



2955, boul. Curé Labelle, Prévost
Tél. : (450) 224-2322
www.physiodesmonts.com

LE «TAPING» NEURO-PROPRIOCEPTIF

Vous avez peut-être déjà vu ces bandes de couleur sur des athlètes ou sur des gens pratiquant leurs activités. Mais à quoi servent-elles ? Il s'agit en fait du taping neuro-proprioceptif (TNP).



Cette application a vu le jour sous le nom de kinésio-taping au Japon dans les années 1970. Cette méthode de «taping» est une nouvelle façon de faire qui mise sur l'effet physiologique du ruban.

Ce «tape» a comme caractéristique de copier les propriétés du tissu cutané du corps. Le mécanisme d'action du TNP s'appuie sur le fait que la stimulation cutanée produite par le «tape» perturbe les messages des différents récepteurs de la peau et envoie des informations différentes au système nerveux.

Les effets recherchés lorsqu'on utilise cette méthode peuvent être d'ordre neurologique, mécanique ou circulatoire. Au point de vue neurologique, le TNP améliore la proprioception, facilite ou inhibe le travail musculaire et peut réduire la douleur. Sur le plan mécanique, le TNP permet un mouvement de toute l'amplitude articulaire disponible donc permet de continuer ses activités en toute liberté. Quant à l'aspect circulatoire, le TNP permet de réduire l'œdème en améliorant la circulation.

Combiné au traitement conventionnel de physiothérapie, ce «taping» peut aider à la réadaptation et possiblement vous permettre un retour plus rapide et moins douloureux à vos activités.

Anais Delvaux-Derome,
physiothérapeute

Budget et taxes foncières 2012

Prévost, Piedmont et Sainte-Anne-des-Lacs

LOUISE GUERTIN

À la fin de l'année, les municipalités doivent faire le bilan de leur administration de l'année en cours et déterminent les priorités budgétaires de l'année à venir. Début janvier, on reçoit les résultats de leurs décisions sous la forme de l'avis d'imposition municipale. Quelle est l'utilisation que font les élus de nos deniers ?

1. Croissance de la richesse foncière

Les nouveaux rôles d'évaluation foncière et le développement domiciliaire et commercial sont quelques-uns des facteurs qui contribuent à déterminer la santé économique d'une ville. Dans les cinq dernières années, les municipalités de Prévost, Piedmont et Sainte-Anne-des-Lacs ont vu leur richesse foncière croître de manière substantielle.

L'information sur la richesse foncière et sur le ratio de dette par 100 \$ de la richesse foncière provient du profil financier 2011 publié par le MAMROT. Pour la dette par 100 \$, on donne également le ratio d'endettement pour des villes de grosseur semblable.

La dette est également un facteur à considérer dans la capacité d'une municipalité à se développer. Selon le MAMROT, Prévost, à 2,01 \$ par 100 \$ de RFU, a un taux d'endettement inférieur aux villes de sa catégorie (10 000 à 24 999 habitants) dont le ratio de dette moyen est de 2,22 \$. Piedmont et Sainte-Anne-des-Lacs (catégorie 2 000 à 9 999 habitants) se situent également sous le seuil du ratio moyen de leur catégorie (1,88 \$). Les trois municipalités présentent donc un profil d'endettement meilleur que la moyenne en 2011; Sainte-Anne-des-Lacs étant championne dans sa catégorie. (tableau 2)

Comparé à Prévost, le budget de Sainte-Sophie, avec une population de 12 423 habitants, s'élevait en 2011 à 11 793 073 \$ avec une superficie de 108,98 km². Quant à Sainte-Adèle, avec une population de 11 709 et une superficie de 122,19 km², son budget pour 2012 est de 22 689 360 \$, une hausse de 2,85 % par rapport à 2011. Piedmont et Sainte-Anne-des-Lacs sont comparables en terme de superficie; la population de Sainte-Anne-des-Lacs a tendance à croître plus rapidement.

3. Urbanisme

L'urbanisme joue un rôle phare dans le développement de nos municipalités, en mettant de l'avant la vision du politique quant à l'aménagement du territoire et le respect des normes. Dans les trois municipalités, ce poste de dépenses inclut l'environnement.

