

Gens d'affaires

FOYER AU GAZ
514-717-5581

- Démarrage et Entretien annuel
- Nettoyage de poêle et foyer
- Réparation et ajustement
- Inspection Sécurité

NANCY NOËL
TECHNICIENNE D'APPAREIL AU GAZ

Massothérapie l'Envol Enr.

- Massage de détente et thérapeutique
- Massage pour femme enceinte

SPÉCIAL DES FÊTES

- Massage aux pierres volcaniques 90\$
- Massage 1h 45\$



offrez-lui un
chèque-cadeau

Reçu d'assurance disponible
Certificat-cadeau
Membre de l'A.M.Q.

Jean-Pierre Bertonne 450-439-6476 • 514-781-0034

**VOUS VOULEZ
VOUS**

CONSTRUIRE?

visitez-nous sur

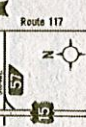
MAISONUSINEX.COM

MANUFACTURIER
DE MAISONS
USINÉES



450-240-1001

RBC 8223-02743



Rue 117

**ÉLIMINEZ
VOS DETTES
RAPIDEMENT**

PROPOSITION OU FAILLITE

- Arrêter le harcèlement des créanciers
- Faire un seul paiement par mois
- Conserver vos biens

3 vidéos disponibles sur www.dettes.ca

450-961-0008

CONSULTATION GRATUITE (rendez-vous en 24 h, jour et soir)

TERREBONNE 2111, chemin Gascon
BLAINVILLE 1379, boul. Curé-Labelle,
bureau 203

LEBLANC
SYNDIC INC.

492-0561

Louise Roy
Notaire et Médiateur

744, rue St-Louis,
Terrebonne, Qc.

J6W 1J6



Clinique dentaire

**Bélanger
Vaillancourt**

Dr Yves Bélanger
Dr Louis Vaillancourt
Dr France Trudel
Dr Manon Fortin
Dr Ali Reza Rangjinkar

800, Montée Masson, Local A
Massouche (Qc) J7K 3B6

Tél.: (450) 474-4177

Télex.: (450) 474-4650

CAROLE TANGUAY

Clinique Dentaire

SUR RENDEZ-VOUS

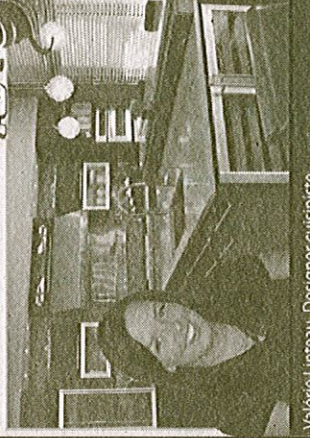
Dr Carole Tanguay, *dent*

450 966-0300

880, montée Masson, Suite 220, Massouche QC J7K 2L7

Armoires & Décoration

renouveler peinture meubler électrique lampes miroirs accessoires décor
bois franc pinnet bois carpinets bois table rétroau miroir
services à domicile *livraison* pour votre vanité
occasions *abandon* tabouret sac *abandon* us
jardin grille armoire poterie miroirs poterie



Valérie Linteau, Designer cuisiniste

335, Montée Masson, Massouche (Québec) J7K 2L6

T.: 450.966-6666 - Téléc.: 450.966.1247 3094340

www.armoiresadplus.com

**Faites de votre chien
un bon compagnon**

www.centrecanindesruisseaux.ca

ÉDUCATION

- Cours de groupe
- Cours privés d'obéissance
- Cours privés de propreté
- Cours privés à domicile

HÉBERGEMENT

- Pension confortable
- Pension éducative

**TOILETTAGE
ET SPA**

**ÉLEVAGE DE
BERGERS
ALLEMANDS**

3075, Montée St-Ambin, Laval • 450-687-5300

Yaro Tarana atteint le sommet mondial de l'arbitrage en karaté

■ JEAN-GUY LADOUCEUR

LADOUCEUR@TRANSCONTINENTAL.CA



Yaro Tarana au sommet de sa discipline.

