



www.stele-medias.com

Votre Journal de Mont-Royal depuis 1998 An independant weekly serving your Town

HEBDOMADAIRE

EDITION 24.14

RE/MAX du Cartier Town of Mont-Royal



MAYOR JUSTIFIES BUILDING RETIREMENT RESIDENCE ALONGSIDE THE MET

MARTIN C. BARRY

During the March 22 webcast of the monthly TMR town council meeting, Mayor Philippe Roy was asked by Catherine Raoult why the town is working in its Rockland PPU program towards building a seniors' retirement residence alongside Autoroute 40, saying she finds the location inappropriate.

"Would there not be another location that is more tranquil in Town of Mount Royal to build this type of building," she said. "I don't think there will be many townies who will want to end their days amidst the exhaust fumes."

Mayor Philippe Roy maintained that seniors' retirement residences are increasingly being built alongside major traffic arteries such as the A-40.

"One of the largest in the region that has just been built is at the corner of Crémazie and the Metropolitan," he said.

"From what we understand, the norms for construction are such now that the windows are able to block out sound, they are sound proof. The ventilation systems are also more efficient. And balconies now are also oriented away from the roadway.

"Based on the information that we have received, many people who are retired or aging like being in that sort of environment where they get a feeling of action and movement and they feel less isolated," he continued.

"I can understand that perhaps this is not something that is shared unanimously and that some people actually avoid these types of places. But clearly there appears to be a market for this, and we are going to allow this market to take place."

During the same meeting, Anne Streeter asked Mayor Roy whether it is really necessary to spend "many thousands of dollars on hiring architects to decide on where to place tables, chairs and computers in the Royalmount Hall."

(During a recent council meeting, town council announced expenditures to renovate Royalmount Hall, located in town hall's basement, in order to make it usable for when town council meetings are held



Seen here during a pre-pandemic town council meeting at town hall, Mayor Philippe Roy answered residents' questions during the council webcast on March 22.

File photo: Martin C. Barry

in the Elizabeth Room upstairs because it is required," he said. "Therefore, we construction d'une résidence pour aînés won't be large enough to accommodate plan to modify the Royalmount Hall to the eight-member council and mayor following the November election.)

Mayor Roy, while noting that a larger room will be necessary, also pointed out that Royalmount Hall will need to be upgraded with new electronic and technological equipment in order to videorecord and stream future council meetings and public consultations.

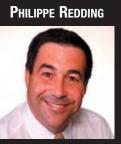
there. The meetings can no longer be held "A more complex audio-visual setup pourquoi VMR envisage de permettre la accommodate public meetings and nine council members." As well, he noted that a mobile room divider will be installed so that two activities can take place simultaneously when necessary.

Résumé:

Durant la séance du conseil municipal du 22 mars webdiffusée, Catherine Raoult demandait au maire Philippe

le long de l'autoroute métropolitaine, un endroit qu'elle considère comme étant inapproprié.

Une autre résidente, Anne Streeter, contestait le fait que la ville envisage de débourser des sommes importantes pour rénover la salle Royalmount au sous-sol de l'hôtel de ville, pour accommoder le nouveau conseil municipal qui consistera en neuf membres.



predding.com



RIVE GAUCHE, situé sur rue tranquille à côté 2 espaces au garage. À voir absolu



Structure de béton comptoirs ment. Gym, terrasse commune au 6e



Welcome to the Forest Hill. A magnificent open area furnished condo. 2 beds, 2 baths, Garage and locker



pièces, 3 logements loués. Balcons (2e et 3e) et buanderie sur chaque étage. Cour avant et stationnement pour le RDC







SÉANCE DU CONSEIL MUNICIPAL DE MONT-ROYAL

Le lundi 19 avril, à 19 h.

La séance sera tenue à huis clos et webdiffusée. Surveillez les nouvelles à l'accueil du site web de la Ville pour plus de détails lorsqu'ils paraîtront (www. ville.mont-royal.qc.ca).

CORONAVIRUS (COVID-19) ANNULATION DE LA PLUPART DES **ACTIVITÉS DE LOISIRS INTÉRIEURES DE LA SESSION PRINTEMPS 2021**

En raison des limitations imposées par les efforts collectifs de lutte à la pandémie, la plupart des activités intérieures de la session du printemps seulement sont annulées, à l'exception des programmes de formation aguatiques et premiers soins.

L'aréna et la piscine Pierre-Laporte demeurent ouverts au public pour du patinage libre ou des bains libres.

Les remboursements aux usagers inscrits seront effectués dans les semaines qui suivent. Pour toute question veuillez communiquer par courriel avec le service des Loisirs à rec-mt-royal@ville.mont-royal.

COLLECTE DES MATIÈRES ORGANIQUES: UN SEUL BAC POUR VOS RÉSIDUS DE JARDIN ET RÉSIDUS ALIMENTAIRES

À compter de cette semaine, la collecte des résidus organiques jumelle de façon permanente la collecte des résidus de jardin et celle des résidus alimentaires.

D'une semaine à l'autre, peu importe la saison, les résidents peuvent dorénavant se départir de leurs feuilles mortes, petites branches, résidus alimentaires et autres matières organiques en utilisant leur bac vert ou brun (mais non les deux à la fois).

COLLECTE SPÉCIALE DES BRANCHES SUR DEMANDE SEULEMENT

Pour bénéficier d'une collecte spéciale le jeudi, utilisez notre formulaire en ligne ou écrivez à info.collectes@ ville.mont-royal.qc.ca pour soumettre une demande avant le mercredi à midi, en ayant soin de préciser votre adresse et votre numéro de téléphone. Seules les branches d'arbres et d'arbustes mesurant entre 2,5 cm (1 po) et 15 cm (6 po) de diamètre seront ramassées gratuitement, et seulement en quantité

CORONAVIRUS (COVID-19) **VACCINATION SANS RENDEZ-VOUS POUR LES 55 À 79 ANS**

Depuis la semaine dernière, le CIUSSS du Centre-Ouestde-l'Île-de-Montréal offre le vaccin d'AstraZeneca à l'aréna Bill-Durnan (4988, rue Vézina) à toute personne âgée de 55 à 79 ans, sans rendez-vous

Pour les autres cliniques environnantes, notamment au Carré Décarie, les rendez-vous peuvent être pris à www.guebec.ca/vaccincovid ou par téléphone, au 514 644-4545, de 8 h à 20 h du lundi au vendredi ou de 8 h 30 à 16 h 30 samedi et dimanche.

Une liste de groupes prioritaires établie par le gouvernement du Québec continue de guider l'ordre de la campagne de vaccination massive.

