

LE JOURNAL

Ski -SE- Dit

.info

L'INFORMATION DURABLE

Le journal communautaire de Val-David et ses environs
MAI 2018 - Vol. 45, n° 4 - 32 pages



Le d'œil
municipal

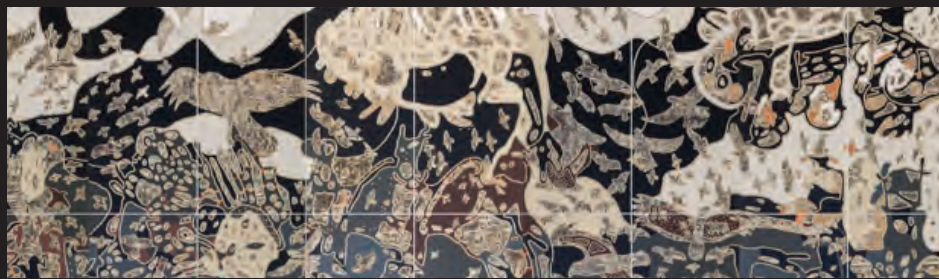
Lire page 19



C'est dans le mois de mai
En montant la rivière
C'est dans le mois de mai
Que les filles sont belles
(Chanson longtemps populaire au Québec)



Invitée du Marché : Julie Aubé,
nutritionniste gourmande. (Lire p. 25)



Les Rapaces de Derouin immigreront au Mexique. (Lire p. 29)



Reconnaissance pour un projet porteur.
(Lire p. 5)



Prenez le temps de lire... entre
les lignes! Lire nos chroniques,
ce n'est pas si bête...



La pérennité du marché.
(Lire p. 27)



Un gars de chez nous au Marais. (Lire p. 15)



Reines et princesses dans notre album souvenir. (Lire p. 16)

Depuis 45 ans avec passion



Expérience, énergie, dévouement

CAROLE RINGUETTE

Courtier immobilier, REMAX Laurentides inc.

cringuettecourtier@gmail.com

CELL. : 819-507-0297

Bur. : 450-229-6666

ACHETER ou VENDRE une maison est un art.
Celui de CRÉER UN LIEN DE CONFIANCE aussi.



RE/MAX

RONA SAINTE-ADÈLE
RIOPEL

2105, boul. Sainte-Adèle
450 229-3566

RABAIS

Jusqu'à

60%

Bois traité vert et accessoires



Quantité
limitée!

Dernière
chance!

ski-se-dit.info

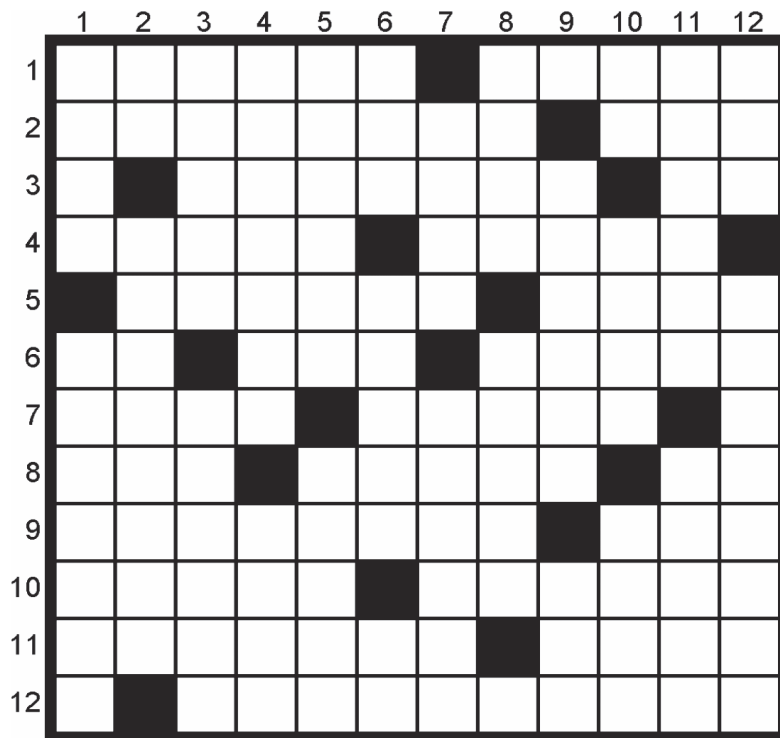


EXCLUSIF - mots croisés

Solution p. 10

Info: verbiencroises@gmail.com

Auteur: Pierre L. Mongrain



Horizontalement

- Cheval reproducteur - Ligne de feu.
- Anneau d'une annélide - Singe.
- Ester d'acide acétique - Avant deux.
- Suçoter - Entrelacement.
- Dépôt calcaire - Tunique de l'oeil.
- Après si - Pour boire - Divaguer.
- Entretoise - Au déjeuner.
- Chez la vache - En colère - Holmium.
- Bitume - Selle.
- Bifteck - Cercle autour de la lune.
- partei d'un ensemble - Alouette.
- Répandre du terreau.

Verticalement

- Diffusé - Démodé.
- Tellure - Relatif à l'utopie.
- Canneberge - Apparence.
- Taillader - Empressement.
- Loi du silence - Ascète oriental.
- Explicite - Paysan - Métal précieux.
- Râlement - Hydrocarbure saturé.
- Fromage de brebis - Liquide volatile.
- Stalle - Député.
- Squelette - Souïl - Extrémité.
- Haut-le-coeur - Salle.
- Soutient la coque - Chicanier.

LE JOURNAL Ski-SE-Dit

DEPUIS 45 ans avec PASSION

Le journal communautaire de Val-David et ses environs

2496, rue de l'Église, suite 200
Val-David (QC) J0T 2N0
Téléphone : 819 322-7969
Courriel : redaction@ski-se-dit.info

LISEZ VOTRE SKI-SE-DIT EN LIGNE!
TAPEZ : ski-se-dit.info
Lisez « Entre les lignes », une page exclusive sur le site Internet.



Année de fondation du journal Ski-se-Dit: 1973
Premier rédacteur en chef : Guy Leduc

Conseil d'administration :

Nathalie Cauwet, présidente
Jocelyne Aird Bélanger, vice-présidente
Richard Marleau, trésorier
Louise Duhamel, administratrice

Chroniqueurs et invités :

Jean-Patrice Desjardins
Louise Duhamel
Julie Duval
Marlene Gosselin
Robert Lafontaine
Dominic Lamontagne
Suzanne Lapointe
Judith Lavoie
Richard Claude Lauzon
Pierre Leblanc
Cyril Lepage
Liliflore

Monique Clermont
Chantal Martin
Manon Régimbald
Diane Seguin
Michelle St-Louis
Nicole Vézina

Merci à nos collaborateurs, à nos reporters et à nos membres de soutien.

Rédacteur en chef : Michel-Pierre Sarrazin

Responsable des comptes : Francis Hamel

Révision linguistique : Maryse Froment-Lebeau

Mise en page : Pixel Créatif 819 216-1436

Impression : Hebdo Litho

Représentante publicité : Isabelle Monette

Livraison commerciale : Ginette Durand et Jean-Marc Richard

Webmestre : Jean-Patrice Desjardins

TIRAGE 5000 exemplaires.

ATTENTION | ATTENTION | ATTENTION

Pour toute réservation publicitaire

Isabelle Monette :

819 323-6417

isabelle@ski-se-dit.info

PROCHAINE DATE LIMITE POUR ENVOYER PHOTOS ET TEXTES : 14 mai 2018

Note : la date de tombée est la date limite pour nous faire parvenir vos textes et photos (ne pas envoyer de courriels plus lourds que 3 meg, ils seront automatiquement rejetés).

PROCHAINE PARUTION : 7 juin 2018

VOICI LES 93 POINTS DE DISTRIBUTION DANS LA RÉGION OÙ VOUS POUVEZ TROUVER UN EXEMPLAIRE PAPIER DE VOTRE JOURNAL

SKI-SE-DIT : Val-David : Auberge du Vieux Foyer • Auberge Le Creux du Vent • Auto Vale Val-David • Bibliothèque de Val-David • Bio Sathva • Bistrot C'est la Vie • Bistrot des artistes • Bistrot Général Café • Bistrot Le Mouton Noir • Bistrot Plain Air • BMR Eugène Monette Inc. • Boutique Jeux Après-Ski • Brasserie & bistrot Le Baril Roulant • Bureau touristique La Petite Gare • Chalet Anne-Piché • Chalet Charlebois • Caisse Desjardins, succ. Val-David • Casse-Croûte du Parc • Centre d'exposition la Maison du Village • Chiropraticien, Dr. Charles St-Pierre • Clinique dentaire Dr Pitt • Coiffure Rita • Dépanneur Couche-Tard • Dépanneur des Vals Ultramar • École St-Jean-Baptiste • Fruits et légumes Val-David • Garage B. Grill et Fils inc. • Herboristerie La Clef des Champs • Institut de Beauté Marie-Denise Tremblay • Magasin Général • Mairie de Val-David • Kilomètre 42 • L'Avant-Val-David • Lézards Loco • Marchés d'été et d'hiver de Val-David • Mazda Val-David • Metro L. Dufresne et Fils • 1001 Pots • Pharmacie Familiprix Charland et Segard • ReMax Étienne Savard • Restaurant Clémentine • Restaurant La Table des Gourmets • Restaurant Le Villageois • Restaurant l'Express Océ • Restaurant Jack Rabbit • Restaurant O Cèdre • Restaurant Le Petit Poucet • Restaurant Tim Horton's • Restaurant Station Val-David • Restaurant Subway • Rock & Ride • Simon Grondin, chirurgien dentiste • Soupes et desserts • Sous toutes les coutures • Toyota Ste-Agathe • Les Voiles Nord Sud • Yann & Cie • **Sainte-Agathe-des-Monts** : Bibliothèque Gaston-Miron • Bureau du Député Claude Cousineau • Bureau + Martin • Bureau touristique Sainte-Agathe-des-Monts • Caisse populaire Desjardins • Centre de jardin La Jardinière • Couleur Café • Hyundai Ste-Agathe • La Colombe • Le Pommier Fleuri • Notaires Léonard, Pagé, Chailoux, Piché • Metro Ste-Agathe • Pavillon Philippe-Lapointe, C.S.S.S. • Pharmacie Brunet • Restaurant des Monts • Restaurant Julio • Restaurant La Gourmandine • Restaurant La Maison 1890 • S. Bourassa Ltée fruits et légumes • Tacl • **Sainte-Adèle** : Clinique médicale Ste-Adèle • IGA Ste-Adèle • Optique Expert du Nord • Pharmacie clinique médicale • Pixel Créatif • Restaurant Coeur de Provence • **Val-Morin** : Bibliothèque • Boulangerie Aux Trois levains • Cal's pizza • Marché Val-Morin • Municipalité de Val-Morin • Restaurant de la Petite Gare • Théâtre du Marais

DROITS DE REPRODUCTION : Les articles de ce journal peuvent être reproduits à condition de l'être intégralement et sous réserve que leur provenance soit indiquée. Toute autre forme d'utilisation du contenu de ce journal est interdite sans autorisation expresse de la rédaction.

ATTENTION : Ne pas envoyer de courriels de plus de 3 meg S.V.P.

Fonds de stabilisation et de consolidation des arts et de la culture du Québec

Le **Ski-se-Dit** reçoit l'appui du ministère de la Culture et des Communications.

Journal membre de

AMECQ
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

Tirage certifié
AMECQ

LE JOURNAL EST DISTRIBUÉ PAR PUBLISAC, EN PLUS DE LA DISTRIBUTION EN VRAC DANS LES ENDROITS HABITUELS. L'HORAIRE CI-JOINT EST SUJET À CHANGEMENTS. VÉRIFIEZ TOUJOURS LA PROCHAINE DATE DE PARUTION EN PAGE 2 DU JOURNAL POUR ÊTRE À JOUR.

TOMBÉE (Date limite pour recevoir votre matériel en fonction de la prochaine parution)	DISTRIBUTION Publisac et kiosque
11 juin 2018	5 juillet 2018
9 juillet 2018	2 août 2018
13 août 2018	6 septembre 2018
17 septembre 2018	11 octobre 2018
RELÂCHE (le journal n'est pas publié en novembre)	
12 novembre 2018	6 décembre 2018

Si vous désirez que vos communiqués ou annonces soient publiés dans notre journal, vous devez tenir compte des dates de tombée (date limite pour nous envoyer votre matériel, toujours indiquée en page 2 du journal). Certains frais peuvent être exigibles (voir grille de tarification).

NOUVEAUX TARIFS : Pour assurer sa survie, notre journal doit périodiquement ajuster le prix de ses espaces publicitaires pour être en mesure de suivre les fluctuations du marché. Ces augmentations sont mineures. En dépit de cet inconvénient, merci de rester fidèles à l'unique périodique communautaire de Val-David et ses environs qui donne la priorité aux annonceurs et aux lecteurs de chez nous.



David Graham
député fédéral • Laurentides—Labelle

D'ICI, POUR ICI

80A boul. Norbert-Morin (route 117),
Sainte-Agathe-des-Monts J8C 2V8
819-326-4724

424, rue du Pont, Mont-Laurier J9L 2R7
819-440-3091

1-844-750-1650
david.graham@parl.gc.ca • www.davidgraham.ca
/daviddegraham @davidgraham

ATTENTION | ATTENTION | ATTENTION

Pour toute réservation publicitaire

Isabelle Monette
819 323-6417
isabelle@ski-se-dit.info

ATTENTION | ATTENTION | ATTENTION

Le Ramonneur #1 des Laurentides...

VENTE
- Cheminées - Gains - Foyers
- Chapeaux - Accessoires

RAMONAGE PROFESSIONNEL
- Assurance responsabilité
- Services - Conseils

INSTALLATEUR LICENCIÉ
R.B.Q.: 8109-9939-20

APC
réno+maitre


ENTRETIEN DE CHEMINÉE
RÉAL AUDET
RAMONAGE • INSTALLATION

Depuis 1992

ST-ADOLPHE-D'HOWARD, QC
www.ramonage.ca

Téléphone / Télécopieur
819 327-3161

Avec plus de quinze ans d'expérience, M. Hébert offre ici même à Val-David une gamme complète de services en denturologie.



Consultation, fabrication, réparation et entretien de prothèses.

BENOÎT HÉBERT, D.D., DENTUROLOGISTE

CLINIQUE DENTAIRE VAL-DAVID
DR JEAN-FRANÇOIS PITT, chirurgien-dentiste
2350, rue de l'Église, VAL-DAVID | 819 322-9999



RALLYE HABITATION
Desjardins

VOUS RÊVEZ DE DEVENIR PROPRIÉTAIRE ?
Vos Caisses de la Rivière-du-Nord, de la Vallée des Pays-d'en-Haut, de Sainte-Agathe-des-Monts et de Mont-Tremblant, vous invitent au RALLYE HABITATION Desjardins !

- Jusqu'à 100 résidences dans le secteur des Laurentides.
- Activité organisée en partenariat avec divers professionnels : Représentants hypothécaires Desjardins et courtiers immobiliers.

DÉPART ET CONSIGNES :
Le samedi 12 mai, 9 h
Dans l'une des Caisses participantes

- Possibilité de préqualification hypothécaire sur place
- Tirage de prix de participation* et possibilité d'une remise de 1000\$ lors du déboursement de votre hypothèque chez Desjardins.

POUR INSCRIPTION :
819 326-2883 ou au
www.rallyehabitation.com

Bienvenue chez vous !

Desjardins

*Certaines conditions s'appliquent

www.tenuedelivreshamel.ca

FRANCIS HAMEL
819 325-3580

TENUE DE LIVRES HAMEL

IMPÔTS des particuliers et travailleur autonome

COIFFURE

Rita Service personnalisé pour Elle et Lui

L'ANZA MOROCCANOIL
AG hair
BIOLAGE
PAUL MITCHELL

Certificat-cadeau

2507, de l'Église, Val-David (Face au Métro)
819 322-5858
Heures d'ouverture
Mardi à jeudi 9h à 18h | Vendredi 9h à 20h | Samedi 9h à 16h

Schwarzkopf PROFESSIONAL

Votre enfant rencontre t-il des difficultés d'apprentissages ou relationnelles?

Conférence sur l'importance du mouvement et des réflexes primitifs dans les apprentissages
par Monique Clermont, massokinésithérapeute et consultante en RMT

Sujets abordés:

- L'importance du mouvement pour le bébé durant sa première année de vie
- Le RMT : Rééducation par le mouvement rythmique
- Façons de stimuler les ressources de son enfant
- L'impact d'un manque de stimulations proprioceptives, tactiles ou vestibulaires sur les réflexes primitifs

Le mardi 15 mai, 19 h
GRATUIT ET OUVERT À TOUS

Centre moveo | 1055, Rte 117, 2^e étage, Val-David
INSCRIPTION NÉCESSAIRE :
info@moniqueclermont.com • 819 324-8777



Joindre chaque mois nos 7 000 lecteurs pour 1 cent par lecteur, c'est payant. C'est aussi une façon de faire savoir à la communauté de Val-David que vous êtes là pour tout un chacun.

**SOUS TOUTES LES
COUTURES**

LISE CATAFARD | 819 322-1297

- Retouches et altérations de vêtements
- Cours de couture

1055 suite 101, route 117, Val-David (Qc) J0T 2N0
www.soustouteslescoutes.com

**INSCRIPTIONS
MAINTENANT**

**CAMP DE JOUR
DE COUTURE**
enfants/ados 9 ans et +

AUX CHOIX
les semaines du
9 juillet,
16 juillet
6 août
ou 13 août

INFOS : 819 322-1297

RE/MAX

FRANCE RADO
Courtier immobilier
REMAX LAURENTIDES
AGENCE IMMOBILIÈRE

Cell.: 819 321-5189
Bur.: 514 334-6666
france.rado@remax-quebec.com
francerado.com

Savoir-faire pour
une expérience inégalée!

Tranquillité

PICHENOTTE
JEUX RIGOLOS • JOUETS ÉCOLOS

**Pichenotte célèbre
son premier anniversaire
avec des activités et des ventes,
du 17 au 21 mai.
Soyez des nôtres!**



1310, rue Dion
angle rue de l'Église
819-320-0516
OUVERT TOUS LES JOURS DE 10 H À 17 H

info@lesjeux.ca

b v o n a
3 q g ? é
d m e y e
j 2 e a e
h c p s p
9 0 7 y z
é p d k v
P o { } & *
d e h s w
h g y d a
5 % c é ç
y b i f g
H & b n p
é a \$ k e
g t 9 u ä
w b 8 4 m
@ i 6 é « »
3 e e 2

**Révision
Correction d'épreuves
Traduction**

Maryse Froment-Lebeau
www.revisiondetextes.ca
fl.maryse@gmail.com
514 347-8634

CPA ORDRE DES COMPTABLES
PROFESSIONNELS AGRÉÉS DU QUÉBEC

Anne Monette, CPA

États financiers • Impôts • Tenue de livres

1271, rue Lavoie, Val-David (Québec) J0T 2N0
Tél./téléc.: 819 322-7247

WINDOWS - MAC - LINUX
IPHONE - IPAD - ANDROID

CTRL-ALT-MAT
Services informatiques

info@ctrl-alt-mat.com
450-675-4693

**DÉS NOUVELLES
DE NOUS EN PLUS**

Tapez ski-se-dit.info

L'information durable

**ASSEMBLÉE NATIONALE
QUÉBEC**

Claude Cousineau
Député de Bertrand

Porte-parole de l'opposition
officielle pour la famille

197, rue Principale Est, bureau 101
Sainte-Agathe-des-Monts (Québec) J8C 1K5
Tél.: 819-321-1676 / 1-800-882-4757
ccousineau-berr@assnat.qc.ca

RCS
ARPENTEURS GÉOMÈTRES
RADO • CORBEIL • DÉNÈREUX

519, RUE PRINCIPALE
SAINT-DONAT
QC J0T 2C0
TÉL.: 819 424-2815
TÉLÉC.: 819 424-5478

PETER RADO
B. SC. A., A.-G.
prado@rcgag.net
www.rcgag.net

18, RUE ST-HENRI EST
STE-AGATHE-DES-MONTS
QC J8C 1S9
TÉL.: 819 326-0323
1 877 226-0323
TÉLÉC.: 819 326-8157

Soli Terre
créateur de paysages

Gilbert Dionne
créateur de paysages
819-322-2876

Conception de plans et croquis
Réalisation d'aménagements paysagers
Services d'entretien horticole

www.soliterre.ca • info@soliterre.ca

**Institut
Marlène**
Plus de 30 ans à vous servir avec plaisir

- Soins esthétiques
- Électrolyse
- Produits de beauté

105, Principale Est
Ste-Agathe-des-Monts
819-321-7121
info@institutmarlene.com

Quand la beauté rencontre le mieux-être!

Prenez rendez-vous en ligne : www.institutmarlene.com

LA CAISSE DE SAINTE-AGATHE-DES-MONTS ET LA MANUFACTURE : Une reconnaissance importante



Michel Trottier, directeur général de la Caisse de Sainte-Agathe-des-Monts, et
Pierre Morin, président du conseil d'administration de La Manufacture

En mars dernier, la Caisse de Sainte-Agathe-des-Monts a été honorée dans le cadre du programme **Reconnaissance Desjardins**, dont l'objectif est de reconnaître et de célébrer les réalisations collectives exemplaires au sein du Mouvement Desjardins, et ce, grâce à son implication dans La Manufacture.

En effet, la Caisse de Sainte-Agathe-des-Monts a fait partie des tout premiers collaborateurs de La Manufacture en participant à l'étude de faisabilité d'un incubateur/accélérateur d'entreprises à Sainte-Agathe-des-Monts. Puis, convaincue de l'importance d'un tel projet pour la région, elle a su mobiliser le réseau et a obtenu l'appui financier des caisses de Mont-Tremblant, de la vallée des Pays-d'en-Haut, de Rivière-Rouge et de Trois-Vallées ainsi que du **Fonds de développement des régions et des groupes** de Desjardins. Ensemble, ils investissent un montant de 200 000 \$.

Michel Trottier, directeur général de la Caisse de Sainte-Agathe-des-Monts, soulignait : « Je suis heureux et fier de recevoir cette marque de reconnaissance. Grâce à cet investissement, de nombreux entrepreneurs régionaux profiteront des services d'un incubateur et accélérateur d'entreprises, ici, chez nous. L'appui régional à ce projet est un exemple probant de nos convictions coopératives! » Il a également souligné le travail d'équipe envers ce projet porteur qui permettra à nombre d'entreprises de voir le jour.

Pierre Morin, président du conseil d'administration de La Manufacture, ajoutait : « Au nom du conseil

d'administration, je tiens à féliciter et à remercier la Caisse de Sainte-Agathe-des-Monts et ses collaborateurs de Desjardins pour leur soutien majeur. Sans l'appui de partenaires comme celui-là, il aurait été difficile, voire impossible, de mettre sur pied un projet aussi ambitieux. La Manufacture est un projet collectif, structurant, qui contribuera à la diversification de notre économie et à la création d'emplois. C'est l'ensemble de notre économie régionale qui en sort gagnante. »

La Manufacture

Regroupée au même endroit, La Manufacture offre des espaces ainsi qu'une gamme complète de services personnalisés et d'accompagnement à prix concurrentiels. C'est l'occasion pour toute entreprise, en démarrage ou en phase d'expansion, de s'entourer d'un réseau d'affaires composé des meilleurs professionnels de leur industrie et de toutes les ressources nécessaires pour propulser leur projet d'affaires à un niveau supérieur : coaching, appuis financiers, services professionnels (finance, droit, marketing, etc.), espaces locatifs, formations, codéveloppement, et plus encore. Tout cela... inclus dans le coût de location!

