

Raclette ♦ L'apnée du sommeil ♦ Voyages : Destinations culturelles

Contact **COSTCO**

LE MAGAZINE DES MEMBRES DE COSTCO

Écobénéfice

Alimenter les
communautés et
non les décharges
26



OCTOBRE-NOVEMBRE 2022

Publication. Entente d'envoi postal n° 40064929

COSTCO WHOLESALE
P.O. BOX 5813 LCD MERIVALE
NEPEAN ON K2C 3G6

APPAREILS POUR LA MAISON

Profil de fournisseur :
Sonos

Parlons techno :
montres intelligentes

Cinéma extérieur

ÉCONOMIES À L'INTÉRIEUR

Les produits préférés de toute la famille



KARBON

NOUVELLE GÉNÉRATION DE PERFORMANCE

BAS CHAUFFANTS UNISEXES



APPLICATION
MOBILE



JUSQU'À 8 HEURES
DE CHALEUR



VESTE CHAUFFANTE UNISEXE

JUSQU'À 13 HEURES
DE CHALEUR



MITAINES DE SKI UNISEXES



CUIR VÉRITABLE



GANTS DE SKI CHAUFFANTS



JUSQU'À 6 HEURES
DE CHALEUR



CUIR VÉRITABLE



KARBON EST UNE MARQUE DE COMMERCE ENREGISTRÉE DE SCHURE SPORTS INC. ET EST UTILISÉE SOUS LICENCE.

Divers numéros d'article



Il est encore temps
de profiter de la nature
— avec une soirée
cinéma extérieure.

Table des matières

LA UNE

26 Cycle de conservation

Costco aide les communautés, et l'environnement, en donnant des denrées et d'autres produits aux personnes dans le besoin.

Tim Talevich

◆ SECTION SPÉCIALE : ÉLECTROMÉNAGERS

35 Puissance techno

Profil de fournisseur : Sonos
Will Fifield

Montres intelligentes
Marc Saltzman

Soirée cinéma en plein air
Kira Vermond

Choix des acheteurs

BULA+

PASSE-MONTAGNE CONVERTIBLE

PAQUET DE 2
2
PAQUET DE 2

CET HIVER, JUEZ DEHORS...

4 EN 1

RESPIRANT | CHALEUR LÉGÈRE | EXTENSIBLE | COMPRESSIBILITÉ

...ET RESTEZ AU CHAUD!

PAQUET DE 2

CACHE-COUS

DOUBLE COUCHE DE MOLLETON
PERFORMANT POLARTEC®



BULA+

POLARTEC®
THE SCIENCE OF FABRIC

RESPIRANT | DOUX AU TOUCHER | EXTENSIBLE

Art. 2622196 (passe-montagne), 1514328 (cache-cou)

Accueil

EN MODE COSTCO

- 11 Octobre-novembre**
Divali, cartes des Fêtes
Papyrus, objets-souvenirs de
sport, gâteaux rectangulaires
personnalisés, chanson de
Costco, et bien plus.

CONTACT

- 7 Billet**
- 17 Contact finances**
Une promotion peut être
lucrative, mais en vaut-elle
la peine?
Lana Sanichar
- 23 Micro-sondage**
Quelle est votre friandise
d'Halloween préférée?
- 131 Nos membres**
Leslie Bangamba, défenseuse
de la sécurité des enfants,
partage ses conseils après
une expérience éprouvante.
Naomi Hansen



73



23

Inspiration

ALIMENTATION

- 57 Profil de fournisseur :**
SharkNinja
L'entreprise aux racines
canadiennes a tout pour
plaire en matière d'innovation
ménagère.
Dan Jones
- 62 Fervent de fromage**
La raclette traditionnelle fait la
joie des amateurs de fromage.
Wendy Helfenbaum
- 68 Porc parfait**
Grillé, rôti, braisé ou frit, le flanc
de porc regorge de saveur.
Scott Jones
- 73 Délicieuses dattes**
Les dattes medjool sont
naturellement sucrées,
nutritives et polyvalentes.
Yvonne Maffei
- 76 Pleurs de joie**
Même s'ils font pleurer, les
oignons sont un essentiel de
la cuisine.
Laura Langston
- 84 Aliments bienfaisants**
Les membres peuvent venir
en aide à une communauté
démunie au Guatemala en
achetant des aliments.
Owen Roberts

SANTÉ

- 92 Démasquer l'apnée**
Comprendre l'apnée du
sommeil et le traitement
par VPPC.
Andrea Downing Peck
- 96 Vivre avec le diabète**
Novembre est le mois national
du diabète, un rappel de
prendre soin de sa santé.
Jane Doucet
- 103 Demandez au pharmacien**
L'incontinence urinaire est
pénible, mais l'espoir est
bien réel.
Lawrence Varga
+ Choix de l'acheteur :
la lampe HappyLight de Verilux

ARTS ET DIVERTISSEMENT

- 106 Choix de l'acheteuse :**
Ce qui se passe au camping
reste au camping!
L'autrice Amélie Dubois lance
le cinquième tome de sa série
amusante *Ce qui se passe à...*
Mark Cardwell

Trouvailles

DESTINATION COSTCO

- 118 Reportage :**
Tomates multicolores
Créer la tomate ultime
exige du temps.
Andrea Tomkins
- 124 Voyages**
Pour un voyage exotique ou
traditionnel, ces destina-
tions culturelles luxueuses
ont tout pour plaire.
T. Foster Jones
- 127 Services :**
Inspection de maison
Mike Holmes Home
Inspection offre qualité et
bon prix aux membres
de Costco.
- 129 Produits en vedette**
Articles exceptionnels qui
ne font que passer.



106



124


Mips
CASQUE DE NEIGE ADULTE

- Technologie MIPS®
- Conforme aux normes ASTM
- Construction in mold légère
- Taille ajustable
- Oreillettes moulées amovibles


Mips
CASQUE DE NEIGE POUR JEUNES

- Technologie MIPS®
- Conforme aux normes ASTM
- Coque en ABS
- Taille ajustable
- Oreillettes moulées amovibles


LUNETTES DE SPORTS D'HIVER

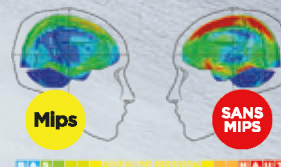
- Protection UV 100 %
- Écran sphérique avec miroir argent
- Écran Black Chrome pour très beau temps
- Écran interchangeable faible luminosité inclus
- Verre antibuée et anti-rayures P80+ / Carbo-Glas®


LUNETTE DE SPORTS D'HIVER PETITE TAILLE

- Protection UV 100 %
- Écran Black Chrome pour très beau temps
- Ventilation Flow-Tech
- Verre antibuée et anti-rayures P80+ / Carbo-Glas®
- Triple mousse souple

Mips
SYSTÈME DE PROTECTION DU CERVEAU

- MIPS® est un système de protection du cerveau
- Le mouvement rotationnel peut entraîner des lésions cérébrales.
- La couche à faible coefficient de frottement permet un mouvement de glissement de 10 à 15 mm, dans toutes les directions, réduisant le mouvement rotationnel transmis au cerveau durant l'impact.
- **MIPS® renforce la protection**



RÉDACTEURS EN CHEF

T. Foster Jones tjones@costco.com, É.-U.

Stephanie E. Ponder sponder@costco.com, Canada, R.-U.

REPORTERS INTERNATIONAUX

Christina Guerrero cguerrero2@costco.com

Dan Jones daniel.jones@costco.com

Will Fifeild, wfifeild@costco.com

Katie Coleman, katie.coleman@costco.com

TRADUCTION, ÉDITION FRANÇAISE

William Giroux, Céleste Savoie

RÉVISION, ÉDITION ANGLAISE Miriam Bulmer, Jodie Warren

COLLABORATEURS

Mark Cardwell, Jane Doucet, Naomi Hansen, Wendy Helfenbaum, Scott Jones, Laura Langston, Yvonne Maffei, Andrea Downing Peck, Owen Roberts, Marc Saltzman, Lana Sanichar, Tim Talevich, Andrea Tomkins, Lawrence Varga, Kira Vermond

DIRECTRICE ARTISTIQUE Lory Williams llwilliams@costco.com

DIRECTEUR ET DIRECTRICE ARTISTIQUES ADJOINTS

David Schneider dshneider@costco.com

Brenda Shecter bshecter@costco.com

GRAPHISTES Ken Broman, Grant Collier, Isabelle Lafrance,

Steven Lait, Megan Lees, Chris Rusnak, Jacob Walker

GÉRANT ADJOINT DE PRODUCTION Antolin Matsuda

GÉRANTE D'IMPRESSION ET PAPIER MaryAnne Robbers

TECHNICIENNE COULEUR Grace Clark

SPÉCIALISTE DE PRODUCTION-PUBLICATIONS

Jodie Moy jodie.moy@costco.com

DIRECTRICE DE PROJET-PUBLICATIONS

Shannon Ambrose shannon.ambrose@costco.com

GÉRANTE DE PROJET-PUBLICATIONS

Karine Lapointe-Moses, karine.moses@costco.com

SUPERVEISEUR DE PUBLICATIONS

Sophia Burgin sophia.burgin@costco.com

COORDONNATRICES DE PROJETS ET PUBLICITÉ

Sonia Girard, Christin Hudon, Clara Lacroix

cdnconnection@costco.com

RÉDACTEUR PUBLICITAIRE ET PROMOTIONNEL

Bill Urlevich

GÉRANTE DE L'ADMINISTRATION Jane Johnson

ANALYSTE DE PUBLICATION EN LIGNE Dorothy Strakele

BUREAU CENTRAL DE COSTCO WHOLESALE CANADA

(faisant affaire au Québec sous le nom les Entrepôts Costco)
415, chemin West Hunt Club, Ottawa (Ontario) K2E 1C5
service@contactcostco.ca; 1-800-463-3783; Costco.ca
Publication. Entente d'envoi postal 40064929.
Retourner à l'adresse ci-dessus toute correspondance non livrable au Canada.

SÉCURITÉ DES PRODUITS ET CHANGEMENTS À L'ADHÉSION

En cas de rappel de produit, il est important que Costco puisse joindre ses membres. Pour maintenir une adresse à jour, communiquer avec nous ou se rendre à un entrepôt. Prévoir de 4 à 6 semaines de traitement.

Service d'adhésion

415, chemin West Hunt Club
Ottawa (Ontario) K2E 1C5
service@contactcostco.ca

COMMUNIQUER AVEC CONTACT COSTCO

Pour obtenir des renseignements sur la disponibilité des produits, les heures d'ouverture des entrepôts ou modifier les renseignements d'abonnement, envoyer un courriel à service@contactcostco.ca. Pour faire part de commentaires sur le contenu du magazine Contact Costco : connection@costco.com.

AVIS PUBLIC

COSTCO WHOLESALE, COSTCO, PRICE COSTCO, PRICE CLUB, CLUB PRICE et PRICE sont des marques de commerce propriété de Price Costco International Inc. Elles sont utilisées sous licence. Kirkland SignatureSM est une marque de commerce propriété de Costco Wholesale Corporation.



Contact Costco est publié par Costco Wholesale. Tout le contenu rédactionnel de la publication, y compris les éditoriaux, opinions et déclarations s'y trouvant, n'engage que ses auteurs et n'est pas nécessairement endossé par Costco Wholesale ou sa direction. L'information paraissant dans Contact Costco provient de sources estimées généralement fiables, mais son exactitude ne peut être garantie. La publication d'une annonce n'est pas un endorsement des produits ou services annoncés à moins d'avis contraire clair dans l'annonce. Les dates de disponibilité des produits annoncées pourraient changer sans préavis. Les produits annoncés pourraient ne pas être offerts dans tous les entrepôts aux dates indiquées. Le bureau du magazine est situé au 415, chemin West Hunt Club, Ottawa (Ontario) K2E 1C5. © 2022 Costco Wholesale.

SKIP

BILLET

Splendeur automnale

Bonjour octobre! C'est le moment où les Canadiens entament les préparatifs des Fêtes, des activités entre famille et amis, et du nid douillet en vue de l'arrivée de l'hiver.

Après un été passé près du gril, il est temps de ramener à l'intérieur la cuisine et les plats canadiens réconfortants. Pour ce faire, explorez les électroménagers SharkNinja extraordinaires offerts chez Costco, ou encore, invitez vos amis à savourer une raclette. Les Fêtes approchant à grands pas, c'est le moment idéal pour planifier des festins en famille. Dans ce numéro, vous trouverez une panoplie d'idées pour préparer d'excellents mets à partager avec famille et amis.

Si vous êtes comme moi, votre liste des Fêtes inclut des personnes pour lesquelles vous ne savez quoi acheter. Notre Guide spécial pour le temps des Fêtes comprend un éventail d'idées-cadeaux pour vous aider à rayer des tâches de votre liste. Pour vos mordus de techno préférés, la section spéciale contient les dernières tendances à découvrir en matière d'appareils électroniques.

Alors que la chute des feuilles annonce la première gelée, comment s'empêcher de rêver de voyages ensoleillés? Un de mes meilleurs souvenirs est un voyage en compagnie de mon mari et de mes parents à Key West, en Floride. Je goûte encore la tarte à la lime à l'instant!

Vous envisagez peut-être une destination près de la maison. Voyages Costco offre une vaste sélection de destinations inoubliables qui attendent tant les amateurs de soleil que de neige.

Il ne reste plus qu'à vous vêtir de votre smoking canadien (veste et jean en denim) et à profiter de la beauté de l'automne. ■

© COSTCO CANADA



Sue Pudrycki
est vice-présidente adjointe, Marketing.

Dans le prochain numéro

Notre article à la Une mettra en lumière quelques-uns des fournisseurs qui donnent une touche locale aux entrepôts de Costco au pays.

Qui nous aime nous suive!  

* Seuls les membres de Costco dont l'adhésion est en règle peuvent bénéficier des économies instantanées dans la publication Contact Costco. Elles sont valides uniquement dans les entrepôts Costco du Canada, sauf s'il est expressément indiqué qu'elles sont : 1) aussi offertes sur Costco.ca ou 2) offertes seulement sur Costco.ca. Certains articles pourraient ne pas être offerts dans les entrepôts Costco Pour l'entreprise. Ces économies sont valides pour la période indiquée, sont non monnayables et, à moins d'avis contraire, ne peuvent être cumulées avec d'autres offres. Le choix et les prix peuvent varier ou changer sans préavis selon l'entrepôt et sur Costco.ca. Offre limitée aux quantités en stock en entrepôt et sur Costco.ca. La couleur peut différer. D'autres frais peuvent s'ajouter, comme des frais de manutention environnementale, de recyclage et d'élimination. Costco se réserve le droit de limiter les quantités achetées et de corriger les erreurs. À moins d'avis contraire, les frais de livraison pour les achats sur Costco.ca sont en sus et varient selon l'article et la destination.

PENDENTIF À RONDÈLLE
COULISSANTE DE CINQ RANGÉES
AU FINI TRÈS POLI SUR CHAÎNE
À MAILLE VÉNITIENNE
DE 18 À 20 PO EN
OR JAUNE 14 CT
Art. 1666733



JONG DISPERSÉ À
DIAMANTS RONDS TAILLE
BRILLANT DE 0,70 CT EN
OR BLANC 14 CT
Art. 1666235



BOUCLES D'OREILLES À DOUBLE
ANNEAU AU FINI TRÈS POLI ET
FINI TAILLE DIAMANT EN
OR DEUX TONS 14 CT
Art. 1666735

Simplement sublimes



BOUCLES D'OREILLES EN SYMBOLE
DE L'INFINI À PERLES DE CULTURE
D'EAU DOUCE DE 5 À 5,5 MM EN
OR JAUNE 14 CT
Art. 1656984



BOUCLES D'OREILLES À
DIAMANTS RONDS TAILLE
BRILLANT DE 0,40 CT EN FORME
DE POIRE EN OR BLANC 14 CT
Art. 1666234



JONG D'ANNIVERSAIRE À DIAMANTS
RONDS TAILLE BRILLANT ET TAILLE
MARQUISE DE 0,36 CT EN
OR BLANC 14 CT
Art. 1666233

POUR UN PLUS GRAND CHOIX DE BIJOUX ET DE MONTRES, **RECHERCHER « BIJOUX » SUR COSTCO.CA.**

La sélection de produits varie d'un entrepôt à l'autre. Costco garantit que tous ses diamants sont de qualité I/VS2 ou supérieure.

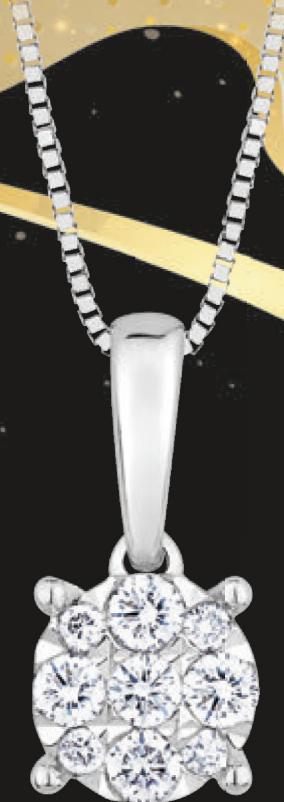
Articles agrandis pour montrer les détails.



**BOUCLES D'OREILLES NŒUD
D'AMOUR AU FINI TRÈS POLI EN
OR JAUNE 14 CT**
Art. 1666737



**CRÉOLES EN VAGUE À DOUBLE ANNEAU
À DIAMANTS RONDS TAILLE BRILLANT
DE 0,25 CT EN OR DEUX TONS 14 CT**
Art. 1186868



**PENDENTIF À GRAPPE DE DIAMANTS
RONDS TAILLE BRILLANT DE 0,15 CT SUR
CHAÎNE À MAILLE VÉNITIENNE DE 18 PO
EN OR BLANC 14 CT**
Art. 1189828



**BAGUE À DIAMANTS RONDS TAILLE
BRILLANT ET À DIAMANTS TAILLE
BAGUETTE DE 0,38 CT EN FORME
DE CARRÉ EN OR BLANC 14 CT**
Art. 1666232



**BRACELET À MAILLONS OVALES AU FINI TRÈS
POLI DE 7,5 PO EN OR TROIS TONS 14 CT**
Art. 1666734

FAITES-LES AVEC AMOUR



HERSHEY'S

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 315201



Meilleur chocolat. Meilleurs brownies.^{TM/MC}



AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 298078

PRÉPARÉ AVEC FIERTÉ AU CANADA 🍁 FAIT DE VRAI CACAO

Nestlé
Carnation
CHOCOLAT CHAUD



Toutes les marques de commerce sont la propriété de la Société des Produits Nestlé S.A., Vevey, Suisse et sont utilisées sous licence. © 2022 Nestlé.
AUSSI SUR COSTCO.CA Art. 1451549 (variété), 525 (simplement)

Farce ou friandise

Que l'Halloween soit célébrée en fête costumée ou en chasse aux bonbons, Costco et Costco.ca ont tout ce qu'il faut, offrant une variété de bonbons, de mets (préparés ou non), de boissons gazeuses et plus encore.



© KONSTANTIN YUGANOV / STOCKADORE.COM; ARRAIGNEE; MEGAN LEES

TOILE DE FOND

L'HALLOWEEN EST un amalgame complexe de traditions.

Selon [history.com](https://www.history.com)*, ses traditions remontent à Samhain, un festival celtique durant lequel les participants allumaient des feux de camp et portaient des costumes pour dissuader les fantômes.

Une autre influence est All Hallows' Eve, la soirée précédant All Saints Day (une fête honorant les saints, prévue le 1^{er} novembre au 18^e siècle par le pape Gregory II), qui fut renommée Halloween. Aujourd'hui, ce jour est destiné à la chasse aux bonbons, au découpage de citrouilles-lanterne et au déguisement.

LE TEMPS DES FÊTES



Célébrer la Divali

La Divali est une fête des lumières de 5 jours célébrée dans le monde entier par les hindous, bouddhistes, jains, sikhs et autres. Selon un article de 2021 du *Toronto Sun*, la fête, aussi appelée Deepavali, est observée par 500 000 hindous annuellement au Canada.



ACCUEIL DE LA SAISON

Collection des Fêtes Papyrus

Illuminer la saison avec la collection de cartes des Fêtes artisanales Papyrus. Cette collection de 24 cartes offre messages attentionnés et resplendissants designs des Fêtes dotés d'enveloppes doublées assorties. Offerte en boîte à souvenir, la collection comprend des cartes de 3 tailles. Art. 1598436. Entrepôt/Costco.ca.

CRÉATION MUSICALE

Bien plus qu'une émotion

Comme de nombreuses personnes, Nick Faye a vécu des moments difficiles durant la pandémie. Le membre de Costco a perdu son emploi, se retrouvant ainsi en quête d'espoir. L'inspiration est soudainement apparue chez le musicien alors qu'il buvait son café à l'extérieur en regardant les oiseaux et en lisant le magazine *Contact Costco*. Il s'est mis à l'écriture, et sa chanson *Costco Magazine* est née. « Je l'ai écrite afin de m'adapter aux sentiments complexes du refus », déclare M. Faye, qui habite à Regina, en Saskatchewan. Rechercher « Nick Faye » sur [youtube.com](https://www.youtube.com) pour la version acoustique.



◆ AU COMMENCEMENT

Costco a ouvert son premier entrepôt canadien le 30 octobre 1985, à Burnaby, en Colombie-Britannique. On compte désormais 101 entrepôts et 6 entrepôts Pour l'entreprise au Canada.



SOUVENIRS SPORTIFS

Signés et livrés

Qu'il s'agisse des Maple Leafs, des Canadiens ou d'une autre équipe, Costco.ca offre une grande variété d'objets-souvenirs de hockey autographiés, incluant des chandails et des photos encadrées, ainsi que des articles célébrant d'autres sports (certificats d'authenticité compris). Visiter Costco.ca et rechercher « objets-souvenirs de sports ».

BOULANGERIE DE COSTCO

Le retour des gâteaux rectangulaires personnalisés

Les membres peuvent désormais commander des gâteaux rectangulaires personnalisés pour le ramassage à la boulangerie de Costco. Utiliser le kiosque près de la boulangerie pour passer la commande, et choisir parmi 9 designs. Veuillez prévoir 24 h de préavis pour le ramassage. (Note : les gâteaux rectangulaires ne sont plus offerts pour achat immédiat dans les congélateurs.)



PASSION LÉGUMES

Asperges, choux de Bruxelles et haricots verts avec sauce au beurre et au citron

30 ml (2 c. à s.) d'huile d'olive
750 ml (3 t.) d'asperges, parées et tiges coupées en morceaux de 5 cm (2 po)
750 ml (3 t.) de choux de Bruxelles, parés et coupés en quartiers
750 ml (3 t.) de haricots verts
2 gousses d'ail, émincées
125 ml (½ t.) de bouillon de poulet
60 ml (¼ t.) de beurre salé
Jus et zeste de 1 citron
2 ml (½ c. à t.) de sel de mer
1 ml (¼ c. à t.) de poivre noir frais moulu
125 ml (½ t.) de persil italien, haché

Dans une grande poêle, chauffer l'huile à feu moyen vif. Ajouter asperges, choux de Bruxelles et haricots verts. Faire revenir les légumes, 3 à 5 min. Remuer fréquemment.

Ajouter l'ail; remuer les légumes toujours croquants, environ 2 min. Ajouter bouillon de poulet, beurre et jus de citron. Faire revenir 2 à 3 min, jusqu'à tendreté des légumes.

Retirer du feu. Incorporer zeste de citron, sel, poivre et persil. Servir chaud.
Donne 6 portions.

Recette gracieuseté d'Elaine Goldstein



© TOM CLEMENTS PHOTOGRAPHY

Faites de la remise en argent votre marque signature



Obtenez une remise en argent partout avec votre carte CIBC Costco^{®†} Mastercard^{MD}

Obtenez jusqu'à :

 **3 %**

sur les achats effectués dans les restaurants et sur les achats d'essence auprès de Costco*

 **2 %**

sur les achats effectués dans toutes les autres stations-service et sur Costco.ca*

 **1 %**

partout, y compris chez Costco

* Des limites et des conditions s'appliquent



Faites une demande dans un entrepôt Costco ou visitez le site cibc.com/costco-fr



ÉCONOMIES D'UNE DURÉE LIMITÉE

Du 1^{er} septembre au 30 novembre 2022

UNE PRIME DE
750 \$
RÉSERVÉE AUX MEMBRES

EN PLUS, d'autres offres incitatives du fabricant auxquelles les membres peuvent être admissibles



CHEVROLET



GMC



BUICK



CADILLAC



Les membres de Costco admissibles peuvent bénéficier d'économies exclusives sur certains nouveaux véhicules de **Chevrolet, Buick, GMC, et Cadillac.***

COSTCO
WHOLESALE

CostcoAuto.ca • 1-888-211-5808

*Pour être admissible à la prime de 750 \$ réservée aux membres de Costco, vous devez être résident canadien, détenir un permis de conduire valide, être membre de Costco depuis le 31 août 2022 ou une date antérieure, et vous devez : (1) vous inscrire auprès de Costco pour recevoir votre numéro d'autorisation non transférable; (2) présenter le numéro d'autorisation à un concessionnaire participant; (3) acheter, financer ou louer au détail un des véhicules neufs ou de démonstration en stock admissibles 2022 de GM entre le 1^{er} septembre 2022 et le 30 novembre 2022. La prime est déduite du prix d'achat après taxes. L'achat ou la location d'un véhicule n'est pas admissible au calcul de la remise annuelle de 2 % pour les membres Exécutif de Costco. L'offre n'est pas monnayable. Des conditions et restrictions s'appliquent à cette offre d'une durée limitée. Communiquez avec votre concessionnaire participant pour obtenir plus de détails.

Pour plus de renseignements sur le programme et sur les exclusions applicables, communiquez avec un concessionnaire participant ou visitez le site CostcoAuto.ca.

Les taxes, le titre, les frais d'enregistrement et d'immatriculation, les frais d'inscription au registre des droits personnels et réels mobiliers, et les produits et services supplémentaires ne sont pas inclus dans la prime de Costco de 750 \$. L'offre est valide chez les concessionnaires GM Canada autorisés participants. Offre uniquement disponible au Canada. L'offre peut être modifiée sans préavis. L'offre non valide là où la loi l'interdit. Costco et ses sociétés affiliées ne font pas la vente de véhicules et ne négocient aucun prix individuel.

© : utilisée en vertu d'une licence accordée par Price Costco International, Inc.



collagène sur le pouce.

SANS SUCRE 🌿 PRÊT À BOIRE

- + 5,000 mg de collagène par dose
- + aide à favoriser la production saine de collagène
- + aide à réduire les rides et les ridules
- + aide à diminuer la douleur articulaire associée à l'arthrose



 youtheory®

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 2597730

LANA SANICHAR

Une de mes amies m'a récemment demandé mon avis sur un dilemme : accepter ou non une promotion. D'une part, elle aurait une importante augmentation de salaire, d'autre part, elle devrait assumer de nouvelles responsabilités, travailler plus d'heures et gérer un grand stress.