SOCCER EXTÉRIEUR POUR ENFANTS: INSCRIPTION ET SOIRÉES D'INFORMATION EN LIGNE

Vous désirez en savoir plus sur les activités de soccer pour les enfants de la communauté? Le Club de soccer Mont-Royal Outremont (CSMRO) vous invite à ses nouvelles soirées d'information les jeudis 15 et 22 avril à 19 h 30, sur GoogleMeet: meet.google.com/ sqy-mdsx-oip

Pour inscrire au soccer vos filles ou garçons de quatre ans et plus (nés en 2017 ou avant), visitez le www.

RÉSEAU EXPRESS MÉTROPOLITAIN (REM)

Numéros et adresses à connaître

- Site web: rem.info
- Facebook et Twitter : REMgrandmtl Téléphone : 1 833 rem-info (1 833 736-4636)
 - Courriel: info@rem.info

MOUNT ROYAL TOWN COUNCIL MEETING

On Monday, April 19, at 19:00.

The meeting will be held in camera and webcast. Watch the news section of the Town's website for more details as they become available (www.town.mountroyal ac.ca).

CORONAVIRUS (COVID-19) MOST INDOOR RECREATION **ACTIVITIES CANCELLED FOR** THE SPRING 2021 SESSION

Due to the sustained restrictions during the collective efforts to fight the pandemic, most indoor recreational activities for the Spring 2021 session are cancelled, with the exception of aquatic training programs and first aid classes.

The arena and Pierre Laporte pool will remain open for free skating and public swims.

Refunds to registered users will be issued in the coming weeks. If you have any questions, please contact the Recreation Department by e-mail at rec-mt-royal@ ville.mont-roval.gc.ca.

ORGANIC WASTE COLLECTION: A SINGLE BIN FOR YOUR YARD TRIMMINGS AND KITCHEN WASTE

Starting this week, the new organic waste collection permanently combines the yard trimmings collection and that of kitchen waste.

From one week to the next, regardless of the season, residents will now be able to dispose of their dead leaves, small branches, kitchen waste and other organic matter using either their green or brown bin (but not both at the same time).

SPECIAL BRANCH PICK-UP **ON-DEMAND ONLY**

To book a pick-up for the Thursday, use our online form or write to info.collectes@ville.mont-royal.gc.ca before Wednesday at noon and make sure to specify your address and phone number. Only tree and shrub branches between 2.5 cm (1") and 15 cm (6") in diameter will be picked up free of charge, and only in reasonable quantity.

CORONAVIRUS (COVID-19) WALK-IN VACCINATION FOR **55 TO 79 YEAR OLDS**

Since last week, the CIUSSS West-Central Montreal has been offering the AstraZeneca vaccine at the Bill-Durnan arena (4988 Vézina Street) to anyone aged 55 to 79, without an appointment.

At other sites, with Decarie Square among them, appointments can be made online at www.quebec. ca/covidvaccine and by telephone at 514 644-4545, from 8:00 to 20:00 Monday to Friday or 8:30 to 16:30 Saturday and Sunday.

A list of priority groups established by the Government of Quebec continues to guide the order of the mass vaccination campaign.

OUTDOOR SOCCER FOR CHILDREN: REGISTRATION AND ONLINE INFORMATION EVENINGS

Would you like to learn more about soccer activities for children in the community? The Club de soccer Mont-Royal Outremont (CSMRO) invites you to its new information evenings on Thursday, April 15 and 22 at 19:30, on GoogleMeet: meet.google.com/ sqy-mdsx-oip

To register your girls and boys four years and over (born in 2017 or before), visit www.csmro.ca.

RÉSEAU EXPRESS MÉTROPOLITAIN (REM)

USEFUL NUMBERS AND ADDRESSES

- Website: rem.info
- Facebook & Twitter: REMgrandmtl Phone: 1 833 rem-info (1 833 736-4636)
- Email: info@rem.info

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

514-734-2900 **Urgence** 9.1.1 **Bibliothèque** 514 734-2967 **Loisirs** 514 734-2928 Sécurité publique 514 734-4666

Heures d'ouverture (horaire régulier)

Lun-Ven 8h30 à 16h30

GENERAL INFORMATION 514-734-2900 Emergency 9.1.1 Library 514 734-2967

Recreation 514 734-2928 **Public Security** 514 734-4666

Office hours (regular schedule) Mon-Fri 8:30 to 16:30

Hôtel de ville - 90, avenue Roosevelt H3R 1Z5 Town Hall - 90 Roosevelt avenue H3R 1Z5

VILLE DE **MONT-ROYAL**



COLLECTES DES ORDURES ET MATIÈRES RECYCLABLES

À PARTIR DU 7 AVRIL | STARTING APRIL 7 GARBAGE AND RECYCLING COLLECTION

Dès le mercredi 7 avril, la collecte des ordures ménagères ET la collecte des matières recyclables seront effectuées par le même entrepreneur.

Les camions qui sillonneront les rues pour faire les collectes des deux matières seront identiques mais chaque chargement sera traité indépendamment et dirigé vers le bon endroit comme à l'habitude.

Merci de votre collaboration.





Starting Wednesday, April 7, garbage AND recycling collections will be made by the same contractor.

The trucks that will be on the streets to collect both materials will be identical but each load will be handled independently and directed to the right location as usual.

Thank you for your cooperation.

RENSEIGNEMENTS SUR LES COLLECTES info.collectes@ville.mont-royal.qc.ca INFORMATION ON COLLECTIONS

LE CONSEILLER SORTANT POUR LE DISTRICT NUMÉRO UN JOSEPH DAOURA AFFIRME QU'IL NE SERA PAS CANDIDAT POUR LA MAIRIE DE VMR DANS LES ÉLECTIONS DU 7 NOVEMBRE

MARTIN C. BARRY

Bien qu'il soutienne qu'il ne se sent pas prêt à déclarer s'il serait candidat au conseil municipal dans les élections municipales en novembre, le conseiller sortant Joseph Daoura n'exclut pas la possibilité et maintient qu'il annoncera sa décision en son bon temps.

Dans un texte qu'il soumettait pour publication dans le journal La Poste cette semaine, le conseiller Daoura souligne le début de la campagne électorale, et les quelques enjeux auxquels l'on peut s'attendre, sans indiquer dans le moindre ses intentions à lui-même.

Or, dans une entrevue dimanche dernier, nous lui avons posé quelques questions afin qu'il puisse clarifier sa situation. Souhaite-t-il être candidat pour siéger de nouveau comme membre du conseil municipal?

