vous voulez recevoir le libellé des chaînes téléphoniques, faites parvenir votre adresse courriel à l'adresse courriel ci-haut.

N.B. Les opinions émises dans ces pages ne reflètent pas nécessairement celles de l'association et n'engagent que la responsabilité de leurs auteurs

Table des matières

Mot de la présidente.....	4
Mot de la présidente régionale.....	5
Opération Nez-Rouge.....	6
Assemblée générale du secteur (AGS).....	7
Assemblée générale régionale (AGR)	8
Environnement et développement durable	9
Condition des femmes	11
Condition des hommes	12
Arts visuels	13
Dîner de Noël	14
Retraite	16
Dîner de la Saint-Valentin	16
Jeu-questionnaire sur la maladie d'Alzheimer.....	21
Événements à venir.....	22
Nécrologie	22
Membres des différents comités	23

Réponses du jeu-questionnaire

1F, 2F, 3F, 4F, 5V, 6V, 7F, 8F, 9F, 10F

Sites web importants

Secteur 10G : hautesrivieres.areq.lacsq.org

Régional : regionlaurentie.areq.ca

Provincial : areq.lacsq.org

Mot de la présidente

Bonjour à vous tous.

Quel hiver n'est-ce pas !

L'automne a servi à la planification d'activités et de formations. Merci d'y participer.

Vous pouvez lire dans ce journal quelques invitations, les autres vous parviendront par les voies habituelles.

Vous constatez que l'assemblée générale se déroule sur une journée avec un ordre du jour différent.

Nous vous demanderons de vous inscrire tôt, car vous recevrez par la poste les rapports. Il n'y aura pas de présentation, car vous les aurez. Vous pourrez poser des questions. Eh oui, les responsables nous vous demanderons vos rapports un peu plus rapidement quoique la date de l'assemblée soit plus tard que d'habitude.

Nous désirons laisser la place aux deux conférencières. Ce sont deux conseillères du bureau de Québec. Elles ne connaissent pas Nomingue et sont ravies de se déplacer jusque chez nous. Le lendemain, elles répèteront à Blainville ce qu'elles nous présentent. C'est pour que vous puissiez les entendre sans avoir à trop vous déplacer que Dominic Provost le directeur général a accepté qu'elles viennent dans le secteur. C'est un privilège que nous avons. Mireille Ménard a travaillé fort. Ceux qui ont eu la chance de les entendre savent qu'elles connaissent bien leurs dossiers et sont passionnées. Rien d'ennuyant avec elles.

Jean-Claude vous invitera à une rencontre sur l'hameçonnage.

Un rappel : ligne téléphonique d'aide aux abus aînés est un service anonyme, sans frais pour parler de ce que vous vivez ou constatez. TÉL. : 1-888-489-2287.

Avez-vous pensé à téléphoner à la RAMQ afin de recevoir votre formulaire DMA directives médicales anticipées. Ça soulage nos proches et donne nos directives lorsqu'on ne peut le faire.

Continuer à bouger, peu importe la manière. La pelle et la marche sont de bonnes activités hivernales.

On pense aussi au centre d'action bénévole lorsqu'on a divers besoins. Il réfère et accompagne. N'hésitez pas.

Bon printemps.

Au plaisir de vous rencontrer et de jaser.

Danièle Hotte

Mot de la présidente régionale

Nous avons une deuxième année du triennat 2017-2020 bien entamée et cette année sera aussi enrichissante que la précédente. Les membres du conseil régional et les équipes des huit comités régionaux continueront à exploiter le cahier du plan d'action incluant des exemples pour les 47 actions des trois axes :

- ✓ les droits et les intérêts de nos membres et personnes âgées au cœur de nos préoccupations
- ✓ la vie associative
- ✓ la participation et l'engagement au mieux-être de la collectivité.



Les conseillères et conseillers du national nous ont fait une mise à jour de leurs différents dossiers. Ils nous ont aussi présenté les formations qu'ils peuvent nous offrir. Les membres du conseil régional ont présenté ces offres aux responsables régionaux des différents comités à la rencontre régionale de l'automne le 24 octobre. Les responsables régionaux et sectoriels des comités se sont réunis pour choisir des actions à développer durant l'année.

