ÉDITION - MAI 2014

Le journal DU PLATEAU

WWW.RESIDENTSDUPLATEAU.COM

INVITATION À LA FÊTE FORAINE ÉCO-RESPONSABLE DU PLATEAU

Au Parc Du Plateau, 145 Atmosphère, Samedi 31 mai de 8h30 à 13h30.

L'ARP vous invite à la Fête Foraine (marché aux puces) qui sera sur le thème de l'éco-responsabilité. Grâce aux conseils et au soutien de Enviro ÉducAction, nous avons organisé une fête de quartier qui visera zéro-déchet. Nous commençons avec Plateau de Culture (10h30 à 13h30) qui vous servira a manger dans une vaisselle compostable. L'école Du Marais avec son kiosque de gourmandises et de breuvages (a partir de 8h30) aura aussi cet objectif... contenants recyclables, compostables.

La nouveauté; une seule station de tri où vous pourrez disposer de ce que vous jetez. Profitez-en pour visiter la patrouille environnementale de la Ville qui aura son kiosque sur le site. Visitez le kiosque de l'échange des plantes, sous la supervision de Marcel et Sylvie et le kiosque du « Trottibus » de l'école Des Deux-Ruisseaux sur le transport actif.

La vente de garage, (a partir de 8h30) ayant pour but de réutiliser quelque chose, cadre bien dans notre objectif zéro-déchet et c'est pour cette raison que nous demandons aux vendeurs de rapporter ce qui est invendu. Vous pouvez réserver une table en visitant le site de l'ARP.

Les familles pourront bien s'amuser; une structure gonflable, le jeu interactif Tactic Tag, du maquillage gratuit, jeux de tennis, de l'animation avec le groupe Mixed-Nuts, démonstration de karaté et d'autres surprises.

Un grand merci à nos commanditaires, la Ville de Gatineau, notre conseiller municipal Maxime Tremblay, SPA Piscines SLM, Georges Salah courtier immobilier, Banque Laurentienne, Groupe Co-Operators et RONA l'entrepôt. Nous vous attendons en grand nombre lors de cette journée organisée par les bénévoles qui vous demandent de respecter l'accessibilité à la vente de garage à partir de 8h30 par mesure de sécurité.

Lili Lemieux
Vice-Présidente de l'ARP

MOT DU PRÉSIDENT

Chers résidents et résidentes du Plateau, lors de l'assemblée générale de l'Association des résidents du Plateau qui a eu lieu le 3 avril dernier, un nouveau conseil d'administration a été élu par les membres présents lors de l'Assemblée.

Les membres du précédant Conseil d'Administration ont tous été réélus, soit Lili Lemieux, Lyliane Dongue, Loïc Olivier, Bruno Emond, Mareine Gervais-Cloutier, Jean-Philippe Bergeron, Raynald Létourneau, Marcel Valade ainsi que moi-même. Trois nouveaux administrateurs ont aussi été élus lors de l'Assemblée, soit Julie Damboise, Valérie Dorion et Alain Pilon.

Je profite de l'occasion pour féliciter et remercier tous les membres du Conseil d'administration de l'ARP ainsi que les bénévoles qui ont donné généreusement de leur temps pour organiser et réaliser les nombreuses activités offertes par l'ARP durant la dernière année. Je tiens particulièrement à souligner encore une fois l'incroyable travail effectué par la vice-présidente de l'ARP, Madame Lili Lemieux.