« Vous savez, je suis toujours en réflexion à ce sujet, disait-il. Je n'ai pas encore décidé. J'aurais besoin d'évaluer les divers programmes et les opinions des candidats et candidates. D'après moi, ils sont tous très bons. Je n'ai pas encore pris ma décision, mais je le ferai bientôt ».

D'après une courte biographie de M. Daoura sur le site web de la ville, le conseiller courant pour le district numéro un est avocat en pratique privée et s'intéresse aux domaines du droit civil, administratif et commercial, à l'immigration et au droit du travail et de la famille.

Il s'implique depuis de nombreuses années au sein de différents organismes et d'événements communautaires, culturels et sociaux. Il fut élu à 60,41 % des voix lors de l'élection générale de 2017.



Joseph Daoura ne se présentera pas comme candidat à la mairie

La semaine passée, la conseillère Michelle Setlakwe annonçait sur la page un du Poste son intention de se présenter comme candidate pour la mairie avec une

Jonathan Lang. Bien que le conseiller Daoura reconnaisse qu'au cours des derniers mois, Mme

équipe de huit candidates et candidats,

parmi laquelle figure le conseiller sortant

Setlakwe a partagé avec lui ses projets électoraux, il ajoutait qu'en aucun moment avait-elle tendu la main pour qu'il se joigne à son équipe.

« J'espère souligner le respect que j'ai pour Michelle. Quand elle se décidait de former sa propre équipe, c'était sa décision de faire le choix des gens qu'elle voulait. Mais une chose est certaine : c'est qu'elle m'en a parlé personnellement, mais à part **Photo: Martin C. Barry**

des autres ».

Summary:

Although town councillor Joseph Daoura hasn't yet made up his mind whether he'll be running again for council or making a run for the mayoralty for the first time in the November elections, he says he is not ruling out the possibility and will announce his decision when he feels ready.

"I'm still reflecting, it's still not decided," he told The Post concerning a possible run for a council seat.

Regarding the mayoralty, he said, "It's not in my plans, because it's very demanding, a full-time job. And with my profession as a lawyer, I'm already saturated with work. Yes, it was an idea at one point, but not

Parmi les rumeurs électorales qui circulaient sur les médias sociaux et de bouche à oreille au cours des mois récents, se trouvaient quelques-unes prétendant que le conseiller Daoura souhaiterait se présenter comme candidat pour la mairie de VMR avec des co-équipiers dans les élections du 7 novembre.

> « En fait, c'était des rumeurs, il disait. Mais non, ce n'était pas vraiment parmi mes projets. Ces gens qui aient peut-être voulu exprimer leur confiance en moi, je les remercie, mais ce n'est pas un de mes projets. Être maire c'est très exigeant. C'est un emploi à temps plein. Et avec mon métier comme avocat, je suis déjà trop occupé. Alors, oui, c'était une idée que j'entretenais à un moment donné. Mais non, il n'en est pas question pour l'instant ».

Politique municipale LE JEU ET LES DÉS

Maintenant que les dés sont jetés, la campagne électorale débute avec véhémence et intensité, ce qui est normal quand le siège du maire est convoité; en effet, on va s'attendre, normalement, à un taux de participation de votes plus élevé que la normale que lorsque les conseilleurs sont uniquement des aspirants.

Certes, les enjeux et les défis sont nombreux, tels que notamment, les visions différentes du développement urbain, le sort débattu des grands projets combinés résidentiel/ commercial, le maintien ou le changement radical des règlements divers et des politiques antérieures adoptées par le conseil sortant, l'implication dans le litige actuel à la cour revenant à la quote-part avec la ville de Montréal, la dynamique relationnelle au sein du nouveau conseil qui comportera huit élus au lieu de six, la préservation de la santé financière de la Ville en gardant le taux de taxation le plus bas sans compromettre ou freiner les ressources provenant des grands projets en vue, le renforcement du lien de confiance et de reconnaissance entre les citoyens et les élus, le rétablissement de la culture du respect mutuel, du langage respectueux, de la saine démocratie et de la diversité des opinions en utilisant, comme d'antan, des propos de niveau, dignes de la Ville et de la qualité de ses citoyens.

Toutefois, les aspirants et candidats au conseil doivent résumer l'acronyme des qualités du : c.h.i.c; c.a.d, compétence, honnêteté, intégrité, connaissance. Mais, le grand travail à faire, pour toutes les plateformes électorales, consiste, notamment, à nous convaincre comment et par quels procédés, les séances d'information soutenues par une communication efficace, moderne, instructive, et transparente vont-elles traduire le mythe de l'acceptabilité sociale à une réalité qui reflète le vrai désir des citoyens? Les élections prochaines se doivent d'enrichir les débats sur tous les niveaux, de favoriser l'échange des idées constructives et des plans d'avenir du développement de notre Ville; en effet, il serait démocratiquement très sain, à la fin du mandat actuel du conseil, à moins des situations urgentes, de refouler les décisions importantes et majeures sur les projets actuels de grande envergure, pour que ceux-ci deviennent des vrais enjeux électoraux.

La dichotomie du jeu politique est toujours omniprésente, car en même temps, ce jeu est valorisant et ingrat, passionnant et inhibant, jovial et amer; cependant, la conscience du devoir accompli défie tous les dés qui se jettent sur la table du Jeu. En politique, il faut s'attendre que si on allume dix bougies dans une chambre fermée et on laisse, par mégarde, une seule, il y aura toujours quelques gens qui vous disent : la chambre est obscure...Gardons espoir et courage, et bonne chance à tous les aspirants et candidats aux prochaines élections...



On a tous de bonnes questions sur la vaccination



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 évitables par la vaccination.

La campagne de vaccination contre la COVID-19 en cours vise à prévenir les complications graves et les décès liés à la COVID-19. Par la vaccination, on cherche à protéger notre système de santé et à permettre un retour à une vie plus normale.

Quand la vaccination a-t-elle commencé?

La vaccination contre la COVID-19 a débuté au Québec dès la réception des premières doses en décembre 2020. Puisque la disponibilité des vaccins est restreinte, certains groupes plus à risque de développer des complications liées à la COVID-19 sont vaccinés en priorité. À mesure que les vaccins seront disponibles au Canada, la vaccination sera élargie à d'autres groupes.

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.

Quelle est la stratégie d'approvisionnement des vaccins?

Le gouvernement du Canada a signé des accords d'achats anticipés pour sept vaccins prometteurs contre la COVID-19 auprès des compagnies suivantes: AstraZeneca, Johnson & Johnson, Medicago, Moderna, Novavax, Pfizer et Sanofi Pasteur/GlaxoSmithKline. Ces achats sont conditionnels à l'autorisation des vaccins par Santé Canada.

