

Paolo Galati

Conseiller municipal
district de
St-Vincent-de-Paul

514 945-7145
p.galati@laval.ca



LA VOIX

St-François & Duvernay Est



www.stele-medias.com

Au service de la communauté
Serving our community

17 Février 2021

Mensuel

ÉDITION 8.02



LE CONSEIL MUNICIPAL DE FÉVRIER 2021

VINCENT CADORETTE

Le Vice-Président du comité exécutif, monsieur Stéphane Boyer, a ouvert le conseil municipal en soulignant le mois de l'histoire des communautés afro-canadiennes. Il souligne que la force et la beauté de la ville de Laval proviennent de la diversification des communautés au sein de son territoire. En addition, depuis 1994, la première semaine du mois de février souligne l'importance du travail des enseignant.e.s du Québec. Ainsi, monsieur Boyer note le rôle fondamental dans la société du corps enseignant, soit celui d'instruire les jeunes et de facto les préparer à participer activement à la société. Pour terminer le discours d'ouverture de la séance sur une bonne nouvelle, monsieur Boyer mentionne la diminution des cas d'infections à la COVID-19 sur le territoire lavallois : « On va dans la bonne direction. Évidemment, j'invite à tous les citoyens à suivre les consignes pour éviter une remontée des cas. Quant à nous, à la ville, on ne baisse pas les bras. On continue de mettre en œuvre différentes actions pour aider les citoyen.ne.s ». À ce sujet, une des actions mise en œuvre par l'administration lavalloise est le report des taxes municipales. En effet, monsieur Boyer indique que les citoyen.ne.s devront seulement payer leur compte en mai ou juin.

Question citoyenne

Un sujet sensible affecte le quartier Saint-François depuis des lustres. À cet effet, madame Benoit pose donc une question en lien avec les vibrations sur le boulevard Lévesque : « Je m'adresse à monsieur le maire, monsieur Michel Trottier et monsieur Galati. Ceci fait suite à votre



Capture d'écran prise lors du conseil municipal

réponse à ma question déposée le 1^{er} décembre 2020 concernant les vibrations que vivent et subissent au quotidien les résidents du boulevard Lévesque Est. Bien que les plans d'aménagement existent depuis 2005, vous vous êtes engagés suite à ma question à refaire une étude d'ici le printemps 2021. (...) Monsieur le maire, je déplore l'inaction des administrateurs. » Effectivement, ce dossier perdure depuis 2008. Madame Benoit avait demandé à l'administration Vaillancourt des sismographes pour que les élus prennent connaissance du taux de vibration. Or, l'ancienne administration lavalloise n'a point agi sur ce dossier. Treize ans plus tard, les résidents de ce boulevard demandent encore des changements : « Pourquoi, la ville n'a encore rien fait ? ». À ce sujet, monsieur Galati, conseiller municipal de l'arrondissement Saint-Vincent-de-Paul, exprime que : « J'ai rencontré plusieurs

fois madame Benoit en personne. J'ai reçu plusieurs appels à ce sujet. Je suis le dossier attentivement depuis un certain temps et ça me préoccupe énormément. Je comprends très bien ce qu'ils vivent. J'ai constaté moi-même les bruits incessants dans leur demeure. C'est inacceptable que la ville n'intervienne pas dans ce dossier. (...) Je vais continuer de faire le lien avec la direction générale pour avoir une présentation de plan d'action pour mieux comprendre les enjeux de vibrations sur le boulevard Lévesque Est pour répondre adéquatement à la situation. »

À cet égard, monsieur Trottier, le chef de l'opposition officielle, comprend également la frustration de madame Benoit : « La ville ne vous offre pas des solutions concrètes à votre problème qui dure depuis 13 ans quand même. Si j'étais le maire de Laval, vous pouvez être assurée que notre administration aurait accordé une plus grande importance à votre dossier et qu'il aurait été réglé depuis longtemps. La qualité de vie des citoyens est au cœur de mes préoccupations. Les services de proximité, la qualité de vie

dans le quartier, c'est pour cela que les gens demeurent à Laval. » De plus, depuis qu'il a été interpellé par madame Benoit en décembre dernier, monsieur Trottier et son équipe tiennent des réunions avec le service d'ingénierie afin de régler cette situation inacceptable. Du côté du parti au pouvoir, monsieur Boyer estime ne pas vouloir faire de la politique sur ce genre de dossier : « Je pense que des refoulements d'égouts, des vibrations, ce genre de dossier là doivent être réglés. Ce n'est pas toujours simple de les régler. C'est souvent des études qui prennent du temps et des investissements importants. Toutefois, ils doivent être réglés. » Malgré tout, l'appel d'offre pour l'étude a été publié et l'administration s'attend à ce que le contrat soit octroyé d'ici le 18 février. En termes de publications, les études seront livrées fin mars-début avril pour éclairer l'administration sur les solutions à long terme. À court terme toutefois, l'administration compte refaire le resurfaçage. En ce qui a trait aux plans de déplacement, l'administration lavalloise va soumettre les plans au ministère des Transports du Québec.

Crédit photo: Vincent Cadorette

DÉNEIGEMENT

COPROPRIÉTÉ | COMMERCIAL | INDUSTRIEL

450.665.0600

DÉNEIGEMENT ÉPANDAGE ABRASIF DÉNEIGEMENT TOITURE
RÉSIDENTIEL SUR APPEL

CENTRE SANTÉ OSMAN

NOUVEAU CENTRE MÉDICAL MULTIDISCIPLINAIRE

MÉDECINE FAMILIALE • PRISES DE SANG
PHARMACIE • PHYSIOTHÉRAPIE • MASSOTHÉRAPIE ET PLUS!

LUN - VEN: 8H À 20H • SAMEDI: 9H À 17H • DIMANCHE: 9H À 14H
(450) 936-9993 • 8117 - 8119 boul. Lévesque Est, Laval



Francine Charbonneau Députée de Mille-Îles

Cette année, la semaine de relâche est inhabituelle, continuons d'être positifs et profitons des sports d'hiver avec nos bulles familiales !



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Bureau de circonscription
3131, boul. de la Concorde Est, bureau 303
Laval (Québec) H7E 4W4

Tél. 450 661-3595
Francine.Charbonneau.MILL@assnat.qc.ca
Francinecharbonneau.ca

CHRONIQUE DU CONSEILLER MUNICIPAL ÉRIC MORASSE

Chaque mois, il me fait plaisir en tant que conseiller municipal de Saint-François de vous partager les dossiers qui m'interpellent grâce à cette chronique. De nouveaux projets de la Ville à Saint-François jusqu'à l'adoption de politiques qui toucheront notre quotidien tout comme notre avenir, en tant que citoyens et citoyennes, chaque chronique vous proposera des points d'actualité qui j'en suis convaincu, en intéressera plus d'un!

Travaux sur la rue Monty

Conscient des problèmes de refoulement près de la rue Monty, le comité exécutif a autorisé un mandat portant sur l'étude des sols du secteur et sa caractérisation environnementale. Des travaux s'en suivront pour les rues Monty, Lambert, Romain, Mirelle ainsi que sur le boulevard Lévesque, et se concentreront sur les égouts, les aqueducs, les systèmes de drainage, les bordures et les trottoirs.

Une présentation virtuelle aux citoyens résidant dans ce secteur avait été organisée afin d'établir l'échéancier pour ces travaux très attendus. Ainsi, cette étape s'inscrit dans cet échéancier. Elle sera suivie de l'obtention des autorisations et du financement du ministère de l'Environnement et du ministère des Affaires municipales. Je m'engage à continuer de vous tenir informés de l'avancement du dossier et pour lequel je ne ménage pas d'efforts afin qu'il se concrétise le plus rapidement possible.

Hausse de l'offre de service de transport collectif

En tant que président de la Société de transport de Laval, je souhaite partager avec vous les avancements en termes de transport et qui bénéficient à tous les citoyens. L'ARTM, en collaboration avec plus de 1200 organismes publics de transport collectif, dont la STL,

a élaboré le Plan stratégique de développement du transport collectif (PSD). À Laval, le plan se traduit par une augmentation de l'offre de service de transport en commun de près de 60% d'ici 2031-2035.

