

L'ENVOL

BULLETIN D'INFORMATION
Automne 2024



ASSOCIATION DES
EMPLOYÉS RETRAITÉS
DE LA VILLE DE LAVAL

L'histoire de Saint-Martin

se poursuit

À lire en pages 12 à 15



Fiers de notre passé et forts de notre expérience

Mot du président



Jean-Guy Lagacé

Chers collègues retraités

En ce qui concerne la Loi 15, nous vous invitons à lire le texte publié dans les pages suivantes de votre Envol. Ce texte du Bureau du régime de rentes de la Ville résume très bien la genèse de la loi et donne un échéancier des prochains mois. Merci pour l'excellente collaboration que nous avons avec le Bureau du régime de rentes ainsi que le Service des ressources humaines.

Le 17 juin dernier avait lieu notre tournoi de golf annuel. Près de 100 golfeurs étaient présents. Encore une fois une réussite sur toute la ligne. La température, le terrain, le souper et des cadeaux pour tous. Merci à Lorraine Whalen pour l'organisation de cette merveilleuse journée. Son mandat est renouvelé pour l'an prochain. Le rassemblement de VR et le pique-nique ont attiré plusieurs membres en juin, ce fut un succès et ces activités seront répétées en 2025.

Dans les prochains mois, d'autres activités sont en préparation. En septembre, une sortie dans un vignoble est prévue. Notre assemblée générale annuelle aura lieu en octobre et les informations seront disponibles sur notre site Internet et vous recevrez un cyberbulletin à ce sujet. Un super souper du temps des fêtes est en préparation, vous serez informé en octobre, ce sera tout un party.

Rejoignez notre équipe. Vous êtes passionné et vous souhaitez vous investir. Devenez membre du conseil d'administration de votre Association. Nous recherchons des personnes motivées et dynamiques pour nous aider. Être membre du CA est une occasion unique de rencontrer de nouvelles personnes ou d'an-

ciens collègues, vous sentir utile et faire partie d'une équipe, d'apporter de nouvelles idées et/ou d'organiser des activités. Vous avez quelques heures par mois à nous consacrer, nous avons besoin de vous.

N'oubliez pas de visiter notre site Internet (aervl.com). Parlant de notre site internet, nous vous informons de notre nouvelle adresse courriel (info@aervl.com).

N'hésitez pas à nous contacter info@aervl.com. Rejoignez-nous et faites la différence.

Depuis un an déjà, nous vous informons avec notre cyberbulletin. Cet outil courriel, plus professionnel, permet de communiquer avec vous par infolettre des informations pertinentes et importantes pour les membres.

Bonne lecture

Pour nous rejoindre : info@aervl.com ou (450) 661-3394.

Votre adresse courriel, comme tous les renseignements personnels qui vous concernent, est conservée de façon sécuritaire. Votre adresse courriel sera utilisée exclusivement par l'AERVL afin de communiquer avec vous. Rappel : vous pouvez vous désabonner en tout temps.

P.S. Nous vous demandons de nous informer de tout changement d'adresse le plus rapidement possible, afin de ne pas briser le lien de contact. Il ne faut pas oublier également d'aviser le Bureau du régime des rentes de la Ville de Laval. Le formulaire est disponible sur notre site Internet au aervl.com/ et dans l'Envol.

Vous avez des questions pour nos chroniqueurs, faites-les parvenir par courriel : info@aervl.com ou par courrier : 3235, boul. Saint-Martin Est, Laval, H7E 5G8 ou par téléphone au 450 661-3394. Nous nous ferons un plaisir de transmettre vos questions à nos chroniqueurs.

1974, boul. Le Corbusier
Laval - Québec - H7S 2K1

Wilfrid
PASTA BAR

Restaurant - Traiteur

Tél.: 450.973.9131
info@wilfridpastabar.com
www.wilfridpastabar.com

LE RÉGIME DE RENTES VOUS INFORME

Développements au sujet de la Loi 15

Contexte

En décembre 2014, la *Loi favorisant la santé financière et la pérennité des régimes de retraite à prestations déterminées du secteur municipal* (connue sous le nom de la « Loi 15 ») a été entérinée et a impacté comme suit les deux groupes distincts de participants au régime de retraite suivants :

GROUPE	RETRAITÉS AU SENS DE LA LOI 15	ACTIFS AU SENS DE LA LOI 15
Critère(s) °	Retraités et bénéficiaires au 31 décembre 2013 ainsi que ceux qui ont commencé à recevoir une rente avant le 13 juin 2014 ou ° Participants qui ont fait la demande de commencer à recevoir leur rente avant le 13 juin 2014 et dont le paiement a débuté au plus tard le 1 ^{er} août 2014	° Participants qui ne se qualifiaient pas à titre de <i>Retraités au sens de la Loi 15</i> (principalement les participants actifs et ceux qui ont droit à une rente différée)
Impact(s) ⇒	Suspension de l'indexation automatique des rentes à compter du 1 ^{er} janvier 2017	⇒ Abolition de l'indexation automatique après la retraite; ⇒ Partage du déficit au 31 décembre 2013; ⇒ Pour le service futur : limite du coût du régime, partage à parts égales des coûts et constitution d'un fonds de stabilisation.

Les retraités et bénéficiaires d'une rente actuellement en paiement qui ne satisfont pas les critères énumérés dans le groupe des **Retraités au sens de la Loi 15** sont toujours des participants qui appartiennent au groupe des **Actifs au sens de la Loi 15**.

Procédures judiciaires

Dans le cadre du processus judiciaire ayant pour objet la Loi 15, le juge Moulin de la Cour supérieure du Québec a décidé de scinder la cause en deux parties :

1. La constitutionnalité de la Loi 15;
2. Les mesures réparatrices advenant que la Loi 15 soit jugée inconstitutionnelle.

Le processus judiciaire s'est étalé sur plusieurs années. La Cour supérieure du Québec (2020) ainsi que la Cour d'appel du Québec (2023) ont jugé que la Loi 15 est :

- **inconstitutionnelle** pour le groupe des **Retraités au sens de la Loi 15** ; mais qu'elle est
- **constitutionnelle** pour le groupe des **Actifs au sens de la Loi 15**

et les demandes d'appel à la Cour suprême du Canada (2023) ont été rejetées (2024).

Développements

Pour le groupe des **Actifs au sens de la Loi 15**

Le processus judiciaire est terminé et la Loi 15 étant constitutionnelle, elle demeure applicable. Ceci fait en sorte notamment qu'aucune indexation automatique ne peut être octroyée aux retraités de ce groupe. En d'autres mots, si vous êtes un Actif au sens de la Loi 15, les procédures judiciaires au sujet de la Loi 15 n'ont aucun impact sur vos prestations de retraite.

Pour le groupe des **Retraités au sens de la Loi 15**

Comme la Loi 15 a été jugée inconstitutionnelle, le processus judiciaire se poursuit afin d'établir quelles seront les mesures réparatrices octroyées *aux Retraités au sens de la Loi 15*. En effet, bien qu'une remise en état soit de mise, c'est-à-dire que les rentes des retraités et bénéficiaires de ce groupe soient rétablies au niveau n'eut été de la suspension de l'indexation, et que des montants rétroactifs soient versés pour rembourser les montants qui n'ont pas été versés depuis le 1^{er} janvier 2017, d'autres demandes en réparation comme des intérêts et des dommages pour troubles, inconvénients et perte de jouissance par exemple, sont actuellement débattues.

Au niveau du processus judiciaire, le juge Moulin a démontré une grande volonté à régler cette cause dans les plus brefs délais. Deux rencontres de gestion ont d'ailleurs eu lieu à ce jour en mai et juin 2024, et une troisième est prévue à la fin septembre.

Rétablissement de l'indexation pour les **Retraités au sens de la Loi 15**

Le Bureau du régime de rentes de la Ville de Laval (ci-après le « Bureau ») travaille de manière proactive et prioritaire, sous les directives des Comités de retraite, à rétablir l'indexation des *Retraités au sens de la Loi 15* dans les premiers mois de l'année 2025. Lors de la concrétisation des démarches entreprises, une communication sera transmise par le Bureau aux retraités visés. Les mesures réparatrices quant à elles seront traitées dans un deuxième temps, considérant qu'elles découleront des conclusions du processus judiciaire toujours en cours.

Comme spécifié précédemment, les prestations de retraite des retraités et bénéficiaires qui ne se qualifient pas dans le groupe des *Retraités au sens de la Loi 15* ne seront pas impactées.