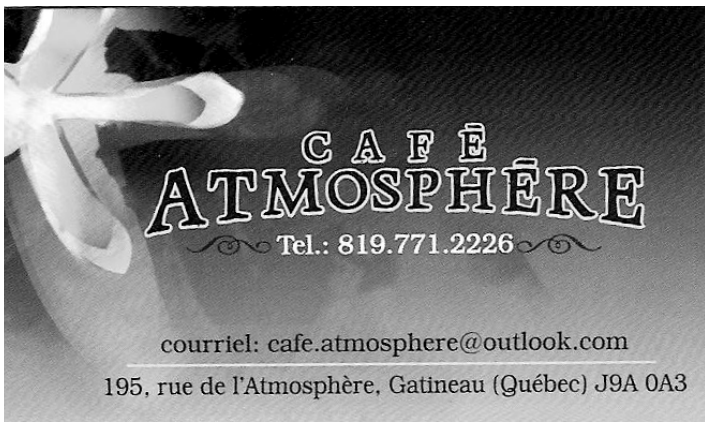
En effet, peu de gens imaginent l'investissement personnel nécessaire à la réalisation des évènements offerts par l'Association et c'est grâce à Lili que les résidents du Plateau ont pu profiter au cours des dernières années d'activités telles que la Fête foraine, le Nettoyage des berges, les Boums du Plateau, l'épluchette de blé d'Inde, et la Fête de Noël, pour ne mentionner que celles-ci. Au nom de tous, un grand merci Lili.

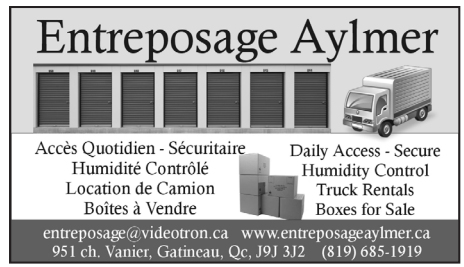
Au cours de la prochaine année l'ARP maintiendra ses efforts pour continuer d'offrir aux résidents du Plateau l'ensemble des activités communautaires , récréatives et culturelles qui ont traditionnellement été offertes aux résidents du quartier. L'ARP mettra aussi l'emphase sur les moyens d'améliorer les communications avec les résidents en utilisant les médias sociaux, en améliorant la diffusion du Journal du Plateau et en cherchant de nouvelles façons plus efficaces et moins coûteuses de le diffuser. L'ARP continuera de veiller plus attentivement au développement harmonieux du Plateau par l'entremise de son Comité du développement urbain récemment mis sur pied.

Finalement, et non le moindre, l'ARP fêtera cette année le 20ième anniversaire de sa fondation. Les résidents du Plateau seront conviés à célébrer cet anniversaire à l'automne ce qui coïncidera avec l'inauguration de l'agrandissement du Centre communautaire du Plateau. N'hésitez pas a vous joindre à nous si vous désirez vous impliquer dans l'organisation de cette célébration.

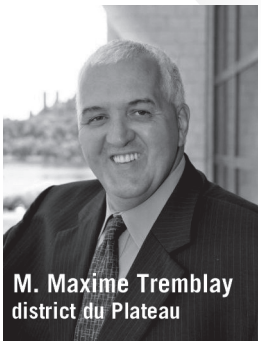
Je termine en vous invitant à communiquer avec nous par le biais de notre site web (arp2000@gmail.com) pour nous faire part de vos points de vue, questions, suggestions ainsi que pour tout autre sujets que vous pourriez vouloir partager avec nous. Je vous souhaite donc à tous et à toutes un excellent été 2014.

Serge Bertrand
Président de l'Association des résidents du Plateau.





MOT DU CONSEILLER


M. Maxime Tremblay
district du Plateau

Je profite de l'occasion pour souhaiter à toutes les résidentes et résidents du Plateau, un bel été 2014. Profitez des activités organisées par l'Association des Résidents du Plateau, que ce soit la fête foraine en mai ou les mardis classiques en juillet et aout. Également soyez prudent et évitez la vitesse dans les rues du quartier, en particulier aux abords des écoles. Des opérations policières seront effectuées.

Trottibus, l'autobus qui marche à Gatineau !

Félicitation à Caroline Pilon et aux bénévoles de l'École des Deux Ruisseaux. Il s'agit d'un autobus apédestre offrant la possibilité aux élèves du primaire de marcher pour se rendre à l'école tous les matins de manière sécuritaire et encadrée. Le Trottibus est une initiative de la Société canadienne du cancer (SCC), rendue possible grâce au soutien et à l'appui financier de Québec en Forme. Accompagnés d'adultes bénévoles, les élèves montent à bord de cet « autobus qui marche » en suivant un trajet et des arrêts prédéterminés.

