

## CIRCULATION DE TRANSIT : UN ENJEU MAJEUR

**Christine Gauthier**  
Courtier immobilier  
Christine Gauthier Inc.  
C 514 570-4444  
B 514 382-5000  
c.gauthier@remax-quebec.com  
16 ans d'expérience à Ahuntsic  
www.christinegauthier.com

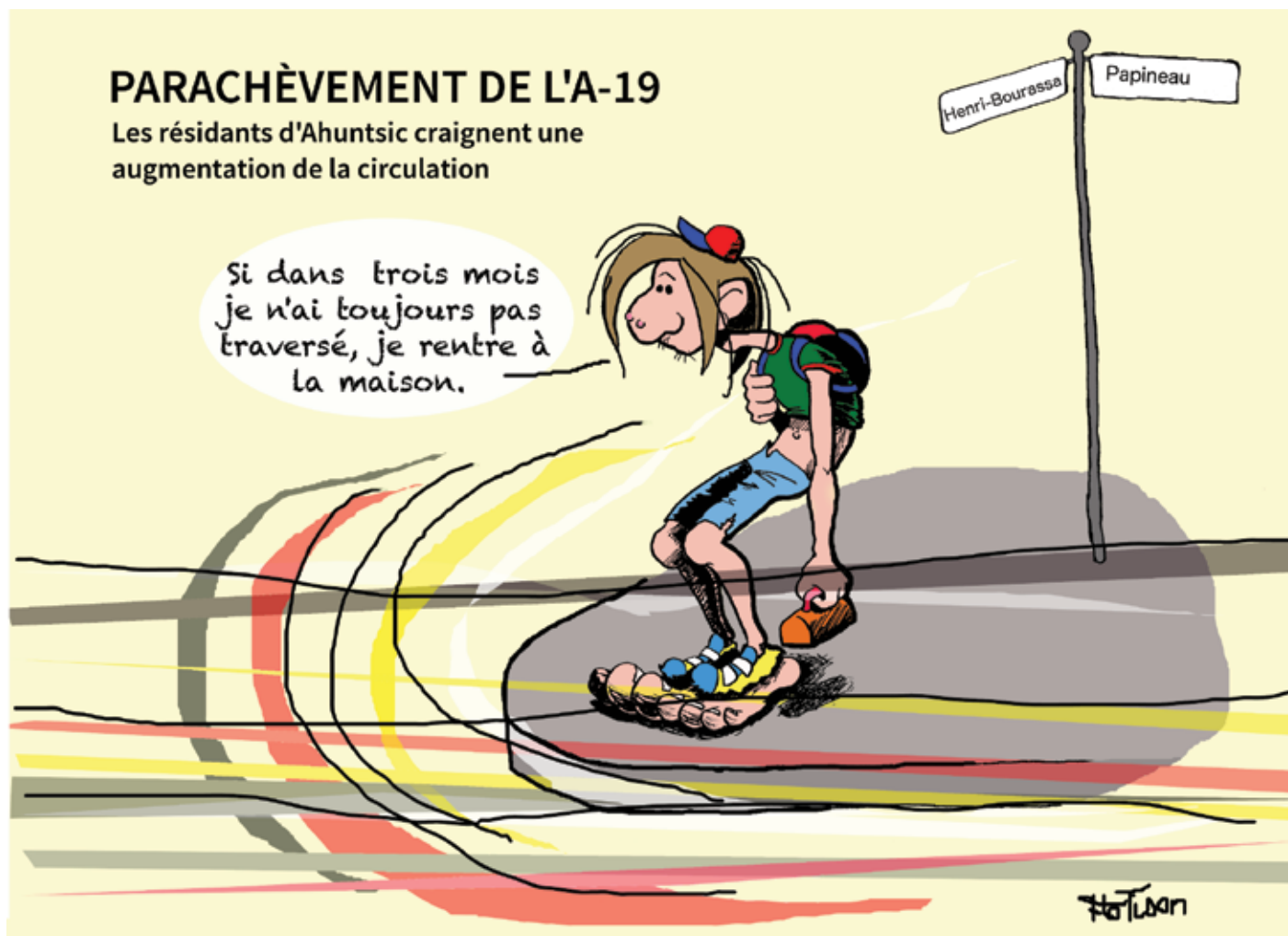
10310 boulevard St-Laurent  
Montréal, Qc H5L 2P2

RE/MAX  
AMBIANCE INC.



Le coin des  
p'tits voisins

**P'tits voisins...  
croquez des  
livres! Page 15**



**Viva España!**

**Page 3**

**Pourquoi acheter ici?**

**Page 7**

**Allez jouer dehors!**

**(bis)**

**Pages 10 et 11**

**Le défi de la**

**ménagère**

**Page 12**

**Semez, semez...**

**Page 14**

**Souverains anonymes**

**et Mohamed Lotfi**

**Page 19**

**Lorraine Pagé**  
Conseillère de ville  
District Sault-au-Récollet

Téléphone : 514 872-2246  
lorraine.page@ville.montreal.qc.ca

555, rue Chabanel Ouest, bur. 600  
Montréal (Québec) H2N 2H8

955, rue Fleury est

**Parc Fleury**

**Florami** cafe  
www.florami.com / 514.382.3453  
Lunch  
Événements corporatifs Livraison

**Émilie Thuillier**  
Conseillère de ville du  
district Ahuntsic

514 872-2246  
emilie.thuillier@ville.montreal.qc.ca  
@ThuillierEmilie



## ÉDITORIAL

# La route du déficit

**L**a réponse que fera le gouvernement du Québec à la demande de parachèvement de l'autoroute 19 se trouve-t-elle dans le nouveau partenariat que Québec vient d'établir avec notre Caisse de dépôt et placement (CDPQ) pour bâtir des infrastructures québécoises? Nous n'en serions pas autrement surpris.

Fort des deux études environnementales – celle du BAPE et celle de son ministère – et de leurs recommandations, quelle recommandation le ministre de l'Environnement fera-t-il au cabinet d'ici peu? Bien malin celui ou celle qui pourrait le prédire.

Plusieurs résidants et organismes d'Ahuntsic ne sont pas en accord avec ce projet de parachèvement de l'autoroute 19 et l'ont démontré en participant aux audiences du BAPE il y a quelques mois. Ils croient que la circulation automobile va augmenter sur ces nouvelles voies rapides et, par ricochet, dans le quartier.

### Enjeu majeur

Ce n'est pas d'hier que la circulation de transit constitue un enjeu majeur sur notre territoire. Ahuntsic-Cartierville est l'un des arrondissements de Montréal où il y a le plus d'accidents piétons et automobilistes. Un arrondissement où la sécurité des piétons est quotidiennement menacée. Cet ajout de voies rapides, que ne manqueront pas d'utiliser les banlieusards, n'améliorera pas la

sécurité des résidants de l'arrondissement.

De plus, il n'est pas prévu que ce soit une autoroute payante utilisée par des utilisateurs-payeurs. Alors que Québec prône « la rigueur » budgétaire, va-t-il dépenser 600 M\$ provenant de tous les contribuables québécois pour une route qui ne desservira qu'une infime portion de la population, sur huit kilomètres seulement? Encore si c'était une route seulement pour favoriser le transport en commun, mais ce n'est pas le cas.

Avec de nouvelles et modernes voies rapides agrandies, la proportion de banlieusards qui utiliseraient leur véhicule pour venir à Montréal resterait la même? Je ne parierais pas trop là-dessus et sur le fait que les adeptes du transport en commun seront plus nombreux...

En effet, pourquoi les gens de la Rive-Nord qui patientent actuellement dans leur véhicule aux heures de pointe, pour entrer à Montréal, décideraient avec une belle autoroute dégagée, tout à coup, de venir travailler en autobus? Si la voie est libre, pourquoi n'utiliseraient-ils pas leur voiture? Et exit le transport en commun...

Par ailleurs, si on réfléchit aux conséquences financières de ce projet de parachèvement, il faut considérer ceci. Tous les contribuables vont devoir casquer si Québec décide de s'engager dans ce projet, tandis que si le gouvernement retenait l'idée d'un boulevard urbain, la nouvelle infrastructure serait défrayée par les résidants de l'endroit.

À moins que Québec n'accouche justement d'un partenariat avec la Caisse, comme un lapin sorti d'un

chapeau, pour éviter que la galerie ne s'offusque des dépenses astronomiques...

Des utilisateurs des voies actuelles disent que circuler sur ces routes est infernal, car l'heure de pointe n'en finit plus. Qu'il est énervant d'y rouler actuellement en voyant de grands champs vides de chaque côté. Si le projet de parachèvement se réalise, il n'y aura bientôt plus de champs...

Parions que les enchères vont monter et que les terrains seront vendus aux promoteurs immobiliers (si ce n'est déjà fait), eux qui attendent de construire d'immenses centres commerciaux, comme cela arrive la plupart du temps le long des autoroutes.

Comme Ahuntsicoise, je suis contre ce projet. Si les résidants de la Rive-Nord et des autres quartiers de Montréal – dont le maire Coderre, qui habite Montréal-Nord et qui est en faveur du projet – habitaient le quartier, nul doute qu'ils le seraient, eux aussi! Mais, comme dirait l'autre, on a la philosophie de nos moyens...

Le maire de Bois-des-Filions, Paul Larocque, dit que ça fait 40 ans qu'une telle route a été promise. Liberté 55, aussi!!! Combien sommes-nous à travailler encore après 55 ans? Les temps changent et il arrive parfois que des promesses ne peuvent être tenues, car les circonstances l'exigent.

Finalement, ce prolongement de route payée par tous les contribuables pour les gens des banlieues nord est loin d'être un concept innovateur quand on veut garder les résidants de Montréal sur l'île et faire venir les autres. La cerise sur le *sundae* : la voie prévue pour les cyclistes sur ce

prolongement de l'A-19 n'aboutirait pas plus sur le pont Papi-neau-Leblanc que maintenant. Sommes-nous en 2015, vraiment? C'est à l'encontre de l'amélioration de notre environnement et du développement durable. C'est le contraire de la logique et de la rigueur budgétaire prônée par Québec.

### Tous humains

Outre ce dossier qui nous concerne, parce que la décision qui sera prise touchera tous les résidants de l'arrondissement dans notre quotidien, il y a des événements qui se déroulent ailleurs sur la planète, mais qui ont également une incidence sur chacun de nous.

Je pense évidemment à l'attentat survenu à Charlie Hebdo et à l'épicerie Hyper Cacher, en France. D'aucuns, tout en condamnant la tuerie, persistent et signent : c'était de la provocation à l'endroit des musulmans. Nous qui vivons dans une société paisible en général, nous pouvons difficilement comprendre et accepter qu'on réagisse ainsi.

Dix-sept victimes sont tombées sous les balles des tueurs. Ils étaient caricaturistes, chroniqueurs, réviseurs, policiers et gardes du corps, agent de la paix, employés de l'épicerie, économiste, clients, policière... Ils étaient athées, catholiques, musulmans et juifs. Au-delà de nos croyances, de nos convictions, de nos susceptibilités, ayons une pensée pour eux, pour la fin qu'ils ont connue, et pour leurs familles, ceux et celles qui restent et qui doivent faire face à leur absence. *jd*

**Christiane Dupont**  
Rédactrice en chef

# Viva España!

## CHRONIQUE JEUNES

Texte et photos : Anne-Élyse Rocheleau, chroniqueuse invitée

**B**onjour! Je me présente, je m'appelle Anne-Elyse, j'ai 15 ans. Il y a de cela presque un an, je me suis inscrite à un programme d'échange étudiant pour aller en... Espagne! Après un long processus de sélection et de jumelage, et un interminable voyage en avion, me voilà ici depuis cinq semaines maintenant.

Les trois premières semaines, ça a été de l'adaptation : nouvelle ville, nouveau continent, nouveau fuseau horaire, nouvelle maison, nouvelles personnes, nouvelle école et, surtout, nouvelle langue.

Au début, je ne parlais pas beaucoup avec les autres tout sim-

plement parce que mon niveau d'espagnol ne me permettait pas d'exprimer ce que je voulais ou de bien comprendre ce que disaient les gens.

Et puis, le temps a passé, mon espagnol s'est nettement amélioré et, maintenant, je peux entretenir une discussion. Évidemment, parler français me manque.

Ce n'est pas tant la langue, mais la facilité. Ne pas avoir à chercher ses mots, à réfléchir cinq fois avant d'être certaine que ma phrase a du sens...

Bref, parler une autre langue donne mal à la tête.



### Espagnol et catalan...

Et je ne vous dis pas le choc quand j'ai appris que les cours étaient en catalan! Déjà que mon espagnol est moyen, je n'avais pas besoin de ça en plus! Et je peux vous dire qu'à l'écrit, ça ressemble au français, mais que lorsqu'on l'entend parler, c'est une toute autre chose!

Suite en page 6



**FLO FEST 2015**  
19  
20 mars  
21

**ON FÊTE L'ÉQUINOXE DE PRINTEMPS SUR FLEURY OUEST**

5 À 7 / MUSIQUE / DJ / HUMOUR / MENUS FESTIFS / CABANE À SUCRE

PROGRAMMATION DISPONIBLE LE 20 FÉVRIER

quartier **FLO**  
FLEURY OUEST

Desjardins  
Caisse d'Ahuntsic

Ahuntsic-Cartierville  
Montréal

**Jean Coutu**

## Le centre de transport Legendre de la STM

# L'un des plus gros garages d'autobus urbains au Québec est dans Ahuntsic

VIE DE QUARTIER Par Alain Martineau - Photo : courtoisie STM

**Chaque autobus de notre réseau de transport en commun est suivi à la lettre durant toute sa vie utile. Le personnel qui dorlote ces autobus de la Société de transport de Montréal (STM) se trouve au Centre de transport Legendre, qui est situé dans notre arrondissement.**

Il s'agit du plus important des neuf garages de l'entreprise et de l'un des plus gros au Québec.