Des espaces disponibles... à qui la chance!

La Manufacture peut recevoir, dans un espace de 20 000 pi², toute entreprise de fabrication ou de transformation alimentaire. Toute personne souhaitant recevoir des renseignements supplémentaires est invitée à communiquer directement avec nous au 819 774-3622 • MANUFACTURElaurentides.com

CULTIVER SON village



Quelques partenaires enthousiastes, de g. à dr. : Suzanne Rivard, CISSS; Bernard Généreux, directeur général, Municipalité de Val-David (MVD); François Handfield, UPA; Kathy Poulin, mairesse de Val-David; Danielle Savoie, REGAL +; Julie Duval, directrice des communications, MVD; Claude Paquin, MAPAQ; Joëlle Clark, citoyenne et gestionnaire du projet; Diane Seguin, Marché public des Laurentides; Marie Provost, membre du comité consultatif en environnement; Élise Martineau, MRC des Laurentides; Nadine Guénette, technicienne en environnement, MVD; Julie Bourgon, CDE

Le village de Val-David compte sur son territoire de nombreuses initiatives citoyennes d'agriculture urbaine, notamment avec ses nombreux jardins potagers aménagés dans les espaces publics avec le projet coordonné par la coopérative des Jardins du soleil levant *Cultiver son village*. Participent aussi à cette démarche nutritionnelle le marché public, les ateliers de jardinage mettant à contribution les élèves des écoles et du camp de jour, l'aménagement d'un frigo communautaire et, dernièrement, la Fête des semences, qui a connu un énorme succès.

Fort de toutes ces expériences, Val-David souhaite maintenant franchir un nouveau pas et se positionner résolument comme village nourricier. « Par cette initiative, explique la mairesse de Val-David, Kathy Poulin, la Municipalité souhaite renforcer les liens entre les écoles, le camp de jour, le comptoir alimentaire, le marché public, la coop du jardin collectif, les résidences pour aînés et les cuisines collectives, sans oublier l'ensemble des bénévoles qui désirent s'impliquer afin de créer un modèle de système alimentaire local et solidaire qui inclut la production, la transformation

et la distribution. Notre réglementation sera aussi ajustée afin de favoriser les pratiques d'agriculture. »

Une subvention de 9 325 \$ du programme d'appui au développement de l'agriculture et de l'agroalimentaire en région du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation (MAPAQ) rend possible l'élaboration de ce projet auquel sont associés de nombreux partenaires, notamment le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS), la Corporation de développement économique (CDE), la MRC des Laurentides, le Regroupement alimentaire des Laurentides (REGAL+), l'Union des producteurs agricoles (UPA) Outaouais-Laurentides, le MAPAQ, l'OBNL Marché public des Laurentides, qui gère les marchés de Val-David, ainsi que les entreprises locales, comme Croque Paysage, Violon et Champignon, Permex et la Clef des champs.

Cette démarche est basée sur des rencontres citoyennes pour définir les priorités et promouvoir ce mouvement de solidarité alimentaire.



MADA VAL-DAVID : Qu'on se le dise!

À compter de juin, le MADA (Municipalité amie des aînés) aura régulièrement sa chronique dans nos pages. Ce comité est un organisme composé de personnes dévouées et sensibles à la réalité et aux problèmes que connaissent les aînés dans notre monde à haute vitesse. Il est préoccupé de leur bien-être. Ressource importante de notre milieu, il applique, avec l'aide de

la Municipalité, les initiatives favorisant les contacts et les services, en s'inspirant du *Guide mondial des villes-amies des aînés* de l'Organisation mondiale de la Santé. Suivez leurs activités et leurs projets emballants dans nos pages dès le mois prochain.

En collaboration avec le service Loisirs et culture de la Municipalité de Val-David.

Votre
village
est mon
village



Anita Choquette

819-324-7017 | 819-322-9911

Votre complice immobilier | anitachoquette.ca



La nouvelle école à Val-David : « MAINTENANT, IL FAUT TRAVAILLER TOUS ENSEMBLE. »

Sébastien Proulx, ministre de l'Éducation

Construire une nouvelle école est un engagement qui doit avoir pour objectif l'essentiel, c'est-à-dire l'éducation des enfants. Sur ce point, le ministre Sébastien Proulx est très clair, dans un ouvrage qu'il vient de publier¹ aux Éditions du Septentrion. En particulier sur le rôle que doivent se donner les commissions scolaires dans cette démarche. « Les commissaires scolaires ont un rôle à jouer, écrit-il. Ils sont garants de la nécessaire cohérence qui doit exister entre l'école et nos milieux de vie. Ils doivent saisir la chance d'établir un contact direct avec la population et les autres artisans du réseau, non pas seulement en leur qualité d'employeurs, mais à titre de partenaires de la réussite des jeunes [...]. Il faut cesser de baisser les yeux sur les budgets, les contraintes, l'administration. Il faut lever les yeux sur les élèves, sur les artisans de la réussite. Il faut, par ailleurs, cesser de travailler tournés uniquement vers l'école, mais s'ouvrir à la communauté. Il faut prendre en charge tous les enfants, pas seulement les élèves et les adultes. Cela dépasse les inscrits. Il faut rencontrer les familles en amont de l'école pour les préparer adéquatement. Et travailler en collaboration avec la communauté, le milieu des affaires et la société civile. »

En d'autres termes : par-delà le coût de contrats, les retombées financières pour les entreprises régionales, le jeu des soumissions et les plans économiques municipaux, ce qui doit dominer la question est simple : les enfants d'abord! « S'assurer de l'intégrité des parcours éducatifs, que l'accès et les services sont offerts à tous et que les personnels éducatifs sont reconnus et qualifiés, précise le ministre. C'est de nos enfants qu'il est question. »

Certes, et quand les parents choisissent, comme à Val-David, un mode de vie où la proximité est un enjeu; quand les parents choisissent la qualité de vie « de village » plutôt que d'envoyer leurs bouts d'choux dans la grande usine à savoir centralisée, qui exige un temps toujours trop long de déplacement en autobus scolaire, ils ont raison. Notre société entière est en train de remettre en question la centralisation en proposant des modèles d'organisation sociale plus modestes et plus efficaces.

Dans le modèle suédois, qu'on cite souvent comme un de ceux qui fonctionnent le mieux, on va carrément dans le sens contraire de la centralisation décisionnelle : la jeunesse, considérée comme une richesse nationale, doit être consultée dans toutes les régions pour ce qui regarde les politiques du gouvernement central². Elle est appelée à intervenir, par le biais entre autres d'ONG locales, sur six questions essentielles : la société³, la municipalité, la coopération internationale, le marché du travail, l'entrepreneuriat et la croissance. Nous sommes encore loin de ce modèle, mais il peut être inspirant.

« Il faut une plus grande cohérence des actions, poursuit le ministre. Une meilleure intégration des efforts. Une responsabilité de tous les acteurs mieux assumée. Oui! Mais pour les élèves, et autour d'eux! »

Si nous pensons aux enfants, nous savons que pour eux, se rendre à l'école à pied ou en vélo fait partie du bonheur d'apprendre. Le temps ainsi gagné est une assurance pour l'avenir. Car même durant ce parcours, les tout-petits apprennent la vie, les oiseaux, les voisins, le village. Le choix n'a rien de difficile quand on place les enfants d'abord.

Ne sont-ils pas le ferment de la société de demain? (MPS)

¹ *Un Québec libre est un Québec qui sait lire et écrire*, Sébastien Proulx, ministre de l'Éducation, du Loisir et du Sport et ministre responsable de région de la Capitale-Nationale, Éditions Septentrion, 2018.

² *La politique de jeunesse en Suède*, Anna Stelling, diplômée de l'Institut d'études politiques de Paris et de l'Université de Lund, Suède. - Spécialiste du marché du travail et de la réforme de l'État, in *Revue des politiques sociales et familiales*, 2010.

³ Exemple de formulation : *Les jeunes doivent avoir de réelles possibilités de participer et de sentir que leur engagement, leur créativité, leur esprit critique sont utilisés comme une ressource dans la société; proposition 2004/05-2:142).*

Val Mode S'IMPLIQUE



Dans le cadre de la 15^e édition du Relais pour la vie, Madame Thérèse Turcot, de la Boutique Val Mode, à Val-David, offre la possibilité de se procurer des luminaires ou de faire un don directement à sa boutique. Ayant déjà dû vivre avec les méfaits d'un cancer, elle s'implique généreusement en acceptant de recevoir les gens désireux d'encourager la cause! Merci beaucoup Thérèse!

Il est temps de penser à former votre équipe et à vous joindre à l'événement qui se veut rassembleur et honorifique pour toutes les personnes ayant eu à affronter un verdict de cancer! Vous désirez rendre

hommage à un combattant de la maladie, célébrer son courage et aider à la recherche, c'est l'occasion idéale de le faire! Le 25 mai prochain, nous marcherons et partagerons de beaux moments au parc Lagny, à Sainte-Agathe-des-Monts! Joignez-vous à nous afin de sauver + de vies!

Pour plus d'informations, je vous invite à communiquer avec moi! Je me ferai un plaisir de vous aider en répondant à toutes vos questions!

Michelle St-Louis,
Présidente, Relais pour la vie 2018
819-322-1812



SI LE MAGAZINE **PROTÉGEZ-VOUS** LES RECOMMANDE!



LOCATION
49 \$ /SEM.
CIVIC DX 2018



LOCATION
76 \$ /SEM.
CR-V LX 2RM 2018



PENSEZ ÉLECTRIQUE!
À PARTIR DE 34 600\$
HONDA CLARITY 2018



PASSEZ NOUS VOIR 2020, Route 117, Val-David - 819.320.0068 - 1.877.326.1717 - www.hondasteagathe.com

UNE ENTREPRISE FAMILIALE RECOMMANDÉE PAR



LETTRE OUVERTE AU MAPAQ : Changer les règles pour permettre le développement

L'agriculture au Québec, c'est l'affaire de tous. Et plus le temps passe, plus il devient évident que sans certains changements dans l'actuelle approche réglementaire, c'est une affaire qui n'a aucun avenir. À l'heure où Val-David place au centre de ses priorités de devenir un « village nourricier », la refonte de la politique bioalimentaire du MAPAQ doit être revue et corrigée. C'est du moins la conviction d'Amélie Dion et de Dominic Lamontagne, producteurs et transformateurs résidents de Sainte-Lucie-des-Laurentides et engagés depuis des années dans une lutte à finir pour redonner aux fermes artisanales du Québec une véritable raison d'être et de se développer. Voici un résumé de leur plus récente démarche (on peut trouver le texte complet de leur Demande au MAPAQ sur le site internet du journal).

La Politique bioalimentaire 2018-2025 du MAPAQ prétend s'articuler autour de quatre orientations :

- Une offre de produits répondant aux besoins des consommateurs;
- Des entreprises prospères durables et innovantes;

- Des entreprises attractives et responsables;
- Des territoires dynamiques contribuant à la prospérité du bioalimentaire.

Or, la Politique ne prévoit aucune modification sérieuse au contexte législatif actuel.

Il est de notre avis que les orientations proposées par le MAPAQ seront inarticulables sans la volonté politique d'amender :

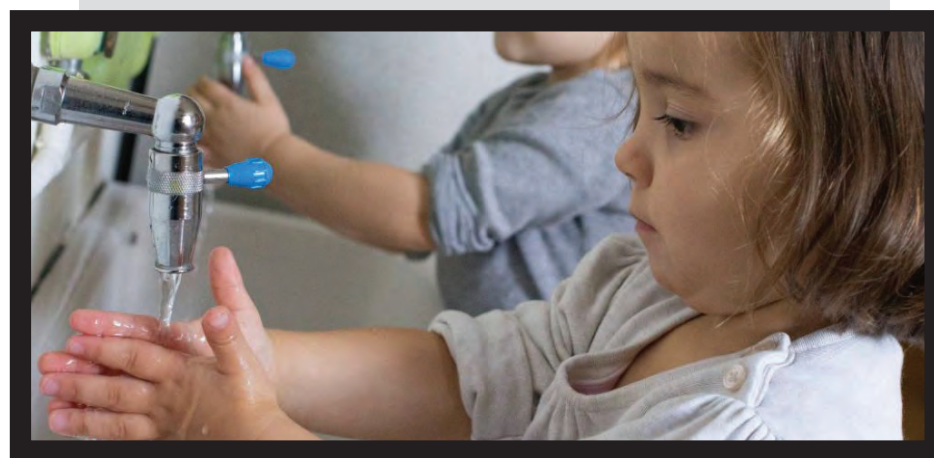
- la loi sur la mise en marché des produits agricoles (M-35.1);
- la loi sur les producteurs agricoles (P-28);
- la loi sur les produits alimentaires (P-29).

Les orientations de la nouvelle Politique bioalimentaire seront essentiellement irréalisables sans une volonté politique sérieuse de permettre et d'encadrer la production, la transformation et la mise en marché de produits agricoles artisanaux. Pour cette raison, nous soumettons au MAPAQ un document explicitant notre demande de modification des règlements qui ne permettent pas actuellement la transformation et la mise en marché adéquate des produits agricoles artisanaux.

Pour lire le texte exact de cette demande :

<http://www.enpleinegueule.com/francais/lafermeimpossible/DemandesMAPAQ2018.pdf>

Pour votre info :
**LE LAVAGE DES MAINS À L'EAU FROIDE
élimine aussi efficacement les germes
que le lavage à l'eau chaude!**



Une étude* récente parue dans le *Journal of Food Protection* conclut en effet que pour débarrasser les mains de leurs microbes, la qualité du lavage ne dépend ni de la température de l'eau (entre 15 °C et 38 °C dans l'étude) ni du type de savon utilisé (antimicrobien ou pas), mais uniquement du temps de frottement des mains rincées et savonnées. Ainsi, les auteurs de l'étude recommandent de bien rincer vos mains à l'eau froide, de les savonner et de les frotter ensemble jusqu'à ce que vous n'y perceviez plus de saletés, puis finalement de les rincer à l'eau froide. Lorsque vos mains ne sont pas recouvertes

de saletés perceptibles, 10 secondes de frottement suffisent à éliminer les microbes qui peuvent s'y trouver.

*Dane A. Jensen, David R. Macinga, David J. Shumaker, Roberto Bellino, James W. Arbogast, et Donald W. Schaffner (2017). « Quantifying the Effects of Water Temperature, Soap Volume, Lather Time, and Antimicrobial Soap as Variables in the Removal of *Escherichia coli* ATCC 11229 from Hands ». *Journal of Food Protection*: juin 2017, vol. 80, n° 6, pp. 1022-1031.

Info : Dominic Lamontagne, Sainte-Lucie-des-Laurentides



RAPPEL

Le Club des Val-Heureux de Val-David vous invite à assister à l'assemblée générale annuelle du Club le mardi 15 mai 2018 à 13 h 30 à la salle communautaire (église). Il y aura un dîner à midi avant ladite assemblée.

Le Club des Val-Heureux vous invite aussi au souper et à la soirée de fin d'année, qui se tiendront à la salle communautaire le samedi 19 mai 2018 à 18 h.

Gilles Bourret, trésorier



1701, route 117
Sainte-Agathe-des-Monts

819 321-3777
hyundaisteagathe.com

**La voiture offrant
le meilleur rendement
énergétique au pays.**

IONIQ hybrid



**À partir de
24 299 \$**

Le BONHEUR dans tous ses états

DEUXIÈME PARTIE

« Pendant que l'on attend de vivre, la vie passe. »
- Sénèque

Michel-Pierre Sarrazin

Il arrive parfois que certains se sentent agacés par le bonheur d'autrui. Surtout chez les personnes qui se placent en situation de rivalité. Ces individus se réjouissent de l'épreuve ou de l'échec de l'autre, car ils y voient une concurrence sur le plan professionnel ou affectif.

Le bouddhisme explique que cet esprit de rivalité est un poison qui rend le bonheur dépendant des autres selon une spirale négative : heureux quand ils échouent, malheureux quand ils réussissent. Une des clés de la sérénité consiste à ne plus se comparer, à se départir de l'esprit de rivalité, à chercher à surmonter toute jalousie, semble-t-il. Spinoza : « Quand chaque homme cherche le plus ce qui est utile à lui-même, alors les hommes sont le plus utile les uns aux autres. » Il est vrai que de se sentir utile, ça crée du bien-être.

Finalement, si l'on en croit les philosophes, il faut être... philosophe. « Le paradis terrestre est où je suis », déclare Voltaire. Il annonçait ainsi la modernité des idées, les révolutions successives de l'individualisme. Il y a 150 ans, l'individu qui cherchait le bonheur était encore imprégné des grands idéaux collectifs (la révolution sociale, le syndicalisme, les luttes égalitaires incarnées par des stars comme Trotsky à l'est, Jaurès en France, John L. Lewis aux É.-U.). Puis, plus près de nous dans le temps, l'individualisme s'est mis à rétrécir comme une peau de chagrin. Il se réduit au milieu du siècle dernier à un certain narcissisme. La machine industrielle l'encourage. Elle fabrique à la chaîne des superhéros qui sont, sous des dehors missionnaires, les rois de



la consommation. Chacun n'est plus préoccupé que par son plaisir immédiat, sa réussite personnelle et par la défense de ses intérêts. Le romancier Michel Houellebecq les a bien décrits : ils sont apathiques, égoïstes, frustrés, cyniques, adeptes d'un hédonisme sans joie : après moi, disent-ils, le déluge.

Et puis, avec le nouveau siècle, un nouvel individualisme apparaît lentement : quelque chose commence à changer dans les années 90-2000. Le développement personnel se démocratise, inspiré par une redécouverte des philosophies orientales et occidentales. Elles sont associées aux mouvements altermondialistes et aux forums sociaux : la conscience écologique, la solidarité à l'échelle planétaire surgissent avec des mouvements comme le microcrédit, la finance solidaire ou des « vagues de rue » de solidarité, rendues possibles grâce aux réseaux sociaux, comme *Les Indignés* en Espagne, *Occupancy* aux États-Unis, *#metoo*, le Printemps arabe ou, plus près de nos campagnes, le retour à la case politique lancé à l'automne 2016 comme un cri : « Faut qu'on se parle », avec J.-M. Aussant, Maitée L.-Saganash, G. Nadeau-Dubois et A. Vadeboncoeur. On veut démontrer que la recherche du bonheur individuel n'est pas nécessairement disjointe de son inscription dans la cité et du souci du bien commun. Car le bonheur individuel, nous l'avons vu (lire dans

notre édition d'avril), est contagieux. À l'opposé, nous le voyons avec les pays du Moyen-Orient qui se déchirent : « nul ne peut être durablement heureux dans un monde dangereux où la sécurité des biens et des personnes n'est pas garantie ». Une idée qui a cent ans mais qui tient toujours la route. John Stuart Mill¹ dit : « l'intérêt de chacun réside dans le bonheur de tous ».

Si les Américains ont inscrit dans leur déclaration d'Indépendance que la recherche du bonheur était un droit fondamental, ils n'ont pas pu y adjoindre la recette. Puisque, bien entendu, il n'y en a pas une mais autant qu'il y a de grains de sable dans l'océan. Et si les neurosciences nous ont appris, ces dernières années, que le niveau de bonheur de chacun est déterminé à 50 % par les gènes, à 10 % par des facteurs extérieurs et à 40 % par le pouvoir que chacun a de changer, les chances pour être heureux en ce monde sont plutôt bonnes, à condition de faire preuve de modestie dans ses aspirations. Je serais tenté de paraphraser ici la fameuse métaphore de la recette de vinaigrette selon Georges Blanc, qui me vaut toujours des compliments quand c'est à moi de faire la salade. Elle dit : pour faire une bonne vinaigrette, il faut un généreux pour l'huile, un avare pour le vinaigre, un sage pour les épices et un fou pour brasser le tout. Ce qui pourrait donner : être

généreux avec les autres, avare de ses regrets, sage dans ses décisions et un peu fou avec les conventions. Mais, libre à vous de choisir une autre interprétation mieux adaptée à votre environnement.

Chose certaine, ce qui nous apporte le plus de joie, ce sont souvent les choses simples de la vie : les rencontres, la sollicitude, la gratitude, le jeu. Et cela est certes commun à toutes les cultures. D'ailleurs, dans notre prochaine édition, nous verrons comment, chez d'autres cultures, le bonheur s'articule autour de cette simplicité des coutumes. Nous verrons comment le bonheur, en Éthiopie, c'est la cérémonie du café ; à Tokelau, dans le Pacifique Sud, il consiste à répartir la pêche du jour en fonction des besoins de chacun ; ou encore, dans les Caraïbes, il s'agit de commencer la journée en dansant le calypso tout nu devant son chat ! Et ainsi de suite. En Italie, on a l'habitude de faire une promenade d'un quart d'heure avant le dîner. Voilà sans doute une façon pleine de sagesse de vivre un moment de bonheur avant d'en vivre un autre à table, avec les siens. Et comme le disait si justement le grand Denis Diderot, vers 1780 : « Il n'y a qu'un seul devoir : se rendre heureux. » À condition, bien sûr, que cela ne devienne pas un fardeau ou un instrument de marketing. Pourquoi faut-il que le sourire soit obligatoire dans tant de pubs, et le rire aux éclats indispensable aux émissions de divertissement télé ? Sans doute pour faire équilibre au malheur des nouvelles en direct.

Alors qu'il suffit, en mai, à Val-David, de prendre le temps de regarder les oiseaux refaire leurs nids.

¹ John Stuart Mill (1806-1873), philosophe, logicien et économiste britannique, est considéré comme un des penseurs libéraux les plus influents du XIX^e siècle. Précurseur du féminisme, de l'économie classique et d'une pensée de l'éthique, il est l'auteur d'un des premiers grands traités sur la démocratie, *Considérations sur le gouvernement représentatif* (1861).



MITSUBISHI MOTORS
Réalisez vos Ambitions

OUTLANDER PHEV 2018

ÉLECTRIQUE | HYBRIDE | 4 roues motrices AWD

À PARTIR DE
42 998⁰⁰
- 4 000⁰⁰
Subvention gouvernementale
38 998⁰⁰
1 800⁰⁰
Transport, préparation, taxe A/C
40 798⁰⁰ + TX





Giroux MITSUBISHI

MITSUBISHI-MOTORS.CA

76, rue Préfontaine Est, Sainte-Agathe-des-Monts, Québec

819 326-1615 | www.girouxmitsubishi.ca

LES VÉHICULES LES MEUX PROTÉGÉS

5 ans/100 000 km

5 ans/100 000 km

ALU PROTEGÉ

5 ans/kilométrage illimité

MIEUX CONSTRUIT. MIEUX GARANTI.



GÉRER SON STRESS OU APPRENDRE À gérer son confort?



« Savoir ce que l'on fait pour faire ce que l'on veut. »
– Moshe Feldenkrais

Sous la pression des nombreux stress accumulés, nous agissons souvent sans avoir conscience de notre manière de bouger. Nous oublions de respirer et nous développons des habitudes corporelles répétitives et rigides, qui génèrent à leur tour davantage de stress. Le cercle se fait vicieux, le corps devient douloureux : mal au cou, au dos, au bas du dos, migraine, insomnie... s'ensuit la mise en place de mouvements compensatoires, la spirale de l'inconfort s'intensifie, et nous nous utilisons de façon toujours plus inadéquate, en dépensant trop d'énergie pour accomplir le moindre geste.

