

L'ENVOL

BULLETIN D'INFORMATION
Été 2016



ASSOCIATION DES
EMPLOYÉS RETRAITÉS
DE LA VILLE DE LAVAL

*Les Îles Laval et Laval-sur-le-Lac
Histoire à lire en pages 8 à 12*



Fiers de notre passé et forts de notre expérience

Mot du président



Jean-Guy Lagacé

Chers collègues retraités,

L'été est enfin arrivé! Je souhaite que vous profitiez des belles journées de la saison estivale pour faire le plein d'énergie et de vitamines.

Nos activités - quilles, badminton et curling - sont au repos. Elles vous reviendront en septembre. Votre association continuera à vous tenir au courant par son site Internet www.aervl.com, qui regorge d'information, et son journal l'Envol. Toutefois, nous devons faire notre part pour l'environnement et c'est la raison pour laquelle nous vous invitons à fournir votre adresse courriel, ce qui nous permettrait de vous envoyer de l'information, même entre chaque parution de l'Envol. Vous êtes plus de 800 inscrits à notre liste d'envois de courriel.

À la mi-mai, nous avons tenu La Grande bouffe. Trois dîners au restaurant Le grand Cru de l'École hôtelière de Laval. L'activité a été couronnée d'un grand succès avec la participation de plus de 210 convives. Merci à Jacques Bouchard pour cette belle réussite.

Prendre note que Jacques Bouchard organisera, l'automne prochain, un déjeuner chez notre partenaire Pacini. Surveillez le site Internet pour connaître la date et les modalités de réservation.

La viabilité d'une association comme la nôtre est en grandement liée à la participation de ses membres aux différentes activités. Celles-ci ne pourraient être disponibles sans l'apport et la collaboration de nos partenaires et commanditaires. Nous sommes heureux d'accueillir de nouveaux partenaires : Voyages Traditours et le Groupe de Loisirs La Relance qui s'ajoutent au Tennis 13 Fitness, le Cosmodôme, les restaurants Pacini de Laval et de Saint-Eustache, Yves Légaré complexes funéraires, JMA Diagnostics, la Caisse d'économie des employés de la Ville de Laval et à GPL assurances. Nous les remercions sincèrement. Sans leur appui, notre journal l'Envol ne pourrait être publié.

Voici les membres de votre conseil d'administration, tels que nommés lors de l'assemblée générale annuelle, le 25 mai dernier :

Jean-Guy Lagacé, président

Jacques Champagne, 1^{er} vice-président

Jean Brisset, 2^e vice-président

Serge Lord, secrétaire

Michel Sentenne, trésorier

Jacques Bouchard, directeur

Madeleine Contant, directrice

Ghislaine Bélanger, directrice

Gilles Lachance, directeur

Léon Parr, directeur

Louis-Albert St-Pierre, directeur

Lorraine Whalen, directrice

Marie Grégoire, directrice

Jean-Guy Lacoste, coordonnateur

Nous vous rappelons que vos commentaires sont importants, que nous sommes toujours à la recherche de textes et de chroniques pour notre journal. Nos pages vous sont ouvertes.

D'autre part, nous vous demandons de nous informer de tout changement d'adresse le plus rapidement possible afin de garder contact. Ne pas oublier également d'en aviser le Régime des rentes de la Ville de Laval. Le formulaire est disponible sur notre site Internet au :

Aux 4 vents

Bienvenue

Gilles Carlos, col bleu

Donald Caron, col bleu

Paul Charbonneau, policier

Diane Lambert, cadre

Aline Nault, policière

Louise Rousselle, col blanc

Bernard Séguin, col blanc

Décès

Norman Vézina, col blanc

<http://www.aervl.com>

L'ENVOL

Publié par l'Association des employés retraités de la Ville de Laval

Téléphone : (450) 661-3394

3235, boul. Saint-Martin Est, bur. 214, Laval, QC H7E 5G8

internet : <http://www.aervl.com> Courriel : aervl@videotron.ca



Denis Bertrand

Drames humains

Réductions de rentes pour environ deux cents de nos collègues retraités

À la fin du mois d'avril dernier, environ deux cents de nos collègues retraités ont reçu une lettre du Comité de retraite les avisant d'une réduction de rente de 5 à 15 % selon le groupe d'employés auquel ils appartenaient. Cette réduction affecte tous les employés ayant pris leur retraite entre le 1er juillet 2014 et le 1^{er} mai 2016.

Cette réduction concerne non seulement les versements à venir, mais aussi les sommes reçues depuis la date de la retraite. Donc pour un retraité recevant annuellement une rente de 40 000 \$ depuis le 1er juillet 2014 et faisant partie d'un groupe visé par une réduction de 15 %, celle-ci sera amputée de 6 000 \$, soit 500 \$ par mois. Imaginez le choc chez nos collègues qui devront vivre avec environ 325 \$ de moins par mois lorsque l'on tient compte des impôts provincial et fédéral.

Cela ne s'arrête pas là, cette réduction est rétroactive depuis le 1er juillet 2014, le retraité décrit ci-dessus doit donc au Comité de retraite une somme brute d'environ 11 000 \$. Tel qu'indiqué dans la lettre, cette réduction dépendra des conditions de restructuration des régimes de retraite selon ce qui sera conclu entre chaque groupe d'employés et la Ville de Laval. Le terme négociation n'est heureusement pas utilisé dans la lettre, car nous savons tous que chaque groupe d'employés discute avec la Ville de Laval le couteau sous la gorge et les mains attachées par la Loi 15. Ils ne peuvent en aucun cas invoquer les augmentations de salaire passées auxquelles ils ont renoncé en échange d'amélioration aux conditions de retraite.

Cette fameuse Loi 15 est le reflet du mépris absolu du gouvernement libéral envers les fonctionnaires municipaux. Pas un instant il n'a réfléchi aux drames humains qui résulteront de l'application de sa loi chez nos collègues. Tous ont pris leur retraite en supposant que les sommes qu'ils recevaient demeureraient mini-

malement telles quelles pour le reste de leur jour. Personne n'avait la moindre idée des coupures à venir parmi ceux qui en sont victimes. Même la lecture attentive de la loi par un individu moyen ne permettait pas de voir ce qui attendait ces retraités. Je tiens à préciser que le Comité de retraite a aussi les mains liées par la Loi 15 et la décision qu'il a prise lui était imposée par celle-ci sans possibilité de s'y soustraire.

Mais ce n'est pas tout, pour toutes ces personnes, il n'y aura plus d'indexation des rentes. Si l'on reprend l'exemple précédent, la perte brute, en supposant une indexation partielle de 1 %, s'élève à près de 90 000 \$ pour une période de 20 ans.

Maintenant, certains d'entre nous pourraient être tentés de se dire qu'ils l'ont échappé belle et que seuls les retraités ayant reçu la lettre sont à plaindre. Ce serait une attitude égoïste et surtout erronée. Tous les autres retraités sont aussi visés par la Loi 15 en ce qui concerne le maintien de l'indexation. En effet tel qu'indiqué dans un communiqué de Retraite Québec, anciennement la Régie des rentes du Québec, la suspension de l'indexation de la rente des retraités à compter de 2017 est à la seule discrétion de la Ville de Laval. La perte financière mentionnée au paragraphe précédent s'appliquerait alors à tous selon le niveau de leurs rentes.

Tout ce que Ville de Laval a à respecter est de convoquer les retraités visés à une séance d'information pour leur faire part de la situation financière du régime ainsi que son intention au sujet de l'indexation. La Ville de Laval doit aussi donner aux retraités l'occasion de se faire entendre. Vous m'expliquerez l'utilité de se faire entendre dans l'éventualité où la Ville aurait déjà pris sa décision, aucun de nos arguments n'aurait alors la moindre importance.