En l'espace de dix ans, l'objectif est non seulement de répondre aux besoins croissants des déplacements des Lavallois, mais mise également sur l'instauration de déplacements bidirectionnels, entre autres est-ouest, ainsi que sur la diminution du temps d'attente, particulièrement dans les plages horaires hors de pointe.

Activités extérieures

Quoi de mieux que sortir se promener dehors pour prendre un vent d'air frais, se changer les idées et se dégourdir les jambes? Près de chez vous, les parcs de Saint-François regorgent d'activités à faire seul ou en famille. Tout d'abord, vous trouverez au parc du Moulin, un labyrinthe pour les tout-petits, un magnifique sentier de glace ainsi qu'une patinoire pour du hockey et du patin à glace. Le parc L'Escalet et le parc Masson possèdent une longue patinoire extérieure, idéale pour le patinage libre alors que le centre Boileau, comporte une butte de glisse. N'hésitez pas à consulter le site de la Ville de Laval pour voir les heures d'ouverture et l'état des glaces!

Comme toujours, vous pouvez me contacter ou rejoindre la Ville au 311 ou au www.laval.ca pour toute question ou tout commentaire. Je vous invite aussi à discuter avec moi lors de ma rencontre citoyenne virtuelle, qui se tiendra le 25 février prochain sur Zoom, de 19 h à 21 h. Pour participer, vous pouvez envoyer un courriel signalant votre intérêt avant le 24 février à 18h (e.morasse@laval.ca).

LA COURSE DES POMPIERS DE LAVAL RÉINVENTÉE

La Course des pompiers de Laval, prévue le dimanche 6 juin 2021, aura lieu dans une formule adaptée, cette année. Dans le contexte incertain lié à la pandémie de COVID-19, la Ville de Laval s'est tournée vers une édition virtuelle afin d'assurer la sécurité des participants et respecter les directives de la Santé publique du Québec. Cette décision suit l'annulation, pour les mêmes raisons, de la Grande Fête des pompiers 2021, qui était aussi prévue pour juin.

Plusieurs conditions de participation ont été ajustées pour accommoder le plus grand nombre de personnes possible. Ainsi, les coureurs pourront choisir le parcours de leur choix dans leur quartier ou même s'activer sur leur tapis roulant. De plus, ils ne seront pas limités au 6 juin : ils pourront relever le défi au moment de leur choix entre le 28 mai et le 13 juin 2021. Ils auront finalement l'option de marcher la distance voulue dans la ville.

« Tenue chaque année, la Course des pompiers est un événement apprécié et attendu par les Lavallois. Certains d'entre eux commencent même l'entraînement une année à l'avance pour s'assurer d'être pleinement en forme. Les citoyens ont besoin, plus que jamais, d'avoir des occasions de rester actifs; transformer la course en format virtuel est un excellent moyen d'y arriver », mentionne Sandra Desmeules, membre du comité exécutif et conseillère de Concorde-Bois-de-Boulogne.

« Malgré le contexte actuel, nous tenions à maintenir cet événement annuel pour continuer à soutenir la Fondation des pompiers du Québec pour les grands brûlés, les besoins étant toujours aussi



importants. Cela dit, nous devons assurer la sécurité de nos participants tout en leur proposant une formule attrayante », explique Patrick Taillefer, directeur du Service sécurité incendie de Laval.

Les inscriptions sont en cours

Les enfants et les adultes peuvent s'inscrire à la course virtuelle dès maintenant. Les Lavallois de 17 ans et moins pourront bénéficier d'une tarification avantageuse. Les distances du programme de cette année sont 1 km, 2 km, 5 km, 10 km, 21,1 km et 42,2 km. Chaque coureur recevra un dossard virtuel, un accès à des programmes

d'entraînement gratuits, un chandail officiel (pour les distances de 5 km et plus), une médaille de participation, une voix aux concours des partenaires ainsi qu'un accès à la plateforme de résultats. Les participants pourront enregistrer leur temps grâce à une application mobile qui sera reliée à la plateforme. Les personnes déjà inscrites recevront les différentes options par courriel.

Un volet dédié aux entreprises et aux organisations

Le Défi corporatif offre à 100 organisations et entreprises lavalloises de mobiliser

leurs troupes autour d'une activité et de passer en mode compétition dans le but de remporter la toute première édition de ce défi réservé au milieu des affaires.

Les fonds recueillis lors de la Course des pompiers et du Défi corporatif seront versés à la Fondation des pompiers du Québec pour les grands brûlés. Ils permettront de financer les programmes de recherche et de réadaptation, d'acheter de l'équipement spécialisé, de financer un camp d'été pour enfants et de venir en aide aux victimes et à leurs familles grâce au fonds d'urgence et d'aide directe de la Fondation.

Marc DEMERS
Maire de Laval

Éric MORASSE
Conseiller municipal de Saint-François

514.927.2781 | e.morasse@laval.ca

LAVAL CRÉE SON BUREAU DE LA MOBILITÉ DURABLE

La Ville de Laval annonce la création d'un bureau de la mobilité durable (BMD), dont la mission sera de planifier la mobilité sur son territoire en arrimage avec l'ensemble des intervenants de la grande région métropolitaine. La création du bureau s'inscrit au cœur de la vision stratégique Laval 2035 : urbaine de nature, qui vise à offrir aux citoyens des systèmes efficaces de transport collectif et actif afin de réduire les émissions de gaz à effet de serre. Pour rendre Laval encore plus séduisante de nature, il devient primordial d'assurer une mobilité efficace, active et durable.

« En tant que 3^e plus grande ville au Québec, Laval doit mettre au premier plan de son développement la planification et la structuration de la mobilité sur son territoire. La création du BMD permettra de mieux tenir compte des nouvelles réalités du développement urbain et de faire un meilleur arrimage avec tous nos partenaires de la grande région métropolitaine. Pour nos citoyens, cela se traduira par une meilleure offre de transport collectif et actif ainsi qu'une plus grande facilité à se déplacer pour tous », mentionne Marc Demers, maire de Laval.

Laval est un territoire qui se développe rapidement. Il devient donc nécessaire d'y développer la capacité de déplacer efficacement de plus en plus de

personnes et de biens par la conception d'infrastructures de transport assurant la sécurité. Mentionnons que le centre-ville de Laval prend forme et deviendra un lieu de plus en plus attractif en matière de déplacements journaliers provenant du territoire lavallois et de la grande région métropolitaine.

« Nous sommes très heureux de la création de ce bureau qui permettra de placer la mobilité durable encore plus au cœur des réflexions et des priorités. Comme partenaire majeur sur le territoire, nous participerons activement à concrétiser le mandat du BMD en concordance avec notre vision du transport en commun et au bénéfice de tous les usagers », mentionne Guy Picard, directeur général de la STL.

Un mandat multiple

Le mandat du BMD se décline en plusieurs axes :

- Une stratégie lavalloise. Le BMD devra développer différents scénarios de déploiement des infrastructures structurantes de transport afin d'établir une stratégie lavalloise évolutive en mobilité durable avec les partenaires œuvrant dans ce domaine. Il devra actualiser la vision lavalloise de la mobilité dans le contexte de la préparation du Plan stratégique

de développement et du schéma d'aménagement et de développement révisé de la Ville de Laval,

- Un arrimage métropolitain. Il devra arrimer les scénarios structurants avec le Plan stratégique de développement du transport collectif de l'Autorité régionale de transport métropolitain et la révision du Plan métropolitain d'aménagement et de développement de la Communauté métropolitaine de Montréal,
- Une planification du développement urbain. Il devra arrimer ses tendances de déplacement avec celles du développement urbain, notamment en ce qui a trait au prolongement du métro et du REM, des voies réservées pour les bus à haut niveau de service, des réseaux cyclables et piétonniers et des nouvelles technologies en transport collectif et intégré.

Une planification intégrée et innovante

En intégrant le BMD au sein même de sa structure organisationnelle et à l'intérieur de la Direction générale adjointe – Développement et aménagement du territoire, la Ville pose un geste fort pour que les propositions amenées soient intégrées à tous les niveaux de la planification. Soulignons que le BMD veillera à intégrer l'offre de services en transport collectif et actif dès la conception

des nouveaux quartiers afin de créer des milieux de vie intéressants.

