

Bénévole de l'année



Au centre, Françoise Desharnais , à gauche le président de la TCRAL et à droite la présidente d'honneur Mme Francine Laroche.

Comité directeur

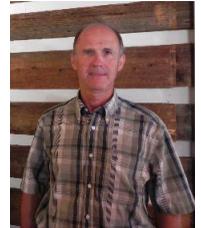
Président : Jean-Marc Diotte
Tél.: (819) 440-4656
Jmarcdiot@hotmail.com

1^{re} vice-présidente : Danièle Hotte
Tél. : (819) 623-2790 Daniele.hotte.2@hotmail.ca

2^e vice-président : Jean-Claude McGuire
Tél. : (819)623-6518 m McGuire@videotron.ca



Secrétaire : Jocelyne Valiquette
Tél.: (819) 585-2717 jaxnix@gmail.com



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



1^{re} conseillère : Josée Desautels
Tél. : (819) 278-3144 Jos.desautels@gmail.com



2^e conseillère : Angèle Richer
Tél.: (819) 623-2002 angelericher17@hotmail.com



Équipe du bulletin : Coordination et mise en page : Serge Nantel
Révision des textes : Suzanne Nantel et Lisette Racine
Manutention : Danièle Hotte
Imprimerie L'Artographe, 322 de la Madone, Mont-Laurier (819)623-1260

Chaîne téléphonique : Rachel Joanis Tél.: (819) 587-4573 racheljoanis@hotmail.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

- P.4 Mot du président, Jean-Marc Diotte
- P.6 Mot de la présidente régionale, Mireille Ménard
- P.10 Dîners rencontres, Jean-Claude McGuire
- P.11 Auteur de chez nous
- P.12 Condition des femmes, Anne-Marie Meyran
- P.13 Environnement, Suzanne Gauthier
- P.15 Comité des arts
- P.16 Calendrier des activités 2016-2017, Jean-Marc Diotte Assurance,
- P.21 Forum des hommes, Jean-Claude McGuire
- P.21 Petites annonces
- P.22 Nécrologies (Lucie Morin)
- P.23 Membres des différents comités

Numéros de téléphone utiles :

AREQ	1-800-663-2408
S.S.Q (MALADIE)	1-888-833-6962
Assurances	1-800-363-6344
CARRA	1-800-368-9883
Certificat de naissance	1-800-567-3900
Protecteur du citoyen	1-800-361-5804
R.R.Q	1-514-873-2433
Sécurité de la vieillesse	1-800-277-9915
RAMQ (médicaments)	1-514-864-3411

Sites web importants

Provincial : site internet : www.areq.lacsq.org

courriel : info@areq.lacsq.org

Régional : <http://regionlaurentie.areq.ca>

Secteur 10G : <http://hautesrivieres.areq.lacsq.org>

Mot du président

Bonjour à vous tous membres et ami(e)s de l'AREQ,
Secteur 10G
Hautes-Rivières



Jean-Marc Diotte
Président

Nous sommes déjà à la dernière année du triennat 2014 2017. Nous avons commencé nos activités avec la rencontre de nouveaux membres à la retraite en début de septembre et nous souhaitons rencontrer les autres sous peu. J'arrive du conseil national de Rimouski qui a duré trois jours et demi, c'est une occasion de se ressourcer et de connaître ce qui se passe ailleurs dans notre belle province. Nous avons eu quelques conférences intéressantes : **Le financement à l'activité des soins de santé** par Mme Lise Goulet de C.S.Q et **l'acceptabilité sociale du projet Énergie Est** par Yann Fournis de UQAR. Des sujets qui nous reviendront sûrement.

L'année est déjà bien amorcée avec ses activités sectorielles et régionales. En septembre, nous avons eu le dîner d'accueil à la Gare en octobre, une rencontre régionale sur les arts et un dîner pour apprécier les beautés de l'automne au Restaurant Saguy. En novembre, une rencontre régionale sur les assurances et la journée internationale des Hommes. Vous voulez savoir ce qui nous attend? En consultant le calendrier des activités dans ce journal vous constaterez que nous partagerons d'autres bons moments au courant de l'année.

Vous remarquerez que plusieurs comités nous offriront une rencontre régionale dans le cadre de leur plan d'action annuel. Déjà deux rencontres ont eu lieu.