Agrandissement du centre communautaire du Plateau

L'appel d'offre a été complété et la compagnie Boless a été sélectionnée. Les travaux doivent débuter dès la fin de l'école et l'ouverture du nouveau centre communautaire est prévue pour le mois de novembre prochain.

Accès à l'information

Vous êtes intéressés par le développement du quartier du Plateau ? Inscrivez-vous afin de recevoir l'Alerte citoyenne ! Vous recevrez une alerte à chaque fois qu'il y a un changement de zonage ou une dérogation mineure dans le district du Plateau.
http://www.maximetremblay.ca/f_alerte.htm

Cet été, l'Agence Bassin Versant des 7 fera la vérification de l'état de santé du ruisseau des Fées. Elle réalisera également une plantation dans sa bande riveraine, de même qu'une caractérisation et une analyse de la qualité de l'eau. Un contrat a également été donné pour la construction du sentier des Fées entre la rue de l'Atmosphère (école du Plateau) et le boulevard des Grives, de même qu'une passerelle pour relié le sentier à la rue du Satellite. Le contrat a également été octroyé pour la construction du parc Marigot. Bon été !

Maxime Tremblay
Conseiller municipal, district du Plateau
www.maximetremblay.ca
facebook.com/maxime123a

MÉNAGE DU PRINTEMPS AU PLATEAU

Samedi 26 avril, les nombreux bénévoles qui ont participé à la corvée de nettoyage ont reçu des T-shirts et des tasses commandités par Tim Hortons. Un grand merci aux Scouts de Hull qui malgré la pluie, se sont fait un devoir de remplir des sacs de déchets avec tout ce qui est apparu dans le paysage maintenant que la neige est fondue. Le plus désolant, c'est les 5 paniers d'épicerie qui se sont retrouvés dans le ruisseau des Fées, le long du Boul. Du Plateau. Si vous utilisez un panier, s.v.p. faites preuve de civisme et de respect en le retournant chez le marchand.

L'ARP a tenue cette activité en collaboration avec La Ville de Gatineau qui commanditait un BBQ et prenait en charge le ramassage des déchets dans le quartier. Tous les bénévoles se sont régalés au BBQ santé préparé par POINTE AUX JEUNES sur l'heure du midi. Je vous invite à regarder les photos prises à cette occasion sur notre site web. Cette activité de nettoyage reviendra à nouveau l'an prochain.

Lili Lemieux
Responsable du Nettoyage des berges.

DANS CE NUMÉRO

Mot du Président p.2
Mot du conseiller p.3
Ménage du printemps du plateau p.3
Mot du commissaire p.4
L'ARP : 20 ans déjà ! p.4
L'arbre de mon voisin fait trop d'ombre. Puis-je exiger une coupe ? p.5
Le tennis au plateau... de plus en plus populaire ! p.5
L'élargissement du chemin Pink p.6
Venez rencontrer Luna ! p.6
Vous voulez faire connaître votre entreprise aux résidents du Plateau p.7
Activités offertes par l'Ass. des résidents p.8

MOT DU COMMISSAIRE

TROTTIBUS

Le 14 avril dernier, j'ai eu le privilège d'effectuer le premier trajet lors du tout nouveau « Trottibus » menant à l'École des Deux-Ruisseaux. En effet, cet autobus de marcheurs permet aux élèves, accompagnés d'adultes bénévoles, de se rendre à pied à l'école de façon sécuritaire. L'objectif visé est de favoriser la marche comme mode de déplacement tout en favorisant l'amélioration de la santé des élèves et la qualité de vie de notre communauté par la réduction de la circulation automobile. Bravo à l'équipe de bénévoles et merci aux nombreux commanditaires.

BRIGADIERS SCOLAIRE ET PANNEAUX D'ARRÊTS

La commission scolaire des Portages-de-l'Outaouais (CSPO) a renouvelé sa demande auprès de la ville pour l'ajout d'un brigadier (adulte) au coin des rues du Tropique et de l'Atmosphère ainsi que du Plateau et du Marigot. De plus, lors du conseil des commissaires du 9 avril dernier, une demande a été effectuée auprès de la ville de Gatineau afin d'ajouter des panneaux d'arrêts obligatoire sur la rue de l'Atmosphère aux intersections de l'Été et du Printemps afin de rendre ce corridor scolaire plus sécuritaire pour les élèves.