Des ateliers ou sections pour l'entretien, les pneus, la carrosserie, la peinture, la fibre de verre, le lavage, etc. : tout s'y trouve pour veiller au bon fonctionnement et à l'esthétique de chaque autobus appelé à prendre la route sur le réseau, parfois pour plus de 24 heures, sans arrêt.

Et que dire de la planification des horaires, ceux des autobus jumelés aux chauffeurs.

### Longue histoire

Il y a plus de 40 ans, le garage Legendre (dans le quadrilatère formé des rues Legendre, Chaba-

nel et Saint-Laurent, et du parc Henri-Julien) était construit pour répondre aux besoins grandissants en matière de transport en commun. Le garage Villeray, situé juste au sud (mais au nord de la métropolitaine) ne suffisait plus à la tâche. Construit après la Deuxième Guerre mondiale, il est devenu un atelier à partir de 1974, toujours pour les besoins de la STM.

Le nouveau bâtiment et les terrains adjacents, dont les garages construits en béton, pouvaient maintenant accueillir 250 autobus, les traditionnels « 40 pieds ».

Mais, évolution oblige, l'arrivée des autobus articulés, qui accueillent deux fois plus de passagers, a forcé les autorités à agrandir l'établissement il y a cinq ans. Maintenant, ce sont 320 autobus qui peuvent transiter par le Centre dont plus de 200 articulés, afin d'être prêts à transporter les nombreux usagers.

### Mandat complexe

Le mandat pour toute l'équipe (900 employés, dont 500 chauffeurs) ne semble pas de tout repos.



Élie Karam, le Surintendant exploitation du Centre de transport Legendre, reconnaît d'emblée la complexité du travail, notamment pour la préparation des horaires des chauffeurs, avec les importantes heures de pointe, divisées en deux, et le travail d'entretien.

« Nous sommes divisés par circuits, indique M. Karam, donnant l'exemple du long trajet du circuit est-ouest 121 (sur Sauvé et Côte-Vertu) ou le circuit nord-sud 139 (Pie-IX). Nous couvrons beaucoup de kilomètres, on se promène pas mal partout. Et l'autobus n'est pas identifié à un seul circuit. Il peut changer dans la même journée », a-t-il ajouté.

« On compte ainsi 250 sorties quotidiennes, a précisé M. Karam. Des autobus entrent et sortent, jour et nuit. Il y a également le ravi-taillement, les problèmes à régler quand un autobus doit arrêter de prendre des passagers en raison de bris mécaniques », a-t-il mentionné.

Il faut noter aussi qu'il arrive régulièrement que les chauffeurs se présentent ailleurs qu'au Centre pour prendre la relève, quelque part sur un circuit, d'un collègue ayant terminé son quart de travail.

### Entretien rigoureux

Le programme d'entretien est suivi de près. Une inspection en continu est nécessaire durant toute la vie de ce lourd véhicule.

« On a un système bien rôdé, dit M. Karam, avec les périodes d'inspection respectées. Il y a certes toute une gymnastique que connaissent fort bien les ouvriers. On a été les premiers à accueillir les autobus articulés à Legendre, ajoute-t-il. Il y en a plus de 200 dans la flotte. Le garage Stinson, dans l'arrondissement Saint-Laurent, accueille aussi ces autobus, afin de les prendre en charge. »

Suite en page 6

★ depuis 2014 ★  
**LAVAPOTERIE.CA**  
1856 Fleury Est  
Montréal  
514 679-4915  
E-CIGS & E-LIQUIDES  
VENTE & CONSEILS  
LAVAPOTERIECANADA

# Faites connaissance avec...

## Vincent Garneau

### Coordonnateur du développement historique de Cité Historia

Texte: François Barbe – Photo : Philippe Rachiele

**B**ien peu de résidents d'Ahuntsic réalisent la richesse de l'histoire de leur quartier. L'église de la Visitation, le Sault-au-Récollet, le site des moulins, le fort Lorette... On connaît les noms, parfois les lieux, mais rarement ce qu'ils représentent. **Coordonnateur du développement historique de Cité Historia, Vincent Garneau nous explique comment son travail nous permet de remonter aux origines du nord de la ville.**

Diplômé en histoire et politique, Vincent Garneau est arrivé à la Cité Historia en 2008. Il y décroche trois ans plus tard le poste de coordonnateur du développement historique, un titre qu'il qualifie lui-même, sourire en coin, de « nébuleux », mais qui résume tout de même très bien son mandat consistant à faire le lien entre la recherche historique et les activités de diffusion grand public.

« Cité Historia, c'est tout ce qui touche à l'histoire du secteur Sault-au-Récollet », explique M. Garneau. « C'est donc la recherche, mais c'est aussi la diffusion de contenu : activités, articles médiatiques, conférences... Pour donner un exemple concret, la

première recherche que j'ai faite pour Cité Historia portait sur le fort Lorette. [...] De cette recherche a découlé une visite guidée et une conférence. Éventuellement, il y aura aussi une exposition temporaire au musée. »

#### De l'aide, bienvenue

Si la majorité des recherches de Cité Historia sont effectuées par M. Garneau, il arrive parfois aussi qu'il puisse compter sur des ressources extérieures. Ainsi, au cours des dernières années, plusieurs groupes de stagiaires de l'UQAM sont venus faire des recherches sur le secteur du Sault-au-Récollet dans le cadre d'une maîtrise en histoire appliquée.

À titre d'exemple, « l'exposition permanente qui sera inaugurée en mai 2015 au musée [situé dans la Maison du Pressoir, à l'entrée du Parc de la Visitation] est le résultat d'une révision des informations historiques du Sault-au-Récollet [...] découlant des recherches d'étudiants en stage », poursuit M. Garneau. « On aura aussi bientôt une exposition sur les présences religieuses : les Jésuites avec le Mont Saint-Louis, les Sœurs de la Miséricorde avec la Crèche Saint-Paul, les Frères de Saint-Ga-



un ou plusieurs sujets historiques, sans toutefois être submergés d'informations, de noms et de dates.

Pour assurer l'accessibilité de l'activité, il est important de rester concis. « C'est une déformation professionnelle d'historien : on veut toujours en dire le plus possible! [...] C'est le jeu du compromis pour que le plus d'informations possible passent sans que ça devienne rébarbatif. Si c'est trop lourd, les gens ne reviendront pas. »

#### La recherche

Mais dénicher des faits historiques n'est pas une tâche de tout repos. « Les points de départ varient beaucoup. Tout part d'une intention de recherche », explique le coordonnateur. Par exemple, dans le cas du fort Lorette, on voulait situer les bâtiments de façon précise. « À partir de là, on regarde qui peut nous aider. Dans ce cas, c'était les archives des Sulpiciens. [...] On a regardé là, et de fil en aiguille, on s'est rendu compte que des archives photographiques étaient disponibles à Hydro-Québec. »

**Suite en page 6**

briel... Tout ça découle [aussi] d'un stage. »

À partir de ses recherches et de celles des étudiants, Vincent Garneau coordonne ensuite la mise sur pied d'activités permettant au grand public de découvrir et de développer un intérêt pour l'histoire du secteur. « On va mettre en forme le contenu des recherches [...] pour une diffusion qui pourra atteindre les gens », poursuit-il. En gros, il s'agit de monter des activités qui permettront aux visiteurs d'en apprendre le plus possible sur

conditionnement physique • mieux-être

# ZEMOTION

Nouveau Studio dans Ahuntsic vous offrant la variété des cours en groupe dans un encadrement chaleureux et personnalisé.

**Yoga, Essentrics, Zumba, Pilates, Tonus, Happy Bikini et plus...**

**Profitez du premier cours d'essai GRATUIT!**

2076, boul. Gouin est • (514) 582-9533 • [www.zenmotion.ca](http://www.zenmotion.ca)

## Grand choix d'abat-jour en magasin

Réparations de lampes  
Confection sur mesure  
Service de recouvrement

15% de rabais avec cette annonce jusqu'au 30 avril  
[www.abatjour-design.com](http://www.abatjour-design.com) - [info@abatjour-design.com](mailto:info@abatjour-design.com)

# Abat-Jour Design

112 Chabanel Ouest  
514-746-1000

## Centre de transport Legendre

### Suite de la page 4

À l'heure des compressions de toutes sortes, la STM peut se compter chanceuse d'avoir un parc d'autobus plutôt jeune. La moyenne d'âge des autobus est d'environ six ans et sa durée de vie dépasse souvent 15 ans. Quelque 150 travailleurs de la STM veillent à l'inspection et à l'entretien. D'autres sont à la carrosserie ou au nettoyage.

### Petits bobos

Il ne faut pas oublier que Legendre a le mandat de veiller sur les nombreux véhicules de service ou camions de livraison de l'ensemble du réseau. Les températures extrêmes que l'on connaît parfois ont certes un impact sur les autobus, récents ou plus âgés, comme sur nos voitures personnelles. « On retrouve par exemple des problèmes avec les essuie-glaces, les portes gelées, le système de chauffage ou les dégivrateurs », rappelle le patron de Legendre. Un bris, c'est un bris, et il faut agir rapidement. Un autre système est mis en place quand un

accident a lieu », poursuit-il.

Les jours de temps glacial ont parfois un impact sérieux sur le service. Ainsi, il peut y avoir deux fois plus d'appels que d'habitude pour faire déplacer un spécialiste de l'entretien du garage à l'intersection où il y a un problème. Cela entraîne bien sûr un retard sur le circuit d'autobus (des passages plus espacés), et un retard au garage avec le personnel en moins pour assurer le suivi.

### Bon voisinage

L'excellente localisation du centre attire de nombreux chauffeurs qui chaque année ont la possibilité de choisir leur « lieu » de travail (le centre où ils vont récupérer leur autobus). De nombreux travailleurs demeurent dans Ahuntsic et Cartierville pour être près du Centre, qui comprend aussi un vaste stationnement pour les autos. L'accès est aussi facile pour les travailleurs de la banlieue avec les autoroutes à proximité (la Métropolitaine, la 15 et la 19).

« Oui, il y en a qui habitent non loin et qui sont dans un rayon d'un kilomètre », indique Elie Karam. Un

avantage économique pour l'arrondissement. Certains se rendent à pied; nous en connaissons!

Le voisinage ne se plaint pas des activités du garage ni de l'arrivée massive des gens tôt le matin. « À ma connaissance, il n'y pas eu de plaintes. On ne dérange pas », conclut le surintendant. Des gens interrogés sur la rue Henri-Julien, tout près, confirment. Il faut dire que sur cette rue très large, on interdit le transit des autobus. jdv

### Faites connaissance avec Vincent Garneau, de Cité Historia

#### Suite de la page 5

Puis, dans les photos d'Hydro, une belle découverte : des images de l'ancien magasin d'armes du fort Lorette, démoli en 1929 lors de la construction du barrage. « En voyant où était situé ce bâtiment [...] et en recoupant avec les dimensions trouvées chez les Sulpiens, on a pu estimer le périmètre du fort. »

Quand le sujet de recherche change, le point de départ change aussi. « Pour ce qui est [de la recherche sur] la présence religieuse, il faut aller directement dans les archives des différentes communautés », explique encore M. Garneau. Être historien n'ouvre cependant pas toutes les portes! Si certaines communautés n'hésitent pas à partager leur histoire, d'autres sont plus réticentes à laisser des gens de l'extérieur fouiller dans leurs archives. Mais sans quelques embûches, quel plaisir y aurait-il à faire de la recherche?

**Pour en savoir plus sur Cité Historia ou sur ses activités, consultez le site web de l'organisme à l'adresse [www.citehistoria.qc.ca](http://www.citehistoria.qc.ca).** jdv

### Viva España!

#### Suite de la page 3

Bien sûr, les professeurs ont été très compréhensifs (ils n'avaient pas vraiment le choix) et les autres élèves m'aidaient à comprendre en traduisant en espagnol. Par contre,

je prenais les notes de cours en catalan et je viens même de finir une semaine d'examens... en catalan! Je ne parle pas le catalan, loin de là, et je ne l'écris pas, mais je le lis quand même bien, peut-être mieux que l'espagnol. Côté langue, c'est à peu près ça.

### Une famille super!

Côté social, il n'y a pas vraiment eu de problèmes. Je n'ai jamais eu de difficultés avec les membres de ma « nouvelle » famille. Ils sont tout simplement super!

À l'école, je n'avais que trois amies les premières semaines : ma « jumelle » et deux de ses amies, qui font les mêmes cours que moi.

Maintenant, je parle avec quasiment tout le monde, je suis vraiment intégrée dans la classe. Les élèves sont vraiment cool avec moi et me disent tout le temps des « Holà! » ou me sourient.

C'est aussi un peu parce que je souris à tout le monde. Je veux vraiment être intégrée et je pense que mes efforts ont porté des fruits.