À ce jour, les vaccins des compagnies Pfizer et Moderna ont obtenu l'autorisation d'être distribués au Canada. Des vaccins de plus d'une compagnie seront utilisés afin d'accélérer la vaccination contre la COVID-19.





Quels types de vaccins contre la COVID-19 sont étudiés?

Trois types de vaccins font l'objet d'études à l'heure actuelle.

Vaccins à ARN: Ces vaccins contiennent une partie d'ARN du virus qui possède le mode d'emploi pour fabriquer la protéine S située à la surface du virus. Une fois l'ARN messager à l'intérieur de nos cellules, celles-ci fabriquent des protéines semblables à celles qui se trouvent à la surface du virus grâce au mode d'emploi fourni par l'ARN messager. Notre système immunitaire reconnaît que cette protéine est étrangère et produit des anticorps pour se défendre contre elle. Le fragment d'ARN est rapidement détruit par les cellules. Il n'y a aucun risque que cet ARN modifie nos gènes.

2 Vaccins à vecteurs viraux:

Ils contiennent une version affaiblie d'un virus inoffensif pour l'humain dans lequel une partie de la recette du virus de la COVID-19 a été introduite. Une fois dans le corps, le vaccin entre dans nos cellules et lui donne des instructions pour fabriquer la protéine S. Notre système immunitaire reconnaît que cette protéine est étrangère et produit des anticorps pour se défendre contre elle.

3 Vaccins à base de protéines :

Ils contiennent des fragments non infectieux de protéines qui imitent l'enveloppe du virus. Notre système immunitaire reconnaît que cette protéine est étrangère et produit des anticorps pour se défendre contre elle.

Le vaccin à ARN messager peut-il modifier notre code génétique?

Non. L'ARN messager n'entre pas dans le noyau de la cellule et n'a aucun contact avec l'ADN qui y est contenu. Il ne peut donc y apporter aucun changement.

Comment le vaccin agit-il?

Lorsqu'une personne reçoit un vaccin contre le virus qui cause la COVID-19, son corps prépare sa défense contre ce virus. Une réaction immunitaire se produit, ce qui permet de neutraliser le virus en produisant des anticorps et en activant d'autres cellules de défense. La vaccination est une façon naturelle de préparer notre corps à se défendre contre les microbes qu'il pourrait rencontrer.

La plupart des vaccins en développement contre la COVID-19 favorisent la production d'anticorps pour bloquer la protéine S, la protéine qui permet au virus d'infecter le corps humain. En bloquant la protéine S, le vaccin empêche le virus d'entrer dans les cellules humaines et de les infecter.

Le virus qui cause la COVID-19 est composé d'un brin de matériel génétique, l'ARN (acide ribonucléique), entouré d'une enveloppe. À la surface du virus, on trouve des protéines, dont la protéine S (spicule) qui lui donne sa forme en couronne, d'où son nom, coronavirus.

Quels sont les effets secondaires du vaccin contre la COVID-19?

Des symptômes peuvent apparaître à la suite de la vaccination, par exemple une rougeur ou de la douleur à l'endroit de l'injection, de la fatigue, de la fièvre et des frissons. Moins fréquentes chez les personnes âgées de plus de 55 ans, ces réactions sont généralement bénignes et de courte durée.

À ce jour, aucun effet indésirable grave n'a été identifié avec les vaccins à base d'ARN. D'autres problèmes, qui n'ont aucun lien avec le vaccin, peuvent survenir par hasard (ex.: un rhume ou une gastro).

Le vaccin ne peut pas causer la COVID-19, car il ne contient pas le virus SRAS-Co-V2, responsable de la maladie. Par contre, une personne qui a été en contact avec le virus durant les jours précédant la vaccination ou dans les 14 jours suivant la vaccination pourrait quand même développer des symptômes et contracter la COVID-19.

Il est important de continuer d'appliquer les mesures sanitaires jusqu'à ce qu'une majorité de la population ait été vaccinée.

Pourquoi a-t-il fallu 40 ans pour développer un vaccin contre la grippe, et seulement 9 mois pour en fabriquer un contre la COVID-19?

Les efforts déployés par le passé, notamment lors de l'épidémie de SRAS en 2003, ont permis de faire avancer la recherche sur les vaccins contre les coronavirus et d'accélérer la lutte contre la COVID-19.

Actuellement, près d'une cinquantaine de vaccins contre la COVID-19 font l'objet d'essais cliniques partout dans le monde — fruit d'une collaboration scientifique sans précédent. Pour favoriser le développement rapide des vaccins dans le respect des exigences réglementaires, des ressources humaines et financières considérables ont été investies.

Les autorités de santé publique et réglementaires de plusieurs pays, dont le Canada, travaillent activement pour s'assurer qu'un plus grand nombre de vaccins sécuritaires et efficaces contre la COVID-19 soient disponibles le plus rapidement possible.

Pourquoi faut-il deux doses de vaccin?

La deuxième dose sert surtout à assurer une protection à long terme. Dans le contexte actuel de propagation très élevée de la COVID-19, l'administration de la deuxième dose peut être reportée afin de permettre à plus de gens d'être vaccinés.

Québec.ca/vaccinCOVID

© 1877 644-4545



Les Laurentides UNE DESTINATION PRIVILÉGIÉE POUR L'ÉTÉ 2021?

FRED HARDING

Nous avons franchi une fois de plus le seuil du printemps et traversé un hiver sous le signe de la pandémie : soit un confinement à deux titres. Déjà les températures chaudes en enhardissent quelques-uns. L'espoir qu'a suscité le vaccin a nourri ce regain d'enthousiasme, ainsi qu'un désir de sortie chez plusieurs québécois qui anticipent les vacances d'été. Les esprits plus festifs sont enfiévrés par des rêves de terrasses ou d'évasion. Si les mesures n'interdisent pas les déplacements interrégionaux, plusieurs citoyens choisiront de voyager au Québec. Les Laurentides seront sans doute dans la mire de nombreux citadins. Nous avons questionné des acteurs du milieu touristiques afin de prendre le pouls d'une saison touristique qui approche à grands pas.

Un haut volume d'appel?

En prévision de l'été, l'impatience des Québécois est-elle palpable? Comment la ressent-on dans les bureaux de tourisme.

«À notre bureau, m'apprend Guylaine Forest de Tourisme Laurentides, les appels sont nombreux, plus qu'à l'habitude à ce temps-ci de l'année » preuve indubitable que les Québécois ont bel et bien « hâte de prendre des vacances.»

