

Le journal

www.residentsduplateau.com

DU PLATEAU



UNE FÊTE DE NOËL POUR TOUTE LA FAMILLE

Dimanche 14 décembre de 13h à 16h au gymnase de l'école Du Plateau, 145 Atmosphère.

Chant choral, conte de Noël, spectacle de magie, visite du Père Noël, maquillage, structures gonflables et collations préparées gracieusement par le Café Atmosphère. Tout ce programme est possible grâce à nos bénévoles et à la Ville de Gatineau pour son soutien à l'ARP, reconnue comme organisme grand partenaire. Grand merci également à notre conseiller municipal, M. Maxime Tremblay, soutien pour tous les événements de l'année ainsi qu'à Mme Nycole Turmel, députée fédérale de Hull-Aylmer, Mme Maryse Gaudreault, députée provinciale de Hull et la Caisse Desjardins de Hull, qui nous permettent de vous réunir, vous divertir et bien vous préparer pour cette période de réjouissance.

Votre association vous convie donc avec vos proches et vos voisins à un spectacle de magie présenté par Patrice Meunier, magicien professionnel de Montréal. Il saura vous éblouir et vous mystifier par ses numéros mettant en valeur de la magie ultra visuelle et la participation comique de volontaires.

Il sera précédé par la chorale de l'école Des Deux-Ruisseaux, sous la direction de M. Patrick Sobczak, qui saura vous mettre dans l'ambiance des Fêtes. Suivra Luana, qui a raconté plusieurs contes inédits cet été dans les parcs du quartier. Elle vous présentera son conte de Noël à cette occasion.

C'est avec la visite du Père Noël, qui viendra rencontrer les jeunes qui souhaitent lui parler, que se terminera cette fête qui vise à socialiser avec nos voisins, à créer un sentiment d'appartenance



et à sensibiliser au partage. Comme l'entrée est gratuite, nous vous demandons, si c'est possible, d'apporter une denrée non périssable ou un jouet qui ne sert plus, mais en bon état, qui sera remis à la Guignolée à la fin de la journée. Nous avons écouté les demandes des parents et il y aura 3 maquilleuses ainsi que 2 structures gonflables pour éviter les attentes trop longues.

Nous souhaitons vous voir en grand nombre dimanche 14 décembre dès 13h et comme cette fête se déroule dans un gymnase, nous vous demandons d'apporter vos souliers d'intérieur. Les bottes seront déposées au vestiaire dans la salle communautaire.

Lili Lemieux
Vice-présidente de l'ARP

MOT DU PRÉSIDENT



Chers résidents et résidentes du Plateau,

Comme vous le savez sans doute, L'Association des résidents du Plateau qui fête ses 20 ans d'existence cette année est très active au sein de la communauté du Plateau et vous, chers résidents et résidentes du Plateau, avez participé en grand nombre aux diverses activités organisées par votre Association depuis sa fondation en 1994. Voilà une belle démonstration du dynamisme de la vie communautaire dans notre quartier.

L'ARP s'est aussi impliquée activement depuis sa création dans plusieurs enjeux concernant le développement urbain du Plateau dont l'implantation des premières écoles primaires, la mise en place du plan stratégique du projet Cœur du Plateau, l'élargissement du Chemin Pink, l'agrandissement du Centre communautaire du Plateau, la sécurité à vélo, pour ne nommer que ceux -là.

Votre Association publie aussi le Journal du Plateau quatre fois par année pour mieux communiquer et rester en contact avec vous, résidents et résidentes du Plateau. De quelques 300 copies au départ, le Journal est maintenant distribué à presque 9,000 foyers dans le quartier du Plateau. Pour mieux vous informer de nos activités et des divers enjeux et nouvelles concernant notre quartier, l'ARP a aussi mis sur pied un site Web qui est mis-à-jour régulièrement.