### Visites et photos

Et, finalement, l'Espagne! Je suis à exactement 20 minutes en voiture de Barcelone, et on y est allés souvent! La fin de semaine, on se promène énormément. Et pas seulement à Barcelone : Roses, Cap de Creus, Montserrat. On a visité des cathédrales, monastères, monuments de toutes sortes, et on est même allé à Collioure, en France! J'ai une famille qui adore visiter divers endroits historiques et, surtout, prendre des photos!

Je vais revenir au Québec avec plein de souvenirs! Ici, c'est juste vraiment différent du Canada, mais c'est une expérience tellement « trippante »!

Évidemment, il y a beaucoup plus à raconter, même si j'en ai déjà écrit beaucoup! Je vais revenir changée, mais, surtout, je n'aurai aucun regret, parce que j'aurai profité de chaque instant de cette expérience de trois mois, et parce que ça ne peut arriver qu'une fois dans une vie. jdv



**LES LUNDIS  
DU RIRE**

**AVEC  
MATTHIEU  
PEPPER ET SES  
INVITÉS**

**über. 7\$ À 20H30**  
cafbar

1011 rue Fleury Est Montréal,  
H2C 1P8 514 383-9009 [www.ubercafbar.com](http://www.ubercafbar.com)

## Achat local

# Mythes et réalités

Par Hélène Maillé – photo : CDEC

**J**ean (NDLR : nom fictif) est un amoureux d'Ahuntsic-Cartierville, qu'il habite depuis de nombreuses années. Il aime connaître l'origine des produits qu'il consomme et entretenir des relations amicales avec les personnes qui l'entourent.

De ce fait, il s'est tourné vers l'achat local, permettant ainsi aux commerçants du quartier de rester actifs. « Ce qui me pousse à acheter local, c'est le sentiment de contribuer au développement de mon quartier et de m'assurer d'avoir des produits de qualité à des prix raisonnables ».

En effet, le mythe selon lequel l'achat local coûterait plus cher serait faux. Selon Marc-André Perron, directeur général de la Corporation de développement économique communautaire

d'Ahuntsic-Cartierville (CDEC), tout est une question de choix et d'équilibre. Certes, il est possible que certains produits aient un prix plus élevé. Toutefois, la qualité est au rendez-vous, ce qui fait en sorte que celui-ci durera plus longtemps et qu'il sera ainsi moins souvent remplacé. Il y a donc une économie à long terme et le consommateur en sort souvent gagnant.

Les détaillants indépendants sont généralement très sensibles à cette pratique. C'est le cas de Nathalie Leclair, de Chaussures H. Leclair, et de Bruno Thouin, de Panier-Santé Fleury. Non seulement ils offrent un service plus personnalisé à un très bon rapport qualité-prix, mais ils sont convaincus qu'acheter local assure la vitalité et la pérennité de notre environnement.



Marc-André Perron, dg de la CDEC

et de générer ses propres revenus. Cette pratique a donc aussi des retombées sociales. Toutefois, notre climat économique ne nous permet pas l'autosuffisance. « Il y a quelques années, il était impossible de tout produire au Québec. C'est moins vrai aujourd'hui, mais il y a encore certains biens que l'on ne peut pas trouver localement, d'où l'intérêt d'acheter local », affirme M. Thouin.

Le directeur général de la CDEC, lui, nous rappelle également qu'acheter local ne veut pas nécessairement dire que le bien en question est produit au Québec, mais qu'il peut être vendu par des commerçants d'ici.

### Création d'emplois

M. Perron souligne que participer à la vie de quartier de cette manière permet de créer des emplois

Suite en page 12

**LES CAVISTES**  
196, RUE FLEURY O.  
5 MIDIS / 7 SOIRS  
BRUNCH LES DIMANCHES  
ATELIERS DE DÉGUSTATION DE VIN  
SALLE PRIVÉE POUR LES GROUPES  
JUSQU'À 25 PERSONNES  
514-508-5033  
www.restaurantlescavistes.com

IMPRESSIONS LABERGE 514.381.9577 514.993.9336  
1560, rue Sauvé est, Montréal  
info@impressionslaberge.com www.impressionslaberge.com  
Du lundi au jeudi de 8:30 à 17:00  
Vendredi de 8:30 à 16:30

**Votre imprimeur à Ahuntsic**

2500 Cartes d'affaires (couleurs, recto-verso, verni satin)	69\$	1000 Signets 7 x 2 (couleurs, recto-verso, verni satin)	85\$
1000 En-têtes de lettre (1 couleur d'impression)	110\$	5000 Cartes postales 4 x 6 (couleurs, recto-verso, 14 pts)	170\$
500 Factures 2 NCR 8.5 x 11 (imprimées en noir, numérotées)	149\$	250 Blocs-notes (blocs de 50 feuilles, noir, 4.25 x 5.5)	210\$
1000 Dépliants 8.5 x 11 (couleurs, recto-verso, 200M glacé)	199\$	500 Affiches (couleurs, 18 x 25, 200M glacé)	110\$/ch.
Roll-up 33po x 81po (couleurs, avec support et sac de transport)	178\$	100 Cartes de vœux 5 x 7 (avec enveloppes)	130\$/ch.
Bannière pour l'extérieur (2pieds x 3pieds, couleurs)	80\$	50 T-SHIRTS (Gildan 5000 blancs ou gris (Avec logo à l'avant ou au dos en 1 couleur)	535\$/ch.
500 Étiquettes autocollantes (papier gloss, couleurs, 3.5 x 2)	85\$		
5000 Accroches-portes (couleurs, recto-verso, 3.5 x 8.5, 14 pts)	333\$		
3 Coroplasts (2pieds x 3pieds, couleurs)	44\$/ch.		

**À votre service avec un souci du détail depuis 16 ans**  
NEQ : 2246765673

## Huit cents projets soumis en 2014

# Cheminement des projets immobiliers

## Un processus simple, mais réglementé

Par Rabéa Kabbaj - Photo : P. Rachiele

**Q**ue l'on soit citoyen ou promoteur, que l'on envisage de faire de la rénovation résidentielle ou de mener à bien un projet beaucoup plus substantiel, il est une étape par laquelle tout résident d'Ahuntsic-Cartierville doit passer pour se lancer dans la réalisation d'un projet immobilier : la demande d'un permis. Un processus moins complexe et long qu'on ne pourrait le croire, surtout si le demandeur a pris soin au préalable de s'assurer que son projet respectait les réglementations.

« Il y a un point commun avec

tous les projets immobiliers, peu importe leur ampleur : c'est que tout projet doit être conforme à la réglementation en vigueur, que ce soit en matière de construction ou d'urbanisme, soit le zonage, les usages ou l'implantation de bâtiments », souligne Richard Blais, chef de la division Urbanisme, permis et inspections à l'arrondissement.

### Conformité aux normes

« Une fois qu'un projet répond à toutes les exigences de cette réglementation, le processus est très simple. Les demandeurs doivent



Le Laurent-Fleury en construction sur le boulevard St-Laurent, coin Fleury

venir ici déposer les plans. Une fois que notre personnel aura validé les plans parce qu'ils sont conformes, le permis va être émis sans autre forme », assure M. Blais. Mis à part le respect de ces normes de réglementation, « il peut, dans certains cas, si ce sont des zones particulières – comme une zone patrimoniale ou autres – y avoir un processus un peu plus long, question de valider l'esthétique des projets, mais c'est seulement dans certaines zones que cela s'applique », précise M. Blais.

En vertu de la loi provinciale sur l'aménagement et l'urbanisme, toute demande de permis respectant les réglementations en vigueur doit être acceptée. « La Ville ne peut pas refuser d'émettre un permis si la réglementation est suivie. C'est ce que la loi dit très clairement. À partir du moment où les gens respectent la réglementation, que le projet soit beau ou pas, nous sommes obligés de donner le permis », a fait valoir M. Blais.

Selon le chef de division, environ 800 permis ont été émis par l'arrondissement en 2014, dont près de 750 l'ont été pour des

projets « conformes à 100 % à la réglementation » et qui, par conséquent, n'ont pas eu à passer par le conseil d'arrondissement pour être approuvés. « Sur le boulevard de l'Acadie, récemment, il y a deux tours de copropriétés qui ont été construites, et pour lesquelles la réglementation a été respectée. [...] À part un avis du Comité consultatif d'urbanisme (CCU) pour une demande de respect des critères et normes [...] tout le reste, dont les permis, ont été émis directement par la direction du développement du territoire sans que ça passe par le conseil d'arrondissement », a donné comme exemple M. Blais.

### Projets particuliers

Lorsqu'une demande de projet déroge pour une raison ou pour une autre à certaines dispositions du règlement d'urbanisme, mais est conforme au plan d'urbanisme, – une planification propre à la Ville et donnant les grandes orientations de développement du projet à long terme – le demandeur de permis peut réclamer d'aller en Projet particulier de construction, modification ou occupation d'un immeuble (PPCMOI). **Suite p. 22**

**Panier-Santé FLEURY**  
est une épicerie biologique fine.  
Nous offrons des fruits et légumes bios, viandes bios, des poissons de la Gaspésie, des cosmétiques, des vitamines, ainsi qu'une gamme de suppléments thérapeutiques de prescription (naturopathie).

**WHOLEmega**  
HUILE DE POISSON ENTÈRE

**NEWCHAPTER**  
Produit d'un pêche durable, recommandé par Ocean Wise

**WHOLEmega**  
HUILE DE SAUMON SAUVAGE D'ALASKA VIERGE EXTRA  
HUILE DE POISSON ENTÈRE

Le profil de dix-sept oméga entiers de la nature – 3, 5, 6, 7, 8 et 9

Efficace : favorise la santé cognitive et le fonctionnement du cerveau

Entière : source naturelle d'omégas entiers, de vitamines D3 et d'antioxydants

100 - 1000 mg - capsules molles  
NPN 8002542  
PRODUIT DE SANTÉ NATUREL

www.psfleury.com

**Panier-santé**  
Épicerie spécialisée  
Produits naturels et biologiques  
1332, rue Fleury Est, Montréal  
(514) 388-5793

**WHOLEmega**  
Efficace : favorise la santé cognitive et le fonctionnement du cerveau.  
Entière : source naturelle d'omégas entiers, de vitamines D3 et d'antioxydants.

60 et 120 gélules  
-35%  
en vente

Promenade Fleury



## Judo Hakudokan

Texte: François Barbe – Photo : Philippe Rachiele

**P**résent dans Ahuntsic depuis maintenant un demi-siècle, le Club de Judo Hakudokan figure parmi les plus anciennes écoles d'arts martiaux au Québec. Le fondateur et directeur technique du club, Sensei Raymond Damblant, nous explique la mission et l'histoire du vénérable dojo.

Quand Raymond Damblant a ouvert sa première école de judo, en 1959, bien peu de Québécois avaient déjà entendu parler des arts martiaux asiatiques.

Aujourd'hui très populaires et pratiqués par toute sorte de gens pour toute sorte de raisons, les sports de combat ont en effet dû se battre (!) longtemps pour se faire connaître et attirer des adeptes.

### Arrivée dans Ahuntsic

Après quelques années passées dans Outremont, Judo Hakudokan arrive dans le quartier Ahuntsic au début des années 60.

Le club s'installe tout d'abord coin Henri-Bourassa et Laverdure, avant de déménager près de Lajeunesse, pour finalement s'installer dans ses locaux actuels du boulevard St-Laurent en 1991.

Aujourd'hui âgé de 84 ans, Maître Damblant contribue au développement du judo depuis plus d'une soixantaine d'années.



Il enseigne d'ailleurs toujours chez Hakudokan. Est-ce que c'est le judo qui le garde dans une si belle forme? « Ah non, c'est moi qui garde le judo en forme! », blague-t-il.

Le côté accessible du club constitue sûrement l'une de ses plus belles qualités. « On a pas mal toutes les clientèles, poursuit Maître Damblant. Des enfants, des adultes... Ça va jusqu'à 70 ans. [...] Il y en a qui viennent pour le sport, pour l'esprit de groupe, pour l'autodéfense... On a aussi formé des compétiteurs de haut niveau. »

Certains apprécient aussi le fait que Judo Hakudokan demeure un club axé sur la pratique traditionnelle. « Et j'y veille », conclut Maître Damblant.

**Pour en savoir plus :**  
[www.judohakudokan.com](http://www.judohakudokan.com) jdv

**VOISINS,  
VOISINES...  
MERCİ  
D'ENCOURAGER  
NOS  
FIDÈLES  
ANNONCEURS!**



**CHRISTINE GAUTHIER**  
Courtier immobilier  
Christine Gauthier Inc.

C 514 570-4444  
B 514 382-5000

REMAX AMBIANCE INC  
10310 boulevard St-Laurent  
Montréal, QC H3L 2P2

16 ans d'expérience

### AVIS DE RECHERCHE DE PROPRIÉTÉS

Suite à une année record en 2014 et à un grand volume de ventes, j'ai un urgent besoin de propriétés pour mes acheteurs sérieux et qualifiés.

#### MULTIPLES ACHETEURS POUR :

Duplex et triplex, quadruplex en bon état

Unifamiliale de 3 chambres et plus

Résidence de prestige

Investisseur recherchant 4plex et + rentable

Tout genre de propriété très près de la promenade Fleury ou Fleury Ouest

Duplex ou triplex avec 2 logements libres

Propriétés ayant besoin de rénovations

Condo 2 chambres et + avec garage

#### DEMANDES SPÉCIFIQUES:

Maison de ville 3 chambres ou plus

Duplex à quadruplex 1400 pieds carrés et plus par étage

Petite unifamiliale pour petit budget

Unifamiliale intergénérationnelle

Pour vendre votre propriété, j'investis des milliers de dollars pour obtenir la plus grande visibilité et les meilleures conditions de vente possible.

