

Le **M** de L'Île-des-Sœurs •
Magazine

Vol 23, no 10 • Jeudi 12 mars 2009

transcontinental

www.lemagazineids.com

Dr. Elliot Mechanic
 Pour une **BOUCHE**
 en **SANTÉ**
 Bienvenue aux employé(e)s de Bell
 www.dimechanic.com (514) 769-3099



ACTUALITÉS
GRAVEL AUTO
RESTERAIT
OUVERT

Page 3



SPORTS
SCOTTY BOWMAN
REMEMBERS

Page 14

Cette semaine sur
INTERNET
 www.lemagazineids.com

CULTUREL
LES ÉLÈVES
DES ATELIERS
BEAUX-ARTS
EN VEDETTE



L'auteure insulaire
 Hélène Gagné.

Votre retraite crie au secours

Alexandre Gauthier

Finie la retraite traditionnelle, affirme Hélène Gagné dans son livre *Votre retraite crie au secours*. «Les gens doivent maintenant prolonger leur carrière pour accumuler plus de revenus», estime la résidente de L'Île-des-Sœurs depuis 1993.

Gestionnaire de portefeuille pour PWL Capital, l'auteure constate que l'augmentation de l'espérance de vie allonge les années de la retraite sans que le capital soit au rendez-vous. Son livre arrive donc à point tant pour répondre aux préoccupations causées par la crise économique que pour expliquer les stratégies de décaissement qui assurent une retraite décente. Le décaissement est le terme utilisé pour convertir le capital accumulé en revenu régulier de retraite.

«Les gens qui constatent la crise des marchés boursiers sont tentés d'opter pour des obligations, mais ils prendraient des risques d'inflation et de longévité qu'ils ne peuvent se permettre. Il est important de conserver un portefeuille équilibré», avise Mme Gagné.

Nouvelle réalité

Auteure du livre *Maximisez votre capital retraite* en 2002, l'insulaire a senti l'importance de repenser la conception de la retraite

Suite à la page 6

ANNONCES CLASSÉES
 Un seul numéro
1.866.637.5236
.MERKADO

desrochers
 art dentaire

t. **514.762.3232**
 www.dent.qc.ca

Dr Josée Desrochers, Chirurgien dentiste

••••• Équipe dentistes, spécialistes
 ••••• offrant soins endodontie, parodontie, implantologie.

5 Place du Commerce
 suite 150
 Île des Soeurs

Concours québécois en ENTREPRENEUR

DIVISION SUD-OUEST DE L'ÎLE DE MONTRÉAL
ÉDITION 2009



Transformer
le Québec
**DE PROJET
EN PROJET**

Sylvie Bibeau
Communications

Vous avez un projet d'affaires?
Faites comme ces entrepreneurs qui ont
gagné à participer au Concours
Date limite d'inscription : 16 mars 2009

GOGOFRISSETTE, LAURÉATE 2008

L'artiste Laurence Petit de GOGOFRISSETTE crée des murales de mosaïque à partir de matières récupérées. Elle offre des formations aux particuliers, aux écoles et dans les entreprises en communiquant sa passion de créer et en faisant découvrir ses techniques de cet art millénaire qui lui permet de compter parmi ses clients Le Cirque du Soleil et TOHU.



«Le concours m'a permis de rencontrer des gens qui ont cru en moi. Ce prix m'a donné beaucoup de crédibilité auprès de mes nouveaux clients et j'ai établi plusieurs liens d'affaire. Ça m'a fait sortir de ma coquille et m'a permis une grande visibilité. Grâce à ma participation, je réalise cette année la première murale en mosaïque de l'organisme MU, aussi gagnante du concours.»

Laurence Petit, 4911 Dagenais, 3ième étage,
Montréal, 514-932-0997 www.gogofrissette.ca

PERENNIA, LAURÉATS 2008

PERENNIA est une agence de design durable, sociale-ment responsable. Installée sur la rue Saint-Ambroise, l'équipe offre une expertise en stratégie créative, design d'espace et d'objet et design signalétique. L'objectif est de créer des outils de communications et des aménagements avec un design percutant tout en étant plus respectueux de l'environnement.



«Participer au concours nous a permis de présenter de façon structurée et convaincante notre projet. En représentant le Sud-ouest au régional, nous avons eu la chance de nous faire connaître devant un nouveau comité. Nous avons obtenu le premier prix pour la femme entrepreneur en économie sociale dans le cadre d'un autre concours. On était bien préparés!»

Muriel Kearney, 4035 rue St-Ambroise, bureau 309,
Montréal, 514-312-4465 www.perennia.org
www.concours-entrepreneur.org

WWW.CONCOURS-ENTREPRENEUR.ORG

Pour informations :
514-469-9808
ou info@cldlachine.com

Votre retraite crie au secours

Suite de la page 1

avec son nouveau livre qui s'adresse aux retraités de longue date et aux travailleurs âgés à partir de la fin quarantaine qui préparent leur retraite.