Il est donc essentiel de participer à une telle assemblée dans l'éventualité où elle serait convoquée, notre seule chance réside dans une présence très forte à une cette réunion. Nous sommes près de 2 000 retraités et nous devons faire entendre notre voix. Notre destin en dépend.

Le baromètre du régime de retraite des employés de la ville de Laval

Les marchés ne nous ont pas été favorables en ce début d'année 2016. Le rendement d'un portefeuille comparable à celui du Comité de retraite a été d'environ 0,1 %, selon la firme Morneau Shepell. Oui, oui vous avez bien lu, il n'y a pas d'erreur de décimale. Compte tenu des attentes de rendements qui nous ont été communiqués à la dernière assemblée annuelle, soit 6 %, ce qui représente un rendement de 1,5 % par trimestre et des cotisations versées par la Ville de Laval pour combler le déficit, 17 millions, notre taux de capitalisation s'établissait environ à 83,9 % au 31 mars 2016. Lorsqu'on le compare avec la situation au 31 décembre 2015, on observe une baisse de 1 % de ce taux.

Cette baisse bien qu'ennuyeuse ne devrait pas nous inquiéter outre mesure, car j'ose me répéter en vous rappelant que l'étude des rendements n'est valable que pour des longues périodes et que la saine gestion par le Comité de retraite du portefeuille a toujours permis de corriger ces baisses temporaires.

Voyage au pays du sourire

La Thaïlande est surnommée le « pays du sourire » en raison de l'accueil chaleureux de ses habitants envers les voyageurs. Bordée par la Birmanie à l'ouest, le Laos et le Cambodge à l'est et la Malaisie au sud, la Thaïlande est au cœur de l'Asie du Sud-Est et est un incontournable du continent. Son grand territoire permet de couvrir des régions complètement différentes, toutes plus magnifiques les unes que les autres. Au nord, vous y trouverez montagnes, jungles, rizières, de nombreux temples bouddhistes et des tribus attachées à leurs traditions. Au sud, vous y découvrirez plutôt un paysage exotique bordé d'îles, d'eaux turquoise et de longues plages dorées. Au cœur de ces différents paysages paradisiaques se trouve Bangkok, cette immense mégapole où vous retrouverez la frénésie de la grande ville. Ses régions diversifiées et son peuple chaleureux font de la Thaïlande la destination idéale pour un premier voyage en Asie.

Ce pays a énormément à offrir et il faut choisir avec soin son itinéraire. Première visite incontournable : Bangkok. Vous pouvez notamment y faire une croisière en pirogue sur le fleuve Chao Phraya et visiter quelques-uns des plus beaux vestiges thaïlandais tels que le Wat Arun (temple de l'Aube), le Grand Palais, le temple du Bouddha d'Émeraude et le Wat Pho (temple du Bouddha couché). Allez voir le marché aux fleurs, vous pourrez vous promener au milieu des montagnes d'orchidées et de roses... un véritable plaisir pour les yeux et pour le nez ! Profitez de votre passage dans la capitale pour découvrir la culture et la cuisine thaïlandaise qui valent à elles seules un séjour au pays !

Après Bangkok, votre route vous mènera vers Damnoen Saduak où vous pourrez visiter le plus grand marché flottant du pays. Un guide vous accueillera sur sa pirogue et vous fera faire le tour des marchés dans les différents canaux de la ville. Un peu plus loin, le parc national abritant les chutes d'Erawan est toujours un coup de cœur pour les voyageurs : les chutes s'étendent sur un peu plus de deux kilomètres sur sept niveaux dans un paysage d'eau turquoise et de végétation luxuriante.

Votre route vers le nord vous mènera à travers les régions montagneuses et verdoyantes vers Bang Pa In, Ayutthaya, Korat ou encore Phimai, où vous aurez la chance de visiter de sublimes temples thaïlandais, des sites historiques impressionnants, des parcs naturels exotiques et des villages pittoresques.

Au Nord du pays, vous pourrez visiter le somptueux Temple Blanc et naviguer sur le Mékong dans le Triangle d'Or, là où se rencontrent la Thaïlande, la Birmanie et le Laos. Sur la route vers Chang Mai, vous irez à la rencontre des tribus Lahu et Karen, isolées du reste du pays, et découvrirez le village des femmes Padaung aux longs cous pour y faire des rencontres mémorables. Arrivés à Chiang Mai, principal centre d'artisanat du pays, vous aurez la possibilité de découvrir plusieurs traditions thaïlandaises telles que les ombrelles, l'orfèvrerie, la laque, la soie et les danses traditionnelles des habitants du Nord. Un petit détour à Mae Taman vous permettra d'assister à la démonstration du travail des éléphants et de leurs impressionnants talents (avez-vous déjà vu un éléphant peindre ?) et de faire une balade sur leur dos à travers la jungle. Les voyageurs qui disposent d'un peu plus de temps peuvent opter pour quelques nuits supplémentaires sur la célèbre île de Phuket, au bord de la mer d'Andaman.

Voyager en Thaïlande, c'est parcourir les traces de son passé et admirer la force de son identité moderne, découvrir les rites, coutumes et traditions ancestrales d'un peuple attachant et accueillant, et entrer en contact avec sa faune et sa flore au cœur de panoramas exotiques époustouflants.

Fondée en 1999 par le grand voyageur Jacques Rodier, Voyages Traditours est aujourd'hui la spécialiste des voyages organisés francophones. Grâce à l'expertise hors pair et au professionnalisme de son équipe de plus de 170 collaborateurs au Québec, sans compter ceux à l'international, elle conçoit des itinéraires uniques, dans plus de 60 pays à travers le monde, sur les 5 continents. Le souci du détail, la passion et la connaissance approfondie du terrain de ses guides et accompagnateurs font des voyages offerts par Voyages Traditours des expériences inoubliables, au cœur des traditions. | www.traditours.com





Me Christiane Ratelle

Me Christiane Ratelle, notaire, chapeaute le service d'assistance juridique des Complexes funéraires Yves Légaré. Elle vous propose des chroniques d'information juridique sur des sujets tels les testaments, les mandats, les préarrangements et les volontés funéraires.

À mon décès, je te lègue mon compte Facebook

De nos jours, chacun possède une multitude de comptes en ligne tels Gmail, Facebook et Twitter. Mais, vous êtes-vous déjà demandé ce qu'il adviendrait de votre patrimoine virtuel courriels (Outlook, Hotmail, Gmail, etc.), médias sociaux (Facebook, Twitter, etc.), nuages ou cloud (Dropbox, iCloud, etc.) et autres comptes numériques à votre décès ?

Tout d'abord, il est important de savoir que la majorité des fournisseurs, qu'il s'agisse de Yahoo, Outlook, Dropbox, ou autres, se sont dotés d'une politique de décès. Malheureusement, malgré l'adoption de ces politiques, il n'existe pas de pratique uniforme sur le sort de votre patrimoine virtuel après votre décès. Chaque fournisseur a ses propres règles et manières de procéder et nous pourrions presque comparer la situation actuelle au Far West.

Le seul aspect semblant faire l'unanimité est qu'aucun de ces fournisseurs n'acceptera de vous remettre le mot de passe de l'utilisateur décédé. De plus, dans la majorité des cas, le compte sera fermé, sans possibilité d'accéder à son contenu (courriels, photos, etc.).