Il semble y avoir eu un réel empressement pour réserver: « Les Québécois qui n'avaient pas tendance à le faire, depuis la situation l'été dernier, réservent davantage à l'avance, que ce soit pour un hébergement en hôtellerie de villégiature, auberge, gîte, résidence de tourisme (condo - chalet), pourvoirie, auberge de la forêt, hébergement atypique ou camping. » Pour ceux qui se sont empressés de réserver et qui s'inquiètent des vicissitudes

de la pandémie, Tourisme Laurentides

nous a appris qu'il y aurait davantage

de flexibilité du côté des hébergements



Le P'tit Train du Nord

« la plupart des hébergements, ajoutait Mme Forest, ont instauré des politiques de changement et annulation de réservations, afin de rassurer les clientèles »

Victime de sa popularité? De sa proximité?

Il va sans dire qu'une région à moins d'une heure de Montréal est une destination privilégiée. Et à quelle fin se rend-t-on « dans le Nord »? Quelles en sont les activités les plus prisées? Dans les Pays d'en-Haut, il semble que ce soit surtout la nature que l'on recherche « le plein air, m'indique Mme Forest, les activités nautiques, la détente, les attractions thématiques et la villégiature. On parle donc de cyclotourisme, d'escapades vélo sur le P'Tit Train du Nord, la randonnée pédestre, le kayak, la planche à pagaie (SUP), mais aussi de ressourcement en pleine nature et de spas nordiques. »

Il va sans dire que les randonnées dans la nature, en plus du charme qu'elles comportent pour des raisons évidentes, (photo: Tourisme Laurentides)

sont gratuites et facilement accessibles. IL n'y a qu'à penser au P'Tit Train du Nord que mentionne Mme Forest, et qui constitue un incontournable du cyclotourisme, s'étendant sur plus de 234 km et traversant plusieurs villages. Nous rappelons toutefois qu'il est important de s'informer des mesures sanitaires en vigueur avant de s'engager sur cette piste!

Suite en page 7

POUR FAIRE CONNAITRE VOTRE COMMERCE ET VOS SERVICES



Au service de notre communauté Serving our community

Un journal au service de votre communauté

LE SEUL VRAIMENT BILINGUE À MONT-ROYAL

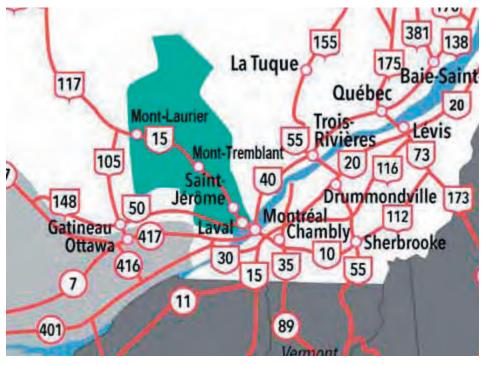
10,000 COPIES PAPIER À CHAQUE SEMAINE

LIVRÉ PORTE-À-PORTE MAISONS ET COMMERCES



PASCAL RICHARD, PRÉSIDENT PUBLICITE@STELE-MEDIAS.COM • 514-570-1855

Suite de la page 6 UNE DESTINATION PRIVILÉGIÉE POUR L'ÉTÉ 2021?





Carte et photo; Tourisme Laurentides

Pour les adeptes de divertissements plus ludiques, nous avons communiqué avec les Sommets à Saint-Sauveur, dont le Parc aquatique est très apprécié et qui, sans se prononcer sur la saison à venir, ont évoqué leur dernière saison estivale. L'été dernier, malgré la crise sanitaire, le parc aquatique était demeuré ouvert, au prix d'ajustements qui ont certes réduit l'affluence, mais permis d'assurer la sécurité des participants.

« Il y a eu quelques attractions l'année dernière qui ont dû être fermées » soit 15% de l'offre habituelle « le parc aquatique a été ouvert, mais plus tard que l'habitude. » m'apprenait Ariane Lauzon, responsable des communications, avant de m'expliquer qu'à l'époque « tous les parcs aquatiques du Québec étaient dans l'attente des directives de la Santé Publique. »

Cet effort aura heureusement été récompensé « L'année dernière, ajoutaitelle, tout le travail que nous avons fait en collaboration avec la Santé publique a très bien été. Et pas seulement nous, mais tous les parcs aquatiques du Québec via leur association pour s'assurer de respecter les mesures sanitaires. On a eu l'expérience de l'an dernier, ce n'est pas nouveau, ce serait la deuxième année.»

Malgré tout, il est trop tôt encore pour dire si la situation sera identique cet été et faire des prédictions pour le parc aquatique. « On ne s'avance pas du tout, affirmait Mme Lauzon, on ne veut pas se prononcer » Il faudra donc consulter le site des https://www.sommets.com pour s'informer des développements sur le sujet.

Du côté des cafés du village de Saint-Sauveur, beaucoup ont joui d'une clientèle locale assez fidèle; c'est notamment le cas du Vert Vert café bistro et du café White et compagnie, deux établissements très appréciés. « Pour le moment, m'apprenait

le propriétaire du café White, nous avons une clientèle très locale. » À la faveur de votre visite, vous pourrez donc découvrir ces établissements privilégiés par les résidents pour déguster un délicieux café.

À quoi cette région peut-elle s'attendre?

Tourisme Laurentides nous apprenait qu'à l'instar de l'été dernier « la clientèle sera principalement québécoise ». Cette région est pourtant généralement très courue par des clientèles internationales.

Le bureau de tourisme s'est voulu très pragmatique lors de notre échange en énonçant à nouveau des mises en garde: « la collaboration de nos visiteurs tout au cours de l'été dans le respect des mesures sanitaires et des directives gouvernementales est essentielle au succès de l'été 2021. »

Pour ceux qui comptent attendre un changement plus drastique avant se déplacer, il faut savoir que dans les Laurentides, l'été se poursuit minimalement jusqu'à l'automne et que la fin d'été est « toujours propice aux visites agrotouristiques, dont, entre autres, les vignobles, vergers, cidreries et mielleries. »

Tourisme Laurentides tenait également à nous donner un Petit truc : « Penser à réserver sur semaine et réserver directement auprès des établissements d'hébergement. »

N'hésitez pas à communiquer avec leur bureau d'informations touristiques au 1 800 561-6673 ou par courriel infotourisme@laurentides.com et visitez notre site web <u>laurentides.com</u> – Laurentians.com

POUR FAIRE CONNAITRE VOTRE **QUARTIER ET VOS CONCITOYENS**

Information municipale = participation électorale Soutenez la démocratie de Mont-Royal

ÉCRIVEZ DANS NOTRE JOURNAL COMMUNAUTAIRE! TOUT CE QUI SE PASSE À MONT-ROYAL NOUS INTÉRESSE!