Photo : Armand Ohayon

Après 22 ans de compétitions et huit années d'arbitrage, Yaro Tarana vient de décrocher la plus haute accréditation d'arbitre au monde en karaté, kata et kumite auprès de la World Karate Federation.

Dorénavant, avec cette licence internationale, il pourra arbitrer n'importe quel championnat mondial, peu importe la catégorie. Il devient ainsi la plus haute sommité à ce niveau au pays. Quand il arbitrera, il occupera la place centrale des arènes de combats plutôt qu'arbitrer les combats dans des scènes éloignées du centre. « C'est prestigieux, mais ça coûte très cher et ce n'est pas payant. Nous ne recevons presque aucun support de notre gouvernement comme cela se fait dans les autres pays, explique Yaro avec un sourire. « Le plus important là-dedans est que je voyage partout



Tous les jeunes qui bénéficient de ses conseils savent bien que cela leur sera bénéfique. Photo: Armand Ohayon

et que je vois ce qui se fait, j'apprends les nouvelles techniques, je découvre des choses que je rapporte ensuite et que j'enseigne à mes élèves pour les rendre meilleurs. »

Selon plusieurs observateurs, il est la principale raison des grands succès du Dojo K de Terrebonne, organisme qu'il a cofondé il y a 11 ans et dont les athlètes cumulent les succès année après année.

Après 22 ans de compétitions, six ans à titre de membre de l'équipe tchécoslovaque et six autres sur l'équipe du Canada, et avoir atteint tous les sommets de son sport, il devait décider quoi faire. « Je me retrouvais devant un vide et je voulais demeurer dans ce sport. Mon choix logique a été d'enseigner et de devenir arbitre », explique-t-il.

UN HOMME OCCUPÉ

Après son service militaire en Tchécoslovaquie, il préfère s'installer au Canada. Il n'aimait pas le régime communiste, pas plus que la violence qui régnait alors dans ce pays.

Pourtant, de retour en Slovaquie lors d'un camp d'entraînement, il rencontre Katarina Vadovicova, la championne d'Europe de karaté, celle qui deviendra son épouse. « J'ai eu le coup de foudre », assure-t-il. Celle-ci l'a ensuite suivi au Canada et le couple attend un deuxième enfant. Anna, âgée de 10 ans, pratique naturellement le karaté. Ceinture verte, elle a mérité la médaille d'or la semaine dernière à la Coupe Québec.

Après une brillante carrière où elle atteint les sommets mondiaux, Katarina enseigne maintenant avec Yaro de même que sur l'équipe nationale.

Malgré un bac en architecture, Yaro travaille sur la construction depuis plus de 20 ans. « Je suis incapable de rester enfermé entre quatre murs, sans bouger et écouter de la musique », explique Yaro.

Outre son travail, il enseigne 10 heures par semaine, participe à des stages, à des compétitions, arbitre, etc. « J'aimerais passer un peu plus de temps avec ma famille », confie-t-il en caressant une mèche de cheveux de sa fille.

Merci Sensei (titre respectueux accordé à un instructeur en chef). « Yaro, rétorque celui-ci. Tous mes élèves m'appellent Yaro. Mais je les fais travailler fort quand même », conclut le sympathique slovaque.

Lyre Fontaine
Massothérapeute
(sur rendez-vous)
1 h : 45\$
1 h 30 : 55\$
2 h : 70\$
450 722-3095
851 ave de Maupassant
Massouche (QC) J7K 3T7
3507541

Julie Kovacs
Audioprothésiste
PROTHÈSES AUDITIVES
Terrebonne
1093, rue St-Louis
Québec, J6W 1K3
T. : 450 492-7257
Rawdon (clinique médicale)
T. : 450 834-2304
Ouvert du lundi au jeudi • Jour • Soir • Domicile

TRAITEUR
Traiteur
Grand-maman
d'Amour
Buffet froid
pour toutes occasions
Respas des fêtes
3655805
Réservation-tôt
514 992-5296