Cette intégration organisationnelle permettra de créer une chaîne de valeur entre l'innovation et le développement des projets sur le territoire. Grâce à une veille active, le BMD pourra mettre en œuvre rapidement les résultats des plus récentes recherches en mobilité. Il verra à établir une stratégie lavalloise évolutive en mobilité et à intégrer les innovations (véhicules autonomes, autopartage, vélo-partage, etc.) et les technologies (service de transport collectif à la demande, carte de mobilité, tous modes, collecte de données en temps réel, etc.) dans les aménagements et les pratiques de la Ville de Laval.

Dans la foulée de la réflexion sur la création du BMD et dans un contexte d'évolution des besoins en matière de mobilité, la Ville a pris la décision de cesser les activités du Centre d'incubation et d'accélération en mobilité intelligente à Laval (CIAMIL), qui ne pouvait répondre à ce mandat de planification plus vaste, mais nécessaire pour favoriser l'arrimage avec tous les partenaires du milieu. La Ville désire remercier chaleureusement les membres du conseil d'administration du CIAMIL pour leur temps et leur dévouement.

MOIS DE L'HISTOIRE DES NOIRS À LAVAL: UNE 30 ÉDITION TRÈS RICHE EN ACTIVITÉS



La Ville de Laval se joint aux célébrations du Mois de l'histoire des Noirs en proposant des activités durant tout le mois de février. Les Bibliothèques de Laval et plusieurs organismes ont préparé un programme d'une dizaine d'activités invitant la population à découvrir le passé et la richesse des communautés noires. L'édition 2021, sous le thème « Célébrons 30 ans de succès », soulignera l'engagement des personnes noires à créer une société meilleure.

Rappelons que la Ville de Laval a adopté une résolution déclarant le mois de février « Mois de l'histoire des Noirs », afin de reconnaître et de promouvoir à juste titre la contribution des communautés noires à l'histoire et au développement économique, social et culturel de son territoire.

« J'invite les Lavalloises et les Lavallois à participer à cette offre d'activités et de rencontres qui souligne le parcours et l'engagement d'une communauté bien enracinée sur notre territoire et dont la contribution à faire de Laval une société riche, solidaire et inclusive est remarquable », mentionne Jocelyne Frédéric-Gauthier, conseillère municipale d'Auteuil responsable des dossiers de l'immigration et des communautés culturelles.

Programme des Bibliothèques de Laval

Pour faire naître les discussions, les Bibliothèques de Laval proposent la capsule éducative et humoristique Réflexion sur le Mois de l'histoire de Noirs, des sœurs Jean-Louis. On pourra aussi en apprendre plus sur l'histoire de la présence et de l'esclavage des Noirs en Nouvelle-France en visionnant la conférence d'Aly Ndiaye (alias Webster). Les tout-petits ne seront pas en reste, puisqu'une heure du conte offerte par Mireille Philosca, Héroïne et super héros, mettra en lumière Harriet Tubman et Black Panther, qui ont fait évoluer la cause des Noirs.

Programme des organismes lavallois

Les célébrations se déclinent en un vaste choix de vidéos, d'expositions et de rencontres, du côté des organismes lavallois. Notamment, la Célébration virtuelle 2021 du Mois de l'histoire des Noirs à Laval, par Les Artistes de Réminiscences, présente sous diverses manières la diaspora africaine; littérature, art visuel, danse, musique et cuisine antillaise font partie des univers explorés.

Dans le même ordre d'idée, le centre communautaire Le Coumbite de Laval propose la commémoration Mois de l'histoire des Noirs à Laval, qui met de l'avant la contribution des musiciens d'origine haïtienne à l'art musical

classique. Parmi les autres rendez-vous, mentionnons l'éventail d'activités La Foire de l'histoire de l'Association de basketball de Saint-François, la table ronde Des parcours qui se rencontrent du Comité interculturel de la RUI Pont-Viau ainsi que l'exposition virtuelle Les personnalités noires ayant marqué l'histoire du Québec et du Canada du centre communautaire Petit Espoir.

Ajoutons que l'organisme Femmes en Emploi offre 4 activités – 2 documentaires et 2 rencontres, dont l'une, autour de l'animation Âme noire, est en formule parent-enfant. Ces activités abordent particulièrement les thèmes de l'exil, du militantisme, de l'intégration en emploi, de la culture et de l'histoire.

Chaque Canadien
aura accès à un vaccin
sûr, efficace et gratuit.

IACONO
Député / M.P. Alfred-Pellan

Angelo.Iacono@parl.gc.ca | 450-661-4117

On a tous de bonnes questions sur la vaccination



Au Québec, la vaccination contre la COVID-19 s'est amorcée en décembre 2020. Cette opération massive vise à prévenir les complications graves et les décès liés à la COVID-19 ainsi qu'à freiner la circulation du virus de façon durable. Par la vaccination, on cherche à protéger la population vulnérable et notre système de santé, ainsi qu'à permettre un retour à une vie plus normale.

LA VACCINATION EN GÉNÉRAL

Pourquoi doit-on se faire vacciner?

Les raisons de se faire vacciner sont nombreuses. On le fait entre autres pour se protéger des complications et des risques liés à plusieurs maladies infectieuses, mais aussi pour empêcher la réapparition de ces maladies.

À quel point la vaccination est-elle efficace?

La vaccination est l'un des plus grands succès de la médecine. Elle est l'une des interventions les plus efficaces dans le domaine de la santé. Cela dit, comme tout autre médicament, aucun vaccin n'est efficace à 100 %. L'efficacité d'un vaccin dépend de plusieurs facteurs, dont :

- l'âge de la personne vaccinée;
- sa condition ou son état de santé (ex. : système immunitaire affaibli).

L'EFFET DES VACCINS EN UN COUP D'ŒIL



- L'Organisation mondiale de la santé (OMS) estime que la vaccination permet d'éviter **plus de deux millions de décès** dans le monde chaque année.
- Depuis l'introduction des programmes de vaccination au Canada en 1920, la **poliomyélite a disparu** du pays et plusieurs maladies (comme la **diphtérie**, le **tétanos** ou la **rubéole**) sont presque éliminées.
- La **variole** a été **éradiquée** à l'échelle planétaire.
- La principale bactérie responsable de la **méningite bactérienne** chez les enfants (*Hæmophilus influenzae* de type b) est maintenant **beaucoup plus rare**.
- L'**hépatite B** a **pratiquement disparu** chez les plus jeunes, car ils ont été vaccinés en bas âge.

LA VACCINATION CONTRE LA COVID-19

Le vaccin est-il sécuritaire?

Oui. Les vaccins contre la COVID-19 ont fait l'objet d'études de qualité portant sur un grand nombre de personnes et ont franchi toutes les étapes nécessaires avant d'être approuvés.

Toutes les étapes menant à l'homologation d'un vaccin ont été respectées. Certaines ont été réalisées de façon simultanée, ce qui explique la rapidité du processus. Santé Canada procède toujours à un examen approfondi des vaccins avant de les autoriser, en accordant une attention particulière à l'évaluation de leur sécurité et de leur efficacité.

Quelles sont les personnes ciblées pour la vaccination contre la COVID-19?

On vise à vacciner contre la COVID-19 l'ensemble de la population. Cependant, le vaccin est disponible en quantité limitée pour le moment. C'est pourquoi certains groupes plus à risque de développer des complications de la maladie sont vaccinés en priorité.

Peut-on cesser d'appliquer les mesures sanitaires recommandées lorsqu'on a reçu le vaccin?

Non. Plusieurs mois seront nécessaires pour protéger une part suffisamment importante de la population. Le début de la vaccination ne signifie pas la fin des mesures sanitaires. La distanciation physique de deux mètres, le port du masque ou du couvre-visage et le lavage fréquent des mains sont des habitudes à conserver jusqu'à nouvel ordre.

Comment les groupes prioritaires ont-ils été déterminés?

La vaccination est recommandée en priorité aux personnes qui courent un risque plus élevé de complications liées à la COVID-19, notamment les personnes vulnérables et en perte d'autonomie résidant dans les CHSLD, les travailleurs de la santé œuvrant auprès de cette clientèle, les personnes vivant en résidence privée pour aînés et les personnes âgées de 70 ans et plus. À mesure que les vaccins seront disponibles au Canada, la vaccination sera élargie à de plus en plus de personnes.

