

ARTS

CINÉMA

BIÈRES

VINS

EN CUISINE

VOYAGES

PLEIN AIR

LIVRES

**Monique  
Giroux**

40 REGARDS  
SUR FÉLIX



CINÉMA

**Arsenault  
et fils**

MAFIA RURALE



VINS

**Planète vins**

ENVIE DE VOTRE  
IMPORTATION  
PRIVÉE ?



VOYAGES

**Arctique**

LES DÉFIS  
DU TOURISME



# L'ESTRIE DANSE

Échos, plus récente création  
de la compagnie Sursaut

# PlacART



Tate McRae — PHOTO AFP, MICHAEL TRAN

## Palmarès des ventes

### › FRANCOPHONE

- 1 *Céline à ma façon*, Guylaine Tanguay
- 2 *Ginette à ma façon*, Guylaine Tanguay
- 3 *Sous le même toit*, 2Frères
- 4 *Gin à l'eau salée*, Salebarbes
- 5 *Live au Pas Perdu*, Salebarbes
- 6 *Aubades*, Jean-Michel Blais
- 7 *20 printemps*, Le Vent du Nord
- 8 *Métèque*, Renaud
- 9 *Multitude*, Stromae
- 10 *Chiac disco*, Lisa LeBlanc

### › NON FRANCOPHONE

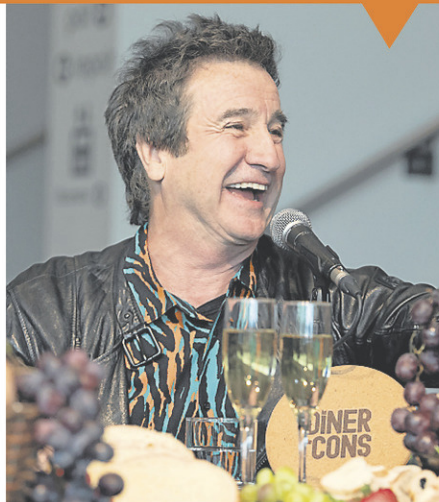
- 1 *Harry's House*, Harry Styles
- 2 *Diamond Star Halos*, Def Leppard
- 3 *We*, Arcade Fire
- 4 *Top Gun : Maverick*, Artistes variés
- 5 *Zeit*, Rammstein
- 6 *I Used to Think I Could Fly*, Tate McRae
- 7 *So Happy It Hurts*, Bryan Adams
- 8 *Entre eux deux*, Melody Gardot et Philippe Powell
- 9 *Nostalgic Snow*, Buddy Rev
- 10 *Minisode 2 : Thursday's Child*, Tomorrow X Together

## RETAILLE D'ENTREVUE

**SHERBROOKE** — Pour René Simard, *Le dîner de cons* sera une toute première expérience de théâtre à vie.

« J'ai joué dans des comédies musicales et, oui, il y a des scènes où j'ai dû parler. Mais une pièce sans volets musicaux, c'est une première. Pour moi, c'est une expérience incroyable, un cadeau du ciel. Un cadeau professionnel, mais aussi humain, car l'échange que j'ai avec les autres comédiens est extraordinaire », souligne-t-il lors de la conférence de presse annonçant les trente représentations de la pièce à la Maison des arts Desjardins de Drummondville, entre le 8 juillet et le 27 août prochain.

René Simard jouera donc le rôle de Juste



René Simard — PHOTO LA TRIBUNE, FRÉDÉRIC CÔTÉ

Leblanc tout l'été. Il évoluera aux côtés de Laurent Paquin (François Pignon), Normand D'Amour (Pierre Brochant), Bernard Fortin (Lucien Cheval), Pascale Montreuil (Christine Brochant) et Gabrielle Fontaine (Marlène Sasseur).