Je vous informe qu'il y aura trois belles activités régionales offertes par le comité de l'action sociopolitique le 16 avril, par le comité des assurances le 14 mai et par le comité de l'Environnement et du développement durable le 11 juin. Ne manquez pas de consulter notre nouveau site WEB, vous y trouverez toute l'information concernant nos activités, des photos des différentes rencontres régionales. Pour ce faire, rendez-vous

sur le site national et cliquez sur la région 10. Vous pouvez aussi choisir l'onglet de votre secteur.

Cette année l'AREQ nationale a organisé des rencontres interrégionales, réunissant les membres des conseils sectoriels des régions regroupées. Notre région a été invitée avec les régions de l'Outaouais et de l'Abitibi-Témiscamingue à une journée et demie de formation les 9 et 10 octobre dernier dans les Laurentides. La tenue de ces rencontres s'inscrit dans le plan d'action national 2017-2020, en lien avec les actions 22, 26, et 27 : « *Promouvoir la mission et l'énoncé de valeur de l'AREQ. Soutenir les élus bénévoles qui siègent à différents postes dans les régions et les secteurs. Adapter nos façons de faire et nos structures aux besoins de nos bénévoles.* » Nos membres nous ont dit que ce fût une rencontre très enrichissante et plaisante.

En terminant, je vous souhaitais une belle fin d'hiver et un printemps hâtif si possible.

Mireille Ménard

Opération Nez-Rouge

Une nuit Nez-Rouge

Cette année encore, quelques équipes formées de membres de l'AREQ de leurs conjoints et amis ont participé à Opération Nez-Rouge. C'est avec beaucoup de plaisir que nous répétons cette expérience pour la 6^e fois. Chaque fois, nous avons quelques anecdotes à nous raconter après cette nuit pleine de mouvements. Un gros merci aux personnes qui se sont jointes à nous pour la première fois.

Nous pensons participer de nouveau l'an prochain. Si vous souhaitez vous joindre à nous, il y aura un rappel au dîner de septembre et dans le premier Croque la Vie. Il sera temps alors de donner votre nom.

Opération Nez-Rouge, c'est donner le temps d'une nuit pour peut-être sauver des vies et c'est une expérience vraiment extraordinaire.



Angèle Richer

Assemblée générale du secteur (AGS)

AVIS DE CONVOCATION ASSEMBLÉE GÉNÉRALE SECTORIELLE HAUTES-RIVIÈRES

Comme stipulé dans les statuts et règlements, par la présente, vous êtes invités à participer à l'assemblée générale sectorielle:

DATE : Lundi 13 mai 2019
HEURE: De 9 h à 15 h 30
ENDROIT: Nomingue (Golf)

PROJET D'ORDRE DU JOUR

- Mot de bienvenue
- Nomination à la présidence et au secrétariat de l'assemblée et aux élections
- Mot de la présidence d'assemblée et d'élection
- Présentation et adoption de l'ordre du jour
- Présentation et adoption du procès-verbal 2018
- Question sur les différents rapports reçus : trésorerie - divers comités - de la présidence.
- Tirage partage FLG
- Prix de présence
- Élections
- Présentation de Ginette Plamondon (conseillère à la condition des femmes et à l'action sociopolitique) sur soins de fin de vie
- Présentation de Johanne Freire sur assurances (conseillère à la sécurité sociale)
- Nomination de la délégation au congrès 2020
- Varia

Espérant vous voir nombreux

Danièle Hotte

AVIS DE CONVOCATION
ASSEMBLÉE GÉNÉRALE RÉGIONALE
LAVAL-LAURENTIDES-LANAUDIÈRE

Comme stipulé dans les Statuts et règlements d'octobre 2017, article 14.04, par la présente, vous êtes cordialement invités à participer à l'assemblée générale régionale :

DATE : Jeudi 30 mai 2019
HEURE : De 8 h 30 à 15 h
ENDROIT : Hôtel Days Inn
1136, boul. Labelle
Blainville J7C 3J4
Téléphone : 450 430-8950

8 h 30 : Accueil

9 h : Ouverture de l'assemblée et présentation des différents rapports d'activités 2018-2019

12 h : Dîner

13 h 15 : Activité ou conférence à venir

15 h 15 : Assemblée générale **FLG**

C'est un moment privilégié pour nous rencontrer, prendre connaissance de nos réalisations et assurer la pérennité.

Je compte donc sur votre précieuse collaboration. Au plaisir de vous revoir.