À Prévost, l'urbanisme englobe le logement social. Du nouveau à Piedmont pour 2012 : l'urbanisme comprendra dorénavant un nouveau service d'horticulture avec l'ajout de personnel et un programme de subvention aux entreprises pour fleurir leur commerce. Quant à l'achat d'un camion prévu pour ce nouveau service, coût indiqué de 20 000 \$, il est inclus dans les dépenses du fonds d'administration générale. À Piedmont, la hausse du budget par rapport à 2011 est de 59 425 \$ ou de 15,66 %.

4. Transport routier et

5. Hygiène du milieu

Deux des postes qui absorbent une grande partie des budgets municipaux

sont le transport routier et l'hygiène du milieu.

Le transport routier intègre la voirie, l'enlèvement de la neige, l'éclairage des rues et la signalisation. Sainte-Anne-des-Lacs prévoit dépenser un montant similaire à 2011 pour l'amélioration des chemins, soit 455 525 \$, une augmentation de 1025 \$. À Piedmont, les 183 000 \$ prévus pour l'amélioration du réseau routier seront prélevés du surplus libre déclaré fin 2011. Piedmont a son propre service de déneigement, mais donne le pavage des routes à contrat. À Prévost et à Sainte-Anne-des-Lacs, le déneigement et l'asphaltage sont donnés à contrat.

L'hygiène du milieu couvre l'aqueduc ou réseau de distribution de l'eau, l'enlèvement des ordures et les égouts. En 2012, Piedmont prévoit refaire le réseau d'aqueduc du mont Belvédère, une prévision de dépenses estimées à 2 000 000 \$ et qui ne sont pas incluses dans le budget d'exploitation de la municipalité. À Piedmont, les services d'égouts sont partagés avec Saint-Sauveur et gérés par une régie d'assainissement des eaux usées. Les services d'eau et d'égout varient grandement d'une ville à l'autre, mais également d'un secteur à l'autre à l'intérieur d'une municipalité.

6. Administration

L'administration, c'est en quelque sorte le moteur qui fait avancer la machine. On la veut productive, c'est-à-dire efficace, et à un coût efficient tout en considérant la grosseur de la ville administrée.

À Piedmont, les trois postes de dépenses les plus importants sous cette rubrique sont la gestion financière (567 900 \$), le Conseil municipal (150 250 \$) et le poste «Autres» (107 530 \$) qui inclut les assurances, les publications, l'électricité, la papeterie, etc. À Sainte-Anne-des-Lacs, on retrouve la gestion financière (327 805 \$), le Conseil municipal (192 229 \$), et les coûts d'évaluation foncière (55 060 \$). Les documents publics de Prévost ne donnent pas le détail de ce poste de dépenses.

7. Loisirs et Culture

Pour le réseau québécois de Villes et Villages en santé pour développer une communauté de façon saine et durable, il faut tenir compte des dimensions sociales, économiques, culturelles et environnementales, ainsi que développer le sentiment d'appartenance pour favoriser l'entraide et la solidarité locale. Les loisirs et la culture sont les seuls éléments d'une municipalité pour développer la communauté. Prévost a une longueur d'avance dans ce domaine avec ses 39 regroupements communautaires incluant le diffuseur en arts Amal'gamme.

Selon la municipalité, les services offerts dans ce secteur peuvent inclure, plusieurs, ou tous (Prévost) les services suivants : patinoires, parcs et terrains de jeux, camp de jour, salles commu-

1- Richesse foncière – rôle 2008 vs rôle 2011

Richesse foncière	Richesse foncière uniformisée (RFU) 2008	Richesse foncière uniformisée 2011	Variance	Dette / 100 \$ de RFU
Prévost	820 059 937 \$	1 063 080 908 \$	+29,63 %	2,01 \$
Piedmont	438 915 293 \$	553 076 608 \$	+26,009 %	1,11 \$
Ste-Anne-des-Lacs	535 903 680 \$	625 146 340 \$	+16,652 %	0,15 \$

2- Portrait global de nos municipalités

Portrait global	Population (stats. 2011)	Superficie	Budget 2011 \$	Budget 2012 \$	Écart
Prévost	11 747	33,69 km ²	13 104 610	13 350 000	+1,87 %
Piedmont	2 590	23,66 km ²	5 754 455	5 924 000	+2,946 %
Ste-Anne-des-Lacs	3 425	23,45 km ²	5 143 369	5 284 684	+2,75 %