Ordre de priorité des groupes à vacciner

- 1** Les personnes vulnérables et en grande perte d'autonomie qui résident dans les centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) ou dans les ressources intermédiaires et de type familial (RI-RTF).
- 2** Les travailleurs du réseau de la santé et des services sociaux en contact avec des usagers.
- 3** Les personnes autonomes ou en perte d'autonomie qui vivent en résidence privée pour aînés (RPA) ou dans certains milieux fermés hébergeant des personnes âgées.
- 4** Les communautés isolées et éloignées.
- 5** Les personnes âgées de 80 ans ou plus.
- 6** Les personnes âgées de 70 à 79 ans.
- 7** Les personnes âgées de 60 à 69 ans.
- 8** Les personnes adultes de moins de 60 ans qui ont une maladie chronique ou un problème de santé augmentant le risque de complications de la COVID-19.
- 9** Les adultes de moins de 60 ans sans maladie chronique ni problème de santé augmentant le risque de complications, mais qui assurent des services essentiels et qui sont en contact avec des usagers.
- 10** Le reste de la population de 16 ans et plus.

Est-ce que je peux développer la maladie même si j'ai reçu le vaccin?

Les vaccins ne peuvent pas causer la COVID-19, car ils ne contiennent pas le virus SRAS-CoV-2 responsable de la maladie. Par contre, une personne qui a été en contact avec le virus durant les jours précédant sa vaccination ou dans les 14 jours suivant sa vaccination pourrait quand même faire la COVID-19.

La vaccination contre la COVID-19 est-elle obligatoire?

Non. Aucun vaccin n'est obligatoire au Québec. Il est toutefois fortement recommandé de vous faire vacciner contre la COVID-19.

Est-ce que le vaccin est gratuit?

Le vaccin contre la COVID-19 est **gratuit**. Il est distribué uniquement par le Programme québécois d'immunisation. Il n'est pas possible de se procurer des doses sur le marché privé.

Si j'ai déjà eu la COVID-19, dois-je me faire vacciner?

Oui. Le vaccin est indiqué pour les personnes ayant eu un diagnostic de COVID-19 afin d'assurer une protection à long terme. Toutefois, compte tenu du nombre limité de doses de vaccin, les personnes ayant eu la COVID-19 pourraient attendre 90 jours après la maladie pour être vaccinées.

[Québec.ca/vaccinCOVID](https://quebec.ca/vaccinCOVID)

☎ 1 877 644-4545

Québec 

Savoir aimer nos enfants

Un enfant sur quatre au Québec présente des symptômes anxieux ou dépressifs, mais seulement 20 % d'entre eux accèdent à des soins adaptés en santé mentale. À cette dernière statistique s'ajoute la souffrance humaine des individus et de leur famille, et ce, sans compter le sentiment d'impuissance, de désespoir et surtout d'isolement social. La pandémie de la Covid-19 agit actuellement comme un accélérateur de problèmes relationnels et sociaux préexistants. Elle met en lumière tous les maux qui déjà sévissaient chez nos jeunes. L'augmentation des appels à l'aide auprès des différentes ressources spécialisées en matière de suicide et de détresse mentale en est la preuve. Une détresse à laquelle nous nous étions accoutumés qui nous frappe aujourd'hui de plein fouet.

Ce constat est encore plus alarmant, car les bureaux des psychologues sont débordés de requêtes et que les listes d'attente dans les CLSC ne cessent de s'allonger. Fait est de constater que les pédopsychiatres sont trop peu nombreux. Les thérapeutes, intervenants scolaires ou travailleurs sociaux dans les CLSC font de leur mieux, mais ils se retrouvent trop souvent à travailler seuls et souffrent eux aussi des effets psychologiques de la pandémie.

Sans se tromper, on peut affirmer qu'une majorité d'intervenants en santé mentale pour les jeunes au Québec est épuisée. Le système dans lequel ils agissent l'est tout autant d'ailleurs.

Face à cette situation, nous pourrions être portés à reproduire certains comportements passés en blâmant l'une ou l'autre des politiques de soins ou être tentés d'injecter encore plus d'argent dans les mêmes structures qui fonctionnent en silos. Le temps est venu de réfléchir à la façon de replacer nos jeunes et nos familles

au centre de nos préoccupations. Nous devrions nous pencher de façon lucide et pressante sur la question de l'amour et de l'attention que nous portons à nos enfants. La Covid-19 a le mérite de cruellement mettre en lumière qu'un Québec *fou de ses enfants* ne sait pas toujours comment les aimer et les protéger. Plusieurs cas récents ont fait les manchettes et ils en font foi.

La pandémie nous invite à réfléchir à une *autre* normalité plutôt qu'à un retour en arrière. Se concentrer sur l'essentiel, collaborer, partager les responsabilités vers un but commun et les compétences de nos professionnelles thérapeutes, travailleurs sociaux, psychiatres, pédiatres, administrateurs, politiciens, donateurs, est une des voies à suivre.

En plus des trop nombreux suicides chez nos jeunes, s'ajoutent les troubles mentaux transgénérationnels qui eux, engendrent pour longtemps des coûts sociaux et économiques importants, alors que leurs préventions et leurs traitements peuvent se faire tôt dans une jeune vie. Mais, pour cela, il faut ouvrir le dialogue et savoir aimer nos enfants!

How to Better Love Our Children

Beyond the statistics on youth suicide in Quebec, there is the human suffering of individuals and their families, the sense of powerlessness, despair and social isolation. Much more numerous are the children and youth with various forms of psychological problems in the form of anxiety, depression, school avoidance, eating disorders, self-mutilation or substance use.

The problem is not new. The impact of the Covid-19 is to act as an accelerator and a magnifying glass of pre-existing relational and social difficulties. The pandemic is

not an accident and must be understood with what had preceded. To use Michel Foucault's analogy about individuals, the Covid-19 is not an island, but a crease from the ocean floor. Its impact on mental health is, in our opinion, linked to the Global Distress of the last few decades linked to social, technological and climatic changes during which it appeared and which cannot be presently eclipsed.

One child out of four in Quebec presents a mental health issue with but only 20% of them access care. Waiting lists in CLSCs are deplorable and psychologists' offices are overflowing with requests. Child psychiatrists in the community cannot be found. Therapists, school counsellors or social workers in CLSCs are doing their best but often work in isolation and are *also* suffering, along with their loved ones, from the psychological effects of the pandemic. We can fairly say that youth mental health services in Quebec are exhausted. In addition to the human cost for the young person and his family, which is often transgenerational, mental disorders carry a significant social and economic cost for a long time, whereas their prevention and treatment early in life is possible. Instead of throwing blame on care policies, or injecting more money into the same structures that operate in silos, we should seize the moment for a deep reflection that puts young people and the family back at the center of our concerns as a society which has become obsessed with cost-value, efficiency and productivity. Do we really love our children? The Covid-19 has at least the merit of blowing the whistle on how we think we love them.

We have justifiably established the child as an individual with rights akin to adults. We neglected that psychologically, what counts most for him is the bond of trust and dependence that connects him to his family and to his adult world. *The principal*

right of the child is his right to childhood. And the world of the Internet, materialism, political deceptions and climate changes is robbing him of his childhood and generates insecurity and mistrust in the adult world. The premature loss of childhood that professionals have observed since several decades is accompanied by a desertion of the inner world, a weakened capacity for reflection and discernment, difficulties in meaningful relationships and inability to deal with adversity including their own negative feelings.

In order to get back to the essentials, we need a global vision of today's world. An invitation from the pandemic to reflect on a different kind of normality rather than a return to the past. Most importantly, we should stop working in silos the way all these care superstructures are forcing us to do. Federate responsibilities (e.g., parents, teachers, caregivers) as well as skills (therapists, social workers, psychiatrists, pediatricians, administrators, politicians, donors, etc.). Open the dialogue between us and work as a team with the love of the child as our unifying higher reason. Children expect us to be their Aquarium for them to feel loved.

Mounir Samy, MD, is a child psychiatrist and psychoanalyst. He is also the President and Co-Funder of Aquarium, the only psychoanalytic foundation dedicated to children and adolescents in Canada. The Aquarium Foundation strives to re-appropriate the importance of the inner emotional world and restore children as free subjects that have agency over themselves and society.