Pour terminer, il est fortement encouragé de participer à la prochaine assemblée annuelle de votre régime de retraite qui se tiendra en novembre prochain (dates variables selon les régimes) et qui abordera ce sujet. Restez à l'affût, les invitations seront transmises par la poste cet automne.

L'Équipe du Bureau du régime de rentes de la Ville de Laval
rentes@laval.ca

LE NOTAIRE, votre allié pour bien planifier votre succession

Profitez de la rentrée pour mettre de l'ordre dans vos documents légaux

L'automne est une période faste à notre étude. Cette période, synonyme de grand ménage, semble inspirer de nombreux clients et clientes qui souhaitent mettre de l'ordre dans leurs documents légaux et s'assurer ainsi que tout soit en ordre pour leurs proches.

Le testament et le mandat d'inaptitude, les essentiels

Il est recommandé que le testament et le man-

dat d'inaptitude, les deux documents légaux qui assurent une tranquillité d'esprit pour vous et vos proches, doivent faire l'objet d'une relecture et d'une révision à tous les 10 à 15 ans. Cette suggestion s'applique d'autant plus lorsque survient un événement extraordinaire tel qu'une naissance, une séparation ou un décès, un déménagement ou un changement important dans l'état de santé, au cours de la dernière année.

Voici deux exemples basés sur des situations réelles

En deuxième union, les conjoints achètent une maison et font leurs testaments dans lesquels ils se lèguent la maison, mais laissent le reste des biens à leurs enfants respectifs. Éventuellement, il se peut qu'une modification au testament soit nécessaire lorsqu'ils vendront la maison pour aller en condo, afin de confirmer que le conjoint survivant hérite bel et bien de leur résidence commune. Sans cette modification, les enfants du défunt pourraient hériter de la moitié du condo appartenant au défunt.

Deux conjoints font leurs testaments au moment d'acheter une maison. Les enfants étant jeunes, ils prévoient qu'en cas de leur décès à tous les deux, l'oncle des enfants agira comme liquidateur et leur tante comme liquidateur remplaçant. Trente ans plus tard, les deux conjoints décèdent à quelques mois d'écart. Les enfants héritent des biens, mais ils ne sont pas liquidateurs. L'oncle et la tante devront renoncer et les enfants devront alors nommer une personne pour les remplacer, ce qui rallongera les délais de la succession et augmentera les frais.



Me Stéphanie Olney-Lessard, notaire



Me Jonathan Hudon, notaire

L'accompagnement d'un notaire dans leur rédaction a de grands avantages : ils sont rédigés par un spécialiste légal (qui vous assure d'un document complet et bien compris, lorsque vient le temps de le consulter) et

ils sont enregistrés à la Chambre des notaires (ne peuvent être perdus ou détruits). De plus, un testament rédigé par un notaire permet d'éviter une vérification très coûteuse par la Cour. Il existe un troisième document qui permet d'aller plus loin dans la précision des volontés : les Directives médicales anticipées (DMA). Bien que non obligatoire, ce document consiste en un écrit par lequel une personne majeure et apte à consentir à des soins indique à l'avance les soins médicaux qu'elle accepte ou qu'elle refuse de recevoir dans le cas où elle deviendrait inapte à consentir à des soins dans des situations cliniques précises.

Comme cette période s'annonce, cette année encore, très achalandée, nous vous recommandons de nous contacter dès maintenant. N'hésitez pas à nous contacter : (579) 979-8727
info@notairesdesmoulins.com / www.notairesdesmoulins.com.



ÉTUDE NOTARIALE
des moulins

Arrivées - Départs

Bienvenue

Brigitte Bernard, employée de bureau

Sylvie Blouin, employée de bureau

Jean Chartier, cadre

Suzanne Collin, employée de bureau

Marie-Pierre Dulbecco, employée de bureau

Annie Fortin, direction

Chantal Lebel, employée de bureau

Christian Lachance, employé de bureau

Guy Lemieux, col bleu

Claire Monteil, professionnelle

Jean-Marc Nadon, cadre

Décès

Marc Chabot,

L'ENVOL

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

Téléphone : (450) 661-3394

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

Courriel : info@aervl.com

<http://www.aervl.com>



ACCUEIL L'ASSOCIATION LES ACTUALITÉS INFORMATIONS LIENS UTILES NOUS JOINDRE


INVITATION

aux membres de l'AERVL

Les membres de l'Association des employés de la Ville de Laval sont invités à participer au Brunch familial des Chevaliers de Colomb de Laval qui se déroulent les dimanches matins sur le territoire lavallois.

Les réservations ne sont pas obligatoires

Bon brunch!



BRUNCH FAMILIAL
DU DIMANCHE DES
CHEVALIERS DE COLOMB
DE LAVAL

- Salle des Chevaliers de Colomb, 7355 Rue du Tangara, Laval H7A 0C1 – \$ + infos: 450 665-4806
8h00 à 11h00 : TOUS les dimanches dès le 6 octobre. À confirmer pour le mois de décembre.
- Église St-Gilles, 231, rue des Sables, Laval H7T 3V9 – \$ + infos: 438 880-4500
8h30 à 12h30 : 6 octobre, 3 novembre et 1^{er} décembre.
- Église Saint-Ferdinand, 3250, rue Esther, Laval H7P 4X3 – \$ + infos : 450 625-9625
9h00 à 11h30 : 13 octobre, 10 novembre et 8 décembre.
- Salle des Chevaliers de Colomb, 400 rue Principale, Laval H7X 3T9 – \$ + infos: 450 689-0577
9h00 à 12h00 : 15 septembre, 20 octobre, 17 novembre et 15 décembre.
- Centre communautaire Vimont, 1900 rue Bédard, Laval H7T 2M7 – \$ + infos: 514 953-0691
8h00 à 11h00 : 27 octobre et 24 novembre.

OUVERT À TOUS!

Activités

Merci à tous les participants et aux partenaires

Le 17 juin dernier avait lieu le Tournoi de golf annuel de l'Association des employés retraités de la Ville de Laval, sur les allées du Club de golf de La Vallée de Sainte-Adèle.

Le beau temps était au rendez-vous pour permettre à la centaine de participants, membres et invités, de s'en donner à cœur joie.

Merci à tous les participants et participantes, ainsi qu'à nos généreux partenaires :

- La Caisse Desjardins des employés de Ville de Laval
- Gallagher GPL Assurances
- Complexes funéraires Yves Légaré
- Clinique sportive Orthaction
- JMA Diagnostics
- Axion 50 Plus
- La Cité de la culture et du sport de Laval
- Wilfrid Pasta Bar
- Carole Grant
- Planète produits écologiques
- L'Association des cadres de Ville de Laval
- Le Syndicat des employés de bureau en services technique et professionnel de Laval
- Club de golf de la Vallée de Sainte-Adèle

Merci de les encourager.

Pour plus de photos, visitez le site internet de l'AERVL.







de montréal

alouettes de

MONTREAL ALOUETTES

saison 2024

tes de montréal



La promotion est appliqué sur le
Code QR



**35% de rabais sur
le prix des billets
individuels**

montréal



A^{30 ans}
ixion^{50 plus}

Carrefour socioculturel et sportif

Session Automne

Du 9 septembre au 13 décembre

Plus de 255 cours et ateliers
offerts annuellement !

Carrefour socioculturel et sportif pour les 50 ans et plus.
435 boul. Curé-Labelle Sud, Laval, H7V 2S8, QC
Tél. : 450 978 5555 poste 2

www.axion50plus.org



Claude Lavoie

Histoire de Saint-Martin Les deux pavillons de l'école Le Tandem

Avant-propos

Dernièrement, j'ai présenté une conférence sur Saint-Martin au Boisé Notre-Dame. Quelle ne fut pas ma surprise de rencontrer les collègues retraités Mario Charron et



André Perreault. À un autre endroit, Serge Toutant et Johanne Bigras m'ont témoigné de leur appréciation de lire l'Envol à chacune de ses parutions. Si l'histoire de Saint-Martin vous intéresse, le 19 septembre prochain, à 19 h 00, je présente une conférence de 90 minutes à la Société d'histoire et de généalogie de l'île Jésus situé au 4631 Lévesque, dans le quartier de Saint-Vincent-de-Paul.