Vous recevez toujours les invitations et les détails par les chaînes électroniques et téléphoniques. Une allocation compensatoire de 3 028.90\$ nous a été versée encore cette année par le régional pour nous permettre d'assister en plus grand nombre à ces rencontres. Alors si un sujet vous intéresse il faut s'inscrire au moment opportun pour en profiter.

Les 6 membres délégués et substituts commencent déjà cet automne à se préparer pour assister au Congrès de la fin de mai 2017. Il ne faut pas oublier que cette année en est une de changement dans notre C.S. puisque 4 postes seront en élection en avril. Je compte sur vous tous pour faire des contacts afin de dénicher des candidates et candidats pour combler ces postes intéressants. Si tu veux t'impliquer avise un membre du C.S. et nous te contacterons avec plaisir.

Les responsables du projet Toujours en Action, Françoise Desharnais et Lorraine Paquette présenteront une activité qui se déroulera au printemps 2017.

Les membres du C.S. vous invitent en grand nombre pour le dîner de Noël qui aura lieu au restaurant de la Gare le 8 décembre. Nous profiterons de l'occasion pour vous remettre le premier Croque la Vie. En plus de nos bons vœux, de petites surprises vous attendent. C'est toujours un plaisir de rencontrer nos membres anciens et nouveaux. À bientôt.

Jean-Marc Diotte, président

Pensée

*Le sourire coûte moins cher que l'électricité
et il éclaire mieux.*

Alphonse Daudet

Mot de la présidente régionale



Mireille Ménard
Présidente régionale

La deuxième année du triennat 2014-2017 est déjà terminée. À notre Assemblée générale régionale (AGR) tenue le 26 mai dernier, il y avait 120 membres présents. Monsieur Pierre-Paul Côté, président national, nous a fait l'honneur de sa présence. En matinée, les responsables des différents comités, ainsi que moi-même pour les membres du Conseil régional (CR) composé de vos présidentes et présidents de Conseil sectoriel, avons présenté nos rapports d'activités. L'AGR s'est terminée par la remise de six prix de 100 \$ pour les coups de cœur des œuvres de nos artistes. Les gagnantes et gagnants sont pour...

La photographie, Jean-Robert Lapierre, secteur des Affluents,
...*L'âme des choses*...





La sculpture, Jacques Labadie, Deux-Rivières de Laval,
...**L'apothicaire**...

Les aquarelles, Pierrette Ouellette,
Chomedey-Laval,
...**Violon enchanteur**...



Aline Labrie,
Laval Nord,
...**Un coin de chez nous**...



Monique Desjardins,
Seigneurie-des-Mille-Îles
...Strip-tease...

Les métiers et artisanat d'art,
une courtepointe de
Gertrude St-Onge,
secteur Rivière-du-Nord.



En après-midi, l'historien Marcel Tessier nous a parlé du curé La-
belle. La journée s'est terminée avec un tirage de douze prix de
présence. Vous trouverez tous les documents de l'AGR sur notre
site WEB : regionlaurentie.areq.ca

La troisième année du triennat est une année chargée qui se termine-
ra en juin 2017 par le Congrès à Lévis. Lors de vos assemblées gé-
nérales sectorielles (AGS), vous avez élu vos délégués. Vos repré-
sentantes et représentants seront invités à participer à des ren-

contres préparatoires au Congrès afin de prendre les décisions pertinentes pour le prochain triennat.

Avec les membres du Conseil régional, c'est-à-dire vos présidentes et présidents, nous avons planifié le budget des différents comités pour l'année 2016-2017. Les responsables de ces comités prépareront leur plan d'action le 28 septembre et viendront le présenter au Conseil régional le 11 octobre prochain.

Je peux déjà vous annoncer deux dates importantes à inscrire à votre agenda:

-19 octobre: exposition régionale des arts visuels, métiers et artisanat d'art

-1^{er} novembre: rencontre régionale d'information du comité des assurances.

Vous trouverez toute l'information nécessaire dans vos bulletins sectoriels, sur notre site WEB ou par l'intermédiaire de votre responsable des communications, votre présidente ou votre président.