Mounir Samy, MD, Pédopsychiatre

**Président fondateur de
La Fondation Aquarium**

POUR FAIRE CONNAITRE VOTRE COMMERCES ET VOS SERVICES

LA
VOIX
St-François & Duvernay Est

UN JOURNAL AU SERVICE DE VOTRE COMMUNAUTÉ

LE SEUL VRAIMENT LOCAL

10,000 COPIES PAPIER À CHAQUE MOIS

LIVRÉ PORTE-À-PORTE MAISONS ET COMMERCES

LE SEUL LIVRÉ AUX RÉSIDENCES DU QUARTIER!



PUBLICITE@STELE-MEDIAS.COM • 514-570-1855

Le succès des librairies,
un milieu plus fréquenté que jamais

PORTRAIT DE BRUNO LALONDE, PROPRIÉTAIRE DU LIVRE VOYAGEUR



FRED HARDING

Contre toute attente, les librairies ont été l'un des rendez-vous préférés des consommateurs durant la pandémie. Bruno Lalonde, libraire d'expérience et propriétaire du *Livre voyageur* l'a bien constaté « Avec la pandémie, me dit-il, les librairies n'ont jamais autant fonctionné ». Voilà qui dément bon nombre de lieux communs sur la relègue des lettrés. La raison? « Tous les lieux culturels sont fermés, raisonne Bruno, les cinémas, salles de théâtre, salles de spectacle, même les musées étaient fermés. Si tu veux fréquenter un endroit à vocation culturelle, il n'y en a plus beaucoup. » La vitrine du *Livre Voyageur*, regorgeant d'œuvres d'art et d'attrayants volumes force les badauds à passer la porte du commerce; et pour les fidèles, ils visitent régulièrement le 2319 Bélanger, qui pour des conseils, qui pour faire la conversation, qui pour bouquiner en silence.

Bruno Lalonde est constant. Depuis quelques 27 ans qu'il exerce le métier de libraire, il est d'un entrain infatigable et son énergie le suit, comme ses clients de la rue Swail où il était installé jusqu'à son dernier déménagement. Bruno s'est très souvent « réinventé », pour emprunter cette expression dont les médias nous rebattent les oreilles. Courtier en livres anciens, puis libraire; d'abord installé sur Lacombe, puis sur Swail dans Côte-des-Neiges; finalement sur Bélanger depuis quelques années, le libraire « voyageur » a connu, au cours de sa carrière, des périodes de vaches maigres comme des périodes de vaches grasses, mais n'est jamais rentré en traînant les pieds. Tout a commencé en 1992, alors qu'il vendait des livres à domicile et se rendait, tel un chasseur de primes, dans les bibliothèques privées où il débusquait les plus belles pièces pour les proposer aux libraires spécialisés. Ses services étaient alors annoncés dans les journaux. Il semblait naturel, une fois sa librairie acquise, qu'il poursuivît cette pratique. « Puisque je le faisais déjà comme courtier, une fois devenu libraire, j'ai continué à le faire ». Il s'agissait d'une rareté à l'époque. Toutefois, maintenant qu'il a pignon sur rue, Bruno reçoit une avalanche de livres. « Je reçois des milliers

de livres par années. »

Un libraire à l'avant-garde?

Les ventes vont bon train désormais, et c'est tant mieux! Mais comment les libraires se sont-ils débrouillés durant le confinement? Bruno Lalonde est parvenu, par les réseaux sociaux, à susciter la curiosité et stimuler ses fidèles clients malgré tout. La vente à distance aurait-elle également investi ce secteur? Et comment s'y est-il pris, en tant que libraire d'occasion, pour vendre en ligne? Le premier plaisir de tout lecteur n'est-il pas justement de bouquiner? De fouiller entre les rayons?

« Tous les jours, m'apprend-t-il, je poste en moyenne une trentaine de titres sur ma page, dans les 24, 48, 72 heures, j'en vends environ le tiers... C'est une manière de conserver l'intérêt. Ça maintient le lien, ça maintient le contact. » Évidemment, rien ne vaut une journée à la librairie, mais cette méthode prouve tout de même que le commerce en ligne, et ce dans tous les secteurs, gagne du terrain. Bruno Lalonde en était bien au fait lorsqu'il est passé de courtier en livres rares à libraire.

« J'étais le premier libraire à vendre sur internet, et le premier à arrêter aussi, rigole-t-il » « Avant que j'ouvre ma librairie en 1996, j'avais un site en 1995 [...] Je suis complètement nul en informatique, mais je savais que c'était l'avenir. »

Et l'avenir, qu'il soit ou non en ligne, sourit à ce milieu de passionnés. En effet, Bruno me dresse la liste de nouveaux confrères à lui, la nouvelle génération de libraires.

« Il y a quelques libraires qui vont ouvrir. IL y a une librairie qui va ouvrir dans Hochelaga, une qui a ouvert dans le quartier Centre-Sud. Et une autre dans la Petite-Italie. »

Mais... et celles qui ferment, lui demandé-je?

« Ça c'est dans l'ordre des choses. Ce qui est intéressant, ce ne sont pas celles qui ferment, ce sont celles qui ouvrent. » me répond-il avec philosophie.



Une histoire au bout du fil!

Ligne téléphonique culturelle

Pour mettre un baume sur nos cœurs,
la ligne téléphonique accessible 24 heures
sur 24 propose aux aînés des capsules littéraires
lues par des personnalités publiques inspirantes
qui vous racontent des passages d'œuvres
connues, anecdotes, histoires touchantes
et poèmes d'espoirs à vos oreilles attentives.

De nouvelles capsules audio sont ajoutées
tous les mercredis. Bonne écoute!

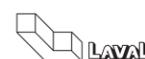


Sans frais:
450 680-2909



Besoin d'information : 311

La réalisation de ce projet a été rendue possible grâce à l'Entente de développement culturel entre le ministère de la Culture et des Communications et la Ville de Laval.



PLAINTÉ

Réseau de la santé

Vous êtes insatisfait des services reçus ou que vous auriez dû recevoir ?

Posez un geste constructif: faites-le savoir.

Le CAAP - Laval est un organisme communautaire, indépendant du réseau, qui est là pour vous aider dans votre démarche de plainte.

450 662-6022

www.caaplaval.com

SERVICES GRATUITS ET CONFIDENTIELS

We all want to know more about COVID-19 vaccination



COVID-19 vaccination in Québec began in December 2020 as part of a massive effort to prevent serious complications and deaths related to COVID-19, and stop the virus from spreading. Through vaccination, we hope to protect our healthcare system and allow things to return to normal.

A VACCINATION OVERVIEW

Why get vaccinated at all?

There are many reasons to get vaccinated (all of them good), including protecting ourselves from health complications and the dangers stemming from infectious diseases, as well as making sure they don't resurface.

How effective is vaccination?

Vaccination is one of medicine's greatest success stories and the cornerstone of an efficient healthcare system. That said, as with any medication, no vaccine is 100% effective. The efficacy of a vaccine depends on several factors, including:

- The age of the person being vaccinated
- Their physical condition and/or state of health, such as a weakened immune system

THE IMPACT OF VACCINES AT A GLANCE



- The World Health Organization (WHO) estimates that vaccination helps **prevent over 2 million deaths** every year, worldwide.
- Since the introduction of vaccination programs in Canada in 1920, **polio has been wiped out** across the country and several other illnesses (such as **diphtheria, tetanus** and **rubella**) have virtually disappeared.
- **Smallpox** has been **eradicated** throughout the world.
- The main bacteria responsible for **bacterial meningitis** in children—*Haemophilus influenzae* type B—has become **much rarer**.
- **Hepatitis B** has for all intents and purposes **disappeared** in young people, due to their having been vaccinated in childhood.

COVID-19 VACCINES

Are the vaccines safe?

Definitely. COVID-19 vaccines have been tested for quality and efficacy on a large scale and passed all necessary analysis before being approved for public use.

All required steps in the vaccine approval process were stringently followed, some simultaneously, which explains why the process went so fast. Health Canada always conducts an extensive investigation of vaccines before approving and releasing them, paying particular attention to evaluating their safety and efficacy.

Who should be vaccinated against COVID-19?

We aim to vaccinate the entire population against COVID-19. However, stocks are limited for now, which is why people from groups with a higher risk of developing complications if they are infected will be vaccinated first.

Can we stop applying sanitary measures once the vaccine has been administered?