Introduction

Située dans le quartier Saint-Martin, l'école Le Tandem dispense ses services éducatifs dans deux bâtiments qui logent plus de 600 élèves du niveau préscolaire et primaire. Ces bâtisses portaient jadis un nom différent. Le pavillon situé au 1595 de la rue du Couvent se nommait « école Leblanc » alors que celui du 1640 rue Gratton était connu sous l'appellation « Notre-Dame-du-Cap ». C'est en 2001 que les deux écoles furent fusionnées et rebaptisées « Le Tandem ». L'une des parties de l'école Leblanc fut bâtie en 1928 et l'autre s'ajouta en 1955. L'école Notre-Dame-du-Cap fut construite en 1953.

En 2024, la paroisse de Saint-Martin fête son 250^e anniversaire de fondation. Les écoles Leblanc et Notre-Dame-du-Cap font partie de l'histoire de ce territoire religieux et civil. À titre d'ancien élève de l'école Leblanc, il me fait grand plaisir de vous présenter quelques informations historiques.

L'école Modèle de Saint-Martin

Avant la construction de l'école Leblanc, une centaine de garçons se rendaient à l'école modèle située sur le Grand-Rang (boul. Saint-Martin) près de l'église.



Je rappelle que jusqu'en 1965, les filles et les garçons ne fréquentaient pas la même école, sauf dans les écoles de rang. Cette école modèle fut construite en 1822 probablement à la suite de la promulgation de l'Acte pour l'établissement d'écoles gratuites aussi nommée « Loi de l'Institution royale ». Il s'agit probablement de l'une des 11 écoles implantées en milieu francophone à ce moment. Si cette loi fut mal accueillie par les Canadiens français, il n'en fut pas de même à Saint-Martin. On s'accommodait bien de la présence de citoyens anglais car certains d'entre eux jouaient un rôle positif dans la communauté tel Charles Smallwood (1812-1873) qui fut médecin, agronome, juge de paix et maître de poste.

On a lu son histoire dans l'Envol précédent celui-ci. D'autre part, le curé de la paroisse menait une campagne pour dissuader les paroissiens d'encourager les Patriotes. L'un des élèves de cette école devint un personnage illustre :

Pierre-Évariste Leblanc (1853-1918).



Il fut un avocat talentueux, député provincial du comté Laval et lieutenant-gouverneur du Québec. Une rue de Laval porte son nom. Mon grand cousin, Guy Barbe fréquenta cette école. Il devint un héros à Singapour à la suite de la fin de la 2^e Guerre Mondiale. Cette histoire fut racontée dans un Envol précédent.

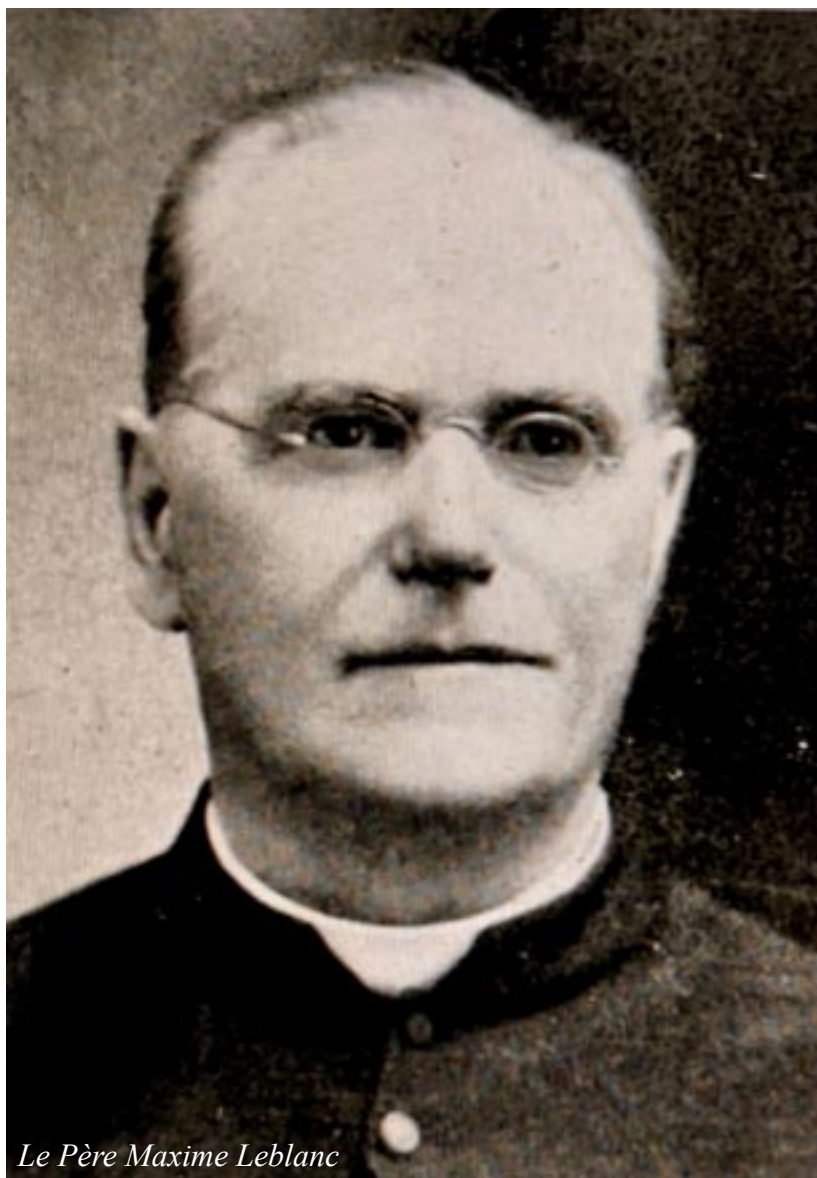
L'école Leblanc

En 1924, Louis Cléroux devient le président de la Commission scolaire de Saint-Martin. Il constate la vétusté du bâtiment de l'école des garçons et le nombre croissant d'élèves. La décision est prise de construire une autre école pour les garçons et un logement pour les enseignants.

En 1928, la nouvelle école est ouverte et baptisée « École Leblanc » pour honorer Maxime Leblanc, le curé de Saint-Martin qui vient de décéder après 47 ans de loyaux services et de dévouements.



Guy Barbe, un ancien élève, relate dans ses mémoires qu'il a contribué au déménagement de matériel de l'ancienne école à la nouvelle, à l'aide d'une charrette tirée par un cheval.



Le Père Maxime Leblanc

Le frère Norbert, directeur de l'école Modèle et de l'école Leblanc, est aussi un excellent musicien. Depuis 1926, il enseigne la musique à un groupe d'hommes et de garçons et il réussit à former une fanfare. Celle-ci connaît du succès et participe à plusieurs événements de la paroisse et à ceux survenant dans la région.

Au mois d'août 1941, l'Association des anciens élèves de l'école Leblanc installe une croix devant l'école Leblanc. Baptisée « Croix-Jacques-Cartier », Elle commémore le 400^e anniversaire du premier voyage que le Breton Jacques Cartier effectua au Canada.



Vers 1952, je débute ma vie estudiantine à cette école où j'apprends à lire, à écrire et à compter. Concernant le bâtiment de l'école Leblanc, j'étais impressionné par la sortie de secours d'urgence des deux étages supérieurs. Telle une caserne d'incendie, un tuyau nous permettait de glisser jusqu'au sol. On avait bien hâte que la récréation arrive pour utiliser cette sortie. Imaginez le tôle de protestations que cette installation engendrerait aujourd'hui.

Sur le côté sud de l'école, l'hiver, les frères Saint-Gabriel construisaient une glissoire haute de deux étages et la piste glacée permettait de se rendre jusqu'au bout du terrain de l'école. Lorsque le frère Jean-Guy descendait cette glissoire en patin, j'étais bien impressionné. Puis en 1955, la construction

de l'annexe fit disparaître ces deux attractions. Cette décision fut prise sous le règne du président de la Commission scolaire Jean-Paul Robichaud. En septembre 1956, cette deuxième partie ouvrit ses portes et j'ai inauguré une nouvelle salle de classe avec un professeur laïc.



Au rez-de-chaussée, une grande salle permettait la tenue de différentes activités tel le « Salut au drapeau », le vendredi après-midi.

Avant la Révolution Tranquille, les écoles participaient activement à la vie paroissiale. À l'école Leblanc, les frères de Saint-Gabriel animaient différents organismes : la Ligue du Sacré-Coeur, les Lacordaires, les Croisés, la Jeunesse Agricole Catholique et d'autres.

Puis jusqu'en 2001, l'école Leblanc remplit sa mission éducative auprès de milliers d'élèves.