« La pièce est un genre d'étude sociologique sur le jugement global de notre merveilleuse société. La morale est hyperpertinente et intelligente. Le spectacle est porté par le jeu de Normand D'Amour et Laurent Paquin et c'est fascinant, les nuances qu'ils doivent véhiculer pour nous faire vivre le côté drôle, mais aussi touchant de la pièce », ajoute l'artiste aux 50 années de carrière. **MÉLANIE NOËL**

Coupée au montage de l'entrevue du 1<sup>er</sup> juin 2022.



## VOUS VOULEZ VOIR?

### EXPO

*Décrypter les murmures*

Sandra Tremblay est bachelière en arts visuels de l'Université Laval (2002). Boursière du Conseil des arts et lettres du Québec (2011 et 2018), elle a réalisé des stages et résidences au Vermont, à Paris et à Lyon. Par une volonté de renouvellement constant, la créatrice puise son inspiration un peu

partout, dans les arts (théâtre, littérature), les sciences humaines (psychologie, éthique sociale) et les actualités. L'exposition offre une série de tableaux du corpus *L'Aléatoire orchestré, traverser l'imaginaire*, instillés par des témoignages d'artisans des arts de la scène. Elle compte également quelques œuvres du corpus récent *Les autotéliques*, qui évoquent la graphie de l'inconscient. La vision de Sandra Tremblay s'appuie sur une

réflexion-conscientisation des habitudes de vie de notre société. Le résultat est une représentation ludique du quotidien dans ce qu'il a d'onirique et de théâtral.

Au Centre culturel Pierre-Gobeil, jusqu'au 18 juin. **STEVE BERGERON**



— PHOTOS SANDRA TREMBLAY



## CHANSON DE CIRCONSTANCE

### INTRODUCTION AU TRICOT MACHINE

Tricot Machine

Tricot Machine (2006)



Imaginez-vous donc que, depuis 2005, le deuxième samedi de juin est consacré Journée internationale du tricot. L'initiative aurait vu le jour en France, afin de promouvoir cette activité immémoriale, mais également pour permettre à ses adeptes, qui œuvrent souvent en solo, de sortir de leur salon et de rencontrer les autres disciples des mailles à l'envers et à l'endroit. On constate en effet, depuis quelques années, un regain d'intérêt pour cette forme d'artisanat qui offre une occasion non seulement de décrocher de la frénésie du quotidien, mais aussi de renouer avec le travail manuel. Ne soyez donc pas surpris si vous tombez sur des gens qui tricotent en public aujourd'hui! Vous pourriez même leur chanter l'hymne au tricot de Tricot Machine, chanson d'ouverture de leur opus laineux. À vos aiguilles! **STEVE BERGERON**

# VINCENT VALLIÈRES EN MODE FESTIVAL

DANIEL CÔTÉ

Le Quotidien

**SAGUENAY** — L'été étant synonyme de récréation, Vincent Vallières donnera dix spectacles qui se distingueront de ceux qu'il présente en solo dans sa tournée *Toute beauté n'est pas perdue*. Ces sorties mettront en évidence un groupe formé de trois musiciennes et deux musiciens, avec lesquels le chanteur a déjà beaucoup de plaisir en répétition.

Parmi eux, notons le retour d'un vieux complice, le bassiste Michel-Olivier Gasse. Se sont ajoutés le batteur Miles Dupire, la guitariste Marie Claudel, la bassiste et guitariste Amélie Mandeville, ainsi que la claviériste Sheenah Ko, dont il souligne « l'aura ».

« Ça tient à sa façon de travailler le son, à son univers éthéré, que je trouve intéressant », commente l'artiste estrien.

Le sextuor effectuera sa première apparition publique le 16 juin, à l'occasion du Festival de la chanson de Tadoussac.

« Dans mon esprit, c'est exactement ça, faire des spectacles en été. Je vois ça comme des vacances avec un groupe où on retrouve des signatures fortes, ce que je préfère à des virtuoses. Il y a plein de propositions qui circulent parmi nous et, comme les trois femmes

possèdent de belles voix, c'est clair que nous ferons des harmonies vocales », résume Vincent Vallières.