L'existence ainsi que la longévité de l'Association des résidents du Plateau sont en grande partie dues à la participation de commanditaires privés et de la Ville de Gatineau. Les différents projets soutenus par l'Association doivent en grande partie leur succès à la générosité de ces différents partenaires qui s'y associent. Toutefois, rien de tout ça

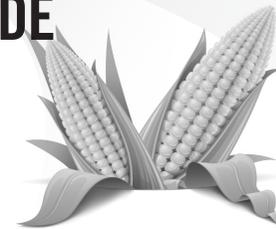
ne pourrait être possible sans l'immense implication de bénévoles qui, depuis le tout début, donnent de leur temps sans compter pour assurer le bien-être du quartier et de ses résidents et résidentes. C'est à eux que nous devons l'impressionnante évolution de la vie communautaire que nous connaissons dans le secteur du Plateau.

L'ARP est donc fière d'avoir contribué à stimuler et à mettre en valeur la qualité de vie dans notre quartier grâce aux nombreux résidents et résidentes qui se sont impliqués comme membres bénévoles au sein du Conseil d'administration de l'ARP au cours des 20 dernières années.

Alors, si vous avez un peu de temps de disponible et si vous désirez vous aussi vous impliquer dans votre communauté, l'ARP a besoin de vous afin de pouvoir continuer à jouer son rôle au sein de notre communauté. Vous voulez faire une différence et contribuer à la vie communautaire de votre quartier? Joignez vous à nous en nous communiquant votre intérêt de participer activement à la vie communautaire de notre beau quartier par l'entremise de notre adresse courriel : ARP2000@gmail.com.

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

FÊTE DES 20 ANS DE L'ARP ET ÉPLUCHETTE DE BLÉ D'INDE (bilan)



L'épluchette de blé d'Inde organisée en septembre dernier au parc du Méridien pour célébrer les 20 ans de l'ARP a encore une fois accueilli beaucoup de visiteurs malgré la météo incertaine.

Les différentes activités d'animation et de détente furent appréciées de tous. Les enfants furent les mieux servis en loisirs avec le mur d'escalade. Patrice Meunier avec sa magie ambulante en a impressionné plus d'un. La prestation des Mixed-Nuts, la mascotte Ti-Gars de IGA, les maquillages ont fait bien des heureux.

L'extraordinaire équipe de bénévoles de la Banque Laurentienne a travaillé sans relâche cette année encore pour servir du maïs tout à fait succulent ainsi que des hot-dogs. Notons aussi la généreuse contribution du IGA Extra du Plateau qui a fourni l'épicerie pour cette activité. Merci à RONA L'Entrepôt pour les abris temporaires

Bien évidemment, la ville de Gatineau fait partie de notre soutien traditionnel par son assistance multiforme. Nous réitérons aussi toute notre reconnaissance à notre conseiller municipal, monsieur Maxime Tremblay.

Nous avons aussi profité de cette occasion pour célébrer les 20 ans de l'ARP en présence de plusieurs invités de marque, dont Madame Nycole Turmel, députée de Hull-Aylmer ainsi que M. Maxime Peneaud-Jobin, maire de Gatineau, M. Maxime Tremblay, conseiller municipal pour le quartier du Plateau, M. Pierre Chénier, conseiller municipal qui a joué un rôle crucial dans la fondation de l'ARP en 1994, M. Dominique Kenney, commissaire pour la circonscription du Plateau, ainsi que de nombreux anciens présidents de l'ARP.

La participation de Enviro-Educ-Action avec son slogan de « zéro déchet » est aussi à souligner. Grâce aux efforts de tous, 165 kg de matières ont été compostés, 35 kg recyclés et 2 kg jetés pour un taux de récupération de 98%. Bravo pour cet événement éco-responsable.

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



Clinique dentaire Yves Barrette

DR. ÉMILIE MATTER

107, rue Gatineau, Gatineau, Qc
187 1W1 Tél. : 819 595-3312



CAFÉ ATMOSPHÈRE

Tel.: 819.771.2226

Le personnel du Café Atmosphère vous souhaite de passer un merveilleux Temps des Fêtes. Il vous offre ses meilleurs vœux pour l'année 2015 et espère vous revoir tous en excellente santé.