L'école Notre-Dame-du-Cap

Les filles de Saint-Martin fréquentent l'école modèle pendant un certain temps mais en 1847, elles déménagent dans le bâtiment qui vient d'être rénové pour accueillir les sœurs de la congrégation de Sainte-Croix. Cette école abritait également un pensionnat.



En 1944, les paroissiens construisent à côté du couvent une réplique de la « Grotte de Lourdes » où est prise cette photo.



Cette photo, près de la Grotte, rappelle la cérémonie de la « communion solennelle » que les filles et les garçons effectuaient lors de leur 7^e année d'études. Tel que pour les

garçons, l'éducation religieuse était omniprésente. On nous disait que les occasions de commettre un péché étaient omniprésentes et qu'il était difficile de ne pas y succomber. À chaque semaine, on nous conduisait à l'église pour se confesser. À chaque fois, je me demandais bien quel péché je devais avouer au prêtre.

Au début des années 1950, la population augmente et on doit ouvrir des classes dans le sous-sol de l'église. La Commission scolaire de Saint-Martin, sous la présidence de mon grand-père, Didyme Lavoie, fait construire une école pour les filles sur un terrain acheté d'Arthur Nadon. Le curé, Albert Francoeur, donne une statue de Notre-Dame-du-Cap à l'école et ce geste attribue le nom à cette école. En 1964, une école maternelle s'ajoute au bâtiment.

Sur cette photo, on voit les élèves de Notre-Dame-du-Cap lors de leur première communion.



À INSCRIRE À VOTRE AGENDA PLAISIR ASSURÉ

REPAS DES FÊTES

DE L'A.E.R.V.L.

MARDI 3 DÉCEMBRE 2024

AU **GRAND STUDIO**

1830 BOUL. SAINT-MARTIN O, LAVAL

DÉTAILS À VENIR: aervl.com - l'Envol - Infolettre

SURPRISES

MUSIQUE PAR
D.J. GILLES GAUTHIER

BUFFET À VOLONTÉ

PRIX DE PRÉSENCE

« RECRUTEMENT de CHORISTES »
Saison 2024-2025
Prochaines auditions

Le Chœur de Laval est à la recherche de nouvelles voix pour sa saison 2024-2025. Les auditions auront lieu le 28 août ainsi que les 4, 11 et 18 septembre 2024.

Pour plus de détails, nous vous invitons à consulter l'onglet « *Devenir choriste* » du site web du Chœur de Laval dans lequel vous retrouverez le formulaire à cet effet. Vous pouvez également communiquer avec la responsable des auditions par courriel à auditions@choeurdelaval.ca ou par téléphone au (514) 966-2740. Elle se fera un plaisir de vous fournir toutes les informations souhaitées.

A bientôt !

Informations supplémentaires :

Répétitions dès le 4 septembre 2024 à tous les mercredis, de 19h30 à 22h15 au Centre de création artistique de Laval, sis au 430, 5e rue, Laval.

Site web : <https://choeurdelaval.ca>

Facebook : <https://www.facebook.com/www.choeurdelaval.ca>



**Retraités
recherchés!**

Vous avez envie de travailler à temps partiel? Vous êtes passionné par l'espace et l'aéronautique?

ON VOUS ATTEND!

Pour postuler, envoyez votre candidature à cv@cosmodome.org.

COSMODÔME

Activités

Pique-nique et rassemblement de VR, un franc succès

Texte de Michel Dalbec

Début juin avait lieu la troisième édition du pique-nique communautaire et du rassemblement de VR, deux activités jumelées pour profiter d'un lieu enchanteur.

En augmentation d'année en année, cette activité arrivera bientôt au maximum de la capacité pour le souper communautaire. Pour le futur, il faudra voir comment continuer à bonifier cette activité. Certains prennent des chances et se joignent à la dernière minute pour le souper, il pourrait bien arriver que nous ne puissions les accepter si la capacité d'accueil et le traiteur ne peuvent fournir la demande. Il sera donc important de s'inscrire le plus rapidement possible.

Encore cette année, nous avons retrouvé d'anciens collègues qui participaient pour la première fois à nos activités et ce fut très agréable. Des nouveaux participants au rassemblement de VR et des nouveaux au pique-nique ont permis de tripler le nombre de participants en trois éditions. Notre partenaire et traiteur Wilfrid Pasta Bar était présent avec une équipe expérimentée.

Encore une fois notre hôte Jean Tellier nous a offert son magnifique site enchanteur, nous le remercions. Notre DJ Gilles Gauthier fut de la partie pour mettre un peu de musique et de l'animation. Notre collègue Patrick, dit Pat le Crooner chanteur et animateur, a fait verser des larmes à notre collègue ex-policier, le chanteur Stéphane. Tirages et prix de présence ont agrémenté la soirée. Merci aux contributeurs de cette activité : Claudia Cafaro, Esthéticienne (450 575-4820 / 514 898-4777), la Fraternité des policiers de Laval et l'AERVL.

Certaines personnes ont fait savoir qu'ils n'avaient pas pu se joindre au groupe cette année. Toutefois, pour l'an prochain ils feraient tout pour venir. Ce sont de belles activités que nous organisons pour vous, la participation montre l'intérêt que vous avez et l'effort que nous devons faire pour notre groupe de joyeux retraités. De plus, c'est l'occasion pour voir et partager des souvenirs, renouer des contacts avec d'anciennes connaissances et d'en faire d'autres.

Vous hésitez à participer, vous manquez de belles occasions de fraterniser et de retrouver d'anciens collègues. Vous trouvez une personne et sur place vous allez rencontrer d'autres et vous allez agrandir votre réseau. À titre d'exemple, Paul un ancien de l'ingénierie et sa conjointe Mireille viennent depuis la première édition et ils rencontrent des anciens et agrandissent aussi leur réseau. Si ce n'est le service où vous étiez, il est possible que ce voisin ait d'autres liens qui vous relient, comme le voisinage, sport ou autres activités. Vous seriez surpris des liens qui parfois nous relient.

PS : Vous recherchez un emplacement pour entreposer votre VR, roulotte, bateau ou autre grand objet pour la saison hivernale, prenez contact avec notre hôte.









AVANTAGES IRIS

UNE MEILLEURE VISION POUR TOUTE VOTRE FAMILLE

Votre organisation est membre du programme Avantage IRIS et cela signifie que vous et votre famille avez droit à des avantages exclusifs en matière de soins oculaires chez IRIS. Il n'y a pas de frais pour vous, c'est facile de s'inscrire et vous profiterez de tous les avantages offerts par IRIS comme la facturation directe à votre assurance, le financement sans intérêt, la garantie inconditionnelle IRIS et plus encore.

RÉCLAMEZ VOS AVANTAGES DÈS AUJOURD'HUI

Visitez n'importe quelle boutique IRIS ou visitez iris.ca/avantages et utilisez le **code d'accès : AERVL**



VOICI QUELQUES-UNES DE VOS OFFRES EXCLUSIVES

LUNETTES DE PRESCRIPTION ÉCONOMISEZ 150 \$

À l'achat de lunettes comprenant une monture et des lentilles de prescription traitées antireflet (lentilles d'une valeur de 250 \$ ou plus).*

LUNETTES DE SOLEIL DE PRESCRIPTION ÉCONOMISEZ 150 \$

À l'achat de lunettes comprenant une monture et des lentilles solaires de prescription.*

PROTECTION SOLAIRE ÉCONOMISEZ 50 \$

À l'achat de lunettes solaires sans prescription de 100 \$ ou plus.*

Des questions ou besoin d'aide supplémentaire?

Envoyez-nous un courriel à l'adresse : avantages@iris.ca

*Seuls les membres du Programme des Avantages IRIS peuvent utiliser les offres du programme. Les avantages doivent être présentés au moment de l'achat. Une seule offre du Programme des Avantages IRIS peut être appliquée à chaque transaction. Ne peut être jumelé à aucune autre offre IRIS, remise instantanée, carte IRIS, certificat IRIS, offre en boutique ou promotion. Non applicable sur les lunettes de sécurité ou les lunettes de sécurité pour le sport. Exclut tous les forfaits. D'autres conditions peuvent s'appliquer, renseignez-vous en boutique.

DES SOLUTIONS PERSONNALISÉES POUR LES SOINS OCULAIRES

L'Importance des soins oculaires personnalisés

Chaque personne a des yeux différents, avec des besoins spécifiques. Les soins oculaires personnalisés prennent en compte divers facteurs tels que l'âge, le mode de vie, les antécédents médicaux et les particularités anatomiques de chaque patient. Cette approche permet de fournir des traitements plus adaptés, améliorant ainsi la qualité de vie et la santé visuelle.