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@stele-medias.com 514-570-1855



We all want to know more about COVID-19 vaccination



There are many reasons to get vaccinated, including protecting ourselves from the complications and dangers caused by infectious diseases, but also to stop the return of infectious diseases that are avoidable through vaccination.

The COVID-19 vaccination campaign now underway is aimed at preventing serious complications and death from COVID-19. We also use vaccination as a way of protecting our healthcare system and getting back to a more normal life.

When did the vaccination campaign start?

COVID-19 vaccination in Québec began in December 2020 with the delivery of the first vaccine doses. Because the availability of vaccine is limited, categories of people deemed at higher risk of developing COVID-19 complications have been given priority. As more vaccine becomes available in Canada, the categories of recipients will be extended.

Order of priority of recipients of COVID-19 vaccines

- 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)
- Workers in the health and social services network who have contact with users
- 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** People 80 years of age or older
- **6** People 70 to 79 years of age
- **7** People 60 to 69 years of age
- 8 Adults under 60 years of age who have a chronic disease or health problem that increases the risk of complications of COVID-19
- 9 Adults under 60 years of age who do not have a chronic disease or health problem that increases 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

What supply strategy was used to acquire the vaccines?

The Government of Canada signed advance purchase agreements for seven promising COVID-19 vaccines with the following companies: AstraZeneca, Johnson & Johnson, Medicago, Moderna, Novavax, Pfizer and Sanofi Pasteur/GlaxoSmithKline. The purchases are conditional upon approval of these vaccines by Health Canada.

To date, the Pfizer and Moderna vaccines have been approved for distribution in Canada. Soon, other vaccines from these companies will be used to speed up COVID-19 vaccination.





What types of COVID-19 vaccines are being studied?

There are three types of vaccine currently being studied.

- mRNA vaccines: These vaccines contain part of the RNA of the virus which has the ability to make the S protein located on the surface of the virus. Once the RNA messenger is inside our cells, they make proteins similar to those on the surface of the virus using the instructions provided by the RNA messenger. Our immune system recognizes that this protein is foreign and produces antibodies to defend itself against it. The RNA fragment is quickly destroyed by cells. There is no risk that this RNA will alter our genes.
- Viral vector vaccines: These contain a weakened version of a virus that is harmless to humans. Once in the body, the vaccine enters our cells and gives them instructions to make protein S. Our immune system recognizes that this protein is foreign and produces antibodies to defend itself against it. Once in the body, the vaccine enters our cells and gives them instructions to make protein S. Our immune system recognizes that this protein is foreign and produces antibodies to defend itself against it.
- Protein subunit vaccines: These contain non-infectious fragments of proteins that mimic the envelope of the virus. Our immune system recognizes that this protein is foreign and produces antibodies to defend itself against it.

Will an mRNA vaccine alter our genetic code?

No. Messenger RNA does not enter the cell's nucleus or come into contact with the nucleic DNA. As such, it cannot alter our DNA in any way.

How do COVID-19 vaccines work?

When someone receives the vaccine against the virus that causes COVID-19, their body starts to defend itself against the virus. An immune reaction occurs which neutralizes the virus producing antibodies and activating defense cells.

Most COVID-19 vaccines in development prompt the production of antibodies to block protein S; the protein that allows the virus to infect the human body. This prevents the virus from entering and infecting human cells.

The virus that causes COVID-19 is composed of strands of ribonucleic acid (RNA) genetic material surrounded by a crown-like envelope with proteins that include the S (spike) protein, hence the name "coronavirus."

What side effects can be expected from injection with the COVID-19 vaccine?

Some minor side effects may occur, such as redness or pain at the injection site and fatigue, fever or chills. These symptoms are less common among vaccine recipients over the age of 55, are usually benign and do not last long.

As of now there are no known serious side effects from mRNA vaccines. While other random problems may arise, such as a cold or gastroenteritis, they are not related to the vaccine per se.

Because the vaccine does not contain the SARS-CoV-2 virus, it is not capable of causing COVID-19. However, people who come into contact with the virus in the days leading up to their vaccination or within 14 days of receiving the vaccination could still develop symptoms and get the COVID-19 disease.

As such, following health measures remains important until such time as a majority of the population has been vaccinated.

Why did it take 40 years to develop a flu vaccine but only nine months for one against COVID-19?

Past efforts, particularly during the SARS epidemic in 2003, advanced coronavirus vaccine research and accelerated the fight against COVID-19.

There are currently over 50 COVID-19 vaccines undergoing clinical trials around the world, the result of unprecedented scientific cooperation. Considerable financial and human resources have been invested in the development of vaccines that meet regulatory requirements in such a short span of time.

Public health and regulatory authorities in many countries, including Canada, are working hard to ensure that as many safe and effective COVID-19 vaccines as possible become quickly available to their populations.

Why are two vaccine doses required?

The second dose "reminds" the immune system to continue producing antibodies and ensures long-term protection. In current circumstances, where COVID-19 is spreading very fast, administration of the second dose may be delayed somewhat to be able to vaccinate more people with the first dose.

Québec.ca/COVIDvaccine

1877 644-4545



AMPT TO OFFER PHYSICAL TRAINING FOR YOUTHS THIS SUMMER

MARTIN C. BARRY

Ryan Beauchamp and Patrick Gilmour, both in their 20s, are co-founders of Athletic Movement Preparatory Training (AMPT), a physical development program for youths that is being offered for a second year after a promising start last summer.

Growing up in TMR, playing sports sparked Ryan's passion for athletics and has since led him to study athletic therapy at Concordia University.

Known to many parents as a supervisor, sports coach and educator at Académie Saint- Clément, Patrick is currently pursuing his calling in elementary school teaching and personal training.

Patrick and Ryan say they founded AMPT in order to bridge the gap between youth athletics and performance training in TMR. They say AMPT empowers young athletes by teaching them the fundamentals of a well-rounded approach to training both in the gym and on the field.

This year, they are partnering with the town to provide its residents with what they say is "a healthy and fun way to keep young athletes training safe and moving well."

Although the third wave of the ongoing COVID-19 pandemic is throwing a wrench into many people's plans, Ryan says AMPT is still counting on moving forward to offer its program this summer.

"As of right now, the plan is to be able to operate both within a park in TMR and



From the left, Ryan Beauchamp and Patrick Gilmour are leading the AMPT athletic training program for youths this summer with the blessing of TMR.

(Photo: Martin C. Barry)

within an indoor training facility," he said in an interview with The Post.