Le 14 juillet dernier, au nom de tous les membres de l'AREQ de la région, j'ai assisté aux funérailles de Louise Charlebois. Membre du secteur Seigneurie-des-Mille-Îles, Louise a été présidente régionale et par la suite elle a siégé comme vice-présidente au conseil exécutif, niveau national. Nos pensées sont avec les membres de sa famille. Nous avons aussi fait un don à la Fondation Laure-Gaudreault.

Au plaisir de vous rencontrer à nos belles activités,

Mireille Ménard, présidente régionale Laval-Laurentides-Lanaudière

Dîners rencontres

Le 13 septembre dernier, le conseil sectoriel accueillait les nouvelles personnes retraitées lors d'un 5 à 7 à la Microbrasserie du Lièvre. Les personnes participantes se sont présentées et ont décrit brièvement leur carrière. Pour terminer, un diaporama leur a été présenté afin de les informer sur l'organisation et les services offerts par l'AREQ.



Les nouvelles personnes retraitées sont : **Michel Cantin, Moïsette Diotte, Chantal Dugas, Suzanne Gareau, Sylvie Lacelle, Michel Laplante, Hélène Laurin, Nicole Lauzon et Johanne Pellerin.**

Angèle Richer et Jean-Claude McGuire



Le dîner de la non-entrée a eu lieu, jeudi 22 septembre, au Restaurant de la Gare à Mont-Laurier, 55 membres et amis de l'AREQ se sont réunis pour ce dîner d'accueil. Madame Mireille Ménard, présidente régionale, nous honorait de sa présence.

Vendredi le 28 octobre, c'est au Restaurant du Lac Saguy que 21 membres se sont présentés pour fraterniser lors du dîner d'Halloween.

Comme à chaque rencontre, Angèle Richer s'est occupée de la décoration des tables. Merci Angèle pour ton ingéniosité et ton bon goût. Ces décorations font partie du tirage à la fin de l'activité, de même que 5 billets de 20\$.



À la prochaine, **Jocelyne valiquette et Jean-Claude McGuire**

Une histoire peu banale; à donner des frissons dans le dos !

Vous êtes-vous déjà demandé comment vous réagiriez si on devait vous enterrer vivant? Sérieusement, que feriez-vous? « Je hurlerais », dites-vous? Impossible, car on vous a administré un poison qui vous empêche de parler et, même, de respirer. Vous ne pouvez même pas bouger un simple doigt tellement la drogue est efficace.

Une fois sous terre, alors que tous vous croient mort, vous êtes confronté à votre pire hantise. De tout votre être, vous espérez que tout ça n'est qu'un cauchemar duquel vous vous extirperez bientôt. Mais hélas, ce que vous vivez est tout sauf un cauchemar. Terrible, pas vrai?

C'est l'histoire de Jérémie, un éleveur de coqs de combat. Un ennemi l'a fait passer pour mort aux yeux de tous, dans l'intention de le déterrer et d'en faire un zombi.

Sachez qu'un zombi n'est pas une créature chimérique. C'est une personne déclarée morte, inhumée puis déterrée pour être asservie, grâce à une drogue qu'on lui fait absorber sur une base régulière. Ce phénomène existe en Haïti depuis deux siècles, bien que puni par un article presque aussi ancien du Code pénal, l'article 246.

Pour la première fois en Haïti, ce crime donne lieu à un procès. La plaidoirie vous étonnera. Quel sera le verdict ?

Après le jugement tant attendu, le juge fait solennellement une recommandation aux dirigeants du pays.



Emmanuel Michel
Auteur

Un auteur de chez nous

Je profite de l'occasion pour vous dire que je publie aux *Éditions La Plume d'Or* un petit roman dont le lancement aura lieu à Montréal en décembre. Le livre dont le titre est *Zombi Échec !* sera en librairie et en ligne peu après le lancement. Bonne lecture.

Cordialement,

Emmanuel

Condition des femmes

Vous connaissez sûrement la publicité : « Un verre, c'est bien. Deux, c'est mieux!. ». Au comité de la condition de la femme, nous avons mis cet adage en pratique. « Une femme, c'est bien. Deux femmes, c'est mieux!! ».

À deux, tout est mieux : avoir des idées, planifier, organiser et réaliser.

Voici, donc, les activités proposées par nous deux, Angèle Richer et Anne-Marie Meyran pour passer un automne et un hiver des plus agréables.

Lors du dîner de Noël, nous soulignerons la journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes. Il y aura un brunch le 8 mars pour souligner la journée internationale des femmes.