Les avancées technologiques

Grâce aux progrès technologiques, les soins oculaires personnalisés sont devenus plus accessibles et efficaces. Voici quelques-unes des technologies de pointe utilisées :

- Topographie cornéenne : Cet outil permet de créer une carte détaillée de la surface de la cornée. Il est essentiel pour la personnalisation des lentilles de contact et la planification des chirurgies réfractives.
- Imagerie rétinienne avancée : Les scanners rétinien modernes offrent une vue détaillée de la rétine, aidant à détecter et à traiter les maladies rétinien de manière précoce et précise.
- Analyse de la biomécanique oculaire : Cette technologie évalue la rigidité et la forme de l'œil, essentielle pour personnaliser les traitements de la myopie, de l'hypermétropie et de l'astigmatisme.

Solutions personnalisées pour différents besoins

Les solutions personnalisées en soins oculaires couvrent un large éventail de besoins :

Correction de la vue

- Lentilles cornéennes : Contrairement aux lentilles cornéennes standard, les verres de contact personnalisé sont fabriqués en fonction des mesures spécifiques de l'œil de chaque patient, offrant un confort et une vision supérieure.
- Chirurgie réfractive personnalisée : Les techniques telles que le LASIK et l'implantation de lentilles intraoculaires de spécialités peuvent être personnalisées en fonction des caractéristiques uniques des yeux du patient, garantissant de meilleurs résultats.

Bien-être et confort

- Syndrome de l'œil sec : Les traitements personnalisés peuvent inclure des gouttes oculaires spécifiques, des dispositifs médicaux et des conseils sur les modifications de style de vie pour améliorer la lubrification et le confort des yeux.
- Soins des paupières : Les problèmes tels que la blépharite peuvent être gérés avec des régimes de nettoyage des paupières adaptés aux besoins individuels.

L'Avenir des soins oculaires

Avec l'intégration de l'intelligence artificielle et des mégadonnées, les soins oculaires personnalisés continueront de progresser. L'IA, telle que Diagnos, peut analyser d'énormes quantités de données pour prédire les risques de maladies oculaires et suggérer des plans de traitement sur mesure.

Les soins oculaires personnalisés représentent l'avenir de la santé visuelle. En offrant des solutions adaptées aux besoins uniques de chaque patient, cette approche permet non seulement de corriger la vision, mais aussi de prévenir et de traiter efficacement diverses maladies oculaires. N'attendez pas pour prendre soin de vos yeux, consultez un optométriste et explorez les options de soins personnalisés disponibles pour vous.



Un café avec Gilles Brunet

Un texte de Serge Lord

Notre invité pour cette nouvelle édition de l'Envol est Gilles Brunet, retraité du Service des incendies de la Ville de Laval, né le 2 avril 1952 dans le comté de Deux-Montagnes (devenu Mirabel).

Ses parents viennent du monde agricole. De cette union, Gilles et sa sœur sont nés sur la ferme de la grand-mère maternelle.

En 1955, alors qu'il est âgé de trois ans, ses parents laissent le monde agricole et la famille s'établit dans l'ex-ville de Laval-des-Rapides. Son père choisit la construction d'habitations résidentielles et devient entrepreneur.

La famille a connu un nombre considérable de changements d'adresse puisqu'elle habitait dans les maisons modèles construites par l'entreprise du père.

Au fil des années, la famille prend de l'expansion, trois garçons s'ajoutent. Tous grandissent à Pont-Viau et fréquentent un bon nombre d'écoles. Puis fasciné par les chiffres, le Collège Bois-de-Boulogne l'accueille en comptabilité.

En avril 1968, à l'âge de 42 ans, son père décède subitement. Gilles doit laisser ses études à 16 ans pour devenir gestionnaire de la compagnie, étant donné qu'il est l'aîné de la famille.

Ayant prioritairement consacré toutes ses énergies à liquider l'entreprise, il est par la suite embauché à la Banque Canadienne Nationale et gravi les échelons de préposé à commis comptable.

Sous l'influence d'un client de la Banque, il la quitte et devient vendeur d'assurance-vie pendant un court laps de temps. N'ayant aucun talent pour la vente il démissionne et fait application à la Ville de Laval.

Arrive le 4 juillet 1972, le téléphone sonne. Il est invité à rejoindre les rangs de la Ville de Laval comme pompier. Pendant 30 ans, il y consacrera sa vie professionnelle.

Dès les premières années au Service des incendies, on voit chez Gilles le goût de s'investir pour ses confrères pompiers. Il est élu au poste de secrétaire de l'Association des Pompiers de Laval, une expérience inoubliable dira-t-il. Les pompiers de Laval obtiennent leur reconnaissance professionnelle, comparable aux pompiers de Montréal.

En 1975 il se marie, malheureusement cette relation se termine quelques années plus tard.

Lui et son confrère Marcel Maheu convainquent l'administration du maire Lucien Paiement de créer une escouade de pompiers paramédicaux. L'administration convaincue, Gilles s'inscrit à Dawson à une formation offerte par le docteur Cohen, urgentologue, connaisseur du système des paramédicaux aux États-Unis, système devenu très populaire. L'ordre des infirmiers et infirmières ne reconnaît pas cette formation, il se retrouve donc avec un certificat d'ambulancier, un atout de plus à sa formation.



L'été des petits Voisins (1980) amène Gilles et le pompier Paul Gagnon à joindre le chef Marcel Fournier et à effectuer avec l'équipe du Service des Loisirs socio-culturels une tournée en soirée dans les parcs de tous les quartiers de la ville, dans le but de sensibiliser les enfants et leurs parents aux responsabilités qu'ont les sapeurs-pompiers. Quelle merveilleuse expérience.

Gilles Brunet est promu lieutenant, responsable au Service des incendies du secteur est de la ville. Une formation de technicien en prévention des incendies l'attend au Collège du Vieux-Montréal. Il obtient son diplôme au bout de trois ans. Reprenant goût aux études, il s'inscrit en gestion des services municipaux à l'UQAM. Il obtient un certificat.

L'année 1989 permet à Gilles d'obtenir le poste de chef de division à la prévention avec le mandat de préparer et de soumettre au Conseil municipal un règlement sur la prévention. On lui confie la responsabilité de gérer les archives du service.

Quelques années plus tard, la structure du service des incendies se modifie, y apparaît quatre chefs de division affectés aux combats. Gilles retourne dans le feu de l'action et à ce titre avec ses trois collègues, ils mettent en place une équipe de formateurs afin d'uniformiser les méthodes de travail et d'outiller les pompiers d'équipements de pointe.

Élu comme président de l'Association des chefs de pompiers, il négocie le renouvellement de la convention collective et voit aux relations de travail.

Après avoir traversé le bogue du millénaire, l'organisation du congrès provincial de tous les chefs lui est confiée. Un succès sans précédent diront les 100 congressistes.

Il sera aussi nommé au conseil d'administration du Régime des rentes de Ville de Laval.

À la suite de ses 30 ans de loyaux services à la Ville de Laval, il prend sa retraite. Cependant Gilles n'est pas de nature à demeurer inactif, il fait l'acquisition d'immeubles à revenus, les répare, les modernise, les gère.

Demeurant maintenant dans les Laurentides, il profite de la vie, amateur de pêche, de navigation, les balades en moto sont ses principaux passe-temps.

Son plus grand souvenir de sa carrière au Service des incendies est celui du feu à la compagnie UCP, firme située dans le parc industriel de Chomedey. Ce fut le plus gros combat de sa carrière. La ville s'est fait poursuivre par les assureurs pour la somme de huit millions de dollars. La ville a eu gain de cause dans cette affaire.

En terminant la dernière gorgée de notre café, Gilles Brunet se dit privilégié d'avoir eu comme employeur la Ville de Laval, celle-ci lui a permis de s'épanouir, de réaliser plusieurs rêves dont des voyages autour du monde, de devenir pilotes de petits avions, d'avoir toujours bien vécu et de continuer dans le même sens. Un grand merci à la vie!



**LE SAVIEZ-VOUS?**

Dès l'âge de 30 ans, un adulte perd de **3 à 8%** de sa masse musculaire par décennie.



C'est un processus de dégénérescence naturelle liée à l'âge et au ralentissement du métabolisme, qui s'accélère dès les 50 ans.

La bonne nouvelle?

Il est possible de ralentir ce processus naturel en adoptant l'exercice physique au quotidien, et ce, peut importe l'âge auquel vous entreprenez une démarche active. En effet, c'est prouvé: il n'est jamais trop tard pour profiter des bénéfices de l'activité physique!