On peut dénouer cette impasse en apprenant à gérer notre confort grâce à la pratique d'une approche globale du corps par le mouvement, la méthode Feldenkrais^{md}, approche d'éducation somatique.

L'éducation somatique, champs disciplinaire relativement nouveau dont le nom est apparu dans les années 1970, s'intéresse à l'apprentissage de la conscience du corps et au développement de l'intelligence corporelle pour un meilleur usage de soi. On aborde le corps d'un autre point de vue: passer du corps-machine sur lequel on intervient de l'extérieur **au corps ressenti de l'intérieur**. Le corps n'est pas un objet, mais un sujet, un soma. On procède avec lenteur, finesse et sensibilité, le mouvement est guidé, il n'y a pas de modèle à imiter, plutôt une sensation à découvrir à partir de sa propre expérience. Les leçons se déroulent en position allongée au sol, en position assise ou debout, et chaque participant(e) travaille à son rythme, selon son habileté personnelle. Il s'agit ainsi d'apprendre à porter son attention sur ce que l'on fait et surtout sur comment on le fait. Nous apprenons à garder une part de notre attention pour notre posture, pour notre relation à la gravité, pour notre respiration (trop souvent superficielle ou

inconsciente). Sentir et ressentir ce qui se passe concrètement en soi et varier nos façons de faire. Et à partir de ses propres indices (signaux) d'inconforts qu'on se donne à soi-même on peut s'auto-réguler, s'auto-corriger à travers notre action.

On évoque maintenant au plan scientifique la plasticité du cerveau et du système nerveux. Par le mouvement conscient, nous pouvons contribuer à cette plasticité et stimuler notre intelligence, que ce soit pour mieux marcher, atténuer les inconforts liés à la pratique sportive ou artistique, gérer le stress, ou encore récupérer d'un accident et prévenir certains effets du vieillissement. Une sorte de gymnastique neuronale pour les muscles et le cerveau, accessible à tous, quels que soient l'âge ou le champ d'activités : jeune ou retraité, sportif ou sédentaire, artiste ou travailleur manuel.

Au fur et à mesure de notre progression, la respiration se libère; le moule des habitudes se casse, toujours en douceur; le mouvement s'assouplit, s'amplifie, et la vitalité s'accroît, en même temps que la conscience de soi.

Le cerveau et le corps sont un peu rouillés? L'éducation somatique peut ouvrir le chemin à un style de vie plus actif qui nous respecte et nous connecte de la tête aux pieds. La méthode Feldenkrais^{md} peut nous offrir une préparation pour que la marche, le vélo ou la course soient plus agréables. Elle permet ainsi de mieux organiser notre action, nos mouvements, de retrouver une souplesse et d'expérimenter le plaisir de bouger. Alors, pourquoi ne pas apprendre à gérer votre confort?

Infos pour les cours ou ateliers : Chantal Martin, éducatrice somatique avec la méthode Feldenkrais (AFQ) et massothérapeute (FQM)
chantalmartin.info@gmail.com
514 606-7000 | www.massagefeldenkrais.com

UN ÉVÉNEMENT MAGIQUE à l'église de Val-David



Le 22 mars dernier, la chorale du Collectif Sortie 76 a rassemblé la communauté dans l'église du village, pleine comme jamais, pour son spectacle-bénéfice ciblant les organismes soutenus par le collectif. Ces organismes sont L'Ombre-Elle, La Colombe, L'Élan CALACS et L'Envolée RASM. La chorale était accompagnée d'un band pop et a interprété des pièces de plusieurs artistes; entre autres Jorane, Daniel Lanois, Charbonniers de l'enfer, Chloé Sainte-Marie étaient au programme. Pour l'ouverture, la chorale a offert une flamboyante interprétation du fameux *Shine on You Crazy Diamond*, de Pink Floyd.

Mme Isabelle Labrecque, chanteuse de formation classique habitant à Val-David, dirige depuis déjà huit ans cette chorale surtout composée de femmes. Les prestations de ce groupe se déroulent dans la joie et le plaisir, ingrédients de base du chant choral, selon sa directrice. On a pu entendre la chorale du Collectif Sortie 76 au cours des dernières années au Marché des Sorcières, aux nombreux *jukebox* du Marais, en ouverture des Monologues du Vagin au Théâtre du Marais ainsi qu'au bistro le Mouton Noir.

Cette année, l'objectif de collecte de fonds était ambitieux, mais à la suite de sa performance du 22 mars, la chorale a pu remettre au Collectif Sortie 76 un chèque de plus de 3000 \$.



Pour les citoyens qui ne savent pas que les activités du collectif ont lieu chaque année en mars, soulignons que toute implication dans la création de nouveaux événements ayant pour but le rayonnement, l'entraide, le soutien aux femmes dans le besoin est bienvenue.

Pour autres infos : <https://collectifsortie76.com/> • Le collectif Sortie 76 - Accueil | Facebook • <https://fr-ca.facebook.com/collectifsortie76/>.



BOUDRIAS ÉQUIPE

Ensemble au bout de vos rêves immobiliers

www.equipeboudrias.ca

Courtiers immobiliers • résidentiel & commercial
Agences Remax Laurentides, De L'Avenir & Sélection

aboudriasimmobilier@gmail.com • nboudrias@live.ca
819-321-9492 • 450-822-2767 • 514-334-6666

MONIQUE CLERMONT ET LE MOUVEMENT RYTHMIQUE : À la recherche des réflexes perdus

Michel-Pierre Sarrazin

On ne peut pas faire autrement que de remarquer sa ressemblance avec Josée di Stasio. Même charisme, même expression énergique et ouverte. Éducatrice depuis plus de 35 ans auprès des adultes et des enfants, Monique Clermont a aidé des centaines de petits (et de grands) enfants à grandir heureux. Quelle est sa recette? Le mouvement, source de *tous* les apprentissages, grâce surtout à une technique émergente, ici, le RMT¹, pour *rhythmic movement training*. Essentiellement, il s'agit d'utiliser une série de mouvements de base, les mêmes que ceux exécutés par les bébés et les jeunes enfants et qui forment l'alphabet des réflexes. Car tout ce que nous sommes, petits ou grands, dépend de nos réflexes à tout moment, pour notre développement et notre fonctionnement physique, émotionnel et cognitif. Autrement dit : pour être heureux, il faut de bons réflexes! Et les réflexes, ça se développe, ça se cultive, ça se corrige. Pourquoi est-ce important? Jugez plutôt :

Chez l'enfant

Les réflexes non développés ou incomplètement intégrés retardent le développement. Le TDA-H, la dyslexie, l'inattention, les difficultés du langage, de l'écriture, les difficultés d'apprentissage, de compréhension et de concentration, les problèmes moteurs, d'équilibre émotionnel ou les troubles du comportement indiquent un déficit quant aux réflexes qui guident le développement. Selon Monique Clermont, l'entraînement RTM peut aider à remédier à ces problèmes et épauler l'enfant pour qu'il tempère mieux son niveau d'activités. En fait, la thérapeute établit un « bilan des réflexes » de l'enfant à l'aide d'un questionnaire et d'une séance de mouvements rythmiques que l'enfant poursuivra à la maison. Ce programme sur mesure renforcera chez



Pour en savoir davantage sur le sujet : s'inscrire à la conférence de Monique Clermont le mardi 15 mai à Val-David, chez Moveo, 1055, route 117, à 19 h, à l'étage.

lui le sentiment de sécurité intérieure et stimulera son sens de l'équilibre, tout en permettant, le cas échéant, d'améliorer la posture, la respiration et l'endurance.

Chez l'adulte

Il est possible que des réflexes bien intégrés resurgissent après un choc, un AVC, un traumatisme ou une maladie comme le Parkinson, par exemple. On peut récupérer ces acquis en travaillant à nouveau ces réflexes.

« Il ne s'agit pas de se lancer dans un programme exigeant et stressant qui bouleverse toutes nos habitudes, d'expliquer Madame Clermont. Le travail d'intégration des réflexes passe par une gamme de mouvements très simples, soit passifs, soit actifs, inspirés des premiers mouvements de l'enfance et adaptés à chaque personne. Les effets de cette technique sont pourtant spectaculaires. On peut améliorer ainsi des mécanismes de compensation liés à la difficulté d'organisation, à la procrastination, à la fatigue chronique, à l'épuisement professionnel, pour n'en citer que quelques-uns. Par le mouvement et grâce à la plasticité du cerveau², on peut à tout moment stimuler les bonnes connexions et permettre aux différentes aires cérébrales (zones

d'activités) de mieux communiquer entre elles. On peut de cette façon corriger ou améliorer des postures entraînant des malaises physiques, comme les maux de dos chroniques, le mal des hauteurs, l'hypersensibilité sensorielle ou émotionnelle, le mal des transports, les phobies, la maladresse ou l'intolérance au stress. »

Tous les bébés, pour sortir de l'utérus et s'adapter au monde, doivent absolument apprendre à utiliser leur corps d'une manière optimale. On trouve parfois attendrissant ou amusant de voir un bébé gigoter ou faire de grands gestes avec les bras, comme s'il nageait, ou pédaler dans le vide avec frénésie. Ne nous y trompons pas : ces gestes apparemment désordonnés sont en réalité une série de mouvements qui permettent au nouveau-né d'utiliser au mieux ses muscles et de développer ses réflexes primitifs. C'est en étudiant ces mécanismes et leur extrême utilité dans le

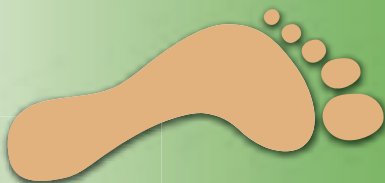
développement futur de l'enfant que les créateurs de la technique RMT ont pu élaborer un programme d'apprentissage susceptible de redonner à chacun, enfant comme adulte, des réflexes posturaux efficaces³. Car les réflexes primitifs se mettent en état de veille dès l'enfance et sont remplacés par des réflexes posturaux qui nous accompagnent toute notre vie.

« L'apprentissage, dit Monique Clermont, c'est le mouvement. Comme massokinésithérapeute et éducatrice, j'ai pu constater par la pratique et par la facilité avec laquelle on peut se les approprier que les mouvements rythmiques RMT sont d'excellents outils pour aider nos enfants à mieux harmoniser leur corps et leur cerveau. C'est aussi par ces mouvements rythmiques que nous pouvons modifier chez l'adulte certains comportements inadaptés. Nous savons que la santé passe par ce principe d'alternance entre l'activité physique et l'activité mentale. Pour avancer dans la vie, il convient d'avoir des réflexes bien intégrés, car ils entretiennent notre sentiment de sécurité, d'équilibre, de plaisir. »

Monique Clermont, consultante en mouvements rythmiques RMT • 819 324-8777 •
info@moniqueclermont.com •
moniqueclermont.com



Soin de pieds Martine Guay



- Soins pour diabétique
- Inconfort, callosités
- Soins des cors, durillons
- Prévention d'ongles incarnés
- Coupe et amincissement d'ongles

SAINTE-ADÈLE

450 229-9080 | 819 327-2616

www.mgpied.com

SOLUTION
MOTS CROISÉS

GRILLE DE LA PAGE 2

1	E	T	A	L	O	N		F	R	O	N	T	
2	M	E	T	A	M	E	R	E	S	A	I		
3	I	A	C	E	T	A	T	E		U	N		
4	S	U	C	E	R	L	A	C	I	S			
5	T	A	R	T	R	E		U	V	E	E		
6	D	O		E	A	U		E	R	R	E	R	
7	E	P	A	R		R	O	T	I	E		G	
8	P	I	S		F	A	C	H	E		H	O	
9	A	S	P	H	A	L	T	E		B	A	T	
10	S	T	E	A	K		A	R	E	O	L	E	
11	S	E	C	T	I	O	N		L	U	L	U	
12	E		T	E	R	R	E	A	U	T	E	R	

¹ Technique d'exercices physiques développée en Suède par le thérapeute Kerstin Linde et le psychiatre Harald Blomberg et largement répandue en Europe.

² La plasticité du cerveau (neuroplasticité, plasticité cérébrale ou neuronale) désigne la capacité de ce dernier de modifier l'organisation de ses réseaux de neurones (cellules nerveuses) en fonction des expériences vécues.

³ Précisons que les réflexes se forment en trois phases : l'émergence, la maturation et l'intégration. L'émergence se fait *in utero*, soit dans les premiers mois de la vie; la maturation suit la naissance, a une durée variable, et est aidée par les

stimulations vestibulaires (l'information que reçoit le corps lorsqu'il est en mouvement ou soumis à la pesanteur), tactiles, sensorielles ou par les mouvements du bébé. L'intégration se poursuit jusqu'à 1 an dans l'ensemble et jusqu'à 3 ans pour certains réflexes plus spécifiques. Tous ces mouvements du bébé ainsi que les stimulations qu'il reçoit lui permettent de créer des connexions neuronales et de connecter entre elles les différentes aires du cerveau. Même si tous ces éléments sont en place à la naissance, il reste à les connecter, et c'est le mouvement qui le permettra.

Chronique beauté : RENFORCIR LE SYSTÈME IMMUNITAIRE DE LA PEAU, C'EST POSSIBLE!

Marlène Gosselin
Institut Marlène

Avec les années, les signes du temps qui passe apparaissent sur le visage. L'aspect et la qualité de la peau sont altérés : manque de fermeté, teint terne et non uniforme, manque d'éclat, car l'activité cellulaire et l'activité du système immunitaire de la peau sont ralenties. Les mécanismes de défense naturelle combattent moins efficacement les agressions internes et externes responsables du vieillissement prématuré. Comme l'activité et le renouvellement cellulaires sont ralentis, l'apparition des signes de l'âge est accélérée.

Heureusement, certains soins non invasifs en institut viennent pallier tous ces désagréments. Ces soins renforcent le système immunitaire de la peau. Ils agissent à toutes les couches de l'épiderme pour gommer l'ensemble des signes de l'âge : rides et ridules, perte de fermeté, perte d'éclat et taches pigmentaires.

Pendant le soin, de précieux actifs anti-âge agissent directement sur les signes de vieillissement :

- La vitamine C pure contribue à éclaircir les taches pigmentaires, stimule la synthèse de collagène et a une action antioxydante pour un effet exceptionnel sur l'éclat;
- Les sphères de comblement d'acide hyaluronique comblent les rides et ridules;
- Le pro-collagène est un actif clé qui stimule la synthèse de collagène et lutte contre le relâchement cutané.

En moins d'une heure, le visage semble avoir perdu plusieurs années, les rides et ridules sont immédiatement lissées, la peau est raffermie et le visage retrouve son éclat.



Pour prolonger les bienfaits de ce type de soin, il est préférable d'utiliser quotidiennement à la maison des produits adaptés à votre peau et à vos objectifs beauté qui agiront en synergie avec le soin en institut.

Voici certains actifs de produits à rechercher pour immuniser la peau contre les effets du vieillissement :

- L'Immune Complex protège les cellules de Langerhans, garantes du système immunitaire de la peau et de la jeunesse cutanée, ainsi que les fibres d'élastine et de collagène.
- L'ATP (adénosine triphosphate), pour sa part, recrée l'activité cellulaire de la peau plus jeune et délivre l'énergie essentielle aux fonctions vitales des cellules.
- L'actinergie augmente la consommation d'oxygène de la cellule pour stimuler son métabolisme, la vitamine C stabilisée donne de l'éclat en lissant le relief cutané et en corrigeant les défauts de pigmentation, et les actifs biologiques recréent le milieu de vie cellulaire favorisant la croissance, la régénération et la longévité des cellules.

Et le conseil que je donne toujours, été comme hiver : utilisez une protection solaire, préférablement un écran minéral, qui protégera votre peau contre les rayonnements des UV en les bloquant pour éviter l'apparition des taches pigmentaires et le vieillissement prématuré. Je vous souhaite un très beau printemps!

Institut Marlène
819-321-7121

Centre
de Jardin

La Jardinière

Sainte-Agathe

OUVERT

7 jours / 7

DE PÂQUES À NOËL

La Fête des Mères

ARRIVE À GRANDS PAS !

GÂTEZ VOTRE MAMAN
EN LUI OFFRANT

de magnifiques fleurs
ou des fines herbes
pour son pur bonheur !

1300, PRINCIPALE EST, SAINTE-AGATHE-DES-MONTS | 819 326-8826 | LAJARDINIERE.CA

CHRISTINE ET son chocolat



Depuis qu'elle a choisi de faire du chocolat, elle gagne tous les concours haut de gamme. La courageuse et merveilleuse Christine Blais, notre Palette de Bine nationale, vient de rouvrir sa chocolaterie au vieux village de Tremblant. À l'automne dernier, lors d'un incendie qui a rasé l'immeuble où elle tenait boutique, elle a tout perdu : chocolats, équipement, documents, antiquités, tout! On peut imaginer l'analyse douloureuse des pertes, la paperasse, les assurances... Tout n'est pas encore terminé, mais elle vient tout juste

d'emménager en face de son ancien local, au 2045, chemin du Village. Elle a tranquillement commencé à produire ces fameuses « palettes » de chocolat, uniques, raffinées, auxquelles on était accros. Elle a la tête pleine de nouveaux projets, tout ça pour notre plaisir. La nouvelle fabrique est ouverte les vendredis, samedis et dimanches. (Diane Seguin)



31 mars 2018

2 juin

MER - DIM 11-17h

Pique-nique : Samedi, le 2 juin dès 12h30
N'oubliez pas d'apporter votre lunch. Les familles sont les bienvenues!

DADA

« On ne mordra jamais assez dans son propre cerveau »
Tristan Tzara

Vernissage 8 Avril 14h
et performance interactive par **le PLUS PETIT CIRQUE INACHEVÉ**

Anti-art

Desjardins Caisse de Mont-Tremblant <http://maisondesartssaint-faustin.ca>

Le 2 juin, lors du célèbre pique-nique DADA de la Maison des Arts, le PLUS PETIT CIRQUE INACHEVÉ vous proposera au dessert, en guise de performance ChampÊtre, une *Glace d'icônes variables...* signée Lyne Pinard, Gilles Matte et Isabelle Germain.
Info : lepluspetitcirqueinacheve@burleskart.ca | www.lepluspetitcirqueinacheve.com | 819 322-1837

Un dentiste dans les laurentides FIER DE VOUS OFFRIR, en plus des traitements conventionnels, des traitements spécialisés tel les implants dentaires.

Prenez rendez-vous dès maintenant, mon équipe et moi prendrons soin de vous. À bientôt!

Dr Simon Grondin

DENTISTERIE GÉNÉRALE • PROTHÈSES • IMPLANTOLOGIE
TRAITEMENT DE CANAL • ESTHÉTIQUE • URGENCE

Simon Grondin

CHIRURGIEN-DENTISTE

PRISE DE RENDEZ-VOUS :
819 320-0265 | dentistesimongrondin.com
2510, rue de l'Église, bureau 7 | Val-David (Québec) J0T 2N0

Nouveau à Val David

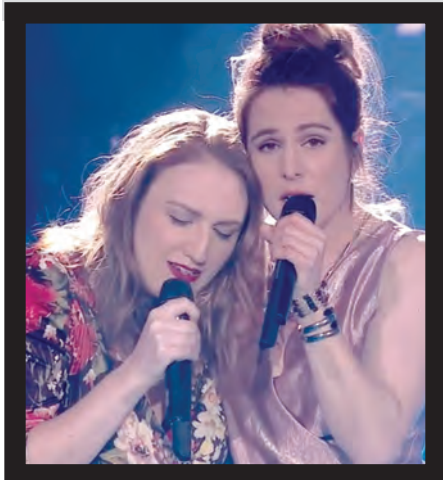
LASER-ACUPUNCTURE, laser et/ou acupuncture
La nouvelle technologie au service de la Médecine Chinoise

- Problèmes musculo-squelettiques
- Insomnie
- Système immunitaire
- Allergies
- Problèmes digestifs etc...

Ordre des acupuncteurs du Québec

Sylvain L Trudel, acupuncteur
30 ans d'expérience
Collaboration avec Dr Charles St-Pierre chiropraticien | **514-998-0558**

SORTIE DE LA VOIX : Valérie devient juge à son tour



Valérie Arsenault (à droite) était en duel avec Rebecka.

Jean-Patrice Desjardins

Ils étaient plusieurs de Val-David devant leur écran de télé, le 1^{er} avril dernier. Pas pour assister au prochain poisson d'avril, mais pour regarder la prestation d'une concitoyenne, Valérie Arsenault. Valérie a perdu son duel, ce soir-là, mais elle sort grandie de cette expérience.

Le seul choix de la chanson, *Calvaire*, de La Chicane, a donné du fil à retordre à Valérie. C'était une chanson qui n'était pas à son répertoire. Et elle voulait bien faire, surtout qu'elle doit côtoyer un des musiciens originaux de La Chicane : Éric Lemieux, du Mouton noir. Cela ajoutait à la nervosité...

La chanteuse se dit quand même contente de son passage à *La Voix* et ne regrette aucunement d'avoir participé à l'émission. Même que l'expérience lui a redonné le goût de composer, c'est donc à suivre.

Enfin, ce printemps, elle sera du jury pour les auditions du Petit Festival de la chanson de Granby (volet jeunesse du concours), les auditions se tenant au Patriote, à Sainte-Agathe-des-Monts.

DE VAL-DAVID à New York

Enfant de l'amour, l'œuvre d'Isabelle Safi Villeneuve créée au LézArts Loco en 2016 et reprise en 2017, vient d'être retenue pour la neuvième édition du United Solo Festival à New York, le plus grand festival international de théâtre solo. La pièce sera jouée en français dans une mise en scène de Francine Dubreuil. L'auteure et comédienne est accompagnée au piano par Marc Poellhuber.

Cette participation prestigieuse est une occasion magnifique de faire rayonner le talent et le savoir-faire de ces artistes puisque le festival leur permettra de créer des contacts pour diffuser leur travail.



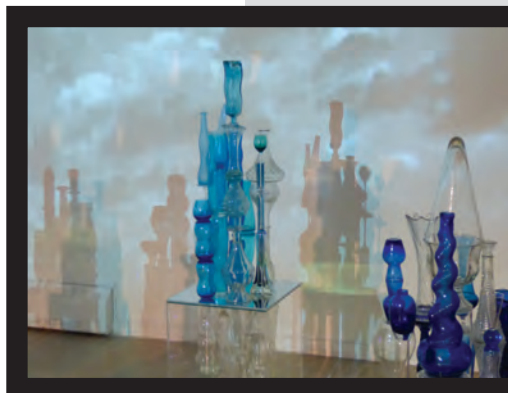
Un OBNL consacré à la création et favorisant l'engagement des artistes professionnels des Laurentides

Isabelle Safi Villeneuve prépare d'ailleurs la fondation de Karavelle, une compagnie de théâtre (OBNL) consacrée à la création, dans le but de favoriser l'engagement des artistes professionnels des Laurentides.

Enfant de l'amour est un conte qui montre les aventures d'une enfant solitaire et débrouillarde qui retrace, durant les années 1960, ses péripéties et ses émotions, vécues chaque fois comme un absolu.