La condition des femmes est encore un sujet très présent dans l'actualité. Malgré les améliorations et les gains des années passées, la situation des femmes jeunes et âgées demeure préoccupante. Voici les sujets qui feront l'objet de rencontres et conférences, selon la disponibilité des personnes ressources.

- Informer et sensibiliser les membres sur la médication qui menace la santé des femmes

- Décrochage scolaire chez les filles. Conférence prévue pour ou vers le 8 mars, en collaboration avec la Polyvalente St-Joseph.
- Dîner-conférence portant sur les règles fiscales et programmes gouvernementaux au mois de janvier.

Vous serez informés des dates et lieux des événements par votre courriel ou la chaîne téléphonique. Nous avons hâte de vous rencontrer pour nous divertir et pour partager nos idées.

*Une, c'est bien.
Deux, c'est mieux!!
Ensemble, c'est merveilleux!!!*

Anne-Marie Meyran et Angèle Richer.

Comité de l'Environnement

Novembre 2016 : action nationale « Sans mon sac de plastique »

C'est donc au cours du mois de novembre 2016 que les membres de l'AREQ, à la grandeur de la province sont appelés à prendre position pour **l'abolition des sacs de plastique à usage unique distribués dans les commerces.**

Considérant les inconvénients substantiels de chaque produit à usage unique, l'AREQ recommande la réduction à la source et l'utilisation de sacs réutilisables pour le transport des produits du commerce. Les Québécois consomment annuellement 1 milliard de sacs de plastique à usage unique. De ce total, selon RECYC-QUÉBEC, seuls 13% de ces sacs seraient recyclés.

Les alternatives aux sacs de plastique à usage unique : sacs compostables nécessitant un compostage industriel, **sacs de plastique recyclables, sacs biodégradables** synthétiques (oxobiodégradables) mais les matières synthétiques polluent l'environnement lors de la biodégradation, **sacs bioplastiques** à base de matières végétales, **sacs de papier, sacs réutilisables**.

Quels sont les impacts du plastique qui s'accumule dans notre environnement? Actuellement, les océans contiendraient 150 millions de tonnes de déchets de plastique. Selon une étude commandée par le Forum du Davos, d'ici 2050 les océans devraient contenir davantage de plastique que de poissons.

Le plastique prend entre 100 et 400 ans à se dégrader dans la nature. 1 million d'oiseaux et 100 000 mammifères marins meurent à chaque année de l'ingestion de matières plastiques.

Le plastique endommage les habitats naturels marins, engendre de la pollution chimique en se dégradant et favorise la propagation d'espèces invasives dans l'océan. Si enfoui, le plastique peut dégager du méthane, un gaz à effet de serre très dommageable, durant une période de 100 à 1000 ans.

Le plastique représente une menace pour la santé humaine qu'il soit brûlé enfoui ou abandonné dans la nature : des études identifient la pollution par le plastique comme l'une des causes possibles de problèmes neurologiques, respiratoires, cardiovasculaires, cutanés et de divers types de cancers.

TOUS LES JOURS SANS MON SAC DE PLASTIQUE

Suzanne Gauthier, responsable sectorielle du comité de l'environnement

Comité des arts

Soirée Cabaret du 8 juin 2016...

Soirée spéciale où les Artistes de l'Areq et Artisans des Métiers d'Art se sont rencontrés pour exposer ensemble!

Nous avons profité de cette rencontre pour remercier Mme Yvette St Germain pour toutes les années qu'elle a été responsable de la chaîne téléphonique et plus tard de la chaîne électronique de notre secteur. Encore une fois merci Yvette.



À cette occasion, un « Cocktail dînatoire » fût servi lors d'un « 5 à 9 », soit de 17 hres à 21 hres! Une dizaine d'Exposants ont répondu pour partager leurs « Passions » ainsi que des Artistes invités. De nombreux prix et tirages ont ravi, Artistes et Invité(e)s :

3 prix de 50\$ pour les Artistes, 5 prix de 20\$ pour l'Assistance, 12 centres de table dont les plantes provenaient des Serres Richer, Botanix, plusieurs prix et certificats-cadeaux des différentes boutiques de Mont-Laurier et de Ferme-Neuve, bijouterie et Librairie Jaclo ainsi que « Tout vert, tout pur »!

