



Souliers de marche Pour trouver chaussure à son pied!

« Moi mes souliers ont beaucoup voyagé... », chantait Félix Leclerc et, à moins de passer vos vacances à la plage, vous devrez aussi fredonner ce refrain en tant que grand voyageur.

Pour vous mettre les pieds dans de bonnes chaussures plutôt que dans les plats, il importe d'abord de bien identifier vos besoins. Essayez-en ensuite plusieurs paires et ce, même si la première vous paraît hyper confortable. N'ayez crainte de marcher de long en large à l'intérieur du magasin pour tester la stabilité et les appuis de votre pied (talon, arche, orteils...) afin qu'il n'y ait aucun frottement. Vérifiez attentivement les matériaux utilisés au niveau de la semelle, des coutures et du système de laçage, car ils affecteront le poids, la résistance et la durabilité du produit.

En terminant, achetez vos chaussures en fin de journée, car vos pieds seront davantage à leur forme « naturelle » qu'au repos. Traînez aussi la paire de bas, de préférence en fibres synthétiques ou en laine avec coussins supplémentaires au talon et aux orteils, que vous comptez porter lors de vos randonnées afin de viser un ajustement parfait.

En suivant ces conseils, vous devriez être en mesure de faire un choix judicieux et ainsi partir votre voyage du bon pied!

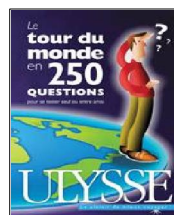


Question du Mois

Quelle est la capitale de l'Australie?

- A) Adelaïde
- B) Canberra
- C) Melbourne
- D) Sydney

La réponse plus bas



Plus que 45 jours avant votre tour du monde?

Le concours « Le tour du monde en 250 questions » sera prolongé vu sa popularité! Jusqu'au 14 juin, obtenez deux chances de gagner ce livre pour tout nouvel abonné que vous référerez à IndianaJad.com. Envoyez le nom de votre ami à info@indianajad.com et, lorsqu'il ou elle s'abonne, votre nom est automatiquement inscrit au tirage, tout comme le sien! Facile, hein? Sur ce, bonne chance!

La réponse est B) Canberra



Partez à l'aventure avec Indiana Jad!

Voyages Algonquin Gatineau vous offre la possibilité de prendre part à des circuits aventures uniques avec nul autre que Jadrino « Indiana Jad » Huot dans les plus beaux endroits de la planète! Longez le Pacifique en compagnie d'aras, de singes-capucins et de toucans dans le parc national de Corcovado au Costa Rica; dormez sous une féérie d'étoiles au pied des pics grandioses du Mont Fitzroy en Patagonie; côtoyez canyons, chutes et geysers dans les sentiers verdoyants d'Islande. Tout ça et bien plus encore en cliquant sur la bannière publicitaire sur la page d'accueil d'IndianaJad.com.



Qui va arroser les plantes, nourrir les animaux et s'occuper de la piscine pendant votre absence?

Partez l'esprit tranquille cet été!

Cédal Surveillances Spécialisées vous propose une vaste gamme de solutions sur mesure pour vous permettre de partir et de revenir à la maison l'esprit tranquille. Fiable, économique et sécuritaire, cette entreprise répond à tous les besoins des résidents du territoire du Grand Gatineau. Pour connaître les services offerts, les tarifs ou obtenir une soumission individuelle :

Visitez www.cedal.ca ou composez le 819-360-0422