PS: EN CE MOIS DE DÉCEMBRE, PRÉSENTEZ CE COUPON ET VENEZ DÉGUSTER UN CAFÉ RÉGULIER GRATUIT.

Entreposage Aylmer

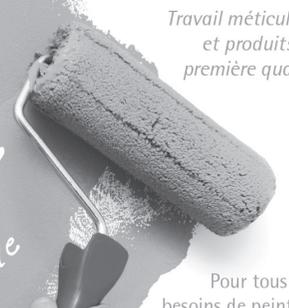


Accès Quotidien - Sécuritaire	Daily Access - Secure
Humidité Contrôlé	Humidity Control
Location de Camion	Truck Rentals
Boîtes à Vendre	Boxes for Sale

entreposage@videotron.ca www.entreposageaylmer.ca
951 ch. Vanier, Gatineau, Qc, J9J 3J2 (819) 685-1919

RBO #5636-4458-01

Peinture Bastille



Travail méticuleux et produits de première qualité

Jean-Guy Bastille
819 665-4182

Pour tous vos besoins de peinture

DANS CE NUMÉRO

Mot du Président.....	p.2
Fête des 20 ans de l'ARP et épluchette de blé d'inde (bilan).....	p.3
Groupe de jeux parents-enfants du Plateau.....	p.3
Mot du conseiller.....	p.4
Mot de la Commissaire.....	p.5
L'histoire de l'ARP.....	p.5
Points saillants de l'histoire de l'ARP.....	p.5
Historique de l'ARP 10 dernières années.....	p.6-7
Vous voulez faire connaître votre entreprise aux résidents du Plateau.....	p.7

MOT DU CONSEILLER



M. Maxime Tremblay
conseiller municipal
district du Plateau

LE CŒUR DU VILLAGE DU PLATEAU UN RÊVE, UN PROJET, UNE RÉALITÉ

Lors de la campagne électorale de novembre 2013, j'avais ciblé comme grande priorité le développement du cœur du village du Plateau. Après un an, je suis très heureux de vous dresser un premier bilan.

Infrastructures et développement commercial

Le prolongement de la rue de Bruxelles jusqu'au carrefour giratoire Europe/Plateau, qui séparera le parc central du développement de commerces de proximité et de la place publique, a débuté cet automne. Cette construction était essentielle car elle permettra l'installation des aqueducs et égouts. Je tiens à remercier le développeur, Plateau de la Capitale, qui a accepté de devancer ces travaux.

Pour ce qui est du développement de commerces de proximités, les études économiques démontraient qu'un minimum de 70 000 pieds carrés d'espaces commerciaux était nécessaire pour exercer son pouvoir d'attractivité, de même qu'un bassin de population de 17 000 personnes et plus. Depuis un an, nous avons atteint ce nombre. Le développeur est toujours à la recherche d'un promoteur.

Parc central

Une présentation publique a eu lieu le 30 septembre dernier afin de présenter aux résidents du Plateau, le plan concept du parc central. Un montant de 1 700 000 \$ sera investi en 2015 pour la réalisation de la phase récréative qui inclut : un parc de skate permanent, des structures de jeu, un jardin communautaire, des jeux d'eau, etc. De

plus, le site pourra être en mesure de recevoir une des deux patinoires grandeurs de la ligue nationale que la fondation des Sénateurs d'Ottawa désire réaliser à Gatineau.

Grande nouvelle, au moment de mettre sous presse, le conseil municipal devait adopter des investissements de l'ordre de 22 millions de dollars pour le réseau de bibliothèques de proximité et ressources, dont la priorité numéro 1 est celle du Plateau !!!