He said that if the COVID-19 guidelines remain the same going into the month of June and the summer, "we have the equipment that's necessary to be able to run the camp like we did last summer when it was fully outdoors and fully socially-distanced."

According to Ryan, just over 70 youths signed up for the program last summer. As it was a success, they decided to run it again this year. AMPT is offering training programs for youths from 10 to 13, 14 to

15, and 16 and up.

The program will be offered outdoors in Thomas Darling Park on Graham Blvd., and indoors at Zone4Performance, located at Le Rinque, 8355 Montview Rd. in the TMR industrial park.

Around 90 per cent of those signed up last year were town residents and Ryan and Pat expect the turnout to be around the same this summer.

For more information or to sign up online for the program, visit this website: https://www.z4p.ca/.

Résumé:

Ryan Beauchamp et Patrick Gilmour, tous deux dans leur vingtaine, sont des co-fondateurs du programme Athletic Movement Preparatory Training (AMPT), un mouvement de développement physique pour jeunes qui commence sa deuxième année à VMR après un début l'été dernier.

Ayant grandi à VMR, les sports servaient à inspirer Ryan et ont servi à le guider vers des études en thérapie athlétique à l'Université Concordia. Histoire semblable pour Patrick, qui adore la vie sportive et la culture physique.



ARIGAM

Romano Desantis

ARTISTE DE LA SEMAINE THIS WEEK'S ARTIST

« Sniffing ground » Red cedar sculpture 11" x 7" x 6"

arttram.org

Commandité par sponsored by



LES BIXISTES POURRONT ENFOURCHER UN VÉLO DÈS LE VENDREDI 9 AVRIL

BIXI rime avec l'arrivée du printemps et, cette année, les usagers ont une bonne raison de célébrer! Ceux-ci pourront en effet enfourcher leur vélo six jours avant la date de lancement habituelle du 15 avril, soit à compter de ce vendredi 9 avril. Dès 8 h, les vélos BIXI commenceront progressivement à apparaître dans le réseau pour la fin de semaine. Les usagers sont invités à consulter l'application mobile de BIXI pour connaître les disponibilités dans leur secteur.

« Les gens ont besoin de bouger et les équipes BIXI ont tout fait pour que le service puisse être disponible le plus rapidement possible cette année. Nous sentons la fébrilité dans l'air, puisque nous avons vendu plus d'abonnements qu'à pareille date en 2019, qui fut une année record. Les citoyens ont hâte de profiter de tous les bénéfices de ce mode de transport qui allie distanciation sociale et plaisir! Afin de répondre à la demande grandissante pour le vélo électrique, BIXI Montréal procédera par ailleurs graduellement à l'ajout de 83 nouvelles stations électriques à partir du 15 avril, ce qui portera le nombre total de stations à 763 cette saison », déclare Alexandre Taillefer, président du conseil d'administration de BIXI Montréal.

L'ABONNEMENT PRÉSAISON À TARIF **RÉDUIT SE TERMINE DANS 8 JOURS!**

Les clients BIXI désirant profiter de tous les avantages d'un abonnement saisonnier sont invités à profiter, jusqu'au 15 avril, de l'offre présaison via l'application mobile ou le site Internet de BIXI. À

l'achat d'un abonnement saisonnier, ceux-ci bénéficieront d'un rabais de 10 \$ (89 \$ taxes incluses plutôt que 99 \$ au tarif régulier).



UN TERRITOIRE COUVERT DEUX FOIS PLUS GRAND ET DEUX NOUVEAUX **ARRONDISSEMENTS DESSERVIS**

Avec 6 nouvelles stations électriques dans les arrondissements de Pierrefonds-Roxboro et de L'Île-Bizard-Sainte-Geneviève (les emplacements retenus seront bientôt annoncés), le territoire desservi par BIXI Montréal fera plus que doubler cette année. Celui-ci passera de 142 km carrés à 317 km carrés à Montréal, Westmount, Montréal-Est, Mont-Royal, Laval et Longueuil.

725 BIXI électriques de plus que l'an dernier sont aioutés à la flotte cette saison. ce qui porte le total à 1 905 BIXI électriques et à 7 270 BIXI réguliers. Chaque type de vélos, réguliers comme électriques, répondent à des besoins spécifiques avec leurs avantages distincts. Les utilisateurs peuvent d'ailleurs louer ou laisser l'un ou l'autre des types de vélos à n'importe quelle station, que celle-ci soit électrique ou non. L'engouement pour les vélos électriques étant en forte croissance (ceuxci ont été utilisés 60 % plus que les vélos réguliers l'an dernier), les BIXI électriques représenteront 20 % de la flotte totale cette année, par rapport à 14 % en 2020.

UN TAUX DE SATISFACTION EXCEPTIONNEL DOUBLÉ D'UN ENGOUEMENT POUR LE VÉLO-PARTAGE

BIXI est extrêmement apprécié de ses utilisateurs, comme en témoigne un sondage effectué en 2020 qui établit le taux de satisfaction envers le service à un niveau exceptionnel de 94 %. Pendant ce temps, l'usage du vélo comme moyen de transport a enregistré une hausse à l'échelle nord-américaine, depuis le début de la pandémie.

« Au plus fort de la crise de la COVID-19, le vélo-partage a permis à des milliers de citoyens et de travailleurs essentiels de se déplacer en toute sécurité et en respectant les consignes de distanciation physique. Nous le voyons depuis la dernière année, les activités de plein air, notamment le vélo, sont plus populaires que jamais, et ce, partout dans le monde. Nous sommes fiers que BIXI demeure la colonne vertébrale du transport actif en libre-service à Montréal. La location de vélos électriques représente aussi un atout de taille pour un large éventail d'usagers dans leurs déplacements à travers la ville », commente M. Éric Alan Caldwell, responsable de l>urbanisme et de la mobilité au sein du comité exécutif de la Ville de Montréal.

UNE NOUVELLE GRILLE TARIFAIRE MODULAIRE AMÉLIORÉE : 70 % DES DÉPLACEMENTS À BIXI RÉGULIERS MOINS CHERS CETTE SAISON

La nouvelle tarification flexible et simplifiée de BIXI permet à la majorité des usagers d'accéder au service à un tarif réduit pour leurs déplacements et de payer moins cher qu'auparavant. Les trajets à vélos réguliers, qui composent 80 % de la flotte BIXI, sont plus abordables que jamais. Par exemple, un membre paie 75 cents pour un trajet d'une heure à BIXI. Du côté du vélo électrique, la durée moyenne des déplacements est de 19 minutes. Pour un membre saisonnier et mensuel, cela représente un coût de 1,90 \$, une légère augmentation de 90 cents par rapport à l'an dernier.