**AVANT DE VENDRE, APPELÉZ-MOI AU 514-570-4444  
POUR SAVOIR SI J'AI L'ACHÉTEUR QU'IL VOUS FAUT!  
« CHRISTINE A ENCORE VENDU »,  
C'EST BIEN PLUS QU'UN SLOGAN!**

[CHRISTINEGAUTHIER.COM](http://CHRISTINEGAUTHIER.COM)



# Pour aimer l'hiver, allez jouer dehors!

## Les fêtes d'hiver contribuent à faire aimer la saison froide

### CHRONIQUE URBAINE DE QUARTIER

par Geneviève Poirier-Ghys – Photo : Philippe Rachiele

**Q**uand février arrive, plusieurs personnes sont fatiguées de l'hiver. Il y a déjà eu des journées froides, voire « frettes », des redoux, de la neige, du verglas et parfois même de la pluie. De mon côté, je suis encore tout excitée et, même si j'ai hâte que le printemps et le temps doux reviennent, je veux encore profiter des dernières journées d'hiver. Pourquoi?

Parce qu'en hiver, chaque moment dehors est l'occasion d'une nouvelle aventure. Or, pour aimer l'hiver, il faut bien s'habiller et jouer dehors. J'ai donc pensé vous présenter quelques activités qu'il est possible de faire dans les parcs du quartier et qui pourraient vous permettre d'apprécier le temps froid pour encore quelques semaines.

#### **Chaussez vos patins pour une partie de hockey ou une balade sympathique**

Pas besoin d'être Maurice Richard pour patiner et jouer au hockey. L'arrondissement compte des patinoires à bande dans neuf parcs. Muni de vos patins, de votre casque et de votre bâton

de hockey, vous pourrez affronter d'autres patineurs de tout âge et de tous calibres lors d'un match improvisé.

Il est aussi possible de faire ses débuts en patin ou de glisser sur une des dix patinoires de patinage libre. Vous pouvez consulter la liste des parcs dans le bulletin hivernal de l'arrondissement, mais aussi connaître les conditions de glace et d'entretien en consultant le site Web de la Ville de Montréal.

#### **La glissade pour les petits comme les grands**

L'hiver venu, petits et grands dévalent les pentes du parc Ahuntsic et du parc des Hirondelles à l'aide de traîneaux de toutes sortes. Il est aussi possible de glisser et même de louer des luges et des tapis à glisser à l'intérieur du chalet d'accueil.

#### **Ski de fond, raquette et randonnée**

Pas de besoin d'aller jusqu'au parc du Mont-Royal ou jusqu'au parc-nature du Bois-de-Liesse pour pratiquer le ski de fond ou la raquette. Les parcs-nature de l'Île-de-la-Visitation et le Complexe environnemental Saint-Michel offrent également des pistes de ski de fond.



Vous n'en avez jamais fait? Ce sont de bons endroits pour apprendre, car le dénivelé de ces deux parcs est assez faible.

#### **Fêtes d'hiver dans l'arrondissement**

Février, c'est le mois des plaisirs d'hiver! L'arrondissement, en collaboration avec différents organismes partenaires, offre cinq journées d'activités hivernales gratuites pour toute la famille. Vous pourrez glisser, patiner, construire des forts, déguster un délicieux chocolat chaud et participer à différentes activités organisées.

En voici les dates : 8 février, parc Berthe-Louard; 14 février, parc Nicolas-Viel; 21 février, parc J.-J.-Gagnier; 1<sup>er</sup> mars, parc De Mésey.

#### **Autres activités à découvrir...**

Les parcs-nature de l'Île-de-la-Visitation et du Complexe environnemental Saint-Michel vous offrent une programmation d'activités

hivernales intéressante et diversifiée comme des randonnées d'interprétation de la nature ou de l'histoire, des randonnées sous les étoiles ou des activités de conditionnement physique.

À l'ère du numérique, vous pouvez aussi télécharger des circuits autoguidés et des activités pour la famille. Certaines de ces activités ont un coût, tandis que d'autres sont gratuites. Pour plus d'information, n'hésitez pas à visiter les sites Web du parc de l'Île-de-la-Visitation et du Complexe environnemental Saint-Michel.

Les plus curieux d'entre vous pourront sortir de l'arrondissement pour essayer des activités hivernales un peu moins traditionnelles, mais tout aussi stimulantes, comme la trottinette des neiges, le kite des neiges ou le paraski, le yoga sur neige, la voile sur glace ou le canot à glace. On se retrouve dehors? Attendez-moi, j'arrive!

jdv

**SUPER VENTE!!**  
Jusqu'au 28 février 2015

**-25% ADDITIONNEL sur TOUT en magasin**  
Sauf sur les produits et couvre-chaussures

**CHAUSSURES H. LECLAIR INC.** | CHAUSSURES POUR TOUTE LA FAMILLE  
118, RUE FLEURY OUEST, MONTRÉAL | 514 387-4898

# Activités extérieures en hiver

## Surmonter sa frilosité pour s'amuser dehors

Rabéa Kabbaj

**E**ntre ses trottoirs glissants et ses températures minimalistes, l'hiver peut en rendre plus d'un frileux à l'idée de pointer le bout du nez dehors. Pourtant, sortir faire de l'exercice et s'amuser à l'extérieur en cette saison est capital, tant pour le bien-être des enfants que pour celui de leurs parents.



D'ailleurs, Ahuntsic-Cartierville ne manque pas d'activités, loin de là!

« Sortir l'hiver, ça rend la saison moins plate », lance Audrey Lemay, éducatrice plein air pour les 0 à 5 ans à la Table de concertation jeunesse Bordeaux-Cartierville.

« Des fois, c'est frisquet, explique Mme Lemay, mais une fois qu'on sort, on voit que c'est vraiment une belle saison, qu'il y a beaucoup de potentiel pour le développement moteur des enfants, avec la découverte de la neige. »

« Et puis, c'est sûr, poursuit-elle, que les enfants ont besoin d'activités physiques tous les jours pour bien se développer et avoir une maturité suffisante pour être bon à l'école. Donc, c'est important qu'ils bougent, autant l'hiver que l'été », ajoute l'éducatrice.

### Divertissement pour tous

Aussi, le travail de Mme Lemay consiste à proposer et à animer des activités extérieures pour les enfants de 0 à 5 ans et leurs parents.

« Le but, c'est une activité parent-enfant, autant pour leur lien, faire des jeux et développer le plaisir qu'ils ont à être ensemble. En même temps, c'est une activité

d'apprentissage pour le parent afin qu'il puisse la reproduire ensuite. », indique l'éducatrice.

Pour ce faire, Audrey Lemay et un de ses collègues – qui, quant à lui, encadre les enfants de 5 ans et plus, principalement auprès des écoles – proposent chacun une palette d'activités, toutes gratuites, à différents moments de la semaine et en différents lieux du quartier.

« On essaie d'avoir un horaire qui convient à tous. J'ai des activités le matin en semaine », dit-elle.

« Le lundi, on a des découvertes dans la neige. Le mardi, c'est du yoga. Le jeudi, c'est de la marche poussette », énumère-t-elle.

L'éducatrice travaille également le samedi, et le jeudi soir entre 16h et 18 h pour l'apprentissage du patin.

Elle essaie aussi d'organiser quelques activités après le travail pour tenter d'accommoder les parents qui travaillent en semaine.

Suite en page 18



**Citran BIOTIK**

- Antibiotique naturel
- Antiviral
- Antifongique
- Antiseptique

en **vente** chez



Épicerie spécialisée  
Produits naturels et biologiques

1332, rue Fleury Est, Montréal

(514) 388-5793



**OXUS**  
ENERGIK

**Citran BIOTIK**

Extrait botanique de pépin de citron, de pamplemousse, de mandarine, d'orange et de clou de girofle

UN MAXIMUM D'ACTION POUR UN MAXIMUM DE RÉSULTATS!

[www.psfleury.com](http://www.psfleury.com)



**COLLAGENIK**  
marin



Pour

- les cartilages
- tendons
- ossature

Pour

- la peau
- les cheveux
- ongles

en **vente** chez



Épicerie spécialisée  
Produits naturels et biologiques

1332, rue Fleury Est, Montréal

(514) 388-5793



**COLLAGENIK**  
marin

aux actifs cellulaires marins et au bois de velours

[www.psfleury.com](http://www.psfleury.com)



# Le défi de la ménagère\*

## ÉCO-PRATICO

Texte et photo: Julie Dupont

**L**e terme de ménagère peut sembler péjoratif en 2015, puisqu'il nous ramène à une époque où nos mères et grand-mères identifiaient leur occupation principale par ce terme... Occupation qui consistait à s'occuper des enfants et du foyer (toute une tâche, pourtant!). Mais il y a aussi la définition de l'adjectif que je vous relate à la fin de ce texte et qui me plaît bien...

En ce début d'année, alors que vous avez peut-être pris une ou des (bonnes) résolutions (faire plus d'exercice, perdre du poids, améliorer votre alimentation, faire du rangement, etc.), je vous propose une autre bonne résolution, celle de relever le Défi de la ménagère.

Redécouvrez certains aliments qui traînent dans votre garde-manger (ou votre congélateur, ou votre chambre froide) et dont vous n'aviez plus souvenir. Utilisez-les (s'ils sont encore bons, évidemment). Les donner ou les éliminer serait trop facile. Après tout, c'est un défi!

### Sus à l'inventaire!

Il s'agit de faire l'inventaire de certaines parties du garde-manger, du congélateur ou de la chambre froide – vous savez, ces zones d'angle mort, tout au fond! – afin d'y repérer les aliments dont la date de péremption approche, aliments dont vous aviez oublié l'existence.

Il s'agit de produits alimentaires qu'on a achetés pour goûter, d'ingrédients spécifiques à une recette, de produits soldés, de restants de sacs et parfois de cadeaux reçus...

Une fois ces aliments redécouverts, il faut leur trouver une utilisation pour éviter qu'ils se re-



trouvent à la poubelle au prochain ménage... C'est une façon de :

- diminuer le gaspillage alimentaire;
- économiser;
- faire de la place;
- se sentir mieux, soulagé...
- essayer de nouvelles recettes!

Ce petit défi a circulé sur le Web il y a quelques années et le concept m'avait plu. Étant plutôt du type maman écureuil, mon garde-manger (walk-in), mon congélateur tombeau et ma chambre froide sont très bien garnis! Aux dires de ma douce moitié, on pourrait probablement survivre quelques semaines en cas de catastrophe nucléaire, même avec notre famille nombreuse!

Alors, pour vous donner une idée, voici quelques exemples de ce que j'ai redécouvert dans mon garde-manger en ce début d'année (et la liste s'allongera sûrement!) :

- un petit sac de farine de tapioca;
- un reste de sac de guimauves;
- un petit sachet de poudre de carube;
- une conserve de mini betteraves;
- un pot de crème de marrons sucrée;
- un sachet d'agar-agar (gélifiant à base d'algues);
- un sac de légumineuses variées germées déshydratées.

Mon objectif personnel sera d'utiliser au moins un de ces produits à chacune des prochaines fins de semaine. Mais si vous êtes plus ambitieux, allez-y pour deux ou trois! Et vous pourriez appliquer le même concept à votre congélateur ou votre chambre froide.

Quant à moi, j'ai déjà planifié des *brownies* à la caroube et aux guimauves (deux produits d'un coup, yé!) et je continue de réfléchir pour le reste... Ce qui est déjà une excellente résolution, me dirait ma douce moitié! Bon défi de la ménagère! *jdv*

**\*Ménagère :** (n.f.) Personne qui s'occupe des soins du ménage et de l'administration de la maison; (adj.) Qui administre, dépense, gère avec économie, modération.

### L'achat local : Mythes et réalités Suite de la page 7

Même si c'est un distributeur local qui fournit un produit importé, dit-il, il y a des retombées dans notre milieu. La réglementation quant à savoir si un produit est local ou non n'est toutefois pas très stricte. Certains produits seront étiquetés «fait au Québec», mais ce n'est pas le cas de tous.

Il est donc important d'aller au-delà du producteur et de regarder qui le distribue, fait la mise en marché ou vend le produit.

### Être conscients

Comment sensibiliser plus de personnes à la cause? Les gens doivent être conscients des effets positifs de leur action sur l'économie de notre milieu. C'est une question d'équilibre, et de conscience sociale et collective où chacun doit être plus éveillé à la problématique.

« La meilleure publicité reste le bouche à oreille. En donnant un service de qualité, les gens seront portés à parler de nous », dit Nathalie Leclair.

C'est également l'opinion de notre consommatrice, Jean : « Une publicité nous parle sans réellement nous toucher, tandis que si une connaissance nous en glisse un mot, c'est considérablement plus fort! » *jdv*

# À l'international

## Que peut-on attendre de l'année 2015?

### ELLE TOURNE LA TERRE...

Par Diane Éthier\*

*NDLR: Nous habitons dans l'arrondissement Ahuntsic-Cartierville, mais nous sommes aussi citoyens de la planète Terre. Pour cette raison, journaldesvoisins.com a pensé démarrer cette chronique en politique internationale avec une spécialiste, résidente du quartier, puisque nous sommes tous concernés à divers degrés par ce qui se passe à l'échelle internationale.*

**I** est malheureusement peu probable que nous assistions, en 2015, au règlement des guerres civiles et à la fin des attentats des groupes djihadistes extrémistes dans plusieurs pays d'Afrique, du Moyen-Orient et de l'Asie centrale.