Comme l'indique la photo suivante, on a eu droit à de la belle visite de d'autres secteurs : Élane Bélisle du secteur 10 B, Rolande Bazinet, Cécile Filion, Yvette Forget, Marie-Paule Hade du secteur 10 D et sa compagne.



- Je tiens à vous remercier personnellement de votre présence très appréciée lors de notre activité sectorielle.

Le talentueux Sawaye Dumont nous a charmé avec sa musique et ses « Percussions ». Merci aux Personnes dévouées qui ont aidé à la réussite de cette belle soirée! On se donne rendez-vous en juin 2017... un 8 juin, probablement un souper... date à confirmer!

**Il y a du chant et de la danse dans l'air!

Dans un autre ordre d'idées, J'aimerais vous présenter notre responsable régionale, Colette Bonneville (sur la photo, debout près de Jacline Mayer)

Son rôle est d'élaborer le Plan d'Action avec les responsables sectoriels en tenant des rencontres de travail.



Mireille Ménard est notre responsable nationale.

Les personnes en poste s'engagent à organiser des expositions sectorielles à chaque année et une exposition régionale aux deux ans en y intégrant l'artisanat et les Métiers d'Art dans tous les secteurs.

Lors du Salon des Arts du 19 Octobre 2016, 25 Exposants Artistes et Artisans, membres de l'Areq ont participé dont 5 exposants du secteur 10 G. Ce fut un franc succès où les Artistes ont parlé de leur démarche en rapport avec leurs productions.



À gauche, nous voyons M. Gilles Jobin et ses sculptures



À droite, M. Alain Riopel avec ses marqueteries

Ont aussi exposés, Mme Lise Brosseau (Fleurs séchées), Mme Denise Cloutier (vitrail), Mme Suzanne Cyr (ceinture fléchée) et M. Denis Soucy (photographie).

Il est fortement recommandé de souligner les civilités avec les œuvres des Artistes. Il faut se souvenir que le but du Plan d'Action est de développer, de renforcer un sentiment d'appartenance et de valoriser l'engagement, le partage et la solidarité entre les membres par des rencontres amicales.

Jacline Mayer, responsable du Comité des Arts Visuels

Calendrier des activités 2016-2017 .

Septembre 2016

Mardi le 13 : Un 5 à 7, Rencontre des nouveaux à la Brasserie.

Jeudi le 22 : Dîner d'accueil des membres au Restaurant de la Gare à Mont-Laurier.

Octobre 2016

Dimanche le 2 octobre : Journée internationale des Aînés à l'Espace Théâtre.

Mercredi le 19 : Activité sur les arts D'ays Inn à Blainville

Vendredi le 28 : Dîner de l'Halloween au Resto-Bar de Lac-Saguay.

Novembre 2016

Mardi le 1er : Rencontre régionale sur les assurances à Blainville.

Mercredi le 16 : Journée internationale des Hommes à St-Jérôme.

Jeudi le 17 : C.E et Préparation au Congrès à Blainville.

Samedi le 19 : Journée internationale des Hommes.

Lundi le 21 : Journée de formation en trésorerie

Décembre 2016

Mardi le 6 : Journée de préparation au Congrès.

Jeudi le 8 : Dîner de Noël anticipé (Restaurant La Gare à Mont-Laurier).

Janvier 2017

Lundi le 16 : Conseil sectoriel.

Février 2017

Jeudi le 16 : Dîner de la St Valentin l'endroit à déterminer.

Mars 2017

Mercredi le 8 : Journée internationale des Femmes à Mont-Laurier.

Lundi le 20 : Conseil sectoriel.

Avril 2017

Mardi le 4 : Rencontre préparatoire pour le congrès

Jeudi le 6 : Cabane à sucre Grenier à Kiamika.

Jeudi le 20 : Assemblée générale sectorielle à Nomingue

Vendredi le 28 : Conférence régionale socio-politique et retraite

Mai 2017

Lundi le 8 : Conseil sectoriel.

Jeudi le 18 : Assemblée générale régionale à Blainville.

Lundi, mardi, mercredi, 29 30 31 : Congrès à Lévis

Juin 2017

Jeudi le 8 : Rencontre des passions des retraités. À Mont-Laurier.