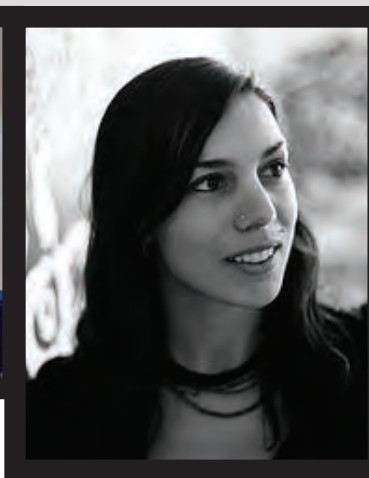
Une représentation spéciale aura lieu avant le départ des artistes le samedi 10 novembre à 20 h au LézArts Loco à Val-David. Il est déjà possible de réserver des billets au coût de 25 \$ en téléphonant au 514-291-3296.

CONCOURS JEUNES ARTISTES en arts visuels des Laurentides



Théâtre de Silice (détail) 2014-2018

Le Musée d'art contemporain est fier d'annoncer que les lauréats 2018 du concours Jeunes artistes en arts visuels des Laurentides sont Chloë Charce et Pierre Chaumont. Le concours Jeunes artistes des Laurentides existe depuis maintenant 18 ans. Fort de sa maturité, il a, au fil des ans, récompensé près de 40 artistes dont certains ont su s'illustrer et mènent aujourd'hui de belles carrières. Pensons par exemple à Nadia Myre, à Jonathan Plante ou à Philippe Caron Lefebvre. Témoin du soutien du MACL et de l'Atelier de l'île à la relève artistique laurentienne, le concours



Jeunes artistes des Laurentides souligne l'excellence de la pratique de deux artistes entre 18 et 35 ans, ou comptant moins de 10 ans de carrière.

Chloë Charce

L'objet, petite apologie de la disparition

Dans un désir d'approfondir sa réflexion sur l'autofiction ainsi que la relation cinématique entre l'objet, la lumière et la vidéo – sa magnification, son altération et son effacement, autant physiques que



Force smile dog, 2018

métaphoriques –, Chloë Charce explore le thème de la disparition par le truchement des notions de double, de temporalité et d'illusion.

Pierre Chaumont

Tous les Mêmes / Always Meme-cking de Pierre Chaumont met en scène le « mère » d'un point de vue social et l'applique dans un contexte muséal. Entre espace bonbon et petits ricanements, une réalité contemporaine s'affiche.

INFOGRAPHIE ■
IMPRIMERIE ■
NUMÉRIQUE ■
LETTAGE ■
T-SHIRTS ■
PRODUITS PROMO ■

1332, BOUL. DE SAINTE-ADÈLE, SUITE 100, SAINTE-ADÈLE
T : 450 229-0395 | pixelduocreatif.com

**AUBERGE
DU VIEUX FOYER
VAL-DAVID**
Spa • Fine Cuisine • Villégiature

SPA de l'auberge
Massothérapie ouvert tous les jours
Appelez pour réserver
et détails sur nos différents forfaits

Brunch les DIMANCHES
2 services :
10 h 30 ou 12 h 30
22.50\$
par personne
service et taxes
en sus

Moules et frites maison À VOLONTÉ
les mardis soirs

Réservations : 819-322-2686 | 3167, 1^{er} rang Doncaster, Val-David (Qc) J0T 2N0
www.aubergeduvieuxfoyer.com



L'ensemble vocal Ô Chœur du Nord a le plaisir de vous inviter à sa série de concerts de juin 2018, le **samedi 2 juin** et le **dimanche 3 juin** à 16 h à la salle communautaire, au 2490, rue de l'Église, à Val-David, et le **dimanche 10 juin** à la même heure à l'église de Saint-Adolphe-d'Howard.

La chorale Ô Chœur du Nord vous invite à la suivre lors de ses concerts estivaux ayant pour thème « Traces ». Les peintures sur les parois des cavernes de la préhistoire, un tronc d'arbre sur lequel est gravé un cœur enfermant des initiales ou encore une bouteille lancée à la mer dans l'espoir qu'elle provoque, un jour, une émotion quand on la trouvera : voilà autant de traces par lesquelles se manifeste la présence de la créativité humaine à travers le temps. Grâce à la musique, le temps n'a plus de barrière. La musique nous permet de conserver en mémoire un moment, un lieu marqué par l'œuvre d'un compositeur. Il suffit que des musiciens s'assemblent pour redonner vie à une époque, à des joies, à des peines.

Certaines musiques se dressent en nous comme les piliers d'un temple construit avec nos souvenirs, soulignant les moments clés de notre vie, heureux ou malheureux. D'autres nous enchantent et nous transportent, comme la *Pavane* de Fauré ou l'*Ave Maria* de Rossini, de véritables cartes postales s'élevant sur les salons privés du XIX^e siècle, où la



Chorale de Val-David depuis 1974

musique se goûtait entre amis. Pour souligner la mort de l'amour de sa vie, Mozart transpose sa peine en un chant envoûtant : *Lacrimosa*, tiré de son *Requiem*. Pour marquer le passage de l'adolescence à la vie de jeune adulte, *Stairs*, de Babin, stimule notre souvenir. Pour sortir de

l'anonymat, l'*Ave Maria* (dit de Caccini) de *Vavilov*. De Gershwin à Vigneault, en passant par Scarlatti et Barbara, sans oublier Jenkins, Rachmaninov, Lauridsen, Elgar et Tomkins, chacun marque les saisons à sa façon. Chacun touche l'infini. Chacun laisse sa trace.

Ô Chœur du Nord est dirigé par le chef Louis Babin, compositeur de réputation internationale. On peut retrouver des extraits de ses œuvres sur le site www.louisbabin.com. Les 50 choristes seront accompagnés de la pianiste Céline Laverdure et d'un quintette à cordes.

Les billets sont en vente au prix de 25 \$ (argent comptant seulement) au Magasin Général de Val-David et au dépanneur Robert Gauthier, à Saint-Adolphe-d'Howard. Les étudiants pourront se procurer des billets au prix de 15 \$. Pour de plus amples informations : Marlène Gosselin : 819 321-7121 • OchoeurduNord2017@gmail.com • Facebook : ensemble vocal Ô Chœur du Nord.

OSEZ DEVENIR l'artiste en vous!



Mardi 8 mai : Début de la session de peinture acrylique et créativité - Construction de son langage visuel (8 semaines) •
Dimanche 20 mai : Formation pour artistes et entrepreneurs créatifs - Apprendre à faire grandir sa clientèle, construire un marketing à son image. 10 h à 16 h.
Pour info : 514-638-5810 • liliflore.ca@gmail.com

LiliFlore

artiste peintre, professeure de peinture et créativité

Il y a bientôt 11 ans, je quittais l'autoroute 15 à la recherche d'un café sympathique pour clore une belle journée dans les Laurentides, et je découvrais Val-David. Ce petit village me ravit à bien des abords.

Secrètement, alors que je m'apprêtais à commencer une nouvelle vie à Montréal, puisque nouvellement arrivée au Québec, je me pris à oser rêver d'y habiter un jour... 11 ans plus tard, durant un mois d'avril capricieux, me voilà installée ici! Pourquoi je vous raconte cela alors même que je parle d'« oser devenir artiste »? Eh bien tout simplement parce que je suis devenue artiste de la même façon : j'ai osé rêver. Bien sûr, il ne suffit pas de rêver, il faut aussi transformer son rêve en réalité.

J'ai ensuite quitté mon emploi à Montréal pour venir vivre dans les Laurentides et me consacrer pleinement à la peinture, ainsi qu'à son enseignement. Mais attention, pas seulement son enseignement technique, car ce qui m'a sauvée, ce qui m'a mise sur le chemin du bonheur, MON chemin, ce n'est pas seulement la technique, mais bien la créativité : la peinture, c'est un voyage au cœur de soi, une constante découverte de notre univers intérieur.

« Comment faire? Par où commencer? Je n'ai pas de talent, est-ce possible? Et je ne sais pas dessiner. Je n'ai pas de temps, ou bien c'est trop tard, je n'ai plus l'âge... » Je me suis posé toutes ces questions, mais

au lieu de les laisser définir ma vie, j'ai décidé de transformer ces obstacles en défis à relever. Alors oui, il y a des pièges, et si vous souhaitez « oser devenir l'artiste en vous », vous allez tomber dans certains de ces pièges.

Mais je peux vous garantir que vous arriverez à les dépasser.

Manque de confiance, peur du jugement, perfectionnisme, syndrome de l'imposteur, ou bien simplement manque de temps, d'énergie ou de technique : je les ai testés pour vous. L'être humain est doté d'une grande résilience et d'une ÉNORME capacité d'adaptation, mais c'est plus facile avec un guide...

Je me suis alors donné comme mission de vous accompagner sur votre chemin créatif grâce à la peinture. Certains préféreront d'autres moyens pour développer leur créativité, mais pour celles et ceux que la peinture attire, n'hésitez pas à me contacter. Le sourire de mes étudiants me remplit le cœur de bonheur, et si vous souhaitez faire partie de l'aventure, il y a de la place pour vous! Dès le 8 mai, j'ouvre une première session de cours pour adultes au LézArts Loco, à Val-David. D'autres suivront. Car j'ose rêver encore plus loin, et je me donne pour mission de proposer une multitude d'ateliers ponctuels également.

Ensemble, créons et inondons le monde de nos créations! Pour en savoir plus, visitez liliflore.ca et inscrivez-vous pour recevoir le e-book gratuit « Osez devenir l'artiste en vous! »



CINÉMATHÈQUE
MÉLIÈS

GAGNEZ
location gratuite

Détails en page 24

Erratum : dans la chronique cinéma du *Captain Fantastic* du mois dernier, le texte était signé Stéphane Walsh au lieu de Stéphanie Walsh.

GAGNANT DU CONCOURS CINÉ-PERLE se terminant le 15 avril : M. Guy Charbonneau. Félicitations!

BMR

le groupe

Eugène Monette inc.

MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION • VENTE ET RÉPARATION DE POUTRES

La force de la rénovation !

LIVRAISON GRATUITE | OUVERT 7 JOURS

1 800-265-3833

VAL-DAVID
2650, 1 Rg, Doncaster
819-322-3833

STE-MARGUERITE
310, ch. Ste-Marguerite
450-228-2526



Vers d'autres cieux

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE DU CENTRE D'EXPOSITION DE VAL-DAVID

MIGRER. Changer d'endroit, de région, émigrer (en parlant des humains et des espèces animales).

Le Robert

MIGRER...

Les oiseaux, les humains migrent, entre ciel et terre, d'un pays à l'autre, traversant des continents, en quête de conditions plus favorables où mieux vivre en paix

question de survivance et de mieux être. On en parle beaucoup, mais depuis l'aube des temps, nous sommes tous migrants. Peu importe, les êtres se déplacent, remplis d'espérance ou forcés d'abandonner leurs territoires pour trouver un ailleurs meilleur, à la recherche de cieux plus cléments, de temps plus doux.



Les hommes sont des oiseaux de passage. - William Shakespeare

VERS D'AUTRES CIEUX :
l'exposition collective des jeunes, du 19 mai au 10 juin 2018

Initier les jeunes au monde de l'art pour qu'ils sachent y puiser l'énergie essentielle qui les portera à leur tour vers autrui, à tisser des liens, à enrichir leur savoir et leur capacité à donner sens à l'existence : voilà l'orientation du programme éducatif du Centre. Car l'art cherche à mettre les gens en relation. Il nous montre d'autres manières d'être, de vivre, et à nous mettre à la place des autres. Comme le démontra John Dewey, « il revient à l'art de faire concorder les différences au sein de la personne individuelle, de supprimer l'atomisation et les conflits entre les éléments qui la composent, et de tirer parti de leurs oppositions pour construire une personnalité riche ».

Rituel annuel, l'exposition des jeunes point d'orgue du programme pédagogique du Centre - regroupe les travaux des bambins de Bambouli, des élèves des écoles primaires de Val-David, de l'école IMAGINE, l'École à la maison, l'école secondaire Académie Sainte-Agathe, d'une jeune relève de l'Atelier de l'île, des étudiants en arts plastiques du cégep de Saint-Jérôme et des bénéficiaires du centre éducatif Maison Emmanuel. Autour de la thématique commune VERS D'AUTRES CIEUX, inspirée par les expositions AUTREMENT DIT de Stella Pace et EXULTATION de Richard Purdy, et après une visite commentée du lieu,

les enfants ont travaillé en compagnie de l'artiste et animateur Michel Gautier entourés par les oiseaux bleus de Purdy, recréant une fabuleuse envolée.

Les oiseaux bleus mythiques incarnent la quête du bonheur, de l'allégresse. À travers les siècles, ce motif a marqué le monde des arts, du conte philosophique aux arts visuels, témoignant à la fois d'une recherche du bonheur, d'une quête de liberté et de paix, d'où cette impression de joie, d'exultation qui peut en émaner. Emblème de la paix, ce motif porteur fut repris maintes fois en arts visuels, tant par Picasso, Chagall, Braque que Matisse, entre autres.

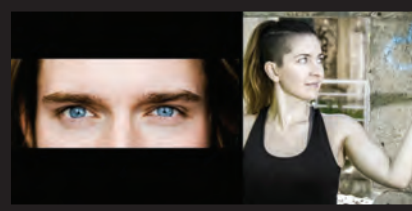
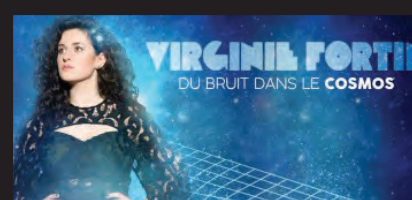
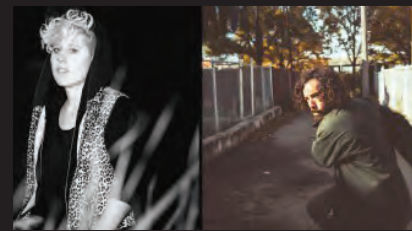
SOYEZ AUX OISEAUX

Faites une halte au Centre et admirez ce grand rassemblement unique. Observez-y les innombrables oiseaux bleus des enfants du village qui laissent transparaître la précarité du monde illusoire où nous sommes voués à migrer, en perpétuel devenir. Recueillez-vous parmi ces volatiles fragiles.

Au plaisir de vous accueillir,
Manon Regimbald

Centre d'exposition
de VAL-DAVID

ENTRÉE LIBRE
du mercredi au dimanche de 11 h à 17 h
www.culture.val-david.qc.ca



THÉÂTRE DU MARAIS

MAI

Vendredi 4, 20 h - **PLATEAU DOUBLE - SAMUELE ET MATHIEU BÉRUBÉ** |
Découverte

Mercredi 9, 19h30 - **CINÉ-MARAIS : JALOUSE** de David et Stéphane Foenkinos

Dimanche 13, 20h - **JEAN-MICHEL BLAIS [TON ÂGE, TON PRIX]**

Mercredi 16, 19h30 - **CINÉ-MARAIS : TONI ERDMANN** de Maren Ade

Samedi 19, 20h - **DEAR CRIMINALS COLLABORATION 2M : MOUTON NOIR-MARAIS**

Vendredi 25, 20h - **VIRGINIE FORTIN**

Samedi 26, 20h - **ALAN GERBER**

JUIN

Vendredi 1, 20h - **PLATEAU DOUBLE - LISA-MARIE JOLIN - MONSIEUR RAPH**

Informations, chèques-cadeaux et réservations au
www.theatredumarais.com,
au 819-322-1414
ou à la billetterie du Marais.

Suivez-nous également sur les réseaux sociaux!
Facebook, Twitter, Instagram et +

FOM
FESTIVAL CULTURAL DE MAYO
GUADALAJARA - JALISCO - MÉXICO - 2018
DEL 04 AL 25 DE MAYO
www.festivaldemayo.org

FO
FRANCIA-QUEBEC
ALEMANIA - MÉXICO - POLONIA

EL FESTIVAL CULTURAL DE MAYO Y LA DELEGACIÓN DE QUEBEC EN MÉXICO INVITAN A LA INAUGURACIÓN DE LA EXPOSICIÓN

EL MURO DE LOS RAPACES DE RENÉ DEROUIN

EL MIÉRCOLES 9 DE MAYO A LAS 20:30 HRS
EN EL EX CONVENTO DEL CARMEN

CURADURÍA Y MUSEOGRAFÍA POR
JOSÉ MANUEL SPRINGER Y MARCO BARRERA BASSOLS

DEL 9 DE MAYO AL 10 DE JUNIO DE 2018

ALBUM souvenir VAL-DAVID

Chers lectrices et chers lecteurs,
 Pour ses 45 ans, notre journal, doyen des journaux communautaires au Québec, va chausser ses pantoufles et se bercer de quelques souvenirs. Ce qui veut dire que nous aurons une section **Album souvenir de Val-David**, dans laquelle vous êtes invités, toutes et tous, à placer vos perles de mémoire et les photos qui vous font rêver. De notre côté, nous allons piocher dans nos archives et ressusciter des images et des mots qui ont marqué le petit monde de Val-David ces 45 dernières années, histoire de vous faire mieux connaître les racines de notre communauté. Pour faire partie de notre album souvenir, vous devez contacter la rédaction par courriel ou par téléphone dès que possible en proposant votre matériel (photos, dessins, textes, lettres, événements marquants pour vous : tout a sa place dans nos souvenirs communs). N'hésitez pas à nous consulter si vous le voulez, nous vous aiderons à préparer votre place dans notre album. Chaussez vos souvenirs et venez les bercer avec nous dans les pages spéciales de notre ALBUM!
 Info : redaction@ski-se-dit.info • 819 322-7969

LE JOURNAL Ski-SE-Dit .info

DEPUIS 45 ans avec PASSION

LES RECONNAISSEZ-VOUS ?

Un village, une communauté...



Dans notre album souvenir de février dernier, nous avons malencontreusement « débaptisé » M. le curé Irénée Bélanger (notre photo). Nous nous en excusons. Quelques-uns de nos lecteurs nous ont rappelé que le curé Bélanger les avait baptisés et même mariés au cours de son ministère à Val-David. Personne n'a oublié sa gentillesse et son éternel sourire.



George et Georgia Nikos. Qui n'a pas goûté une de leurs fabuleuses pizzas?



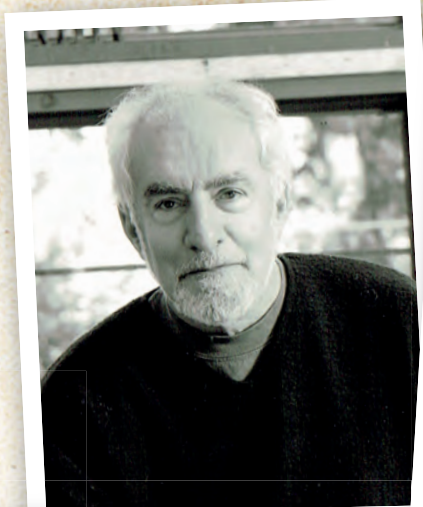
Vous auriez pu croiser le fer avec eux, au Golf de Val-Morin, à une certaine époque. De g. à dr.: Sylvain Courcelles, Daniel Gauthier, Caroline Aubry et Roger St-Marseille.



Angelbert Leroux, capitaine des pompiers de Val-David, dans les années 1980.



René Derouin, 1999. Il vient de recevoir le prix Paul-Émile Borduas



Il fait toujours des tours de calèche dans le village...



Quand l'amour ne vous laisse pas de glace...



Claude Proulx : Ce 12 mars 1979, au retour de Sainte-Marguerite, 30 km. Épuisés mais heureux, avec ma belle Josette, ma grande sportive depuis toujours.



Les Marenger dans l'temps du Vidéo du Carrefour...



André Desjardins a longtemps participé au développement de la municipalité, à titre de directeur général.

Laurette Fournelle, qui a longtemps travaillé à l'auberge Le Rouet. Elle a aussi tenu un petit magasin de friandises, dans l'actuelle maisonnette du Général Café, où les enfants allaient acheter des petites négresses à la réglisse et des cartes de hockey emballées avec de la gomme baloune.



Jeannine et Lanny vous disent un beau... à l'eau!



Artistes en herbe...



En ce nouveau printemps, voici une chanson qui a été interprétée par la chorale de Val-David en 1981 en l'église de Val-David, à la demande de M. Jean Morin, qui, à l'époque, en était le directeur. L'auteur en a conservé les arrangements et l'enregistrement sur cassette.

PAYS D'EN HAUT

As-tu vu le Nord, Grignon-ton / Grignon-tide
 As-tu vu la Nord, Miron-tide / Miron-ton?

As-tu vu le Nord, Grignon-ton / Grignon-tide
 Le bon vieux Nord de Claude-Henri Grignon
 Pays en villages au cœur des Laurentides
 Tant fabuleux qu'existant à Vau L'eau.

Je sais, c'est la Nord de Gaston Miron-tide
 La Belle Nord des beaux Pays d'en Haut
 Elle chante l'été sous l'hiver en sourdine
 Pleure l'hiver aux étés Miron-beau!

Rapailles d'amour au tricot des sorcières
 Pleurs de l'érable aux becs des chalumeaux
 Frappant l'Ut Majeur sur le fond des chaudières
 En giclements jusqu'à ras de tonneaux!

Chantez avec moi : Grignon-ton / Grignon-tide
 Chantons la source, dansons le ruisseau
 Dansez avec moi : Miron-ton / Miron-tide
 Dansons la Source, chantons le ruisseau!

As-tu vu le Nord? As-tu vu la Nord?
 Demande à Gaston Miron-beau / Miron-ville
 Demande à Gaston Miron-ville / Miron-beau!

Paroles et musique, Cyril Lepage, 1977.



TOURISME ET RÉSIDENCE (2) : LE FOND DES CHOSES : Il y a tourisme et tourisme

Michel-Pierre Sarrazin

Il y a tourisme et tourisme. Cette industrie, désormais mondialement orchestrée, devra nécessairement tenir compte, pour assurer son avenir, de la dimension régionale de son offre.

Régionale, c'est-à-dire proportionnelle à l'enjeu. À l'échelle planétaire, le Québec est une région. À l'échelle locale, la région est quelque chose de beaucoup plus immédiat. C'est dans cette perspective que l'idée d'accueillir le tourisme doit être réfléchie et harmonisée avec les gens du milieu.

Par exemple, il ne suffit pas, pour un petit village des Laurentides, de devenir un « attrait touristique ». L'enjeu, en réalité, est davantage de garder l'équilibre entre cet attrait, qui apporte une certaine prospérité, et la qualité de vie que souhaitent les résidents. Équilibre qui dépend, comme c'est toujours le cas, des choix citoyens, que toute administration municipale responsable cherche à refléter. Car c'est cette dernière qui a la tâche d'entériner et de permettre, voire de soutenir, la réalisation de ces choix. Souvent ingrat, toujours difficile, ce travail consiste finalement à représenter le plus adéquatement possible le plus grand nombre de citoyens résidents. Et cela peut donner d'étranges résultats, comme on l'a vu à Val-David il y a un demi-siècle.

Au tournant des années 1970, la vague de libéralisme pilotée par le premier ministre Robert Bourassa à Québec, le maire Jean Drapeau à Montréal et le premier ministre Pierre Elliott Trudeau à Ottawa change du tout au tout le visage économique de « la province de Québec ». Le tsunami politico-social, la syndicalisation des administrations publiques et des grandes entreprises amènent une ouverture sur le monde (Expo 67, les Jeux olympiques de 1976, etc.) et une nouvelle ère de consommation. Vu d'ici, au pied du mont Césaire, on avait l'impression, chaque jour, que la fenêtre sur le monde s'ouvrait davantage. Et c'était passionnant.