NB : Pour assister à l'activité ou à la conférence en PM, vous devez avoir participé à l'AGR en matinée. Vous aurez l'information dans vos bulletins sectoriels ou sur notre site WEB :

[http// :laval-laurentides-lanaudière.areq.lacsq.org](http://laval-laurentides-lanaudière.areq.lacsq.org).

Mireille Ménard, présidente régionale

Environnement et développement durable

CONSIGNE DES BOUTEILLES DE VIN

NOUVELLE OFFENSIVE ENVERS LA SAQ

Près de 100 millions de bouteilles de vin aboutiraient directement au dépotoir, chaque année au Québec. Pour mettre fin à ce gaspillage écologique et économique, le mouvement « SAQ consigne » a été lancé hier pour accentuer la pression sur la Société des alcools du Québec afin qu'elle instaure une telle mesure.

Le geste était symbolique, mais les instigateurs du mouvement « SAQ consigne » espèrent qu'il fera boule de neige.

Ils ont déposé hier une vingtaine de bouteilles de vin vides sur les comptoirs d'une succursale de la Société des alcools du Québec (SAQ) de l'arrondissement de Rosemont–La Petite-Patrie, à Montréal, pour donner le coup d'envoi à leur initiative.

« On invite les gens à apporter leurs bouteilles à la SAQ jusqu'à ce que la consigne soit mise en place », a déclaré Denis Blaquière, réalisateur du documentaire *La poubelle province* et porte-parole du mouvement SAQ consigne.

SAQ consigne invite la population à remettre les bouteilles en mains propres à un des employés de la SAQ « dans la bonne humeur et la courtoisie », rappelant que ce ne sont pas eux qui s'opposent à la consigne.

Au contraire, leur syndicat milite « depuis plusieurs années » pour l'instaurer.

« La SAQ met en marché 220 millions de bouteilles par années [dont une grande partie] se retrouve directement au dépotoir ». Le verre récupéré par la collecte sélective est trop contaminé par d'autres matières pour pouvoir être fondu à nouveau.

« C'est assez scandaleux quand on sait que le verre, comme l'aluminium, est un matériau recyclable à l'infini. »

Opposition « inexplicable »

« Au Canada, il y a seulement deux provinces qui n'ont pas de consigne sur les bouteilles de vin : le Québec et le Manitoba ». Pourtant, 91 % des Québécois sont en faveur de la consigne des bouteilles de vin, rappelle-t-il, citant un sondage omnibus de la firme SOM réalisé en 2017 (1065 répondants, marge d'erreur maximale de 3,9 %).

Le réalisateur déplore la « virulence assez inexplicable » du « lobby anticonsigne » au Québec, qui a « un poids très important » sur les décideurs publics.

SAQ consigne en appelle au nouveau gouvernement de François Legault pour « être à l'écoute de la population » et améliorer le système québécois de consigne, qui date de 1984.

Des économies en perspective

La SAQ ne fait « pas de l'économie circulaire » en ne consignait pas les bouteilles de vin, martèle Jean-Claude Thibault, de l'Opération Verre-Vert, une organisation citoyenne qui milite pour l'amélioration du système de récupération au Québec et qui participe au mouvement SAQ consigne.

Il souligne que ce sont les contribuables québécois qui paient, par leurs impôts, pour envoyer le verre aux sites d'enfouissement, alors qu'il pourrait être vendu à des fonderies.

L'Ontario a instauré en 2007 une consigne sur les bouteilles de vin et récolte « deux fois plus de contenants qu'avec la collecte sélective ». « Les contribuables ontariens épargnent 40 millions de dollars par année ».

Le taux de recyclage du verre atteint d'ailleurs 90 % en Ontario, contre 14 % au Québec.

C'est d'ailleurs en Ontario et aux États-Unis que la fonderie montréalaise Owens Illinois doit s'approvisionner en verre usagé, qui provient notamment des systèmes de consigne, puisqu'elle n'en trouve pas suffisamment sur le marché québécois.

Les organisateurs du mouvement avaient apporté un échantillon de verre provenant d'un centre de tri et un autre de verre provenant de la consigne afin de démontrer la contamination de l'un et la « pureté » de l'autre.

SAQ consigne souligne que recycler le verre permet également de réduire les émissions de gaz à effet de serre (GES), puisque la fabrication de verre à partir de verre usagé nécessite moins d'énergie.

Suzanne Gauthier

Condition des femmes

Merci à toutes les personnes qui étaient présentes au dîner de Noël. Par votre écoute, vous rendez toujours émouvant le moment dédié à la commémoration du 6 décembre.