Trois parutions du Croque la Vie

<u>Journal</u>	<u>Tombée des textes</u>	<u>Parution</u>
1	2 novembre 2016	8 décembre
2	1 février 2017	8 mars
3	1 mai 2017	8 juin

Jean-Marc Diotte

Comité Forum des hommes

Voici deux activités à venir du comité **Forum des hommes**:

1. Conférence ayant pour titre « **Comment re-traiter sa vie** »

Conférencier: M. François Tanguay

Lieu: Hotel Days Inn, Blainville

Date: 14 mars 2017 de 9h30 à 15h00

Les membres féminins sont invités à cette conférence

2. Échange à partir du livre « **La guérison du coeur** » de Guy Corneau

Lieu: Hotel Days Inn, Blainville

Date: 26 avril 2017

Jean-Claude McGuire, responsable du forum des hommes

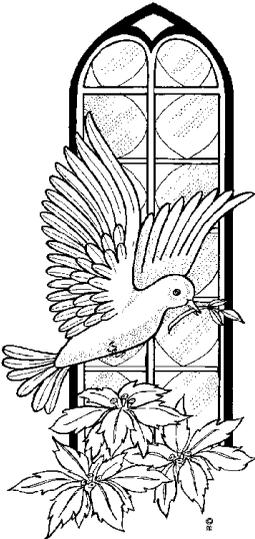
Petites annonces

Téléphonistes recherchés pour donner un coup de main à la chaîne téléphonique. Si ça vous intéresse, contactez Rachel Joanis
Tél.: (819) 587-4573 racheljoanis@hotmail.com

Avis aux internautes, vous aimeriez recevoir les messages de la chaîne téléphonique par courrier électronique, c'est simple, il s'agit d'envoyer votre adresse courriel à Rachel Joanis qui est responsable de la chaîne téléphonique et du courrier électronique.

Adresse courriel : racheljoanis@hotmail.com

Avez-vous besoin d'un « conseil déco » pour harmoniser peinture, meubles et accessoires décoratifs? Récupérer ou Rénover? Tél. Expression-Décor, Marjolaine Fournier (819) 623-442



Nécrologie

« Il y a quelque chose de plus fort que la mort, c'est la présence des absents, dans la mémoire des vivants. »

(Jean d'Ormesson)

Nous ont quittés :

Lucien Julien, frère de Bernard Julien (Louise Bertrand)

Céline Thomas, sœur de Nicole Thomas

Carmelle Ouimet, membre

Marcel Chénier, conjoint de Lucie Morin

Nos condoléances !

Lucie Morin

MEMBRES DES DIFFÉRENTS COMITÉS

Assurances:	René Nicole (819) 623-4491 Courriel : r.nicole@tlb.sympatico.ca
Arts visuels :	Jacline Mayer (819) 597-2325 Courriel : jacline.m@hotmail.com Ginette Demers (819) 587-3632 Courriel : maopaline@tlb.sympatico.ca
Cartes d'anniversaires : (70 ans et plus)	Jocelyne Niquet, 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
Environnement:	Suzanne Gauthier (819) 623-4720 Courriel : narcisse1944@hotmail.com
Fondation Laure-Gaudreault :	Micheline Duquette (819) 623-2354 Courriel : micheduq@gmail.com
Forum des hommes :	Jean-Claude McGuire (819) 623-6518 Courriel : mcguire.jc@videotron.ca
Indexation de la rente de retraite :	Danièle Hotte (819) 623-2790 Courriel : daniele.hotte.2@hotmail.ca
Journal :	Serge Nantel (819) 275-2919 Courriel : sergenantel@hotmail.ca
Nécrologie :	Lucie Morin (819) 623-3336 Courriel : lucimo@tlb.sympatico.ca
Organisation des dîners :	Pour la Lièvre : Jocelyne Valiquette (819) 585-2717 Pour la Rouge : Josée Desautels (819) 278-3144
Sociopolitique :	Lucienne Barbe (819) 623-6388 Courriel : lucienne.barbe@uquat.ca Micheline Duquette (819) 623-2354 Courriel : micheduq@gmail.com



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

Placez
le timbre
ici



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

The advertisement features a photograph of a modern fitness center with various exercise machines like treadmills and ellipticals. A red starburst graphic contains the text "CERTIFICAT CADEAU DISPONIBLE". The contact information is at the bottom.