Se disant emballé par cette formule estivale, il voit se profiler un programme dont la courbe émotive épousera une trajectoire semblable à celle de la lettre W. Il y aura des montées en intensité, suivies de plages un peu plus calmes, alors qu'on explorera son répertoire ancien, tout comme le plus récent opus.

« Ce sera comme une vague, et quand les chansons s'y prêteront, nous nous livrerons à des explorations sonores. Ce sont des

moments où nous pourrions nous éclater, alors que d'autres pièces fonctionnent différemment. Pour les interpréter, il faut se mouler à la rigueur de leur construction », fait observer Vincent Vallières.

## DE TADOU À L'ANSE

Puisque le premier spectacle aura lieu dans l'église de Tadoussac, c'est le lendemain, à l'occasion du festival La Grande Ourse, que les six musiciens joueront pour la première fois de la saison sur une scène extérieure. Ça se passera à L'Anse-Saint-Jean, où l'auteur, compositeur et interprète ne s'est

jamais produit, selon son souvenir.

« Le premier spectacle extérieur, c'est intimement lié au temps des festivals. On tombe alors en mode été et ça nous fait du bien. Et comme ça va se passer dans l'un des plus beaux coins du Québec, ce sera un cadeau de faire de la route afin d'y rencontrer les gens », anticipe Vincent Vallières, dont l'agenda estival comprend également des performances en solo.

Après avoir participé au Festival d'été de Québec le 13 juillet, le groupe se pointera à Chicoutimi le 10 août, à l'occasion du Festival international des rythmes du

Vincent Vallières prépare une tournée estivale où il partagera la scène avec cinq musiciens, dont trois musiciennes. Une dizaine de rendez-vous figurent à l'agenda du groupe. — PHOTO LA PRESSE, SARAH MONGEAU-BIRKETT

monde. Quant à ses projets pour l'automne, ils comprennent de nombreuses sorties en solo, mais aucune avec le groupe, dont la vie aura été aussi brève que l'été québécois.

## LA BEAUTÉ PARTOUT

**SAGUENAY** — Thetford-Mines. Baie-Comeau. Grand-Mère. Victoriaville. Des noms qui prennent une couleur différente lorsqu'on explore la page Facebook de Vincent Vallières. Au fil de sa tournée solo, il profite de chaque escale pour réaliser des photographies plus artistiques que touristiques, tout en prenant le pouls des communautés.

« C'est humblement que je capte des images, prend soin de mentionner le chanteur. Mon dernier

album a pour titre *Toute beauté n'est pas perdue* et je trouve que, de la beauté, il y en a partout dans les villes. Des fois, je pose une usine, la *boucane* qui sort de ses cheminées, et même là, il y a de la beauté. Les travailleurs qui s'y rendent pour gagner leur vie, ça aussi, je trouve ça beau. »

Ses conversations avec les gens ouvrent également une fenêtre sur ce que ressentent les Québécois des régions, ceux dont les téléjournaux ne parlent jamais. Un thème qui revient fréquemment

est le mauvais sang causé par les entreprises qui cessent leurs opérations après avoir été des acteurs majeurs de l'économie locale.

« Il y a quelques semaines, à Grand-Mère, des gens m'ont dit qu'ils ne s'étaient pas remis de la fermeture de l'aluminerie. Dans les régions mono-industrielles, ça prend beaucoup de vision pour anticiper les conséquences d'un changement comme celui-là. C'est le genre de chose qui éveille des questionnements chez moi », confie Vincent Vallières.

## ENJEUX DIFFÉRENTS, MÊMES VALEURS

Ce qui le touche tout autant, c'est de voir des communautés mener des combats afin d'améliorer leur condition. « D'un secteur à l'autre, les enjeux sont différents. À Gaspé, ça concerne des mineurs, alors qu'aux Îles-de-la-Madeleine, on s'inquiète pour la nappe phréatique. Ce que je note, cependant, c'est que partout, les valeurs sont les mêmes », énonce-t-il.