Mais alors, au milieu de cette renaissance alimentée dans les chaumières par la pensée de Marshall McLuhan et de Richard Buckminster Fuller, pour une part, et par Carlos Castaneda et Jiddu Krishnamurti d'autre part, Val-David subit son premier choc du futur. Et il ne le voit pas venir.

En 1972, la construction du dernier tronçon laurentien de l'autoroute 15, entre Sainte-Adèle et Sainte-Agathe-des-Monts, a pour objet d'ouvrir une voie royale au nouveau tourisme et à son corollaire, le transport routier, lequel supplante lentement mais sûrement le transport ferroviaire, jusque-là le fer de lance du développement de nos campagnes. Qui dit autoroute dit gravier. Beaucoup de gravier. Et il se trouve que le sous-sol de Val-David en est largement pourvu, et de très bonne qualité.

Or, Claude Rouleau, sous-ministre des Transports et des Travaux publics de 1970 à 1977 dans le gouvernement de Robert Bourassa (il sera nommé plus tard premier président de la Régie des installations olympiques [RIO] et le restera de 1975 à 1977), a un pied-à-terre à Val-David, rue Lavoie. Sans



Sarah Burwash, aquarelle et collage sur papier, Denali Damsels, 2014. Collection Aimia.

entrer dans les détails, disons qu'il comprend assez vite que tout le gravier dont il aura besoin pour faire son autoroute est sous ses pieds. En 1972, Val-David est brusquement transformé en carrière. Du jour au lendemain, une dizaine de carrières sont ouvertes : au cœur même du village, entre l'église et le chemin de la Rivière, les carrières Gold, Lesinski et Deschamps roulent jour et nuit; sur le chemin Préfontaine (au pied de la Clef des champs, aujourd'hui), sur le 1^{er} rang de Doncaster (à deux endroits, encore en exploitation), au bout de la montée Gagnon (objet toujours en litige avec les résidents et l'actuel propriétaire), bref, partout où le ministère peut trouver sa matière première, l'autorisation d'exploiter est donnée. Je me souviens de l'émission d'affaires publiques *Présent à l'écoute*, à la radio de Radio-Canada, qui avait envoyé son reporter faire une émission en direct, rue de l'Église. Pendant dix minutes, entre deux déclarations de personnes interviewées, tout ce qu'on entendait, c'était le grondement des camions remplis de gravier qui traversaient le village. *Val-David : désastre écologique*, disait le slogan du nouveau Comité des citoyens, bien décidé à monter aux barricades. Ce comité compta bientôt parmi ses membres plusieurs centaines de citoyens, en particulier tous les résidents du village incommodés par le bruit incessant et les fumées des plans d'asphalte. Et bien entendu pratiquement tous les commerçants de Val-David, bien conscients que ce remue-ménage allait faire fuir toute leur clientèle.

Je ne m'étendrai pas davantage sur cette période sur laquelle il y aurait beaucoup à dire. À la même époque, d'ailleurs, mon ami Frédéric Back¹ menait le même combat que nous au mont Saint-Bruno, transformé aussi en carrière géante. C'est une histoire assez dérangeante, parfois cocasse, que je raconterai ailleurs puisqu'avec Jean-Paul Dufresne², qui en était le président, j'ai été avec Michel Faubert l'un des dirigeants du comité des citoyens en question, lequel a pu, à force de pressions publiques et de marches obstruant les rues, obtenir que cessent une partie de ces activités, du moins dans le village même. Cela dit, 46 ans plus tard, Val-David est toujours divisé entre ses deux vocations : fournir du gravier ou accueillir des touristes.

Si je parle de ce conflit, c'est pour illustrer mon propos, qui est de dire que le tourisme et l'exploitation des carrières ne sont pas facilement

compatibles. C'est un problème national, comme, soit dit en passant, l'affichage et la signalétique, qui sont toujours totalement anarchiques au Québec. Mais on peut comprendre : les résidents qui ont comme activité le transport et l'excavation du gravier ont le droit de vivre comme tout un chacun. Tout comme les commerçants, aubergistes, restaurateurs, artisans ou autres entrepreneurs qui vivent du tourisme et qui désirent que le village et ses environs soient accueillants.

Alors? Que voulons-nous pour l'avenir de Val-David? Un village capable de soutenir son économie avec des taxes aux propriétaires uniquement (ce qui implique une augmentation importante de la population résidente ou une hausse importante des taxes pour les actuels propriétaires) ou un village comptant, aussi, sur un flux touristique raisonnable et saisonnier pour remplir ses coffres? Depuis quelque temps, j'entends des résidents dire qu'ils ne veulent pas que Val-David devienne « un nouveau Saint-Sauveur » et que le tourisme, ça suffit

comme ça. On peut comprendre : trop, c'est comme pas assez. Il faut gérer, c'est entendu. Il faut choisir, aussi, ce qui convient au plus grand nombre de résidents comme vecteur de développement touristique. Comme disait le Renard au Petit Prince³ : rien n'est parfait. Mais entre un défilé permanent de poids lourds, la tenue saisonnière d'événements culturels qui attirent un tourisme payant et un village rempli de résidents qui sont les seuls à assumer les coûts sociaux, il faut pouvoir choisir. Le plein air et la culture comme chevaux de bataille, il me semble que ce n'est déjà pas si mal. Et si on s'y mettait, tous ensemble? (À suivre en juin : un village de culture et de nature.)

¹ Frédéric Back est un artiste peintre, illustrateur, muraliste et réalisateur de films d'animation de renommée internationale, surtout connu pour ses deux Oscars et pour son film *L'Homme qui plantait des arbres*.

² Jean-Paul Dufresne, décédé en 2014, était le fils d'Alfred Dufresne, copropriétaire avec Fernand Dufresne du magasin général L. Dufresne et fils Ltée. Jean-Paul y travaillait à l'époque du côté quincaillerie.

³ *Le Petit Prince* de Saint-Exupéry. Le Renard demande à la Rose : il y a des poules, sur ta planète. Et la Rose de répondre : non. Rien n'est parfait, de conclure le Renard.

DECOUVREZ L'APPLICATION
VAL-DAVID PLUS

ÉVÈNEMENTS
CULTURE
RESTAURANTS
HÉBERGEMENT
ET BIEN PLUS!

Téléchargez maintenant

Disponible sur iTunes
Google play

Présenté par IMAGE MOBILE.ca

Pour plus d'info : www.valdavidplus.com • 514 242-2699

**La vitrine des artisans
Atelier boutique**

Blueloulou Studio
Natali Laramée, artiste multidisciplinaire : verre fusion, céramique, encre et huile

L'Aiguiseur
Philippe Mayer : Aiguillage de couteaux sur pierre à l'eau
Vente de couteaux et accessoires

La Bijouanne
Johanne Bourgeois, artisane/bijoutière : création et réparation, changement de pile de montre

Sambalea
Lea Pereira, maroquinerie : bijoux et créations sur mesure

Monique White
Monique White artiste peintre : art naïf, coloriste, commandes personnalisées

Visitez nos ateliers!
100% Québec
1284, Jean-Baptiste-Dufresne
Val-David, QC J0T 2N0



BILLET DE LA *maire*esse

Bientôt six mois que le nouveau conseil avec lequel j'ai été élue est en poste. Notre plateforme électorale était claire : maîtriser durablement la croissance pour protéger le caractère unique de notre village, gérer avec rigueur et faire de Val-David le village avant-gardiste et exemplaire qu'il est déjà et qu'il doit continuer d'être. Or, depuis plusieurs mois, certains tentent de réduire nos nombreux enjeux et défis politiques au seul et unique dossier de la Place publique. Et ceci est inquiétant. Ce dossier mérite-t-il notre attention? Assurément. Mérite-t-il toute l'attention? Ça non!

L'ancien conseil a souhaité aménager une partie du cœur villageois avec des infrastructures semi-permanentes pour accueillir, entre autres, le Marché public. Avec ce projet, la Municipalité avançait sur un chemin inexploré : il n'existait pas d'exemples comparables au Québec. Rappelons que notre marché est le plus gros marché extérieur temporaire du Québec! La Municipalité a donc travaillé avec une coopérative spécialisée en design multidisciplinaire pour l'épauler. Plusieurs se sont retroussés les manches pour faire aboutir ce projet qui traînait sur les tablettes depuis des années.

Oui, il y a eu des erreurs. Je les ai reconnues et j'en ai pris la responsabilité au nom de la Municipalité et du conseil, même si, dois-je le rappeler, je n'étais pas mairesse à cette époque. Nous en avons néanmoins tiré d'importantes leçons. Ainsi, le conseil s'engage à ne plus conclure de contrats de gré à gré pour des mandats de

cette ampleur, à ne plus engager de dépenses liées à des subventions non confirmées, et à privilégier, à compétence et prix comparable, l'embauche de main-d'œuvre locale. Nous avons aussi produit un cadre financier quinquennal pour mieux comprendre nos limites budgétaires et notre pouvoir d'investissement.

Je déplore donc les attaques indues à l'endroit de l'organisme du Marché public : les amalgames douteux entre erreurs administratives de bonne foi, collusion et corruption sont dangereux. Le Marché public et la vigueur économique, culturelle et touristique de notre village ne doivent pas subir les dommages collatéraux de ces attaques.

Val-David est à un tournant de son développement et il faut bien faire les choses. Nous sommes le village avec la plus forte hausse démographique dans la région et le prix des maisons connaît une croissance de 35 %, nous plaçant au 6^e rang au Québec (L'Actualité, mars 2018) : les répercussions sont énormes. Plus que jamais, il faut protéger et soutenir ce qui nous distingue et assurer notre qualité de vie : les projets citoyens et nos groupes communautaires, la culture et la communauté de créateurs - autant artistiques qu'entrepreneurs, les événements et les attraits touristiques dont le marché public, le plein air et l'environnement. Et ce, sans oublier de protéger les plus vulnérables d'entre nous, car la hausse du prix des logements risque de marginaliser

encore davantage. La solidarité et le partage sont déjà d'ailleurs, deux valeurs phares de notre communauté.

Comme nous l'avons toujours dit, nous souhaitons associer étroitement les citoyens aux décisions politiques. Encore faut-il collaborer de façon constructive. Critiquer sans rien proposer, ça n'a jamais été ma façon de faire. Mettre la main à la pâte pour faire émerger et faire vivre des projets, c'est ça mon ADN politique. Alors à ceux qui aimeraient que j'arrête de « faire pousser des carottes » pour m'occuper uniquement de l'administration municipale, je réponds que je vais continuer de tirer sur toutes les belles carottes de notre village et ainsi faire pousser des projets inspirants, pertinents et nécessaires. Parce que si notre village a un aussi grand pouvoir d'attraction et que beaucoup veulent venir y vivre, ce n'est pas pour notre compte de taxes ou nos processus administratifs, mais bien parce que nous offrons une vie de village unique, « à part ».

Si comme moi vous aimez votre village, je vous invite à vous élever au-delà du cynisme et à mettre vous aussi la main à la pâte en vous impliquant dans l'un des mille et un projets qui émergent d'un peu partout. Soyez assurés que l'administration que je représente se fait un devoir de contribuer et d'encadrer cette pépinière citoyenne à projets.

Kathy Poulin
Mairesse

DISTRIBUTION D'ARBRES GRATUITS - CITOYENS DE VAL-DAVID

SAMEDI LE 12 MAI DE 9H À 13H
PARC CEYRESTE À CÔTÉ DE LA MAIRIE.

Val-David logo, 75 ans à l'honneur avec la nature!, Forêts, Faune et Parcs Québec, #MAI faitdebois

Les plants sont fournis gratuitement par le ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs et distribués par Les Clubs 4-H du Québec



LA SOIRÉE HOMMAGE AUX BÉNÉVOLES

du 19 avril dernier, a souligné le travail et le dévouement exceptionnel de nombreuses personnes qui par leur don de soi font une différence au sein de notre communauté.

Lors de cette soirée, un vibrant hommage a été rendu à M. Claude Proulx, fondateur et investigateur passionné depuis plus de 17 ans dans la Société d'histoire et du patrimoine de Val-David dont il a récemment cédé le flambeau.

L'implication, les valeurs et le travail remarquable de M. Robert Brazeau au sein de l'organisme de la Boutique les Abeilles, a aussi été mis en lumière lors de cette soirée qui s'est tenue à l'Auberge du Lac Doré. Félicitations et merci à tous les bénévoles!

FÊTE DES PATRIOTES

La mairie et la bibliothèque seront fermées lundi le 21 mai

SÉANCE ORDINAIRE DU CONSEIL MUNICIPAL

Mardi 8 mai 19h30

Salle communautaire (église) 2579, rue de l'Église, Val-David

REMISAGE DES ABRIS D'AUTO TEMPORAIRE
Au plus tard le 1^{er} mai

ÉCHÉANCE 2^e VERSEMENT DES TAXES MUNICIPALES
Jeudi 3 mai

VENTES DE GARAGE AUTORISÉES
19 au 21 mai

RÉPERTOIRE DES ARTISTES ET ARTISANS DE
Val-David
artistesartisans.valdavid.com

Val-David Info
VOTRE BULLETIN ÉLECTRONIQUE TOURISTIQUE ET MUNICIPAL
Inscription sur www.valdavid.com

ESPACE BIBLIO



JOËL DICKER
La Disparition de
Stephanie Mailer



HUGO DROUIN
Roche, glace et fleurdelisé



OWEN ET STEPHEN KING
Sleeping beauties



DENIS FORTIER
Lève-toi et marche!



RUPI KAUR
Lait et miel



ELISABETH SIMARD
Vivre simplement



STÉPHANIE LAPOINTE
Fanny Cloutier ou
l'année où j'ai failli rater
mon adolescence



MARILOU
Le Courage

EXPOSITION THÉMATIQUE DU MOIS DE MAI : *Au naturel*

HEURE DU CONTE (4-7ANS) SUIVIE D'UN BRICOLAGE

Pour la fête des mères.

Avec Liolie (Marie-France Cyr)

« J'adore ma maman » de Camilla de la Bédoyère.

Samedi le 12 mai | 9h30-10h15

Une histoire qui nous montre les moments inoubliables que partagent une mère et son petit tout en nous apprenant des faits intéressants sur les animaux.



LES GÉNIES EN HERBE - Tous les mercredis | 13h - 15h
GROUPE DE LECTURE - 3^e jeudi du mois | 18h30 - 21h30
Bibliothèque | 1355, rue de l'Académie | 819 324-5680, poste 5

CONSULTEZ la PROGRAMMATION événementielle 2018 en page 21

Lancement de la saison estivale jeudi 17 mai 17h
sur la Place publique de Val-David!

RAPPEL - LA PÉRIODE D'INSCRIPTION POUR LE CAMP DE JOUR DE VAL-DAVID SE TERMINE LE 8 JUIN.

Pour les 5 à 12 ans

Service loisirs et culture

2490, rue de l'Église, Val-David (porte de côté)

819 324-5678, poste 3 | secretariat@valdavid.com



APPEL DE DOSSIERS ET APPEL AUX ARTISTES

Les personnes intéressées à déposer leur dossier pour l'un des événements culturels suivants sont priées de remplir le formulaire disponible sur valdavid.com et de le retourner par courriel à culture@valdavid.com, ou en personne au 2490, rue de l'Église (porte sur le côté de l'église) avant les dates suivantes :

8 mai



21 mai



Voilà!

Votre DOSSIER CITOYEN

Val-David

- Compte de taxes municipales
- Demande de permis (bientôt disponible)
- Calendrier
- Nouvelles
- Alertes et sondages

Venez créer votre profil en ligne dès maintenant!

De votre ordinateur accédez à la plateforme via www.valdavid.com ou téléchargez l'application mobile Voilà! C'est simple et pratique!

VILLES ET VILLAGES EN SANTÉ

La Fête des Voisins

9 juin 2018

La Fête des voisins est organisée sur base volontaire par les citoyens eux-mêmes dans le but d'établir des rapprochements dans un même voisinage.

Envie d'organiser une fête?
Ballons et cartons d'invitation disponibles:

loisirs@valdavid.com | 819 324-5678, poste 4231 | www.fetedesvoisins.qc.ca

SEMAINE NATIONALE DE LA SANTÉ MENTALE du 7 au 13 mai 2018

marque le début de la Campagne annuelle de promotion de la santé mentale à laquelle vous êtes invités à collaborer.

Le Mouvement Santé mentale Québec et ses membres vous convient à « AGIR POUR DONNER DU SENS » DANS VOTRE MILIEU.

Consultez les outils, trucs et astuces sur :
www.mouvementsmq.ca



VOTRE RÉSIDENCE N'EST PAS DESSERVIE PAR UN FOURNISSEUR INTERNET ?



FILAU
FIBRES INTERNET LAURENTIDES

Le nouveau service de connexion Internet de La MRC des Laurentides en collaboration avec la Corporation de développement économique (CDE) ont créé FILAU Fibre Internet Laurentides, un organisme à but non lucratif afin d'offrir un service Internet haute vitesse sans fil dans les secteurs non desservis par les fournisseurs privés.

La présence de la fibre optique combinée à l'installation de tours de relais permet maintenant aux citoyens non desservis d'avoir accès à Internet tout en gardant leur ligne téléphonique libérée.

Pour connaître les différents forfaits offerts ou pour vérifier votre accessibilité au service, veuillez communiquer avec le service à la clientèle de FILAU au 819 324-5696. Les documents ainsi que les instructions d'abonnements au service sont disponibles auprès de la Municipalité de Val-David.

www.filau.com | www.valdavid.com



Mai

DÉFIE TA SANTÉ

Jeu. 10 mai | 18h30
Marche/Course, 3,5 km/5 km
Départ de la Petite gare
5 \$ adulte | gratuit enfants
defietasante@gmail.com

MARCHÉ - FÊTE DES MÈRES

Sam. 12 mai | 10h à 13h
École Saint-Jean-Baptiste
2580, rue de l'Église
marchedhiver.com

VÉLOTOUR DES PAYS-D'EN-HAUT

Sam. 19 mai
Départ 8h - Boucle de 100 km
Départ et retour - Petite gare
Profits remis à la Fondation André-Laurendeau
valdavid.com

FOIRE DU VÉLO USAGÉ ROC N' RIDE

19 au 21 mai | 9h-17h
2444, rue de l'Église
rocnrider.com

EXPOSITION « VERS D'AUTRES CIEUX »

19 mai au 10 juin | Vernissage le 19 mai 14h
Exposition des jeunes - Programme éducatif du Centre d'exposition de Val-David
2495, rue de l'Église
culture.val-david.qc.ca

MARCHÉ D'ÉTÉ

26 mai au 6 octobre (samedis) 9h-13h
15 juillet au 19 août (dimanches) 10h-14h
Place publique de Val-David - Rue de L'Académie
marchedete.com

Juin

EXPOSITION « NOUVELLE VUE » DE L'ATELIER DE L'ÎLE

2 au 26 juin
Espace atelier de l'île et à la Petite gare
Vernissage 2 juin | 14h
1289, rue Jean-Baptiste-Dufresne
atelier.qc.ca

GRAND CONCERT ANNUEL

Ensemble vocal Ô Chœur du Nord
Sam. 2 juin, Dim. 3 juin | 16h
Salle communautaire (église)
2490, rue de l'Église
valdavid.com

FÊTE DES VOISINS

9 juin
fetedesvoisins.qc.ca

GRAND PRIX DE VAL-DAVID

10 juin | 8h30 à 17h
Course cycliste - Boucle de 100 km
Départ de l'école Saint-Jean-Baptiste
valdavid.com

DÉFIE TA SANTÉ

Jeu. 14 juin | 18h30
Marche/Course, 3,5 km/5 km
Départ de la Petite gare
5 \$ adulte | gratuit enfants
defietasante@gmail.com

ALLÉE DES CRÉATEURS

16 juin au 8 octobre
Les fins de semaine | 10h-17h
Cœur du village
valdavid.com

LA GRANDE JOURNÉE DES PETITS ENTREPRENEURS

Sam. 16 juin | 9h-13h
Parc Léonidas-Dufresne
valdavid.com

EXPOSITIONS PIERRE LEBLANC - La nature au cœur et l'arbre en bandoulière CAL LANE - Autour de Veiled Hood

Œuvre de Soufia Bensaid réalisée avec Mathieu Patoine
23 juin au 9 septembre
Sam. 23 juin - Vernissage | 14h
Centre d'exposition, 2495, rue de l'Église
culture.val-david.qc.ca

FÊTE NATIONALE DU QUÉBEC

24 juin | Spectacle Canailles
Parc Léonidas-Dufresne
Programmation sur valdavid.com

Septembre

FESTIVAL DES CONTES MALTÉS

6 au 8 septembre
Salle communautaire (église) et à la bibliothèque en matinée
valdavid.com

JOURNÉES DE LA CULTURE

28, 29 et 30 septembre
Plusieurs activités culturelles au village
valdavid.com

Juillet

1001 POTS

6 juillet au 12 août | 10h-18h
2345, rue de l'Église
1001pots.com

EXPOSITION CLAUDE SAVARD

6 au 29 juillet
Salle communautaire (église)
Détail sur valdavid.com

LES BEAUX DIMANCHES À VAL-DAVID

8 juillet au 12 août | Dim. dès 13h
Ateliers artistiques en plein air, guidés par des artistes professionnels
Petite gare
valdavid.com

VISITE DE JARDIN LA CHAUMIÈRE FLEUR SOLEIL

11 juillet au 19 août | Merc. Jeu. Sam. Dim. | 10h-16h
2010, montée du 2^e Rang
chaumierefleursoleil.com

VISITE DE JARDIN LA CLEF DES CHAMPS

14 juillet au 19 août | Visites guidées 10h30
Journée de la calendule | 16 juin
Marché des sorcières | 18 août
2205, ch. de la Rivière
clefdeschamps.net

LES TAMBOURS JAPONAIS

Sam. 28 juillet | 18h45
Parc Léonidas-Dufresne

FESTIVAL INTERNATIONAL HAUTES-LAURENTIDES

Sam. 28 juillet | 20h
Récital avec le pianiste Jean-Philippe Sylvestre et le violoniste Alexandre Da Costa.
Salle communautaire (église)
2490, rue de l'Église
concertshauts-laurentides.com

EXPOSITION D'ARTISTES LOCAUX

Galerie de la petite gare de Val-David
Tous les jours de l'été de 9h à 17h
Programmation sur valdavid.com

Octobre

1001 VISAGES DE LA CARICATURE

6 au 8 octobre
Salle communautaire (église)
1001visages.com

MARATHON DU P'TIT TRAIN DU NORD

Dim. 21 octobre - Marathon (42 km)
Départ 8h40 - Petite gare, Val-David
Arrivées à la Place de la gare, Saint-Jérôme
marathondupetittrainunord.com

LANCEMENT de la programmation estivale le

JEUDI 17 MAI 17H

sur la Place publique de Val-David

Août

DÉFIE TA SANTÉ

Jeu. 9 août | 18h30
Marche/Course, 3,5 km/5 km
Départ de la Petite gare
5 \$ adulte | gratuit enfants
defietasante@gmail.com

FESTIVAL DE MUSIQUE BIG BANG FEST

11 et 12 août | Sam. dès 13h, dim. dès 11h
Au cœur de Val-David
www.bigbangfest.ca

SKATE N' RELATE

Sam. 11 août | en après-midi
Parc Dion
valdavid.com

ÉPLUCHETTE DE BLÉ D'INDE AU LAC PAQUIN

Sam. 18 août | 12h
Parc du Lac Paquin
valdavid.com

UNE MONTAGNE D'AUTEURS LAURENTIENS

Dimanche 26 août | 10h-17h
Un rassemblement autour du livre
Place publique de Val-David
auteursdeslaurentides.ca

PARLONS URBANISME

Le printemps est propice aux projets de construction, de rénovation ou d'installation d'équipements divers pour lesquels il faut souvent obtenir un permis ou un certificat d'autorisation. Soyez vigilants! Vérifiez toujours ce qu'il en est pour votre projet auprès du service d'Urbanisme.