Mon premier réflexe a été de lui dire : « Félicitations! Tout le monde veut plus d'argent! » Mais elle ne voyait pas la situation du même œil. Depuis cinq ans, je consacre cette rubrique à l'argent : comment le gagner, le conserver et le faire fructifier. Pour être honnête, je ne savais pas trop comment aborder sa question. J'ai donc contacté Erica Alini, journaliste spécialisée en finances personnelles pour *The Globe and Mail*. Voici son point de vue.

Est-il préférable de gagner plus en occupant un poste plus stressant ou de se contenter d'un salaire moindre dans un poste moins exigeant? À première vue, cela semble être un choix tout à fait personnel : une personne pourrait accepter la promotion si elle considère que le gain financier vaut plus que le sacrifice de temps.

Mais attention, même si la décision relève de la situation de chacun, il y a certains facteurs à prendre en considération.

Tout d'abord, en gagnant plus d'argent, la personne pourrait améliorer son équilibre travail-vie, même en consacrant plus d'heures au travail.



Les personnes fortunées ont le luxe de pouvoir déléguer certaines tâches. Un plus gros chèque de paie permet-il d'engager quelqu'un pour s'occuper du ménage? Avoir plus de temps libre la fin de semaine pourrait bien valoir quelques heures supplémentaires du lundi au vendredi.

Autre aspect à considérer : la personne a-t-elle de l'aide à la maison? Son conjoint ou partenaire est-il en mesure de prendre davantage de tâches ménagères et de responsabilités familiales?

Si la personne a déjà l'impression de donner son 100 %, accepter la promotion n'est réaliste que si elle arrive à alléger son horaire en dehors du travail. Avoir le soutien de son employeur et de son partenaire est crucial. Dans le cas contraire, il ne faut pas se sentir coupable de respecter ses limites. Le bonheur et la santé mentale sont plus précieux que tout. ■

Bravo?

Soupeser les avantages et les responsabilités d'une promotion

GRACIEUSÉ DE LANA SANICHAR



Lana Sanichar

est présidente et rédactrice en chef du magazine *Canadian MoneySaver**.

Faire parvenir toute suggestion d'article à moneyinfo@canadianmoneysaver.ca.

Temps ou argent

D'après Erica Alini, journaliste spécialisée en finances personnelles : « La valeur que les gens accordent à l'argent par rapport au temps est de

l'ordre des préférences. Mais dans les faits, les femmes, et plus particulièrement les mères, ont tendance à refuser des promotions parce qu'elles fonctionnent déjà à plein régime pour concilier travail et

famille. Consacrer plus d'heures au [travail] nuirait gravement à leur qualité de vie, puisqu'elles effectuent déjà beaucoup de tâches non rémunérées en dehors de leur emploi. »—LS



CHANDAIL À CAPUCHON SIERRA DESIGNS POUR FEMME
TAILLES P À TTG
Art. 1957700 (Divers numéros d'article)



HAUT À COL HENLEY DALIA POUR FEMME
TAILLES P À TTG
Art. 8001234

STYLE D'AUTOMNE

LES INDISPENSABLES DE LA GARDE- ROBE D'AUTOMNE

Se préparer en vue de l'arrivée du temps froid. Costco est un excellent choix pour découvrir valeur et qualité pour toute la famille cette saison.

Tous ces articles sont offerts en entrepôt et sur **Costco.ca**.

PUBLICITÉ



LEGGING À DOUBLURE EN MOLLETON LEMON POUR FEMME
PAQUET DE 2 • TAILLES TP À TG
Art. 5854000 (Divers numéros d'article)



CHANDAIL EN MOLLETON 32 DEGRES POUR FEMME
TAILLES P À TTG
Art. 6270100



PANTALON À TAILLE HAUTE BUFFALO POUR FEMME
TAILLES 4 À 14
Art. 2854444



TUQUE EN MÉLANGE DE LAINE MÉRINOS BULA
PAQUET DE 2 • TAILLE UNIQUE
Art. 1773003



TUQUE À POMPON BULA POUR FEMME
PAQUET DE 2 • TAILLE UNIQUE
Art. 1553003



HAUT À COL HENLEY BUFFALO POUR HOMME
 PAQUET DE 2 • TAILLES P À TTG
 Art. 1619990 (Divers numéros d'article)



VESTE À FERMETURE À GLISSIÈRE BENCH POUR HOMME
 TAILLES P À TTG
 Art. 1624216 (Divers numéros d'article)

LA SAISON DU CONFORT



PANTALON D'ENTRAÎNEMENT MONDETTA POUR HOMME
 TAILLES P À TTG
 Art. 1620135 (Divers numéros d'article)



PANTALON CLOUDVEIL POUR HOMME
 TAILLES 30 À 40
 Art. 3995000 (Divers numéros d'article)

Créer des souvenirs vêtus de **PYJAMAS DE FAMILLE.**

À l'approche du temps des Fêtes, les soirées cinéma et les célébrations en famille sont bien plus agréables avec ces pyjamas festifs. Ces articles et plus encore sont offerts en entrepôt et sur **Costco.ca**.



**ENSEMBLE PYJAMA
EDDIE BAUER
POUR HOMME
2 PIÈCES
TAILLES P À TTG
Art. 121222**

**ENSEMBLE PYJAMA
EDDIE BAUER
POUR FEMME
2 PIÈCES
TAILLES P À TTG
Art. 121211**

**ENSEMBLE PYJAMA
EDDIE BAUER
POUR ENFANT
4 PIÈCES
TAILLES 3/4 À 14
Art. 121233**



- Aliment sans cholestérol
- Aucun colorant synthétique
- Aromatisé au jus de fruits concentré
- Sans Gluten

Art. 303282



«L'Original»
est le plus
COOL



Art. 323700

VEGAN
FRIENDLY
CONVIENT AUX
VÉGÉTALIENS

70%
COCOA



PLANT BASED
À BASE
DE PLANTES

8 g
SUGAR
SUCRE*
*par 34 g
par portion de 34 g

JOJO's

DARK CHOCOLATE / CHOCOLAT NOIR
BITES / BOUCHÉES



PISTACHIOS / PISTACHES
ALMONDS / AMANDES
CRANBERRIES / CANNEBERGES

475 g

MADE IN CANADA FROM DOMESTIC AND IMPORTED INGREDIENTS
FABRIQUÉ AU CANADA À PARTIR D'INGRÉDIENTS DOMESTIQUES ET IMPORTÉS

DÉLICIEUSES BOUCHÉES AU CHOCOLAT NOIR

POUR SATISFAIRE VOTRE ENVIE



100%
DÉLICIEUX



À BASE
DE PLANTES

FABRIQUÉ AU
CANADA

8g
SUCRE*
*par portion de 34 g



AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 1665254

Quelle est votre friandise d'Halloween préférée?

Nous avons posé la question à nos membres sur la page Facebook de Costco.

Les barres de chocolat pleine grandeur; elles illuminent le visage des enfants comme NULLE autre!

Lisa MacPherson

Les Jolly Ranchers.

Léo Branch

Ce que je détestais comme enfant, j'adore en tant qu'adulte; les bonbons à la mélasse Kerr's.

Denise Kozak

Les croustilles Pringles.

Gerry Trepanier

Doritos et KitKats

Simon Bélanger-Lamarche

Les bonbons de maïs... miam.

Crystal Nichols-Sims

Les minibarres de chocolat, les barres de chocolat; la clé, c'est le chocolat!

Joleen DeGrace

Les jujubes.

Marie-France Fortier



Costco et les bonbons

Pour l'Halloween de 2021, le poids des bonbons vendus par Costco équivalait à celui de plus de 50 gros-porteurs.

Les bonbons d'Halloween préférés du Canada

Selon foodnetwork.ca*, la liste suivante dresse les friandises les plus aimées au pays. Pour éviter les farces, distribuer les bonbons suivants aux enfants déguisés le 31 octobre :

- 1 Moules au beurre d'arachides Reese
- 2 Skittles
- 3 KitKat
- 4 Snickers
- 5 M&M's

Ne manquez pas la prochaine question sur Facebook.com/CostcoCanada.

La Saison des légumes racines

est de retour dans les
entrepôts Costco



BASSANO GROWERS LTD.



BRENN-B FARMS





G. VISSER & SONS



Little Potato
Company



Veggie

PUBLICITÉ
La sélection de produits varie d'un entrepôt à l'autre.

Ne pas jeter

Qu'il s'agisse de pêches légèrement meurtries ou de matériel scolaire retourné par les membres, Costco fait en sorte que des produits utilisables ne finissent pas dans les décharges. Grâce à des partenariats avec des organisations locales, ces produits aboutissent là où ils sont utilisés à bon escient.

Tim Talevich

SUITE À LA PAGE 28



Alex Roher, superviseur des produits frais de Costco, prépare une palette de dons.



urant une journée bien occupée au Costco de Burnaby, en Colombie-Britannique, le gérant du rayon des fruits et légumes, Kyle Benn, et son équipe réapprovisionnent la grande sélection de produits frais. Ils examinent tous les aliments pour déceler ceux qui ne répondent pas aux normes de Costco, mais qui sont quand même consommables. M. Benn repère une boîte contenant des pêches meurtries. Il la retire.

Au lieu d'être compostées — ou pire, envoyées à l'enfouissement — les pêches seront envoyées ailleurs. Un camion de la banque alimentaire du Grand Vancouver (GVFB) viendra récupérer ces aliments. En une journée, cette nourriture sera sur les tables de quelques-unes des 10 000 personnes que GVFB aide chaque mois dans la région de Vancouver.

Ce processus se déroule quotidiennement dans la centaine d'entrepôts Costco au Canada. En collaborant avec 420 organisations locales, Costco donne des aliments frais et d'autres produits encore utilisables à des personnes démunies, au lieu d'alimenter les décharges locales. Ainsi, Costco évite des frais d'élimination coûteux, réduit son empreinte carbone et aide les communautés qu'elle sert.

« Nous voulons maintenir nos normes, déclare M. Benn. Si nous pouvons aider tout en le faisant, tant mieux. »

Nourrir les communautés

Le partenariat GVFB-Costco dans la région de Vancouver est un parfait exemple du fonctionnement du programme. Les camions frigorifiques de GVFB se rendent chaque jour de la semaine dans les entrepôts pour récupérer la nourriture.



Sens horaire, du haut :
Des bénévoles de la Maison de la Famille de la Vallée de la Gatineau déchargent les dons; un employé de Costco prépare un don; les aliments sont utilisés à bon escient à Vancouver.





IMAGE GRACIEUSEMENT DE LUC LORTIE



IMAGES GRACIEUSEMENT DE LA BANQUE ALIMENTAIRE DU GRAND VANCOUVER

Ils retournent au grand centre de distribution de GVFB à Burnaby, qui dispose de réfrigérateurs et de congélateurs pour garder le tout au froid.

« Le personnel et les bénévoles de GVFB trient la nourriture, qui est ensuite distribuée à nos 119 partenaires communautaires, allant des maisons de transition aux refuges pour femmes », explique David Long, directeur général de GVFB. Les familles peuvent aussi venir chercher des denrées alimentaires dans quatre emplacements. Ce qui est frais est généralement distribué en 24 à 48 heures.

L'année dernière, GVFB a donné plus de 3,6 millions de kilos de nourriture, fournie par Costco, des fermes locales, des entreprises et des particuliers. Costco nous a permis d'accroître considérablement le nombre de partenaires que nous desservons, soutient M. Long. « De 75 agences il y a 4 ans à 119 aujourd'hui, dit-il. Nous pouvons aider davantage de personnes. »

Faire tout fonctionner

Non seulement les dons profitent aux personnes dans le besoin et à l'environnement, mais ils réduisent aussi considérablement les frais d'élimination des déchets.

« Ces dons nous aident à augmenter le taux de marchandises détournées des décharges, et nous travaillons constamment à améliorer nos procédures », déclare Luc Lortie, directeur du développement durable et de l'environnement chez Costco.

« Nous économisons sur les frais de transport et d'élimination, mais plus important encore, nous pouvons prendre soin de notre communauté ».

Le processus est intégré aux opérations quotidiennes des entrepôts. Lorsque les placeurs font minutieusement la rotation des produits réfrigérés le matin, ils peuvent repérer laitue brunie ou fruits moisies. Des vérifications similaires ont lieu lors du renouvellement du stock pendant la journée.

Ces aliments sont balayés pour le suivi de l'inventaire, mis sur des palettes et, si nécessaire, entreposés dans des réfrigérateurs avant le ramassage. L'étape suivante varie selon l'emplacement. Dans certains entrepôts, les aliments donnés peuvent être distribués aux clients d'une agence le jour même.

Qu'est-ce qu'un produit consommable, mais invendable? Un contenant avec une fraise moisie. Une boîte de céréales abîmée. Des bagels ayant atteint la date limite de vente. Même si ce produit ne répond pas aux normes élevées de Costco, il est correct tant qu'il est consommable sans danger.

Tous ces gestes s'additionnent. L'an dernier, Costco a donné 7 400 tonnes métriques de nourriture à des organismes locaux.

Repas et dignité

Dans la région de Durham, en Ontario, une grande partie de la nourriture de Costco sert à préparer des repas pour les personnes démunies de la communauté.

Durham Outlook for the Needy (DOFN) recueille des denrées alimentaires et les répartit entre ses propres programmes et d'autres banques alimentaires, organismes caritatifs et écoles. Son emplacement principal, St. Vincent Pallotti's Kitchen, offre des repas chauds et nutritifs chaque jour dans un décor digne d'un restaurant.

MIKE SIEGEL



Un employé prépare un chargement. **Dessous** : Un bénévole de la banque alimentaire Moisson Laurentides récupère les pains donnés dans un Costco de la région de Montréal.



Les coupons-repas sont gratuits pour les personnes en situation de pauvreté, ou 1,50 \$ si elles peuvent se le permettre.

« Nous prenons ce que nous pouvons utiliser et nous le partageons avec les autres organisations dans le besoin au sein de la communauté, explique Valerie Moreton, directrice des opérations et de la collecte de fonds de DOFN. Notre partenariat avec Costco embrasse notre mission : nourrir dignement les démunis de Durham. Légumes, fruits, pain et desserts, avec cela nous fournissons des repas à environ 150 à 250 personnes quotidiennement. »

Recyclage des appareils électroniques et autres biens

Le processus est semblable pour les articles non alimentaires. Costco et les fournisseurs collaborent pour trouver les meilleures options à bas prix pour les articles retournés. Certains sont renvoyés au fournisseur, d'autres sont donnés.

Costco a établi une nouvelle politique caritative qui permet d'inclure des produits tels que des savons non utilisés ou non ouverts, des fournitures scolaires, des aliments pour animaux et des produits de papier aux dons alimentaires pour les villes qui disposent de grands centres de



IMAGE GRACIEUSEMENT DE LUC LORTIE

distribution. Si un paquet de trois articles est retourné, Costco recycle ou élimine le contenant ouvert via un programme pour les articles fragilisant l'environnement afin qu'il soit détourné de la décharge. Les deux autres articles vont à une famille dans le besoin. Les grandes organisations caritatives tiennent à jour une liste des besoins des organisations sœurs et assurent le suivi des articles.

Pour les appareils électroniques ne pouvant pas être retournés au fournisseur, Costco travaille avec un recycleur national d'appareils électroniques, eCycle Solutions (ecyclesolutions.com/fr). Ces produits sont envoyés à eCycle, où ils sont recyclés dans l'un des cinq centres du Canada. Puis, eCycle réduit les déchets électroniques en composants de base et vend les matières premières aux fins de production de nouveaux articles. Ce programme permet d'éviter que des produits de valeur retournés ou rappelés n'apportent des substances chimiques toxiques dans les décharges.

Le recyclage électronique a augmenté de 37 % au cours des trois dernières années, indique M. Lortie.

Partenariats essentiels

Le succès de ces programmes est dû à l'engagement et au professionnalisme des organisations qui s'associent à Costco, remarque M. Lortie. « Il s'agit des efforts d'employés passionnés par le programme des dons [qui] s'assurent que tous les services contribuent. Les employés de Costco comptant souvent plusieurs années de service prennent cela à cœur et veulent redonner à leur communauté. Nos produits de qualité supérieure sont importants pour les organisations locales. » ■



© ANNA MANKA / SHUTTERSTOCK

IMAGES GRACIEUSÉES DE LA BANQUE ALIMENTAIRE DU GRAND VANCOUVER

Les banques alimentaires partenaires de Costco apprécient les produits frais tels que pommes et tomates.



AUTRES PROGRAMMES

Selon leur emplacement, les entrepôts Costco peuvent détourner les aliments non comestibles à différentes fins. Près de 5,4 millions de kilos d'aliments ont nourri bovins et porcs l'an dernier. Au Japon, le marc de café sert à nourrir le bétail.

D'autres aliments sont revalorisés en engrais biologique, en biocarburant et en électricité. Par exemple, des millions de kilos de viande et de restes d'os sont traités par des programmes d'équarrissage.

À certains endroits, les produits non comestibles sont placés dans des conteneurs séparés pour le recyclage biologique, et la transformation en compost. Ce dernier est utilisé pour la culture d'aliments biologiques servant à la production de lait et de bière biologiques.

De plus amples détails se trouvent sur la page « Engagement en matière de développement durable » (costco.ca/sustainability).—TT

Réduire les déchets

Réduire les déchets nécessite de trouver des utilisations créatives pour certains produits. Plusieurs produits alimentaires du Deli proviennent d'autres produits.

Par exemple :

- Le bœuf haché du rayon des viandes sert à la préparation des poivrons farcis et du pâté chinois.—TT



L'Espresso Comme Il Faut^{MC}

Offrez-vous une expérience café et espresso authentique à la maison.



MAGNIFICA
— EVO —

DEDICCA
DeLuxe

La sélection de produits varie d'un entrepôt à l'autre

AUSSI SUR COSTCO.CA Art. 1654461 (Magnifica Evo), 1255266 (Dedicca DeLuxe)

NINJA

Système de cuisine
Professional Plus avec Auto-iQ[®]

Exclusivement chez Costco



AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 1605291

DURÉE LIMITÉE



LES FÊTES À VOTRE FAÇON



Savourez les journées froides avec le mélange des Fêtes de Starbucks[®], maintenant offert pour une durée limitée.

Keurig, Keurig Hot, K-Cup et le logo « K » sont des marques de commerce de Keurig Green Mountain, Inc., utilisées avec permission.
Nestlé utilise les marques de commerce de Starbucks sous licence.



AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 3882754

KEURIG®

Des infusions de bonheur.^{MC}

K-Supreme Plus^{MC}

CAFETIÈRE UNE TASSE À LA FOIS

ÉDITION SPÉCIALE



TECHNOLOGIE MULTIJET^{MC}

K-Supreme Plus^{MC} Édition spéciale avec la Technologie MultiJet^{MC} qui permet une infusion plus uniforme† pour extraire le goût riche et tous les arômes du café.

† par rapport à la cafetière chef de file nationale Keurig® K-Classi[®]



ÉGALEMENT DISPONIBLE :

Van Houtte® 80 capsules K-Cup®



Offre d'ensemble
EXCLUSIVE À COSTCO

- Cafetière Keurig® K-Supreme Plus^{MC} Édition spéciale
- Filtre à café réutilisable universel My K-Cup®
- 2 cartouches de rechange pour filtre à eau
- Ensemble de départ de filtre à eau pour grand réservoir Keurig®



AUSSI SUR COSTCO.CA

Art. 7881976 (ensemble K-Supreme Plus), 266556 (capsules K-Cup)



ExcellencePlus 

PRÉSENTÉ PAR asurion

DONNER LA TRANQUILITÉ D'ESPRIT POUR CETTE FÊTE.



Ajouter le plan de protection ExcellencePlus+
à votre achat d'un cadeau électronique.



Visitez **Costco.ca** pour plus le détails.

Des restrictions et des exclusions s'appliquent. Consultez les conditions générales pour connaître tous les détails.

AUSSI SUR **COSTCO.CA**
Recherchez : Garantie122

©2022 Asurion, LLC. Tous droits réservés.
CST-996951-22 MKT69442



GRACIEUSÉTÉ DE SONOS



Son sublime avec Sonos

EUPYCAM



Système de sécurité eufy de Anker

© SHAITH / STOCK.ADOBE.COM



Soirée cinéma

Passion techno

La technologie prend une place de plus en plus importante dans nos vies. Le bon produit peut améliorer grandement la qualité de tout travail ou divertissement.

Dans ces pages, découvrir Sonos, un fournisseur de Costco qui crée des solutions audio multi pièces offrant une expérience d'écoute extraordinaire. De logiciels souples à des haut-parleurs portatifs, l'entreprise améliore l'interaction sonore. D'autre part, voir comment les montres intelligentes améliorent l'efficacité, l'activité physique et le temps de sommeil. Puis, grâce à la technologie, des activités telles qu'une soirée cinéma extérieure s'éloignent du temps des appareils de projection de films.

Enfin, l'appareil électronique parfait pour la maison est à découvrir dans la rubrique Choix des acheteurs.

36 Profil de fournisseur : Sonos

40 Montres intelligentes

44 Animer une soirée cinéma extérieure

47 Choix des acheteurs



Le son de Sonos

Sonos promet une expérience sonore renouvelée, d'une qualité inouïe

WILL FIFIELD



J'adore mettre de la musique en faisant la vaisselle après le souper ou écouter un balado en tondant la pelouse. Ça rend les tâches ménagères bien plus agréables. Sonos facilite l'installation d'un excellent système de son dans toute la maison grâce à sa gamme de haut-parleurs qui résonnent avec clarté, et à diverses composantes comme des amplificateurs et des tourne-disques, sans compter une application d'une grande souplesse. Les haut-parleurs portatifs de Sonos permettent de prolonger le plaisir à l'extérieur, à la plage, au camping et ailleurs.

Si l'installation d'un système de son connecté dans toute la maison semble tout à fait faisable aujourd'hui, à la fondation de Sonos en 2002, il s'agissait d'un projet assez

coûteux et risqué pour l'époque.

Les fondateurs, John MacFarlane, Tom Cullen, Trung Mai et Craig Shelburne, un groupe d'entrepreneurs qui avaient travaillé ensemble au sein d'une entreprise Web florissante avant de créer Sonos, avaient entrevu qu'Internet allait devenir la principale source de diffusion de musique. Ils ont saisi l'occasion de révolutionner le concept de l'audio à la maison.

« Au départ, notre mission était d'améliorer l'expérience audio à domicile, laquelle connaissait des ratés à l'époque », explique Nick Millington, chef de produit chez Sonos.

Les fondateurs désiraient rendre le système plus simple à configurer et la solution plus abordable, afin que tout le monde puisse

« Chaque moment à la maison est plus agréable lorsque la musique nous accompagne... »

— NICK MILLINGTON ★
Chef de produit de Sonos

G. et d. : Haut-parleur portable Roam de Sonos, art. 1683300;
En haut : Barre de son Beam de Sonos, art. 1671993.

PHOTOS GRACIEUSÉES DE SONOS

profiter d'un son de qualité. Plutôt que d'opter pour un système analogique qui repose sur des appareils, ils rêvaient d'un système numérique et intelligent donnant accès à tous les catalogues de musique sur Internet.

Pureté du son

« La philosophie de Sonos a toujours été de reproduire l'intention de l'artiste, souligne M. Millington. Concevoir des haut-parleurs de qualité est un art en soi. »

Pour obtenir le son recherché, l'entreprise a collaboré avec des ingénieurs du son réputés, dont Giles Martin des studios Abbey Roads. « Nous faisons jouer sur nos systèmes Sonos les disques qu'il a produits, puis il s'asseyait avec nos ingénieurs pour faire les réglages nécessaires afin de reproduire le même son qu'en studio », poursuit M. Millington. Il

ajoute que dans un monde où les basses et les aigus assaillent nos oreilles, c'est la pureté du son qui permet à Sonos de se démarquer.

Sources multiples, système unique

Sonos offre une expérience riche et constante grâce à la synchronisation des haut-parleurs et du logiciel qui fonctionnent ensemble pour transmettre un son de qualité, que ce soit pour écouter un balado en continu, de la musique à partir d'un appareil intelligent ou un vinyle de collection. Le système Sonos peut être configuré de manière à diffuser une même piste dans toute la maison ou des pistes différentes dans chaque pièce.

« La force de Sonos vient de sa plateforme logicielle qui intègre tous ces services, soutient M. Millington. En plus d'offrir un son brillant, Sonos demeure à l'avant-garde de la technologie grâce à sa plateforme capable d'intégrer pratiquement tout service. » À sa connaissance, aucune autre plateforme ne permet de profiter à la fois de Spotify, Apple Music, Apple AirPlay, Bluetooth, l'Assistant Google et Alexa d'Amazon.

« Chaque moment à la maison est plus agréable lorsque la musique nous accompagne, que ce soit pour cuisiner, jouer avec les enfants ou faire ses impôts, déclare M. Millington. Sonos fait tout pour rendre l'expérience plus intuitive que jamais. » ■



PROFIL DE FOURNISSEUR

Entreprise Sonos

PDG Patrick Spence

Employés Environ 1 700

Siège social
Santa Barbara, California

Site Web sonos.com

Produits chez Costco :
Des haut-parleurs et barres de son Sonos sont offerts en entrepôt et sur Costco.ca. Les numéros d'articles varient.

Commentaires sur Costco
« Collaborer avec Costco a été un choix tout naturel. Nous partageons une vision commune : offrir la meilleure expérience possible à nos clients. C'est ce qui motive chacune de nos décisions. »

—Rick Hulford,
vice-président de
Sonos Americas

Wi-Fi ou Bluetooth

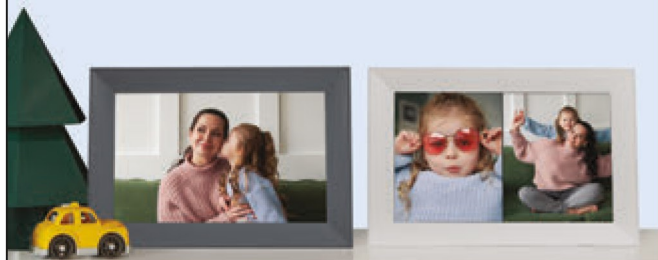
Nick Millington, chef de produit chez Sonos, explique que se connecter aux haut-parleurs via le Wi-Fi demeure la meilleure solution

à la maison. Le Bluetooth convient mieux lorsqu'il faut se connecter loin du système domestique. « À la maison, la connexion haut débit à Internet offre une bande passante beaucoup plus

élevée, ce qui permet de faire jouer de la musique dans un grand nombre de pièces, tout en profitant d'une excellente qualité sonore et d'une vaste portée », précise M. Millington.—WF

Aura rend agréablement faciles l'affichage et le partage de photos

Espace de stockage pour photos illimité, sans frais
Du téléphone au cadre, instantanément
Offert en deux couleurs



AURA
Smart Digital Frames

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 2464230

Washburn
GUITARS

QUALITÉ SUPÉRIEURE

**ENSEMBLE DE GUITARE ACOUSTIQUE
STYLE DREADNOUGHT
AVEC DESSUS EN PLACAGE
D'ÉRABLE ONDÉ**

Comprend :

- Guitare en érable ondé couleur tabac rétro
- Accordeur numérique à pince
- Sac de transport
- Support de guitare pliable
- Courroie en nylon
- Cordes de remplacement
- 3 médiators
- Enrouleur de corde pour guitar

135

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 5443106

Changement de Couleur

Glow Wick

Ensemble de 6 pièces • Bougies de cire DEL

12 piles Duracell® incluses
Télécommande multifonction avec minuterie



- Apparence et sensation des bougies en cire véritable
- Technologie Glow Wick

- Contrôle de la couleur par bouton-poussoir

Sans Flamme • Sans Fumée • Sans Souci

* Voir les détails à la page 7

Art. 1630826

LAMPE DE BUREAU À DEL DE STYLE MODERNE

Avec chargeur sans fil et éclairage d'ambiance



Recharge sans fil • 5 niveaux de luminosité • 3 modes d'éclairage
• Veilleuse de nuit • Commande tactile

UltraBrite
Élevez votre style de vie!