Ainsi, Yahoo, iCloud et Twitter refusent de remettre le contenu du compte, mais autorisent sa clôture suivant la demande d'une personne autorisée à agir dans le cadre de la succession ou d'un membre de la famille.

Autre écueil, la majorité de ces fournisseurs sont des compagnies américaines qui ignorent tout de nos lois et qui, dans bien des cas, croient que liquidateur rime avec tueur à gages. Blague à part, il pourrait donc s'avérer très dif-

ficile pour un liquidateur testamentaire de traiter avec ces fournisseurs dans ces circonstances.

À titre d'exemple, Dropbox exige pour pouvoir accéder au dossier de la personne décédée que vous ayez une « décision juridique valide reconnaissant que le défunt vous avait donné procuration sur les fichiers figurant dans son compte après son décès ». Évidemment, il serait opportun d'informer Dropbox qu'au Québec une procuration n'a plus d'effet après le décès et qu'aucune décision juridique n'est nécessaire lorsque le testament pourvoit adéquatement à ces questions.

Outlook a également adopté sa propre politique, soit la « Procédure pour parents proches » qui autorise la remise du contenu au parent proche et/ou la clôture du compte. Cependant, bien qu'Outlook reconnaisse le statut d'exécuteur, comme il l'appelle, il semble que leur procédure soit davantage basée sur les lois françaises que sur les lois québécoises. Il vous faudra donc expliquer à Outlook qu'au Québec, les preuves de décès, de naissance et de mariage ne sont pas délivrées par la Mairie, mais plutôt par le Directeur de l'état civil.

D'autres ont plutôt décidé d'emboîter le pas et de vous permettre d'ores et déjà de prévoir ce qu'il adviendra de votre compte à votre décès.

Par exemple, Facebook vous permet de choisir entre la suppression de votre compte ou la création d'une page de commémoration. Google quant à lui a créé le « Gestionnaire de compte inactif » permettant aux utilisateurs de partager une partie des données de leur compte ou de prévenir un contact si leur compte est inactif pendant un certain temps.

En résumé, bien que la majorité de ces fournisseurs aient adopté des procédures en cas de décès plusieurs difficultés peuvent survenir. Ainsi, afin de faciliter l'administration et la transmission de votre patrimoine virtuel, il serait souhaitable d'insérer une clause dans votre testament traitant de cet aspect. Par exemple, vous pourriez octroyer le pouvoir à votre liquidateur testamentaire d'accéder au contenu de vos comptes ou à tout le moins l'autoriser à les fermer. Il serait également prudent d'inventorier par écrit, par exemple dans un bilan patrimonial, vos comptes et noms d'utilisateur. Nous ne recommandons toutefois pas d'y inscrire vos mots de passe afin de protéger la confidentialité de ces renseignements. Enfin, si vous avez comme bien d'autres abandonné les factures et les états de comptes papier au profit des courriels, pensez à compléter un bilan patrimonial et à le mettre à jour régulièrement afin que votre liquidateur puisse s'y retrouver.

N'hésitez pas à parler de ces questions à votre notaire. Il pourra vous aider à planifier la transmission de votre patrimoine virtuel.

Christiane Ratelle, notaire
Complexes funéraires Yves Légaré
(514) 595-1500 / yveslegare.com



YVES LÉGARÉ
Complexes funéraires

Avec vous

Activités

Les quilles

Le 4 mai dernier prenait fin la saison 2015-2016 de la ligue de quilles de l'AERVL. Pour célébrer cette finale, consommations et buffet ont été servis à la salle de réception du Salon de quilles Unique.

Une bourse a été remise à chacun des participants ainsi qu'à tous ceux qui se sont démarqués au cours de la saison. Mention spéciale à Claude Contant qui a réussi une partie parfaite, à Francine Thibault pour un triple de 746 et à Jean-Marie Dion pour un triple de 774.

Félicitations également à l'équipe gagnante de la saison, composée du capitaine Alain Renaud, Joseph Galli, Rollande Toutant, Jean-Paul Brunet, Diane Robinson et Murielle O'Keefe.

Merci à tous les joueurs qui par leur implication contribuent au succès de cette activité.

La nouvelle saison débutera le mercredi 24 août prochain.

Si vous désirez vous joindre au groupe, comme joueur régulier ou substitut, consultez le site internet de l'association :

www.aervl.com

ou communiquez avec les responsables :

Madeleine Contant (450) 622-7088

Jacques Champagne (450) 622-3095



 Découpez ici

ASSOCIATION DES EMPLOYÉS RETRAITÉS DE LA VILLE DE LAVAL AVIS DE CHANGEMENT D'ADRESSE

Nom : _____

No. d'employé : _____

NOUVELLE ADRESSE :

Adresse : _____

Tél. : (____) ____ - _____

ADRESSE COURRIEL : _____

Date : _____

Signature : _____

FAIRE PARVENIR À :
L'Association des employés retraités de Ville de Laval
3235, Saint-Martin Est, bureau 214
Laval (Québec) H7E 5G8
Courriel : aervl@videotron.ca

De plus, vous devez faire parvenir vos changements
au comité de retraite :
Comité de retraite du régime de retraite des employés de la Ville de Laval
3310 des Châteaux,
Laval, Québec H7V 0B8



*Le Groupe de Loisirs La Relance vous offre
des activités et des cours depuis 1984
Retraités actifs de 50 ans et plus*



**3235, boul. St-Martin Est, bureau 110
450-661-4276**

*Aquaforme • Bridge • Danse • Conditionnement
physique • Conférences • Diaporamas • Histoire du
monde • Histoire de l'art • Informatique • Langues •
Peinture • Pilates • Pleine conscience • Tai-Chi • Vitrail
• Yoga • Zumba • Excursions • Voyages
et plus encore...*

***Promotion nouveaux membres : sur présentation de
votre carte AERVL : rabais de 10 \$ sur vos
frais d'adhésion***

Session automne : Inscriptions 8 août 2016

Début des cours 6 septembre 2016

www.groupe-loisirs-relance.org

Histoire d'ici



Claude Lavoie

Laval-sur-le-Lac

En 1674, le Père Dalmas cartographie une partie du territoire de l'île Jésus. Dans son rapport, il mentionne la présence d'un campement amérindien à l'extrémité ouest de l'île Jésus où il s'était arrêté. Les autochtones l'avaient invité à déguster la viande d'un jeune ours. Ce pique-nique improvisé se déroulait près de l'endroit où l'île Jésus divise le lac des Deux-Montagnes en deux rivières; Mille-Îles et Des Prairies. Pour ces autochtones, l'endroit représentait probablement une étape sur l'itinéraire les conduisant à Métabéroutin (Trois-Rivières), lieu traditionnel des Algonquins pour le troc des marchandises. On sait que développement de l'ouest de l'île Jésus s'effectua en dernier ; c'est à dire vers la fin des années 1700. L'épopée des cageux qui fit connaître les rives du nord-ouest de l'île de Montréal et celles de l'île Jésus. L'arrivée des grandes cages dans la rivière des Prairies attirait un bon nombre de spectateurs qui s'installaient le long des berges. C'est ainsi que plusieurs Montréalais découvrirent le côté nord de l'île de Montréal et l'île Jésus. Les cageux font partie de l'histoire de nombreuses municipalités telles Ste-Geneviève, Saraguay, Roxboro et autres.