PERMIS DE CONSTRUCTION REQUIS

- La construction, la reconstruction, l'agrandissement d'un bâtiment principal.
- L'installation ou la modification d'une installation sanitaire.
- L'installation d'un système de prélèvement d'eau ou de géothermie.
- Le perçage ou le blocage d'ouvertures.
- Le changement d'une toiture impliquant une nouvelle configuration.
- L'installation d'un nouveau matériau de parement extérieur.
- La construction, l'implantation d'un bâtiment accessoire (remise, cabanon, garage).



PERMIS DE CONSTRUCTION NON REQUIS

- Si les travaux de **rénovation, d'entretien** et de **réparation** envisagés ont une valeur inférieure à 3 000 \$ ou si la **superficie du bâtiment accessoire** est de *moins de 10 m²*.

CERTIFICAT D'AUTORISATION REQUIS

- La construction, l'installation, le déplacement ou la modification d'une enseigne, y compris son support.
- La démolition d'un bâtiment principal ou accessoire.
- L'installation d'une maison mobile.
- L'installation ou la modification d'une piscine.
- La construction, l'installation et la modification d'une clôture ou d'un mur de soutènement.
- L'abattage d'arbres de plus de 10 cm de diamètre mesuré à 1,2 m du sol.
- Les ouvrages et travaux dans la rive ou le littoral (quai).
- Les opérations de remblai et de déblai de plus de 0,60 m.
- L'aménagement d'un logement supplémentaire au sous-sol ou d'un logement supplémentaire intergénérationnel.
- Services professionnels ou commerciaux pratiqués à domicile.

PRÉVOIR UN DÉLAI DE 10 À 15 JOURS POUR L'ÉMISSION D'UN CERTIFICAT D'AUTORISATION OU D'UN PERMIS À L'EXCEPTION DES PROJETS SOUMIS AU PIIA.

ÉCLAIRAGE DIRECT OU INDIRECT DES ESPACES EXTÉRIEURS

Les dispositions suivantes s'appliquent à l'éclairage des bâtiments, constructions, ouvrages et équipements extérieurs :

- L'éclairage direct ou indirect doit se restreindre à l'intérieur des limites du bâtiment, de la construction, de l'ouvrage ou de l'équipement visé.
- Les flux de lumières vers les bâtiments, constructions, ouvrages et équipements doivent présenter un angle maximum de 90 degrés par rapport à la verticale orienté vers le sol.
- En aucun cas, les flux de lumières ne doivent être projetés vers le haut.

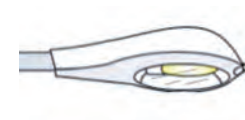
Voie publique

- Il est interdit d'installer une source lumineuse créant un quelconque éblouissement pour le conducteur d'un véhicule circulant sur la rue.



PROBLÉMATIQUES

ADÉQUATS



Pour de plus amples informations:

Service de l'urbanisme | T. 819 324-5678, poste 4223 | servicestechniques@valdavid.com
www.valdavid.com

POTENCE ET mots croisés

Judith Lavoie

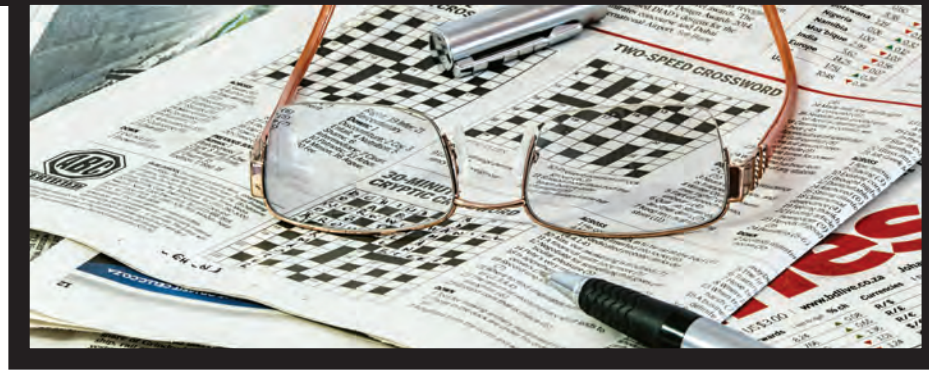
Résidente de Val-David et professeure de traduction à l'Université de Montréal

Je faisais des mots croisés l'autre jour. Cinq lettres. Communique avec la mer. Trenet! Ouah! Me suivez-vous? Trenet! La mer! Qu'on voit danser. Le long. Des golfes clairs. Mais Trenet a six lettres.

Le mot recherché était « étier ».

Étier? Connais pas. Tapé le mot dans le *Grand Robert* : « petit canal par lequel un marais salant communique avec la mer ». Pas clair. Tapé le mot dans Google, cliqué sur « Images » : ah! On voit sur la première photo un petit cours d'eau sinuant entre des berges bordées d'herbes hautes. C'est beau. C'est calme. Sur la neuvième image, un cheval à l'air dubitatif, tête tournée sur sa gauche, semble se demander où aller. Son reflet dans l'étier (pas dans l'évier, ce serait triste, tout de même), son reflet est un peu flou, distant, un cheval sans chevalier, à la croisée des chemins. Oula. Je m'égare. Quoique. Parlant de croisée...

Si on vous posait la question, comme ça, sans plus de cérémonie, diriez-vous que vous êtes plutôt *mots-croisiste* que *verbicruciste*? Aucun des deux? Le premier est un amateur de mots croisés, le second



le conçoit. Quant au cruciverbiste, il fait les deux, ou l'un ou l'autre. Étymologisons. *Cruci-* vient du latin *crux*, croix (exemple, un tournevis cruciforme; pour ma part, j'ai toujours dit *tournevis étoile*, la faute à mon papa, céleri), et *verbiste* découle de *verbum*, mots. On le savait. OK.

Il y a des verbi-crucistes célèbres. J'en connais un. Georges Perec. Wikipédia nous apprend que Perec est un « écrivain et verbi-cruciste [qu'est-ce que je disais] français né le 7 mars 1936 à Paris et mort le 3 mars 1982 [...] ». Membre de l'Oulipo à partir de 1967 [on en reparlera un autre jour], il fonde ses œuvres sur l'utilisation de contraintes formelles, littéraires ou mathématiques, qui marquent son style ». Perec se plaisait en effet à se poser à lui-même des défis en apparence insurmontables comme écrire un roman de trois cents pages sans utiliser la

lettre e. Exploit pourtant réussi (ça s'appelle un lipogramme). Et le titre de l'œuvre? *La disparition*. Pas banal.

Pour occuper le reste de ses temps libres, Perec créait des grilles. Il explique la mécanique d'une telle entreprise dans un ouvrage au titre bien choisi, *Les mots croisés* (Paris, Mazarine, 1979) : « La fabrication d'un mot croisé se compose de deux opérations tout à fait différentes et, à la limite, parfaitement indépendantes l'une de l'autre : la première est la construction de la grille, la seconde la recherche des définitions » (p. 3). La première étape consiste donc à placer les mots les uns sur les autres, aux côtés des autres, collés, superposés aux autres (bon, OK), de sorte que la lecture horizontale ET verticale (oui, j'insiste sur la conjonction) soit possible. Je savais ça et vous aussi. Mais, pour ma part, je n'avais jamais

réfléchi au degré de difficulté que l'exercice pouvait représenter. Vous essayerez (juste pour le fun tsé) et vous verrez...

La seconde étape n'a rien à voir avec la première : « [...] la recherche des définitions est un travail fluide, impalpable, une promenade au pays des mots où il s'agit de découvrir, dans ces alentours imprécis qui constituent la *définition* d'un mot, le lieu fragile et unique où il sera à la fois révélé et caché » (p. 4). Et c'est précisément dans ce lieu fragile que Perec invite le téméraire, l'intrépide, le mots-croisiste sans peur et sans reproche qui osera se mesurer à ses trouvailles. Un petit échantillon pour ceux et celles qui aiment les énigmes : « *Se mange et se boit* = blanquette; [...] *Entre le zinc et le ballon* = sous-verre; [...] *A déjà commencé...* = erosio; [et maintenant, ma préférée :] *Il lui manque effectivement une jambe* = anputée [ouah, trop fort!] » (p. 10-11).

Le premier mot horizontal et le premier mot vertical d'une grille forment ce que les spécialistes appellent la « potence ». Je connais des gens qui n'aiment pas les mots croisés. Je ne les nommerai pas ici, mais j'en connais. Ceux-là, j'en suis sûre, en lisant ce terme de « potence », penseront incontinent au gibet et trouveront le terme bien choisi. Au fond, je suis triste pour eux. Je pourrais même verser une petite larme. Une larme de Coureur des bois? Allez savoir!

LES PORTRAITS DE



La Mie Richard

Boulangerie artisanale

POUR LE MOIS DE MAI
La Mie Richard vous présente...

...SES AIDES-PÂTISSIÈRES.

Janie, Myriam et Cynthia sont comme un soleil du printemps dans la boulangerie. Elles sont toujours souriantes et prêtes à accompagner la chef pâtissière dans les différentes tâches de production.

Une équipe formée par la crème de la crème pour satisfaire notre clientèle grandissante amatrice de plaisirs sucrés et salés. En effet, chacune est titulaire d'un D.E.P. en pâtisserie de l'École hôtelière des Laurentides. De plus, Myriam est aussi diplômée en cuisine et en boulangerie.



Pour le mois de mai, notre trio vous suggère nos biscuits : palets aux raisins, oursions au beurre, biscuits à la mélasse, macarons à la noix de coco et encore plus.

L'équipe de la boulangerie tient à féliciter Janie, qui attend son deuxième enfant. Aura-t-il la dent sucrée ou salée?

« LE CANOT... à travers les eaux de ma mémoire! »

Pierre Leblanc

Tranquillement, sans faire de vagues, seulement quelques petits sillons, avec des petits flacotis sur les francs-bords... le canot flottait sur la rosée du matin, comme disait Bernard. On le dirigeait ainsi sur la rivière Saint-François, vers le chenal du Moine, à travers cette accalmie qui ne dura pas! La mise à l'eau se faisait au bout du champ, en contrebas, en face d'la maison à Tonio, son oncle, dont le terrain donnait accès directement à la rivière. Parfois, en faisant la mise à l'eau, on effarouchait une ou deux sarcelles qui, surprises, s'envolaient dans un grand battement d'ailes.

Et l'aventure commençait, en partance sur le Saint-François-du-Lac. Bernard avait entendu dire qu'au chenal du Moine (mais je dois préciser tout de suite que pour nous, tout comme pour les gens d'la place, on disait plutôt : ch'nail du Moine!), alors, au ch'nail du Moine, il y avait un restaurant du nom de Berthe Beauchemin qui faisait de la gibelotte. Une espèce de fricassée avec plusieurs sortes de poissons, dont d'la barbotte et d'la perchaude, avec des oignons, des patates et je ne sais trop quoi d'autre. Mais là n'est pas l'essentiel; l'essentiel est que chez la madame en question, on pouvait manger tout ce que l'on pouvait pour la somme astronomique de... 2 dollars! Un « *all you can eat* » à très bon prix, en quelque sorte, pour ceux qui avaient grand appétit! Pour les autres, ça demeurait assez cher. Faut dire qu'à l'époque, un paquet de 25 cigarettes se vendait 55 cents...

Mais pour nous y rendre, chez la mère Beauchemin, nous prenions le chemin du ch'nail, à travers les îles de Sorel, en canot, par la rivière Saint-François. Ainsi, nous nous sentions soudés à l'histoire, installés dans notre canot, à l'intérieur de ce lieu magique.

Les îles de Sorel, c'était le père Didace, oui, le fameux Didace Beauchemin, le patriarche dans *Le Survenant*¹. J'le voyais pratiquement à chaque détour d'la rivière, à travers les méandres, puis



devant l'île Ronde, suivie de l'île Saint-Joseph à droite, et finalement, lorsque nous prenions l'embranchement de la rivière Yamaska à gauche, j'avais vraiment l'impression que l'île Didace était là, dans sa chaloupe, attelé à ses rames, son fusil de chasse à sa portée, bien appuyé à l'avant dans la pince de la chaloupe. Moi, je laissais Bernard nous guider, car dans tout ce fatras d'eau, de joncs et d'îles, je n'y comprenais pas grand-chose.

Mais j'aimais cette aventure dans laquelle nous étions les acteurs principaux. Un *Survenant live*, en quelque sorte, et on voguait allègrement à travers l'histoire, vers ces femmes et ces hommes grandeur nature, comme dirait Miron, qui habitaient le lieu en nous habitant tout autant. Nous en parlions tout le long du trajet. Ils nous accompagnaient!

Autant Amable Beauchemin, le fils paresseux de Didace, traînant les pieds, que Gros-Gras Provençal, qui envie la terre de Didace, ou Rose-de-Lima, la maîtresse d'école; Phonsine, belle-fille de Didace, avec sa « tasse », Angelina, la noire, « la noire », et le grand dieu des Routes, le *Survenant*! Ils étaient tous là, présents, et devenaient nos fiers compagnons de route. Ainsi, à travers notre propre épopée, nous arrivions finalement à

l'embranchement de la rivière Yamaska puis, à une autre enfilade d'îles, dont l'île aux Cochons, d'où je ramenai le souvenir d'une nuit passée dans une grange pour y dormir : un vieux canard de bois abandonné et une tête de canard noir, elle aussi sculptée dans le pin, et que je possède toujours. Dans un autre détour, l'île d'Embaras (quel nom merveilleux pour une île, non?), suivie de l'île au Citron et l'île de la Perche. Quelle expédition nous faisons alors! Les canards et les outardes accompagnaient notre équipée, suivis des

macreuses, des hérons, des butors et autres volatiles. On se disait : vivement le temps d'la chasse! Mais pas le temps d'la chasse pour ce que l'on entend normalement. Pour nous, le temps de la chasse, c'était un temps de l'année pour nous retrouver, Bernard et moi, dans cette nature flottante et mouvante, avec notre canot. La chasse devenait prétexte, car la plupart du temps, nous revenions bredouilles, et cela ne nous dérangeait pas. Les gars du coin nous taquinaient et disaient qu'on tirait comme des « mal de ventre ». Mais nous, nous nous en foutions. Bernard leur répondait invariablement qu'il était très difficile pour nous de tirer entre les canards et que les plombs n'en touchent pas un. Et nous nous bidonnions en leur tournant le dos.
(À suivre en juin.)

¹*Le Survenant* est un roman de Germaine Guèvremont publié en 1945. L'auteure en fera une série télé, diffusée sur les ondes de Radio-Canada en 138 épisodes de 30 minutes en noir et blanc, diffusés du 30 novembre 1954 au 9 juillet 1957, et suivis de la série *Au chenal du moine* (1957-1958), puis de *Marie-Didace*, de septembre 1958 à juin 1959, et enfin à nouveau du *Survenant*, d'octobre 1959 à juin 1960. (NDLR)

CONCOURS

Ciné-Perle

GAGNEZ

1 location gratuite

RAPPORTEZ-NOUS
la réponse
à la question
avant le 10 mai

? QUEL EST LE TITRE DU FILM dans lequel Tom Hanks reçoit cette réplique de sa mère : « La vie c'est comme une boîte de chocolats, on ne sait jamais sur quoi on va tomber »?

CINÉMATHÈQUE

MÉLIÈS

2501, de l'Église, Val-David | 819 322-2741
cinemathequemelies@outlook.com

<p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold; color: red;">8 MAI</p>  <p style="font-size: 0.8em;">LES PAYS D'EN HAUT Saison 3, téléserie Québécoise CINQUANTE NUANCES PLUS CLAIRES (FIFTY SHADES FREED) Drame</p>	<p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold; color: red;">15 MAI</p>  <p style="font-size: 0.8em;">INNOCENT (BACKGROUND CHECK) Comédie QC LA PANTHÈRE NOIRE (BLACK PANTHER) Action</p>	<p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold; color: red;">22 MAI</p>  <p style="font-size: 0.8em;">LE 15:17 POUR PARIS (THE 15:17 FOR PARIS) Drame LE MOINEAU ROUGE (RED SPARROW) Suspense</p>	<p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold; color: red;">29 MAI</p>  <p style="font-size: 0.8em;">ANNIHILATION Science-fiction MOI CONTRE LES GÉANTS (I KILL GIANTS) Aventure</p>
--	---	---	---

Arbori-tech

SERVICES ARBORICOLES

819 320-0102 • arbori-tech.com

- Élagage
- Abattage
- Inspection et prévention
- Plantation
- Taille de haies
- Essouchement
- Haubanage

Résidentiel • Commercial • Municipal

CHARLES GAUTHIER

Arboriculteur élagueur

info.arboritech@gmail.com

UNE RENCONTRE AMICALE DU MARCHÉ D'ÉTÉ DE VAL-DAVID

Le dimanche 20 mai à 13 h 30 à l'église de Val-David

avec **Julie Aubé**, nutritionniste, auteure,
spécialiste en agrotourisme et tourisme gourmand

**ENTRÉE
GRATUITE**

10 RAISONS D'ÊTRE AGROTOURISTE Ou pourquoi s'intéresser à ceux qui produisent nos aliments

Julie Aubé

Nutritionniste gourmande

Nutritionniste depuis 12 ans, Julie Aubé a une maîtrise en nutrition et un certificat en gestion des pratiques socioculturelles de la gastronomie. D'une curiosité insatiable et d'un enthousiasme contagieux, elle fonde en 2010 son site JulieAube.com, portant sur le plaisir de cuisiner, de bien manger et de voyager gourmandement.

Pour elle, « bien manger » ne se limite pas aux saveurs et à la qualité nutritive des aliments : cela inclut aussi de s'intéresser à leur origine et à ceux qui les ont produits. Elle publie, en 2016, le livre *Prenez le champ!* aux Éditions de l'Homme, dans lequel elle propose des escapades et présente des portraits de producteurs et artisans québécois qui accueillent les visiteurs. Rien de tel pour associer des histoires, des paysages et des visages aux aliments! Elle donne des conférences sur le sujet et orchestre de savoureux Événements Prenez le champ! qui permettent de vivre une expérience unique en milieu agricole et de faire des rencontres inoubliables!

La conférence « 10 raisons d'être agrotouriste »

La conférence de Julie, à la fois, donne des fourmis dans les jambes et met l'eau à la bouche. En 10 points, elle explique avec beaucoup d'images, d'exemples et d'anecdotes, l'ensemble des bienfaits (pour nous, l'environnement et la société) qu'il y a à rendre visite à nos producteurs, à nous rapprocher de ceux qui produisent nos aliments : valeur de l'achat local, fraîcheur, développement du goût des enfants, sensibilité accrue au gaspillage, circuit court, économie régionale, inspiration culinaire. Les gens en sortent informés, inspirés... et prêts à prendre le champ gourmandement!

Le lundi 16 avril dernier avait lieu le premier gala des Lauriers de la gastronomie québécoise. À cette occasion, plus de 800 personnes ont assisté à l'événement, animé par Christian Bégin. Parmi les finalistes, Julie Aubé a reçu le Laurier du Tourisme gourmand. Elle a confié son impression à *Ski-se-Dit* : « Quelle tape dans le dos, ce prix Laurier du Tourisme gourmand pour les Événements Prenez le champ! Un prix à partager avec les autres finalistes aux entreprises



TIRAGE
sur place,
le 20 mai,
de cinq
exemplaires
du best-seller
de Julie Aubé
*Prenez le
champ!*



extraordinaires (Cassis Monna & Filles, Miels d'Anicet, Le fumoir d'antan, Domaine Acer, Économusée de l'acériculture - boissons alcoolisées) et avec tous les agriculteurs et artisans gourmands qui ont collaboré à un de nos événements (Guy-Louis Poncelet, Ferme Cormier, Fromagerie Au gré des champs, Rusé comme un canard, Vignoble Les Pervenches, Caribou, Jean-Philippe Desjardins, Pascal le boucher, Ferme des Arpents roses, Clos Saragnat, Vignoble Pigeon Hill,

Microbrasserie Auberge Sutton Brouère, La Terre des Bisons, Érable Rouge, Domaine Le Grand Saint-Charles et les autres!).

Je le partage aussi avec tous ceux qui ont participé à un (ou plusieurs!) événement Prenez le champ depuis un an. C'est avec bonheur que je vais continuer de vous orchestrer des occasions de rencontres uniques avec des producteurs passionnés et passionnants! xxx»

MARCHÉ



**Fête
des
Mères**

**SAMEDI
12 MAI**

10 h à 13 h

École Saint-Jean-Baptiste

40 EXPOSANTS

Le **PRINTEMPS ARRIVE**
dans nos assiettes!

marchedhiver.com
819 322-6419

**LE MARCHÉ D'ÉTÉ
DE VAL-DAVID**

PROCHAINE SAISON :
DU 26 MAI AU 6 OCTOBRE 2018

TOUS LES SAMEDIS DE 9 H À 13 H
rue de l'Académie

FAITS sans détour

Lors de l'assemblée publique du 10 avril dernier, Marie-Claude Cossette, vice-présidente de l'OBNL Marché public des Laurentides, organisme qui gère le marché d'été de Val-David, s'est adressée au conseil municipal de la Municipalité de Val-David. Voici son allocution.

Madame la Mairesse, membres du conseil municipal, Bonsoir,

Mon nom est Marie-Claude Cossette. Je suis vice-présidente du Marché et je viens vous parler de celui-ci. Nos membres, qui sont les producteurs exposants, désirent d'emblée exprimer leur fierté et leur enthousiasme de participer au marché de Val-David. Nous en remercions la population et la Municipalité. Notre marché de Pâques, qui s'est tenu le 31 mars dernier, a d'ailleurs attiré plus de 1350 visiteurs, dont la grande majorité sont résidents de Val-David. Ce fut encore une belle rencontre où la joie et la convivialité ont régné.

Le marché a un ancrage local depuis 18 ans maintenant. Et la Municipalité est un partenaire central depuis sa fondation. Notre marché rayonne également à l'échelle du Québec. Nous sommes membres de l'Association des marchés publics du Québec, l'AMPQ, qui comprend plus d'une centaine de marchés publics au Québec. Cette association s'est dotée de normes de qualité auxquelles nous adhérons. Un marché public, c'est quoi? Voici la définition adoptée par l'AMPQ pour les 120 marchés publics du Québec membres :

« Considérés comme une extension des activités de la ferme, les produits offerts en marché public doivent provenir principalement de producteurs, transformateurs et artisans de l'agroalimentaire. Un marché public est reconnu comme tel si :

- deux tiers et plus des marchands sont des producteurs, transformateurs ou artisans agroalimentaires;
- sa structure juridique est soit un organisme à but non lucratif, soit une coopérative ou un organisme paramunicipal et reconnu comme tel;

- l'organisation maintient un lien technique ou financier avec la ville hôte. »

Considérés comme une extension des activités de la ferme, les produits offerts doivent, dans une proportion de 66 %, provenir principalement de producteurs, transformateurs et artisans de l'agroalimentaire. Vous qui connaissez bien notre marché savez que le marché de Val-David va au-delà des normes de l'AMPQ, avec 99,9 % des exposants qui offrent des produits agroalimentaires. Notre marché est une entreprise d'économie sociale, organisée sous la forme d'un OSBL, c'est-à-dire une personne morale à but non lucratif. Ce qui veut dire qu'il n'y a aucune prise de profit par l'organisation, les revenus devant être réinvestis dans le développement et la réalisation de la mission auprès des producteurs et de la communauté.