Échantillon d'éclairage d'ambiance Chroma™ RGB
AUSSI SUR COSTCO.CA Art. 1656127

CASIO^{MD}

CDP-S110BCSAB

- 88 touches à action marteau pleine taille.
- Échantillons de sons de piano à queue, de piano électrique et d'orgue de jazz de haute qualité.
- Puissant et portable grâce à 6 piles AA (non fournies).
- Pratiquez à tout moment, où que vous soyez, en utilisant votre téléphone intelligent ou votre tablette pour vous connecter à l'application gratuite Casio Music Space.

L'ENSEMBLE COSTCO

comprend un support pour clavier, une banquette rembourrée, un support pour livre de musique, une pédale forte et un adaptateur secteur.

CDP-S110BCSAB PUISSANT ET PORTABLE

AUSSI SUR COSTCO.CA

Art. 5130100 (piano avec banc), 1569686 (ensemble de clavier portable)

CASIO^{MD}

FAITES DE LA MUSIQUE
À TOUT MOMENT
ET EN TOUT LIEU

L'ENSEMBLE COSTCO

comprend une mallette de transport, un support de livre de musique et un adaptateur secteur.



CT-S190CA

61 touches de style piano, 400 tonalités, 77 rythmes, 60 chansons, Connectivité USB, poignée de transport intégrée. Connectez-vous à votre téléphone intelligent ou à votre tablette à l'aide de l'application gratuite Casio Music Space. Utilisez l'adaptateur secteur ou installez 6 piles AA (non fournies) et faites de la musique partout.



À portée de main

Facteurs à considérer à l'achat d'une montre intelligente

MARC SALTZMAN



SEVAG SAGHERIAN

Marc Saltzman

est chroniqueur et auteur de renommée en haute technologie. Dans sa chronique, M. Saltzman répond à des questions choisies de nos lecteurs. Il ne répond toutefois qu'à celles qui sont publiées.

Twitter

@marc_saltzman.

Par courriel

connection@costco.com Indiquer « Parlons techno » en objet.

CONTACT COSTCO

Une sélection de montres intelligentes est offerte en entrepôt et sur Costco.ca.



Q uoi de plus pratique que d'avoir accès en tout temps à une technologie de pointe... sur son poignet? C'est la promesse des montres intelligentes! Ces petits appareils servent non seulement à détecter le rythme cardiaque, les habitudes de sommeil et l'activité physique, mais aussi à consulter ses messages et ses réseaux sociaux, ou encore à effectuer des achats. De plus, ils se portent avec style grâce aux divers cadrans personnalisables.

Apple Watch, Samsung Galaxy, Fitbit, Garmin... il existe une foule d'options sur le marché. Que soit venu le temps d'acheter une première montre intelligente ou de la changer pour un modèle plus récent, voici plusieurs aspects à considérer. Comme toutes les montres n'offrent pas les mêmes fonctions, il faut avant tout évaluer ses besoins.

Activité et santé

Presque toutes les montres intelligentes sont dotées d'un podomètre de base, qui compte le nombre de pas et la distance parcourue à pied chaque jour (incluant les escaliers), qui donne une estimation des calories brûlées et qui envoie les données à une application sur téléphone intelligent afin de les convertir en tableaux et en graphiques colorés.

Certains modèles détectent le type d'entraînement effectué, de la natation au cyclisme, et enregistrent des données précises. Beaucoup sont aussi pourvus d'un GPS.

Quant aux données de santé, des appareils comme l'Apple Watch Series 7 et la Samsung Galaxy Watch4 sont dotés d'un électrocardiogramme (ECG) intégré qui peut détecter des fréquences cardiaques anormalement élevées ou basses, ou des rythmes cardiaques irréguliers (arythmies), en plus de surveiller le taux d'oxygène dans le sang (grâce à un oxymètre de pouls).

L'Apple Watch détecte les chutes et peut appeler les services d'urgence et les



DE LA G. : © ROCKETCLIPS, © NEW AFRICA / STOCK.ADOBE.COM

contacts préétablis si la personne n'est pas en mesure de confirmer que tout va bien.

Ces montres analysent aussi le sommeil, y compris le nombre de fois la personne se réveille. Si désiré, ces données peuvent être transmises à un médecin.

Communication et information

Autre fonction pratique : la montre vibre légèrement pour aviser son utilisateur d'un rendez-vous ou d'un rappel, ou pour l'inviter à se délier les jambes. Il est aussi possible de définir des alertes à la réception de textos et de courriels ou à l'identification dans une photo sur les réseaux sociaux, et les consulter à même son poignet.

En balade à pied ou à vélo? Certaines montres intelligentes ont des cartes intégrées. L'Apple Watch, par exemple, émet des indications sonores et par pulsation pour indiquer quand tourner à droite ou à gauche. Avec l'assistant virtuel Siri, on peut simplement lui demander de trouver l'itinéraire vers la station-service la plus près ou vers la maison.

Les montres intelligentes, telles que la Sense de Fitbit, à droite (art. 1481976, noir; 1481978, blanc), facilitent le suivi des données sur la santé, le contact avec la famille, les amis et le travail, la planification de moments de détente, et plus encore.

Utilisée en combinaison avec une serrure intelligente, la montre permet même de débarrer sa porte d'entrée.

Divertissement et autre

Le plaisir ne s'arrête pas là! La montre permet de jouer à des jeux, d'écouter de la musique avec des écouteurs sans fil (chansons enregistrées ou en continu) et de visualiser ses photos.

Les magasins d'applications offrent des versions adaptées à ces petits appareils. Certaines montres intelligentes sont de précieux compagnons pour la santé mentale. L'appareil surveille le niveau de stress de l'utilisateur et lui rappelle de respirer et de méditer à différents moments de la journée.

Calculer le pourboire au restaurant n'aura jamais été si facile! Il suffit d'utiliser la calculatrice ou de demander à l'assistant virtuel « Que représente un pourboire de 18 % sur 200 \$? » (réponse : 36 \$).

Il est d'ailleurs possible de payer avec sa montre intelligente en cas d'oubli du portefeuille. Il suffit de taper la montre intelligente après y avoir lié une carte de crédit.

Que ce soit pour recueillir des données sur son niveau d'activité physique et son état de santé ou pour avoir à l'œil ses courriels, ses appels et ses notifications des réseaux sociaux en tout temps, les montres intelligentes offrent une foule de fonctionnalités pratiques à explorer. ■



Partout, en tout temps

La plupart des montres se connectent sans fil au téléphone intelligent jumelé par Bluetooth, pour afficher les appels entrants, textos, notifications, etc. Plusieurs modèles accèdent également au Wi-Fi domestique pour faire des recherches.

Avec l'option de connectivité cellulaire, on peut prendre des appels, lire des textos et accéder à Internet, même si la montre est loin d'un téléphone ou du Wi-Fi.

Cette option, généralement offerte au coût de 10 \$ par mois par un fournisseur de téléphonie mobile, est intéressante pour les marcheurs et les joggeurs qui veulent être joignables en cas d'urgence.—MS

GoPro

HERO **10** BLACK

**Le Pack
Comprend**



AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 6094010

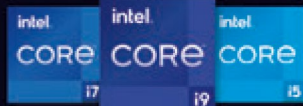
**Conçus pour la
nouvelle génération
de jeux vidéo.**



ASUS TUF Dash F15



Acer Nitro 5



Les technologies Intel peuvent nécessiter du matériel, des logiciels ou des services compatibles, susceptibles de ne pas être disponibles sur tous les systèmes. Contactez le fabricant de l'ordinateur pour obtenir les spécifications complètes du système. © Intel Corporation. Intel, le logo Intel et les autres marques d'Intel sont des marques commerciales d'Intel Corporation ou de ses filiales. Les autres noms et marques peuvent être revendiqués comme la propriété de tiers. ©CAPCOM CO., LTÉE. 2021, 2022 tous droits réservés.

AUSSI SUR COSTCO.CA
Divers numéros d'article
Recherchez: IntelJeux

LOREX®

2 × CAMÉRAS DE SÉCURITÉ WI-FI AVEC PROJECTEUR POUR L'INTÉRIEUR/EXTÉRIEUR 4K

Avec éclairage de sécurité intelligent



2 Caméras incluses

Aucuns Frais Mensuels

4K

Une clarté exceptionnelle
offerte par la résolution 4K



Détection de personnes,
de véhicules, de paquets
et d'animaux



Avec l'amplificateur de
la vision nocturne en
couleur, tout devient clair



Smart Security Lighting^{MC}



IP65 résistant aux intempéries



Parler en utilisant la
communication bidirectionnelle
et les réponses rapides

W881AAD-F-2PK



COLLECTION
FUSION

Google, Google Home, Google Play, le logo Google Play, le logo Google Assistant et Chromecast sont des marques d'Google Inc. Amazon, Alexa et tous les logos associés sont des marques de commerce d'Amazon.com, Inc. ou de ses filiales. La communication bidirectionnelle n'est pas disponible via Alexa.



AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 2609200

Paquet de 3

home^{MD}

LUMINAIRE^{MD}

Lumière d'urgence et Veilleuse 5 en 1
à DEL avec changement de couleur



S'allume lorsque
l'alimentation est coupée



Lampe de
poche d'urgence

Art. 1664658



Cinéma à la belle étoile

C'est le moment idéal de s'installer confortablement et de visionner un film entre amis

KIRA VERMOND



CONTACT COSTCO

Téléviseurs extérieurs, projecteurs, collations, boissons, chaises de camping, meubles d'extérieur, couvertures et tout l'essentiel d'une soirée cinéma à l'extérieur sont offerts en entrepôt et sur Costco.ca.

En automne 2021, Dave Durbin, membre de Costco, a installé un projecteur numérique, emprunté l'écran d'un voisin, allumé deux radiateurs au propane pour combattre la fraîcheur nocturne, et accueilli les amies de sa fille dans son arrière-cour de Guelph, en Ontario. Équipées de sacs de couchage et de chocolat chaud, les filles se sont installées pour visionner le film *Ghostbusters* à l'extérieur. « C'était presque un ciné-parc dans notre arrière-cour, affirme M. Durbin. L'avantage du froid glacial? Aucun insecte. »

L'absence de moustiques incommodants n'est pas le seul bienfait de visionner un film dans l'arrière-cour à cette période de l'année. Les rassemblements extérieurs sont un moyen sécuritaire de tisser des liens en ces temps incertains de la pandémie. De toute façon, la noirceur hâtive fait en sorte que la fête se termine avant qu'elle n'affole le voisinage.

« Il est important de tenir des événements pour que les gens puissent discuter, avoir du plaisir et créer des souvenirs »,

déclare Cristie Rosling, propriétaire de Umbrella Events, une entreprise de planification d'événements à Vancouver. « Cela dit, il faut avoir beaucoup de couvertures! »

Projecteurs et téléviseurs extérieurs, haut-parleurs, couvertures, places assises, éclairage tamisé et collations (à foison); voilà les essentiels d'un ciné-parc maison mémorable, peu importe le budget.

Préparation

L'ambiance est cruciale pour une soirée cinéma sous les étoiles inoubliable. Accrocher des lumières scintillantes ou des guirlandes lumineuses pour une touche de luxe, créant aussi un éclairage suffisant pour éviter de trébucher. Aller plus loin en éclairant le chemin à l'aide de chandelles à DEL contrôlables à distance.

Tout hôte souhaite que les invités soient confortables et au chaud. Les couvertures douillettes sont de mise. Prévoir chauffe-mains, tuques, mitaines, et radiateurs au propane pour le confort ultime. Pour rester au sec sur la côte ouest, une tente d'événement est une bonne idée.



Côté technique

Si les soirées cinéma sont une activité habituelle, opter pour un téléviseur extérieur résistant aux intempéries. Chaque téléviseur est enveloppé d'une protection contre les intempéries pour repousser la pluie, la poussière, la saleté, la neige, les insectes, la glace et les rayons UV.

Si on ne souhaite pas s'engager à un système permanent, les projecteurs extérieurs offrent une qualité d'image rêvée, dotés d'une résolution ultrahaute, ainsi que de lumens ou de luminosité. De nombreux modèles offrent la diffusion de contenu sans fil à l'aide d'un appareil portable; certains incluant Netflix et d'autres applications permettant de diffuser depuis le projecteur. Si l'arrière-cour est de

petite taille, il est crucial d'opter pour un appareil à courte focale pour pouvoir le placer plus près de l'écran tout en présentant une image de plus de 100 po.

Il existe plusieurs options d'écrans. Premièrement, il est totalement acceptable d'arrêter son choix sur le fait maison et d'accrocher un drap blanc, mais l'écran de haute qualité offre un visionnage lisse et constant. Les nouveaux écrans sont légers, pliables et faciles à ranger. L'écran gonflable géant est aussi une option, offrant une grande image, mais souvent accompagné de bruit de ventilateur.

Côté audio

Bien que les projecteurs aient des haut-parleurs intégrés, la puissance sonore est souvent insuffisante, particulièrement si on est loin de l'appareil. Une paire de haut-parleurs extérieurs sans fil résoudra le problème. Les personnes peuvent aussi porter des casques d'écoute ou des écouteurs Bluetooth.

Finalement, l'essentiel d'une soirée cinéma automnale est de se détendre, de visionner un film et de profiter d'un rassemblement extérieur avant l'arrivée du froid glacial. «Après quelques années passées à l'intérieur et en isolement, c'est un vent de fraîcheur de pouvoir être à l'extérieur entre amis, explique M^{me} Rosling. C'est ça l'ingrédient d'une soirée cinéma parfaite.» ■

Kira Vermond est rédactrice pigiste en Ontario.



DE LA G. : SHAIITH; YETI STUDIO / STOCK.ADOBE.COM

Mission collations!

Couronner la soirée cinéma des gâteries parfaites.

- Préparer du maïs soufflé digne du cinéma à l'aide d'une éclateuse de maïs commerciale, et remplir des répliques de boîtes ou de sacs de maïs soufflé antiques.
- Créer un bar à bonbons : caramel crémeux, bonbon dur et tendre, barre de chocolat entière ou format collation et bien plus.
- Le chocolat est une nécessité en temps froids, mais penser aussi une variété de thés, de café et de soda. Pour servir les boissons chaudes, brancher une machine à capsules K-Cup. Une tasse réconfortante à portée de main!—KV

Hausser les attentes

Pourquoi ne pas mettre le paquet pour une soirée cinéma en plein air? Envoyer des invitations imprimées et des répliques de billets de

cinéma. «Les invités pourront les présenter à leur arrivée», déclare Cristie Rosling, et l'invitation est un souvenir adorable. Choisir des couleurs assorties au film. (Opter pour le noir et le blanc

si le film présenté est *The Artist*, par exemple, ou l'or pour la série 007.)

Le tapis rouge sur l'entrée ou la terrasse est indispensable pour photographier les invités à leur arrivée.—KV

LE MOIS D'OCTOBRE EST LE MOIS DE LA PRÉVENTION DES INCENDIES

Assurez-vous que votre famille est protégée à la maison!

Remplacez les avertisseurs de fumée et de monoxyde de carbone (câblés ou fonctionnant à pile) et les extincteurs tous les 10 ans.



 **Kidde**^{MD}

Divers numéros d'article

icetraxTM
SEMELLES ANTIDÉRAPANTES

2
PAIRES

**MARCHE
SPORT
TRAVAIL**

9 CRAMPONS EN CARBURE
DE TUNGSTÈNE



TRACTION SUR LA GLACE ET LA NEIGE

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 1641995



Choix des acheteurs

Des appareils électroniques choisis par les acheteurs de Costco



Charles Chum

Sean Oliver

Christos Zourdos

Téléviseurs OLED C2 de LG

La technologie pixel OLED de LG offre une qualité d'image sublime pourvue de contraste infini, noir parfait et plus d'un milliard de couleurs. Le plus récent processeur 4K ajuste automatiquement les réglages, perfectionnant la qualité visuelle et sonore selon ce qui est présenté. Visionner un film comme le souhaite le directeur grâce au mode FilmMaker de LG, et améliorer chaque moment avec les fonctions Vision IQ et Atmos de Dolby. Divers numéros d'article. Entrepôt/Costco.ca.—Sean Oliver



Ordinateur de bureau de jeu Predator Orion 3000 de Acer

Cet ordinateur compact puissant est doté d'un processeur Intel Core i5 de 12e génération et d'une carte vidéo GeForce 3060 de 12 Go. Doté d'une mémoire de 16 Go et d'un disque SSD de 1 To, voilà un ordinateur de jeu ultraperformant. Chaque ventilateur est muni de quatre DEL RGB pour lumière ambiante. Art. 3647933. Certains entrepôts/Costco.ca.—Charles Chum



Système de sécurité eufy de Anker

Enregistrer les activités de la maison ou du bureau en haute résolution avec ce système de 3 caméras doté d'une mémoire de 16 Go. Fonctionne avec le HomeKit de Apple, l'Assistant Google et l'Alexa d'Amazon pour un usage mains libres sans tracas. Fonctionnalités comprises sans frais mensuels. De plus, économiser grâce à l'installation sans fil facile, aux caméras à piles et au matériel d'installation tout inclus.—Christos Zourdos

PUBLICITÉ

Pour le plaisir de DONNER



CALENDRIER DE L'AVENT KINDER
Art. 406614



ENSEMBLE-CADEAU TRAÎNEAU DÉCORATIF

Art. 1456336

 AUSSI SUR COSTCO.CA



PLATEAU DE NOIX DE QUALITÉ
DAVID ROBERTS
Art. 1663612



CHOCOLATS ASSORTIS BELGES GODIVA
Art. 1480774



TOUR DE GÂTERIES
Art. 1456331



La sélection de produits varie d'un entrepôt à l'autre.



POUR COMMANDER DES PANIERS-CADEAUX PERSONNALISÉS AVEC LE LOGO DE VOTRE ENTREPRISE, RENDEZ-VOUS SUR COSTCO.CA

Commande minimale de 24 paniers-cadeaux. Veuillez prévoir jusqu'à 20 jours pour la livraison des paniers personnalisés.

- 1 Se rendre sur Costco.ca et rechercher : **Custombaskets22**
- 2 Passer la commande et envoyer votre logo par courriel
- 3 Nous communiquerons avec vous pour conclure la transaction!

RECHERCHER : Custombaskets22 SUR COSTCO.CA



BOUCHÉES À LA MENTHE POIVRÉE ET AU CHOCOLAT BLANC
TRUFFETTES DE FRANCE

Art. 1553066



HEDGEHOGS CHOCOLAT AU LAIT FOURRÉ DE TRUFFLES AUX NOISETTES

Art. 1661811

AUSSI SUR COSTCO.CA



JARDINIÈRE AVEC CONFISERIES

Art. 5262460



PANIER DES FÊTES

Art. 1650750

AUSSI SUR COSTCO.CA



CHOCOLATS ASSORTIS
CHOCOLATES DOMES GODIVA

Art. 1490904

AUSSI SUR COSTCO.CA



GAUFRETTES ROULÉES À LA CRÈME CHOCOLAT ET NOISETTES PIROULINE

Art. 312540

AUSSI SUR COSTCO.CA



DÉFI SAUCE PIQUANTE

Art. 1652698



ENSEMBLE-CADEAU
SWEET REVELATION

OFFERT EN 2 COULEURS : ROUGE OU OR

Art. 245275

AUSSI SUR COSTCO.CA



ENSEMBLE-CADEAU AVEC TASSES GODIVA

Art. 398543

📍 AUSSI SUR COSTCO.CA



SIROP D'ÉRABLE BIOLOGIQUE
L.B. MAPLE TREAT

Art. 5231



JARDINIÈRE DORÉE GODIVA

Art. 1192723

📍 AUSSI SUR COSTCO.CA



BISCUITS DANOIS AU BEURRE
KELSEN

Art. 386450



ENSEMBLE-CADEAU AVEC PLATEAU
MÉTALLIQUE SUR 3 NIVEAUX

Art. 1352176



CHOCOLAT AU LAIT SUISSE TOBLERONE

Art. 348200

📍 AUSSI SUR COSTCO.CA



TROUSSE POUR MAISON HANTÉE
À ASSEMBLER KITKAT NESTLÉ

Art. 1632760



TROUSSE POUR CABANE ET HUTTE
À ASSEMBLER KITKAT NESTLÉ

Art. 1550131



CHOCOLATS EUROPÉENS ASSORTIS MERCI

Art. 318527

📍 AUSSI SUR COSTCO.CA



BOÎTES DÉCORATIVES
AVEC GUIMAUVES
ENROBÉES DE CHOCOLAT
Art. 1653453



ENSEMBLE DE CHOCOLATS
AU LAIT À PEINDRE
GALERIE AU CHOCOLAT
Art. 1655174



ENSEMBLE DE MIEL ET TARTINADES
ST. DALFOUR
Art. 1456315
AUSSI SUR COSTCO.CA



BISCUITS FONDANTS AU BEURRE ET
AUX NOIX DE PECAN DAVID'S COOKIES
Art. 545350
AUSSI SUR COSTCO.CA



ENSEMBLE-CADEAU BOL EN CÉRAMIQUE
GODIVA
Art. 1554503
AUSSI SUR COSTCO.CA



ASSORTIMENT DE CHOCOLATS SIGNATURE
FERRERO GOLDEN GALLERY
Art. 1438232



ENSEMBLE-CADEAU POUR PÂTES
JAMIE OLIVER
Art. 1251717
AUSSI SUR COSTCO.CA



CHOCOLATS TURTLES
CLASSIQUE NESTLÉ
Art. 1331706



SEAU À VIN GODIVA

Art. 1456339

🔗 AUSSI SUR COSTCO.CA



ALLSORTS ASSORTIES WATERBRIDGE

Art. 1171144

🔗 AUSSI SUR COSTCO.CA



CHOCOLATS À LA NOISETTE FERRERO ROCHER

Art. 469627

🔗 AUSSI SUR COSTCO.CA



ENSEMBLE MULE DES FÊTES

Art. 1254524

🔗 AUSSI SUR COSTCO.CA



COLLECTION SIGNATURE CRÉATIONS AUX NOISETTES CAFFAREL

Art. 1649924



ENSEMBLE-CADEAU MAÏS SOUFFLÉ SUCRÉ ET SALÉ

Art. 1165333



CHOCOLATS ASSORTIS SWISS DELICE PRESTIGE

Art. 3321973

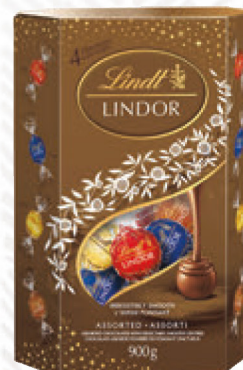
🔗 AUSSI SUR COSTCO.CA



CHOCOLATS ASSORTIS DAIRY MILK CADBURY

Art. 1664558

🔗 AUSSI SUR COSTCO.CA



TRUFFES AU CHOCOLAT ASSORTIS LINDOR LINDT

Art. 145866

🔗 AUSSI SUR COSTCO.CA



ÉpicerieCostco

Profitez de la livraison à domicile pour les produits Épicerie Costco.

Pour commencer, cherchez « Épicerie Costco », sur **Costco.ca**.

Offert dans les régions de livraison admissibles au Canada.*



ÉpicerieCostco

Notre service de livraison a été étendu à encore plus de régions au Canada!

Rechercher le logo **ÉpicerieCostco** sur certains aliments non-périssables et articles ménagers sur Costco.ca.

Aucuns frais supplémentaires Épicerie Costco pour les commandes de 75 \$ ou plus avant taxes et frais d'expédition et de manutention additionnels. Des frais de port et de manutention additionnels seront facturés par article pour les envois vers certaines régions. Les frais supplémentaires seront indiqués lors du passage à la caisse. La livraison sera effectuée dans les 2 à 10 jours ouvrables.

LIVRAISON LE JOUR MÊME*

Présenté par  **instacart**

Tous les articles d'épicerie, y compris les produits frais et les articles ménagers, peuvent être livrés dans un délai aussi rapide que 2 heures.

Choisissez une plage de 2 heures pour la livraison le jour même ou fixez la date de livraison pour plus tard dans la semaine. Valide pour toute commande d'au moins 35 \$ avant taxes. **Vous devez être présents sur les lieux au moment de la livraison.**

PASSEZ VOTRE COMMANDE DÈS AUJOURD'HUI SUR COSTCO.CA!

Les articles présentés et leur disponibilité peuvent changer sans préavis.

* Inscrivez votre code postal sur le site de Livraison le jour même* pour savoir si la livraison le même jour est offerte dans votre région. Les prix des articles sont plus élevés que ceux affichés à votre entrepôt. Instacart utilise la majoration pour payer son service de livraison.

L'Épicerie Costco n'est pas offert au Yukon, aux Territoires du Nord-Ouest ou au Nunavut. 1238-21

UN DUO PARFAIT

NETTOYAGE PUISSANT + FRAÎCHEUR DURABLE



Contiennent **plus de**
pouvoir nettoyant pour
un **meilleur nettoyage***.

* ingrédients nettoyants par goutte

et performance vs le liquide Tide Original.

AUSSI SUR COSTCO.CA Art. 1675232 (Tide pods), 1675229 (Downy light)

Enfin, un parfum
léger et durable.

Sans parfums prononcés.

Sans colorants.

Sans phosphates.



couturé[®]pets
BY/PA COMMONWEALTH

MOUSSE MÉMOIRE

FOND ANTIDÉRAPANT

HOUSSE AMOVIBLE
À GLISSIÈRE

LAVABLE

LIT POUR ANIMAUX DE COMPAGNIE

Art. 1549185

Une façon saine de
**récompenser
votre chien**

- SANS ADDITIFS**
- SANS AGENTS
DE CONSERVATION**
- SANS COLORANT**

Disponible exclusivement chez Costco

**MADE IN
CANADA** **FABRIQUÉ AU
CANADA**

**EST. DEPUIS Dog 2006
DELIGHTS**

Art. 1280268 (poulet), 1417091 (boeuf)

Zéro sucre. À chacun sa saveur!



Pack de 24 comprenant quatre saveurs:
Noix de coco et ananas, Pamplemousse rose,
Cerise limenade, et Citron et lime.