AGRANDISSEMENT DU CENTRE COMMUNAUTAIRE

Le protocole d'entente entre la Ville de Gatineau et la CSPO concernant l'agrandissement du Centre communautaire à l'école du Plateau est maintenant approuvé. De plus, le contrat relatif à ce projet a été accordé. Les travaux d'agrandissement devraient commencer au courant de l'été. Finalement, après plusieurs années de travaux et de négociations, ce projet deviendra enfin une réalité. Merci à mon collègue Maxime pour sa ténacité et d'avoir toujours cru en ce projet.

FESTIVAL DES BÂTISSEURS

Du 13 au 15 juin prochain, se tiendra le festival des Bâtisseurs, occasion unique pour les jeunes, leurs parents et les gens curieux d'une nouvelle carrière, de voir, de toucher et de connaître les multiples facettes du domaine de la construction et, qui sait, de se découvrir une véritable passion. L'événement offre une programmation aussi instructive que divertissante avec les ateliers des métiers, tels que plombier, électricien, charpentier, menuisier, briqueteur et bien d'autres.

Les jeunes et le grand public ont accès, en toute sécurité, aux pelles mécaniques, mini-chargeurs, mini-pelles et des pelles rétrocaveuses. Ce festival éducatif, qui se tiendra sur le boulevard de la Carrière (près du Casino) fait la promotion des métiers de la construction, de la formation professionnelle et de l'importance de la persévérance scolaire. Soyez-y en grand nombre !

LE PRIX DU BÉNÉVOLE

La remise du prix du bénévole en était à sa huitième édition cette année à la CSPO. Cette remise se veut un moment privilégié qui permet de souligner les actions quotidiennes de ces personnes au cœur même de la vie scolaire.

Encore une fois cette année, les bénévoles nominés de notre communauté fait toujours excellentes figures dans nos écoles, ainsi qu'à la CSPO. Les récipiendaires sont : Mesdames Geneviève Chatillon (École des Deux-Ruisseaux), Marie-Chantal Cabot (École du Marais), Isabelle Désamoré (École du Plateau) et Claudia Antonini (École secondaire Mont-Bleu). Félicitations pour ce prix bien mérité et merci pour votre implication.

Enfin, je vous invite à me faire part de vos commentaires et questions et il me fera un grand plaisir de vous y répondre. Toujours en vous remerciant de la confiance que vous me témoignez, je vous souhaite un bel été.

Dominique Kenney

Commissaire circonscription 08 - du Plateau
kenneydo@cspo.qc.ca

L'ARP : 20 ANS DÉJÀ !

VENEZ CÉLÉBRER AVEC NOUS LES 20 ANS DE L'ARP !

Eh oui ! L'ARP a déjà vingt ans. Nous ne pouvions passer sous silence cette étape importante de la vie de notre association. Les célébrations du 20ième anniversaire de l'ARP se dérouleront en deux phases. La première se tiendra conjointement avec l'épluchette de blé d'inde à la fin de l'été. Cette fête populaire très appréciée de notre quartier est aussi bien ancrée dans la tradition de l'ARP.

Elle représente donc une occasion de choix pour souligner, dans une ambiance conviviale, l'engagement communautaire de notre association ainsi que le soutien continu aux activités familiales au cours des vingt dernières années. La seconde phase se déroulera en novembre lors de l'inauguration officielle du centre communautaire. Plus de détails sur ces événements vous seront communiqués au cours des prochains mois.

Raynald Létourneau

L'ARBRE DU VOISIN FAIT TROP D'OMBRE. PUIS-JE EXIGER UNE COUPE ?

La réponse est non, vous ne pouvez rien exiger du tout ! Vous devez tenter de vous entendre avec le voisin pour l'élagage des branches dérangeantes. Peine perdue ? Vous pouvez toujours porter la question en cour, mais la jurisprudence indique que vous courez à l'échec: difficile de convaincre un juge que l'ombre constitue « un préjudice sérieux »...