Notre conseil d'administration est composé de cinq administrateurs bénévoles qui sont élus démocratiquement lors de l'assemblée générale des membres.

Vous vous rappellerez qu'à ses débuts, le marché était installé sur le terrain adjacent au Metro.

Suite à la construction de la pharmacie, le marché s'est déplacé sur le site du stationnement de la bibliothèque et sur un bout de la rue de l'Académie. Nous y sommes depuis 12 ans. Le stationnement de la bibliothèque, dans le cadre du PPU adopté par la Municipalité, est devenu une partie de la Place publique, un lieu communautaire qui propose également une programmation culturelle, sportive et communautaire selon les saisons. Nous sommes heureux d'intégrer le marché à cet espace dédié au bien public. Et soyez assurés de notre entière collaboration.

Nous devons être fiers d'avoir réussi à créer ensemble un marché public aussi connu et reconnu que le nôtre et réputé dans l'ensemble du Québec. Savez-vous que le marché de Val-David a acquis une réputation à l'échelle nationale comme étant l'un des plus complets, des plus authentiques, en plus d'être

reconnu comme le plus beau marché champêtre du Québec?

Nous avons toujours eu le souci de rechercher le meilleur produit qui soit, offert par le meilleur producteur. Notre marché est le reflet de la région et c'est plus de 75 % des producteurs des Basses et Hautes-Laurentides qui y sont présents chaque semaine de l'été.

Lors de l'assemblée générale du 1^{er} avril dernier, nos membres ont renouvelé notre engagement pour le développement de l'agriculture au Québec, avec comme enjeux de soutenir la relève, de favoriser la croissance, d'aider à la survie des fermes artisanales en stimulant la prospérité par la vente directe au consommateur.

À ce sujet, je vous invite à lire la Politique bioalimentaire que le ministre de l'Agriculture a rendue publique le 6 avril 2018¹. Vous constaterez alors à quel point les marchés publics sont un vecteur important dans l'économie des régions.

Nous sommes conscients que le marché crée de l'achalandage dans notre village, comparable à des centres d'intérêt comme les 1001 Pots et le Parc régional. C'est pourquoi nous réitérons notre engagement à continuer à travailler avec vous, notamment pour améliorer la fluidité lors des heures de pointe. Et cependant, s'il est vrai que la circulation peut être un irritant pour certains, il ne faut pas oublier que la clientèle de notre marché à Val-David est composée à plus de 90 % de résidents. Cette fidélité de la population démontre clairement que l'intérêt général dépasse largement l'inconvénient d'un surplus de circulation durant trois ou quatre heures par semaine.

Il se peut que certains remettent en question le prix des produits vendus au marché. Je ne dirai qu'une chose : cela relève directement de la politique de prix de chacun des producteurs, et libre à chaque consommateur de faire ses choix.

Saviez-vous que parmi les nouveaux résidents ayant choisi de s'établir à Val-David, plusieurs d'entre eux nous ont dit que la présence du marché avait influencé leur choix? On dit parfois du marché qu'il est comme un « perron de l'église ». C'est une image assez juste, car nous nous efforçons de faire du marché un endroit convivial, communautaire, ouvert à tous et généreux.

Quoi qu'il en soit, on ne peut nier que le marché qui est un vecteur important de la vitalité économique dans notre localité. Plusieurs études ont démontré que les retombées économiques étaient importantes et bénéfiques pour l'ensemble des commerces.

En 2018, dans le cadre des installations de la nouvelle Place publique, le Marché pourra accueillir quelques groupes communautaires qui en ont déjà fait la demande. Parmi les autres actions que le Marché entreprend, soulignons notre participation au projet Nourrir son village avec les enfants, la mise sur pied d'un projet avec une enseignante et des enfants de l'école Saint-Jean-Baptiste, la collecte de fonds « Les Bols du partage » et une contribution régulière au Comptoir alimentaire. Parmi les activités complémentaires au marché du samedi, cette année, nous lancerons des ateliers culinaires pour les enfants et proposerons des démonstrations culinaires pour les adultes. Et bien entendu, nous restons ouverts à d'autres collaborations utiles à la population.

Nous vous remercions du temps que vous nous avez accordé et nous profitons de cette tribune pour inviter toute la population à venir rencontrer ses producteurs préférés à la fête des Mères, le 12 mai, à l'école Saint-Jean-Baptiste, et sur la Place publique, rue de l'Académie, à compter du 26 mai. Info : marchedete.com • 819 322-6419.

¹<http://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Ministere/politique/Pages/Politique-bioalimentaire.aspx>

SUR UNE NOTE POSITIVE :

Les Marchés d'ici sur les médias sociaux

MARCHÉS d'ici
VAL-DAVID

À cette fin, la page Facebook générale de l'organisme a été réassignée exclusivement au Marché de Val-David, et de nouvelles pages Facebook ont été créées pour les autres Marchés d'ici dans le but d'assurer une pertinence optimale, localement.

Un compte Instagram a également été mis en marche le 14 avril dernier, afin de contribuer au rayonnement de fiers producteurs et artisans-transformateurs, de clients satisfaits, et de l'ambiance générale de nos marchés. Ce compte publiera des photographies inspirantes sur une base quotidienne.

L'organisme entame cet été un virage web pour accroître sa présence sur les médias sociaux afin de donner encore plus de portée à sa mission : la mise en valeur du patrimoine agroalimentaire québécois!

Les pages sociales des Marchés d'ici seront également animées d'une manière interactive et ludique. Par exemple, nous proposerons régulièrement différents concours et sondages afin d'en connaître davantage sur ce qui vous fait le plus vibrer dans nos marchés et ce qui pourrait y être amélioré.

Restez à l'affût de toutes les nouveautés, offres spéciales, articles inspirés, photos du jour, bloopers captés à la volée et publications repartagées de vos producteurs préférés. Rien de moins!

Vous pouvez trouver toutes ces pages en accédant au portail web suivant : www.marchesdici.com

Et si vous prévoyez un parcours gourmand, profitez-en pour vous abonner aux pages de nos différents marchés situés à Prévost, Mirabel, Saint-Lambert, Saint-Constant et Lac-Brome!

Au plaisir de « connecter » avec vous!
L'équipe des Marchés d'ici

LE MARCHÉ D'ÉTÉ À VAL-DAVID : Une force pour le milieu

Suzanne Lapointe

Résidente de Val-David
Représentante sur le site, rue de l'Académie

Je me souviens, il y a quelques années, d'avoir été interpellée par une dame de Val-David sur la rue de l'Église, quelques semaines avant l'ouverture du marché. Elle m'a dit : « Enfin l'été! Enfin le Marché d'été! Je mets mes plus beaux atours et avec ma sœur, nous faisons chaque semaine nos emplettes. Et on y passe tellement de beaux moments entourées de nos amis! »

En effet, c'est chaque fois la même chose : en entrant au marché, on le ressent clairement : l'atmosphère est à la bonne humeur et au plaisir. L'œil embrasse une panoplie de couleurs, on respire les parfums frais de la terre et des herbes, on entend une sorte de bourdonnement heureux : les gens ici se réjouissent de revoir à la fois des collègues, des clients et des amis. On jase, on explore les étals, on partage pêle-mêle des idées,

des souvenirs et des envies de goûter à tout. On est comme chez nous; c'est un peu ça, le bonheur.

Et justement, que veut dire « chez nous », pour moi? Ça veut dire le Québec. Ça veut dire accéder à des produits de nos terroirs, qu'ils viennent de Val-David ou des terres alentour, que ce soit du Lac-Saint-Jean, de Franklin ou de Mont-Laurier : c'est toujours chez nous. Et c'est pour moi une bonne définition de l'expression « achat local ». La fierté que je ressens est sans borne lorsque je découvre à notre marché de Val-David un produit créé chez nous, au Québec. Et qui en plus, comme cela arrive fréquemment, gagne des prix durant des salons prestigieux comme le SIAL!

Parce qu'un marché, c'est aussi fait pour sortir des sentiers battus et faire des découvertes. Si nos jeunes producteurs, où qu'ils soient, ne peuvent pas accéder au marché de la grande distribution parce qu'ils ne produisent pas suffisamment, il faut au moins qu'ils puissent rejoindre dans nos marchés publics une clientèle capable de goûter et

d'apprécier leurs produits. C'est à ça que servent les marchés publics. C'est comme ça qu'une agriculture inventive et une culture alimentaire se développent. Regardez la France, où il y a un marché public dans chaque village! Ne sont-ils pas devenus, avec tous ces produits de leurs terroirs, les leaders mondiaux de la gastronomie?

Notre marché à Val-David a aussi pour mission de faire connaître à nos clients (qui nous le demandent) de nouveaux produits issus du vaste et riche patrimoine agroalimentaire du Québec. C'est notre mission, et croyez-moi, je suis bien placée pour le savoir, lorsque je vous dis que ça prend une administration solide et réellement dédiée à cette tâche pour faire d'un marché public une plaque tournante de la qualité, de l'authenticité, de la traçabilité et de la diversité alimentaire. C'est un boulot constant, mené tout au long de l'année par notre équipe, son CA et sa direction. Un boulot aussi exigeant que de cultiver une terre ou faire de l'élevage. Mais tout aussi passionnant, il faut bien le dire.

Notre marché a une vision, et pour survivre, il se doit d'être en constante évolution. Derrière les glorieuses, nous cherchons constamment à mieux faire, à offrir plus, à nous renouveler. Val-David, depuis 18 ans, est notre base. Car l'ouverture d'esprit des gens de Val-David est incroyable. Cette affirmation ne vient pas de moi, mais des exposants eux-mêmes. Ils me disent qu'à Val-David, les gens sont dynamiques, enthousiastes et toujours prêts à essayer de nouveaux produits. C'est certainement ce qui nous encourage le plus à continuer, en dépit des difficultés inévitables qu'un événement de cette envergure représente. Ainsi, étant donné que la majorité de la clientèle vient de Val-David, mon rôle sur le terrain est d'être à votre écoute. J'apprécie les encouragements, j'écoute la critique; qu'elle soit positive ou négative, elle est toujours bienvenue. Car à mes yeux, il y a toujours une solution, pour peu que la bonne volonté y soit. Notre marché est un atout incomparable pour Val-David. Prenons-en soin.

AMI-E-S DU MARCHÉ, on vous tire le portrait!



J'  mon
Marché
VAL-DAVID

Le Marché d'été de Val-David est un OBNL qui aura 18 ans cette année.

Il a été fondé dans l'intérêt de la population de notre municipalité. Aujourd'hui, les producteurs, le conseil d'administration et les employés du marché demandent à la population son appui pour assurer sa pérennité.

Un kiosque à photos sera installé au marché de la fête des Mères, **le 12 mai, à l'école Saint-Jean-Baptiste**, ainsi qu'au premier marché d'été, **le 26 mai, rue de l'Académie**.

Pour participer à notre photomaton, veuillez simplement vous présenter au kiosque à photos avec votre sourire et vos produits. Vous nous aiderez ainsi, par votre témoignage, à poursuivre notre travail pour maintenir un marché bien organisé et en constante évolution.

Tous les participants recevront leur photo par courriel, et ces photos seront également partagées sur Facebook, sur la page Marchés d'ici - Val-David.

L'équipe du Marché d'été de Val-David espère votre appui pour continuer son travail dans un climat serein et constructif pour tous.

Merci de reconnaître la qualité de nos efforts et de partager avec nous le plaisir tous les samedis matin de l'été d'avoir accès directement à plus de 80 des meilleurs producteurs artisans du Québec, dont plus de 76 % viennent de la région des Laurentides.

Cordialement,

L'équipe
des Marchés d'ici



DU SAUMON DANS VOTRE ASSIETTE... même génétiquement modifié?



La première cargaison de saumon génétiquement modifié par la firme américaine AquaBounty Technologies est arrivée au Québec en 2017. Ce sont 4,5 tonnes de ce poisson élevé exclusivement au Panama qui sont arrivées sur nos marchés et ont fait des Québécois les premiers au monde à consommer ce drôle de salmonidé. Baptisé *GM AquAdvantage* (avantage, mais pour qui?), il a obtenu l'approbation de Santé Canada et de l'Agence canadienne d'inspection des aliments en 2016, lesquelles n'exigent pas d'étiquetage OGM obligatoire, malgré le droit du consommateur de savoir ce qu'il y a dans son assiette. Jusqu'à présent, on ne connaît pas les risques pour la santé à consommer un tel poisson, un composé génétique du saumon quinnat et de la loquette d'Amérique.

Cette combinaison permet aux saumoneaux d'atteindre leur taille commerciale en 18 mois, au lieu de trois ans, comme c'est le cas du saumon sauvage. Dans le même ordre d'idée, le Canada approuvait en novembre dernier la production d'œufs de saumon OGM au Canada, violant ainsi sa propre loi interdisant la production de saumon génétiquement modifié au pays. Cet ersatz du saumon pourrait devenir une espèce envahissante, mettant à risque les écosystèmes sauvages. Un seul saumon relâché dans l'océan pourrait déclencher un désastre écologique, selon les groupes Ecology Action Centre et Living Oceans Society.

Source : *Le monde au naturel*, avril 2018

Mois PROCHAIN



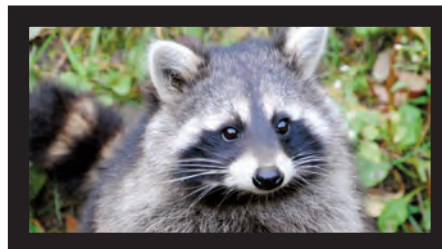
Charles Gauthier aime les arbres. Pas pour en faire des crayons, mais pour en prendre soin.
Entrevue en juin avec un homme qui regarde les arbres autrement.

LEQUEL EST le plus intelligent?

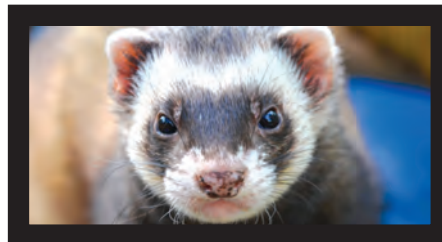
Récemment, des biologistes ont évalué la densité du cortex de huit carnivores : raton laveur, furet, ours, mangouste, lion, hyène, chien et chat. L'étude avait pour objet de savoir comment cette zone du cerveau, liée à la planification et aux comportements complexes, a pu évoluer selon chaque espèce. Les résultats sont surprenants. Ils sont exprimés ici en ng/mg, soit en nanogrammes par milligramme. À titre de comparaison, le cortex humain comprend autour de 120 000 ng/mg.

Le plus malin (18 510 ng/mg)

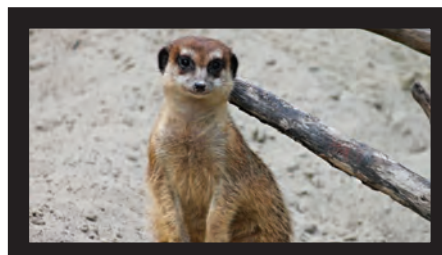
Les modestes 24 g du cortex du raton laveur affichent une densité neuronale digne de celle des primates! Le signe sans doute d'une intelligence hors-norme.



Le furet (12 473 ng/mg)



La mangouste (12 462 ng/mg)

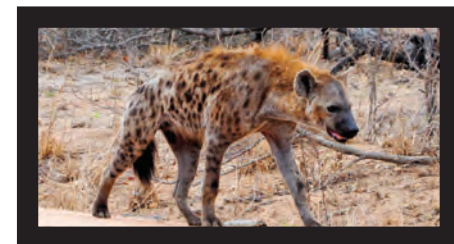


Le chien (8061 ng/mg) et le chat (10 334 ng/mg)

Chien et chat ont des densités corticales assez proches. Mais le chien supplante largement le chat en nombre total de neurones, autre indicateur d'intelligence.

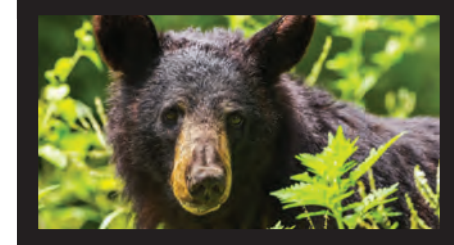


La hyène (7343 ng/mg)



Le lion (3897 ng/mg) et l'ours (1130 ng/mg)

Le lion et l'ours ne sont pas les plus vifs, et cela s'explique par le coût énergétique des neurones du cortex, excessif pour leur masse corporelle importante.



Source : *Frontiers in Neuroanatomy*, février 2018



Le marché des voitures électriques est en pleine explosion. Plus de modèles pour chaque marque, plus de marques, plus de choix. Pour le consommateur, pas évident de s'y retrouver. Dans notre édition de juin, nous allons proposer à nos lecteurs un guide de base pour les aider. Beau défi! Un jury international formé de 25 femmes journalistes automobiles a élu la

Hyundai IONIQ «Voiture mondiale de l'année 2017». La berline coréenne, est le seul véhicule au monde offrant simultanément des versions hybride, hybride rechargeable et électrique sur une même plate-forme. Où en est-elle en 2018 et que font les autres? Réponse dans notre édition du 7 juin.

« Dis-moi, grand-papa... » DIALOGUE N° 14

Anaïs, notre petite-fille, avec la candeur de sa tendre enfance, mais déjà curieuse et précoce pour son âge, s'interroge ici sur les mystères de la vie et questionne son grand-père...

Richard Claude Lauzon

(Le mois dernier, Anaïs avait eu de la difficulté à s'endormir parce qu'elle avait trop d'idées en tête. Son grand-papa lui avait alors donné quelques trucs pour l'aider à s'apaiser avant son sommeil. Cette fois-ci, elle désire mieux comprendre ce que cela peut bien vouloir dire que d'être « raisonnable »...)

(En arrivant chez Anaïs avec grand-maman vers 10 h, ce matin de Pâques, et après les câlins d'usage.)

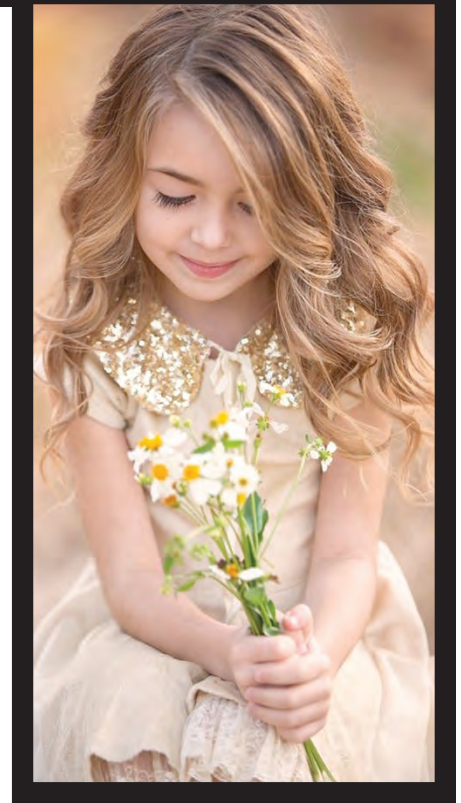
– Comment va mademoiselle Anaïs, aujourd'hui? lui demande son grand-papa.
– (Avec un petit air de gêne, comme au début de chaque rencontre.) Ça va bien.
– Est-ce que tu dors mieux depuis qu'on s'est parlé l'autre jour?
– Oui, puis je suis rai-son-na-ble!
– Ah oui? Pourquoi dis-tu ça?
– Parce que maman m'a dit que je suis raisonnable, mais seulement des fois.

– Seulement des fois? Pas toujours?
– Mmmm... seulement des fois.
– Raconte-moi donc combien tu as été raisonnable la dernière fois, ma chouette.
– Ben, hier, papa et maman étaient avec des amis et je leur ai pas montré tous mes nouveaux dessins.
– Pourquoi?
– Parce qu'ils voulaient se parler entre eux et que ça les aurait dérangés si j'avais montré tous mes dessins.
– Tu en avais tant que ça?
(Elle se met à compter sur ses doigts et s'arrête au bout de 5.)
– Wow, tu en fais beaucoup de dessins, toi. Veux-tu me les montrer?
(Elle se retourne vers sa maman pour avoir son approbation; celle-ci fait un petit « oui » de la tête en souriant. Anaïs court alors vers sa chambre et revient avec une pile de dessins.)
– Tiens, grand-papa. J'en ai laissé deux dans ma chambre. Est-ce que c'est raisonnable, ça?
– Oui, choupette. Je te trouve très raisonnable.

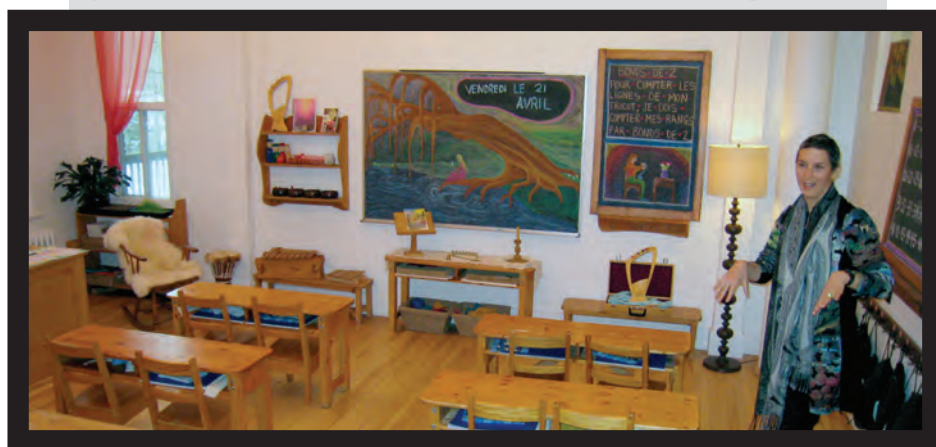
Et qu'est-ce que tu as fait aujourd'hui pour être aussi raisonnable?

– Rien!
– Bien moi, je vais te fournir une très belle occasion de l'être tout de suite.
(Grand-papa, qui avait gardé les mains derrière son dos, lui tend une boîte en forme d'autobus rempli de quatre passagers bien spéciaux : un canard, un lapin, un chat et un chien en... chocolat. Les yeux d'Anaïs, déjà très grands, n'en finissent plus de s'agrandir. Elle prend la boîte, l'ouvre, prend le lapin entre ses mains, le caresse du bout des doigts. On entend alors le papa lui dire : « C'est seulement pour le dessert, Anaïs; d'accord? » Elle regarde le lapin, réfléchit un instant, le remet dans la boîte et retourne au salon jouer sans tristesse avec son casse-tête.)
– Bravo, ma belle! Tu viens tout juste d'être vraiment obéissante et raisonnable. Si tu peux l'être au moins une fois par jour, tu deviendras une grande fille.