Le parfait accord

L'entreprise SharkNinja vise l'innovation et la satisfaction

DAN JONES

« Avant le lancement d'un produit, celui-ci est testé par près de 1 000 consommateurs. »

— MARK BARROCAS ◆
Président, SharkNinja



GRACIEUSITÉ DE SHARKNINJA

Une recherche sur la plateforme TikTok devrait contenir tous les détails de la sorbetière Ninja Creami, déclare Mark Barrocas, président de SharkNinja. « Rechercher “Ninja Creami” », ajoute-t-il. « Il y a déjà 35 millions de visionnements d'individus préparant des choses exceptionnelles. »

L'influence de SharkNinja sur l'industrie d'articles ménagers est observable par le biais de vidéos virales et d'évaluations cinq étoiles, qui ne sont pas prises à la légère par l'entreprise.

« Il y a 20 ans, si on n'était pas satisfait d'un produit, on le disait à nos parents ou notre conjoint ou conjointe, explique M. Barrocas. De nos jours, c'est plutôt le client qui détient le pouvoir. »

L'entreprise, née à Montréal en 1994 sous le nom Euro-Pro, offre plus de 150 produits aux consommateurs à l'échelle mondiale. Maintenant nommée SharkNinja, elle offre des solutions de nettoyage comme des aspirateurs sous l'étendard de la marque Shark, et des articles de cuisine sous la marque Ninja.

SharkNinja est devenu un indispensable chez Costco. « On trouve un grand nombre de produits SharkNinja en entrepôt, ajoute M. Barrocas. Le client obtient toujours la valeur et l'innovation abordable, le souci du détail et, idéalement, la même satisfaction des produits achetés. »

Redonner vie aux vieilles idées est une tradition de SharkNinja. Mark Rosenzweig, qui a fondé l'entreprise, s'est concentré sur la recherche et le développement dès le début. Ces recherches sont à l'origine du perfectionnement des aspirateurs, robots culinaires et machines à café traditionnels, et de la création de produits tels que les nettoyeurs à vapeur, aspirateurs verticaux, robots culinaires multifonctionnels et machines à café artisanales.

L'objectif est de concevoir des appareils de qualité qui plairont aux gens, déclare M. Barrocas. « La validation de ce que nous faisons vient du public. L'ingénierie en est une partie. Nous avons 750 ingénieurs dans le monde. L'essai de produits en est une autre. Avant le lancement d'un produit, celui-ci est testé par près de 1 000 consommateurs. Nous ne lançons pas un produit les doigts croisés en disant “J'espère que les gens l'aimeront.” » ■

PROFIL DE FOURNISSEUR

Entreprise
SharkNinja

Président
Mark Barrocas

Employés
2 800

Siège social
Needham, au
Massachusetts

Articles offerts chez Costco

Système de cuisine Professional Plus à technologie Auto-iQ de Ninja (art. 1605291); Mélangeur Professional Plus de Ninja (art. 1502667); Ninja Creami (art. 2603480). Entrepôt/Costco.ca.

Citation sur Costco :

« L'une des raisons de la solidité de la relation entre nos entreprises est que Costco offre aussi une valeur exceptionnelle. »

—Mark Barrocas,
président

CHARMER LES INVITÉS

Ces simples hors-d'œuvre sont de mise aux prochaines festivités et sont offerts dans les entrepôts Costco.

KETCHUP AUX CANNEBERGES

250 ml (1 t.) de canneberges
250 ml (1 t.) de sucre
125 ml (½ t.) de ketchup



Fromage et bacon

Florentine

PUBLICITÉ



SPANAKOPITA
CUISINE ADVENTURES
Art. 1965949



**PIMENTS JALAPEÑO ENROBÉS
DE BACON PARTINI**
Art. 1446552



DUO DE MINI QUICHES
CUISINE ADVENTURES
Art. 3053121



MINI SAUCISSES
CUISINE ADVENTURES
Art. 618670

RÔTI DE PORC ET LÉGUMES À LA CHERMOULA

CHERMOULA

1 botte de coriandre avec tiges, rincée et séchée

1 botte de persil italien avec tiges, rincée et séchée

60 ml (¼ t.) de jus de citron

60 ml (¼ t.) d'huile d'olive vierge extra

3 gousses d'ail entières, pelées

15 ml (1 c. à s.) de cumin

10 ml (2 c. à t.) de paprika fumé épicé

Gros sel et poivre noir fraîchement moulu

1 à 1,36 kg (2 ½ à 3 lb) de **longe de porc désossée de Kirkland Signature**

454 g (1 lb) de pommes de terre, coupées en 2 sur la longueur

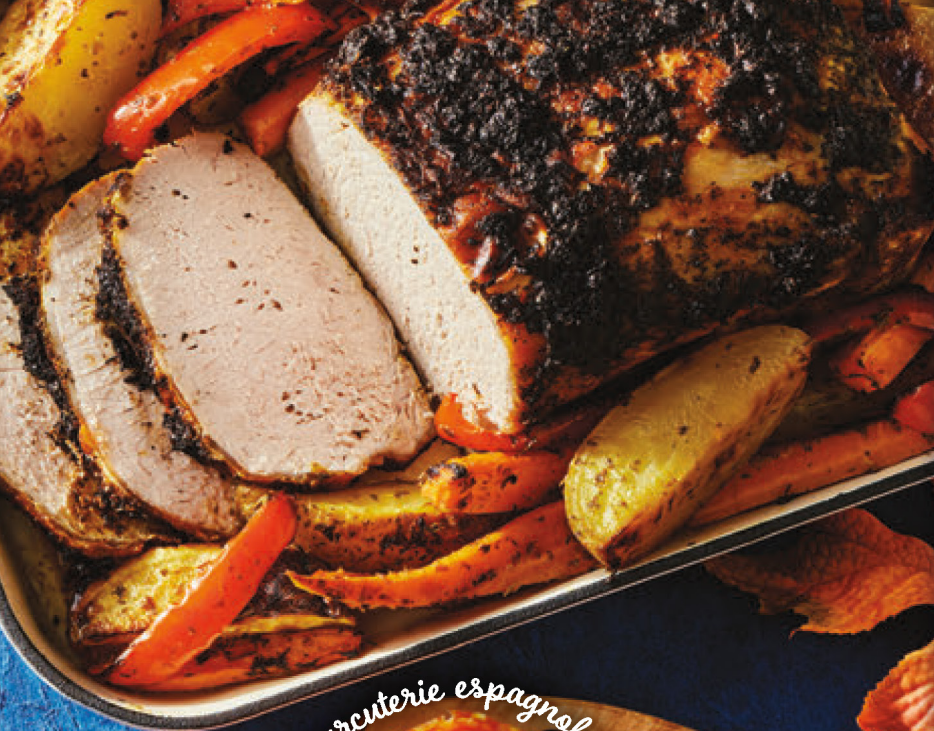
3 grosses carottes, coupées en 2 sur la longueur, puis en morceau de 10 cm (2 po)

1 poivron rouge, tranché

Préparer la Chermoula : Dans un robot culinaire, mélanger coriandre, persil, jus de citron, huile d'olive, ail, cumin et paprika jusqu'à consistance lisse. Gratter les côtés et assaisonner de beaucoup de sel et de poivre. Mélanger 30 sec. Transférer dans un bol.

Préchauffer le four à 230 °C (450 °F). Assaisonner la longe de **porc désossée Kirkland Signature**® de sel et de poivre. Frotter avec 60 ml (¼ t.) de sauce Chermoula. Transférer dans une grande plaque avec rebords et cuire 30 min.

Dans un grand bol, ajouter légumes, sel, poivre et encore 60 ml (¼ t.) de sauce Chermoula. Étendre en une seule couche autour du porc. Poursuivre la cuisson de 30 à 40 min, ou jusqu'à ce que la viande atteigne 63 °C (145 °F) dans la partie la plus épaisse et que les légumes soient cuits. Laisser reposer 10 min. Trancher et servir avec les légumes.



charcuterie espagnole



**TAPAS
NOEL**
Art. 1567350



**HUMMUS TRADITIONNEL
FONTAINE SANTÉ**
Art. 358234



**LONGES DE PORC
KIRKLAND SIGNATURE**
Art. 31098

**PSSST... VOULEZ-VOUS ESSAYER
QUELQUE CHOSE DE NOUVEAU?**

MAINTENANT ENCORE PLUS DÉLICIEUSE!

nous aimons les plantes.

EARTH'S OWN BIOLOGIQUE™

soNice

PACK DE 3

ORIGINALE NON SUCRÉE

AMANDE

3 x 1,89L

> 30 CALORIES PAR PORTION

vous aimons les plantes.

EARTH'S OWN

SANS OGM SANS CARRAGHÉNANE SANS PRODUITS LAITIERS SANS GLUTEN VÉGÉTALIN

Art. 435333

Partagez votre amour pendant les Fêtes

CRÉEZ DE DÉLICIEUSES RECETTES AVEC **nutella**

AUSSI SUR COSTCO.CA

Art. 118070

DURÉE LIMITÉE

STARBUCKS®

WINTER BLEND • MÉLANGE D'HIVER

WHOLE BEAN COFFEE / CAFÉ EN GRAINS

1.13 kg / 40 oz / 2.5 lb

RENTREZ DU FROID

RÉCHAUFFEZ-VOUS AVEC LE MÉLANGE D'HIVER DE STARBUCKS®

Nestlé utilise les marques de commerce de Starbucks sous licence.

AUSSI SUR COSTCO.CA

Art. 108462

LE GOÛT LIBERTÉ

PROBIOTIQUES
YOGOURT CLASSIQUE 2%
FORMAT 2 × 1 kg



30% MOINS DE SUCRE
YOGOURT GREC 3%
FORMAT 3 × 500 g



RICHE ET CRÉMEUX
YOGOURT MÉDITERRANÉE 9%
FORMAT 24 × 100 g



PROTÉINES
YOGOURT GREC BIOLOGIQUE 0%
FORMAT 15 × 142 g

YOP

ALIMENTE

YOP YOGOURT À BOIRE 1%
FORMAT 15 × 200 g



**NOUVEL
EMBALLAGE**

À la bonne franquette

La raclette est le plat réconfortant idéal pour recevoir des invités

WENDY HELFENBAUM



© M. STUDIO / STOCK.ADOBE.COM

CONTACT COSTCO

Une variété de fromages est offerte en entrepôt. L'ensemble à fondue, raclette et grillade 3-en-1 (art. 1654224) compte 12 coupelles en métal, 8 fourchettes et 12 spatules en bois. Offert dans certains entrepôts et sur Costco.ca.

Originaire des Alpes européennes, la raclette renvoie à un fromage suisse à pâte semi-ferme, ainsi qu'au populaire plat composé de pommes de terre, de viandes et de légumes garnis de fromage fondant. Le mot « raclette » fait référence à la tradition consistant à « racler » le fromage fondu, directement de la meule.

« Les Français et les Suisses ne s'entendent pas sur l'origine de la raclette, mais on peut dire que le mets a été inventé quelque part dans ces montagnes », explique Martin Adam, membre de Costco et propriétaire du restaurant La Raclette, qui a ouvert ses portes à Montréal il y a 35 ans.

Le fromage, qui faisait partie des aliments de base dans la région, était mangé avec des

viandes séchées, des pommes de terre, du pain, des cornichons et des oignons marinés.

« Comme la meule gelait souvent, on la mettait près de la cheminée pour la réchauffer, d'où l'idée de cette délicieuse création », raconte M. Adam.

Le fromage à raclette est généralement fait avec du lait de vache, lui donnant un goût de noisette, sans perdre les notes de lait et de beurre, ajoute M. Adam. Vieilli pendant au moins huit semaines, il devient crémeux et fond plus facilement. D'autres options incluent le Gouda et le fromage de chèvre. « Certains fromages se séparent lorsqu'on les surchauffe. Si le gras cherche à se séparer, réduire le temps de cuisson », précise-t-il.

Fin fromage

Comment préparer un festin de raclette :

- Prévoir environ 200 g de fromage à raclette par personne.

- Couper des tranches de fromage de la taille des coupelles.
- Préparer un plateau de fines tranches de viande à griller.
- Servir un vin blanc sec.

- Couper les légumes et faire bouillir les pommes de terre à l'avance.
- Le fromage à raclette se conserve six semaines au réfrigérateur et trois mois au congélateur.—WH

Les bases

Bien que toutes les techniques soient bonnes pour faire fondre le fromage, un poêle à raclette simplifie grandement l'expérience. Les tranches fondent sous l'élément chauffant, dans de petites coupelles, pendant que les légumes et la viande grillent sur la plaque. Certains modèles ont un caquelon à fondue intégré pour plonger des bouchées de poisson ou de viande dans le bouillon.

Julie Letarte est membre de Costco et présidente d'Importations C.J.S. Inc., une entreprise de Bois-des-Filion (Québec) qui importe des poêles à raclette. Elle conseille de choisir un modèle polyvalent, doté de deux réglages de la température, afin de pouvoir faire de la fondue, de la raclette ou les deux. « On peut aussi remplacer le caquelon par une plaque ronde pour griller plus de légumes », suggère-t-elle.

De plus, elle recommande d'allumer la hotte de la cuisinière ou d'ouvrir une fenêtre durant le repas et de tenir les enfants à l'écart du poêle. Après le festin, il faut débrancher l'appareil et le laisser refroidir, puis le nettoyer à la main avec un savon doux.

Le choix de fromages

M. Adam suggère de servir une variété de charcuteries, comme de minces tranches de jambon, afin d'accompagner le fromage à raclette. Avec des oignons marinés, des cornichons, de la moutarde de qualité et des sauces comme du pesto ou de l'aïoli, sans oublier une baguette ou du pain craquant. Pourquoi ne pas se donner un thème?

Essayer « Le rêve du chasseur » : viandes de gibier, champignons et fromage à la truffe, avec fondue parfumée au romarin. Festin côtier : fruits de mer et fromage doux, avec fondue de type bouillabaisse pour crustacés. Chalet de montagne : tranches de bœuf, d'agneau et de volaille, fromage à raclette, avec fondue classique au fromage.

M^{me} Letarte souligne qu'on peut aussi adapter la formule raclette à un brunch. « Du bacon, des crêpes au fromage mascarpone ou une omelette... il suffit d'être créatif, dit-elle. La raclette a un pouvoir rassembleur. C'est un mets à la portée de tous, ainsi qu'une excellente idée pour un repas-partage. » ■

Wendy Helfenbaum est membre de Costco, rédactrice et productrice télé à Montréal.

Tartiflette au fromage à raclette avec noix et lardons à l'érable

250 g (9 oz) de noix de Grenoble

350 g (12 oz) de lardons
(lanières de bacon)

2 gros oignons, tranchés

5 grosses pommes de terre pelées,
tranchées et bouillies

160 ml (⅔ t.) de sirop d'érable

800 g (28 oz) de tranches de fromage
à raclette

Persil plat haché, pour garnir

Dans une poêle antiadhésive, griller les noix à feu doux jusqu'à ce qu'elles dégagent leur arôme. Réserver. Dans la même poêle, faire revenir les lardons à feu moyen jusqu'à mi-cuisson. Enlever les lardons. Garder 30 à 45 ml (2 à 3 c. à s.) de gras dans la poêle. Faire cuire les oignons en remuant de temps en temps, jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés. Réserver.

Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).

Graisser un grand plat allant au four; y disposer les pommes de terre tranchées. Ajouter oignons, lardons et noix. Verser le sirop d'érable. Couvrir de fromage. Cuire au four 20 à 25 min. Garnir de persil. Servir avec une salade. Donne 4 portions.

Recette gracieuseté de Martin Adam et Selven Nellatamby

PHOTO GRACIEUSE DU © RESTAURANT LA RACLETTE



CRETORS

HANDCRAFTED SMALL-BATCH POPCORN
MAÏS SOUFFLÉ ARTISANAL

Obsessionnellement
Délicieux



AUSSI SUR COSTCO.CA Art. 458287

DÉLICIEUSES inspirations



AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 882777



Collationnez Santé



- Faible en gras saturés
- Sans gras trans
- Sans cholestérol



AUSSI SUR COSTCO.CA Art. 242470 (pita bites), 195047 (pailles aux légumes)



Collationnez santé

- ✓ Sans OGM
- ✓ Sans gluten
- ✓ Sans gras trans
- ✓ Sans cholestérol
- ✓ Sans arôme, colorant ni agent de conservation artificiels





**DES COLLATIONS
POUR TOUS LES GOÛTS
AUX FÊTES**

OFFERTES DANS TOUS LES ENTREPÔTS **AUSSI SUR COSTCO.CA**
Art. 2217771 (Tostitos), 1696245 (Doritos), 1696237 (Ruffles)



**JAMAIS FRIT
TOUJOURS
CHOUETTES**

POPCORNER'S
THE CRUNCHY AND WHOLESOME POPPED-CORN CHIP
CROUSTILLES DE MAÏS SOUFFLE CROQUANTES ET NOURRISSANTES

SANS GLUTEN
JAMAIS FRIT

NON GMO PROJECT VERIFIED - VERIFIÉ
PROJET SANS OGM

SWEET & SALTY
KETTLE CORN
SEMI MAÏS À LA MARMITE
SUCRE-SALÉ

OFFERTES DANS TOUS LES ENTREPÔTS **AUSSI SUR COSTCO.CA**
Art. 1351953



NATURE'S BAKERY.

**Célébrez la saison avec
de moelleuses collations
cuites au four**

Des plateaux festifs aux réceptions des Fêtes, cet assortiment de barres aux figues variées vous facilitera la vie. Faites le plein de collations moelleuses préparées avec de vrais fruits et des grains entiers pour agrémenter toutes les célébrations.

Magasinez et faites le plein dès aujourd'hui !

**Vrais FRUITS et
GRAINS ENTIERS**

NATURE'S BAKERY
FIG BAR
BARRES AUX FIGUES
32

16 NATURE'S BAKERY
1.81 kg

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 2846830



Simply natural
De ferme à famille depuis 1994

**MÊME
BON
GOÛT.**

nouvelle apparence.

Simply natural
sauce pour pâtes
biologique
AUX TOMATES
ET AU BASILIC
880 mL

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 7350255



FAITES-VOUS
plaisir!



Fiers d'alimenter
**LES CANADIENS AVEC
DES PRODUITS LAITIERS**
100%
D'ICI

**GOÛT PUR ET FRAIS
DU VRAI LAIT
SANS LES INCONFORTS**

- EXCELLENTE SOURCE DE VITAMINES B12.
- EXCELLENTE SOURCE DE PROTÉINES.

Le sélection de produits varie d'un entrepôt à l'autre

Art. 4788

Le champ fait bien les choses

Goûtez la différence
de 75 ans de savoir-faire

Végétalien



Blé
d'ici



Art. 417604 (multigrain), 299105 (blé germé)



**PLUS DE POUVOIR
PAR GOUTTE**



DÉTERSIFS

- ✓ PLUS DE PUISSANCE PAR GOUTTE
- ✓ NETTOYAGE EN PROFONDEUR
- ✓ PROTECTION DE LA COULEUR DES TISSUS
- ✓ PLUS DE BRASSÉES

ASSOUPLISEUR

- ✓ MAINTENANT **14 JOURS** DE FRAÎCHEUR
- ✓ PROLONGE LA DURÉE DE VIE DES TISSUS
- ✓ PLUS DE BRASSÉES



TOUJOURS BIODÉGRADABLE

Art. 1611430 (ensoleillé), 1611187 (eau froide), 1611047 (tranquilla)

Le bacon revu

Des suggestions pour apprêter le flanc de porc autrement

SCOTT JONES



Flanc de porc croustillant rôti

© FINCHANDSWIRL.COM



LIESA COLE

Scott Jones
(@JonesIsThirsty)
est écrivain culinaire à
Birmingham, en
Alabama.



L'engouement pour le bacon est indéniable, mais le morceau dont il est issu, le flanc de porc, reste largement négligé par les cuistots amateurs. C'est l'heure de mettre en lumière la polyvalence, la saveur et les superpouvoirs du flanc de porc.

Provenant de la partie ventrale du porc, cette pièce digne des rois se compose de succulents filets de viande enrobés d'une couche de gras soyeux. « Naturellement riche, le flanc est une pièce de choix offerte à un prix relativement bas », explique Andrea Nguyen, membre de Costco et auteure de livres de recettes.

On le consomme depuis des siècles dans toutes sortes de cuisines. Les assaisonnements varient, mais les méthodes de cuisson sont essentiellement les mêmes. La viande peut être grillée, rôtie, braisée ou plongée en friture.

Une façon simple de l'apprêter consiste à quadriller le côté gras du flanc, puis à le faire rôtir lentement au four (voir les recettes). Une partie du gras fondra, mais la viande restera tendre et juteuse. On peut aussi cuire cette pièce sur un barbecue au charbon ou au gaz, à chaleur indirecte. Pour un maximum de saveur et de texture, M^{me} Nguyen laisse reposer au réfrigérateur son flanc de porc assaisonné et quadrillé un jour ou deux.

Une fois cuit, le flanc agrémenté à merveille un plateau de charcuterie, un burger, un sandwich, des pâtes ou un macaroni au fromage. « Il y a tant de façons de l'intégrer, remarque M^{me} Nguyen. Mais attention aux excès! » ■

Flanc de porc croustillant rôti

1 paquet (4,4 kg/9,6 lb) de flanc de porc Kirkland Signature, tranché en une section de 454 g (1 lb); réserver le reste

10 ml (2 c. à t.) de sel fin ou 20 ml (4 c. à t.) de sel cachère

10 ml (2 c. à t.) de sucre

Poivre noir, au goût

Assaisonner le porc de sel, sucre et poivre. Bien couvrir de plastique; réfrigérer toute la nuit.

Préchauffer le four à 232 °C (450 °F).

Dans un poêlon ou une poêle, sur la grille du centre, rôtir le flanc de porc 30 min, côté gras vers le haut.

Baisser le feu à 135 °C (275 °F) et rôtir jusqu'à tendreté, environ 1 h. (La température interne sera de plus de 71 °C [160 °F]). Retirer du four et laisser reposer à température ambiante.

Couvrir et réfrigérer quelques heures (jusqu'à 48 h).

Une fois refroidi, trancher le porc et rissoler dans une poêle sur la cuisinière jusqu'à ce qu'il soit croustillant. Savourer seul ou dans les soupes, salades, sauces, ou nouilles ramen.

Recette gracieuseté de Marissa Stevens

Sandwich cubain au flanc de porc

30 ml (2 c. à s.) de sel cachère

30 ml (2 c. à s.) de cassonade blonde

10 ml (2 c. à t.) de poivre noir fraîchement moulu

4 gousses d'ail, hachées

1 flanc de porc Kirkland signature de 4,4 kg (9,6 lb), coupé en deux sur la longueur (garder la moitié pour un usage ultérieur)

8 pains à sous-marin, tranchés horizontalement

125 ml (½ t.) de moutarde de Dijon

16 tranches de fromage suisse

16 tranches minces de jambon

4 cornichons à l'aneth, en fines tranches

125 ml (½ t.) de beurre, ramolli

Dans un petit bol, mélanger sel, cassonade, poivre et ail. Frotter le porc avec le mélange d'épices.

Quadriller le côté gras du porc en faisant des entailles de 0,63 à 1,27 cm, espacées de 2,5 cm.

Envelopper d'une pellicule plastique. Réfrigérer 8 à 24 h.

Préchauffer le four à 160 °C (320 °F). Sur une grande plaque tapissée de papier d'aluminium, déposer le porc (sans pellicule), côté gras vers le haut. Cuire sur la grille du haut jusqu'à tendreté (2 à 3 h; température interne de 93 °C [200 °F]). Laisser reposer 5 à 10 min. Trancher finement. Réserver. Pains supérieurs : garnir de moutarde et fromage. Pains inférieurs : garnir de fromage, flanc de porc, jambon et cornichons. Assembler les sandwiches.

Préchauffer une presse à panini, une grande poêle en fonte ou une plaque chauffante à température moyenne. Beurrer l'extérieur des sandwiches.

Déposer sur la surface préchauffée. Pour une cuisson dans une poêle ou sur une plaque chauffante, presser les sandwiches avec une autre poêle. Dorer chaque côté. Couper les sandwiches en deux. Servir. Donne 8 portions.

Recette gracieuseté de JBS

CONTACT COSTCO

Du flanc de porc entier ou tranché est offert au rayon des viandes de Costco. La livraison de l'épicerie est offerte via Épicerie Costco sur Costco.ca.



SEAN SHURHAN

FIÈREMENT PRÉPARÉ
AU QUÉBEC



© 2022 Marques Conagra Canada, Inc. Tous droits réservés.

Art. 46573

Mélange de 7 Noix & Graines

Sans Gluten

Sans OGM

Sans Sucre Ajouté

Sans Sodium



Art. 1050233

NOUVELLE CANNETTE!
GOÛT AMÉLIORÉ!

CONTIENT 3 MILLIARDS DE PROBIOTIQUES VIVANTS

ENCOURAGEZ LES
PRODUCTEURS LOCAUX!



POUR UNE MEILLEURE SANTÉ INTESTINALE
AU RAYON RÉFRIGÉRÉ!

Art. 1492047

Plats réconfortants préférés

Macaroni au fromage
Tex Mex cuit au four



Kraft Dinner
Macaroni et fromage
12 x 340 g
Art. 1379777



Tranches de Fromage
Kraft
1.25 kg
Art. 680



Ketchup
Heinz
2 x 1.25 L
Art. 153042

Coquilles farcies de
boulettes de viande



Fromage à la crème
Philadelphia
2 x 500 g
Art. 427367



Tartinade de fromage
Cheez Whiz
900 g
Art. 9900



Beurre d'arachide
Kraft
2 kg
Art. 71408



Trempeuse au fromage
PHILADELPHIA
et aux épinards



Granola au beurre
d'arachide

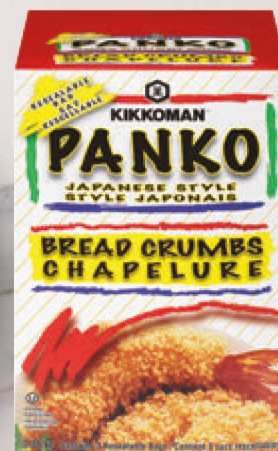


KIKKOMAN®

**LA CHAPELURE PANKO DE KIKKOMAN'S EST
COMME NULLE AUTRE PANKO SUR LE MARCHÉ...**

Préparée avec du pain frais, sans croûte, doublement rôti.

La chapelure Panko de Kikkoman est non assaisonnée et c'est l'ingrédient parfait pour tous les plats.



©2022 KIKKOMAN SALES USA, INC.
KIKKOMAN est une marque déposée
de KIKKOMAN CORPORATION.

Art. 366568



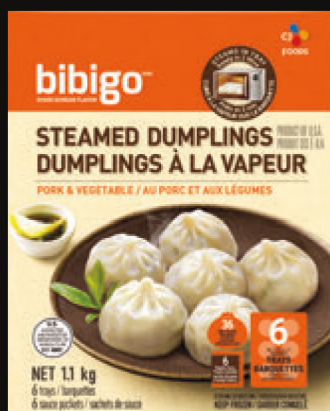
UN RESTAURANT CORÉEN DANS VOTRE CONGÉLATEUR.