Services et établissements

Lors des derniers mois, deux décisions importantes ont été prises qui pourraient avoir des impacts importants. Le centre de santé et des services sociaux de Gatineau a déposé son plan d'action 2025 et il prévoit un CLSC au Plateau dans son projet de redéploiement. Également la Commission Scolaire des Portages de l'Outaouais a adopté une résolution demandant au gouvernement du Québec une école secondaire pour 2019.

Divers

Lors de la dernière année, les réalisations suivantes ont été complétées : les parcs du Shamal, Vaudaire et du Marais, le sentier des fées phases 2 et 3, et l'agrandissement du centre communautaire.

Je vous invite à consulter mon site internet, beaucoup d'information s'y retrouve, dont un tableau de suivi des priorités.

Maxime Tremblay
Conseiller municipal
district du Plateau

DON POUR LE CENTRE COMMUNAUTAIRE DU PLATEAU

La députée de Hull à l'Assemblée nationale du Québec, Madame Maryse Gaudreault a remis une contribution de 2000 \$ à l'Association des résidents du Plateau (ARP) pour l'agrandissement de leur Centre communautaire. Elle en a profité pour remercier les dévoués bénévoles de l'ARP qui sont très engagés dans leur communauté.



De gauche à droite : Lili Lemieux, Maryse Gaudreault, Serge Bertrand et Maxime Tremblay

MOT DE LA COMMISSAIRE



Bonjour chers résidents et résidentes du secteur du Plateau

Pour faire suite, aux élections scolaires du 2 novembre dernier, j'ai été élue commissaire scolaire de la circonscription du Plateau qui comprend les écoles primaires du Plateau, des Deux-Ruisseaux, du Marais et de l'Amérique-Française, ainsi que l'École secondaire Mont-Bleu.

Je tiens donc à offrir mes plus sincères remerciements à tous les électeurs et électrices qui se sont

déplacés(es) pour venir voter et qui m'ont donné leur appui dans le but de les représenter au cours des quatre prochaines années.

Mes engagements sont de :

- veiller à la sécurité de nos enfants autant aux abords de nos écoles ainsi que pour s'y rendre
- travailler en étroite collaboration avec les électeurs
- être à l'écoute des parents de la circonscription
- travailler avec la commission scolaire pour les besoins de nos enfants
- défendre les enjeux de nos écoles du secteur

Enfin, je vous invite à consulter mon site web sur lequel je prévois afficher de l'information pertinente au besoin <http://nathalievilleneuve.ca>

Encore une fois merci de me faire confiance, c'est avec plaisir que je travaillerai avec vous tous.

Nathalie Villeneuve
Commissaire de la circonscription
08 - du Plateau

L'HISTOIRE DE L'ARP

Dans le cadre du vingtième anniversaire de l'association des résidents du Plateau, le C.A. a voulu retracer l'histoire de l'ARP depuis ses débuts. Le mandat de recherche et de rédaction été confié à Mlle Camille Renaud, étudiante en communication à l'université d'Ottawa. Le document est disponible sur notre site Web.

Points saillants de l'histoire de l'ARP

1985 : Création du secteur du Plateau – décret de la Ville de Hull pour prendre possession d'une partie de la Ville d'Aylmer;

1989 : Premières résidences du quartier, rue Des Cèdres

Mai 1993 : Premières discussions de Pierre Chénier avec des résidents dans le but de créer une association de quartier;

Première activité en septembre 1993 : Épluchette de blé d'Inde;

Été 1994 : Inauguration du parc du Méridien, le seul parc de quartier;

1994 : Création de la Charte de l'ARP;

1994 : Création du Journal du Plateau avec ± 300 copies distribuées – aujourd'hui + de 9000;

1998 : L'ARP reçoit le prix de l'Organisme communautaire de l'année. Ce ne sera pas le dernier prix pour lequel l'association ou ses membres seront nommés à travers les années;

1999 : Ouverture de la première école primaire du quartier : l'école Du Plateau et du centre communautaire avec la participation de l'ARP au projet;