L'histoire de Laval-sur-le-Lac débute vers 1910, lorsqu'un groupe d'hommes d'affaires mené par Édouard Gohier, achète les terres des familles Roussin, Delormier, Nadon, Bourgeois, Bibeau, Lafontaine et Bigras. Édouard Gohier (1861-1923), originaire de Saint-Martin, était un homme d'affaires et un politicien très actif dans le développement de divers secteurs de la grande région montréalaise. Maire de la ville de Saint-Laurent pendant plusieurs années, il fut impliqué, avec sa Compagnie des boulevards de l'île de Montréal, dans la promotion immobilière des secteurs de Bordeaux (Montréal), de Ville-Émard ainsi que des villages de Cartierville et de Sainte-Geneviève-de-Pierrefonds. C'est lui qui fit bâtir la Villa Saint-Martin, maison de retraite pour les Catholiques située à l'Abord-à-Plouffe, près du pont de Cartierville.



Édouard Goyer

En 1912, Édouard Gohier et ses associés fondent la Compagnie des terrains de Laval dans le but d'obtenir la subdivision des lots nouvellement acquis et d'y développer une ville résidentielle moderne et paisible. Le passage de la ligne de chemin de fer Montréal/Saint-Eustache-sur-le-lac enclavait le territoire. Afin de faciliter cette tâche, la Compagnie des terrains de Laval ainsi que les avocats Raoul Guillaume de Lorimier et Wilfrid J. Jalbert présentent une requête à la législature provinciale afin que le territoire soit érigé en municipalité. Laval-sur-le-lac se détache alors de la municipalité de la paroisse de Sainte-Dorothée et, pour une petite partie du territoire, de la municipalité de la partie ouest de la paroisse de Sainte-Rose (Fabreville). La Loi constituant en corporation la ville de Laval-sur-le-Lac est sanctionnée le 5 mars 1915.

Durant les premières années d'existence de la municipalité, les séances du conseil municipal se tiennent à Montréal, dans les bureaux de l'agence Gohier et Bigras. Les 2 associés de cette agence sont d'ailleurs impliqués dans l'administration de la ville : Horace Gohier en devient le premier secrétaire-trésorier tandis que Joseph-Lucien Bigras en sera conseiller municipal de 1915 à 1924 puis, succédant à J.-Émile Léonard, maire de 1924 à 1951.

Tout au long de son histoire, Laval-sur-le-Lac demeure une ville résidentielle. Afin que son développement respecte le paysage naturel du secteur, la réglementation municipale encadre l'urbanisme dans la municipalité. Par exemple, on adopte un règlement, dès 1921, indiquant que toute construction ne puisse être érigée à moins de 20 pieds des rues. Deux ans plus tard, la distance exigée est doublée, donc portée à 40 pieds, et l'on exige l'approbation des plans et devis de toutes les constructions projetées dans la limite de Laval-sur-le-Lac. En 1937, afin de préserver ses caractéristiques de lieu de villégiature, la ville fixe à 100 pieds la largeur minimale des terrains des maisons. La réglementation concernant l'urbanisme continue d'évoluer tout au long de son histoire et atteint son apogée en 1963, avec l'adoption du règlement 157 relatif au zonage, à la construction et à l'usage des bâtiments et terrains. Par ailleurs, il est prévu que ce règlement soit maintenu en vigueur après la création de la Ville de Laval.

Mis à part sa fonction principale de ville résidentielle, Laval-sur-le-Lac est également un lieu de loisir. On relate que, au tout début de son existence, en raison de son milieu très naturel, les premiers résidents pouvaient aller à la pêche et même à la chasse à 2 pas de leur maison. Dès 1917, le golf de Laval-sur-le-Lac est inauguré et devient rapidement un golf reconnu dans le circuit. Il accueille des célébrités telles que les princes George et Edward, de la famille royale britannique, en 1927. Le club de hockey Les Canadiens de Montréal y tient son tournoi annuel.



Ce 1er août 1927, le compagnon de jeu du prince de Galles était M. Armand Dupuis, président du club de golf. Le prince George avait pour partenaire M. Édouard Goyer fils.

En 1950, un club de yacht, dont les installations sont situées aux abords du lac des Deux Montagnes, est mis sur pied. En 1954, la ville de Laval-sur-le-Lac construit un centre récréatif muni d'une piscine municipale. Finalement, le Club de curling voit le jour en 1963.

Au moment de la création de la Ville de Laval, le territoire de Laval-sur-le-Lac est développé à 75%. Il s'agit de la municipalité fusionnée qui, à l'époque, possède la densité de population la moins élevée sur son territoire. On y trouve en moyenne environ 2,5 personnes à l'acre, comparativement à 30 personnes à l'acre à Pont-Viau et à environ 20 personnes à l'acre à Chomedey, Laval-des-Rapides et Saint-Vincent-de-Paul.

Les noms de toutes les rues de Laval-sur-le-Lac s'inspirent du nom des essences d'arbres indigènes du Québec. Ce choix a été justifié par la grande quantité d'arbres se trouvant sur son territoire. Ainsi, les rues de Laval-sur-le-Lac nommées avant 1965 portent les noms suivants: Les Érables, Les Ormes, Les Sorbiers, Les Bouleaux, Les Pins, Les Cèdres, Les Tilleuls, Les Chênes. Les Peupliers, Les Plaines.

Le 4 juillet 1951, Joseph-Lucien Bigras prête serment comme maire pour la douzième fois lors de l'assemblée du conseil municipal. En pleine séance, il s'effondre et est emporté par une crise cardiaque. Ce maire qui a marqué Laval-sur-le-Lac aura tout sacrifié pour sa ville.



Joseph-Lucien Bigras

Au début des années trente, deux hommes, Napoléon Bastien et Napoléon Fournier travaillent pour la municipalité de Laval-sur-le-Lac. Ils ont assuré le fonctionnement de l'aqueduc, des travaux publics, du service de police, d'incendie et des loisirs. Napoléon Bastien devient graduellement l'homme fort de l'administration. De son côté, Napoléon Fournier démissionne en 1949 et s'enrôle dans la police provinciale. Mais il retourne au sein de l'administration de Laval-sur-le-Lac lors de la démission de Napoléon Bastien en 1952.



Napoléon Fournier



Histoire de la municipalité des Îles Laval

Pouvez-vous nommer la municipalité qui se trouvait à l'extérieur de l'île Jésus lorsque la fusion de 1965 créa la Ville de Laval ?

Si le titre de l'article n'indiquait pas la réponse, plusieurs lecteurs se creuseraient le ciboulot. Hé bien oui, la municipalité des Îles Laval s'étendait sur quatre îles situées dans la rivière des Prairies ; l'île Bigras, l'île Pariseau, l'île Verte et l'île Ronde.

L'île Bigras, longue de 1 km, est connue depuis 1817 sous l'appellation Île Amesse, nom de son propriétaire Louis Amesse. Dans les archives du Séminaire de Québec, elle porte le nom de « île Boiret » en l'honneur de l'abbé Urbain Boiret qui fut supérieur de cette institution de 1762 à 1768. En 1890, l'île fut achetée par Émilien Bigras, un résident de Sainte-Dorothée qui possédait déjà les trois autres

îles. Possiblement qu'Émilien était un parent de Joseph-Lucien Bigras qui fut longtemps le maire de Laval-sur-le-lac et qui possédait deux terres (80 et 84) sur l'île Jésus, face à l'île Boiret (Bigras).