3- Urbanisme

Urbanisme	Coûts prévus 2012	% du budget total	Coût / superficie
Prévost	341 135 \$	2,56 %	10 125,70 \$/km ²
Piedmont	438 755 \$	7,00 %	18 544,17 \$/km ²
Ste-Anne-des-Lacs	305 642 \$	5,78 %	13 033,77 \$/km ²

4- Transport routier

Transport routier	km de route	Coûts prévus en 2012	% du budget total	Coût au km
Prévost	142 km	2 334 720 \$	17,49 %	16 441,69 \$/km
Piedmont	52 km	1 090 485 \$	18,40 %	20 970,86 \$/km
Ste-Anne-des-Lacs	* 68 km	1 118 353 \$	21,16 %	16 387,33 \$/km

* Ce chiffre exclut les chemins privés

5- L'hygiène du milieu

Hygiène du milieu	Coûts prévus 2012	% du budget total	Coût par habitant
Prévost	1 919 555 \$	14,38 %	163,41 \$
Piedmont	1 154 900 \$	19,49 %	445,90 \$
Ste-Anne-des-Lacs	518 767 \$	9,82 %	151,46 \$

6- Administration

Administration	Coût prévu 2012	% du budget total	Coût par habitant 2012	Coût par habitant 2008
Prévost	2 010 140 \$	15,06 %	171,12 \$	183,80 \$
Piedmont	897 980 \$	15 %	346,71 \$	327,20 \$
Ste-Anne-des-Lacs	657 309 \$	12,4 %	191,92 \$	192,30 \$

7- Loisirs et Culture

Loisirs et culture	Coût prévu 2012	% du budget total	Coût par habitant
Prévost	2 086 075 \$	15,63 %	177,58 \$
Piedmont	417 045 \$	7 %	161,02 \$
Ste-Anne-des-Lacs	447 165 \$	8,45 %	130,55 \$

8- Revenus et taxes

Revenus et taxes	Revenus 2011	Revenus 2012	Écart	Taxes 2011	Taxes 2012	Écart
Prévost	13 104 610	13 350 000	+1,87 %	0,77	0,77	0 %
Piedmont	5 069 410	5 924 000	+16,8 %	0,5985	0,6057	+1,2 %
Ste-Anne-des-Lacs	5 143 369	5 284 684	+2,75 %	*	0,55	*

* En 2012, le nouveau rôle de Sainte-Anne-des-Lacs s'élève à 675 631 800 \$, une augmentation de 8,07 % par rapport à 2011. Le taux de taxation en 2011 s'élevait à 0,71 \$. Converti en fonction du nouveau rôle, ce taux équivaut à 0,537 \$ du 100 \$ d'évaluation, soit une augmentation de 2,42 %.

nautaires, bibliothèque, piscines, tennis, animation, subventions aux associations. Les loisirs et la culture sont parmi les rares dépenses qui ne sont pas de nature technique, mais communautaire. Prévost est reconnu pour un réseau communautaire fort et bien organisé.

8. Revenus et taxes

La hausse des revenus incluant la taxe foncière pour Prévost et Piedmont a augmenté plus rapidement que le taux d'inflation dans les cinq dernières années. (Voir article de B. Guérin, numéro de novembre) et dans une moindre mesure pour Sainte-Anne-des-Lacs.

Les documents publics remis lors des séances d'approbation du budget diffèrent quelque peu, dans leur présentation, d'une municipalité à l'autre.

Ainsi Piedmont donne son taux de taxes générales et spéciales résiden-

tielles (en 2011 = 0,4928 et en 2012 = 0,495), mais il faut ajouter une taxe de l'environnement (0,04 en 2011 et 0,045 en 2012) et une taxe pour les immobilisations qui est restée au même niveau qu'en 2011, soit 0,0657. Si l'on considère le taux de taxe de base seulement, l'augmentation serait de 0,45 %. La quote-part pour les services d'évaluation payés à la MRC est de 20 \$ et n'est pas incluse dans nos calculs de la taxe.

Pour l'architecte Per Kalstenius, l'important c'est de prévoir tous les détails pour donner à la ville une véritable dimension humaine. Ça comprend la nature, les paysages, tous les moyens techniques qui facilitent la vie au quotidien, « les aménagements qui aident le citoyen à s'approprier sa ville. » Le défi est de taille pour les élus, d'investir l'argent des citoyens de manière, à la fois, fiscalement responsable et inspirante pour nos collectivités.