No. Several months will have to go by before a sufficient percentage of the population is vaccinated and protected. The beginning of the vaccination campaign does not signal the end of the need for health measures. Two-metre physical distancing, wearing a mask or face covering, and frequent hand-washing are all important habits to maintain until the public health authorities say otherwise.

On what basis are priority groups determined?

The vaccine will first be given to people who are at higher risk of developing complications or dying from COVID-19, in particular vulnerable individuals and people with a significant loss of autonomy who live in a CHSLD, healthcare providers who work with them, people who live in private seniors' homes, and people 70 years of age and older.

As vaccine availability increases in Canada, more groups will be added to the list.

Order of priority for COVID-19 vaccination

- 1 Vulnerable people and people with a significant loss of autonomy who live in residential and long-term care centres (CHSLDs) or in intermediate and family-type resources (RI-RTFs).
- 2 Workers in the health and social services network who have contact with users.
- 3 Autonomous or semi-autonomous people who live in private seniors' homes (RPAs) or in certain closed residential facilities for older adults.
- 4 Isolated and remote communities.
- 5 Everyone at least 80 years of age.
- 6 People aged 70-79.
- 7 People aged 60-69.
- 8 Adults under the age of 60 with a chronic disease or health issue that increases the risk of complications from COVID-19.
- 9 Adults under the age of 60 with no chronic disease or healthcare issues that increase the risk of complications but who provide essential services and have contact with users.
- 10 Everyone else in the general population at least 16 years of age.

Can I catch COVID-19 even after I get vaccinated?

The vaccines used can't cause COVID-19 because they don't contain the SARS-CoV-2 virus that's responsible for the disease. However, people who come into contact with the virus in the days leading up to their vaccination or in the 14 days following it could still develop COVID-19.

Is COVID-19 vaccination mandatory?

No. Vaccination is not mandatory here in Québec. However, COVID-19 vaccination is highly recommended.

Is vaccination free of charge?

The COVID-19 vaccine is **free**. It is only administered under the Québec Immunization Program and is not available from private sources.

Do I need to be vaccinated if I already had COVID-19?

YES. Vaccination is indicated for everyone who was diagnosed with COVID-19 in order to ensure their long-term protection. Nonetheless, given the current limited availability of the vaccine, people that contracted COVID-19 should wait 90 days from when they were diagnosed before being vaccinated.

[Québec.ca/COVIDvaccine](https://quebec.ca/COVIDvaccine)

📞 1 877 644-4545

Québec 

DES NOUVELLES DU COMITÉ EXÉCUTIF DES 13, 20 ET 27 JANVIER 2021



Les membres du comité exécutif souhaitent informer la population de certaines décisions prises lors des séances publiques tenues les 13, 20 et 27 janvier 2021.

Subventions accordées à la Table de concertation de Laval en condition féminine

Les membres du comité exécutif ont accepté d'octroyer une subvention de 33 440 \$ à la Table de concertation de Laval en condition féminine pour réaliser l'initiative intitulée : Mois d'activités régionales sur l'analyse différenciée selon les sexes dans une perspective intersectionnelle (ADS+). Cette subvention a été accordée dans le cadre de l'Entente sectorielle de développement en matière d'égalité entre les femmes et les hommes dans la région de Laval 2018-2021, conclue entre la Ville de Laval et le Secrétariat à la condition féminine.

De plus, les membres du comité exécutif ont octroyé une subvention de 161 375 \$ à la Table de concertation de Laval en condition féminine afin que le travail du Comité de travail pour l'application de l'ADS+ soit intégré dans la mise en œuvre de la Politique régionale de développement social (PRDS). Cette subvention a été accordée dans le cadre de l'Entente sectorielle pour la mise en œuvre de la Politique régionale de développement social (PRDS) 2019-2022. Ladite entente a été conclue entre la Ville de Laval, le ministère des Affaires municipales et de l'Habitation et le Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval, avec la participation financière de la Fondation Lucie et André Chagnon. L'initiative permettra aux divers partenaires de la Politique régionale de développement social de s'approprier et d'appliquer le concept d'analyse différenciée selon les sexes (ADS+), et ce, en leur offrant des outils, de la formation

ainsi qu'un accompagnement spécialisé et adapté.

Subvention de 6 000 \$ à l'organisme Le Service des loisirs Ste-Béatrice

Les membres du comité exécutif ont accepté d'octroyer une subvention de 6 000 \$ d'une durée de 3 ans à l'organisme Le Service des loisirs Ste-Béatrice pour le démarrage d'un jardin collectif dans le parc Des Saules, dans le quartier d'Auteuil. En mars 2017, le comité exécutif a adopté le cadre de référence de soutien aux initiatives de démarrage de jardins collectifs et communautaires de la Ville de Laval visant à soutenir un maximum de 2 jardins par année. C'est dans ce contexte que ce cadre se joint à un appel de projets annuel destiné aux organismes à but non lucratif.

À la suite du dépôt d'une seule demande en 2020, ce jardin s'ajoute à l'inventaire

des 5 autres existants depuis le déploiement du programme d'assistance financière à cet effet. En lien avec sa vision stratégique Laval 2035 : urbaine de nature, la Ville reconnaît les bénéfices que représentent les jardins communautaires et collectifs pour la population et est heureuse et fière de contribuer à l'engouement de l'agriculture urbaine sur son territoire.

Réunions du comité exécutif

Rappelons que le comité exécutif se réunit chaque semaine pour prendre des décisions sur des sujets variés. Il se compose du président, Marc Demers, du vice-président, Stéphane Boyer (Duvernay-Pont-Viau) ainsi que des conseillers Sandra Desmeules (Concorde-Bois-de-Boulogne), Ray Khalil (Sainte-Dorothée), Virginie Dufour (Sainte-Rose) et de deux membres associés, soit Nicholas Borne (Laval-les-Îles) et Éric Morasse (Saint-François).

POUR FAIRE CONNAITRE VOTRE QUARTIER ET VOS CONCITOYENS

LA VOIX

St-François & Duvernay Est

SI VOUS AVEZ UN SCOOP
ÉCRIVEZ-NOUS !

IF YOU HAVE A SCOOP
WRITE US !

NOUS SOMMES À LA RECHERCHE
DES NOUVELLES DU QUARTIER

WE ARE LOOKING FOR THE NEW
EVENTS IN OR ABOUT OUR CITY

NOUS NE POUVONS PUBLIER UNE LETTRE QUI N'EST PAS SIGNÉE OU IDENTIFIÉE COMPLÈTEMENT
WE CANNOT PUBLISH A LETTER THAT IS NOT SIGNED OR COMPLETELY IDENTIFIED



redaction@steele-medias.com • 514-570-1855

THOUGHTS CAN BLESS OR DESTROY!

How often do we check the content and quality of our thoughts and feelings? Most of us ignore the fact that our thoughts and feelings are the most important factors in shaping our lives. The most important of all emotions and thoughts is our ability to love and forgive. Without the power of forgiveness working within us, very little creative happens!

Jesus placed a priority on the need to forgive. He knew that once we plant the seeds of unforgiveness in our hearts and minds they begin to grow. Those seeds do not remain static, but begin to grow roots which extend into unforeseen areas of our lives. A perceptive counselor stated: "Unforgiveness unchecked becomes a cancer in the soul!" It spreads. Cancer does not stay in its original location, but spreads and infects other previously healthy organs. The malignant cells eat up positive cells.

Unforgiveness affects every area of our lives. It does not remain centered on

one incident; it begins to affect all our relationships. For example, if you are angry with your ex-spouse and you are remarried, the moment your new spouse does anything that remotely reminds you of where you have been, you over react, because it is speaking to other areas of your life. Not only does it cause you to over react, it also causes you to build walls around yourself preventing you from living your life to the fullest.

Unforgiveness fuels everything that is negative; eats up our personality, our creativity, our energy. Those of us who have been hurt may believe that unforgiveness protects us from being hurt again. If we don't forgive the other person, not only does unforgiveness block us from interacting with that person, it blocks us from taking the risk of love again and we end up in a state of isolation. Unforgiveness gives the other person the ability to rob us not just for the moment they violated us, but of our future as well.

This well known truth is striking: Unforgiveness is like drinking poison and then expecting the person who has hurt you to die! Renowned oncologist, Dr. Bernie Siegel, states: Feelings are chemical and can kill or cure!" What's in your mind and heart is often quite literally, or "anatomically", what is in your body!