«La donne a beaucoup changé. Les enjeux de la retraite se sont transformés. Le modèle de la retraite traditionnelle n'existe plus», affirme Hélène Gagné. Selon elle, les jeunes entrent sur le marché

du travail plus tard, après de longues études, restent chez leurs parents plus longtemps, ont des enfants plus tard dans leur vie, alors que la notion de sécurité d'emploi est devenue relative et que les employeurs n'offrent pas tous un régime de pension, et si oui, il n'est pas souvent suffisant. Ajouter à cela une situation personnelle de divorcé ou séparé plus fréquente et ça change le portrait du retraité d'aujourd'hui.

Pistes de solutions

Dans ces conditions, Mme Gagné estime que la retraite définitive à 55 ou 60 ans relève de l'utopie. «Les entreprises qui manquent de main-d'œuvre peuvent utiliser l'expertise des employés âgés pour encadrer leur relève», avance-t-elle, tout en suggérant de hausser à 70 ans l'âge de la retraite, afin que les travailleurs puissent maintenir leur niveau de vie à la retraite. «Vivre une retraite confortable est encore possible, mais pas question de jouer à l'autruche: il faut regarder les choses en face entre travailler plus d'années, dépenser moins ou épargner plus», tranche l'auteure.

Dans son livre de 172 pages, Hélène Gagné énonce six principes d'investissement et décrit huit pièges qui pourraient mettre en péril une retraite décente. Elle utilise quatre indicateurs pour évaluer sa

Quatre indicateurs pour prévoir sa retraite

- Établir un budget de dépenses actuelles et prévues à la retraite
- Calculer le taux de remplacement du revenu à la retraite
- Déterminer son objectif d'épargne annuel

Dévoilez votre éclat... sans chirurgie

clinique
Esthéderma
www.esthederma.ca

*Photo rajeunissement nouvelle génération IPL *Acné

*Relissage cutané *Botox *Remodelage corporel

*Cellulite *Épilation laser *Produits Mesoestetic

*Revaléskin *Accent *certificats cadeaux

Plusieurs forfaits disponibles
Financement disponible

FORFAITS ÉPILATION

Bikini et aisselles
89\$ valeur 145\$
Rabais de 56\$

Messieurs le dos complet

199\$ valeur 250\$
Rabais 51\$
taxes en sus.

GÉNÉRATION IPL

Régénérez votre peau
avec nouvelle génération IPL.
Achetez un traitement visage
et obtenez une séance
gratuite pour les mains.

Spécial 225\$
Valeur: 375\$ / 150\$
taxes en sus.

Esther Morin INFIRMIÈRE

1 PLACE DU COMMERCE, BUREAU 310, ÎDS

514.769-4050

HELENE
GAGNE

VOTRE RETRAITE CRIE AU SECOURS

OUTILS ET PISTES DE RÉFLEXION
POUR RÉVÉLER VOTRE CONCEPTION DE LA RETRAITE
ET S'ADAPTER AUX PIÈGES QUI VOUS ATTENDENT

ÉDITÉ PAR
affaires

Ce livre contient des stratégies de
décaissement. (Photo: Eric Naaman)

situation financière et propose des stratégies de placement, de gestion des risques et de décaissement qui sont appropriés selon l'âge et la situation personnelle de chacun.

Mme Gagné insiste sur l'importance de consulter un planificateur financier spécialiste du décaissement pour établir un plan de retraite viable et de le réévaluer chaque année, même pendant sa retraite. Elle adresse aussi neuf suggestions au gouvernement et six autres aux entreprises pour permettre une retraite graduelle répondant aux besoins de chacune des parties dans l'ère actuelle.

NEW YORK DÉPART CHAQUE VENDREDI

L'INCONTOURNABLE

New York à partir de **239\$** occ. 4
2 nuitées, transport, tour de ville, Empire State Building,
Statue de la Liberté et plus encore!

NOUVEAU! DIFFÉRENTS FORFAITS À NYC:
NYC & Atlantic City, NYC au Waldorf Astoria (Hôtel à Manhattan
5 étoiles), NYC en 4 jours

BOSTON, PHILADELPHIE, WASHINGTON, CHICAGO, NIAGARA
*Forfait d'été de 199\$ à 249\$ par chambre de 1000 en sus, prix par pers. pour 2009
Parcs du Québec

VACANCES
BELTOUR 9825, l'Acadie # 101B, MTL
514-336-0033
1 866-235-8887



Et le stress ?

Saviez-vous que des soins chiropratiques peuvent vous aider à maîtriser les effets du stress sur votre corps ? Une colonne bien alignée assure le bon fonctionnement de votre système nerveux.

Technique douce et de précision
Sans d'urgence

Dr Isabelle
Cazeaux, D.C.



Dr Christopher
Halder, D.C.

Centre chiropratique
Vitalité

1, Place du Commerce - Bureau 230 - Bédécarrés
514.769.0007