Osez Bibigo^{MC}.

Préparation rapide et facile

Garniture savoureuse et juteuse

Entièrement cuit



© 2022 CJ FOODS, Inc., Tous droits réservés. 0525

Art. 1276212 (dumplings), 638854 (wontons), 5638856 (mandu)



Fruit exquis

Les dattes Medjool sont aussi sucrées que nutritives

YVONNE MAFFEI



STUDIO MIYA PHOTOGRAPHY

Yvonne Maffei est membre de Costco, écrivaine culinaire, créatrice de recettes et blogueuse.

CONTACT COSTCO

Des dattes Medjool biologiques fraîches sont offertes dans le rayon des produits frais des entrepôts Costco. La livraison de l'épicerie est offerte via Épicerie Costco sur Costco.ca.

Cultivé depuis 6 000 ans, le dattier est l'un des plus anciens arbres fruitiers domestiqués par les humains. Deux variétés originaires du Moyen-Orient sont maintenant bien implantées en Amérique du Nord : les dattes Medjool et Deglet Noor.

Les dattes Medjool, tendres et cylindriques, mesurent de 5 à 7,6 cm (2 à 3 po) de long. Elles sont plus grosses que la plupart des variétés. Ce fruit nutritif contient environ 66 calories, est faible en gras et riche en potassium, en fibres, en glucides, en fer, et en vitamines B5 et B6. Il offre une bonne dose d'énergie avant un entraînement et aide aussi à récupérer après une séance.

Environ 70 % du poids des dattes Medjool provient de ses cristaux de sucre naturel. En fait, il s'agit d'un excellent substitut au sucre en pâtisserie. On retire les noyaux, on fait bouillir les dattes et on obtient une purée ou un sirop facile à intégrer dans une foule de plats, que ce soit pour agrémenter des crêpes ou rehausser une sauce pour le barbecue.

Les dattes Medjool remplacent le sucre ou le miel dans un frappé aux fruits. On peut aussi les incorporer en dés dans une salade, avec un filet d'huile d'olive. Offrant une texture charnue et des notes caramélisées, ce fruit se marie à merveille aux fromages et aux noix. Les dattes à l'état pur comblent n'importe quelle envie de sucre et constituent une collation santé pour petits et grands.

Les dattes fraîches se conservent bien au réfrigérateur, tandis que les dattes séchées peuvent être rangées au garde-manger dans un contenant hermétique. L'essayer c'est l'adopter. ■

Dattes farcies aux noix et enrobées de chocolat

16 dattes Medjool

45 g (1½ oz) de gros morceaux de noix de Grenoble, d'amandes entières ou de petites noisettes entières

170 g (6 oz) de brisures de chocolat mi-sucré

1 gousse de vanille

80 ml (⅓ t.) de lait entier

Flocons de noix de coco, caramel, zeste de citron, sel de mer ou noix hachées pour décorer

Dénoyer les dattes. Les farcir de noix (1 ou 2 noix de Grenoble, quelques noisettes ou 1 amande). Réserver.

Dans un bain-marie ou une petite casserole, faire fondre les brisures de chocolat à feu doux; remuer à l'aide d'un fouet. Couper la gousse de vanille en deux, sur la longueur. Gratter l'intérieur et l'ajouter au chocolat. Incorporer le lait. Fouetter le mélange jusqu'à homogénéité. Retirer du feu.

Tremper chaque datte farcie dans le chocolat, avant de la déposer dans une assiette. Travailler rapidement pour enrober toutes les dattes. Saupoudrer immédiatement chaque datte de la garniture désirée. Réfrigérer à découvert jusqu'à ce que le chocolat ait figé (au moins 1 h). Garder au froid jusqu'au service. Donne 16 dattes.

Recette et photo gracieusetés d'Yvonne Maffei



NORWEGIAN FJORD

Saumon steelhead fumé

Un cadeau des fjords!

- Élevé sans antibiotiques
- Saumon de première qualité de la Norvège
- Texture ferme et saveur veloutée

Il suffit de décongeler et de servir!

Offert au rayon des produits surgelés...



DOM NORWEGIAN FJORD
Saumon steelhead fumé - 550 g



DOM *Norwegian Fjord*

Art. 14015

AquaStar
SMART SEAFOOD™

TRUITE ARC-EN-CIEL

Filets sans arêtes, avec peau • Entièrement naturel
Issu d'une pêche durable et responsable • Surgelé pour
en préserver toute la fraîcheur • Griller, cuire
au four ou poêler congelé • Riche en protéines et
source de polyinsaturés oméga-3



Art. 347818

Eat Well, Live Well.

Aj
AJINOMOTO.

**Les produits surgelés AJINOMOTO®
vous apportent les saveurs
authentiques du Japon.**

Nous élaborons nos aliments avec le plus grand
soin et le plus grand respect, en ne choisissant
que les meilleurs ingrédients afin de garantir une
saveur et un souvenir inoubliables.



Art. 819988

La friandise Werther's la plus facile
À GRIGNOTER
à ce jour!



Werther's Original
CARAMEL POPCORN
MAÏS SOUFFLÉ AU CARAMEL

Classic Classique

424 g

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 1275711

BIOLOGIQUE | SANS OGM

CHOCXO®
Simply Better Chocolate

Ingrédients naturel. Faible teneur en sucre.



CHOCXO
Simply Better Chocolate
KETO

85% cacao
Dark Chocolate
Raspberry Quinoa
Snaps au
chocolat noir
framboises et
quinoa

**NOUVEAU
PRODUIT**

Chocolat noir • framboises acidulées et quinoa rôti

NON GMO Project VERIFIED • VÉRIFIÉ
MOIEN SANS OGM
KETO CERTIFIED
NON CHOLOV VISROEL
Certified Kosher

Art. 2341512

General Mills

LE SAVIEZ-VOUS ?
**LE PREMIER INGRÉDIENT DES CÉRÉALES CHEERIOS
EST L'AVOINE ENTIÈRE.**



Cheerios
au miel et aux noix
FAITES AVEC DU Vrai Miel

Multi Grain Cheerios
19 g DE GRAINS ENTIERS

5 GRAINS ENTIERS

1,51 kg

1,24 kg

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 1134668 (Cheerios au miel et aux noix), 1134671 (Multi Grain Cheerios)

© General Mills

Régál d'oignon

Transformer ce
produit de base
en repas

LAURA LANGSTON



Soupe à l'oignon française



**CONTACT
COSTCO**

Les oignons jaunes, sucrés Mayan et rouges ainsi que les échalotes sont offerts dans les entrepôts Costco. Les produits d'épicerie peuvent être livrés via Épicerie Costco sur Costco.ca.

Les oignons figurent parmi les plus anciens légumes cultivés de l'histoire, remontant à au moins 5 000 ans.

Faibles en calories, mais remplis de vitamines et de nutriments essentiels, ils étaient utilisés par les Grecs de l'Antiquité pour renforcer les athlètes avant les Olympiques. En Égypte, ils étaient vénérés en tant que symbole d'éternité et enterrés avec les pharaons.

De nos jours, l'admiration de l'oignon est réservée à la cuisine. En fait, les oignons jouent un rôle central en cuisine, faisant d'eux un indispensable du garde-manger.

Étant membres des *alliums* et apparentés aux échalotes, aux poireaux et à l'ail, les oignons ajoutent une saveur essentielle à plusieurs plats. Les diverses variétés d'oignons conviennent à différentes préparations.

L'oignon jaune tout usage est le plus sulfureux, provoquant des larmes lors de la préparation. D'une saveur saisissante lorsque crus, ils sont plus sucrés une fois cuits. Ils sont délicieux caramélisés, ainsi que dans les soupes, les ragoûts, les sautés et les grillades.

Les oignons rouges ont une saveur prenante et pimentée. Ils sont délicieux marinés et grillés, et parfaits pour ajouter une touche de couleur dans sandwiches, burgers, roulés ou

salades. Les mijotés de longue durée peuvent ternir leur couleur, et devraient donc être évités.

Les oignons blancs ont un arôme doux et frais et gagnent en âcreté en mûrissant. Ils sont idéaux pour la farce et la cuisson, ou dans des plats crus tels que les salades de pommes de terre, le ceviche et les salsas.

Les oignons Mayan, Walla Walla et Vidalia sont plus rares, moins astringents et bien moins sucrés que d'autres variétés. Ils sont savoureux crus dans les relishes, les salades ou en garniture, ainsi que cuits en rondelles d'oignon ou en confiture.

Pour réduire les larmes, refroidir les oignons 30 min avant de les couper avec un couteau tranchant. Pour en minimiser l'âcreté lorsque crus, les couper, puis les tremper dans l'eau glaciale réfrigérée, au moins 90 min.

Conserver les oignons non pelés en endroit frais, sec et bien aéré, jamais dans le plastique. Une fois tranchés, les réfrigérer et les conserver jusqu'à 10 jours en récipient bien scellé.

Qu'ils soient entiers ou tranchés, il est essentiel d'en avoir sous la main! ■

Laura Langston est rédactrice dans la côte ouest et adore les rondelles et la confiture d'oignon.

Soupe à l'oignon française

6 gros oignons jaunes
30 ml (2 c. à s.) de beurre
(ou d'huile d'olive)
30 ml (2 c. à s.) d'huile
d'olive, plus pour le
brossage
7 ml (1½ c. à t.) de sel (ou
plus, au besoin)
1 baguette, coupée en
tranches de 1 cm (¾ po)
15 ml (1 c. à s.) de thym frais,
ou séché (5 ml/1 c. à t.),
plus les branches,
pour garnir

10 ml (2 c. à t.) de farine
1,5 L (6 t.) de bouillon de
bœuf ou de légumes
2 feuilles de laurier
2 ml (½ c. à t.) de poivre
(ou plus, au goût)
1 ml (¼ c. à t.) de vinaigre
de vin rouge ou de Xérès
170 g (6 oz) de fromage
Gruyère, emmental ou
comté, en tranche

Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).

Parer les oignons, couper en 2 sur la longueur, puis peler. Couper en tranches de 0,6 cm (¼ po) sur la longueur. Dans une grande casserole ou cocotte, chauffer le beurre et l'huile d'olive à feu moyen. Ajouter oignons et sel et couvrir 3 à 4 min. Retirer le couvercle, remuer et cuire 45 min. Remuer complètement chaque 10 min. À mi-cuisson, baisser le feu à moyen-doux.

Pendant ce temps, griller le pain (2 tranches par personne). Brosser d'huile d'olive. Placer sur une plaque et cuire 10 min par côté, jusqu'à croustillance. Réserver.

Une fois les oignons caramélisés, ajouter le thym. Monter le feu à moyen, remuer fréquemment, jusqu'à dorure (5 min). Saupoudrer la farine sur les oignons, remuer et griller 1 min. Ajouter bouillon, feuilles de laurier et poivre. Remuer, gratter pour retirer les sucs de cuisson. Porter à ébullition, puis baisser le feu et mijoter à découvert 10 min.

Ajouter le vinaigre. Goûter. Saler et poivrer au goût. Si trop salé, ajouter un peu d'eau. Retirer les feuilles de laurier.

Pour servir dans un ramequin allant au four, régler le four à la fonction gril (ou monter le feu à 246 °C [475 °F]). À la louche, remplir à 1,3 cm (½ po) du bord. Garnir la surface de la soupe de 2 tranches de baguette chevauchées; couvrir de fromage tranché et placer sur une plaque. Répéter avec les autres, puis les placer dans le four préchauffé. Cuire jusqu'à ce que le fromage soit doré et bouillonne. Bien surveiller si le four est réglé à la fonction gril. Garnir d'une branche de thym; servir immédiatement.

Donne 4 à 6 portions.

Recette et photo gracieusetés de Sylvia Fontaine

Pain plat aux oignons et fromage suisse

2 oignons, en rondelles
45 ml (3 c. à s.) d'huile d'olive vierge
extra, divisée
Poivre et sel cachère, au goût
2 pains plats ronds, de type
pains naans
200 g (7 oz/10 tranches) de fromage
suisse
30 ml (2 c. à s.) de miel
15 ml (1 c. à s.) de thym frais, haché
15 ml (1 c. à s.) de ciboulette, hachée

Préchauffer le barbecue à feu moyen vif. Brosser les rondelles d'oignon avec 1 c. à s. d'huile d'olive. Saler et poivrer légèrement. Griller les oignons jusqu'à dorure et tendreté des 2 côtés; les retourner à mi-cuisson. Réserver dans une assiette.

Brosser les 2 côtés du pain plat avec 1 c. à s. d'huile d'olive; saupoudrer de sel et de poivre. Placer le pain plat sur le barbecue et griller 1 à 2 min. Retirer le pain et garnir (le côté grillé) de fromage, oignons (séparant les rondelles), miel et thym. Saler et poivrer.

Éteindre un côté du barbecue, laissant l'autre à feu moyen vif. Placer les pains plats garnis sur le côté éteint du gril; fermer le couvercle. Griller jusqu'à ce que le pain plat soit doré, grillé sur les bords, et le fromage fondant, 3 à 4 minutes.

Arroser de l'huile d'olive restante, saupoudrer de ciboulette et d'une pincée de sel. Trancher et servir.

Donne 4 portions.

Recette et photo gracieusetés de Cathy Roma





HONEYCRISP

Les pommes Honeycrisp ont une saveur mielleuse et légèrement acidulée, dotées d'une texture croquante. Elles sont surtout savourées sur le pouce, et idéales lorsqu'au frais.



Myriade de pommes!

Offertes dans les
entrepôts Costco

AMBROSIA

Les pommes Ambrosia ont une saveur mielleuse faible en acide. Provenant de la C.-B., elles arborent une chair jaune crémeuse lente à oxyder, conservant la fraîcheur plus longtemps sans brunissement.





MCINTOSH

Parfois appelées la pomme nationale du Canada, ces pommes rouge vif et vertes ont un goût croquant et acidulé.



SWEETANGO

Les pommes Sweetango® sont incroyablement croquantes et dotées d'un goût frais d'agrumes, de miel et d'épices.



GALA

Les pommes Gala émettent un parfum floral et ont une saveur douce, sucrée avec une touche d'acidité.





PASTA ROMANA

DEPUIS 1996

Ravioli

**FROMAGE ET
ÉPINARDS**

PÂTES FRAÎCHES

2x550g

GARDER RÉFRIGÉRÉ

CUIRE ET SERVIR • PRÉSENTATION SUGGÉRÉE



Art. 191632

NADOR
MOULIN ROUGE
HERBS AND SPICES | HERBES ET ÉPICES

Profitez de l'hiver pour cuisiner des plats réconfortants tout en exerçant votre créativité.
Inspirez-vous de notre gamme de produits de qualité supérieure,
qui rehausseront vos plats à tout coup.



NADOR UNE ENTREPRISE D'ICI AUX VALEURS FAMILIALES ET À LA CULTURE D'EXCELLENCE DEPUIS 1908

Divers numéros d'article



Capture sauvage

CREVETTES D'EAU FROIDE DE L'ATLANTIQUE

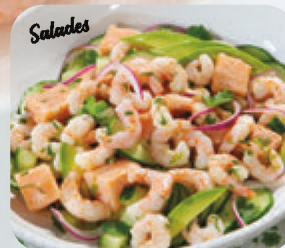
Entièrement cuites,
pelées et prêtes à
manger!

Pêchées à l'état sauvage
de manière durable dans
les eaux glacées du
Canada atlantique



PRODUIT DU CANADA

Un ingrédient parfait à ajouter
à vos hors-d'œuvres et
entrées pour une dégustation
savoureuse durant les fêtes!



Art. 1149073

CHAMPIGNONS FARCIS AUX CREVETTES D'EAU FROIDE ET PÉTONCLES

Prép : 15 mins | Cuisiner : 15 mins | Sert : 6

INGRÉDIENTS

½ tasse de crevettes d'eau froide Olivia
12 pétoncles Olivia
12 grosses têtes de champignons de Paris
1 c. à soupe de feuilles thym sec
2 c. à soupe de fromage parmesan

2 c. à soupe de beurre à l'ail fondu
¼ tasse de poivrons rouges coupés en petit dés
3 c. à soupe de chapelure nature
1 c. à soupe de ciboulettes hachées
quartiers de citron

FAIRE

- 1 Décongeler et faire sécher les crevettes d'eau froide et pétoncles séparément dans du papier absorbant afin éliminer l'excès d'humidité.
- 2 Préchauffer le four à 176C (350F). Huiler une plaque et y mettre les têtes de champignons à l'envers. Cuire 5 minutes, retirer du four tourner la cavité vers le haut. Assaisonner les têtes de poivre et de feuille de thym au goût.
- 3 Garnir d'un peu de fromage parmesan. Insérer un pétoncle dans chaque cavité de tête de champignon. Badigeonner de beurre à l'ail et mettre au four durant environ 7 minutes.
- 4 Retirer du four et ajouter quelques crevettes d'eau froide, les dés de poivron rouge, un peu de ciboulette et parsemer de chapelure. Remettre au four 3 minutes afin de réchauffer les crevettes d'eau froide.
- 5 Pour servir : Déposer les champignons sur une assiette de service et servir avec des quartiers de citron.



DÉLICIEUX REPAS ET CASSE-CROÛTE MEXICAINS!

Disponible Exclusivement chez Costco



De bons plats mexicains en quelques minutes - inspirés par des recettes familiales et faits de tortillas fraîchement cuites.



TAQUITOS AU POULET ET AU FROMAGE

- 8g de protéines par portion
- Avec une tortilla fraîchement cuite
- 40 Taquitos



ROULÉS À DÉJEUNER AUX ŒUFS, SAUCISSES, FROMAGE ET POMMES DE TERRE

- 10g de protéines par portion
- Avec une tortilla fraîchement cuite
- 14 Roulés à Déjeuner

FIÈREMENT CANADIEN

DÉLICIEUSES FRITES DE PATATES DOUCES NATURELLEMENT BIOLOGIQUES

Riches en fibres • Faible Index Glycémique
Vitamine A pour un système immunitaire en santé



Fondation enracinée

Costco soutient la prospérité de communautés au Guatemala

OWEN ROBERTS



JASON JONES

Owen Roberts est journaliste spécialisé en agriculture et professeur en communication à l'Université de l'Illinois.

CONTACT COSTCO

Un éventail de légumes sont offerts en entrepôt au profit de la Fondation Juan Francisco García Comparini.



PHOTOS GRACIEUSEMENT DE © FONDATION JUAN FRANCISCO GARCÍA COMPARINI

ici comme ailleurs, les familles d'agriculteurs sont fières de cultiver des aliments. Cette fierté se transporte jusque dans les entrepôts Costco, où trônent d'excellents produits issus de fermes du monde entier.

Au Guatemala, plusieurs fermes familiales approvisionnent Costco tout au long de l'année : mini-carottes sucrées, courgettes biologiques, haricots verts conventionnels et biologiques, petits pois, pois mange-tout, choux de Bruxelles, tendres tiges de brocolis, cauliflorini et maïs miniatures.

Costco sait que les agriculteurs s'occupent avec soin de leurs cultures, qui poussent parmi les meilleurs sols du monde et qui sont récoltées à la main.

En coulisses, un impressionnant réseau d'éducation et de formation a été mis en place par la Fondation Juan Francisco García Comparini dans le but d'aider les agriculteurs et les communautés guatémaltèques à prospérer.

Les débuts

En 2007, l'agriculteur et homme d'affaires Tulio García Sr. a créé la Fondation Juan Francisco García Comparini en hommage à son fils décédé dans un accident (voir « Viser le sommet »). Costco s'est intéressé aux produits du Guatemala, étant au fait des défis auxquels se heurtent les agriculteurs et citoyens.

Le Guatemala est l'un des pays les plus pauvres d'Amérique centrale. Les infrastructures y sont déficientes. Les zones rurales ont peu d'aide du gouvernement au niveau scolaire. Les revenus sont limités. La répartition inégale des terres fait en sorte qu'il y a beaucoup de petites exploitations maraîchères. Les emplois sont rares et l'éducation est souvent sacrifiée. Tout cela crée un cycle de pauvreté.

Grâce au soutien de Costco, M. García et trois entreprises qui coordonnent la production et l'exportation de fruits et légumes ont créé la Fondation Juan Francisco García Comparini, un organisme établi à

Gauche : Des étudiants boursiers plantent des arbres pour donner en retour à la communauté; Tulio García, président de la Fondation Juan Francisco García Comparini (à droite), visite des fermiers.



San Juan Sacatepéquez, à environ 32 km de la ville de Guatemala.

Une partie des profits de chaque caisse vendue à Costco est directement versée à la fondation. Des initiatives de responsabilité sociale sont mises en œuvre afin d'aider les agriculteurs et leurs communautés, par exemple, créer des emplois, bâtir des logements, fournir de la nourriture ou octroyer des bourses d'études.

Des racines solides

Vanessa García, la cousine de Juan Francisco, fut la première employée de la fondation en 2007. Aujourd'hui directrice générale, elle gère l'organisme qui compte 15 employés et dispose d'un budget annuel de 210 000 \$ US.

« Avoir une stabilité de revenu aide vraiment les fermiers, indique-t-elle, mais nous savions qu'il fallait en faire plus pour améliorer leurs conditions. »

La fondation, soutenue par Costco, évalue de façon globale les besoins des habitants.

Comme la technologie contribue à améliorer les pratiques d'agriculture durable, la fondation aide les agriculteurs à acheter et à installer des systèmes d'irrigation et des serres. Elle encourage l'entrepreneuriat, qu'il s'agisse de lancer un couvoir, une boulangerie ou un restaurant. Vanessa García, qui est aussi psychologue industrielle, accompagne les entrepreneurs.

Par ailleurs, la fondation soutient la création de pépinières afin de reboiser cer-

tains terrains écologiquement fragiles. L'an dernier, 120 000 cyprès, pins et cèdres ont été plantés.

La fondation investit en outre dans la prévention de la malnutrition, un important problème de santé publique. Des garderies permettent aux mères qui travaillent aux champs d'y laisser leurs enfants et de s'assurer qu'ils sont bien nourris.

La fondation octroie des bourses d'études d'un an à des personnes, pour la plupart autochtones, afin qu'ils suivent des cours d'anglais, d'informatique et de formation professionnelle. Chaque année, près de 60 participants trouvent un emploi dans un centre d'appel, un hôtel ou un organisme non gouvernemental.

Enfin, la fondation soutient les travailleurs en leur trouvant des emplois temporaires sur des fermes en Californie et dans l'État de New York. À leur retour, ils réinvestissent dans leurs communautés, que ce soit en construisant une maison, en achetant une terre pour agrandir leur exploitation, en démarrant une petite entreprise, en soutenant l'éducation ou en améliorant les conditions de vie de leur famille.

Ils découvrent aussi de nouvelles pratiques de culture dont ils peuvent s'inspirer.

« Les bonnes pratiques agricoles et la formation sont bénéfiques pour les producteurs, peu importe leur pays ou la taille de leur exploitation, explique M^{me} García. Nous voyons une amélioration. » ■

Gauche : Des aliments cultivés sur des fermes familiales au Guatemala.

En bas : Vanessa García (droit), directrice générale, à la garderie.



Viser le sommet

Décédé à seulement 23 ans, Juan Francisco García Comparini avait de grands rêves, comme celui de devenir président du Guatemala.

« Nous étions sûrs qu'il y parviendrait », affirme sa cousine Vanessa García, qui gère la fondation. « Il avait tout d'un leader : la compassion, la générosité, l'intelligence et la vision. »

Pour Juan Francisco, la prospérité du peuple passait par l'éducation et le travail.

« Il voulait changer l'histoire du Guatemala, ajoute M^{me} García. Nous sommes fiers que la fondation porte son nom. »—OR



Testé pour les pesticides*
c'est dans notre nature !



Chez Nature's Touch, notre volonté est de limiter votre exposition aux résidus de pesticides lorsque vous dégustez nos mangues surgelées. C'est pourquoi nos équipes hautement qualifiées utilisent des instruments de pointe pour analyser un minimum de 260* pesticides des plus courants.

*Analyses des Pesticides réalisées par des laboratoires accrédités.

RN Garcia



UN DÉLICE SANS GLUTEN QUI
CRAQUE SOUS LA DENT!

Art. 475610

Whisps®

FROMAGE ARTISANAL
PARFAITEMENT CROUSTILLANT



Art. 3026055



CÉLÉBRONS
LE MOMENT



PARFAIT POUR
ÊTRE PARTAGÉ
OU OFFERT

AUSSI SUR COSTCO.CA

Art. 469627 (paquet de 48), 370923 (12 paquets de 3)

DÉGUSTEZ VOS FRITES PRÉFÉRÉES CHEZ VOUS OU AU RESTO



Retrouvez-les au
rayon des surgelés.



FIÈRE
ENTREPRISE
CANADIENNE

*Marque de commerce Les Fermes Cavendish inc. Tous droits réservés.

Art. 10067 (Resto), 274563 (frites congelées)

DÉGUSTEZ CE DONT VOUS **RAFFOLEZ** SUCRÉES ET SALÉES **OU** AVOINE ET CHOCOLAT



**SANS COLORANTS
NI ARÔMES ARTIFICIELS**

130 CALORIES

AUSSI SUR COSTCO.CA

Art. 518888 (Val Nature), 1240780 (fibre 1)



FABRIQUÉS AU CANADA



AU CŒUR DES FAMILLES CANADIENNES DEPUIS **120 ANS**

FABRIQUÉ AU CANADA À PARTIR D'INGRÉDIENTS CANADIENS ET IMPORTÉS.

AUSSI SUR COSTCO.CA

Art. 891 (Croque Nature), 1412124 (gruau rapide)

Un classique de *Tim*, à la maison.

Tim.
maison

Ça brasse dans l'allée des soupes, avec les saveurs Tim
que vous aimez et la qualité que vous connaissez.



MC et © 2022 Tim Hortons.
Art. 1352534

**BOUCHON
ANTI-DÉGÂT,
COLLATION
SANS GÂCHIS**

iögo
nanö



*Par portion de 188 ml,
les yogourts à boire iögo nanö
ont 40% moins de sucre que le
yogourt à boire le plus vendu
au Canada.

Emballage 24 x 93 ml

Art. 401150

BATTEUR SUR SOCLE NUMÉRIQUE 5,5 PINTES [5,2 L] PRECISION MASTER^{MC} ELITE

AFFICHEUR NUMÉRIQUE DE LO | MINUTERIE INTÉGRÉE
GUIDE DE RECETTES PRÉPROGRAMMÉES
PUISSANCE 575 WATTS | GRAND BOL 5,5 PINTES [5,2 L] PLUS



AUSSI SUR COSTCO.CA Art. 1658981

TRAVERSE L'EAU STAGNANTE POUR DÉBOUCHER

LES TUYAUX
COMPLÈTEMENT
BLOQUÉS OU
À ÉCOULEMENT
LENT.

- ✓ DÉBOUCHE
- ✓ PROTÈGE
- ✓ PRÉVIENT

PRO-STRENGTH
**LIQUID-
PLUMR**
CLOG DESTROYER



AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 1068786

Poussé par le changement, propulsé par la durabilité^{MC}

Depuis notre création en 1964, nous sommes restés fidèles à nos valeurs et motivés à aider nos clients à réduire leur empreinte écologique.