Que vous soyez un adepte de l'activité physique depuis plus de 30 ans ou que vous débutiez à l'instant, sachez que les bienfaits de bouger quotidiennement peuvent vous procurer une protection incroyable sur les risques de santé auxquels vous êtes sujets avec le vieillissement.

**Et oui, être actif c'est...**

- Prévenir les maladies cardiovasculaires comme l'infarctus et l'insuffisance cardiaque.
- Se protéger contre les maladies neuro-dégénératives telles que l'Alzheimer et le Parkinson.
- Maintenir sa qualité de vie malgré une affection pulmonaire (emphysème, fibrose pulmonaire, MPOC)

Profitez de vos prix de membre en appelant au (450) 688-3334

C'est aussi...

- Diminuer le risque de sarcopénie, qui est la perte élevée de la masse, de la force et de la fonction musculaire lié à l'âge.
- Diminuer les risques de chute et les conséquences associées: fractures, entorses, lombalgies.
- Mieux contrôler les symptômes de douleur liés aux conditions inflammatoires, comme l'arthrose, l'arthrite et la fibromyalgie...

C'est être fonctionnel et autonome, le plus longtemps possible.

L'activité physique joue aussi un rôle important sur la *santé mentale...*



En effet, une vie active permet de réduire le stress quotidien tout en prévenant la dépression et les troubles anxieux. Chez une personne vieillissante, cela a aussi pour effet de réduire le risque de déclin des fonctions cognitives.

Bien sur, un encadrement approprié sera la clé pour adhérer à une vie active! Il est essentiel d'adapter la pratique de vos activités à votre niveau de condition physique et votre historique de santé.

Avec une évaluation complète de votre condition physique, nos kinésithérapeutes et naturopathes ciblent vos besoins, vous donnent les meilleurs conseils et vous montent un programme d'exercices spécifiques à votre condition. Nos thérapeutes, quant à eux, vous accompagnent dans la gestion de vos douleurs musculaires ou articulaires, s'il y a lieu, afin de ne pas freiner votre élan et vous permettre d'entamer votre vie saine et active sans tarder! Peu importe votre niveau d'activité actuel, nous saurons vous guider vers les meilleures pratiques. **Il n'est jamais trop tard pour commencer!**

Profitez de vos prix de membre en appelant au (450) 688-3334
Écrivez-nous pour toute question : info@orthaction.com



COMMENT CHOISIR VOS APPAREILS AUDITIFS ?

Par Judith Bougie, audioprothésiste, fondatrice et propriétaire de la Clinique auditive Bougie.

Choisir des appareils auditifs est une décision importante qui influence directement votre qualité de vie. Il existe plusieurs modèles de disponibles sur le marché, il peut être difficile de savoir par où commencer. Voici quelques aspects à prendre en considération pour faire le meilleur choix répondant à votre réalité.

Le degré de votre perte auditive

Le premier critère est le niveau de perte auditive. Chaque personne a un degré de perte différent, et certains types d'appareils peuvent être mieux adaptés à votre condition. Par exemple, si votre perte auditive est légère ou modérée, il existe des appareils intra-auriculaires, qui sont discrets. Pour des pertes plus sévères, il y a les appareils contour d'oreille, qui sont plus puissants, qui peuvent être recommandés. Votre audioprothésiste effectuera une évaluation approfondie pour déterminer quel appareil conviendra le mieux.

Le confort

Le confort est également un facteur crucial dans le choix de vos appareils auditifs. Puisque vous allez probablement porter ces appareils pendant de longues périodes, il est essentiel que vous soyez confortable avec ceux-ci. Différents types d'appareils offrent divers niveaux de confort. Par exemple, les appareils intra-auriculaires peuvent être plus discrets, cependant certains peuvent les trouver moins confortables que les modèles contour d'oreille. Il est important d'essayer plusieurs types d'appareils pour trouver ceux avec lesquels vous serez confortable.

Le prix et la qualité

L'achat d'appareils auditifs peut représenter un investissement important, il est important de trouver un équilibre entre votre budget et les spécificités du produit. Les appareils plus dispendieux offrent souvent plusieurs fonctionnalités avancées, par exemple, leur capacité de réduire les bruits ambiants, leurs différentes options de connexion sans-fil, leurs réglages automatiques dans différents environnements sonores, ou même leur résistance à l'eau et à la poussière si vous menez une vie active ou êtes exposés à ces éléments. Cependant, même les modèles de base offrent une amélioration de l'audition par rapport à ne pas en porter du tout. En discutant avec votre audioprothésiste vous identifierez les meilleures options qui répondront à vos besoins tout en respectant votre budget.

Le style de l'appareil

L'apparence de votre appareil peut être un critère important pour vous. Dans la multitude de choix, il existe des modèles invisibles et des modèles qui sont plus apparents mais qui offrent une performance supérieure. Il y a des modèles intra-auriculaire ou des modèles avec des microphones intégrés qui peuvent être des bonnes options si ce critère est un enjeu pour vous.

Votre mode de vie et les situations d'écoute

Votre style de vie peut être un critère majeur dans le choix de vos appareils auditifs. Pensez à vos activités quotidiennes, votre environnement de travail et vos loisirs. Certains appareils sont mieux adaptés aux environnements bruyants, tandis que d'autres sont conçus pour des conversations plus calmes. De plus, si vous aimez écouter de la musique ou discuter au téléphone, un modèle avec une connexion Bluetooth sera important pour vous, pour une meilleure expérience. Votre audioprothésiste vous aidera à choisir un appareil qui correspondra parfaitement à vos besoins.

Pour terminer, le choix de vos appareils auditifs est une étape cruciale pour améliorer votre qualité de vie. Il existe une multitude de modèles et faire le bon choix peut sembler intimidant, n'oubliez pas que vous n'êtes pas seul dans ce processus. Votre audioprothésiste est votre meilleur allié pour vous guider dans vos choix, en considérant vos préférences personnelles, vos besoins médicaux et votre style de vie. Ne minimisez pas l'importance de prendre le temps nécessaire pour faire un choix éclairé qui conviendra à vos besoins.





VOUS PENSEZ AVOIR UNE PERTE AUDITIVE?

Faites un test auditif en ligne!

Dépistage | Pose d'appareil | Ajustement | Nettoyage | Bouchons protecteurs

 CliniqueAuditiveBougie.ca

 info@cliniqueauditivebougie.ca

 @cliniqueauditivebougie

 450 688-6570

3030, boul. Le Carrefour, M-100, Laval (Québec) H7T 2P5



SERVICE
DE NAVETTE
OFFERT!

Des bénévoles au cœur de la mission

La mission de La Maison est d'offrir gratuitement des services à la personne adulte en fin de vie, de façon à ce qu'elle puisse terminer ses jours paisiblement, en recevant des soins palliatifs de qualité, soutenue par une équipe soignante, et entourée de ses proches dans un environnement calme et chaleureux.

Plusieurs possibilités de bénévolat sont à votre portée et nous ferons en sorte de tenir compte de vos disponibilités et vos intérêts afin que votre expérience soit la plus enrichissante possible.

Au sein de La Maison, le bénévole a un rôle indispensable et une place importante dans l'équipe interdisciplinaire. Sa polyvalence et son dynamisme contribuent à la réalisation de notre mission.



Accueil / réception
Soins aux patients
Cuisine
Secrétariat / Administration
Participation aux événements

Bibliothèque
Buanderie
Coiffure
Entretien intérieur / extérieur
Décoration



Si vous pouvez consacrer quelques heures de votre temps, nous serions très heureux de vous accueillir au sein de notre équipe de bénévoles!

**Envie de vous joindre à notre fabuleuse équipe de bénévoles ?
SVP, communiquez avec notre Coordonnatrice des bénévoles,
Mme Barbara Spence au (450) 936-4300 # 289
ou par courriel à: bénévoles@msplaval.ca**

Le bénévolat ne représente pas simplement un don de temps; il implique également un don de soi. Par leurs gestes solidaires, les bénévoles contribuent au développement de leur collectivité en mettant à profit leurs compétences et leurs expériences. Vous pouvez vous joindre à notre équipe de bénévoles en offrant un soutien ponctuel ou régulier, en fonction de vos intérêts et de vos compétences.