Plusieurs facteurs en effet s'opposent à la pacification de ces contrées.

En voici quelques-uns : la faiblesse des États, l'intransigeance des protagonistes, les intérêts divergents des puissances étrangères impliquées dans ces conflits, l'échec des interventions réalisées par les organisations internationales et, surtout, les progrès inexistants ou très limités du développement économique et de la démocratie, principales conditions de la paix.

On peut également prédire que les pays de l'Amérique du nord et de l'Union européenne (UE) ainsi que le Japon continueront d'enregistrer



des taux de croissance anémiques, en raison de plusieurs facteurs.

Parmi ces facteurs, notons : la délocalisation de leurs industries créatrices d'emplois vers plusieurs pays d'Asie, d'Afrique et d'Amérique latine où les salaires, la fiscalité et les coûts d'accès aux matières premières sont plus avantageux pour les firmes multinationales (FMN); l'endettement des gouvernements, qui limite leurs capacités d'investissement au sein de l'économie;

Suite en page 20

## DES ÉCONOMIES À L'ABRI DE L'IMPÔT POUR DANIELLE



Jadoul

## PLEINE DE PROJETS

### REER – CELI:

POUR VOUS SENTIR LIBRE ET PROFITER  
PLEINEMENT DES GRANDS JOURS DE VOTRE VIE

2 MARS 2015

Date limite pour cotiser au REER.

Rencontrez votre conseiller dès maintenant!

#### Siège social

1050, rue Fleury Est

Centre de services Saint-André-Apôtre

223, rue Fleury Ouest

Centre de services Domaine Saint-Sulpice

8955, avenue André-Grasset



Desjardins  
Caisse d'Ahuntsic

514 388-3434

www.caisse-ahuntsic.com



# Faire de bons choix

## Le temps des semences

### CHRONIQUE JARDINS ET POTAGERS

Par Patrick De Bortoli – Photo: Philippe Rachiele

**L**es mois de janvier et février sont, dans le monde horticole, ceux du magasinage et des commandes de semences. Pour le jardinier amateur ou débutant, c'est un univers imposant, aux choix infinis, et aux concepts et notions parfois alambiqués.

Quand vient le temps de différencier et de choisir entre des semences de variétés à pollinisation libre, hybrides, du patrimoine, biologiques ou génétiquement modifiées, on risque de s'y perdre facilement. Quelques définitions s'imposent alors.

#### Graines ou semences

Tout d'abord, doit-on dire graines ou semences? Le mot « semence » s'applique de façon générale à tout organe ou fragment végétal capable de produire un nouvel individu. Les bulbes, les tubercules, les boutures et les graines sont donc tous des semences.

Les variétés de plantes à pollinisation libre sont celles qui laissent à la nature le soin de s'occuper de la reproduction sexuée.

Les insectes pollinisateurs et le vent se chargent de cette tâche fondamentale à la vie. Ce sont des plantes dont les semences peuvent être ressemées d'année en année et dont les plants obtenus seront fidèles au plant mère.

En fin de saison, on pourra récolter leurs semences en les sélectionnant d'individus dont on veut garder certaines des caractéristiques.

Ces semences offrent une récolte plus ou moins uniforme quant à leur vigueur et leur résistance aux maladies, mais leur goût est incomparable.

Les semences du patrimoine font partie de cette catégorie. Selon certaines définitions, elles comprennent les variétés qui ont été semées et récoltées, de génération en génération, pour plus de 50 ans.

Elles sont de celles qui ont survécu au phagocytage par l'industrie agroalimentaire de 90 % des variétés reproductibles, au profit de semences hybrides, non reproductibles.

Les semences hybrides sont issues d'un croisement orchestré par la



main de l'humain, de deux variétés génétiquement distinctes, aux attributs favorables.

On choisira, par exemple, de croiser une variété de tomate résistante à une maladie avec cette autre variété de tomate adaptée aux climats froids pour produire une troisième espèce, riche de ces deux caractéristiques! Il ne s'agit pas ici d'OGM.

De tels croisements génétiques s'opèrent aussi en nature, mais pas de façon aussi utilitaire. Les avantages sont clairs : bonne pro-

duction, uniformité de la culture, bonne résistance aux maladies et aux insectes, etc.

On y perd généralement un peu au goût, et surtout en diversité de bagage génétique. Ces graines ne pourront être ressemées, car leur progéniture n'aura rien des traits du plant mère!

Le jardinier devra donc, l'année suivante, se ravitailler auprès des semenciers!

*Suite en page 22*

**Votre voix**  
à l'Assemblée nationale

ASSEMBLÉE NATIONALE  
QUÉBEC  
Place aux citoyens

**Marie Montpetit**  
Députée de Crémazie

514 387-6314  
Marie.montpetit.crem@assnat.qc.ca

f t

Psychosocial Information Formation  
Un Appui pour les proches aidants

Prenez-vous soin d'un proche âgé à domicile ?  
Vous sentez-vous parfois surchargés ou sans ressources ?

**PIF est là pour vous!**

Laissez-nous prendre soin de vous!  
Contactez Hay Doun au :  
514-962-3686

FINANCÉ PAR  
L'APPUA  
MONTREAL  
haydoun.org

PIF

piif@haydoun.ca  
www.haydoun.ca  
Hay Doun

# Les croque-livres : des monstres bien sympatiques

Texte et photos : Laetitia Cadusseau



## Le coin des p'tits voisins

**D**es monstres bien sympathiques envahissent Montréal et Ahuntsic depuis l'automne! Les as-tu remarqués? Ce sont des monstres très colorés qui se nourrissent... de livres!

Un croque-livres est une boîte en bois colorée qui est placée dans un espace public fréquenté par les familles : le trottoir, les écoles, les ruelles, l'aréna, le théâtre... Elle contient des livres pour les enfants âgés de 0 à 12 ans, offerts initialement par les bibliothèques et les gens du quartier.

Si tu as la chance de croiser un croque-livres, ouvre la boîte et choisis toi un livre! Eh oui, tu as bien entendu, tu n'as pas besoin de carte ou d'abonnement pour emprunter un livre. C'est gratuit. Et tu peux le garder aussi longtemps que tu souhaites. Par contre, le croque-livres a aussi besoin d'être alimenté pour rester en vie! Tu pourrais donc choisir de donner toi aussi un livre qui sera lu par d'autres enfants. D'ailleurs, le slogan est : « Prends un livre ou donne un livre! »

### 1, 2... et 3

Le premier croque-livres d'Ahuntsic a fait son entrée au mois de décembre à l'aréna d'Ahuntsic, l'endroit où on peut patiner. Son nom est « croque-livres

du Théâtre des Petites Âmes ». Comme c'est parfois plus rigolo pour certains de faire du sport que de lire un livre, l'objectif était de rapprocher le sport et la culture en plaçant un croque-livres à l'aréna!

Le second croque-livres se trouve devant le 9762, rue Saint-Charles et a vu le jour grâce à l'initiative de voisins et du Théâtre des Petites Âmes. Si tu habites le coin, ce sera tout un plaisir de prendre un livre au passage!

N'oublions pas le « Croque-Bordeaux », situé au 1405, boulevard Henri-Bourassa Ouest (où se trouve Loisirs de l'Acadie, notamment).

Enfin, si tu souhaites savoir où seront placés les prochains croque-livres, tu peux visiter le site Web suivant : <http://croquelivres.ca>.



Photo : Le croque-livres du Théâtre des Petites Âmes inauguré par les employés du théâtre le 13 décembre 2014.

**Pssst! Tu peux aussi dire à tes parents qu'il y a un genre de croque-livres particulièrement pour eux au café Le Pressoir du Sault. Jocelyne veille au grain!**

**Psst psst! Dis aussi à tes parents que Concertation d'Ahuntsic pour la petite enfance organise un concours afin d'identifier le lieu où pourrait être installée une micro-bibliothèque destinée aux 0-5 ans offerte par le programme « Naître et grandir », dans l'arrondissement. Pour infos, dis à tes parents de se renseigner auprès du CAPE au 514 742-7985 et/ou dis leur d'envoyer leur proposition et leur argumentaire à : [coordination.ahuntsic@gmail.com](mailto:coordination.ahuntsic@gmail.com) Ils peuvent également lire les Actualités du journaldesvoisins.com sur le Web, archives du 9 janvier 2015.**

Ce serait chouette d'avoir d'autres croque-livres dans nos quartiers, non? Comme dirait l'autre, plus on est de fous, plus on lit!

**Pour la Saint-Valentin, je te souhaite d'abord tout plein d'amour, mon petit coeur, et quelques surprises...**

**Bonne lecture!  
Laetitia**



**DISPONIBLE en ligne**  
[ville.montreal.qc.ca/ahuntsic-cartierville](http://ville.montreal.qc.ca/ahuntsic-cartierville)  
et dans nos installations

**PROGRAMMATION CULTURELLE HIVER 2015**  
MAISON DE LA CULTURE BIBLIOTHÈQUES

Montréal



CONCERTATION  
FEMME

## Calendrier des activités et rencontres

### Thé, tisane et causerie

Concertation-Femme invite les femmes à une série de rencontres informelles sur différents sujets d'actualité. Autour d'une tasse de thé ou d'une tisane, dans une atmosphère chaleureuse et conviviale. Les rencontres seront offertes les lundis de 9h à 12h. L'activité est gratuite. Pour inscription et pour toute autre information, veuillez appeler au (514)336-3733 ou venez au 1405, boul. Henri-Bourassa Ouest, bureau 012.



### Ta santé dans l'assiette

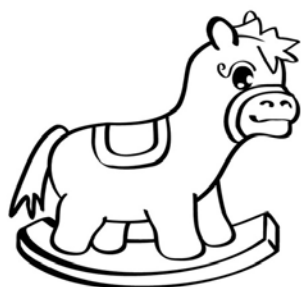
Dans le cadre du mois de la nutrition, Concertation-Femme offre des soirées conférences animées par la naturopathe Nicole Ouellette. Tenues les mercredis, de 19h à 21h, ces conférences visent à promouvoir de saines habitudes alimentaires.



- 4 mars** ALIMENTATION Saine ET NATURELLE : pour des repas nutritifs et énergisants
- 11 mars** ALIMENTS ANTI-STRESS : pour la santé du système nerveux et la concentration
- 18 mars** LA PHARMACIE DANS L'ASSIETTE : aliments remède pour le système immunitaire
- 25 mars** LES ÉPICES MÉDICINALES : pour leurs vertus antioxydants

### Service d'information juridique

Concertation-Femme offre un service d'information juridique gratuit à toutes les femmes désireuses de s'informer sur un sujet d'ordre légal concernant la famille, l'immigration, le logement, l'emploi, etc. Information au 514 336-3733.



### Service de halte-garderie

Le service éducatif de la halte-garderie LE PETIT RELAIS est offert gratuitement aux mamans qui participent aux activités de Concertation-Femme. Un service de halte-répit est aussi offert, selon les disponibilités. Pour plus d'information, veuillez appeler au (514)336-3733.



# Jeanne Mance, fondatrice de Montréal

## PAGE D'HISTOIRE

Par Samuel Dupont-Foisy

**D**ans un grand nombre de quartiers de Montréal, dont Ahuntsic, on retrouve une rue portant le nom Jeanne-Mance, en l'honneur de ce personnage clé de la Nouvelle-France. Pourtant, ce ne



sont pas tous les Montréalais qui connaissent le rôle important joué par cette grande femme au sein de la Nouvelle-France.

Jeanne Mance naît à Langres, en France, et est baptisée le 12 novembre 1606. Au cours de la guerre de Trente Ans (1618-1648), elle aide des organisations charitables en œuvrant comme garde-malade.

En 1640, elle apprend que son cousin est parti pour la Nouvelle-France en tant que missionnaire, comme bien d'autres religieux.

Peu après, la Société Notre-Dame de Montréal, qui avait fait l'acquisition de l'Île de Montréal, choisit Paul de Chomedey de Maisonneuve comme gouverneur, et sollicite l'aide de Jeanne Mance. Celle-ci accepte.

### Deuxième départ

Le 9 mai 1641, M. de Maisonneuve, Jeanne Mance et d'autres

colons s'embarquent pour la Nouvelle-France. Jeanne Mance arrive à Québec le 8 août et M. de Maisonneuve débarque à Tadoussac le 20 septembre.

Après un hiver passé à Sillery, ils fondent Montréal le 17 mai 1642. Jeanne Mance fonde l'Hôtel-Dieu de Montréal le 8 octobre 1642. Toutefois, l'hôpital ne sera construit qu'en 1645. En 1649, Jeanne Mance apprend que la Société Notre-Dame de Montréal est dissoute, ce qui menace l'avenir de la colonie.

Elle se rend donc en France pour s'assurer du soutien des Français pour la colonie. Finalement, un nouveau directeur garantit la survie de la Société et Jeanne Mance repart pour la Nouvelle-France.

### Enfin, une reconnaissance!

En 1651, la situation est grave. À la suite de nombreux affrontements avec les Iroquois, le tiers des colons de Montréal ont été massacrés. Jeanne Mance doit fermer l'hôpital et se réfugier au fort.