En utilisant ces produits, vous nous aidez à faire une différence :

45 % moins d'émissions de gaz à effet de serre *

4,4 x moins d'eau consommée *

2,4 x moins d'énergie utilisée pour fabriquer nos produits *

* Que la moyenne nord-américaine de l'industrie de pâtes et papiers.

100%

Fibres recyclées



Cascades PRO[®]

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 101635 (serviettes), 101569 (rouleaux)

Téléchargez l'appli Costco!



Carte de membre

Consultez et gérez votre compte

Économies en entrepôt et en ligne

Des offres au bout des doigts

Consultez vos reçus

Pour les achats en entrepôt et en ligne



Détecter l'apnée

Plus qu'un inconfort bruyant, l'apnée du sommeil peut entraîner des problèmes de santé importants

ANDREA DOWNING PECK



CONTACT COSTCO

Pour en savoir plus au sujet de l'apnée du sommeil, consulter un pharmacien en entrepôt.

Des ronflements sonores et une respiration haletante peuvent être des signes d'apnée obstructive du sommeil (AOS). Les muscles de la gorge se relâchent, les voies respiratoires se rétrécissent ou se ferment et la respiration s'interrompt à plusieurs reprises pendant le sommeil, ce qui réduit le taux d'oxygène dans le sang.

L'Enquête canadienne sur les mesures de la santé de 2018 révèle que 6,4 % des Canadiens de 18 à 79 ans ont reçu un diagnostic d'apnée du sommeil (comparativement à 3 % d'après l'enquête de 2009).

« L'apnée du sommeil peut causer de la fatigue et diminuer la qualité de vie », explique le Dr Najib Ayas, directeur médical du laboratoire sur le sommeil de l'hôpital affilié à l'Université de la Colombie-Britannique, à Vancouver. « Les cas plus graves augmentent le risque à long terme de maladie cardiovasculaire et de démence. »

En plus des complications cardiovasculaires graves (crise cardiaque, AVC et hypertension), on note une corrélation entre l'apnée du sommeil et un risque accru de diabète et de glaucome.

Au-delà des ronflements

Le Dr Ayas énumère les principaux symptômes observables : ronflements sonores, arrêts respiratoires temporaires et fatigue diurne. D'autres signes et symptômes sont plus subtils : sueurs et reflux gastriques, besoin d'uriner souvent et grincement de dents la nuit, bouche sèche et maux de tête au réveil.

Les hommes sont plus susceptibles de recevoir un diagnostic que les femmes. Les autres facteurs de risque incluent le vieillissement, l'obésité et les antécédents familiaux. L'hypothyroïdie, les maladies cardiaques et le diabète augmentent également la prévalence.



© TOM WANG / STOCK.ADOBE.COM

Options de traitement

Le Dr Charles Samuels, directeur médical du Centre for Sleep & Human Performance à Calgary, en Alberta, conseille aux gens qui dorment mal ou qui sont fatigués le jour de passer un examen du sommeil. Pour les cas modérés à sévères, les médecins proposent un traitement par ventilation en pression positive continue (VPPC). L'appareil exerce une poussée continue d'air dans un masque nasal ou facial.

Même si les appareils de VPPC sont plus silencieux qu'avant et qu'il y a davantage de types de masques, environ 25 % des gens cessent d'utiliser l'appareil

ou enlèvent leur masque pendant la nuit pour des raisons d'anxiété, de claustrophobie, etc.

Pour les cas les plus graves ou pour ceux qui ne tolèrent pas l'appareil de VPPC, des options chirurgicales sont aussi offertes, dont l'ablation des amygdales, la réduction du palais mou ou des techniques de suspension de la langue. Mais ces procédures ne sont pas indiquées pour tous. Une endoscopie sous sommeil, effectuée sous anesthésie, aide à déterminer le type d'intervention approprié, le cas échéant.

Pour les cas légers à modérés, on suggère en premier lieu de perdre du poids et de bouger plus, ou encore d'essayer un appareil buccal moulé sur mesure par le dentiste. L'appareil avance la mâchoire inférieure et empêche la langue d'obstruer les voies respiratoires.

Bien que les cas graves d'apnée du sommeil causent d'importants problèmes de santé, le but du traitement est avant tout d'améliorer la qualité de vie du patient en éliminant la somnolence diurne et d'autres symptômes. « C'est déterminant dans la décision de traiter ou non le trouble, le choix de l'approche à privilégier, etc. », précise le Dr Samuels. ■

Andrea Downing Peck est rédactrice pigiste à Bainbridge Island, Washington. Elle porte un appareil de VPPC.



© COLORFUELL STUDIO / STOCK.ADOBE.COM

L'apnée chez l'enfant

« Si l'enfant ronfle comme un adulte, il faut faire un suivi et demander une évaluation ou du moins en parler au pédiatre », soutient le Dr Michael Cohen, professeur adjoint en otorhinolaryngologie, chirurgie de la tête et du cou, à l'École de médecine de l'Université de Boston.

Des chercheurs ont établi un lien entre l'apnée du sommeil et des troubles d'attention et d'hyperactivité, l'incontinence nocturne, le somnambulisme, l'obésité et certains problèmes de développement chez les enfants. L'hypertrophie des amygdales ou des tonsilles pharyngées étant généralement en cause, leur ablation règle le problème pour la plupart des enfants, affirme le Dr Cohen.—ADP

Test du sommeil

Un test du sommeil est requis pour poser un diagnostic.

Le test à domicile nécessite une canule nasale surveillant les mouvements respiratoires

et le flux d'air, une ceinture élastique mesurant la respiration et un capteur pour l'oxygène et le pouls.

Le test en laboratoire mesure en plus les ondes cérébrales, les mouvements

oculaires et le tonus musculaire à différentes phases. Conseillé pour les enfants, ce dernier permet de diagnostiquer une apnée légère et d'autres troubles du sommeil.

—ADP



Mélatonine de Nature's Bounty

Aux personnes qui souffrent d'un manque de sommeil ou d'un sommeil irrégulier, les gélifiés de Mélatonine de Nature's Bounty® offrent un moyen unique et délicieux de favoriser le sommeil.

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 3609950

Des produits peuvent ne pas vous convenir. Lisez et suivez toujours l'étiquette.
Les produits peuvent varier selon l'emplacement.

©2022 Nature's Bounty, Inc.



Collagène évolué pour la régénération et la santé articulaires

Le soin articulaire triple action de Webber Naturals soutient, selon des études cliniques :



Contient le complexe de collagène évolué UC-II^{MD}, étudié en clinique, qui indique au système immunitaire de régénérer et réparer le tissu articulaire.

Procurez-vous une bouteille sans tarder et vous sentirez la différence !

La sélection de produits peut varier d'un entrepôt à l'autre.

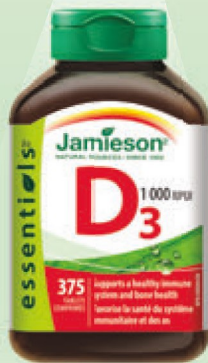
 **webber naturals** Naturellement !^{MC}

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 1319798

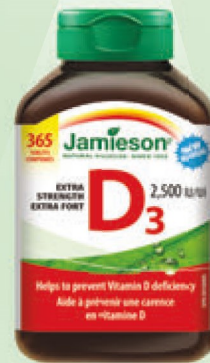
VOTRE FORMATION VEDETTE DE VITAMINES C ET D



- ✓ Soutien la santé immunitaire
- ✓ 500 g de vitamine C par comprimé et du zinc
- ✓ Comprimé à mâcher amusant et délicieux à saveur d'orange



- ✓ Soutien la santé immunitaire
- ✓ Soutien la santé des os



- ✓ Aide à prévenir la carence en vitamine D
- ✓ Aide à prévenir l'ostéoporose*
- ✓ Dose élevée : 2500 UI de vitamine D₃ par comprimé!

Choisissez Jamieson, la marque de vitamines et de suppléments no 1 au Canada¹ !

* L'apport en vitamine D, s'il s'accompagne d'une quantité suffisante de calcium, d'une alimentation saine et d'une activité physique régulière, peut réduire le risque de développer l'ostéoporose chez les personnes souffrant d'une carence en vitamine D.

Jamieson
LÀ POUR VOTRE SANTÉ

100
ANS DE
MIEUX-ÊTRE

¹ Données sur la santé des consommateurs d'IQVIA, canaux nationaux GB+DR+MM, dernière période de 52 semaines se terminant le 26 février 2022

Art. 3429202 (Vitamine C + zinc), 2941400 (vitamine D 1000 UI), 3941400 (vitamine D 2500 UI)

Une par jour !

Puissant soutien pour la prostate



Aide à soulager les symptômes associés à l'HBP* :

- Grossissement de la prostate
- Mictions fréquentes
- Jet d'urine faible



Procurez-vous une bouteille sans tarder pour être soulagé !

* Hyperplasie bénigne de la prostate (HBP). Le choix de produits peut varier d'un endroit à l'autre.

webber naturals Naturellement!^{MC}

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 2145670

Bien-vivre

Comprendre les causes et les traitements du diabète

JANE DOUCET



CONTACT COSTCO

Des aliments sains sont offerts en entrepôt. Des appareils d'entraînement sont offerts dans la plupart des entrepôts et sur Costco.ca.

Novembre est le mois de la sensibilisation au diabète, maladie qui touche un Canadien sur trois si l'on inclut le prédiabète. Chaque type a une cause différente, mais toutes les formes se caractérisent par une glycémie; un taux de sucre trop élevé dans le sang qui peut entraîner de graves problèmes (cécité, maladies cardiaques et rénales, etc.).

Des études démontrent que le risque de développer le diabète s'élève à 50 % chez les Canadiens non autochtones âgés de 20 ans, comparativement à 80 % chez les Canadiens autochtones. Les gens connaissent les types 1 et 2, mais il en existe d'autres.

« Un test de dépistage est conseillé à partir de 40 ans, ou plus tôt en cas d'antécédents ou d'autres facteurs de risque comme un surpoids », explique le Dr Harpreet Bajaj, un endocrinologue qui traite des adultes atteints de diabète à Brampton, en Ontario, aussi porte-parole de Diabetes Canada (diabetes.ca*).

Lori Robinson, membre de Costco, a eu un diagnostic de type 1 en 1980, à 11 ans. Elle a appris tôt à gérer ses injections d'insuline, à surveiller sa glycémie, à bien s'alimenter et à bouger. « J'ai appris la modération et l'équilibre », indique M^{me} Robinson.

Types de diabète

Type 2. Il s'agit du diagnostic le plus fréquent (90 à 95 % des cas). Le corps ne produit pas assez d'insuline ou en produit, mais n'arrive pas à l'utiliser correctement. Le type 2 se manifeste le plus souvent à l'âge adulte en raison d'une augmentation de la résistance du corps à l'insuline, parfois liée au surpoids ou à l'obésité. Il se gère avec l'alimentation et l'exercice, mais peut nécessiter des médicaments et une insulinothérapie.

Type 1. Le deuxième diagnostic le plus fréquent est une maladie auto-immune, le diabète de type 1 ou insulino-dépendant. Le corps des personnes atteintes cesse de produire de l'insuline, parce que leur système immunitaire attaque leur pancréas. Environ 10 % des



© CHINAPONG / STOCK.ADOBE.COM

Diabète gestationnel. Cette forme temporaire de diabète est associée à la grossesse (de 3 à 20 % des femmes enceintes). Cet état peut accroître le risque de développer un diabète dans le futur, tant chez la mère que l'enfant.

Options de traitement

Changer ses habitudes et prendre des médicaments ou s'injecter de l'insuline constituent les premières étapes pour réguler son taux de glycémie. Diabetes Canada recommande la metformine, au besoin. Administré par voie orale, ce médicament sert à traiter le diabète de type 2 avec des changements aux habitudes, et le prédiabète, en réduisant la quantité de sucre produite dans le foie et en aidant à la perte de poids. La chirurgie bariatrique est aussi une option pour les personnes obèses atteintes du type 2.

Les progrès récents facilitent la gestion du diabète. En 2018, M^{me} Robinson a commencé à utiliser un système de surveillance du glucose en continu. Un petit capteur mesure sa glycémie à intervalles réguliers. Elle passe son téléphone intelligent au-dessus du capteur pour lire ses données. « C'est révolutionnaire, souligne-t-elle. Je n'ai plus à me piquer le doigt trois ou quatre fois par jour pour vérifier mon glucose. »

« La médecine a beaucoup progressé depuis la découverte de l'insuline au Canada en 1921, raconte le D^r Bajaj. Depuis 50 ans, les nouveaux médicaments et les nouvelles technologies ont considérablement amélioré la gestion du diabète. » ■

Jane Doucet est journaliste et auteure à Halifax.



© MEGAN LEE

Le diabète et les fêtes

En faisant preuve de modération, il est possible de festoyer. « Je goûte un peu à tout, avec un verre de vin », indique Lori Robinson. Voici ses conseils :

Ne pas noyer son assiette.

« Comme les trempettes, sauces et condiments sont bourrés de sucre, je me contente d'un filet. »

Ne pas trop manger.

C'est correct de ne pas manger toute son assiette. Le contenu doit être équilibré en protéines, en glucides et en légumes.

Tester sa glycémie.

Toujours, même à Noël!

Bouger. M^{me} Robinson promène son chien tous les jours. « Gérer mon diabète est ma responsabilité. L'alimentation, l'exercice et l'insuline m'aident à trouver mon équilibre. »—JD

personnes vivant avec le diabète sont de type 1, et elles reçoivent normalement un diagnostic en tant qu'enfant ou jeune adulte. Elles doivent s'injecter de l'insuline ou utiliser une pompe quotidiennement, toute leur vie.

Prédiabète. Le prédiabète désigne un état où le taux de sucre dans le sang est plus élevé que la normale, mais pas assez pour poser un diagnostic de diabète de type 2. « Les gens n'ont aucun symptôme au début. Le dépistage est important », explique le D^r Bajaj. S'il n'est pas pris en charge, on accroît le risque de développer le diabète de type 2. La bonne nouvelle? Changer ses habitudes de vie permet de prévenir la maladie.

À risque?

Le questionnaire canadien sur le risque de diabète de l'Agence de la santé publique du Canada s'adresse aux adultes de

40 à 74 ans. Il permet de déterminer son niveau de risque au prédiabète ou au diabète de type 2, souvent sans signe avant-coureur. Connaître son niveau de risque aujourd'hui permet

de faire des choix sains qui réduiront ce risque ou préviendront le diabète. Le questionnaire se trouve au lien suivant : healthy.canadians.gc.ca/fr/canrisk.—JD

DÉCOUVREZ LE CONFORT DES
LENTILLES CORNÉENNES
DOTÉES DE LA TECHNOLOGIE
D'HUMIDITÉ EN SURFACE



CONÇUES POUR OFFRIR
UN PORT CONFORTABLE
TOUTE LA JOURNÉE ET UN
RENDEMENT EXCEPTIONNEL



Offertes chez votre entrepôt Costco

Rx seulement Demandez à votre professionnel des soins oculaires des renseignements complets sur le port, l'entretien et la sécurité liés aux lentilles cornéennes.

© 2022 Alcon Inc. CA-PR1-2200055

Divers numéros d'article

L'efficacité part de vos
éléments fondamentaux.
Il en va de même pour votre
système immunitaire.



Assurez-vous que ce produit vous convient en lisant l'étiquette et en respectant toujours le mode d'emploi. †COLD-FX® est la marque de remède naturel contre le rhume n°1 recommandée par les pharmaciens au Canada. Sondage 2021 sur les recommandations des pharmaciens en remèdes naturels de Caddle Inc®. COLD-FX® est une marque déposée de Bausch + Lomb Corporation ou de ses filiales. © 2022, Bausch + Lomb Corporation. TP18999

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 8727880

PHILIPS

Soins personnels

Innovations pour
tous vos besoins
en soins personnels



OneBlade Visage + Corps

Taillez, stylisez et
rasez les poils de
toutes longueurs

Un outil révolutionnaire pour
le visage et le corps conçu pour
couper les poils et non la peau



Multigroom série 7900

Tondeuse
tout-en-un de
qualité supérieure

Créez un style incomparable
de la tête aux pieds avec notre
tondeuse la plus perfectionnée



Rasoir série 5000

Rasage puissant,
doux pour la peau

Grâce à la technologie SkinIQ,
le rasoir s'adapte à la densité de
vos poils pour un confort cutané
amélioré

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 1340294 (OneBlade), 1660941 (multigroom), 1524375 (rasoir)



Un soutien immunitaire sous forme d'un délicieux gélifié au sureau.



Les Gélifiés Immunité de Sambucus aident
à maintenir les fonctions immunitaires.
Nos succulents gélifiés conviennent
aux végétariens à 100%.

Extrait
de sureau
noir

Avec
vitamine C
et zinc



Soutien
immunitaire
format familial

Sans gélatine
ni gluten



Aider les gens à vivre en bonne santé.

Art. 2463594



Bonne nuit, dormez bien

Super formule avancée pour le sommeil :

- ✓ Délicieuse nouvelle saveur de **fruits tropicaux** !
- ✓ Induit un effet apaisant avant le coucher
- ✓ Endormez-vous plus rapidement, restez endormi plus longtemps

Procurez-vous une bouteille sans tarder et commencez à profiter d'un meilleur sommeil !

Consultez Costco.ca pour plus de renseignements sur Super sommeil.

NOUVEAU !
FORMULE
PLUS
PUISSANTE



La sélection de produits peut varier d'un entrepôt à l'autre.

 **webber naturals.** Naturellement ![™]

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 655400 (entrepôt), 855400 (Costco.ca)

SMARTYPANTS[®]
vitamins



POUR DES LENDEMAINS EN PLEINE SANTÉ



PRÉPARATION POUR ENFANTS

Multivitamine
Huile de Poisson Oméga-3
Vitamines D3 et B12



SANS
OGM



SANS
GLUTEN



PAS DE COULEURS/
SAVEURS SYNTHÉTIQUES



La sélection de produits varie d'un entrepôt à l'autre.

AUSSI SUR [COSTCO.CA](https://www.costco.ca) Art. 1542154

Le cinéma
à la maison.
Costco a ce
qu'il faut.

La carte Mastercard^{MD} est acceptée
dans les entrepôts Costco et sur Costco.ca



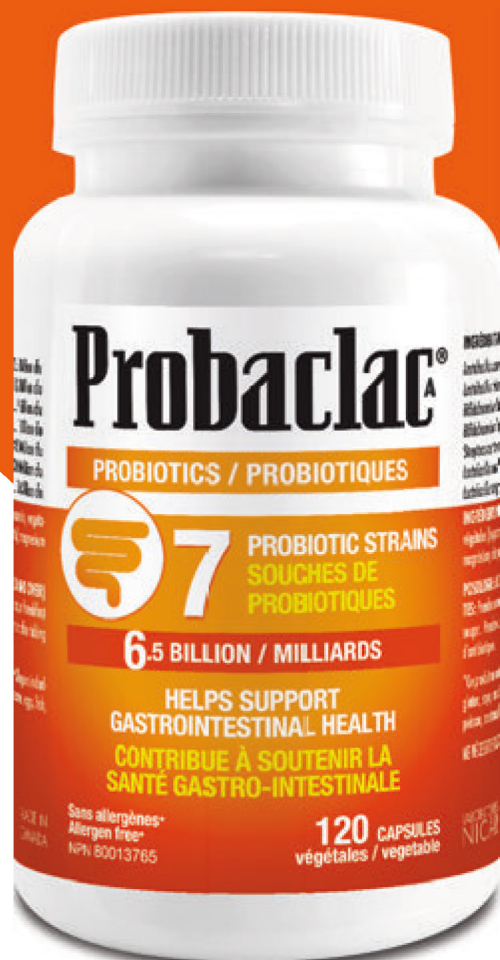
^{MD}: Mastercard et le concept de cercles sont des marques déposées de Mastercard International Incorporated. © Mastercard, 2021. Tous droits réservés.

^{®*} Marque déposée utilisée en vertu d'une licence accordée par Price Costco International, Inc.

Probaclac®

UNE FORMULE **PROBIOTIQUE**
COMPLÈTE POUR VOTRE SANTÉ

SOUVENT
IMITÉ,
**JAMAIS
ÉGALÉ.**



Probaclac est un
probiotique multisouche
qui contribue à maintenir
une santé gastro-intestinale

HappyLight® Luxe

Lampe de luminothérapie DEL

**Boostez votre humeur
et énergie**


10,000 LUX


ZERO

**Personnalisez votre expérience pour un
maximum de résultats et de confort**



4 Réglages de
niveau de
luminosité



Minuterie avec
intervalles de
5 minutes



Choisissez 3
différents tons de
lumière blanche

verilux®

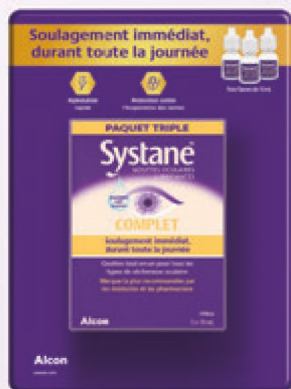


AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 1276227

POUR LE SOULAGEMENT DE LA SÈCHERESSE OCULAIRE ET LES SOINS OCULAIRES

GOUTTES OCULAIRES LUBRIFIANTES SYSTANE^{MD} COMPLET

Pour un soulagement immédiat des
symptômes de tous les types de
sécheresse oculaire durant toute la journée*.



- Hydratation rapide
- Protection contre l'évaporation des larmes

SERVIETTES À PAUPIÈRES SYSTANE^{MD}

Pour éliminer délicatement les
résidus huileux et les débris des cils
autour des yeux.



3 EMBALLAGES DE
32 SERVIETTES

- Serviettes hypoallergéniques et non irritantes
- Serviettes préhumectées et emballées
individuellement pour plus de commodité

* 8 heures.

Pour vous assurer que ce produit vous convient, lisez et suivez toujours les directives indiquées sur l'étiquette.

© 2022 Alcon Inc. CA-SYC-2200005

Alcon

Art. 1469833 (gouttes), 425871 (serviettes à paupières)



© ANDRIANO_CZ / ISTOCKADOB.COM

Prévenir les fuites

Comprendre l'incontinence urinaire

LAWRENCE VARGA



© COSTCO CANADA

Lawrence Varga,
B. Sc. Phm., vice-
président adjoint des
pharmacies de Costco

Les pharmacies
situées dans les
entrepôts Costco
du Québec sont
exploitées par
des pharmaciens
propriétaires
indépendants.

Près de 18 % des adultes de plus de 40 ans au Canada (environ 3,5 millions) souffrent d'incontinence urinaire définie par des fuites d'urine inopinées. Toutefois, seulement près d'un quart de ceux qui en souffrent en ont parlé avec leur médecin. L'incontinence ne met pas la vie en danger, mais elle peut avoir une incidence sur la santé physique, sociale et émotionnelle, et occasionner stress, gêne et solitude.

Cette affection est divisée en quatre grandes catégories : l'incontinence à l'effort, provoquée par la pression sur la vessie lors de toux ou d'éternuement; l'incontinence par impériosité, causée par des contractions vésicales (vessie suractive) créant le besoin d'uriner trop rapidement; l'incontinence par trop-plein, provoquée par une vessie trop pleine causant un égouttement constant; et l'incontinence fonctionnelle, occasionnée par une mobilité réduite empêchant d'arriver à temps à la salle de bain.

L'accouchement, la ménopause et l'obésité sont des facteurs d'incontinence à l'effort, touchant deux fois plus de femmes que d'hommes. Chez les hommes, l'hyperplasie de la prostate, une glande située sous la vessie, peut causer l'incontinence par trop-plein.

Le type d'incontinence influence le choix de traitement. Les traitements non médicamenteux incluent les exercices Kegel pour renforcer les muscles pelviens, l'entraînement de la vessie pour prolonger le temps entre les pauses salle de bain, la perte de poids, et la chirurgie.

Certains médicaments empêchent la contraction de la vessie. Chez les femmes, l'œstrogène contribue à l'épaississement des tissus impliqués. Les médicaments pour homme améliorent le débit urinaire, réduisant la taille de l'hyperplasie de la prostate.

En plus de se tenir informé, demander de l'aide demeure la meilleure façon de faire face à cette affection. ■

Choix de l'acheteur

© COSTCO CANADA



**Alexandre
Champagne**
Pharmacien, MVL

Égayer son quotidien

À la recherche d'une lampe de luminothérapie? La HappyLight® Luxe de Verilux® est dotée d'un spectre complet de 10000 lux et offre 4 niveaux d'intensité, 3 modes de température de couleur et une minuterie.

La luminothérapie consiste à utiliser une lampe solaire pour reproduire la lumière du jour, stimulant la sérotonine et régulant la mélatonine du corps. Elle peut améliorer l'humeur, le sommeil, le niveau d'énergie et la concentration.

Art. 1276227.
Entrepôt/Costco.ca. ■



StriVectin®

Transformer visiblement la peau *à tout âge.*



**Notre soin hydratant
lisseur de rides n°1***

**SD Advanced™ Plus
Soin Hydratant Intensif**
2X – 47 mL / 1.6 fl oz



**Repulpe, raffermir et
lisse visiblement**

**Contour Restore™
Crème Tenseur Remodelante Pour le Visage**
2X – 30 mL / 1.0 fl oz



**Des yeux d'apparence plus jeune
à partir de 5 jours****

**Soin Concentré Intense Pour
les Yeux Anti-Rides**

1X – 30 mL / 1.0 fl oz & 1X – 7 mL / 0.25 fl oz

**Crème n°1 des ventes
exclusivement pour le cou
et le décolleté*****

**TL Advanced™
Crème Tenseur Liftante Pour le Cou Plus**
2X – 30 mL / 1.0 fl oz



StriVectin outsmart aging

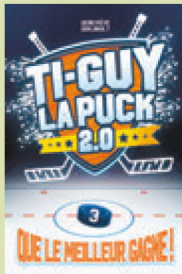
*Soin hydratant visage StriVectin le plus vendu d'après les données commerciales internes. **D'après une évaluation par des experts, dans le respect des conseils d'utilisation. ***Source : The NPD Group / U.S. Prestige Beauty Total Department/ Specialty, Skincare Product Sales, Body Part: Neck/Décolleté, janv. 2019 – mars 2022.

AUSSI SUR COSTCO.CA
Divers numéros d'article

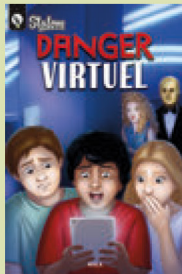
Des lectures pour un Noël festif!