« L'ombrage d'un arbre est considéré par les juges comme un inconvénient normal de voisinage, au même titre que les feuilles tombées dans l'écumoire de la piscine », explique Jean Lamontagne, consultant et professeur en arboriculture.

Souvent convoqué en cour comme expert, pour estimer la valeur pécuniaire d'un arbre et son potentiel nuisible, M. Lamontagne ajoute que la situation est différente lorsqu'il y a dommage pécuniaire à la propriété. Par exemple, la croissance de l'arbre peut nuire à un mur, à une gouttière, à un toit; ses racines peuvent bloquer un tuyau d'égout. Le propriétaire de l'arbre doit alors assumer ses responsabilités.

« Il faut conserver les preuves des dépenses causées par la nuisance de l'arbre, si on veut déposer une plainte à la Cour du Québec. On peut se tourner vers la division des petites créances [pas besoin d'avocat] si la somme réclamée est inférieure à 7000$, ou aux instances supérieures si la somme est plus élevée. Mais alors, gare aux frais d'avocat ! » Ne pas tailler l'arbre du voisin « Si vous taillez l'arbre du voisin sans sa permission, vous êtes coupable! rappelle M. Lamontagne. On ne peut pas élaguer un arbre qui ne nous appartient pas. »

L'arbre relève du terrain sur lequel repose son tronc. Il pousse sur la frontière entre les deux terrains ? « Le juge peut partager les responsabilités à 50-50, explique M. Lamontagne. Parfois aussi, il peut les répartir au prorata de la base de l'arbre, qui peut reposer, par exemple, à 80% sur un terrain et à 20% sur un autre. »

Règlements municipaux

Veuillez consulter la Ville de Gatineau pour connaître les règlements municipaux concernant la coupe d'arbres.

Source : Carole Thibaudeau, Journal La Presse, 28 Aout 2013.
http://maison.lapresse.ca/habitation/conseils/201308/28/01-4683918-larbre-du-voisin-fait-trop-dombre-puis-je-exiger-une-coupe.php

LE TENNIS AU PLATEAU … DE PLUS EN PLUS POPULAIRE !

Bien que le printemps tarde sérieusement à s'installer, le Club de tennis de Hull (CTH), en collaboration avec Tennis Outaouais Performance (TOP), est fier de proposer aux citoyens une autre belle saison à tous les amateurs de ce sport de plus en plus populaire.

Déjà les 28 et 29 avril dernier, tous les élèves de la première à la troisième année de l'École du Plateau ont reçu la visite de Jean-François Tremblay (TOP) pour des sessions d'initiation à la pratique du tennis. Grâce à un appui de Québec en forme, le Club a pu offrir ce service gratuitement. Plusieurs jeunes du Plateau sont aussi inscrits au camp de jour de tennis au Parc Bisson et quelques-uns à la nouvelle ligue échelle au Parc de l'Île.

Tout comme les jeunes, les adultes du Plateau ont démontré clairement leur intérêt en s'inscrivant en grand nombre aux activités proposées par le Club. Plus de 50 adultes sont inscrits aux ligues méli-mélo qui se dérouleront les lundis, mardis et mercredis soirs de 19 h à 21 h sur trois terrains de tennis. Un terrain demeure accessible pour la pratique libre. Plusieurs résidents du Plateau se sont également inscrits aux ligues régulières qui ont lieu au Parc de l'Île.

Tous seront heureux d'apprendre que la surveillance des terrains de tennis débutera dès le 12 mai prochain pour se terminer le 1er septembre. Les heures de surveillance seront du lundi au vendredi de 17 h à 22 h et les samedis et dimanches de 8 h à 16 h. Nous comptons d'ailleurs sur la vigilance de tous les citoyens pour protéger cette infrastructure municipale contre le vandalisme. N'hésitez pas à communiquer avec le 311 pour signaler certaines situations problématiques aux abords et sur les terrains de tennis.