En 1912, l'agence immobilière Gohier et Bigras, de Saint-Laurent, fait l'acquisition des quatre îles dans le but de les développer. Le passage du train de la ligne Montréal/Deux-Montagnes avec un arrêt sur l'île Bigras présente un avantage certain. L'histoire de cette ligne de chemin de fer demeure fort intéressante et je vais probablement vous la raconter dans une prochaine édition. En raison de la « Première Guerre mondiale », la subdivision des lots et le développement résidentiel de l'île Bigras ne s'amorcent qu'en 1926. Ce projet se réalisa par la « Compagnie des Terrains de Laval », la même entreprise qui fut à l'origine de la création de la ville de Laval-sur-le-Lac quelques années auparavant.



Lorsque le phénomène de la villégiature prend toute sa vigueur vers 1920, les Îles Laval deviennent une destination pour plusieurs montréalais. Selon les auteurs du livre : l'Histoire de Laval de l'INRS, il y avait neuf plages à cet endroit dont celles nommées L'espérance, Keir-

gard (page 111) Plage Laval (195). Ainsi, vers 1926, plusieurs familles montréalaises possèdent des résidences d'été sur l'île Bigras. À ce moment, le territoire des Îles-Laval appartient à la municipalité de la paroisse de Sainte-Dorothée. Une petite chapelle sur l'île Bigras permet aux Catholiques de recevoir des services religieux.



En 1941, un groupe de propriétaires, mené par l'avocat Néopol Charbonneau, présente à la Législature provinciale une pétition visant à ériger le territoire concerné en municipalité de ville.

Ils invoquent que les services offerts par la municipalité de la paroisse de Sainte-Dorothée ne suffisent plus aux besoins. Ainsi, le 20 mars 1941 est sanctionné la Loi constituant en corporation la ville des Îles-Laval.



La « Compagnie des terrains de Laval » donne alors à la municipalité les nombreux terrains qu'elle possède ainsi que le pont de bois qui doit être reconstruit car il se trouve dans un état lamentable. Le Conseil de ville fit alors construire un pont en béton armé suivant les suggestions des ingénieurs Gohier et Dumais.

À cette époque, plusieurs résidents vivaient à l'année dans ces îles. Ainsi, certaines dispositions sont prises par la municipalité pour faciliter leur vie tel l'entretien des chemins en hiver et le ramassage des vidanges. On effectue des démarches auprès de Poste Canada pour obtenir un bureau de poste ouvert à l'année.

On demande également à la Sûreté provinciale de couvrir le territoire, en cas de besoin.

Adélarde Bigras, premier employé municipal, ramassait les vidanges deux fois chaque semaine, pour un salaire de 240\$ par année. Le 3 juillet 1944, on engage R. Comptois comme « constable » à raison de 5\$ par jour, lorsque requis par le Conseil municipal. Différents problèmes survenaient l'été autour des plages et il fallait faire régner l'ordre.

À la fin de l'année 1944, le Conseil de ville s'intéressa au domaine des incendies. Les archives indiquent que le maire Charbonneau s'informait du coût de location des appareils du Service des incendies de Montréal. Cette préoccupation reviendra en 1949 lorsque la municipalité envoie une lettre au Ministre Roméo Laurin du cabinet de Maurice Duplessis, pour s'informer de l'aide financière disponible pour la protection en cas d'incendie. Le gouvernement répond qu'il est prêt à assumer 50% de la facture (p.190).

En 1947, le maire Néopol Charbonneau est défait par deux voix (71/73) par Jules M. Beaudry, un manufacturier

Dès le début des années 1950, on procède à la modernisation des routes reliant les différentes îles de la municipalité. En 2015, soit 65 ans plus tard, l'état des ponts inquiète de nouveau les résidents de ces îles.

Fait inusité, lors de l'assemblée du Conseil de ville du 10 juillet 1950 (209) on accepte l'offre de Roméo Millette d'agir bénévolement comme officier de police. Il recevra ses directives du maire et on lui accorde l'usage d'un téléphone. Au mois de septembre, Millette devint un employé permanent. On lui demanda d'organiser la police selon le modèle existant à l'Abord-

à-Plouffe.; ce qui se fait vers 1957. L'agent Dion est embauché en 1956 mais il doit patrouiller avec son véhicule pour lequel il reçoit 20 \$ par mois. On achète également un camion de pompier usagé de la ville de Montréal.



Graduellement, Ville-des-Îles-Laval devient un lieu de résidence permanente pour la majorité de sa population et les plages disparaissent lorsque les analyses de l'eau démontrent le danger de s'y baigner. La vocation de la municipalité devient strictement résidentielle et aucun commerce, exception faite d'un restaurant, ne peut s'y établir. On développe l'île Parizeau en 1954, puis l'île Verte en 1959. Construit en 1961, un pont de 216 pieds relie l'île Verte à l'île Bigras.

En 1962, le Chef des incendies se nommait Ted Talbot. Ce dernier dirigeait 13 pompiers volontaires. Le 28 janvier 1964, il fut décidé de créer un poste de Chef de police et de feu. Un comité de sélection fut formé et ses membres fixèrent différents critères pour les quatorze candidats. La fonction d'officier général de la sécurité des Îles-Laval demandait de posséder la capacité et les connaissances dans les quatre domaines suivants :

1. Département des incendies: Charge et capacité de diriger des volontaires, entraînement régulier des pompiers, entretien et opération du camion à incendie et de l'équipement, inspections régulières des trous à feu, inspection à domicile pour la prévention des incendies et recommandations.
2. Département de police: maintien de la paix et du bon ordre, système d'avertissement des infractions aux résidents, vérification des vendeurs et perception de la taxe de commerce, licences de chiens et de bicyclettes, rapport au responsable pour le prélèvement des permis de construction, signalisation.
3. Responsabilité générale: Avertissement aux entrepreneurs (neige et vidanges) des lacunes remarquées, vérification du système d'éclairage et avis à Shawinigan Water & Power, surveillance à l'occasion des contrats octroyés par la ville, certaines dispositions minimales de sécurité; sablage, sel ou calcium à certains coins de rues, etc, loisirs,

surveillance des jeunes, participation à certaines organisations.

4. Personnalité: connaissance de l'anglais et du français préférable, présentation de qualité du candidat susceptibles d'être apprécié des résidents.

Léo Durocher fut embauché quelques mois auparavant comme « constable ».



Mais le projet de fusion des municipalités de l'île Jésus chemine rapidement et les élus de la Cité des Îles Laval s'y opposent farouchement. Ainsi, le 14 juin 1965, il est proposé par L. Clarkson, appuyé par P. Léger ;

que la Cité des Îles Laval mandate immédiatement son avocat Me Emé Lacroix, de nous représenter auprès du gouvernement provincial de Québec concernant le Bill privé de l'annexion des quatorze municipalités de l'île Jésus. On lui demande de négocier la position suivante; conserver l'indépendance de la municipalité de la cité de Laval ou de négocier pour la meilleure alternative possible incluant la fusion avec Laval-sur-le-Lac et une partie de Sainte-Dorothée.

On connaît la suite des événements. Conrad Bélair fut le dernier maire de la municipalité Ville-des-îles-Laval et cet endroit conserve tout son charme et sa tranquillité.

Voilà pour cette histoire. Je souhaite que vous ayez appris un peu plus sur notre patrimoine lavallois.

Besoin de parler



Centre d'écoute de Laval
À votre écoute depuis 25 ans!

Mission
Le Centre d'Écoute de Laval offre un service d'écoute téléphonique généraliste, confidentiel, anonyme et gratuit à toute personne éprouvant le besoin de partager une émotion et de se confier.