**MERCI D'APPUYER
LA MAISON DE LA SÉRÉNITÉ!**

Témoignage

« Faire du bénévolat pour La Maison est l'expérience humaine la plus enrichissante que j'ai vécue. Nous sommes traités avec respect et tous les gestes que nous posons sont immensément appréciés. Tous les membres des équipes avec qui nous évoluons donnent le meilleur d'eux-mêmes et c'est très facile en retour d'en faire autant ! »

D. St-Pierre, bénévole



Activités

Activités sportives

Badminton et Pickleball

Pour la saison automne, l'Association des employés retraités de Ville de Laval offre à ses membres des activités de badminton et de pickleball qui se dérouleront au Centre ACCÈS, 6500 boul. Arthur-Sauvé, à Laval.

Pour l'activité badminton, elle aura lieu tous les jeudis, entre 13h et 15h, du 5 septembre au 19 décembre pour la session automne 2024. Le coût d'inscription est de 50 \$ par session.

Règles

- Les raquettes et les volants ne sont pas fournis.
- Les partenaires de jeu seront déterminés de façon aléatoire.

- Si la disponibilité le permet, l'activité pourra être offerte aux personnes qui ne sont pas membres de l'association.

- Si la disponibilité le permet, il sera possible de participer à l'activité de façon sporadique au coût de 5,00 \$/jour.

Quant au pickleball, instaurée en septembre 2021 par votre association, cette activité gagne en popularité chez les personnes de plus de 55 ans, dont les membres et conjoints-conjointes de l'AERVL.

L'activité pickleball se déroule tous les mardis, entre 10h et 12h (midi), du 3 septembre au 17 décembre pour la session automne, au coût de 50 \$ pour la session.

Toutefois, pour la saison d'automne, l'activité pickleball affiche complet. Quant à l'activité badminton, des places sont disponibles. Les personnes intéressées pourront se reprendre à la session hiver qui débutera en janvier 2025.

Pour informations et inscriptions : (450) 661-3394 ou info@aervl.com





Luc Marier

Retraité de la police, Luc Marier est sommelier et amateur de vie.

La trilogie du vin; l'essence, « l'essen-ciel » et l'apport humain

Chronique terre-à-terre que celle-ci. En ce mois d'abondance agricole, de vendange, de fruits et légumes frais. Toute l'agriculture, incluant la viticulture, est basée sur trois éléments indissociables; le terroir, le climat et l'expérience humaine. Le sol doit rencontrer les besoins de la plante, le soleil et la pluie doivent s'offrir en équilibre et le primate évolué que nous sommes doit veiller aux grains. Je vous propose donc ici l'effet triangulaire de ces trois essentiels sur ce breuvage qui chevauche la mince ligne entre le jus de raisin et le vinaigre.

Le terroir

La langue française peut être capricieuse par moment, mais celle-ci possède un terme, plutôt romantique, pour qualifier les aptitudes agricoles d'un lieu : le terroir. Les anglophones parlent pour leur part de « sens of place » pour exprimer l'effet d'un sol sur le produit d'une plante. Depuis longtemps, en Europe, on a compris ce phénomène et tout leur système d'appellations d'origines y est fondé. Ainsi les Français ont la Poule de Brest, le Bris de Meaux, le piment d'Espelette et le Châteauneuf-du-Pape, entre plusieurs autres, comme appellations d'origines protégées (AOP). On reconnaît donc à la fois le lieu de production et l'ingrédient ainsi que le savoir-faire des producteurs.

Le vin n'y échappe pas. Le terroir explique le caractère unique de chacun. Chaque vignoble d'une même région et d'un même cépage présente ses propres caractéristiques organoleptiques.

Le Beaujolais en est un parfait exemple. En rouge, tous, ou presque, sont élaborés avec le cépage Gamay. Si on compare un vin du village de Chiroubles avec celui de Morgon, c'est un monde de différences. Le Chiroubles étant plus léger, gorgé de fruits rouges et plus floral, très frais. Le Morgon, à 6 km plus au sud, est plus structuré, de couleur plus dense, l'un des plus corsés de la région, sur le fruit noir. Je vous « oppose », ou vous propose ces deux vins du Beaujolais; le Chiroubles de Christophe Pacalet, 2022 et le Morgon de Jean Foillard, 2022. Les deux de conception nature, de surcroît (pas ou peu de sulfite). Deux merveilles quant à moi.



En Bourgogne, on nomme « climat » ou « Clos » chaque parcelle, délimitée souvent par des murs de pierres. Au Moyen Âge, les

moines Cisterciens ont délimité ces climats. Mêmes voisines, chacune de ces parcelles ont leur propre personnalité. Pourtant, les rouges sont élaborés majoritairement de pinot noir et les blancs de chardonnay. Il y a un monde de différences entre un Chablis et un Meursault. Le premier est plus austère, minéral et vif, le second est, selon plusieurs (dont moi), le vin qui magnifie le mieux le chardonnay, avec son côté suave et rond, gras et beurré, de poire, pêche et miel. Ce genre de vin pour lequel il faut être très assidu sur le site de la SAQ pour profiter des nouveaux arrivages, sinon, on s'en passe, la rupture de stock est rapide.



Même expérience de terroir à Bordeaux, entre un St-Émilion et un Pommerol, communes pourtant à quelques km l'une de l'autre et qui vinifient avec le même cépage, le merlot. Le sol de Pommerol donne un vin plus complexe, avec des notes de truffes, de violettes, de cuir et de fruits rouges qu'on ne retrouve pas nécessairement à St-Émilion.

Autre exemple aussi marquant chez les vins de Cahors, cette cité médiévale (qu'il faut



voir !) dans le Sud-Ouest de la France. Pour résumer, il y a Cahors en-haut et Cahors en-bas. La ville est traversée par une rivière qui baigne les vignes du bas. Le raisin s'en trouve gorgé, tout comme s'il pleuvait abondamment. Le vin qui en est issu est plus « juteux », plus gouleyant (facile à boire). Mais Cahors en-haut, se voit perché sur une « causses », soit une falaise de calcaire où rien ne pousse, sauf la vigne et quelques céréales. Pour se nourrir, la vigne doit plonger ses racines très profondément dans la roche, ce qui se traduit par des raisins plus concentrés en sucre donnant plus de rondeur, de richesse et de corps aux vins. Les deux Cahors (en-haut et en-bas) sont vinifiés surtout de malbec (aussi de tannât et de merlot), qu'on appelait autrefois « Vin noir » tant ils étaient foncés. Mais celui « d'en-haut » donne des notes de cacao, de réglisse, de violette et fruits noirs. Vous noterez une différence de prix proportionnel avec l'altitude, plus cher en haut qu'en bas. Le Clos de la Coutale (vigne du bas) est 16 \$ et le Cosse Maisonneuve (en haut) est 30 \$.



Le climat

En principe, plus le soleil caresse la vigne, meilleur est le vin. Au début de sa croissance, le raisin est très acide et plus il munit, grâce à l'ensoleillement, plus il gagne en sucre. La vigne est ainsi une plante produisant un fruit sucré et les vendanges sont déclarées lorsque ce taux est à maturité. On recherche le sucre pour le transformer, par l'effet des levures, en alcool.

Lorsqu'on retarde délibérément les vendanges, le raisin surmûrit, son eau s'évaporant pour ne garder que son sucre. On crée ainsi des vins moelleux (taux de sucre résiduel élevé) de « Vendanges Tardives ». Ce qui est aussi le principe des vins de glace, qui sont vendangés et pressés, congelés, en hiver.

Il faut donc compter sur l'exposition et la pente de la parcelle. Une altitude favorable et la quantité de soleil influencent le murissement adéquat du raisin. Toutefois, l'excès de soleil peut donner des vins mous, qui manquent d'acidité par excès de sucre. Un excès de pluie donnera des vins plus mince, aqueux, moins gouteux. Attention ici avant de se prononcer sur une mauvaise année, l'expérience du vigneron et le vieillissement pourront tout changer.

Les Portugais l'ont bien compris avec le porto : les « mauvaises années » finissent invariablement en Colheita, qu'on fait vieillir longtemps et qu'on vend pour une bouchée de pain. Au Portugal, je me suis déjà payé un Colheita de mon année de naissance pour 70 euros. À l'autre bout du spectre, les Vintages sont les années de grâce et se vendent beaucoup plus cher. Chez Barros, le Colheita 2001 est offert à la SAQ pour 38 \$. Le 2003, chez Taylor Fladgate est à 245 \$.

Personnellement, je préfère au porto le vin doux naturel (VDN) de l'appellation Maury, dans le Languedoc-Roussillon (sud de la France). Un Vintage 2020 de la Maison Mas Amiel se vend 35 \$ et ne donne que du bonheur. En bio à part ça !