2000 : Inauguration du premier site web de l'ARP;

Mars 2000 : L'ARP reçoit le trophée du Mérite municipal 2000 dans la catégorie Organisme communautaire pour la région administrative de l'Outaouais, remise par la ministre Madame Louise Harel à Marc Jacques Girard;

Été 2001 : Début des « Mardis classiques »;

Janvier 2002 : Fusion municipale de la Ville de Gatineau - le secteur ouest (Aylmer) se rajoute au Plateau et l'ARP doit modifier sa charte;

Automne 2004 : Ouverture de l'école primaire Des Deux-Ruisseaux;

Août 2008 : Décès de Jeannine Doyle-Cormier, membre marquant de l'ARP pendant 15 ans;

Septembre 2010 : Ouverture de l'école Du Marais;

2013 : Gatineau reçoit le titre de Grand Partenaire de la Ville de Gatineau;

Novembre 2014 : Inauguration du nouveau centre communautaire du Plateau, projet mis sur pied par l'ARP.

RÉSUMÉ DE L'HISTORIQUE DE L'ASSOCIATION DES RÉSIDENTS DU PLATEAU (2004-2014)

À l'automne 2004, la deuxième école primaire l'école Des Deux-Ruisseaux est ouverte. L'ARP a joué un rôle primordial dans la venue de cette 2^{ème} école primaire. L'ARP a rencontré le ministre de l'Éducation fait signer des pétitions et a entrepris une campagne de relation publique. Rappelons que la première école primaire du Plateau débordait déjà 2 ans après son ouverture en 1998.

De 2004 à 2009, le Plateau est en plein effervescence. L'ARP ne cesse de grossir et on dénombre plus d'une vingtaine d'activités organisés par année avec un nombre croissants de bénévoles. En plus du marché aux puces, de la fête de Noël, l'épluchette de blé d'inde, les activités préscolaires, la journée des sucres, le centre ado, créé en 2007, présente toute une série d'activités pour le grand plaisir des adolescents. Bien que la première "Boum du Plateau", danse organisé par l'ARP pour les 10 à 14 ans, eu lieu en 2004, c'est vraiment en 2006, 2007 et 2008 que cette activité a connu un succès retentissant et fut couru par les adolescents. Le Centre-Ado du Plateau organise sa première "BOOM" en 2007 et l'ARP continue depuis sa supervision qui a toujours lieu de 2 à 3 fois par année dans le gymnase de l'école du Plateau.

Durant cette période, le Plateau connaît une forte croissance démographique accompagnée particulièrement par un fort développement résidentiel dans le secteur ouest soit dans les limites de l'ex-ville d'Aylmer. Ainsi, la population du Plateau passe de 5580 résidents en 2001 à 9185 en 2006. Cette forte croissance exerce des pressions sur tout le réseau routier et occasionne une nette hausse de circulation automobile sur des petites rues du quartier. L'ARP intervient à maintes reprises auprès des autorités de la ville pour exiger la construction des artères collectrices. Ainsi, l'ARP a fait des représentations pour la construction du boul. des Grives au nord de la rue de l'Atmosphère et au sud jusqu'au boulevard du Plateau en 2003 et 2004. La construction résidentielle battant son plein dans le secteur ouest, l'ARP demande à la ville à ce que le boulevard du Plateau soit complété pour se prolonger jusqu'au boul. de l'Europe. La zone commerciale du Plateau occasionne également une forte augmentation de la circulation automobile qui faute d'accès se retrouve un peu partout dans les rues du quartier. Aussi, les premiers bouchons de circulation sont observés à l'intersection boul. St Raymond et du Plateau aux heures de pointes et les jours de magasinage. À l'hiver 2005, la ville fait paraître un avis de demande de changement de zonage dans la moitié ouest de la zone commerciale du Plateau. L'ARP participe aux consultations publiques et s'oppose à ce changement de zonage pour 2 raisons : il n'y a aucun projet pour relier le centre commercial au futur boulevard des Allumetières et le changement de zonage augmentera encore la circulation automobile tout autour de la zone commerciale au Plateau. Suite à la signature du registre, la ville recule et laisse tomber la demande. En 2007, le boul. des Allumetières est ouvert reliant le secteur d'Aylmer au centre-ville et boulevard des Grives reliera le boul. des Allumetières 3 ans plus tard soit en octobre 2010.