ANDARA

boomerang



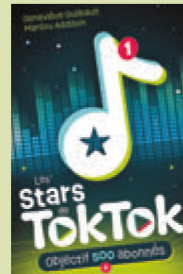
La présaison bat son plein, les mystères continuent de planer autour de Ti-Guy.
Art. 3023605



Une aventure à saveur de jeu d'évasion qui vous glacera le sang ...
Art. 3023028



Un Noël différent pour un GRAND combattant.
Art. 3023991

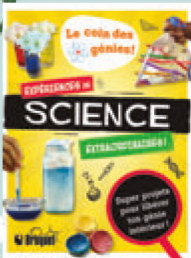


Se lancer à pieds joints dans l'aventure Tok Tok, et pourquoi pas ...
Art. 3023646



Une corne, des ailes, Raoul aura certainement besoin de ses neuf vies pour apprendre à les utiliser.
Art. 3023629

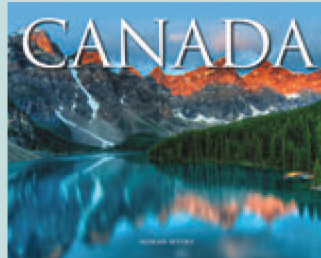
Broquet



40 super projets pour libérer ton génie intérieur.
Art. 3023395



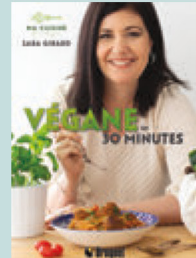
À la fois gigantesques, effrayants et fascinants!
Art. 3023333



En 200 photographies, Canada célèbre le paysage, la culture et l'histoire.
Art. 3023128



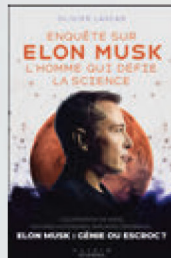
Découvrez tout sur ces animaux étonnants!
Art. 3023302



L'outil indispensable à ajouter à votre quotidien.
Art. 3023893



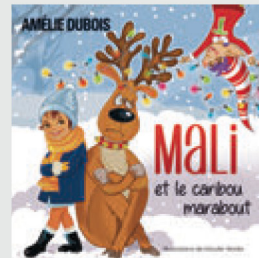
Une foule de choses utiles (et SUUUUPER inutiles) sur des thèmes qui fascinent (et dégoûtent).
Art. 3023537



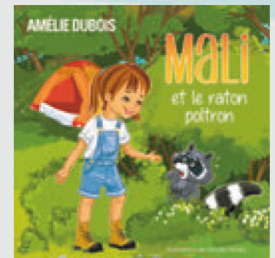
Jusqu'où Elon Musk fera-t-il avancer la science?
Art. 3023805



Jess, 33 ans, mère adoptive de son neveu de 14 ans (et désespérément à la recherche de l'amour).
Art. 3023263



En compagnie de son nouvel ami grognon, Mali se laissera transporter au cœur d'une aventure extraordinaire.
Art. 3023849



Mali n'est vraiment pas au bout de ses surprises avec ce raton poltron.
Art. 3023849

PROLOGUE



© COSTCO CANADA

Simon Gravel
Acheteur, livres

Depuis ses débuts en 2009, l'autrice Amélie Dubois a connu un énorme succès dans le milieu de la littérature féminine franco-canadienne. Avec plus de 500 000 exemplaires vendus et plusieurs séries adultes et jeunesse populaires, elle a à gagné le cœur de ses lecteurs avec son humour et ses personnages réalistes.

En 2012, le premier tome de sa série de romans amusants *Ce qui se passe à...*, qui raconte les aventures et mésaventures de trois jeunes femmes, a présenté aux lecteurs pour la première fois les amies Caroline, Vicky et Katia. Depuis, les lecteurs ont suivi les trois enseignantes en voyage au Mexique, à Cuba, à Vegas et à un congrès.

Cet automne, le cinquième tome de la série transportera les lecteurs dans la forêt pour un séjour en camping dépassant les attentes. *Ce qui se passe au camping reste au camping!* (art. 3023159) est offert en entrepôt en octobre.



Amélie
Dubois

© ANNIE SIMARD

Histoire d'imprévus

Amélie Dubois captive les lecteurs avec ses romans d'aventure

MARK CARDWELL

Rêvant d'escalade, de feux de camp et de ciels étoilés, Caroline, Katia et Vicky, trois amies proches et enseignantes au secondaire à Gatineau, au Québec, partent en camping pendant quatre jours en Ontario, accompagnées de leurs conjoints.

La situation prend toutefois une tournure imprévue lorsque les couples célèbrent Noël en juillet, en compagnie de personnages cocasses. Avant la fin de leur séjour, ils auront vécu une expérience en nature bien au-delà de leurs attentes, au grand plaisir d'Amélie Dubois, autrice québécoise, et de ses admirateurs fidèles.

« Encore une fois, la situation prend un mauvais tournant pour nos héroïnes », déclare M^{me} Dubois à propos de son œuvre *Ce qui se passe au camping reste au camping!*, la cinquième et la plus récente addition à sa célèbre série amusante *Ce qui se passe à...* Comme les quatre premiers tomes, l'œuvre est une comédie situationnelle au sujet des mésaventures de voyage absurdes des trois protagonistes.

D'ailleurs, pour la deuxième fois de la série, les conjoints des héroïnes les accompagnent dans leur excursion turbulente, contribuant au plaisir et au dialogue amusant faisant la renommée de M^{me} Dubois.

Le nouveau livre, soit le 16^e de l'autrice en 13 ans, marque une étape importante d'une carrière littéraire réussie et aux débuts tout droit d'un conte de fées.

« *Mes premiers souvenirs consistent en une séance de lecture entre enfants sur le canapé, sans oublier la visite hebdomadaire de la bibliothèque en famille.* »

Originaire de Danville, en Estrie, au Québec, la passion d'Amélie Dubois pour la littérature est née dès son enfance. « Notre mère nous lisait sans cesse des histoires », déclare M^{me} Dubois, cadette de trois enfants. « Mes premiers souvenirs consistent en une séance de lecture entre enfants sur le canapé, sans oublier la visite hebdomadaire de la bibliothèque en famille. »

Bien qu'elle ait remporté un prix en première année pour une nouvelle sur un chat sur la lune, elle ne songeait pas à faire une carrière de sa passion. « Je croyais que les écrivains étaient des naturels, comme les musiciens et les artistes, ajoute-t-elle. Je ne pensais pas que l'écriture pouvait se développer ».

Après l'obtention d'une maîtrise en criminologie à l'Université de Montréal, elle a œuvré au sein du système carcéral, puis en protection de la jeunesse et en prévention du suicide.

Tout a changé en 2009, à l'âge de 29 ans, alors qu'elle enseignait au Cégep de la Gaspésie, dans la communauté isolée de Carleton-sur-Mer.

« Je venais tout juste de subir un grave problème de santé et une séparation, et j'étais loin de ma famille et de mes amis, explique M^{me} Dubois. Je me suis donc mise à écrire à Mali, mon alter ego. »

Plusieurs mois et plus de 100 000 mots plus tard, elle a envoyé ses réflexions à Les Éditions réunis, le plus grand éditeur de littérature féminine au Québec. Sous forme de roman parfois triste et toujours amusant, ces réflexions explorent les émotions et les relations de quatre amies d'enfance à la fois fêtardes et professionnelles, dont Mali.

« C'était précisément ce que nous cherchions », précise Daniel Bertrand, directeur général et éditeur de l'entreprise. « La sortie de *Le Journal de Bridget Jones* a vu une forte demande de littérature romantique du genre. Nous avons pris un risque avec Amélie, et elle avec nous. »

Le livre, soit le premier d'une série de six romans de l'autrice mettant en vedette ses quatre personnages sous le titre *Chick Lit*, fut un franc succès auprès des lecteurs.

C'est toutefois grâce au premier tome de *Ce qui se passe à...* qu'Amélie Dubois est devenue autrice à succès au Québec et vedette de la tournée littéraire, où ses admirateurs se rassemblent pour la rencontrer. Inspirée par son visionnement du film populaire *The Hangover* lors d'un vol vers l'Asie, M^{me} Dubois raconte le voyage au Mexique de trois enseignantes complices.

« Amélie est le rêve de tout éditeur, dotée d'une imagination animée et d'une excellente éthique de travail », déclare M. Bertrand.

Pour l'autrice, membre de Costco au Québec, où elle habite avec son conjoint et ses deux chats, l'attrait de ses livres repose dans leur lien à la vraie vie. « Ce qui se passe dans le livre pourrait arriver à n'importe qui, explique-t-elle. J'essaie de créer des personnages et un dialogue qui semblent réels pour mes lecteurs. » ■

Mark Cardwell est journaliste et rédacteur pigiste dans la région de Québec.

Donnez Vie à Vos Idées
en Dessinant en 3D !



BANKERS BOX

et PLAY

MAISON DE JEU À COLORIER

Maison de jeu
Petit chien

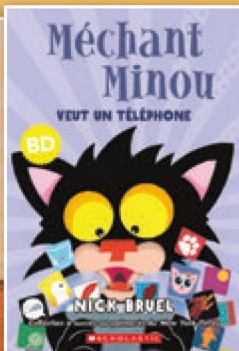
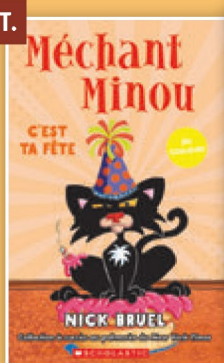


Maison de jeu
Chalet d'hiver

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 4122633

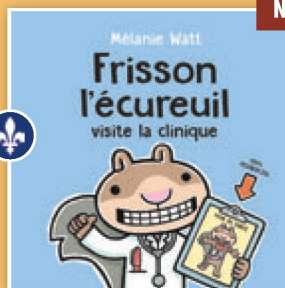
LES CHOUCHOUS DE L'AUTOMNE

OCT.



Art. 3023488

NOV.



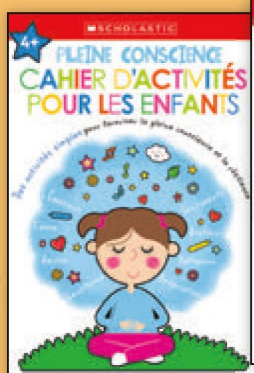
Art. 3023358

NOV.

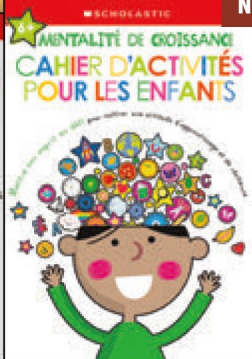


Art. 3023748

NOV.



Art. 3023595

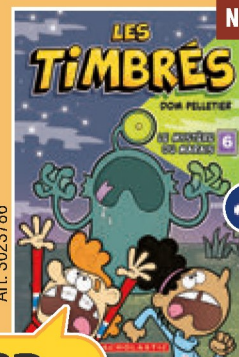


OCT.



Art. 3023713

NOV.



Art. 3023786

LES BDs

SCHOLASTIC



LONDON FOG
HOME

ENSEMBLE DE COUVRE-LIT



AUSSI SUR COSTCO.CA Art. 1636271 (double), 1636272 (grand), 1636273 (très grand)

INTÉMPIREL | QUALITÉ | STYLE

WINDWARD®
C'est du luxe
Depuis 1964

QUALITÉ SUPÉRIEURE
100 % PEAU DE MOUTON
D'AustralIE ET DE NOUVELLE-ZÉLANDE

Dimensions approximatIVES
1.8 m x 1.1 m (70.9 po. x 43.3 po.)



- Naturel
- Luxueux
- Confortable



Art. 380666



MON CHATEAU
LUXURY COLLECTION

DOUX ET LUXUEUX, CE JETÉ EN SIMILIFOURRURE
EST AUSSI AGRÉABLE À L'ŒIL QU'AU TOUCHER. LE
VELOURS SOMPTUEUX ET EXTRA MOELLEUX OFFRE
UN CONFORT ET UNE CHALEUR ENVELOPPANTE
AGRÉABLES EN TOUTE SAISON.

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 3536972

PLATEAU À GENOUX MULTITÂCHE EN BAMBOU



Bureau réglable avec rebord
surélevé, fente multimédia,
tapis de souris et tiroir latéral.

BIRDROCK
HOME

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 1048722

Guide des FÊTES

ENSEMBLES ASSORTIS
DE CASSE-TÊTE 3D DE
4D CITYSCAPE
8 ANS ET PLUS
Art. 1640248



ENSEMBLE DE MINIATURES
5 SURPRISE MINI BRANDS!
ÉDITION BOUTIQUE DISNEY
INCLUT 3 CAPSULES
3 ANS ET PLUS
Art. 1652526
AUSSI SUR COSTCO.CA



FIGURINES DE VINYLE PRINCESSES
DISNEY ET POKÉMON DE FUNKO POP!
ENSEMBLE DE 4, 3 ANS ET PLUS
Art. 1640240



**FIGURINES TÉLÉCOMMANDÉES
TRANSFORMERS RESCUE
BOTS OPTIMUS PRIME OU
BUMBLE BEE**
4 ANS ET PLUS
Art. 1631798



**SUPER CAMION
DE GLACE ULTIME
KITCHEN CREATIONS
DE PLAY-DOH**
3 ANS ET PLUS
Art. 1582448
AUSSI SUR COSTCO.CA

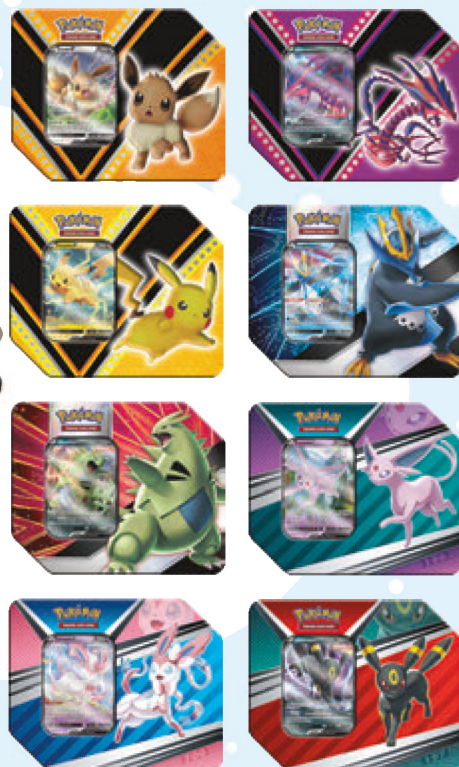


**VÉHICULES À TÉLÉCOMMANDE
MARIO KART BUMBLE V DE
CARRERA YOSHI ET MARIO**
ENSEMBLE DE 2, 6 ANS ET PLUS
Art. 1631794
AUSSI SUR COSTCO.CA



JEU DE CARTES À ÉCHANGER POKÉMON V
ENSEMBLE DE 4
6 ANS ET PLUS
Art. 1631802, 1652543
AUSSI SUR COSTCO.CA

PELUCHES POKÉMON DE 8 PO
ENSEMBLE DE 3, 3 ANS ET PLUS
Art. 1560984
AUSSI SUR COSTCO.CA



CHÂTEAU DE L'AVENTURE ULTIME DE PRINCESSES DISNEY DE LEGO
6 ANS ET PLUS
MINISTÈRE DE LA MAGIE DE HARRY POTTER DE LEGO
9 ANS ET PLUS
Art. 1642157
AUSSI SUR COSTCO.CA

L'HÉLICOPTÈRE DE SAUVETAGE AIRBUS H175 DE LEGO TECHNIC
11 ANS ET PLUS
Art. 1794444
AUSSI SUR COSTCO.CA



CAMIONS MONSTRES MONSTER JAM DE LEGO TECHNIC
ENSEMBLE DE 4, 7 ANS ET PLUS
Art. 1582458
AUSSI SUR COSTCO.CA



**COFFRET DE COMBAT
VAISSEAU MÈRE DE ZURG
LIGHTYEAR DE DISNEY PIXAR**
4 ANS ET PLUS
Art. 1631787
AUSSI SUR COSTCO.CA



**COFFRET AVENTURES
DE VOYAGE
POLLY POCKET**
4 ANS ET PLUS
Art. 1582464
AUSSI SUR COSTCO.CA



**MÉGA COFFRET GROTTES
À CRISTAUX ET TRAINS
THOMAS ET SES AMIS**
3 ANS ET PLUS
Art. 1652550
AUSSI SUR COSTCO.CA



**ENSEMBLE DE JEU
RESCUE KNIGHTS DE
LA PAT' PATROUILLE**
3 ANS ET PLUS
Art. 6065075
AUSSI SUR COSTCO.CA



**MANOIR DE POUPÉE SOIRÉE
PYJAMA ULTIME DE KIDKRAFT**
3 ANS ET PLUS
Art. 1631795
AUSSI SUR COSTCO.CA

**CALENDRIER DE L'AVENT
EUROGRAPHICS**

CASSE-TÊTES DE CHIENS, CHATS,
FRIANDISES OU NOËL CLASSIQUE
Art. 1669796
AUSSI SUR COSTCO.CA



**CALENDRIER DE L'AVENT
COLLECTION DE LIVRES DE
CONTES DE DISNEY**

Art. 2020126



**P'TIT GARÇON
PUZZLE : LE
TRAÎNEAU DE NOËL**

Art. 3023694



**MINI CHAT ET
SON CLUB BD 3 :
OBJECTIF**

Art. 3023284



**TOUT POUR
JOUER À L'ÉCOLE**

Art. 1677322



**MONTRE INTELLIGENTE
KIDIZOOM DE VTECH
4 ANS ET PLUS**

Art. 1536704

AUSSI SUR COSTCO.CA



**CAMÉRA D'IMPRESSION PRINTCAM DE VTECH
4 ANS ET PLUS**

Art. 2349196

AUSSI SUR COSTCO.CA



**TABLE DE MIXAGE KIDISTAR DJ MIXER DE VTECH
5 ANS ET PLUS**

Art. 2347300 (EN), 2347305 (FR)

AUSSI SUR COSTCO.CA



TÉLÉVISEUR UHD OLED 4K SÉRIE
A80K DE 65 PO DE SONY
Art. 9391865
AUSSI SUR COSTCO.CA



TÉLÉVISEUR UHD DEL 4K SÉRIE
R63G DE 58 PO DE HISENSE
Art. 8686358
AUSSI SUR COSTCO.CA

TÉLÉVISEUR UHD OLED 4K
SÉRIE C2 DE 65 PO DE LG
Art. 9102165
AUSSI SUR COSTCO.CA



TÉLÉVISEUR LE CADRE UHD
QLED 4K SÉRIE QN55LS03B
DE 55 PO DE SAMSUNG
Art. 5303055
AUSSI SUR COSTCO.CA

TÉLÉVISEUR UHD NEO
QLED DEL SÉRIE Q90B
DE 75 PO DE SAMSUNG
Art. 5309175
AUSSI SUR COSTCO.CA



**MÉLANGEUR
PROFESSIONNEL
PLUS DE NINJA**
Art. 1502667
AUSSI SUR COSTCO.CA

**SORBIÈRE 7-EN-1
CREAMI DE NINJA**
Art. 2603480
AUSSI SUR COSTCO.CA



**FOUR À MICRO-ONDES BLANC
À ONDULEUR PANASONIC**
1,3 PI.CU., 1 200 WATTS
Art. 1513315
AUSSI SUR COSTCO.CA



**MONTRE INTELLIGENTE
SENSE DE FITBIT**
Art. 1481976 (noire),
1481978 (blanche)
AUSSI SUR COSTCO.CA

**BROSSETTES DE RECHANGE
CROSSACTION DE ORAL-B AVEC
SOIES À PROTECTION MAX CLEAN**
PAQUET DE 9
Art. 1313224
AUSSI SUR COSTCO.CA

**BROSSES À DENTS RECHARGEABLES
PROFESSIONAL CLEAN 5000 DE
ORAL-B AVEC 2 MANCHES,
3 BROSSETTES ET BLUETOOTH**
Art. 1677483
AUSSI SUR COSTCO.CA



Savourez à la maison le délicieux
café de torréfaction supérieure

McCafé®



100%
DE NOS GRAINS ARABICA
PROVIENNENT DE
**SOURCES
ÉTHIQUES**



Certifié Rainforest Alliance.
Pour en savoir plus visitez ra.org.



McCafé et la conception de McCafé – sont des marques de commerce utilisées en vertu d'une licence de McDonald's Corporation.

Café Torréfaction supérieure **McCafé®** 1,36 kg

AUSSI SUR **COSTCO.CA**
Art. 1212212



Le goût du succès

Costco offre de succulentes tomates, du champ à la table

ANDREA TOMKINS



TED SIMPSON

Andrea Tomkins dévoile les coulisses d'un programme de Costco. Pour poser des questions sur cet article, écrire à connection@costco.com.

Une histoire intéressante se trouve derrière les tomates multicolores de Costco.

Il faut beaucoup d'efforts et de temps pour dénicher ces aliments doux et juteux. Les membres les choisissent parce qu'il s'agit d'une option santé et savoureuse (que les enfants adorent dans la boîte à lunch), mais peu de gens savent tout le travail passionné déployé en amont.

« Le produit connaît un franc succès; il s'agit d'une réelle histoire de réussite », affirme Stéphane Desrochers, acheteur dans l'équipe des fruits et légumes de Costco Canada.

Au banc d'essais

Les acheteurs de Costco ont comme mission de trouver les meilleures variétés et de les offrir au meilleur prix possible pour les membres.

Comment l'équipe sélectionne-t-elle le nec plus ultra des tomates? Pour trouver l'équilibre parfait entre le sucre, l'acidité et la saveur, il faut en déguster plusieurs et faire des tests.

C'est en sélectionnant et en croisant différentes variétés qu'on crée de nouveaux cultivars, pour obtenir la couleur, la qualité et le goût souhaités. Ce processus s'échelonne sur plusieurs années. En fait, l'équipe déguste les tomates potentielles bien avant qu'elles ne soient cultivées dans un cadre commercial.

« Cela peut prendre plus de sept ans pour introduire une nouvelle variété de tomates chez Costco, explique M. Desrochers. La reproduction sélective des plants est un travail de longue haleine! »

Ce projet amène aussi l'équipe des fruits et légumes à parcourir le Canada et le monde, pour aller à la rencontre d'entreprises semencières en Espagne, en Italie, en Hollande, au Japon, aux États-Unis et au Mexique.

L'épreuve de l'uniformité

Le processus est plus complexe qu'il n'y paraît. Par exemple, si l'équipe déniché une savoureuse variété de tomate en Espagne, elle doit vérifier si le rendement et le goût sont comparables en étant cultivée au Canada. « La même graine, plantée ici, peut donner une tout autre saveur. Si le produit est satisfaisant, il est lancé dans certains entrepôts pour voir ce que les membres en pensent », précise M. Desrochers.

Autre aspect important : veiller à ce que chaque variété goûte toujours la même chose. Où que la tomate soit cultivée, peu importe la saison, les membres doivent retrouver ce bon goût d'été.

L'été, les tomates de Costco proviennent de l'Ontario et de la Colombie-Britannique. L'hiver, elles sont cultivées au Mexique. Avant de faire la transition, l'équipe d'achat de Costco effectue des tests

de goût pour s'assurer de maintenir les standards élevés de saveur et de qualité.

« Nous voulons que nos membres puissent acheter de belles tomates cultivées l'été en sol canadien, et qu'ils retrouvent ce même bon goût en hiver grâce au soleil du Mexique », souligne M. Desrochers. Chaque année, les tomates mexicaines et canadiennes font l'objet d'une dégustation. « Elles doivent répondre à nos critères. Nous voulons une certaine uniformité, pour que les membres n'aient pas l'impression de perdre la saveur des tomates d'ici », ajoute M. Desrochers.

Les paquets comprennent six variétés de tomates multicolores aux teintes de rouge, d'orange, de jaune et de vert. Les fournisseurs ne sont autorisés à livrer que les six variétés choisies par l'équipe, encore une fois, pour des raisons d'uniformité.

M. Desrochers raconte que l'équipe d'achat goûte à environ 400 variétés de tomates lors du processus de sélection. Les acheteurs gardent aussi l'œil ouvert pour trouver une variété offrant autant de saveur et un rendement encore plus élevé que la tomate raisin rouge.

« Pour nous, c'est la saveur avant tout, affirme M. Desrochers. J'espère que les membres verront notre démarche, et tout le temps et l'énergie que nous y consacrons. Nous choisissons avec soin les produits que nous offrons. Nous sommes fiers de notre sélection et nous y croyons. » ■



DE LA G. : © COSTCO CANADA; © SALNIKOVA WATERCOLOR / STOCK.ADOBE.COM

LES TOMATES RAISINS AU MENU

Les tomates raisins sont bonnes à toute heure de la journée : ajoutées dans une salade, des tacos ou un bol de riz, grillées et servies dans des pâtes ou sur un pain croustillé, piquées sur une brochette avec du fromage, tranchées et arrosées d'huile d'olive et de balsamique (avec du poivre frais) ou encore intégrées à une omelette. Bien sûr, elles sont exquises telles quelles. Pour préserver leur saveur, mieux vaut éviter de mettre les tomates au réfrigérateur.—AT

Riche en saveur

À ceux qui en doutent, les tomates vertes du paquet sont bel et bien mûres.

En 2020, Costco a ajouté

une variété de tomates vertes au paquet multicolore. « Malgré sa couleur verte qui laisse croire à un manque de maturité, la tomate offre une saveur

riche, très sucrée, note Stéphane Desrochers, acheteur chez Costco. C'est surprenant la première fois qu'on la croque. »—AT

TEAK^{MAISON}

2 PLANCHES À DÉCOUPER EN TECK DE PREMIÈRE QUALITÉ

Grain de bord rectangle 45 cm avec canal de jus
Grain de bord rectangle 40 cm avec canal de jus



BOIS DE TECK



DURABLE



RESPECTUEUX
DE LA NATURE



COUTEAUX
BIENVENUS

PROVIENT DE FORÊTS DE TECK FSC® GÉRÉS DE MANIÈRE RESPONSABLE



Art. 1434472

TRAMONTINA

2 PIÈCES POÊLES FONTE ÉMAILLÉE

25.4 cm (10 po)
30.4 cm (12 po)



Disponible aussi en
bleu sarcelle



Art. 1529471

6

Signature^{TM/MC/IMR}
HOUSEWARES INCORPORATED

BOLS MICRO-ONDABLES avec couvercles



Accessoires non inclus

AUSSI SUR COSTCO.CA

Art. 1630829

HENCKELS

AIGUISEUR DE COUTEAUX À GLISSOIRE EN 4 ÉTAPES

AFFÛTEZ LES LAMES À TRANCHANT FIN
RAPIDEMENT ET EN TOUTE SÉCURITÉ



Art. 1554961



MIU
tapis de pâtisserie et
de cuisson en silicone
pour biscuits, pâtisseries,
macarons, pétrissage de pâte,
légumes grillés...
et plus encore!

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 1539803

Filtrete^{MC}

UNE BOUFFÉE D'AIR FRAIS

NOUVEAU! Filtrés à air de qualité supérieure Filtrete^{MC}

 Dur sur les particules indésirables,
doux sur le débit d'air.

 Économisez de l'énergie.
Économisez de l'argent.

3 Efficace jusqu'à
MOIS

ÉCONOMISEZ 10 \$

VALIDE 26/09/22 – 23/10/22

FILTRETE 16x25x1 MPR 2200
FILTRETE 20x25x1 MPR 2200

PAQUET DE 3 FILTRES À AIR DE
QUALITÉ SUPÉRIEURE CONTRE LES
ALLERGÈNES ET LES POLLUANTS
DOMESTIQUES

- Contribuez à avoir une maison plus propre et plus fraîche
- Les tailles disponibles peuvent varier par location.