Le Club et TOP seront de nouveau présents lors de la Fête foraine qui aura lieu le 31 mai prochain pour mousser la pratique du tennis par le biais de démonstrations participatives. Plusieurs résidents du Plateau seront impliqués dans l'organisation des différentes activités encore cette année, mais le Club invite à nouveau toute personne intéressée à participer ou bonifier l'offre de services à se joindre à l'équipe en place.

Bonne saison de tennis !

Lise Toupin
Présidente
Club de tennis de Hull
819-595-0228 (rés.)

APPEL À L`AIDE ET À LA COOPÉRATION POUR UNE ÉCOLE EN AFRIQUE

Chers amis du Plateau,

Notre collègue et voisine, Vice Présidente de l'ARP, Lyliane Dongué lance un appel à toute personne désirant soutenir l'éducation de base en Afrique à se joindre à elle pour soutenir le Groupe Scolaire Bilingue l'Étoile (GSBE) de Douala au Cameroun.

Le GSBE est un établissement primaire et secondaire d'enseignement général, situé dans la banlieue de Douala qui a été fondé en 1988 par les parents de Lyliane afin de donner accès à l`éducation à des enfants habitant un quartier éloigné de tout service de base, sans dispensaire ni école. Depuis la présence du GSBE, dans le quartier, de petites activités économiques de subsistance ont vu le jour permettant à de nombreuses femmes de croire en un avenir possible pour elles leurs enfants.

Justement, l'appel de ce jour est pour la mise en place prioritaire d'un service de garde pour les enfants de la maternelle afin que les parents ayant plus d'un enfant au GSBE puissent venir récupérer leurs enfants au même moment. Le GSBE demande donc de l'aide dans le matériel de garderie de petite enfance incluant lits, matelas, draps et couvertes, tables et chaises, jouets, livres de lecture, CD et DVD pour enfants…etc.

Pour faire des dons en espèce de 25$ et plus, un reçu d'impôt pourra être rédigé par l'association caritative AAED (Association d'Aide à l'éducation et au Développement), un organisme canadien d'aide à l'éducation auquel le GSBE est affilié.

De plus le GSBE est aussi ouvert à toute collaboration en enseignement (et même en santé) comme des stages ou des projets de retraite afin que les enseignants et les enfants puissent toujours apprendre et être ouvert sur le monde.

Le GSBE remercie aussi la Ville de Gatineau, le Conseiller Maxime Trembley et tous les membres du Syndicat des enseignants de l'Outaouais, dont les dons en livres usagés envoyés en 2012 a permis d'ouvrir une petite bibliothèque au sein du GSBE à la rentrée de septembre 2013.

Un gros merci à tous,
Contact et renseignements :

Lyliane Dongué
lyliantchatchoua@hotmail.com
819-360-9021.

CET ÉTÉ, VENEZ RENCONTRER LUANA DANS L'UN DE VOS PARCS PRÉFÉRÉS !

Chaque semaine, venez écouter les contes de Luana et laissez-vous transporter dans un monde imaginaire grâce à ses histoires inédites et ses personnages attachants. Luana est peut-être née de la poussière d'étoile ou a traversé le temps on ne sait trop comment... ce que l'on sait est qu'elle est arrivée discrètement pour faire du bien aux enfants... et aux parents.

Afin de s'assurer de rencontrer toutes ses petites étoiles, Luana visitera un parc différent chaque semaine. Une activité gratuite et originale afin de faire découvrir le merveilleux monde de la lecture et de l'imaginaire aux enfants âgés de 3 à 8 ans.

Veuillez consulter le site Internet de l'ARP ou la page Facebook Les contes de Luana afin de connaître la programmation.

GROUPE DE JEUX PARENTS-ENFANTS DU PLATEAU

Groupe de jeux parents-enfants du Plateau, pour les 1-5 ans. De septembre à juin, presque tous les vendredis de 9h à 11h30. Jeux, chansons,bricolages et histoires. Souliers d'intérieur requis. Désolée, nous ne prenons pas de garderie, nounou, gardienne. Cette activité est gratuite et se déroule en français.