Rôle
Offrir une écoute empathique, accessible, permettant de :
- Briser l'isolement
- S'exprimer sans crainte de jugement
- Se sentir accueilli, respecté dans ses propos
- Exposer un vécu, heureux ou pénible
- Commenter sa réalité : détresse psychologique, santé physique ou mentale
- Désamorcer le stress, les états de crise ou de panique
- Entamer des réflexions éclairantes
- Entrevoir les solutions possibles d'une problématique quelconque
- Évacuer des contenus discursifs qui affectent et perturbent
- Dévoiler un secret trop lourd et se libérer ainsi de la honte ou de la culpabilité
- Être dirigé, au besoin, vers des ressources appropriées

Services
Une formation initiale en écoute active est donnée à tous les bénévoles du Centre d'Écoute de Laval. Celle-ci est le pré-requis essentiel au service d'écoute offert. Depuis le début de notre fondation, nous travaillons au développement et à l'enrichissement de cette formation dans l'objectif, toujours présent, d'outiller adéquatement le bénévole pour qu'il offre un service d'écoute de qualité et vive une expérience gratifiante.
Nos services d'écoute sont offerts du lundi au vendredi de 9h00 à 21h00 et le samedi de 9h00 à 17h00.

Ligne d'écoute : 450-664-2787
Sans frais : 1-888-664-1558
cecoutelaval@videotron.ca
http://www.centredecoute.com

Ligne d'écoute : 450-664-2787

Une nouveauté avec GPL assurance pour l'assurance-voyage

Notre partenaire, GPL assurance nous offre maintenant une gamme complète de produits d'assurance-voyage.

Voici un aperçu des protections disponibles :

- Jusqu'à 5 000 000 \$ de couverture pour les soins hospitaliers et médicaux
- Service d'ambulance et transport aérien d'urgence
- Voyage aller-retour d'urgence pour les voyageurs

- Protection pour les bagages
- Annulation et interruption de voyage

Saviez-vous qu'à partir de 65 ans, notre assurance collective ne couvre plus les frais médicaux lors d'un séjour à l'extérieur de la province ? Il est donc important de considérer l'achat d'une assurance-voyage lors de vos prochaines vacances. Vous pouvez opter pour une protection annuelle ou pour une protection par voyage, selon vos besoins. Soyez assurés d'une protection complète et sur mesure à un prix compétitif afin de profiter pleinement de vos escapades hors Québec.

Contactez Madame Oana Codru
au 450-781-2017
pour une soumission
ou des informations supplémentaires.

À lire absolument

Suggestions de lecture pour tous les goûts
par Rachel Sansregret
livrovore professionnelle

La nature

Cet été, les jeunes abonnés des Bibliothèques de Laval, et les moins jeunes, vibreront au rythme de la nature en participant au Club de lecture TD (<http://www.clubdelecturetd.ca/>).

Voici quelques suggestions qui traitent de ce thème inspirant :

- Le sortilège des chemins, récit avec six paysages de sentiers peints par l'auteur, de Sergio Kokis (Lévesque éditeur), 2015.



- Magie de l'instant : photographies de National Geographic (Broquet), 2015.

- Quand la nature inspire les écrivains, d'Élisabeth Combres (Plume de carotte), 2015.

- Les guides drôles et sympathiques sur l'art de vivre au chalet, de Marie-Catherine Lapointe (Cardinal), 2015.

- Lettre à mes petits-enfants, de David Suzuki (Boréal), 2015.

- Un an dans la vie d'une forêt, de David George Haskell (Flammarion), 2014.

- Feuilles : roman, de Michael Fenris (Éditions Prisma), 2015.

Destination voyages

L'été est la saison des vacances et propice aux voyages... Voici des suggestions de romans qui vous permettront de vous évader vers des destinations populaires! Bon été!

Cuba

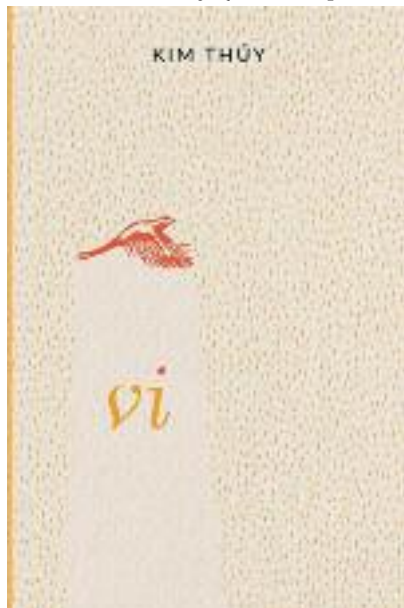
- Nora, ou, Le paradis perdu, de Cecilia Samartin (L'Archipel), 2015.

Floride

- Ce monde disparu, de Dennis Lehane (Payot et Rivages), 2015.

Viêt-nam

- Vi, de Kim Thúy (Libre expression), 2016.



Argentine

- Un café dans le Sud, de Daniel Castillo Durante (Lévesque éditeur), 2015.

Texas

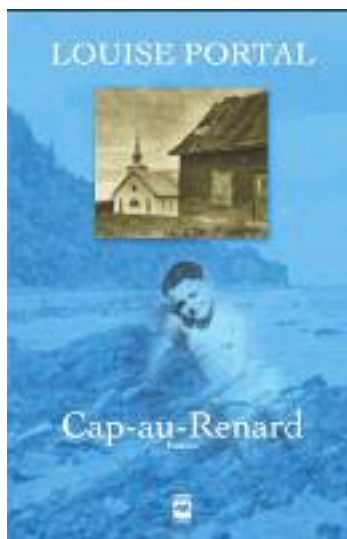
- Le dernier vide-grenier de Faith Bass Darling, de Lynda Rutledge (Actes Sud), 2012.

Maine

- Revival, de Stephen King (Albin Michel), 2015. En français.

Gaspésie

- Cap-au-Renard, de Louise Portal (Hurtubise HMH), 2002.



Ces titres, et bien d'autres, sont disponibles dans la collection des Bibliothèques de Laval. Pour en savoir plus, rendez vous au www.bibliotheques.laval.ca

Bonne lecture !

Activités

La grande bouffe

remporte encore un grand succès

Les banquets annuels des retraité(e)s avec les amis ont connu, encore une fois, une réussite complète pour les trois jours et pas moins de 216 convives y ont participé.

Nous avons eu droit à une première pour le mardi. Nous avons été honorés de la présence du premier magistrat de Ville de Laval, M. le maire Marc Demers, et de la directrice adjointe

du cabinet du maire, Mme Sylvie Bélanger. M. Demers est un retraité de la ville et il est le premier ex-employé qui est devenu le maire de son ex-employeur (Ville de Laval).

Les banquets étaient à guichet fermé. Grâce à Paul Gagnon, qui a agi comme photographe, vous pouvez voir les photos sur le site Facebook de l'association.

Merci à tous les participant(e)s et à Voyages Traditours pour les cadeaux. On se retrouve l'an prochain en mai 2017, pour trois autres banquets.

Je vous souhaite une belle saison estivale.
Jacques Bouchard, organisateur La Grande bouffe 2016



Chronique vinicole



Jean Couvrette

Depuis plus de 30 ans, notre collègue Jean Couvrette a comme passion le vin. Il est président et fondateur du Club des Amis du vin de Laval depuis 2003.

Des vins pour accompagner vos recettes sur le grill

Lorsque vous lirez cette chronique, l'été sera déjà à nos portes.

Les vins que nous avons eu la chance de déguster pour vous et que je vous présente dans cette chronique ont tous un bon rapport qualité / prix et accompagneront très bien vos soirées BBQ de l'été.