Obviously, then, we should strive for wholeness of mind and heart that we might be physically whole. We strive to free up our emotions and thoughts in order to receive God's blessings coming to us. This means setting those who have wronged us totally free; it means refusing to retain any malice or ill will towards them NO MATTER WHAT! FOR OUR OWN BENEFIT!

A wise counselor stated: "Until you learn to heal the wounds of your past you will never be whole!" But so many of us don't even realize that we are bleeding!

Nelson Mandela was 46 years old when

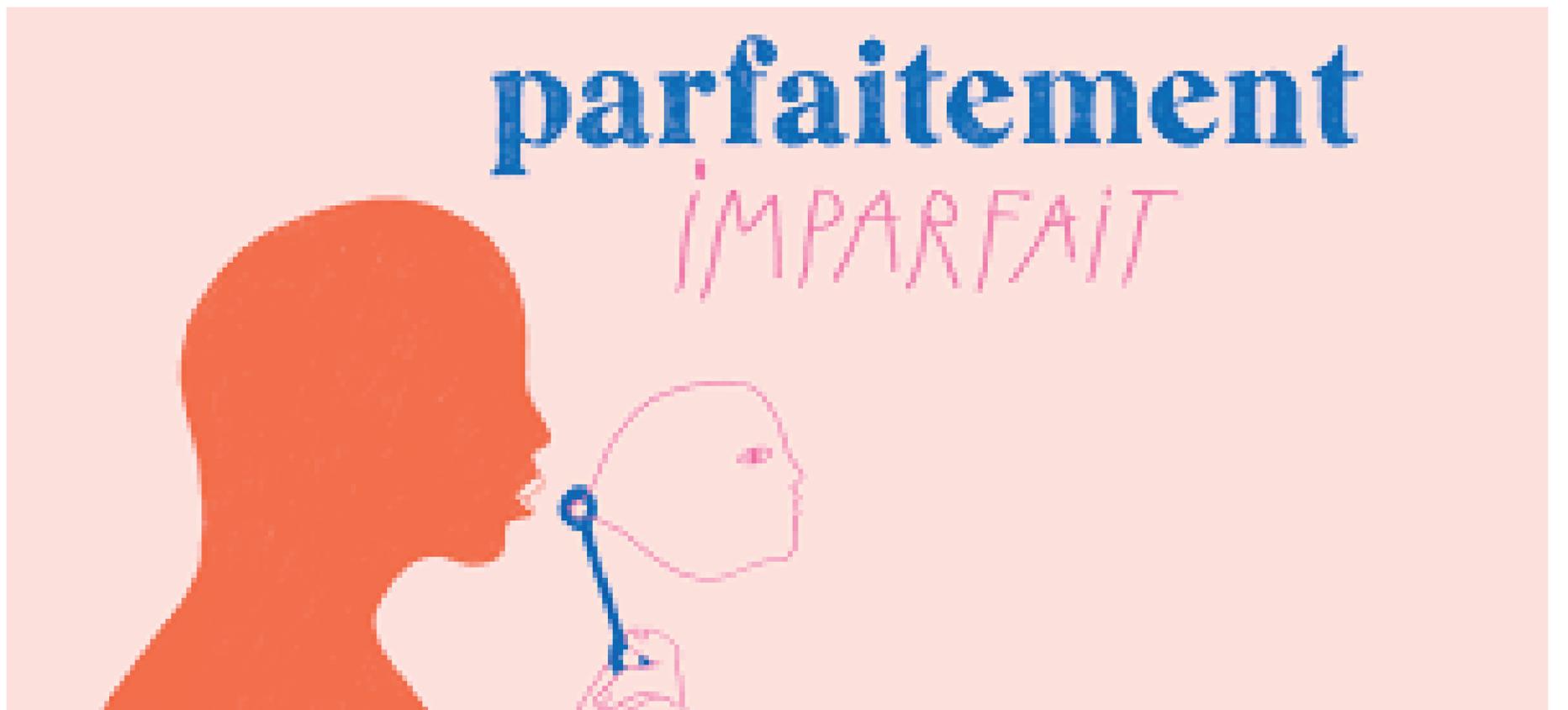
he was sentenced to life imprisonment on Robben Island in June 13, 1964. His crime was opposing the apartheid regime of his country, South Africa. When asked about his positive attitude he replied, "No one is born hating another person because of the color of his skin, or his background, or his religion. People must learn to hate. If they can learn to hate they can be taught to love, for love comes more naturally to the human heart than its opposite."

When he was finally set free from prison he admitted he was tempted to hate those who had incarcerated him, but he said that to do so would give them the power to imprison him for the rest of his life. Mandela insisted: "Forgiveness set me totally free!"

Dr. Brian Gazzard, a resident of the town, is a personal development consultant.

**bmgazzard@hotmail.com
514-961-8317**

PARFAITEMENT IMPARFAIT; UNE WEBSÉRIE DOCUMENTAIRE OÙ 20 PERSONNALITÉS ET 20 JEUNES PARLENT DE SANTÉ MENTALE GRATUITEMENT SUR ICI TOU.TV À COMPTER DU 2 MARS



MC2 Communication Média est fière d'annoncer la diffusion sur ICI TOU.TV à compter du 2 mars prochain de la websérie **Parfaitement Imparfait**. Cette série documentaire, qui fait sourire et réfléchir, s'adresse aux adolescents.

Parfaitement Imparfait, c'est 20 épisodes d'environ 10 minutes dans lesquels un jeune qui vit avec un trouble de santé mentale (anxiété, dépression, bipolarité, TPL, anorexie, TDAH, ...) est jumelé à une personnalité publique qui est touchée par le même trouble. On découvre entre autres Marie-Mai, Marie-Soleil Dion, Antoine Desrochers, Mélissa Bédard, Simon Boulerice et P-A Méthot à travers des activités comme la pêche, un shoot photo, un atelier de cuisine fusion, un saut

en parachute, de la poterie ou du go-kart. Le duo échange en parallèle sur les outils et les aides qu'ils sont allés chercher pour apprendre à mieux vivre avec leurs troubles. Parfaitement Imparfait vise à percer la bulle des tabous entourant la santé mentale par une approche lumineuse, légère et décomplexée.

Selon les statistiques récentes, au Québec, 1 jeune sur 5 souffre d'un trouble de santé mentale et on estime qu'une personne sur quatre va vivre un épisode d'anxiété intense au courant de sa vie. Par ailleurs, le taux de suicide chez les jeunes au Canada est le troisième plus élevé des pays industrialisés. Il est établi que 50 % des maladies mentales se déclarent avant l'âge de 14 ans et 75 % avant l'âge de 22

ans. Parmi les troubles les plus courants, on compte l'hyper-anxiété qui touche 25 % des filles de 12 à 14 ans, les troubles alimentaires qui représentent la troisième maladie mentale la plus fréquente chez les jeunes et l'automutilation qui affecte 10 à 20 % des jeunes au Canada.

La série *Parfaitement Imparfait* compte sur l'appui de la Fondation Jeunes en Tête, qui organise des animations auprès de plus de 50 000 jeunes dans les écoles au Québec et de vingt autres organismes, dont ANEB Québec, Tel-Jeunes, la Fondation Jasmin Roy, Dis-moi ou Tel-Aide. Le Fonds Telus, dédié à la santé, a contribué au financement de la série.

La série est réalisée par Joëlle Desjardins

Paquette et scénarisée par Sarah Lévesque. L'artiste Mathilde Corbeil a créé les illustrations.

À propos de MC2 Communication Média

Depuis près de 15 ans, MC2 Communication Média a produit plus d'une vingtaine de documentaires qui portent un regard original sur la société. Parmi les plus récentes productions de MC2, on retrouve *They Call Me Dr. Miami*, *L'Académie*, *Jouer dur*, *Chasseurs de phoques* et *A Place of Tide and Time*.

Bande annonce : <https://youtu.be/IaYS1lunCN8>

 **LA VOIX**
St-François & Duvernay Est

#1-1400 rue Ouimet
Montréal, Qc, H4L 3R1
Tél.: 514-736-1133
redaction@stele-medias.com
publicite@stele-medias.com
administration@stele-medias.com

Président: Pascal Richard
Vice-Présidente / Finances: San Lu Ly
Vice-Président / TI: Sylvain Nadeau
Édition: Pascal Richard
Collaborateurs: Martin C. Barry, Frederick Harding, Vincent Cadorette

Conseil juridique: Ariël T. Roy
Conseil comptable: Cianci & Associés
Production: Pascal Richard
Ventes: Pascal Richard
Publié par: STELE • Médias, Communications, et Relations Publiques inc.