Pour plus d'informations, joignez la maman bénévole par courriel: heidi_warten@hotmail.com

Appelez, cliquez ou passez nous voir
pour courir la chance de
GAGNER 15000$
Cabinet de services financiers
147, Boul. D'Europe, suite 102
819-776-2667
Habitation Automobile Vie
Placements Entreprise Voyage
co-operators
Assurance et services financiers
† Réglement du concours disponibles au coooperators.ca

VOUS CHERCHEZ UNE GARDIENNE ? OU UN GARDIEN ?

CONSULTEZ NOTRE SITE WEB:

http://www.residentsduplateau.com/
Gardiennes et Gardiens au plateau

VOUS VOULEZ FAIRE CONNAÎTRE VOTRE ENTREPRISE AUX RÉSIDENTS DU PLATEAU ?

ANNONCEZ DANS LE JOURNAL DU PLATEAU

Le Journal du Plateau est maintenant distribué à plus 8000 foyers sur le territoire du Plateau et est grandement apprécié des résidents.

Le Journal du Plateau offre donc à ses annonceurs une large visibilité sur l'ensemble du territoire du Plateau à un prix avantageux tout en soutenant les activités de l'Association des résidents du Plateau.

N'hésitez pas à nous contacter si vous désirez obtenir plus d'information sur les possibilités d'annoncer votre entreprise dans notre Journal à arp2000@gmail.com.

Vous pouvez également consulter notre site internet à l'adresse suivante : http://www.residentsduplateau.com/

Serge Bertrand
Président de l'Association des résidents du Plateau.

Service de garderie · Pension · Toilettage Libre-Service
Cours d'obéissance · Boutique spécialisée · toilettage professionnel
Le Loft Canin
de l'Outaouais
1700 chemin Pink Gatineau, Qc. J9J 3N7
819-205-1055 www.loftcanin.com

ACTIVITÉS OFFERTES PAR L'ASSOCIATION DES RÉSIDENTS DU PLATEAU

ACTIVITÉS	DATES
NETTOYAGE DES BERGES	26 Avril 2014
BOUMS	Fév. 2014/ Mai 2014/Nov. 2014
GROUPE DE JEUX PARENTS-ENFANTS	Tous les vendredis matins (Pause de Juin à septembre)
FÊTE FORAINE ET PLATEAU DE CULTURE	31 Mai 2014
KARATÉ	Les samedis matins et les mercredis soir de sept. 2013 à juin 2014
MARDIS CLASSIQUES	Juillet-Août 2014
JOURNAL	Mai/ Oct. / Nov. et Mars de chaque année
ÉPLUCHETTE DE BLÉ D'INDE	20 Septembre 2014
ÉCHANGE DE PLANTES	Lors de la Fête foraine et l'Épluchette de blé d'inde
FÊTE DE NOËL	Décembre 2013
PATINOIRES DE PROXIMITÉ	Janv. et Fév. 2015
SITE INTERNET DE L'ARP	www.residentsduplateau.com
COURRIEL DE L'ARP	ARP2000@gmail.com

SOUFFREZ-VOUS
de douleur au bas du dos ou au cou?

SpineMED® decompression system

Chiro du Plateau

Dre Marie-Eve Claveau DC

201-195, rue de l'Atmosphère
Gatineau
819 800-0753
www.chiroduplateau.ca

La Décompression Discale SpineMed est une procédure à la fine pointe de la technologie, **sécuritaire et confortable** pour :

Ouvert le soir

- Hernie discale
- Dégénérescence discale/Arthrose
- Sciatique
- Sténose spinale

Bilingual service

The decompression system SpineMed is a procedure **Safe, Pain-Free, and Comfortable**
- Herniated Disc
- DegenerativeDisc/Osteoarthritis
- Sciatica
- Spinal Stenosis

AUTRES SERVICES OFFERTS
- Soins durant la grossesse
- Technique de travail musculaire spécialisée (Active Release Technique)
- Technique d'ajustement chiropratique sans craquement (méthode Activator)
- Massothérapie

Vous voulez communiquer avec nous ? Écrivez nous à l'adresse suivante : *arp2000@gmail.com*