« Le respect, ça se manifeste ! », voici le slogan choisi pour la journée internationale des femmes.

« Bienveillance » est le mot choisi par un chroniqueur de Radio-Canada pour l'année 2019. J'aime ce mot et je l'ai également choisi pour cette année. Il y a de la douceur, mais aussi de la vigilance dans ce mot. Il faut rester vigilant et vigilante pour que tous et toutes continuent à être respectés dans leur vie quotidienne.

La rencontre régionale aura lieu au mois de mars. Dans le prochain numéro du journal, nous pourrons vous informer sur le contenu des conférences de cette rencontre.

Parce que nous aimons nous retrouver dans une ambiance sympathique, bienveillante et respectueuse, je vous invite à la journée internationale des femmes.

Le brunch aura lieu au restaurant « Boston Pizza », mais, pas dans le bar aux tables et chaises hautes... Nous avons réservé une partie de la salle à manger. C'est une activité qui vous réserve des invitées et des surprises !

Nous vous attendons le mercredi 6 mars vers 9 h.

C'est un plaisir de se revoir et de partager de bons moments.

Anne-Marie Meyran

Angèle Richer

Condition des hommes

Je désire vous informer que M. Mario Robitaille de la Sûreté du Québec nous donnera un exposé sur les moyens de prévention contre les courriels d'hameçonnage. Cette activité déjeuner-conférence se tiendra le 20 mars, à 9 h, à la salle de conférence de la Cage brasserie sportive. Cet événement est offert à tous les membres et à leur conjoint. Vous recevrez une invitation par la chaîne électronique.

Le 28 mars, il y aura une activité régionale à l'hôtel Days Inn à Blainville. Il s'agit d'une rencontre d'échange suite à la lecture du livre « La crise de la masculinité ». Comme préalable, les participants doivent lire une partie du livre et en faire un résumé au groupe. Les hommes intéressés doivent communiquer avec moi le plus tôt possible.

Nous invitons les hommes de notre secteur à nos déjeuners-rencontre qui ont lieu à tous les 3^e mercredi du mois à la Cage, brasserie sportive. Ce sera un plaisir d'accueillir les nouveaux.

Bienvenu à tous.

Jean-Claude McGuire

Denis Soucy



Laissez votre sourire changer le monde, mais ne laissez pas le monde changer votre sourire.



Arts visuels

Comme chaque année, il y aura une exposition pour souligner les passions des retraité(e)s de l'AREQ. Cette rencontre est prévue pour le 7 juin 2019 lors du souper-passions.

Le 8 juin 2018, plusieurs œuvres furent exposées et un vote d'appréciation a déterminé les « coups de cœur » du public.

Voici les résultats par catégorie :

Sculpture

- | | | |
|-----------------------|---------|---------|
| ▪ Pierrette Quevillon | Tableau | 7 votes |
|-----------------------|---------|---------|

Artisanat et métier d'art

- | | | |
|---------------------|-------------|----------|
| ▪ Alain Riopel | Marqueterie | 10 votes |
| ▪ Madeleine Lacasse | Vitrail | 5 votes |
| ▪ Lise Brosseau | Cartes | 5 votes |

Photos

- | | | |
|---------------|---------------------|---------|
| ▪ Denis Soucy | Arctique | 6 votes |
| ▪ Denis Soucy | Marcheuse et roches | 3 votes |
| ▪ Denis Soucy | Sable | 1 vote |

Tableaux

- | | | |
|---------------------------|-------|----------|
| ▪ Marie-Berthe Valiquette | Hiver | 10 votes |
| ▪ Madeleine Lacasse | | 4 votes |
| ▪ Pierrette Quevillon | | 3 votes |
| ▪ Jacline Mayer | | 2 votes |

Il y avait dix exposants en 2018, nous prévoyons vingt exposants et plus pour juin 2019.

Artistes à recruter (présence amérindienne).

Jacline Mayer

Alain Riopel

Dîner de Noël





Retraite

Ça bouge au comité de retraite ! Thérèse Chaput a remplacé Vitor Sabino à titre de responsable et Danielle Hotte a pris la place de Thérèse Chaput comme co-responsable.