* Un filtre sale ralentira le flux d'air et fera travailler le système plus fort pour vous garder au chaud ou au frais, gaspillant ainsi de l'énergie. Il est recommandé de changer le filtre au moins tous les trois mois.



* Voir les détails à la page 7

Art. 1006105 (20 x 25), 1006103 (16 x 25)

tapis décoratif

 **MOHAWK[®]**
HOME

durable • somptueuse douceur
résistant à la décoloration et aux taches

30 po x 45 po (76 cm x 114 cm)



Art. 1088568

JOURNÉE INTERNATIONALE DE VÉRIFICATION DES ESSUIE-GLACE 16 NOVEMBRE

PRÉSENTÉ PAR MICHELIN

LES BALAIS D'ESSUIE-GLACE MICHELIN[®] GUARDIAN[™]

**RECHERCHEZ CES
SIGNES D'USURE**



1. STRIES
2. BROUITEMENT
3. TRAÎNÉES
4. GRINCEMENT



Copyright © Michelin Amérique du Nord, Inc., 2022. Tous les droits réservés. Le Bonhomme Michelin est une marque déposée de Michelin.

 **MICHELIN**

AUSSI SUR COSTCO.CA Divers numéros d'article

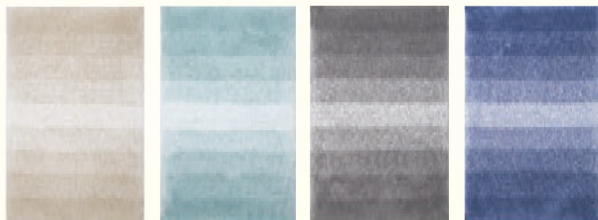
Tapis de bain doux ombré

22" x 36" • 55cm x 91cm



-  Lavable en machine
-  Support antidérapant
-  Ultra doux

Riviera HOME™
LUXURY BY NATURE



AUSSI SUR COSTCO.CA Art. 1395093

MARQUE

N°1 CHEVEUX,
PEAU ET
ONGLES*



NATURE'S BOUNTY.

CHEVEUX, PEAU
& ONGLES
GÉLIFIÉS

CE PRODUIT PEUT NE PAS VOUS
CONVENIR. TOUJOURS LIRE ET SUIVRE
LES INFORMATIONS SUR L'ÉTIQUETTE.
* D'APRÈS LEVÉLINES DÉTENTES
(COMMUNICATIONS SER EN DATE DU
01/01/2022)

©2022 Nature's Bounty, Inc.

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 435710

FLATULENCES ?



**OUPS... VOUS N'ÊTES
PAS SEULE !**

Plus de 5 millions de Canadiens
sont aux prises avec le SCI, les gaz,
le ballonnement, la constipation
et la diarrhée.

Pourquoi fibre4 est-elle bien meilleure ?

Fibre4 est la seule et unique fibre faible
en FODMAP certifiée par l'Université
Monash comme étant efficace pour le
traitement du syndrome du côlon irritable
(SCI) et ayant la capacité éprouvée de
soulager des symptômes tels que la
constipation, la diarrhée, les gaz, le
ballonnement et d'autres malaises
gastro-intestinaux.

Fibre4 est une fibre tout à fait naturelle,
faible en FODMAP, d'origine entièrement
végétale, qui apporte un soulagement
en douceur des symptômes du SCI afin
que vous puissiez reprendre vos activités
courantes !

Pour en savoir plus sur les bienfaits
de Fibre4, consultez Costco.ca



La principale université de recherche a
certifié fibre4 pour le SCI
(syndrome du côlon irritable)



webber naturals. Naturellement !™

AUSSI SUR COSTCO.CA Art. 1567539

KIRKLAND
Signature



PYJAMA 4 PIÈCES POUR ENFANT

AUSSI SUR COSTCO.CA

Art. 2306902 (filles), 2306922 (garçons)

Splendid®

SOUTIEN-GORGE PLONGEANT
EN GEL À CONTRECOLLAGE



2
PIÈCES

- Technologie de contrecollage pour un soutien ciblé
- Sans armature pour plus de confort
- Bonnets amovibles pour plus de polyvalence

AUSSI SUR COSTCO.CA

Art. 8008100 Divers numéros d'article



Bench.

CHAUSSETTES PANTOUFLE POUR FEMMES



FAIT DE FILS RECYCLÉS

3

PAIRES

4-10

TAILLE DE CHAUSSURE

AUSSI SUR COSTCO.CA Art. 9904444

Circuits culturels

Voyages Costco offre une foule d'escapades à découvrir

T. FOSTER JONES

CONTACT COSTCO

Voyages Costco offre des croisières, des forfaits voyage et la location de véhicules au Canada, aux États-Unis et partout dans le monde. Pour plus de détails, visiter VoyagesCostco.ca ou composer le 1-855-863-0357. Consulter les mises à jour liées à la COVID-19 sur CostcoTravel.ca/Info/Travel-Updates.



Oia, Santorin

© DAVID SCHNEIDER

Pour chaque type de vacances, il y a d'excellents choix de destinations « traditionnelles » et populaires, mais il existe aussi une foule d'endroits hors des sentiers battus qui offrent les mêmes commodités géniales, et plus encore.

Si certaines destinations inusitées semblent hors de portée parce qu'elles dégagent une aura de luxe et d'exotisme, Voyages Costco les rend plus accessibles que jamais.

Quel que soit le séjour rêvé, les possibilités sont infinies et toutes offrent un excellent rapport qualité-prix.

Les numéros *Contact Costco* de septembre à décembre couvrent trois grandes catégories : les vacances tropicales/à la plage, les séjours culturels et les croisières. Des options traditionnelles et uniques sont proposées pour chaque thème.

Voyages Costco accompagne les voyageurs, quelle que soit l'avenue qu'ils désirent emprunter. ■

Culture



Traditionnel : Italie

*Le meilleur de l'Italie : à votre mesure
Rome, Florence et Venise*

Rome représente le centre de l'Empire romain, qui a régné sur le continent européen pendant des siècles. On y vient pour contempler son architecture grandiose – le Colisée, le Panthéon et la fontaine de Trevi – et pour visiter le Vatican, qui abrite la Pietà et la chapelle Sixtine.

Considérée comme le berceau de la Renaissance, Florence regorge de chefs-d'œuvre de Raphaël, de Léonard de Vinci et de Botticelli, sans oublier le célèbre David de Michel-Ange et le Duomo de Brunelleschi.

Venise offre une incursion à travers une centaine de petites îles dans une lagune. Un réseau de canaux relie cette cité sans véhicules. À voir : ses palais gothiques et de la Renaissance, ainsi que la place Saint-Marc, qui donne sur la basilique Saint-Marc aux mosaïques de style byzantin et le campanile (clocher), qui offre une vue sur les toits rouges.

« J'adore l'Italie », déclare Leslie Hmila, acheteuse chez Voyages Costco pour cette région. « Les traditions légendaires y prennent vie. »

Traditionnel : Paris, France

Paris : à votre mesure

Centre mondial de l'art, de la mode, de la gastronomie et de la culture, Paris offre un décor urbain du XIX^e siècle traversé par de larges boulevards et la Seine. Ses cafés et ses boutiques de mode qui longent la rue du Faubourg Saint-Honoré attirent des visiteurs de partout. « Les gens s'y promènent, s'assoient dans un café ou contemplent la Seine. L'ambiance est magique », révèle M^{me} Hmila, acheteuse chez Voyages Costco.

« Le forfait Paris : à votre mesure de Voyages Costco comprend quatre nuitées dans une sélection d'hôtels quatre étoiles, dont le Castille Paris, au centre de Paris; l'hôtel Molitor, restauré pour préserver son style Art déco de 1929; Le Westin Paris - Vendôme, qui jouit d'un emplacement central, et bien d'autres. »

Unique : Campagne écossaise

Pentes ondulées et sommets montagneux

Pour découvrir l'Écosse dans toute sa splendeur, une sortie en campagne s'impose. Il y a tant à explorer entre les distilleries, les châteaux historiques, les lacs pittoresques (lochs) et les paysages époustouflants sillonnés d'une myriade de sentiers qui aident à renouer avec la nature. Les incontournables : le Loch Ness, le Loch Lomond, le parc national Trossachs, l'île de Skye et le château de Stirling.

Unique : Grèce

Athènes, Santorin et Mykonos : à votre mesure

Athènes, capitale de la Grèce, fut le cœur de la civilisation de la Grèce antique et de l'empire grec. On y trouve des vestiges datant du V^e siècle avant J.-C., dont l'Acropole, une citadelle au sommet d'une colline qui regroupe plusieurs bâtiments dont le Parthénon.

Santorin, une île des Cyclades dans la mer Égée, compte des plages de sable noir et rouge. Ses ruines archéologiques révèlent le passé de trois empires.

Enfin, Mykonos charme par ses traditionnelles maisons blanchies à la chaux et ses églises au toit bleu, ses moulins à vent surplombant la Petite Venise, ses amateurs de planche à voile, ainsi que son ambiance cosmopolite et sa vie nocturne légendaire.

« Le forfait Athènes, Santorin et Mykonos : à votre mesure est l'un des plus populaires, affirme M^{me} Hmila. Les voyageurs choisissent le nombre de nuitées à chaque destination, afin de passer plus de temps aux places qui les intéressent. »



© PROCHASSON FREDERIC / SHUTTERSTOCK.COM



© CATARINA BELOVA / SHUTTERSTOCK.COM

Haut : Les gondoles offrent un moyen classique de sillonner les canaux de Venise. **Bas** : Une vue imprenable sur la tour Eiffel à Paris.

SNO-STORM®



POUR UN
DU DEUX
UTILISATEURS



127 cm / 50 in / 50 po

VIPERNEX™ / MC / MR



Art. 2000509

**HOLMES
WORKWEAR.**

4 PAIRES
PAR PAQUET

ENDUIT DE MOUSSE-LATEX AU 3/4



PROTECTION ANTIMICROBIENS
ET CONTRÔLE DES ODEURS



GANTS DE TRAVAIL D'HIVER



CUIR VÉRITABLE 100%

CUIR DE CHEVREUIL
DE QUALITÉ SUPÉRIEURE

2 PAIRES
PAR PAQUET

3M
Thinsulate
INSULATION

LE CONFORT ULTIME

HOLMES WORKWEAR EST UNE MARQUE DE COMMERCE ENREGISTRÉE DE GROUPE BBH INC.
UTILISÉ ET FABRIQUÉ SOUS GROUPE BBH INC.
AUSSI SUR COSTCO.CA Divers numéros d'article

4 PAIRES



WEATHERPROOF
SINCE 1948

**THE ULTIMATE
THERMAL SOCK**



CONFORT & CHALEUR



EXTRA REMBOURRAGE



INTÉRIEUR BROSSÉ



TRÈS DOUCES

AUSSI SUR COSTCO.CA

Art. 1058910

Entre quatre murs

Mike Holmes
Inspections : un service
d'inspection résidentielle
offert aux membres



© PHOTO GRACIEUSE DE THE HOLMES GROUP

Mike Holmes est connu dans le monde de la construction et de la rénovation, en tant qu'entrepreneur professionnel et animateur télé. Son slogan, « Bien faire les choses », reflète sa philosophie qui lui a valu la confiance de propriétaires partout au Canada.

Les membres de Costco peuvent eux aussi profiter du service exemplaire de Mike Holmes. Grâce au nouveau partenariat entre Costco et Mike Holmes Inspections, les membres ont accès à une inspection résidentielle de haut niveau, qu'ils désirent « Bien acheter, bien vendre ou bien posséder ». Afin d'en savoir plus, *Contact Costco* a rencontré Scott Piccolo, président et DG de Mike Holmes Inspections.

Contact Costco Que pouvez-vous dire aux membres au sujet de ce service?

Scott Piccolo Mike Holmes Inspections est en activité depuis 15 ans déjà. Nous avons une solide expérience. Nous nous sommes récemment associés à Costco afin d'offrir nos services d'inspection aux membres dans certaines régions du Canada

CC À quoi sert l'inspection d'une maison?

SP Il y a généralement trois raisons : l'achat, la vente ou l'entretien. Les gens qui veulent acheter une propriété font

faire une inspection préachat, afin de connaître l'état de la maison. De l'autre côté, les gens qui désirent vendre leur maison peuvent obtenir une inspection prévente, afin de gagner une longueur d'avance lorsque les acheteurs potentiels viendront la visiter.

CC Qu'est-ce qu'une inspection d'entretien?

SP On conseille d'effectuer une inspection d'entretien tous les trois à cinq ans. Un problème détecté tôt sera plus facile à régler et moins coûteux. Avant des rénovations, ce type d'inspection permet aussi de révéler les lacunes à corriger.

CC Quelles sont les qualifications des inspecteurs?

SP Dans bien des provinces, le secteur des inspections résidentielles n'est pas réglementé. N'importe qui peut se proclamer inspecteur. Chez Mike Holmes Inspections, tous nos inspecteurs sont formés et certifiés par une école agréée. J'ai entendu des histoires de gens qui n'ont pas fait inspecter leur maison ou dont la maison n'a pas été inspectée correctement, et qui ont découvert plus tard de graves problèmes. L'achat d'une maison est, pour bien des gens, le plus gros achat de leur vie. Pouvoir compter sur un inspecteur certifié est crucial. ■

FORAITS DE MIKE HOLMES INSPECTIONS POUR LES MEMBRES DE COSTCO

Mike Holmes Inspections propose deux forfaits d'inspection : étendue et supérieure. Le rapport détaillé prévoit l'inspection visuelle du toit, l'inspection électrique, l'évaluation de l'isolation, un test de moisissures et plus encore.

Pour en savoir plus au sujet des services offerts dans certaines régions par Mike Holmes Inspections, visiter mikeholmesinspections.com/fr/costco/ ou composer le 1-888-752-2238.

TRAITEMENT
DES PAIEMENTS

**Recevez une Carte Achat
numérique de Costco de 75 \$**
lorsque vous ouvrez un nouveau
compte de traitement des
paiements avec Elavon*.



Valide du 19 septembre au 30 novembre 2022

En tant que membre de Costco, vous bénéficierez de taux de traitement aussi bas que 1,45 %**.

Communiquez avec nous au 1 866-604-3921 ou visitez
TraitementDesPaiementsDeCostco.ca/CarteAchat



* Pour être admissible à cette promotion, vous devez être un membre actif de Costco Canada et ouvrir, à titre de commerçant, un nouveau compte mobile auprès d'Elavon Canada entre le 19 septembre et le 30 novembre 2022. Pour être admissibles, les détenteurs de nouveaux comptes doivent procéder à l'activation au plus tard le 15 décembre 2022. Les comptes de commerçant doivent être activés et traiter activement des opérations de paiement depuis au moins une semaine, de même qu'être ouverts au moment de l'octroi du crédit incitatif. L'offre est valable pour les membres de Costco au Canada avec une limite d'un (1) rachat par client. Les clients ayant plusieurs sites ne sont admissibles qu'à une seule Carte Achat numérique de Costco. La Carte Achat numérique de Costco de 75 \$ sera envoyée par courriel aux membres admissibles dans les 60 jours suivant l'activation du compte. La Carte Achat numérique de Costco sera envoyée à l'adresse courriel fournie lors de l'inscription au compte. Cette offre ne peut être jumalée à aucune autre offre. Offre soumise aux quantités disponibles, lesquelles sont limitées.

** Le taux admissible est de 1,45 %; le taux des cartes privilèges (Reward) est de 1,99 %; le taux non admissible est de 2,07 %; le taux des cartes de prime (Premium) est de 2,07 %; le taux des cartes de super prime (Super Premium) et de saisie au clavier (Key) est de 2,8 % pour les comptes de détail. Le prix des commandes en ligne et des commandes postales/commandes téléphoniques est fixé séparément. Des frais mensuels minimums de 10 \$ s'appliquent. Les taux indiqués s'appliquent aux transactions admissibles en dollars canadiens et l'offre peut prendre fin sans préavis. Des frais d'évaluation des réseaux de cartes s'appliquent en plus du taux admissible. Des taux optionnels applicables aux transactions en dollars américains peuvent être exigés au moment de la demande et peuvent changer sans préavis. D'autres conditions peuvent s'appliquer. Pour obtenir plus d'informations, veuillez composer le 1 866-604-3921.

® : utilisée en vertu d'une licence accordée par Price Costco International, Inc.

KIRKLAND
Signature



**ÉNERGISEZ
VOTRE AUDITION**

**Piles pour audioprothèses
de grande qualité**

Des piles de tailles 10, 13, 312 et 675 sont
offertes dans les pharmacies en entrepôt.

Les pharmacies situées dans les entrepôts Costco du Québec sont
exploitées par des pharmaciens propriétaires indépendants.

AUSSI SUR COSTCO.CA
Divers numéros d'article

HORAIRES ET DÉTAILS

Sur Costco.ca, rechercher « Produits en vedette ». Avec l'appli Costco, choisir un entrepôt et y repérer les événements.

Manteaux Atelier Noir

Atelier Noir réunit savoir-faire et matériaux haut de gamme pour créer des manteaux d'hiver chauds et durables avec des détails de conception intelligents. Leurs silhouettes emblématiques et structurées sont produites de façon éthique, avec un approvisionnement de duvet responsable. Chaque style est unique et sophistiqué, à la fois moderne et classique, le tout offert à un prix juste.



Des produits attrayants offerts très peu de temps



Mélangeurs Vitamix

Découvrir la simplicité de concocter collations et repas sains à la maison. Le récipient de 1,8 L (64 oz) est parfait pour des portions moyennes ou grandes à l'occasion de repas familiaux ou de réceptions, et la technologie sans fil SELF-DETECT se jumelle instantanément avec les récipients et les accessoires Vitamix, facilitant la création d'un système de mélange personnalisé.



Bottes Pro-Tec

Maîtriser l'hiver est facile avec les bottes Pro-Tec à crampons de glace! Spécialement conçu pour fournir une traction supplémentaire dans des conditions météorologiques glissantes, le système de crampons à glace italien est facile à utiliser. Les bottes, résistantes à l'eau, sont équipées d'une isolation 3M pour une chaleur accrue. Les bottes Pro-Tec comprennent une semelle intérieure cousinée amovible pour le confort et une poche avec un outil pratique pour rabattre facilement le système de crampon. Il est de se préparer pour l'hiver en découvrant la collection complète pour homme et femme.

UNE ADHÉRENCE HIVERNALE FAITE POUR DURER

**LE PNEU X-ICE^{MD} SNOW
DE MICHELIN^{MD}**



**TROUVEZ
VOS PNEUS**



VALIDE DU 26/09/22 AU 30/10/22

**ACHETEZ 4 PNEUS
MICHELIN^{MD} ET
ÉCONOMISEZ 130\$***

*130\$ de rabais à l'achat de 4 pneus MICHELIN^{MD} (valeur Michelin de 70\$ + 60\$ additionnels pour les membres). Offre valable seulement à l'achat de 4 pneus MICHELIN^{MD}. Cette offre ne peut être jumelée à aucune autre promotion Michelin ni à aucun autre programme d'achat. Offre valable seulement dans les entrepôts Costco du Canada et en ligne sur Costco.ca. Roues non incluses. MD utilisée en vertu d'une licence accordée par Price Costco International inc. © 2022 MAN(CJ). Tous droits réservés. (C19308 – 08/22)



MICHELIN

INFO MEMBRE

Nom

Leslie Bangamba

Ville

Red Deer, Alberta

Emploi

Créatrice de contenu sur la famille, le style de vie et la sécurité des enfants

Site web

lesliebangamba.com*

Aspect gratifiant de son travail

« Je sais que ce que je fais touche d'autres familles. Le fait de raconter mon histoire m'a permis d'entrer en contact avec des gens de tous horizons. Mon récit s'adresse aux parents et à quiconque se soucie de la sécurité des enfants. »

—Leslie Bangamba



© LESLIE BANGAMBA



G. : © MADISON JAMIE PHOTOGRAPHY

Mode sécurité

En avril 2020, Leslie Bangamba vidait le lave-vaisselle lorsque sa fille de 18 mois, Amélie, s'est effondrée. « J'ai vu ses yeux rouler vers l'arrière et son nez saigner. J'ai composé le 911 », raconte-t-elle.

Les jours qui ont suivi ont été extrêmement éprouvants. Les médecins ont découvert qu'Amélie avait ingéré une pile au lithium, causant de graves blessures : AVC et rupture de l'œsophage, de la trachée, de l'aorte et de l'artère carotide gauche. La fillette a subi une opération à cœur ouvert et

reçu plus de 4 L de sang. « Tout cela à cause d'une simple pile – de nos jours, on en trouve dans tant d'appareils », souligne M^{me} Bangamba.

Amélie s'est heureusement rétablie. Depuis, M^{me} Bangamba défend activement la sécurité des enfants et sensibilise les parents (d'enfants ou d'animaux de compagnie) aux dangers potentiels liés aux appareils du foyer. Sa recommandation?

« Passer la maison au peigne fin et inspecter les appareils couramment utilisés. »

—Naomi Hansen

Sens horaire, du haut :
Leslie Bangamba, son mari et ses enfants; Amélie bien rétablie; Amélie à l'hôpital après avoir ingéré une pile au lithium.

FIERS DE SOUTENIR



Fondation
cancer du sein
du Québec

Depuis 2005, Produits Kruger change la vie des femmes canadiennes et de leurs familles affectées par le cancer du sein. Produits Kruger est l'une des cinq plus grandes marques partenaires de la Société canadienne du cancer en faveur de la lutte contre le cancer du sein sur le plan de la contribution financière annuelle et des initiatives de sensibilisation.



FAIT ICI. POUR LES GENS D'ICI.^{MC}

Nous sommes fiers que nos produits de papier de marque Premium soient fabriqués au Canada*, par des Canadiens pour les Canadiens. De son siège social à Mississauga, en Ontario, Produits Kruger emploie 2 700 personnes dans ses 9 usines de fabrication à travers l'Amérique du Nord. Partout où nous intervenons, nous investissons dans nos communautés et dans l'environnement avec des initiatives de développement durable et des programmes caritatifs locaux.

*Fabriqué au Canada à partir d'éléments canadiens et importés.
© Marques déposées de Produits Kruger s.e.c. © Produits Kruger s.e.c., 2022.

AUSSI SUR COSTCO.CA
Art. 1424970 (Cashmere), 1654338 (Sponge towels)

ENCORE PLUS D'ÉCONOMIES

CHEZ COSTCO



**Il existe trois méthodes simples pour voir
les économies de Costco!**

- ✓ s'inscrire aux courriels sur **Costco.ca**
- ✓ télécharger l'**appli Costco** ou
- ✓ **balayer ici** pour voir les offres du jour



Télécharger dans
l'**App Store**



DISPONIBLE SUR
Google Play



KIRKLAND
Signature

PROPRES ET FRAÎCHES

— pour toute la famille —



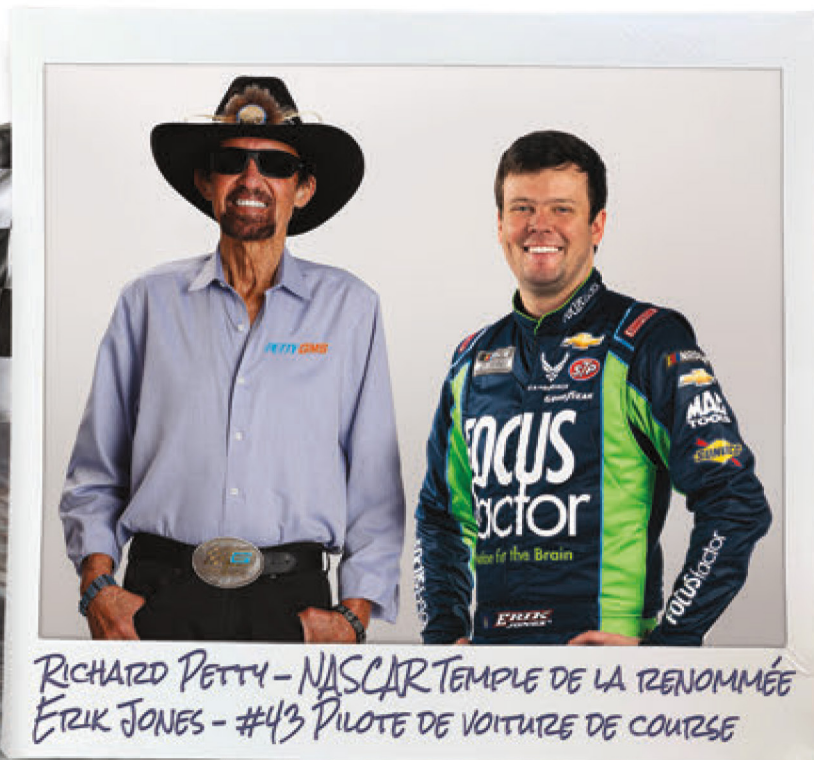
Ne pas jeter plus d'une lingette
par chasse d'eau

- ✓ Les lingettes sont fabriquées avec des matières végétales
- ✓ La formule contient des ingrédients dérivés de sources
- ✓ Sans liants chimiques, parabènes, phtalates ni alcool

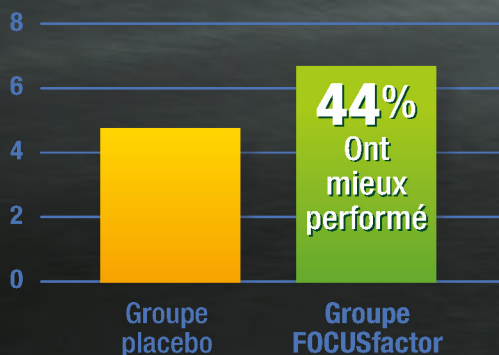
632 LINGETTES HUMIDES

- ✓ **MAINTENANT SANS PARFUM**
- ✓ Les lingettes sont fabriquées avec des matières végétales
- ✓ Meilleur nettoyage qu'avec seulement du papier hygiénique sec
- ✓ Sans liants chimiques, parabènes, phtalates ni alcool
- ✓ Très douces pour la peau
- ✓ Testées par des dermatologues

Pour gagner, il faut se concentrer. C'est pourquoi on fait confiance à FOCUSfactor.



Améliore la mémoire,
la concentration et le focus^{\$}



Amélioration de 4,5 mots à 6,5 mots au
niveau du rappel et de la mémoire à court terme.^{\$}



^{\$} Une étude clinique a démontré que les adultes ayant pris FOCUSfactor selon les instructions pendant six semaines ont amélioré leur mémoire, leur concentration et leur focus. L'étude a été menée par Cognitive Research Corporation, un organisme de recherche de premier plan spécialisé dans les effets des compléments alimentaires sur la cognition humaine.

2022 Toutes les marques de Petty GMS sont utilisées sous licence de RPAC Racing, LLC. dba Petty GMS.

"Erik Jones[®]" est une marque déposée de Paragon Racing, LLC.

Le nom et la représentation d'Erik Jones sont utilisés sous licence de RPAC Racing, LLC. dba Petty GMS.