M. de Maisonneuve, découragé, décide de se rendre en France pour demander de l'aide. Jeanne Mance lui donne la dotation de l'hôpital, soit 22 000 livres, afin de mobiliser les soldats.

En 1653, M. de Maisonneuve revient, accompagné des troupes. Pendant les années suivantes, Jeanne Mance, toujours à la direction de l'hôpital, en assure l'expansion. Elle occupera ce poste jusqu'à son décès, le 18 juin 1673.

En 2012, dans le cadre du 370<sup>e</sup> anniversaire de la Ville de Montréal,

Jeanne Mance est enfin reconnue officiellement comme fondatrice de Montréal, aux côtés de Paul de Chomedey de Maisonneuve. *jdv*

### Sources:

Marie-Claire Daveluy, « MANCE, JEANNE », dans Dictionnaire biographique du Canada, vol. 1, Université Laval/University of Toronto, 2003- , consulté le 25 nov. 2014, [http://www.biographi.ca/fr/bio/mance\\_jeanne\\_1F.html](http://www.biographi.ca/fr/bio/mance_jeanne_1F.html).  
Jan Noel, « Jeanne Mance », dans L'Encyclopédie Canadienne, consulté le 25 nov. 2014, <http://www.thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/jeanne-mance/>.

**bonneau**  
chocolatier

*Amour & Chocolat*  
signé  
*Bonneau Chocolatier*

**Commandez maintenant !**  
Sur place ou en ligne  
[chocolateriebonneau.ca](http://chocolateriebonneau.ca)

**514 419-7892** **69, rue Fleury O.**

## Surmonter sa frilosité pour s'amuser dehors

Suite de la page 11

Elle souligne que le patin et la raquette figurent parmi les activités les plus prisées, notamment auprès des enfants de 5 ans et plus.

Du côté des enfants en bas âge, un vaste choix d'activités destinées à développer leur psychomotricité est proposé. Des jeux avec la neige, tels que la construction de forts, de bonshommes de neige ou encore la peinture sur neige sont ainsi au programme.

Toutes les activités sont libres, à l'exception des cours de patin, pour lesquels il faut s'inscrire à l'avance. Les éducateurs alternent les parcs pour tenter de rejoindre un maximum de personnes au cours de la semaine.

Les parcs De Mézy, Louisbourg, Bordeaux, Marcelin-Wilson ou encore Sainte-Odile figurent ainsi parmi les lieux où les activités sont données.

### Apprivoiser le froid pour la forme

S'il importe de surmonter sa frilosité pour aller jouer dehors, c'est d'abord parce que, quelle que soit la saison, un certain nombre d'heures d'activités physiques sont nécessaires pour rester en forme.

« Il y a des recommandations canadiennes. (...) Pour les enfants de moins de cinq ans, ils doivent bouger 180 minutes par jour. », note Sophie-Sylvie Gagné, coordonnatrice au Comité Santé et Bien-être Ahuntsic, un regroupement « qui porte l'initiative Québec en forme dans le quartier ».

« Comme je le répète souvent, ce sont des petits plaisirs, des petits

moments. Des fois, ce sont cinq minutes ajoutées qui, au bout du compte, font que l'enfant a été suffisamment actif dans la journée », souligne Mme Gagné.

Elle précise que, contrairement à certaines idées reçues, le nombre d'heures d'activités physiques journalières nécessaires à l'enfant n'est pas toujours écoulé pendant le temps passé en garderie ou à l'école, et que les parents aussi ont un rôle à jouer, dans la mesure du possible, pour faire prendre l'air à leurs enfants.

En collaboration avec différents partenaires, le Comité Santé et Bien-être Ahuntsic sensibilise la population aux saines habitudes de vie.

Dans le cadre de son travail, Mme Gagné relaie, entre autres, les

différentes activités hivernales extérieures du quartier.

« Quand il fait 10 degrés sous zéro, culturellement, les gens ont moins l'habitude de vouloir aller dehors. Il y a ce mythe-là qui fait qu'il y a moins d'enfants à l'extérieur pendant la période hivernale. »

Des activités comme les fêtes d'hiver constituent en ce sens, de l'avis de Mme Gagné, « une belle occasion pour s'initier et prendre plaisir à jouer dehors ». jdv

## SAVIEZ-VOUS QUE...

**Journaldesvoisins.com est :**

- Le seul journal d'Ahuntsic-Cartierville ayant son siège social dans Ahuntsic.
- Le seul journal d'Ahuntsic-Cartierville n'acceptant pas de publicités de commerces situés à l'extérieur du territoire de l'arrondissement.
- Le seul journal d'Ahuntsic-Cartierville qui est distribué seul, sans circulaire, partout où il est possible d'en laisser un exemplaire, dans une boîte aux lettres ou une porte de maison.

**Et nous en sommes fiers!**

## Journaldesvoisins.com

est un journal communautaire d'information fait par des résidents et pour les résidents de l'arrondissement Ahuntsic-Cartierville dont le siège social se trouve à Ahuntsic.

Notre journal est un bimestriel papier, et un journal en ligne, chaque vendredi, avec les *Actualités* hebdomadaires d'Ahuntsic-Cartierville qui se consultent sur le Web à : [www.journaldesvoisins.com](http://www.journaldesvoisins.com).

Nous sommes membres de l'Association des médias écrits communautaires du Québec (AMECQ).

Tirage (Ouest) : 17 000 exemplaires. Tirage (Est) : 17 000 exemplaires

Coordonnées : [journaldesvoisins@gmail.com](mailto:journaldesvoisins@gmail.com)

Téléphone : 514 770-0858

Les opinions émises dans ce journal n'engagent que leurs auteurs.

Vous voulez nous aider? Écrivez-nous, appelez-nous!

Membres fondateurs: Philippe Rachiele et Christiane Dupont

Conseil d'administration : Diane Viens, Pierre Foisy, Pascal Lapointe, Douglas Long, Me Hugo Hamelin, Maryse Henri, Yves Bonneau, Philippe Rachiele, Christiane Dupont.

Éditeur : Philippe Rachiele

Rédactrice en chef : Christiane Dupont

Représentants publicitaires : Philippe Rachiele, Pierre Latreille,

Rédactrice en chef : Christiane Dupont Rédacteur en chef adjoint : Alain Martineau

Rédacteurs en chef remplaçants: François Barbe, Mélanie Meloche-Holubowski

Journalistes : François Barbe, Alain Martineau, Mélanie Meloche-Holubowski, Rabéa Kabbaj

Site Web et photos : Philippe Rachiele

Collaborateurs à la rédaction et à la photographie : Laetitia Caduseau, Éline Bissonnette, Sandrine Dussart, Samuel Dupont-Foisy, Julie Dupont, Geneviève Poirier-Ghys, Patrick De Bortoli, Hélène Maillé, Nacer Mouterfi et Anne-Élyse Rocheleau.

Mise en page : Philippe Rachiele, Christiane Dupont et François Barbe

Caricaturiste: Florence Tison

Illustratrice et logos : Claire obscure

Correction/révision : Geneviève Chrétien et Samuel Dupont-Foisy

Correction et révision des *Actualités* du vendredi : Christiane Dumont

Impression : Hebdo Litho

Distribution : [journaldesvoisins.com](http://journaldesvoisins.com)

Dépôt Légal : BNQ -ISSN1929-6061 ISBN/ISSN 1929-6061, **SVP partagez ou recyclez ce journal**

# Donner un sens à la vie en prison

## Des mots s'échappent de la radio de Bordeaux

### Les Souverains anonymes encore en ondes après 25 ans

Par Mélanie Meloche-Holubowski

**D**errière les murs gris et bétonnés du centre de détention pour hommes de Montréal, communément appelé « la prison de Bordeaux », chaque semaine, des détenus conçoivent et réalisent une émission de radio. Un projet unique en son genre au monde, puisqu'il permet que la voix des détenus retentisse au-delà de leur cellule. Cette idée radiophonique, c'est Souverains Anonymes.

Le projet devenu réalité des Souverains Anonymes a été conçu et est mené par Mohamed Lotfi, notamment journaliste et enseignant. Vingt-cinq ans plus tard, la voix des Souverains Anonymes « fait partie des murs de la prison ».

Ce Montréalais des médias et des communications voulait donner la liberté d'expression aux détenus. Il a réussi à convaincre la direction de l'établissement et, depuis 1995, quelques 20 000 hommes ont participé aux Souverains Anonymes, projet soutenu financièrement par le ministère de la Sécurité publique.

#### Homme de radio

D'où lui est venu l'idée de proposer ce projet toujours en marche deux décennies plus tard? « Je fais de la radio depuis 30 ans, dit-il. À une certaine époque, j'en ai fait avec des sans-abris, dans la rue. Par la suite, cette expérience m'a conduit à en suivre quelques-uns qui ont fait de la prison. Une fois au centre de détention, je me suis dit : "Pourquoi ne pas poursuivre l'expérience avec tous ceux qui veulent participer ici?" », dit M. Lotfi.

Deux fois par semaine, les détenus préparent avec grand soin leurs textes, leurs questions d'entrevues, et leurs prestations musicales et poétiques. « Je donne beaucoup d'importance à la préparation, au style qu'ils vont choisir. Il s'agit d'une façon de les responsabiliser dans la prise de parole. »

L'émission et le temps de préparation permettent une certaine forme d'évasion pour les détenus, mais Mohamed Lotfi favorise plutôt l'épanouissement de chacun; les hommes doivent réfléchir à leur passé, leur emprisonnement et, surtout, à leur avenir.

#### Pas une télé réalité

Aussi, des dizaines d'invités, comme Dany Laferrière, Joe Bocan, Roy Dupuis, Céline Dion, Yvon Deschamps, Laurence Jalbert et Martine St-Clair ont participé aux émissions, sur place.

Même si les émissions de radio et même des vidéos des détenus sont diffusés sur le site Web du groupe et sur YouTube (Webtélé),



**Le centre de détention de Montréal, communément appelé « prison de Bordeaux »**

Photo : Philippe Rachiele



**La ministre Christine St-Pierre a remis à Mohamed Lotfi la Médaille du Gouverneur général en décembre 2014.**  
Photo : Souverains anonymes

il ne s'agit pas pour autant d'une télé réalité qui tombe dans le sensationnalisme de la vie en prison, précise M. Lotfi. Il s'agit plutôt d'un moyen d'offrir une liberté d'expression à ceux qui sont détenus et une chance à la réhabilitation.

« Il est important d'ouvrir une brèche dans cet univers fermé pour que les détenus puissent s'exprimer et se forger une autre image, autre que celle du détenu. La radio et la télé leur donnent l'occasion de le faire. »

De plus, les familles des détenus ont un aperçu du cheminement de leur proche. M. Lotfi espère que les gens qui écoutent les Souverains Anonymes réalisent que les détenus font un effort pour améliorer leur avenir.

#### Astiquer cette petite part...

Éric, un des Souverains Anonymes, explique dans une des vidéos à quel point les hommes tiennent au projet. « Quand on vient ici, on est tous des criminels, ternis par les crimes qu'on a faits. Mohamed,

c'est la personne qui peut trouver le petit bout de nous qui reste et il l'astique à chaque fois qu'on vient ici pour le faire ressortir!

En décembre, la ministre Christine St-Pierre a remis aux Souverains Anonymes la Médaille du Gouverneur général.

Arthur Fauteux, le directeur de la prison au moment de la création des Souverains Anonymes, était présent lors de la cérémonie. Il a toujours cru qu'il s'agissait d'un projet novateur en matière de réhabilitation.

Pour les détenus, dit M. Fauteux, « ça force la réflexion et c'est par la réflexion qu'on est capable de voir ce qu'on a à l'intérieur. Ça permet de réfléchir. Si je veux être capable d'agir autrement, il faut d'abord penser différemment », dit-il dans la vidéo commémorant l'évènement.

#### Pourquoi Souverains Anonymes

Et pourquoi le nom Souverains Anonymes? « Mon interprétation des Souverains Anonymes, c'est que les détenus sont derrière le mur, ils ne sont pas nécessairement souverains de leur destin, dit M. Lotfi. Et anonymes, ajoute-t-il, parce que nous ne souhaitons pas une surmédiatisation du projet. »

Mais en donnant la parole aux hommes de Bordeaux, Mohamed Lotfi leur a certainement offert un peu de liberté intellectuelle et créative. jdv

**Elle tourne la terre...**  
**Suite de la page 13**

le vieillissement de leurs populations, l'endettement important des ménages et la stagnation des salaires qui hypothèquent l'augmentation de la consommation, en dépit de taux d'intérêt très bas.

**Solutions ailleurs**

Compte tenu du déclin de la demande dans les pays développés, le ralentissement de la croissance dans les pays émergents, qui dépend largement des exportations de biens vers ces derniers, devrait se poursuivre, ce qui contribuera, entre autres, au maintien de la baisse des prix du pétrole pendant un certain temps.

Il est cependant illusoire de croire qu'un pétrole moins cher suffira

à relancer la croissance à l'échelle mondiale.

Les véritables solutions sont ailleurs, notamment : des investissements massifs des secteurs privé et public dans l'économie verte; des politiques gouvernementales susceptibles d'atténuer les inégalités de revenus qui n'ont cessé d'augmenter depuis 20 ans; la lutte concertée des États contre les stratégies d'évasion fiscale des FMN.