Parallèlement à ces changements, nous participons à l'**Opération « Maintenant », l'indexation !** Cette opération provinciale consiste à rencontrer les 125 députés élus à l'Assemblée nationale et à recueillir le plus d'appuis possible afin que le gouvernement s'engage à verser sa part de l'indexation lorsque le surplus nécessaire à l'obtention de l'indexation est atteint.

Pour notre région, Danielle Hotte et moi-même rencontrerons la députée de Labelle le 12 avril 2019. Lors de cette rencontre, nous lui remettons une trousse expliquant qui nous sommes et ce que nous faisons. Nous en profiterons pour lui demander un appui ferme à nos revendications pour l'obtention de l'indexation.

De plus, nous continuons notre plan d'action régional 2018-2019 et nous produisons une courte vidéo d'ici mai démontrant notre baisse de pouvoir d'achat et le bien-fondé de notre revendication pour l'indexation. Il faut que les salaires suivent au moins le prix de la livre de beurre.

À suivre dans le prochain Croque la vie...

Isabelle Gagné

Dîner de la Saint-Valentin

À Rivière-Rouge lors de la rencontre de l'AREQ secteur des Hautes-Rivières il y a eu une conférence présentée par madame Pricillia Pilon qui nous parlait de la possibilité de vivre en produisant « Zéro déchet ». De la cuisine à la salle de bain en passant par les soins corporels et la nutrition





biologique...nous pouvons prendre des habitudes de vie saine et écologique en produisant « zéro déchet ».

Madame Pilon est la propriétaire de l'épicerie « Zéro déchet » à Mont-Laurier sur la rue Mercier. Prenez le temps d'aller voir comment fonctionne cette épicerie... ça vaut la peine si vous voulez éliminer vos déchets en étant plus écologique.

Suzanne Gauthier





Société Alzheimer
LAURENTIDES

Dans l'après-midi, madame Marguerite Wolfe nous a présenté la mission ainsi que les services offerts par la Société Alzheimer des Laurentides.

La Société a pour mission d'informer, de soutenir, d'accompagner et de représenter les personnes touchées par la maladie d'Alzheimer ou autres maladies apparentées et de former les intervenants et les bénévoles.



Les différents services offerts par cet organisme sont :

- Rencontre d'information et soutien (mensuel)
- Rencontres individuelles et familiales
- Répit – Accompagnement – Stimulation à domicile
- Répit dépannage
- Écoute téléphonique
- Partage sur la mémoire
- Groupes de soutien pour proches aidants

Lors de cette rencontre, la conférencière nous a présenté les caractéristiques d'une personne atteinte de cette maladie ainsi que les moyens à prendre afin de mieux l'aider.

Les participants ont grandement apprécié cette présentation.

Pour plus d'information, veuillez consulter leur site internet à l'adresse suivante :

alzheimerlaurentides.com

Jean-Claude McGuire





Jeu-questionnaire sur la maladie d'Alzheimer

Énoncé	Vrai	Faux
1. Un membre de ma famille a la maladie d'Alzheimer, je vais l'avoir.		
2. La maladie d'Alzheimer est une maladie qui touche uniquement les personnes âgées.		
3. Il existe un remède contre la maladie d'Alzheimer.		
4. La perte de mémoire veut dire la maladie d'Alzheimer.		
5. La majorité des personnes atteintes par la maladie sont des femmes.		
6. Alzheimer : la musique préserve la mémoire et l'humeur.		
7. Les vitamines, les suppléments et les agents stimulant la mémoire peuvent prévenir la maladie d'Alzheimer.		
8. Dès le diagnostic de la maladie, votre vie change et vous ne pouvez plus faire les mêmes activités.		
9. Toutes les personnes atteintes de la maladie deviennent violentes et agressives.		
10. La personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ne peut comprendre ce qui se passe autour d'elle.		
Voir les réponses à la page 3		

Le but ce n'est pas d'être meilleur que les autres, mais bien d'être meilleur que la personne que vous étiez hier.

Événements à venir

Date	Événement	Lieu
20 mars	Prévention contre les courriels d'hameçonnage	La Cage, brasserie sportive Mont-Laurier
11 avril	Cabane à sucre Les 4 Printemps	Ferme-Neuve
13 mai	Assemblée générale de secteur PM : Assurances (Johanne Freire)	Nominingue
30 mai	Assemblée générale régionale	Blainville
7 juin	Passion des retraité(e)s Exposition et souper	Salle Maclaren Centre sportif J. Lesage

Nécrologie

« Se rappeler, c'est fleurir sa mémoire de bien doux souvenirs » ...