Tout d'abord, grâce à mon bon ami Benoit Lecavalier de l'agence Bénédictus, j'ai eu le plaisir de recevoir à la maison trois vigneron. Il s'agit de : Pfeiffer Wines d'Australie, Rio Negro Bodegas y Vinedos d'Espagne et Weingut Heitlinger d'Allemagne.

Ce que j'ai aimé de ma rencontre avec ces vignerons, c'est leur fierté de faire les meilleurs vins avec les cépages de leur pays. Ce sont des gens authentiques. J'ai eu la chance de leur poser plusieurs questions et leurs réponses étaient franches. Cette rencontre a été un pur bonheur pour moi.

Maintenant, place la dégustation.

Blanc

Lalande Bellevue 2014 - France (15,70 \$ - Code SAQ : 12074710)
Cépage : 100 % Sauvignon blanc; alcool 12 %; région Bordeaux.
Notes de dégustation : Couleur or pâle; arômes sur les agrumes, citron, pamplemousse blanc; en bouche beaux fruits frais, belle acidité, grande fraîcheur. Élevage en cuve inox.



Bon vin pour le prix, servir à 10 - 11°, avec des brochettes de crevettes arrosées de citron sur le grill, des fruits de mer.

Les Petits Carreaux 2014 - France (11,45 \$ - Code SAQ : 12699040)

Cépage : 100 % Viognier; alcool 12,5 %; région Pays d'oc. Notes de dégustation : Couleur or; arômes discrets sur les fruits blancs; en bouche poire, longueur surprenante, goût qui persiste longtemps, petite amertume en rétro olfaction.

Très bon vin pour le prix, servir à 10°, avec des quenelles de homard, du poisson blanc au beurre, fines herbes et estragon.



Pelee Island ECO 2014 - Canada (10,95 \$ - Code SAQ : 12698629)

Cépages : 76 % Vidal, 15 % Chardonnay et 9 % Geisenheim; alcool 12,5 %; région Ontario, appellation VQA.

Notes de dégustation : Couleur or pâle; arômes de poire sucrée, beaucoup de fruits; en bouche du gras, vin bien fait, bel équilibre entre l'acidité et le fruit.

Rapport qualité-prix exceptionnel, servir à 10°, avec du homard ou du crabe sur le BBQ, des moules, du poulet.

Obsession Symphony 2013 - États-Unis (17,05 \$ - Code SAQ : 11074021)

Cépage : 100 % Symphony (croisement de muscat et grenache gris); alcool 12 %;

région Californie.

Notes de dégustation : Couleur or; arômes de fruits exotiques, vin très parfumé; en bouche beaucoup de gras, la pêche, la poire, reste longtemps en bouche. Servir à 10 - 12°, avec des mets asiatiques, sushis, du fromage bleu pas trop salé, des fruits de mer en sauce relevée, du homard thermidor.



Rosé

Les Fumées Blanches Gris de Sauvignon 2015 - France

(28,90 \$ - Code SAQ : 12843777) / format 1,5 litre
Cépages : 50 % Sauvignon blanc et 50 % Sauvignon gris; alcool 12 %; régions Languedoc et Bordeaux.

Notes de dégustation : Couleur pétale de rose pâle; élevage sur lies fines pour garder toute sa fraîcheur, un peu de sucre résiduel; arômes de fruit jaune, la pêche, bonbon anglais; en bouche le melon d'eau, fruits frais. Servir à 8 - 10°, en apéro, avec des canapés de fruits de mer, de la saucisse douce, de la salade de fruits frais, melon et pamplemousse rose.



Rouge

Château Trillol 2012 – France

(18,40 \$ - Code SAQ : 523274)

Cépages : 47 % Grenache, 28 % Carignan et 25 % Syrah; alcool 13,5 %; région Corbières.

Notes de dégustation : couleur rubis foncé; arômes épices, cassis, mures, un peu boisé; en bouche fruits noirs très présents.

Belle matière, servir à 17°, mettre en carafe 30 minutes, avec un bouilli aux légumes, de l'agneau mariné thym et romarin.



Brisas de Garzon 2013 – Uruguay

(17,20 \$ - Code SAQ : 12795349)

Cépage : 100 % Tannat; alcool 14 %; région Maldonado.

Notes de dégustation : couleur rubis foncé; arômes de fruits noirs, belle acidité; en bouche les mures, les bleuets, tanins fins, fruits confiturés, vin gouteux, vous allez croquer dans le raisin. Très bon achat, servir à 16°, mettre en carafe 30 minutes, servir avec des viandes relevées, agneau, gibier, tournedos au poivre.

Trabuch Langhe 2011 – Italie

(25,60 \$ - Code SAQ : 12796085)

Cépages : 60 % Barbera d'Alba, 30 % Nebbiolo et 10 % Cabernet-sauvignon; alcool 13,5 %; région Piémont.

Notes de dégustation : couleur rouge violacé; arômes fruits frais pressés, moka (le bois); en bouche cerise à grappes, belle présence entre le fruit et les tanins.

Très beau vin, servir à 17°, mettre en carafe 40 minutes, servir avec de la viande braisée, des brochettes de bœuf, du gibier à plumes, du bison, du sanglier, de la bavette de bœuf. Vin mi-corsé.

Muriel Gran Reserva 2010 – Espagne

(20,65 \$ - Code SAQ : 123119505)

Cépages : 100 % Tempranillo; alcool 13,5 %; région Rioja. Avant d'être commercialisé, le Gran Reserva vieillit 2 ans en barrique et 3 ans en bouteille.

Notes de dégustation : couleur rouge foncé; arômes fruits noirs, beurre d'érable; en bouche épices, mures, bleuets, feuille de tabac, vin goûteux, beaucoup de fruits, vin qui va vieillir 8 ans.

Très beau vin, servir à 17°, mettre en carafe 30 minutes, avec un osso buco mijoté avec vos épices favorites et vos légumes favoris, des côtes levées de dos de porc sur le BBQ.



Ninquen 2013 – Chili

(28,95 \$ - Code SAQ : 928853)

Cépages : 50 % Cabernet-sauvignon et 50 % Syrah; alcool 14,5 %; région Vallée Centrale

Notes de dégustation : couleur rouge foncé; arômes de cassis, poivrons; en bouche beaucoup de fruits, vin juteux qui reste longtemps en bouche.

Très beau vin, servir à 17°, mettre en carafe 90 minutes, servir avec du veau braisé, du rôti de bœuf, des saucisses épicées, du gibier, chevreuil ou orignal. Vin corsé.



Voilà qui termine cette chronique estivale. J'espère qu'elle vous aura fait découvrir de nouveaux vins pour accompagner vos recettes sur le grill et qu'elle saura vous plaire.

Je remercie les membres de mon comité de dégustation pour cette belle journée, ainsi que les agences Divin Paradis, la Société des vins fins, Vignomes et VinatoVin.

Bonne dégustation et à la prochaine!

Note : Vous avez des questions pour notre chroniqueur, vous pouvez les acheminer par courriel à : aervl@videotron.ca, à l'attention de Jean Couvrette.

PROGRAMME D'AIDE

Cher(e) ami(e) retraité(e), si tu crois souffrir d'un problème d'alcool, de jeux, de médicament, de drogue ou de dépendance affective et que cela affecte ta vie personnelle ou familiale, une solution s'offre à toi. Informe-toi.

Alain Renaud (450) 963-0811



Maison de Soins Palliatifs DE LAVAL



Maison de Soins Palliatifs de Laval

Engagement bénévole

Un appel aux retraités de la Ville de Laval

La Maison de Soins Palliatifs de Laval est un organisme sans but lucratif dont la mission est d'offrir gratuitement des services de soins palliatifs à la personne adulte en fin de vie de façon à ce qu'elle puisse s'éteindre paisiblement entourée de ses proches, dans un environnement familial et chaleureux.