Mais bien que ces solutions soient recommandées par le Fonds monétaire international (FMI) et l'Organisation de coopération et de développement économique (OCDE), il est loin d'être certain qu'elles seront mises en œuvre.

**Rivalités, toujours**

Au plan géopolitique, l'année 2015 sera marquée par la persistance

des rivalités entre les États-Unis et l'Union européenne (UE), d'une part, et la Chine et la Russie, d'autre part.

Les possibilités d'affrontements militaires entre ces puissances sont cependant à exclure pour plusieurs raisons. Les pays de l'UE sont incapables d'adopter une politique étrangère commune en raison de leurs intérêts contradictoires. Le dynamisme de l'économie américaine, soutien essentiel à leur puissance militaire, est en déclin.

La conjoncture économique en Russie est actuellement très mauvaise, non seulement à cause des sanctions des pays occidentaux à son encontre, à la suite de l'annexion de la Crimée et au soutien des séparatistes dans l'est de l'Ukraine, mais parce que le pays a centré uniquement son développement sur l'exploitation des hydrocarbures et des matières premières, dont le prix est aujourd'hui à la baisse.

Cette situation affectera la politique néoimpérialiste de Vladimir Poutine, car elle hypothéquera ses investissements au sein de l'appareil militaire et réduira probablement l'appui dont il bénéficie au sein de la population.

**Élément dissuasif**

L'alliance Russie-Chine est fragile. La Chine appuie la Russie lorsqu'il

s'agit de s'opposer aux violations des pays occidentaux contre la souveraineté des États et conclut des alliances économiques avec elle lorsque c'est dans son intérêt.

Mais alors que Moscou n'hésite pas à confronter l'UE et les États-Unis en Europe, Pékin cherche à éviter tout conflit avec les États-Unis et leurs alliés en Asie de l'est. Enfin, et surtout, toutes ces puissances sont détentrices de l'arme nucléaire, ce qui constitue l'élément le plus dissuasif d'une guerre entre elles.

L'espace nous manque pour parler des sujets de politique internationale – notamment l'environnement – qui promettent des embellies pour 2015. Nous y reviendrons dans des chroniques ultérieures.

*jdV*

*\*Diane Éthier est professeur titulaire retraitée du Département de science politique de l'Université de Montréal.*

**Journaldesvoisins.com**  
**FÊTERA SES TROIS ANS**  
**EN JUIN PROCHAIN!**  
**SURVEILLEZ NOS PUBLICATIONS,**  
**NOS Actualités DU VENDREDI SUR LE WEB**  
**ET NOS BIMESTRIELS PAPIER,**  
**POUR EN SAVOIR PLUS...**  
**COMMENT SOULIGNERONS-NOUS**  
**L'ÉVÉNEMENT?**  
**À SUIVRE!**

**PORTO**  
**POULET**

GRILLADES  
PORTUGUAISES  
Livraison disponible



- Sur charbon de bois
- Produits de qualité
- Tout est fait maison
- Sauces
- Marinades
- Desserts
- Service de traiteur



**Venez goûter**  
**la différence!**

**10 % de rabais au comptoir avec ce coupon**

**345, Henri-Bourassa O. - 514 507-1217**

**IDÉES? SUGGESTIONS?**  
**NOUS SOMMES UN JOURNAL**  
**COMMUNAUTAIRE; VOS**  
**IDÉES ET VOS SUGGESTIONS**  
**SONT TOUJOURS**  
**LES BIENVENUES!**  
**ÉCRIVEZ-NOUS :**  
**journaldesvoisins@gmail.**  
**com**  
**ou APPELEZ-NOUS:**  
**514 770-0858**

Un maximum de **16 HEURES** par mois réparties selon votre convenance

**DESTINÉ AUX PROCHES AIDANTS D'UNE PERSONNE**  
**ÂGÉE PRÉSENTANT UNE ATTEINTE COGNITIVE**  
*(maladie d'Alzheimer ou autres), le service vous offre :*

**UN TARIF HORAIRE DE 4\$**  
*Grâce à un financement de l'APPUJ Montréal*

**UN RÉPIT DISPONIBLE**  
**7 JOURS SUR 7**  
DE 6H00 À 22H00

**DES AUXILIAIRES**  
AUX SERVICES DE SANTÉ ET SOCIAUX COMPÉTENTES ET FORMÉES

POUR PLUS D'INFORMATIONS ET POUR CONNAÎTRE TOUTS LES CRITÈRES D'ADMISSIBILITÉ  
514 475-3678 ou [remueménage.ca](http://remueménage.ca)

## Projet de prolongement de l'Autoroute 19 LE MAIRE D'AHUNTSIC-CARTIERVILLE DONNE SON APPUI AUX MAIRES DE LA RIVE-NORD

**S**e disant « tout feu, tout flamme » en faveur du projet, le maire d'Ahuntsic-Cartierville, Pierre Gagnier, a donné officiellement et publiquement son aval au projet de prolongement de l'Autoroute 19, plus tôt cette semaine.

Flanqué des maires de la Rive-Nord regroupés sous l'égide de la *Coalition pour le parachèvement de l'Autoroute 19*, le maire participait à la conférence de presse destinée à mettre un peu de pression sur le gouvernement du Québec, et cela en dépit de l'opposition de nombreux résidents et groupes d'Ahuntsic-Cartierville, particulièrement ceux du district du Sault-au-Récollet, qui ont participé aux audiences du BAPE, l'automne dernier.

### Deux chapeaux

En entrevue au *journaldesvoisins.com*, le maire a dit qu'il comprenait le point de vue des résidents d'Ahuntsic, mais qu'il fallait tenir compte de l'ensemble des municipalités. « Je ne pense pas que ça aura un impact significatif sur cette partie-ci de Montréal », a-t-il dit, faisant référence aux études du ministère des transports du Québec qui vont en ce sens.

En outre, le maire Gagnier a fait valoir qu'il représentait les résidents de l'arrondissement, mais que dans ce dossier, il agissait également à titre de vice-président de la commission du transport de la Communauté métropolitaine de Montréal (CMM). Il a d'ailleurs souligné que le maire Coderre, président de la CMM (NDLR : en

voyage en Europe au moment de la conférence de presse), était en faveur du projet de parachèvement de l'A-19.

### Manque de sensibilité

De son côté, la conseillère du district du Sault-au-Récollet, Lorraine Pagé, s'est dite « non surprise » par cette annonce du maire Gagnier, les élus de l'équipe Coderre ayant tous voté contre la motion déposée au conseil municipal en décembre par Projet Montréal pour s'opposer au projet de prolongement sous forme d'une autoroute. Mme Pagé a toutefois déploré « le manque de sensibilité » du maire en regard de l'opinion des résidents de l'arrondissement dans ce dossier.

### Incompréhensible

Pour plusieurs résidents de l'arrondissement, cette prise de position du maire Gagnier est incompréhensible. Quelques-uns d'entre eux se sont manifestés avec virulence sur le fil Twitter, peu de temps après la conférence de presse. (C.D.) jdv

**Vous aussi vous voulez devenir membre?  
Vous voulez renouveler votre adhésion?**

## de La Société des amis du *journaldesvoisins.com* Rien de plus facile!

Découpez et postez à: *journaldesvoisins.com*

10369, rue Clark

Montréal (Québec) H3L 2S3

**Oui! Je veux devenir membre de la Société des amis du *journaldesvoisins.com* parce que j'ai à coeur de soutenir ses artisans qui, dans la mesure de leurs moyens, font de la bonne information!**

PRÉNOM ET NOM: \_\_\_\_\_

COURRIEL: \_\_\_\_\_

ADRESSE POSTALE; \_\_\_\_\_

CATÉGORIES DE MEMBRES:

Membre (10\$) \_\_\_\_\_

Membre bronze (20\$) \_\_\_\_\_

Membre argent (30\$) \_\_\_\_\_


Membre or (40\$) \_\_\_\_\_

Membre bienfaiteur (50\$ et +) \_\_\_\_\_

Je ne veux pas que mon nom soit publié : \_\_\_\_\_

Faites votre chèque payable à *journaldesvoisins.com*

Le comité des usagers  
est là pour moi !  
514 384-2000, poste 7200



Il m'informe sur mes droits et responsabilités.  
Il m'accompagne si j'ai une plainte à formuler.  
Il me dirige vers les personnes en mesure de m'aider.

Centre de santé et de services sociaux  
d'Ahuntsic et Montréal-Nord

**40 ans**  
et toutes ses dents

Présentez cette annonce  
et profitez de 30% de rabais  
sur un nettoyage dentaire.

Le Centre de santé et d'esthétique dentaire d'Ahuntsic remercie tous ses fidèles clients d'avoir propagé le sourire à belles dents dans le quartier.

EN VOUS SOUHAITANT UN JOYEUX TEMPS DES FÊTES!



Centre de santé  
et d'esthétique dentaire  
d'Ahuntsic

500, boul. Gouin Est, bureau 301, Montréal (Qc) H3L 3R9  
t 514 389-1359 f 514 389-7334  
www.SanteDentaireAhuntsic.com



Centre de santé et d'esthétique  
dentaire d'Ahuntsic

### CIRCUITS EXCLUSIFS ACCOMPAGNÉS EN FRANÇAIS

#### Slovénie, Croatie et Monténégro

18 SEPT AU 02 OCT. 2015 - DURÉE 15 JRS

Prix p. p. en occupation double 4979\$

Le tarif inclus: vol aller-retour avec Lufthansa, manutention d'une valise, 24 repas et toutes les entrées et activités détaillées dans le programme.

Places limitées à 24 passagers maximum

#### Afrique du Sud

11 AU 27 OCT. 2015 - DURÉE 17 JRS

Prix p.p. en occupation double 4950\$

Le tarif inclus: la portion terrestre seulement, 39 repas, toutes les entrées et activités détaillées dans le programme.

Places limitées à 18 passagers maximum

PERMIS DU QUÉBEC. EXCLUANT LA  
CONTRIBUTION FICAV : 1.00\$/1000\$.  
TPS ET TVQ INCLUSES DANS LES TARIFS.

TARIF VALIDE JUSQU'AU 28 FÉVRIER 2015

**www.navigair.net**

323 Henri-Bourassa Ouest # 300

Montréal, H3L 1N8

**514-866-2600**

## Projets immobiliers Suite de la page 8

Composé de bénévoles, tous citoyens – résidents ou représentants d'entreprises – de l'arrondissement, le CCU donne des avis au conseil d'arrondissement sur ces projets particuliers.

« Les membres du CCU vont examiner le projet et ont la possibilité de faire plusieurs choses : soit faire une recommandation positive pour que le conseil l'adopte, ou ils peuvent recommander qu'un aspect en particulier soit remis sur la planche à dessin pour ensuite être présenté de nouveau. Il arrive qu'un projet puisse aller quatre, cinq fois au comité consultatif d'urbanisme, dans les cas les plus complexes, poursuit Richard Blais. Une fois que le CCU a donné son avis, le conseil d'arrondissement doit en être saisi. Il doit prendre une décision », dit-il.

Après la première lecture du projet par le conseil d'arrondissement,

il peut être soumis à la population à l'occasion d'une consultation publique.

Dans certains cas particulièrement litigieux, la population peut même demander de soumettre le projet à un référendum, ayant de la sorte « droit de vie et de mort sur le projet ».

### Bien s'informer

C'est pourquoi il est de plus en plus suggéré aux promoteurs dont les projets peuvent avoir un impact sur la population environnante, d'en jauger l'acceptabilité sociale auprès de la population en faisant une préconsultation publique avant de déposer leurs demandes de projets particuliers.

Chose certaine, quelle que soit la nature ou l'ampleur du projet pour lequel on vient demander un permis, avoir pris le temps de bien s'informer pour s'assurer que les normes sont respectées ne peut que faciliter le processus. *jd*

## Le temps des semences

### Suite de la page 14

#### Message clair à l'industrie

Les semences biologiques peuvent être de type à pollinisation libre ou hybride, mais leurs plants mères auront invariablement été cultivés sans pesticide ou fertilisation synthétique. Les semences aussi n'auront pas été traitées (fongicides). Mon jardin peut-il être considéré comme écologique même si je n'emploie pas exclusivement des semences biologiques? Absolument.

Par contre, ces semences porteront en elles les habitudes de culture des générations précédentes. Si elles ont été habituées à recevoir des apports d'engrais synthétiques et de pesticides, elles ne seront probablement pas adaptées aux conditions que vous leur offrirez dans votre potager.

#### Un message clair

Et, surtout, votre choix de ne cultiver que des semences biologiques sera un message clair à l'agro-industrie et à la Planète que vous dites non, de façon générale, à toute culture non écologique!

Enfin, ne vous préoccupez pas trop des semences OGM pour votre potager; il n'en existe pas à proprement parler. Elles ne sont produites, pour l'instant, que pour les productions commerciales de maïs, de soya, de coton, etc. Si le semencier vend ses graines avec le seul slogan « sans OGM », méfiez-vous : ces semences peuvent être en revanche traitées ou de piètre qualité.

Informez-vous sur les distributeurs (qui ne sont pas toujours les producteurs), lisez bien les descriptions des différentes variétés, choisissez des semences adaptées à votre région et comprenez les enjeux rattachés à vos choix.

Rappelez-vous que nos choix écologiques reposent souvent dans les interstices des détails de nos gestes. Ils commencent, ici, par la sélection d'une petite graine... *jd*

Pour une liste de suggestions de semenciers locaux et bios, visitez ma page Facebook, Fermier Ahuntsic!