En 2009 suite à de nombreux accidents dont un mortel à l'hiver 2009 à l'intersection du boul. des Grives et du chemin Pink, le ministère des Transports du Québec défraie les coûts pour les études d'impact environnemental pour l'urbanisation du chemin Pink entre la rue de la Gravité et le boul. des Grives. L'ARP participera aux audiences du BAPE en 2011. Le tronçon fait toujours partie des discussions entre l'ARP et le gouvernement du Québec.

Agrandissement du centre communautaire

En 2006, la messe dominicale destinée aux jeunes familles du quartier se déroule au centre communautaire du Plateau et à l'occasion dans le gymnase. Un projet conjoint avec la communauté chrétienne et l'ARP voit le jour au printemps 2007 pour l'augmentation de 2500 pieds carrés au centre communautaire du Plateau. L'ARP travaille d'arrache-pied pendant les années qui suivront et le centre communautaire sera finalement agrandi cette année soit 7 ans plus tard.

Cœur du Village urbain du Plateau

Suite à l'adoption du plan stratégique des villages urbains par la ville de Gatineau en 2004, l'ARP s'est impliqué et a participé aux deux soirées de consultations en 2007 et 2008 sur le cœur du village urbain du Plateau. Le projet du cœur prévoit une allée piétonnière avec place publique, de petits restaurants et services de proximité au rez-de-chaussée et condominiums à l'étage, une bibliothèque, un grand parc central avec terrains sportifs, soccer, tennis, et des sentiers piétonniers et pistes cyclables.

2010- 2014

En Septembre 2010, la troisième école primaire au Plateau, l'école du Marais, est inaugurée dans le secteur ouest près du chemin Vanier. L'ARP intervient auprès de la CSPO pour les bassins de cette nouvelle école au Plateau et fait des pressions pour que le boul. du Plateau soit complété reliant les secteurs est et ouest. Le boul. du Plateau sera finalement complété en décembre 2012. Il s'étire d'un bout à l'autre du Plateau sur plus de 5,0 km et demeure le plus long boulevard à voies séparées à Gatineau, en excluant le boulevard des Allumetières.

La population du Plateau continue sa forte augmentation démographique avec une population qui passe de 9185 en 2006 à 15 340 en 2011. En 2011, la population du Plateau dépasse celle des ex-villes de Buckingham 12 050 et de Masson Angers 12 400. Aujourd'hui la population du Plateau est estimée à 17, 000 et l'ARP distribue plus de 9 000 copies du Journal aux résidents quatre fois par année.

En 2011, l'ARP innove avec la fête foraine et reçoit le certificat émérite pour la gestion écologique par Enviro EducAction. Grâce à cette nouvelle initiative de l'ARP, la fête foraine atteint un taux de récupération de 97%. Cette nouvelle gestion des activités se continue depuis 2011 et ce pour toutes les activités de l'ARP.

En avril 2011, l'ARP participe à l'assemblée publique de consultation sur les modifications au plan d'urbanisme, au règlement de zonage et aux plans d'implantation et d'intégration architecturale pour le cœur du village urbain du Plateau. Cette dernière étape des consultations du cœur du village urbain du Plateau met officiellement en vie le cœur du village urbain du Plateau. La première phase de la rue de Bruxelles qui traverse le cœur du village urbain est complétée et l'ARP a participé à la consultation sur l'aménagement du parc au cœur du village cet automne.