Nous ont quittés :

Robert Léonard, beau-frère de Germaine Prud'homme

Marie-Paule Saint-Amour, sœur de Suzanne

Rita Roy-Pauzé, membre

Gisèle Mireault Gauthier, mère de Suzanne et Monique Gauthier

Brigitte Crépeau Dumoulin, mère de Luce Dumoulin

Gilles Lussier, conjoint de Gaétane Diotte

Nos condoléances !

Lucie Morin

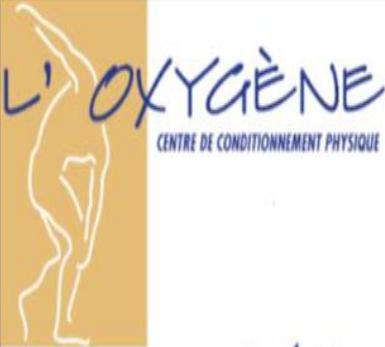
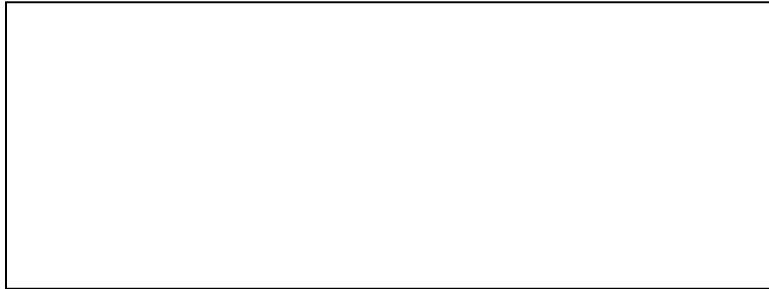
Membres des différents comités

Action sociopolitique :	Micheline Duquette (819) 623-2354 Courriel : micheduq@gmail.com Jean-Marc Diotte (819) 440-4656 Courriel : jmarcdiot@hotmail.com
Arts visuels :	Jacline Mayer (819) 597-2325 Courriel : jacline.m@hotmail.com Alain Riopel (819) 623-6577 Courriel : alainriopel@hotmail.ca
Assurances :	René Nicole (819) 623-4491 Courriel : r. nicole@tlb.sympatico.ca Jocelyne Valiquette (819) 499-0771 Courriel : jaxnix@gmail.com
Cartes d'anniversaire : (75 ans et plus)	Jocelyne Valiquette, Jeanne-Mance Perron Marie Richer et Francine Legault Lorraine Paquette (visites aux 80 ans et plus)
Communication et site Web :	Jacques Lebel (819) 623-4772 Courriel : 2erh@videotron.ca
Condition des femmes :	Anne-Marie Meyran (819) 585-2771 Courriel : meyran. annemarie @gmail.com Angèle Richer : Tél. : (819) 623-2002 Courriel : angelericher17@hotmail.com
Condition des hommes :	Jean-Claude McGuire (819) 623-6518 Courriel : mcguire.jc @videotron.ca Denis Soucy (substitut) (819) 623-1105 Courriel : denis_soucy@hotmail.com
Environnement et développement durable	Suzanne Gauthier (819) 623-4720 Courriel : narcisse1944@hotmail.com Marie-Claire Guay (819) 623-2544 Courriel : marc-claire@videotron.ca
Fondation Laure-Gaudreault :	Micheline Duquette (819) 623-2354 Courriel : micheduq@gmail.com
Nécrologie :	Lucie Morin (819) 623-3336 Courriel : lucimo@tlb.sympatico.ca
Organisation des dîners :	Pour la Rouge : Josée Desautels (819) 278-3144
Retraite :	Isabelle Gagné (819) 623-9198 Courriel : isabgagne@hotmail.com



Placez le
timbre
ici

Laval-Laurentides-Lanaudière
Secteur 10G, Hautes-Rivières
Mme Danièle Hotte
2858, ch Adolphe-Chapleau
Mont-Laurier, QC, J9L 2P1



L' OXYGÈNE
CENTRE DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Plusieurs raisons de choisir

- Entraîneur certifié
- Physiothérapeutes
- Kinésiologue
- Bronzage
- Boutique de suppléments alimentaires
- Ouvert 24h

L' Oxygène



**CERTIFICAT
CADEAU
DISPONIBLE**

515 rue Hébert, Mont-Laurier 819 623-9040