## LISTE DES MEMBRES 2015 DE LA SOCIÉTÉ DES AMIS DU journaldesvoisins.com

(NDLR: Cette liste ne comprend pas les dernières demandes d'adhésion ou de renouvellement qui ont été reçues depuis trois semaines et qui n'ont pas encore été traitées.)

#### Membres:

A. Achour  
D.S. Aubut  
S. Baillargeon  
H.C. Behr  
P. Carignan  
P. Corbeil  
J.D'Amico  
J. Desroches  
J. Duhamel  
C. Dupont  
M. Fouquereau  
R. Grenon  
M. Huluban  
F. Lauzon  
J. Marsolais  
M. Rigot  
I.M. Roy  
D. Saulnier

#### Membres bronze:

G. Bédard  
A. Blouin  
F. Brochu  
D. Cyr  
R. Dandurand  
M. Daoust  
P.-Y. Maurice,  
V. Pelchat  
A.-M. Pierrot  
J. Poitras  
C. Ross  
J. Tremblay

#### Membres argent:

Anonyme  
J. Archambault  
D. Duranleau  
D. Éthier  
P. Lamarche  
C. Lemelin

#### Membres or:

D. Lapointe

#### Membres bienfaiteurs:

Anonyme  
A. Drolet  
D. et D. Long  
A. Morin-Dupont  
L. Pagé  
P. Rachiele  
C. St-Jean  
C. Schofield  
J.-M. Thomas  
A. Véronneau

## OFFRE D'EMPLOI

### SECRÉTAIRE / COMMIS COMPTABLE À TEMPS PARTIEL

L'Alliance culturelle est un organisme à but non lucratif, dédié à la culture sous toutes ses formes, pour les 50 ans et plus. Le poste offert est stimulant et diversifié dans un environnement dynamique.

#### Conditions, exigences et lieu de travail

Temps partiel – environ 14h par semaine

Maîtrise de la langue française parlée et écrite

Habilitété avec le logiciel Word (Excel serait un atout)

Facilité et intérêt pour la communication et les échanges inter-équipes

Édifice PRÉSÂGES – 1474, rue Fleury Est, facile d'accès

Si vous êtes intéressé(e), veuillez communiquer avec

Madame Élisabeth Méthot au 514 382-5716.

Découvrez l'Alliance en visitant notre site Web au

[www.allianceculturelle.qc.ca](http://www.allianceculturelle.qc.ca)



Allianceculturelle  
Pour partager le bonheur d'apprendre

# Marcel Lafleur

## Quand vitalité rime avec bonté

### NOS AÎNÉS ACTIFS

Texte et photo : Sandrine Dussart

**V**étéran de la Seconde Guerre mondiale, enseignant et investigateur doué, mécanicien à ses heures et papa comblé, Marcel Lafleur est une de ces forces tranquilles auprès de qui on se sent bien.

Né en 1923, en Ontario, Marcel Lafleur grandit dans un milieu francophone, puis fait son cours classique à l'Université d'Ottawa.

Passionné de grec et de latin, le jeune diplômé voit sa vie bousculée par l'arrivée de la Deuxième Guerre mondiale, et décide de s'enrôler dans l'aviation pour les Forces armées canadiennes.

Envoyé au Nouveau-Brunswick pour réaliser des travaux de main-d'œuvre, Marcel Lafleur se retrouve ensuite en Angleterre pour suivre un cours de mécanique sur les moteurs d'avion. Sa formation terminée, il est transféré en Irlande, où il restera jusqu'à la fin du conflit.

« Je faisais l'entretien des hydravions qui allaient patrouiller sur l'Atlantique pour y détecter des sous-marins, raconte-t-il. Ce qui est drôle, c'est que lorsque je suis retourné à Londres au Musée de l'aviation, avec ma femme et mes enfants, j'ai revu les modèles sur lesquels j'avais travaillé! »

Marcel Lafleur se souvient aussi avec émotion de son retour en Amérique sur le Queen Elizabeth.

« C'était le 24 décembre 1945. Nous étions 14 985 soldats à bord du paquebot. J'ai pu rapporter deux boîtes de chocolat que j'ai offertes à ma mère pour nos retrouvailles... Comme c'était une



denrée rationnée, cela a eu de l'effet! », évoque-t-il.

#### Un nouveau départ

En 1946, Marcel Lafleur apprend la mécanique automobile. Peu après, il obtient sa permanence à l'École des Métiers de l'automobile de Montréal et s'installe au Québec.

Marié et père de cinq enfants, il enseignera durant 19 ans. Puis, souhaitant relever un nouveau défi, il deviendra investigateur technique. « Quand un travail devient de la routine, je m'en vais! », affirme-t-il.

Est-ce cette fougue, cette curiosité intellectuelle et ce désir de se dépasser qui gardent Marcel Lafleur si jeune? À 92 ans, il vous dira en souriant qu'il n'a jamais pris officiellement sa retraite...

#### Occupé et en pleine forme

Établi à Ahuntsic depuis 1970, Marcel Lafleur vit toujours dans sa maison. Alerté, il y effectue les travaux d'entretien, cuisine, cultive son potager, taille ses haies, déneige son entrée... Il répare même les voitures de ses enfants et leur donne un coup de main dès qu'il en a l'occasion.

« J'ai l'habitude de travailler fort, et je me sens encore comme à 20 ans. La semaine dernière, je suis allé fendre du bois chez l'un de mes fils. De grosses bûches! », précise-t-il, ravi.

Marcel Lafleur possède également une maison de campagne près d'Ottawa. « À l'époque, je l'avais achetée 1 870 \$, plus 10 cordes de bois! », souligne-t-il en riant. Durant la belle saison, il y passe la moitié de son temps, en compagnie de sa parenté.

#### Un homme de cœur

Proche de ses enfants, Marcel Lafleur apprécie ce va-et-vient d'amour entre sa famille et lui.

Veuf depuis quelque temps, il fréquente le Centre Berthiaume-du Tremblay où il s'est fait des amis, qu'il retrouve chaque semaine.

Dans ses temps libres, Marcel ne regarde pas la télévision. Il préfère se plonger dans la lecture d'une biographie ou d'un roman historique.

D'une nature généreuse, il a été bénévole durant 10 ans au sein de l'organisme Les Petits Frères. Sa philosophie est simple : faire aux autres ce qu'il voudrait qu'on lui fasse. Marcel Lafleur est en paix avec lui-même.

« J'ai mené une belle vie et fait les choses à ma façon », confie-t-il, avant d'ajouter d'un air guilleret : « Chaque jour, je lis la nécrologie pour voir si mon nom n'y apparaît pas! ». Qui a dit que « la vie est une chose trop importante pour être prise au sérieux? » *jdv*

journaldesvoisins.com  
est membre de

**AMECQ**  
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS  
COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

Activité gratuite,  
ouverte à tous!

**Café rêves**  
Tous les dimanches de 10h à midi

**Café rêves Spécial : Dimanche 8 février de 10h00 à midi**  
"Faites de vos rêves des alliés"

• Explorez votre rêve • Découvrez votre force • Exprimez-la au quotidien  
Avec Manon Lévesque et Gaëtan Boisclair

**L'Arc-en-ciel**  
Centre de réalisation de soi  
Rêves - Quête spirituelle  
Ressourcement

39-B, boul. Gouin O (entre St-Laurent et Clark)  
www.larcenciel.org  
514 335-0948

# Charles Caouette : Entre éducation et vieillesse alternatives

## BELLE RENCONTRE Texte : Christiane Dupont – Photo : Philippe Rachiele

**C**ofondateur de l'école alternative Jonathan, à Ville Saint-Laurent, cet Ahuntsicois d'adoption travaille au projet « Les vieillesse alternatives ». Rencontre avec un passionné de psychologie et d'éducation, mais aussi un universitaire à la retraite qui est resté les pieds bien accrochés sur terre.

Si vous rencontrez Charles Caouette sur la rue, se baladant dans le quartier, il y a de fortes chances qu'il chantonne « Le temps des cerises » ou qu'il récite un texte. D'abord, pour exercer sa mémoire, il se remémore chansons ou textes qu'il répète chemin faisant; puis pour conjurer l'arthrose qui lui joue parfois des tours, il enfle dans les mains des élastiques et essaie de les agrandir. D'un âge vénérable, ce père de quatre enfants sait que la vieillesse peut laisser des traces : marches et exercices ont pour but de l'aider à passer au travers sans trop de dommages.

### De bons souvenirs

Natif de Thedford Mines, Charles Caouette est devenu pensionnaire à l'âge de 8 ans, à Québec. « Mon père n'était pas très en santé et c'est pour cette raison qu'on nous a mis pensionnaire ». De ses années d'études, il a de bons souvenirs, notamment du collège classique, à Sainte-Anne-de-la-Pocatière. Un des pères qui lui enseignait était drôle et faisait rire les élèves, parfois sans savoir pourquoi... « Une fois, il nous a

dit : "Toutes les fois que j'ouvre la bouche, y'a un imbécile qui parle!" »

Professeur honoraire du département de psychologie de l'Université de Montréal, Charles Caouette a fondé l'option Psychologie de



l'éducation en 1968 et y a enseigné jusqu'à sa retraite en 1998. « Je critiquais la formation des psychologues des écoles qui ne savaient pas nécessairement quoi faire avec des résultats de tests de quotient intellectuel. « Je fais quoi avec un test de 89? », demandait-on, cite-t-il en exemple. Alors, l'Université de Montréal lui a dit : « Viens le créer, le cours! », ce qu'il a fait et il y est resté 30 ans.

Parallèlement, Charles Caouette a fondé l'école Jonathan, la première des écoles alternatives au Québec, que ses enfants ont fréquentée. « C'était un projet

très audacieux », dit-il. Comme il se plaît à le dire, l'école alternative est une école où les enfants peuvent bouger et apprennent à le faire sans déranger. « Une école où le Ritalin n'est pas nécessaire, dit-il. La médication est dangereuse, poursuit le professeur Caouette, car c'est pour traiter des problèmes neurologiques. Ce n'est pas parce qu'un enfant bouge ou qu'il a besoin de s'isoler parfois qu'il a des problèmes que l'on doit traiter avec du Ritalin. L'école doit être un milieu de santé. »

### Sur la planète

Amateur de lectures, Charles Caouette a publié articles et ouvrages collectifs. Il a été conférencier un peu partout sur la planète. Au Québec, il est surtout connu pour ses travaux et ses prises de position sur l'éducation en milieu défavorisé, les décrocheurs, la prévention, la relation éducative et, évidemment, tout le mouvement alternatif en éducation. En septembre 2001, il fondait l'école Le Vitrail, la première école secondaire alternative de la CSDM.

Bien qu'il ait continué, depuis sa retraite, à travailler dans le domaine de l'éducation alternative et communautaire, d'autres sujets ont retenu son attention, dont l'éducation à la citoyenneté mondiale et la vieillesse alternative.

### Prévenir pour mieux vieillir

Sur ce dernier sujet, celui qui est aussi grand-père de quatre petits-enfants dira : « Les personnes âgées vivent ce qu'elles n'ont

jamais vécu avant. » Pour bien vivre quand on vieillit, dit-il, il faut avoir de l'aide pour assumer ces transformations et demeurer des citoyens actifs et responsables. Selon lui, il ne faut pas seulement prévoir la sécurité financière. Il faut demeurer en forme; rester actif intellectuellement, s'engager socialement, et se créer un réseau social de 5 à 10 personnes, des gens de confiance pour se rendre mutuellement des services.

« Ce qui crée le plus de stress et de maladies chez les personnes âgées, dit-il, c'est la solitude. » C'est avec quelques personnes qu'il a lancé ce projet de « vieillesse alternative » pour lequel il donnera deux cours à l'Université du Troisième Âge, l'automne prochain.

Dans ses temps libres, Charles Caouette joue au bridge et fait partie du conseil d'administration de la troupe de théâtre Atout-Cœur pour les adultes ayant une déficience intellectuelle, et dont sa compagne, Yolande Lemaistre, est la directrice artistique et la présidente.

Arrivé dans Ahuntsic alors qu'il était encore étudiant en psychologie, il a résidé en divers endroits du quartier qu'il aime beaucoup. Son quartier Ahuntsic, il le trouve vivant, riche en verdure, avec un beau climat humain, sans ostentation.

« Une des rues ressemble aux Champs-Élysées, avec de très beaux arbres comme les magnolias », conclut-il en souriant. *jd*



**Support informatique**  
Profitez pleinement de vos outils technologiques.

- Mise à jour logiciels
- Réseautique
- Migration de données
- Cours d'initiation
- Débogage
- Consultation

**Nicolas Bourdon**  
Technicien certifié Microsoft  
Tél: 514.452.1464  
nbourdon@22bmedia.com

**MAC · PC**  
[www.22bmedia.com](http://www.22bmedia.com)



**514.603.2359**  
Sur rendez-vous

235 A, Fleury Ouest  
Montréal, H3L 1T8

[izemasso.com](http://izemasso.com)



**Équipe Tellier & Létourneau**

**Évaluation gratuite de votre propriété**

Résidente d'Ahuntsic depuis plus de 25 ans

514-271-4820 | [tellierletourneau.com](http://tellierletourneau.com)

Pascale Létourneau  
Courtier immobilier

**ROYAL LEPAGE**  
TENDANCE