Les nouveaux abonnés saisonniers et mensuels de BIXI bénéficieront toujours de nombreux avantages. L'abonnement mensuel passe à un tarif de 19 \$ comparativement à 36 \$ 1'an dernier, une économie de 47 %. Le seuil de rentabilité pour l'abonnement mensuel passe de 12 à 7 trajets. Les frais incrémentaux, qui dissuadaient les Bixistes d'utiliser leur mode de transport favori pour des durées supérieures à 45 minutes, ont aussi été remplacés par la tarification à la minute, plus avantageuse. « Toutes ces mesures visent à éliminer les barrières qui freinaient l'utilisation de BIXI », a souligné Christian Vermette, directeur général de BIXI.

Faith

THE HIGH COST OF THE HOOK-UP CULTURE

August 15, 1969, marked one of the distinctive events of the 60's - Woodstock Festival in upstate New York. Nearly half a million youth attended this love-in of sex, drugs and rock and roll. It was a defining cultural event for a generation. That freedom from inhibitions, fueled by "the pill", plus the power of the internet, brings us to our present Hook-Up culture. The 60's mantra: "If it feels good, do it", is the motto of our time, encouraged by online apps from Ashley Madison (married affairs), to Tinder and Grindr. Internet hook-ups promote a \$3 billion industry with 270 million users (nearly 50% increase in the last 5 years).

"Hook-Up" culture uses the internet to encourage casual sexual encounters without emotional intimacy, bonding, or commitment. It's also been called "sex without dating". It's prevalent among the young, especially at universities. Feelings are relegated simply to physical sensations. One female writer states, "Hook-up culture takes away the shame that used to come along with spending the night with a 'random' partner. Sex without guilt is normalized."

Hanna Rosen, in The Atlantic magazine, has an article entitled "BOYS ON THE SIDE" in which she writes: "The Hook-Up culture, especially for women, should be celebrated. It gives women a freedom and confidence, a great boon for women. Women benefit greatly from being in a world where they can have sexual adventure without commitment or shame... Young women who choose a variety of sexual partners, and steer clear of pesky relationships, manage their romantic lives like savy head-hunters." My response: You gotta be kidding!

Donna Freitas has a new book which examines the dark side of this culture, entitled: THE END OF SEX. She highlights some of the inevitable downsides of casual sex and argues hookups can do more harm than good. It does a disservice to young women by negating their emotional needs, and leaving them unprepared for lasting relationships.

Clinical psychologist, Jordan Peterson

fantasy. It doesn't work in the real world. Casual sex demeans the emotions that are inescapably involved in intimacy." American psychologist, Leonard Sax, says he learned about the Hook-Up culture through the armies of young women who were streaming into his office suffering from anxiety and depression because of their immersion in this strange world.

"PLAY WITHOUT PAY" doesn't exist. In every intimate experience there is always an exchange of something of value, no matter how small it may seem! These "savy head hunters" end up in the emotional wasteland where bodies connect without emotional awareness; where their worth is simply measured by age and

Hook-Up culture breeds cynical men, jaded by the ease and barrenness of casual sex, posting their videos on YouTube, encouraging other men to walk away from commitment and the trauma of modern dating. Their cynical view of male-female interaction is: women are SEX objects,

states: "Casual sex is a demented adolescent while men are SUCCESS objects.

The emotional downside is huge. Sex without intimacy breeds the feeling of being used, the anxiety of ageing in a youth market, performance anxiety among men. And through it all runs a loneliness, where the fear of intimacy is tied to the fear of rejection. Individuals have value and that value must be affirmed beyond just the physical dimension.

A classic John Powell book "WHY AM I AFRAID TO TELL YOU WHO I AM?" points to the hollowness and alienation of the Hook-Up culture. Powell writes: "Why am I afraid to tell you who I am? I'm afraid to tell you who I am because if I tell you who I am, you may not like me. And that's all I've got!" This is the ultimate loneliness of the Hook-Up downside where rejection is everywhere and self-esteem is shot..

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

bmgazzard@hotmail.com 514-961-8317



#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.

514-570-1855







Le Journal de Mont-Royal, Le Point d'Outremont et le Westmount Times sont distribués à 80,000 lecteurs à Mont-Royal, dans les quartiers Glenmount et Mountain Sight à tout les jeudis, à Outremont aux deux semaines et Westmount 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.



PROFESSIONNELLES EN IMMOBILIER

ANNE REDDING, Courtier immobilier 514.573.2663 redding.anne@gmail.com

LIANE REDDING, Courtier immobilier 514.737.8963
liane.redding@sympatico.ca

Complicité en toute simplicité!



Une maison d'exception qui se démarque par sa magnifique fluidité et ses espaces ouverts. Un vrai plaisir à vous la faire découvrir. Tout a été pensé pour assurer le bien-être des petits et grands tant à l'intérieur qu'à l'extérieur! Belle fenestration à l'arrière avec jolie vue sur le jardin aménagé pour recevoir- petite oasis hors du commun!

\$3,349,000



Looking to be within walking distance of transport and shops?This very spacious upper duplex meets your expectations and offers all the comfort you wish for your family.Great living space and open concept plan for the living areas.Outdoor parking space, private balcony at the back.Close to Acadie metro, bus, grocery store and pharmacy. Great value!



775 PLYMOUTH # 517

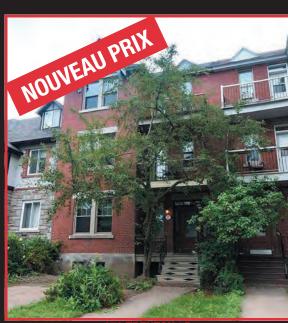
Trendy one bedroom condo in the Eden project in Town of Mount-Royal! Open concept between the kitchen, the dining area and the living room. Enjoy the balcony during the warm season as well as the beautiful swimming pool and rooftop terrace! Gym! Indoor garage available. Central A / C. Flexible occupancy date.

VENDU

\$1,400/MONTH



905 PLYMOUTH # 302



Charmant appartement tout rénové situé au 2e étage d'un triplex, 2càc+bureau. Petite terrasse privée, BBQ permis! Tous les électros inclus. Superficie approximative de 1,140pc. Possibilité de stationnement extérieur. Localisation pratique près de jolis parcs, épicerie, pharmacie. Accès à l'école St-Clément

140 MERTON, SAINT-LAMBERT

\$2,000/MOIS

LAREDDING.COM

ROYAL LEPAGE TENDANCE
Agence immobilière



T. **514.735.2281** F. 514.735.7291 263 Boul. Graham, Mont-Royal (QC), H3P 2C7