Le bénévole collabore à la collectivité en mettant à profit ses compétences et ses expériences. Il participe en apportant sa part d'humanité et de chaleur. Le bénévole s'engage librement dans des activités correspondant à ses intérêts et à ses choix personnels.

L'engagement demandé est entre 3 et 5 heures par semaine dans les champs d'activités suivants: l'accueil des proches et des visiteurs - les soins et l'accompagnement - la cuisine - secrétariat/administration - entretien intérieur/extérieur - collectes de fonds, etc.

Vous désirez participer à notre mission et faire partie de notre belle équipe, alors nous vous invitons à nous contacter et à venir visiter la Maison à l'adresse suivante:

655, Avenue Bellevue,
Laval (Québec) H7C 0A8

Téléphone : 450-936-4300 poste 289 Télécopieur : 450-936-4301

Site web www.msplaval.ca Courriel : benevoles@msplaval.ca



CARDIO SANTÉ⁺

NOUVEAU PROGRAMME



Objectif du programme

Le programme a pour but d'accompagner les personnes désireuses de pratiquer de l'activité physique au quotidien de façon supervisée et avec des objectifs déterminés.

- Spécialité Diabète |
- Spécialité Cardio-Vasculaire |
- Endurance Musculaire et Cardio-Vasculaire |
- Équilibre et entraînement postural |
- Entraînement supervisé par un entraîneur |
- Évaluation et suivi avec tableau de bord personnalisé |

FORFAIT : 92\$ /mois

avec accès : Gym | Aérobic
Badminton, Racquetball, Squash

10% de rabais

aux membres

Consultation de 30 minutes offerte

avec le responsable du programme



**Obtenez une semaine
d'essai GRATUIT sur
rendez-vous seulement ***

Sylvain Lauzon | sylvain.lauzon@tennis13.com | 450 687 9913 poste 253

*Certaines conditions s'appliquent. Voir détails au club Tennis 13 Fitness.

La vérité sur les croisières

Une croisière accompagnée en groupe... Pas pour moi!

Souvent, les gens qui n'ont jamais fait une croisière accompagnée ont des appréhensions. Ils se voient mal suivre le groupe, manger et toujours être avec le groupe.

Ce n'était pas complètement faux il y a 30 ans, mais aujourd'hui, la réalité est toute autre. Le croisiériste du 21e siècle a déjà voyagé et aime faire ses propres découvertes. Il a beaucoup moins besoin d'être en groupe, mais ne déteste pas, lorsqu'il aborde de nouveaux rivages, être avec quelqu'un qui connaît la place et qui va un peu la démystifier et lui permettre de la découvrir en douceur. Après une période où on casse la glace ensemble, le voyageur se détache du groupe ou bien décide de rester avec l'accompagnateur.

Dans certaines escales, le fait d'être en groupe permet d'avoir un autocar et un guide local parlant français qui ajuste la visite en fonction de nos demandes.

Sur le navire, nos accompagnateurs qui ont tous plusieurs dizaines de croisières dans le corps peuvent vous aider et vous faire profiter du meilleur du navire.

Les compagnies nous proposent quelquefois des visites exclusives de certaines parties du navire et nos clients reçoivent souvent des cadeaux (bouteilles de vin, repas dans les restaurants payants, crédits à bord, etc.). Et, oh surprise, très souvent les membres de notre groupe se font de nouveaux amis dans le groupe avec qui ils vont garder le contact.

Certaines croisières thématiques ne se font tout simplement pas seuls. Nous offrons plusieurs croisières country-rétro par année, incluant des spectacles et des «partys» auxquels les non-membres ne peuvent participer.

Le 17 janvier prochain, nous offrons une croisière en Amérique du Sud, sur le Norwegian Sun, incluant les vols, 3 nuits à Santiago, 2 jours à Buenos Aires, les transferts et la cabine pour les 15 nuits de la croisière, à partir de 5199 \$.

Et malgré la croyance populaire, c'est souvent moins cher. En effet, lorsque nous réservons nos espaces groupes, un an et plus à l'avance, nous gelons les prix. Et plus souvent qu'autrement, les prix augmentent au cours de l'année, mais pas les nôtres. Nous offrons quelquefois la même croisière que la compagnie de croisière directement avec le transport aérien, pour 1500 \$ de moins par personne et même plus.

Vous avez le choix! Vous participez à la croisière accompagnée et décidez de suivre le groupe, ou bien, vous participez à la croisière accompagnée et vous faites vos affaires seul. Et si, en cours de route, vous croyez que l'accompagnateur peut vous être utile, n'hésitez pas à le consulter. Il se fera un plaisir de vous aider.

Guy Bergeron - Croisières pour tous
(450) 680-2221 1-866-680-2221



Guy Bergeron
Croisières pour tous



Camp Grands-parents / petits-enfants

Venez vivre une expérience
spatiale en famille

Camp 2 jours

- 1 mission virtuelle
- 2 simulateurs
- Mission navette
- Ateliers scientifiques
- Activité surprise en soirée
- Arrivée à 17 h
- Départ le lendemain vers 16 h

Inscriptions

- www.cosmodome.org
(onglet inscriptions)
 - Repas inclus
 - 100\$ (plus taxes) par personne*
- *Les enfants doivent être âgés de 9 ans et plus pour faire l'essai des simulateurs, grandeur minimum de 1,28 m (4 pi 2 po), poids maximum de 100 kg (220 livres)



2150, autoroute des Laurentides
Laval (Québec) H7T 2T8
450 978-3600 | www.cosmodome.org

PROGRAMME PRIVILÈGES GROUPE EXCLUSIF

GPL assurance offre aux membres de l'association **des employés retraités de la ville de Laval**, un programme très avantageux pour les **assurances automobile et habitation**.



- 10 % à 20 % de rabais sur vos primes d'assurance automobile et habitation
- Possibilité de franchises à 0 \$
- Accumulation de Milles de récompense AIR MILES 
- Assurance-voyage à prix compétitif
- Accès au site de rabais GPL privilège
- Et beaucoup plus !



Si vous désirez obtenir une soumission, contactez notre équipe dès maintenant. Vous pourriez économiser en plus de bonifier vos protections d'assurance.



450 978-4446 | gplassurance.com



Desjardins

Caisse d'économie des employés
de Ville de Laval

Richard Lauzon, Pl. fin.
Planificateur financier

3009 boulevard Industriel
Laval (Québec) H7L 3W9

Planificateur financier et
représentant en épargne collective
pour Desjardins Cabinet
de services financiers inc.

450 975-8583, poste 229
Télécopieur : 450 975-8591
richard.j.lauzon@desjardins.com



SYLVAIN LAUZON

Directeur, développement des affaires
sylvain.lauzon@tennis13.com

1013, Autoroute 13, Laval (Québec) H7W 4V3
T 450 687-9913, poste 253 | C 514 476-7500

Obtenez 15% de rabais sur votre repas !

Laval

3298, Saint-Martin O.
Laval (Québec)
H7T 1A1

Tél.: 450 973-9160



St-Eustache

535, Arthur-Sauvé
St-Eustache (Québec)
J7P 4K4

Tél.: 450 623-8443

* Sur présentation de votre carte de retraités de Ville de Laval



JMA
Diagnostics.

Tests sanguins et d'urine
Électrocardiogramme (ECG)

Holter & MAPA

Laval et Rive-Nord: 450 622-4556
Montréal et les environs: 514 370-8556