De 2004-2014, l'ARP sera dirigé par 6 présidents, soit Alain Pilon 2000-2005, Maxime Tremblay 2006-2009, Olivier Aubert 2009-2010, Jacinthe Asselin 2010-2011, Francis Mercier 2011-2012 et Serge Bertrand 2012 à aujourd'hui.

Au cours des 10 dernières années, l'ARP a non seulement su relever les nouveaux défis et gérer une croissance effrénée, mais elle a su déjouer bien des prévisions et des tendances. En effet, bien peu d'associations de quartier peuvent se vanter de continuer à gérer avec

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.

autant de dynamisme, de rigueur et de professionnalisme, pendant 20 ans d'existence, les activités de tout un quartier. Combien d'associations depuis 20 ans ont cessé d'exister faute de relève? S'il y a bien une leçon à tirer, c'est la volonté des résidents du Plateau de garder leur association de quartier.


Alain Pilon
Membre du CA de l'ARP



819-918-1755

335, boul. Alexandre-Taché
(sous le Palais du Vietnam)
www.institutdebeauteoriental.com

Profitez de notre spécial
d'ouverture et bénéficiez de
25% de rabais sur tous
nos soins esthétiques lors
de votre première visite!

Vous y serez accueilli
chaleureusement et notre
technique orientale de facial
vous procurera une peau
saine et en santé!

Entretien Ménager **3M**

Marlyn
Marcoux

Service hebdomadaire ou bimensuel - Références sur demande
Produits écologiques et reçus fournis

Contactez-nous pour une estimation
EntretienMenager3M.com - 819 661-5554
entretien.menager.3m@gmail.com

Détente Santé du Plateau
l'Escapade

Clinique d'Orthothérapie,
Kinésithérapie et
Massothérapie

75A rue des Conifères
Gatineau, Québec
J9A 3V4



Téléphone: 819-395-8549

Info@detentesanteduplateaulescapade.com

NADIA HOBBS
PHARMACIENNE



92, boulevard St-Raymond, suite 201
Gatineau (Québec) J8Y 1S7

Téléphone : 819.771.8200
Télécopieur: 819.771.8833
hobbs@infopharm.com

Membre affilié
au réseau
CLINIQUE
Santé
www.cliniquesante.com

Brigitte Bertrand
STYLISTE DE MODE

819 968-3546
brigittebertrand@videotron.ca

L'EXPÉRIENCE
VESTIMENTAIRE

UNE DÉPUTÉE ACCESSIBLE ET ENGAGÉE!



MARYSE GAUDREULT
DÉPUTÉE DE HULL

259, boul. St-Joseph
Bureau 207
Gatineau (Québec) J8Y 6T1
Tél. : 819 772-3000 Téléc. : 819 772-3265 mgaudreault-hull@assnat.qc.ca



Dr Jean-Philippe É. Daoust, M.A.P., Ph.D., C.Psych.

Psychologue, superviseur clinique, formateur et consultant
Psychologist, clinical supervisor, trainer and consultant

819-682-4414
Fax. 819-682-4484

jpdaoust@psyco.ca
www.psyco.ca

Psychologie et Consultation Outaouais (PSYCO)
Psychology and Consultation Ottawa

206-745 Chemin d'Aylmer, Gatineau, Québec, J9H 0B8

Votre duo d'expérience



KATRIE DESJARDINS

Coiffeuse

NANCY BERTRAND

Propriétaire/Coiffeuse

Coiffure le Verseau

396, Boul. Alexandre tache. Secteur Hull.
819-775-3336

www.coiffureleverseau.com

SOUFFREZ-VOUS

de douleur au bas du dos ou au cou?



Dr Marie-Eve Claveau DC

spineMED®
decompression system

Chiro du Plateau



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 :

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

The decompression system SpineMed
is a procedure **Safe, Pain-Free, and
Comfortable**

- Herniated Disc
- Degenerative Disc/Osteoarthritis
- Sciatica
- Spinal Stenosis

Bilingual
service

Ouvert
le soir

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