NOTRE IMPRIMEUR UTILISE DU PAPIER RECYCLÉ DE SOURCES RESPONSABLES ET EST AUDITÉ ANNUELLEMENT PAR FSC.

Impression Distribution Certification Accès web de

tc • TRANSCONTINENTAL

publi sac

CARD

VIDÉOTRON

Le Journal La Voix de St-François de Laval est distribué à 20,000 lecteurs chaque mois. Toute reproduction des annonces ou informations, en tout ou en partie, de façon officielle ou déguisée, est interdite sans la permission écrite de l'éditeur. Stele Médias Inc ne se tient pas responsable des erreurs typographiques pouvant survenir dans les textes publicitaires mais s'engage à reproduire uniquement la partie du texte où se trouve l'erreur. La responsabilité du journal et/ou de l'éditeur ne dépassera en aucun cas le montant de l'annonce. Les articles publiés expriment l'opinion de leurs auteurs, mais pas nécessairement celle de la direction. Dépôt légal aux bibliothèques nationales du Québec et du Canada.

514-570-1855

Stele Médias Inc • La Voix de St-François & Duvernay 8.02 • 17 Février 2021

L'équipe en immobilier la plus présente du quartier!

+ de 2500 propriétés vendues*

* Source CIGM



Michel Béland
Courtier immobilier

Alexandre Béland
Courtier immobilier

Mathieu Béland
Courtier immobilier

450 665-4000



DUVERNAY EST

Plain-pied 4 CAC, secteur tranquille prox pont A25 & école Val des ruisseaux. Besoin de rafraîchissement mais qui a toujours été bien entretenue au fil des années. Bonne construction. Immense potentiel.

PD 349,900\$

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000



DOMAINE DUVERNAY EST

Secteur de choix, très rare condo 2 étages; 2 grandes CAC au 2e, Salon/Cuisine/Salle à manger au RdC. Grands espaces, belle luminosité, rangement, deux stat, balcon privé, unité murale air climatisé, aspirateur central.

PD 300,000\$

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000



MASCOUCHE

Condo proximité train de banlieue. 2 CAC, 2 stat, 1 rangement extérieur. Vous y trouverez également un grand balcon de 9,11 x 8,7 en arrière.

PD 229,000

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000



ST-FRANÇOIS

Terrain 10,000pc
Bord de l'eau, Rivière-des-Mille Îles
Prêt à Batir

PD 329,000\$

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000



ST-FRANÇOIS

Grande maison 4 CAC + 2 SDB + 1 s/d'eau. AU 2e étage: CCP + en-suite + walk-in 5'x9' plus 2 autres CAC et 1 SDB. Thermopompe centrale, grand garage 11'x24'. Maison très bien située dans un quartier familial.

PD 489,500\$

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000



ST-FRANÇOIS

Maison 4 CAC, 2 SDB. Rénovations: fournaise thermopompe 2019, SDB 2014, cuisine 2014, presque totalité SS incl. fenêtres 2020, porte avant 2014.

PD 379,000\$

MICHEL BÉLAND 514-234-4000

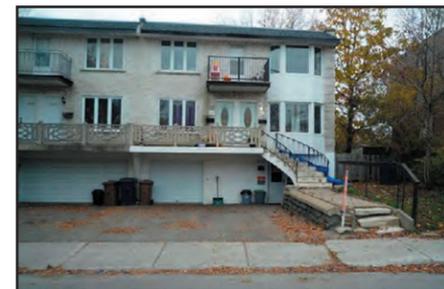


ST-FRANÇOIS

Maison bien entretenue au fil des années. Situé sur une rue très tranquille et à proximité du centre d'achats et école primaire. À la cour, grand terrain 8,400pc bordé haie de cèdres, remise et spa avec patio de cèdres

PD 369,900\$

MICHEL BÉLAND 514-234-4000



ST-VINCENT-DE-PAUL

Grand triplex rénové. Propriété bien située: parcs, épicerie, école ++++. Idéal pour investisseurs cherchant une propriété à revenus à la fois rentable et à la fois très bien située près de tous les services.

PD 689,900\$

MATHIEU BÉLAND 514-775-4005



ST-FRANÇOIS

Emplacement unique au bord de l'eau. Complètement rénovée, 3 chambres et 2 salle de bains complètes. Cuisine de rêve ouverte sur la salle à manger et salon qui vous offre une vue sur la Rivière des Mille îles.

PD 549,900\$

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000



ST-FRANÇOIS

Condo 2 CAC, situé à proximité autoroutes A25 et A440. Pour jeune famille, vous y trouverez une cour et un parc pour enfant. Stationnement inclus et cadastré; la mensualité des frais de condo est très basse.

PD 200,000\$

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000



ST-FRANÇOIS

Maison 3 CAC. Immense potentiel. Entrée indépendante au sous-sol, terrain clôturé situé dans un secteur familial à proximité des services. Maison qui a besoin de rénovations.

PD 274,500\$

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000



ST-FRANÇOIS

Maison 3 CAC, garages, poss 4e CAC au s-sol. Rue tranquille près des services, cour intime avec terrasse de bois et bordé de haie cèdres, Maisons présentement loué occupation possible en juin.

PD 300,000\$

MICHEL BÉLAND 514-234-4000



ST-FRANÇOIS

Condo deux étages, s-sol accès à la cour, près A25 et A440. 2 CAC + 2 SDB, un stat cadastré inclus. Terrain commun avec jeux pour enfants.

PD 229,900\$

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000



ST-FRANÇOIS

Belle maison 4 CAC directement bord d'eau Rivière des Mille-Îles. Endroit tranquille, paisible, prox vieux Terrebonne, golf, A19 et A25. Vue à couper le souffle, faune abondante, cuisinière gaz, piscine chauffée au sel.

PD 424,000\$

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000



CHOMEDEY

Magnifique condo 1,104pc rue paisible. Impeccable unité, 2 grandes CAC, grande fenêtres, 2 terrasses, un espace stationnement extérieur. Tranquillité et proximité de toutes les commodités et services.

PD 274,500\$

MATHIEU BÉLAND 514-775-4005



LORRAINE

Maison entièrement rénovée en 2019/20 comportant 3 CAC au même niveau et 1 vaste salle de bain moderne. S-sol aménagé et invitant/Hall d'entrée donnant accès direct au garage.

PD 499,900\$

MATHIEU BÉLAND 514-775-4005

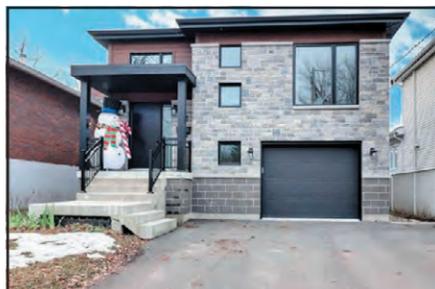


VERDUN

Triplex à 5 mins Métro Lasalle et Hôpital Verdun. Logement propriétaire occupant; deux 5 1/2 et un 4 1/2, tous chauffés électrique. Cour arrière bien aménagée et clôturée avec stationnement pour 2 autos.

PD 749,500\$

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000



DUVERNAY EST

Construction 2017, superbe maison/garage 3 CAC + 2 SDB. Poss 4e CAC s-sol au rez de jardin. Vous serez surpris par l'abondance de luminosité. Situé sur une rue tranquille à proximité de la Rivière des Prairies. Pres A 25

PD 528,800\$

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000



MONTRÉAL-NORD

Superbe maison à paliers multiples. Grand espace ouvert, 4 CAC, 2 SDB, 2 salles familiales, piscine creusée clôturée et sécuritaire et chauffée. Cour intime paysagée et clôturée.

PD 549,900\$

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000



ST-FRANÇOIS

Maison à démolir - vendu pour terrain. L'acheteur devra vérifier la fiabilité de son projet avec les autorités compétentes. Terrain 10,884pc environnement de campagne, rivière des-Mille-Îles. Secteur résidentiel.

PD 229,000\$

ALEXANDRE BÉLAND 450-665-7000