Dans l'hémisphère nord, l'exposition vers le sud est préférable. En Australie, au Chili ou en Afrique du Sud, on recherche l'exposition nord. Alors si vous achetez un vin, peu cher, de ces régions, qui ne vous rend pas heureux, vous aurez un indice quant à l'exploitation maximale des ressources qu'en fait le vignoble.

Le vigneron

Facteur par excellence. Le respect de la tradition, le savoir-faire et l'instinct du vigneron pourront compenser pour les manques ou les excès du sol et de Mère Nature. De bonnes vendanges reflètent ainsi l'expérience du vigneron. Comme Emmanuel Felot, un excellent vigneron du Beaujolais, me faisait remarquer, c'est un art, pas une science. Il y a beaucoup d'essais-erreurs dans ce domaine, depuis des millénaires. Dans son cas, on parle surtout de succès. Je vous recommande particulièrement son blanc de chardonnay (oui, oui, en bio) pour son rapport qualité/prix, 23 \$.



coup de main au Domaine des Salanges aux Îles-de-la-Madeleine et croyez-moi, Laurence-Olivier Brossard est un artisan multi-tâche aux grands talents, devant gérer les grands vents (même les ouragans) qui arrachent le palissage (fils de métal sur lesquels pousse la vigne), l'humidité qui amène la pourriture, maladies et parasites, les oiseaux qui s'empiffrent de raisins, la tonte des mauvaises herbes, l'effeuillage et plusieurs autres tâches.



Il est à la fois viticulteur, mais aussi viniculteur. Deux emplois en un, soit agriculteur puis concepteur de vin. Mais l'effort a été récompensé cette année. Le

Beausoleil rouge 2022 et le vin fortifié, La Margoulette ont remporté chacun une médaille d'or au Concours de la Coupe des Nations au printemps dernier.



Alors je vous rappelle une mise en garde que je prononce à chaque dégustation que j'organise. Il ne faut jamais, jamais dire qu'un vin n'est pas bon, sauf s'il a un défaut. Chaque vin se veut fabuleux et parfait pour le vigneron, qui puise son expérience dans 8000 ans d'histoire et selon ce que la nature lui permet de faire. Cependant, un vin peut ne pas être à votre goût. Et il est bien sûr permis de l'exprimer en ce sens qu'il ne vous plaît pas, personnellement.

En plus du choix du site et du cépage, le vigneron doit composer avec la taille et l'entretien du vignoble. Chaque année je donne un

Je vous encourage donc à profiter de l'automne pour donner un coup de main chez un vignoble et apprécier l'effort derrière une simple bouteille.

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 514-267-9969

Je me sens seul (e)...

Depuis la retraite, je me sens seul(e) et je m'ennuie. La solitude et l'isolement sont de grands maux pour certains d'entre nous. Alors, participer à des activités et rencontrer d'autres personnes égayeront notre présent, redonnera un nouveau sens à notre vie et nous éloignera ainsi de toute fuite artificielle.

Laval 2025 LES jeux DE LA francophonie CANADIENNE

15 au 19 juillet 2025

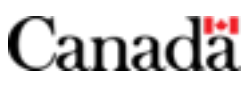


Devenez bénévole!

 **Site internet JeuxFC**
jeuxfc.ca/mimpliquer/benevoles/

 **Groupe Facebook**
Bénévoles - JeuxFC - Laval 2025

L'avenir du français passe par le renforcement et la création des liens entre les Québécois·es et les francophones des provinces et des territoires.





Reconnaître et prévenir l'exploitation financière

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site internet suivant : desjardins.com/abus-financiers ou communiquez avec votre caisse pour obtenir du soutien.

4210 rue Garand,
Laval (Québec) H7L 5Z6
T 450 975-8583

 **Desjardins**
Caisse des employés
de Ville de Laval

L'ASSOCIATION DES EMPLOYÉS RETRAITÉS DE LA VILLE DE LAVAL

AVIS DE CHANGEMENT D'ADRESSE

Date : _____

Nom : _____ Prénom _____

Nouvelle adresse : _____
(appartement) (no. civique) (rue)

Ville : _____ Province : _____ Pays : _____

Code postal : _____ Téléphone : (____) _____ - _____ Poste : _____

Adresse courriel : _____ l'adresse courriel est importante pour nos communications futures

Ancien Service : _____ No. d'employé : _____

Groupe d'employés (cadre, col bleu, col blanc, etc.) _____

Note : Toutes les informations sont pour l'usage de l'AERVL seulement et ne seront transmises à aucun autre organisme.

Nous faire parvenir vos informations par courriel : info@aervl.com ou par la poste :

L'Association des employés retraités de la Ville de Laval
3235, Saint-Martin Est,
Laval (Québec) H7E 5G8
Courriel : info@aervl.com

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
510-1200 Boul. Chomedey
C.P. 422, succursale Saint-Martin Laval Québec H7V 3Z4

Découpez ici




 **YVES LÉGARÉ** | *Avec vous*
Alfred Dallaire

Préarrangements funéraires

PLANIFIEZ, **ÉCONOMISEZ**,
ET RASSUREZ VOS PROCHES.

Châteauguay | Longueuil | Laval | Pierrefonds | LaSalle | Anjou



514 595.1500 | yveslegare.com 





Programme privilèges groupe exclusif aux membres de l'Association des employés retraités de la Ville de Laval

GPL Gallagher assurance vous offre des avantages distinctifs pour vos assurances personnelles :

- Protection responsabilité civile exclusive de 3 000 000 \$
- Des rabais exclusifs
- Possibilité de franchises à 0 \$ sur vos contrats d'assurance automobile et habitation

De plus, en combinant vos assurances automobile et habitation, **GPL Gallagher assurance** vous offre :

- Une protection de 15 000 \$* pour les dégâts d'eau gratuitement
- 5 000 \$ de frais juridiques

Contactez-nous dès maintenant pour obtenir une soumission. Vous économiserez en plus de bonifier vos protections d'assurance!

*Certaines conditions peuvent s'appliquer.

450 978-4446
gplassurance.com



514 595-1500 | yveslegare.com

CIMETIÈRE PRÈS DU FLEUVE
2750, boul. Marie-Victorin, Longueuil (QC) J4G 1P5

CIMETIÈRE PAPINEAU
33, rue Principale, Laval (QC) H7X 3V5

CENTRE COMMÉMORATIF DU RUISSEAU
45, rue Principale, Laval (QC) H7X 3V5

 Avec vous

- 1350, autoroute 13, Laval (QC) H7X 3W9
- 7200, boul. Newman, LaSalle (QC) H8N 1X2
- 6130, boul. Louis-H.-Lafontaine, Anjou (QC) H1M 1S8
- 14370, boul. Pierrefonds, Pierrefonds (QC) H9H 4R7
- 123, boul. Maple, Châteauguay (QC) J6J 3P9
- 2750, boul. Marie-Victorin, Longueuil (QC) J4G 1P5

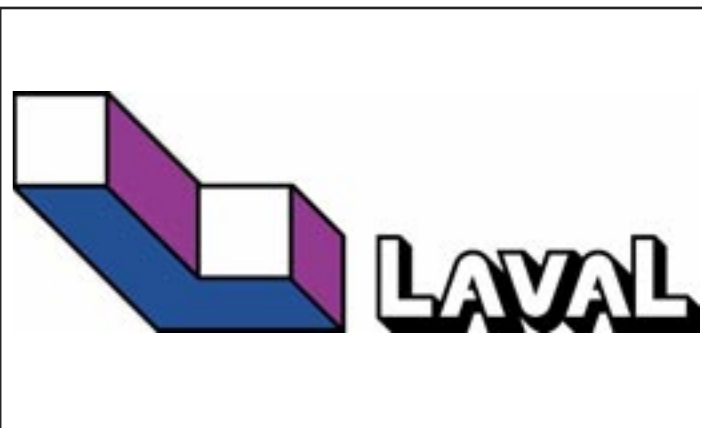
 **Desjardins**
Caisse des employés de Ville de Laval


Richard Lauzon

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

4210, rue Garand
Laval (Québec) H7L 5Z6
450 975-8583, poste 7229229

desjardins.com/caissevilledeval
richard.j.lauzon@desjardins.com



 **JMA Diagnostics**

Tests sanguins
Holter
ECG
Urines
MAPA

Prélèvements/analyses en laboratoire privé

Rendez-vous rapide
Résultats rapides
Remboursé par les assurances

450.622.4556
514.370.8556
info@jmadiagnostics.com