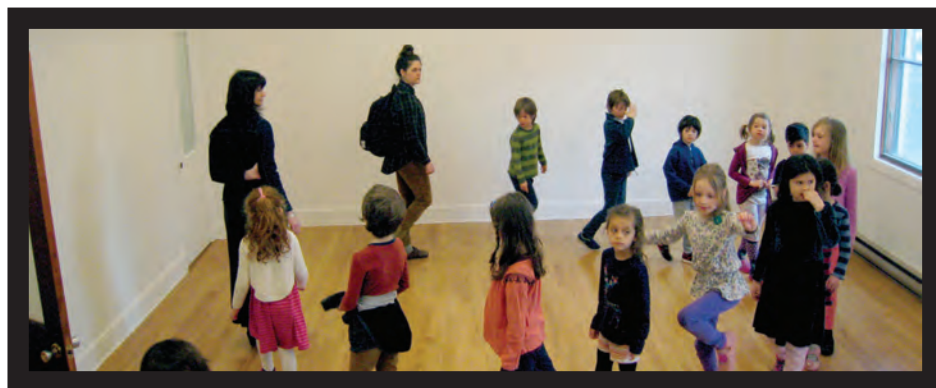
(À suivre en juin.)



LE COUVENT FAIT peau neuve avec Imagine



La présidente de l'organisme qui gère l'école Imagine à Val-David, Noëmi Glen, nous montre une classe.

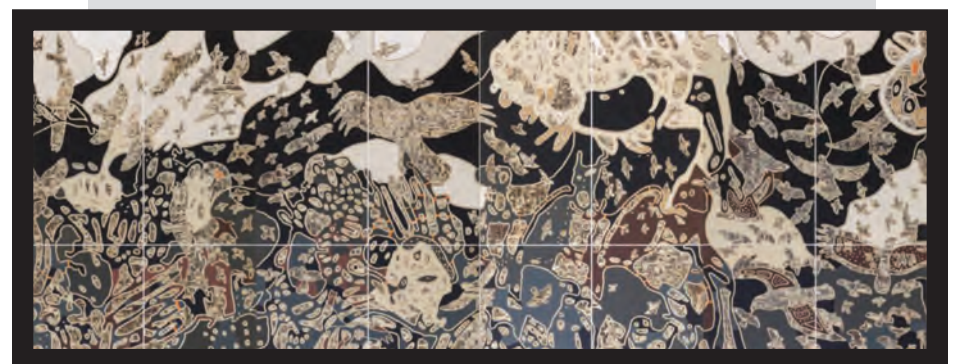


La chapelle du second étage du couvent a été transformée en salle commune.

PHOTOS : JEAN-PATRICE DESJARDINS

Jean-Patrice Desjardins a assisté à l'ouverture officielle de la nouvelle école Waldorf à Val-David, dans les locaux de l'ancien couvent des Sœurs de Sainte-Anne, voisin de l'église.
Lisez son texte sur notre site internet ski-se-dit.info.

LE MUR DES RAPACES, SUITE 2 DE RENÉ DEROUIN ... en tournée itinérante au Mexique 2018-2019



L'exposition itinérante *LE MUR DES RAPACES, SUITE 2* sera inaugurée le 9 mai 2018 au Museo Ex Convento del Carmen, à Guadalajara, au Mexique, en présence de madame Myriam Vachez Plagnol, secrétaire de la culture de l'État de Jalisco, de madame Stéphanie Allard, déléguée générale du Québec à Mexico, et de monsieur Alejandro Matos Uribe, directeur du Festival culturel de Mayo.

Cette exposition est sous la direction du commissaire Jose-Manuel Springer et du muséologue Marco Barrera-Bassols, et se poursuivra à Mexico D.F. en juillet prochain.

Cette exposition, qui représente 75 œuvres dont trois murales de bois gravé polychrome, est la suite de l'exposition du Centre d'exposition de Val-David

de juin 2017. Le commissaire mexicain Jose-Manuel Springer y a ajouté de nouvelles œuvres créées spécialement par l'artiste pour cette exposition, qui est la *SUITE 1* du *MUR DES RAPACES*.

Le commissaire a choisi des œuvres qui datent de 2000 à 2017, ce qui en fait une mini-rétrospective de l'origine de cette thématique *RAPACES*.

En 2019, cette exposition sera présentée au Musée d'art contemporain de Baie-Saint-Paul du 15 juin au 3 novembre, et soulignera le 25^e anniversaire du projet *Migrations* au Fonds du fleuve Saint-Laurent. Un catalogue en français et en espagnol est disponible sur cette exposition. Pour se le procurer : info@renederouin.com.

L'ASTROLOGIE EST UN ART, l'horoscope, une fantaisie de l'artiste!



Cyril Lepage, astrologue

819-322-2152 | cyril.lepage@hotmail.fr

Mai 2018

BÉLIER

Deux planètes sont actuellement en aspect négatif à votre Soleil, créant une difficulté à atteindre vos objectifs personnels. La planète Mars étant de la partie, il y a des risques accidentels jusqu'au 20 mai, tant dans vos activités quotidiennes que dans vos déplacements sur la route; de plus, vous avez l'impression de reculer au lieu d'avancer dans votre vie, dans vos affaires et dans vos projets. Demeurez actif et confiant et ne vous obstinez pas, passez à des projets moins importants et à une vie plus quotidienne; ne vous en faites pas : une accalmie suivra et vous réglerez rapidement ce qui accrochait... Gardez le sourire!

TAUREAU

C'est dans les affaires que vous devez être vigilant, car la chance vous court après jusqu'au 20 de ce mois. Après, on essaie de vous faire ombrage... comme si votre succès vous attirait des envieux. Par contre, la confiance qui vous habite vous permet de progresser dans la réalisation de vos objectifs et des propositions intéressantes peuvent vous venir soit de l'étranger soit au cours de voyages : c'est à retenir et à étudier dans les deux premières semaines de ce mai. D'autre part, vous avez le cœur à l'amour et les occasions ne manqueront pas... Bonne chance!

GÉMEAUX

En ce joli mai, vous aurez la possibilité de décider rapidement soit de voyages ou de démarches importantes, c'est là votre élément de succès. Vous serez au maximum de vos forces, de votre vitalité et de votre pouvoir d'influence sur les choses et les êtres. De plus, vous êtes apte aux efforts les plus considérables et vous savez vous faire respecter. Si vous êtes célibataire, vous aurez la joie de faire la rencontre de l'âme sœur; si vous êtes déjà en association, il faudra faire des ajustements...

CANCER

Mai sera propice à ceux et celles qui sont aux études ou en formation professionnelle. De grands projets financiers peuvent prendre corps selon

leurs aspirations. Il y aura aussi plein de possibilités de voyager ou de faire de longs séjours particulièrement agréables et avantageux en pays étrangers. À compter du 20 de ce mois, des mises à jour sont nécessaires dans votre vie amoureuse, et ce, que vous soyez déjà en couple ou non : soyez attentif aux coups de tonnerre martiens et aux crocs-en-jambe vénusiens qui pourraient foudroyer la stabilité de vos amours...

LION

Malgré la bienveillance de la planète Vénus qui les dorlote jusqu'en dernière semaine de mai, nos royaux sujets léonins auront à faire face à des conflits d'association et d'affaires. En amour, si jamais une rupture avait lieu, ce serait définitif, car la planète Mars qui transite dans un signe fixe pour encore quelques semaines est symbole de non-retour... Mais il existe deux types de Lion : le noble et l'indolent. Le premier, on peut tout attendre de lui, car il est fondamentalement bon et généreux; tandis que le deuxième n'a pas grand-chose à offrir aux autres ni, de ce fait, à lui-même : souhaitons-lui quand même bonne chance!

VIERGE

En santé, en amour et en affaires, voilà nos chastes «Virgo» comblés, faisant flèche de tout bois. La vie est belle et bonne dans tout ce qu'ils entreprennent : les divertissements, les jeux, les sports, la création, la musique et les arts : fini le tricot!

BALANCE

La planète Mars continue de vous titiller et il vous est recommandé d'user de vigilance tant en déplacements sur la route que dans vos activités au domicile. Justement, ce n'est pas le bon moment pour déménager ou pour faire des rénovations au foyer : attendez juin! Heureusement, la vie sociale vous est beaucoup plus favorable, et même si la communication semble difficile, vous parviendrez à vous lier à de meilleures personnes qui pourraient avoir réponse à vos attentes tant amicales qu'amoureuses : le carrousel tourne...

SCORPION

Vous êtes dans une période où le passage de Saturne stimule fortement votre volonté, votre fermeté, vous donnant le désir de vous atteler à des tâches sérieuses dont la réalisation peut renforcer votre crédit social. Attendez-vous donc à de l'avancement et à des succès qui découlent de votre travail et de vos patients efforts. C'est une phase de sécurité matérielle où la vie se déroule avec calme et régularité, étant exempte d'imprévus perturbateurs. Il y a de grandes chances que vos œuvres puissent être menées à bonne fin, le succès vous réussissant par suite de bonnes recommandations. Par ailleurs, vous êtes dans la mire de Cupidon, qui vous oriente vers d'excitants rendez-vous : *love is on the comer...*

SAGITTAIRE

À compter du 15 de ce mois, la planète Mars vous met en vedette, ce qui est excellent pour réaliser vos ambitions d'aller droit au but, avec vigueur, franchise et audace. Ce transit a aussi une très bonne influence sur votre santé physique et morale, vous rendant volontaire et plein d'assurance, confiant en votre force et en vos moyens : c'est le temps de faire preuve d'initiative et de combativité, car les situations sont claires, nettes, et les difficultés sont aisément vaincues.

CAPRICORNE

Nos Capricorne dans la trentaine sont dans une phase décisive où ils doivent tourner une page sur leur passé, se retrouvant seuls pour faire face à leurs limites. Les Capricornes ayant passé la soixantaine qui auront pris

soin de se préparer à cette période de leur vie peuvent utiliser cette étape pour vivre des expériences nouvelles; c'est une période de maturité et non pas de retraite. Or, une des priorités doit être celle de se tenir en forme physique et morale par une bonne hygiène de vie : alimentation, exercice, repos, activité, détente planifiées et régulières. Certains peuvent trouver la vie pesante; d'autres trouveront la récompense de leurs efforts patients pour acquérir un meilleur équilibre.

VERSEAU

Jupiter en phase rétro remet en question votre itinéraire de travail, ce qui vous demande de la diplomatie et de la patience à l'égard de vos supérieurs. Ne vous laissez pas démotiver, car vous entrez dans un nouveau concept qui vous avantagera à long terme. Le mieux est de vous garder en forme physiquement et moralement, c'est-à-dire de ne rien changer dans vos saines habitudes de vivre en forme, gardant une discipline alimentaire conjointe à un programme d'exercices physiques quoiqu'il arrive. Essayez donc de travailler sur vous autant que vous le ferez pour les autres! Mais ne vous en faites pas pour autant : la communication sera de retour au travail comme dans votre vie intime « *very soon* »!

POISSONS

Le ciel peut faire des siennes, mais nos Poissons sont imperméables à ses coups de foudre; ils sont en amour : c'est tout!



ROYAL LEPAGE
HUMANIA
Agence immobilière

AU-DELÀ D'UNE TRANSACTION,
UNE RELATION



Fred Fortier
Courtier immobilier

ROYAL LEPAGE
HUMANIA

Bur. 819 326-2244 | Cell. 514 707-8855
www.fredfortier.ca



Une équipe de 7 professionnels, à Val-David
offrant des soins pour toute la famille

ACUPUNCTURE
OSTÉOPATHIE
MASSOTHÉRAPIE
NATUROPATHIE
PSYCHOÉDUCATION
COACHING ET PNL

VOTRE ÉQUIPE VITALITÉ

Sophie Soliman	Julien Rivard
Christopher Garbrecht	François Aubry
Amélie Benoit	Dominic Gendron
Dominique Biscotti	

Faites le plein d'énergie
pour le printemps !



CLINIQUE VITALITÉ

1288, rue Jean-Baptiste Dufresne,
Val-David

819-322-3081

clinique-vitalite.com

MES LIVRES et moi

Louise Duhamel

Cuisinière et résidente de Val-David

Il est Alsacien. Il a fait son apprentissage en cuisine chez de grands chefs tels que Paul Bocuse, Paul Haeberlin et Louis Outhier. Son métier l'a fait voyager à travers le monde avant d'atterrir à New York, « La Grosse Pomme ». Parce qu'il a séjourné à Bangkok, à Hong Kong, à Singapour... et parce qu'il a bien appris les principes des différentes cuisines asiatiques, le chef Jean-Georges Vongerichten a été reconnu comme le maître de la cuisine fusion, que l'on a vu apparaître dans les années 80. Dans ces mêmes années, il est devenu une véritable référence, entre autres par la publication de son premier livre, *Simple Cuisine*, sorte de saint Graal des cuisiniers d'Amérique du Nord.

Apôtre d'une cuisine légère mais savoureuse, Jean-Georges a imposé son style de cuisine en remplaçant, par exemple, les sauces lourdes par des jus de persil, de céleri ou de carotte épicée; par des coulis, comme celui à la betterave au gingembre; par des huiles parfumées d'herbes ou d'épices; par des vinaigrettes de truffe à base de concentré de champignons ou encore de fruits de mer, comme celle au homard. Il a imposé les fonds de légumes bien parfumés, les jus de fruits pour y pocher volaille, poisson ou légumes. Il a été l'un des premiers à présenter le cru et le cuit dans l'assiette, jouant ainsi avec les textures et les températures. Il a surtout mis au goût du jour une multitude de purées comme on en trouve maintenant dans tous les restaurants branchés à travers le monde. Qui n'a pas déjà dégusté une purée de carotte au gingembre? Alors, comment ne pas être emballé par cette approche culinaire?

J'ai quatre livres de Jean-Georges Vongerichten. Ils sont tous très inspirants. Pourquoi? Parce que ses plats sont non seulement créatifs, mais aussi



extrêmement savoureux. Ses recettes sont souvent minimalistes, mais le goût est toujours intense, elles sont sophistiquées sans être compliquées. Des exemples? Chez Jean-Georges, un de ses restaurants de New York, j'ai mangé un potage de courge musquée, simplement garni de champignons trompettes de la mort. Crémeux, doux, boisé, sauvage... divin! J'ai été épatée par une modeste tartine de homard, parfumée à la citronnelle et au fenugrec, et garnie de pousses de pois verts. Océane, vive, amère et sucrée à la fois, croquante... c'était jouissif! J'ai aussi adoré ses raviolis de champignons dans un bouillon de marrons au vin de paille. Moelleux, umamis, intenses, légers... satisfaisants! J'ai été comblée par la composition de trois petits « pots de crème » : l'un à la citronnelle, l'autre à l'anis étoilé et le troisième au thym. Crémeux, parfumés, frais... une belle finale pas banale comme ce qui a suivi pour rincer le palais, l'ananas à l'eau de mélisse.

Je plonge dans les livres de Jean-Georges Vongerichten quand j'ai besoin de me ressourcer. La lecture de ses recettes me remplit de bonheur. Toujours d'actualité, elles me font saliver et, surtout, elles me font voyager!

Voici sa recette de pétoncles saisis accompagnés de raisins secs, de chou-fleur et de câpres. Ce plat peu banal fut repris par une multitude de cuisiniers tant la combinaison des saveurs – sucré, amer, salé et acide – est géniale. J'ai déjà utilisé la sauce en accompagnement de médaillons de lotte (baudroie) et c'était aussi délicieux. Bon appétit!

Pétoncles à la Jean-Georges

Ingrédients pour 4 personnes :

80 ml (1/3 tasse)	de câpres, égouttées
40 g (1 1/2 oz)	de raisins secs dorés
100 g (4 oz)	de beurre doux
15 ml (1 c. à soupe)	de vinaigre de Xérès
Au goût	sel et poivre
100 ml (2/3 tasse)	d'huile d'olive
1/4 à 1/2	de chou-fleur
	(selon la grosseur)
4 brins	de persil plat
300 g (3/4 lb)	de gros pétoncles
Au goût	muscade fraîchement râpée

- Dans une petite casserole, combinez les câpres, les raisins secs et 180 ml (3/4 tasse) d'eau. Laissez mijoter jusqu'à ce que les raisins soient réhydratés, soit environ une dizaine de minutes.

Gardez au chaud tel quel ou versez le contenu dans un mélangeur pour en faire une purée.

- Taillez les bouquets de chou-fleur en tranches de 3 mm. Dans une grande poêle antiadhésive, de préférence, faites fondre un peu de beurre dans de l'huile d'olive. Faites suer les tranches de chou-fleur des deux côtés pendant environ 2 à 3 minutes. Salez, poivrez et réservez-les au chaud. Déglacez la poêle avec un jet d'eau, ajoutez le persil haché et versez la réduction sur les tranches de chou-fleur.
- Faites fondre un morceau de beurre dans un peu d'huile d'olive dans une poêle adhésive. Assaisonnez les pétoncles et faites-les cuire sur un côté, à feu vif, puis moyen jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Les pétoncles doivent rester moelleux. Gardez-les au chaud.
- Amenez la sauce au point d'ébullition. Ajouter le vinaigre de Xérès et de 2 à 3 cuillères à soupe de beurre. Goûtez et corrigez l'assaisonnement.
- Déposez les pétoncles et les tranches de chou-fleur harmonieusement dans les assiettes chaudes. Nappez-les de sauce. Saupoudrez d'un peu de muscade fraîchement râpée.

L'armoire du chef

LOUISE DUHAMEL

QUOI DE NEUF?

Trouvailles et trucs de mes élèves formés à l'École hôtelière des Laurentides

Votre restant de baguette d'hier a perdu de son croustillant? Il suffit de le passer sous l'eau pendant quelques secondes afin de l'humidifier sans détremper le pain pour autant. Placez cette baguette dans le four à 400 °F pendant 5 à 10 minutes et elle retrouvera toute sa fraîcheur et son croquant. Conseil de Marie-Josée Corbeil, pâtissière et boulangère à La Mie Richard à Val-David.

C'est très facile d'utiliser les différentes pastilles produites par L'Atelier, prêt-à-manger sain et bio. J'ai déposé une pastille composée d'huile de coco, de zestes de citron et de curcuma sur un riz encore fumant auquel j'ai ajouté du tofu frit, des petits pois et de la coriandre fraîche. J'ai aussi utilisé la pastille composée d'huile d'olive, de basilic et de graines de tournesol

sur un morceau de saumon que j'avais cuit en papillote. Simple, facile, délicieux! Ces pastilles s'achètent chez Bio Sattva, au Marché Val-Morin ou à L'Atelier de Sophia St-Hilaire, chef propriétaire, situé au 1654, porte D, route 117, à Val-David. Sur place, vous pourrez voir sa cuisine et même lui demander des idées de recettes!

Il m'arrive souvent d'avoir un restant de lait de noix coco. Je l'utilise en ceviche. L'essayer, c'est l'adopter : dés de poisson très frais marinés 12 heures avec citron vert + lait de coco + sambal oelek + sel + (au moment de servir) dés de patate douce cuits et coriandre fraîche. À servir très froid avec des chips de plantain ou de taro. C'est vite fait, c'est très bon!

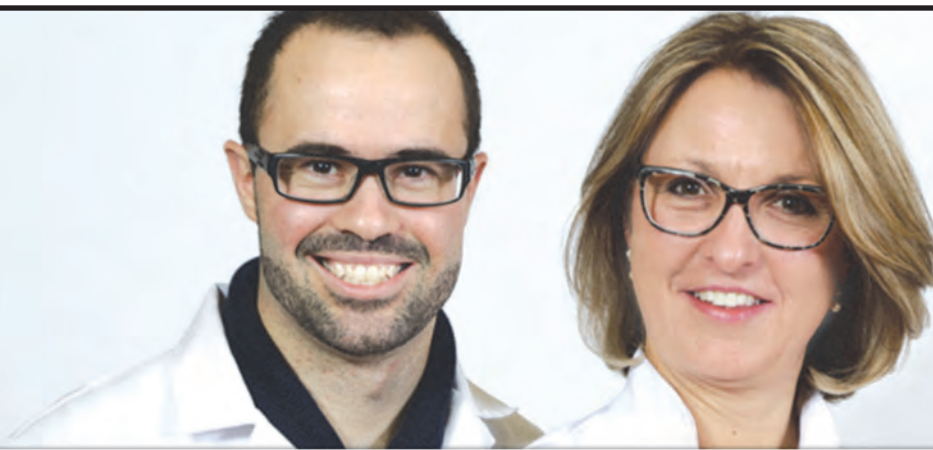




affiliées à :



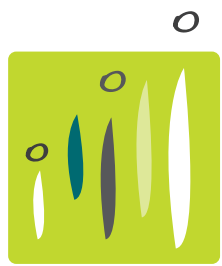
Maxim Charland
et **Véronique Segard** pharmaciens



T 819 322.3232 F 819 322.6434

1291, rue J-B Dufresne, Val-David, Qc J0T 2N0

Lun. au vend. : 9 h à 20 h | Sam. : 9 h à 17 h | Dim. : 10 h à 17 h



clinique
DENTAIRE
VAL-DAVID

DR JEAN-FRANÇOIS PITT
Chirurgien-dentiste

Heures d'ouverture
Lundi - mercredi : 8 h 30 à 19 h
Mardi : 8 h 30 à 16 h
Jeudi : 8 h 30 à 16 h 30
Vendredi : 8 h 30 à 15 h (1 sur 3)

Dentisterie familiale - Esthétique - Chirurgie - Ponts - Traitement de canal
Service d'implants et denturologie Benoît Hébert

2350, rue de l'Église, Val-David 819 322-9999

metro

VAL-DAVID

Alimentation Michel Vincent inc.

*Au cœur du village
et des gens!*

2500, rue de l'Église
VAL-DAVID
819 322-2030

LE JOURNAL
Ski-se-Dit

DEPUIS 45 ans avec PASSION

Le journal communautaire de Val-David et ses environs

www.ski-se-dit.info

Isabelle Monette
Conseillère aux ventes

2496, rue de l'Église, suite 200, Val-David, Qc J0T 2N0
819-323-6417 | isabelle@ski-se-dit.info | www.ski-se-dit.info

céramiques . marbres . ardoises . mosaïques

cera-mosa
COMPTOIR DE GRANIT

R.B.Q. : 8280520118

Michel Lavallée

1615, Rte 117, Val-David (Québec) 819-322-3332

L'ACHAT LOCAL EST PROFITABLE À TOUS!

Cloutier & Fils Excavation

1310, route 117, Val-David, 819 322-1421

PIZZA NIKO'S

950, Route 117, Val-David, 819 322-3422

Faites-vous connaître avec Ski-se-Dit.
7000 lecteurs assidus, chaque mois. 819 322-7969 • ski-se-dit@cgocable.ca



Le
Marché d'été
DE VAL-DAVID

Plus grand
QUE NATURE

TOUS LES SAMEDIS
du 26 mai au 6 octobre 2018
de 9 h à 13 h | rue de l'Académie

Le plus important
rendez-vous
agroalimentaire
des Laurentides.
Pour la qualité,
la traçabilité,
l'authenticité
des produits.



ÉTIENNE SAVARD

Le seul courtier **RE/MAX**
avec bureau situé à Val-David

RE/MAX Laurentides
2515, rue DE L'ÉGLISE
VAL-DAVID

819 322-3666
www.etiennesavard.com



*STATISTIQUES CENTRIS,
FCIQ, CUMULATIF 2016