Le fait de se produire en solo lui laisse plus de temps pour voir et s'informer. « C'est une chance unique dans ma vie, reconnaître Vincent Vallières. Le folk a toujours été ancré dans le territoire

et je perçois à quel point certaines réalités sont complexes. Il y a des industries qui créent de bons emplois, mais qui polluent. Des barrages qui ont pénalisé les Premières Nations, mais dont l'électricité est utile. »

Enfin, il se désolé en mesurant à quel point la trame médiatique de plusieurs régions s'est effilochée, même par rapport au début de sa carrière. « Il y en a de moins en moins, des entrevues comme celle que nous faisons présentement, constate le chanteur. Il reste peu de journaux et de radios indépendants, alors que le territoire est si grand. » DANIEL CÔTÉ, LE QUOTIDIEN



# ARTS.

Le FUDGE, festival de danse pour jeune public, qui bat son plein depuis lundi à Sherbrooke, pour sa première édition. Un autre nouveau festival, cette fois de danse contemporaine à venir en août. L'émergence de deux nouvelles compagnies dans la région, ZemmourBallet et Elise Legrand Créations. La série Danse du Centre culturel de l'UdeS qui fait le plein d'abonnés et présente même des spectacles à guichets fermés... Terpsichore, muse de la danse dans la mythologie grecque, semble avoir posé ses pénates post-pandémiques à l'ombre de l'Orford. Cette semaine, *La Tribune* vous offre un petit survol de cet engouement estrien pour le mouvement, alors qu'on peinait à remplir les salles il y a quelques années à peine. **STEVE BERGERON**



## LILIANE SAINT-ARNAUD

# 37 ANS À VOIR ÉVOLUER LA DANSE



**FLORENCE GRÉGOIRE**  
fgregoire@latribune.qc.ca

**SHERBROOKE** — Trente-sept ans que Liliane Saint-Arnaud anime, comme interprète, chorégraphe et directrice artistique, la scène estrienne en danse, dont 35 pour la compagnie sherbrookoise Axile. Après toutes ces années, des embûches et maintenant un engouement persistant pour la danse, elle est toujours aussi motivée à développer cet art dans la région.

« Quand je suis arrivée en Estrie, la danse n'était pas l'art qui était le plus visible. Le public a été très dur à développer », lance-t-elle d'entrée de jeu, en ajoutant que les professionnels de la danse et les compagnies se faisaient rares. Elle constate que beaucoup plus

d'artistes sont présents dans la région de Sherbrooke aujourd'hui.

Celle qui a cofondé Axile a dû faire face à plusieurs enjeux pendant sa carrière, notamment celui, capital selon elle, du rayonnement.

« Le public était frileux, et il l'est parfois encore, mais moins depuis les cinq ou six dernières années, je dirais », mentionne-t-elle, sans oublier d'ajouter le défi du financement.

« J'ai eu la chance d'avoir un autre emploi qui me permettait de garder Axile vivante. J'ai investi beaucoup personnellement, pas en termes d'argent, mais en termes de ressources humaines. »

### ART ET SOCIÉTÉ DANSÉS

La compagnie s'est tournée plusieurs fois vers d'autres sources de financement afin de réaliser ses productions, mettant tout de même son énergie et son temps dans les demandes constantes de subvention.

« On a réussi à le faire parce qu'on est allés chercher dans les fondations. La compagnie Axile a la



Liliane Saint-Arnaud est directrice artistique de la compagnie Axile depuis 35 ans. — PHOTO ARCHIVES LA TRIBUNE

particularité de travailler avec les gens de la communauté, de faire des projets où art et société vont de pair. »

Celle qui a toujours su adapter ses projets selon les moyens dont elle disposait s'est employée à relever les défis qui se sont mis sur sa route pour faire aboutir ses créations.

L'année 2024 sera celle du départ

Liliane Saint-Arnaud a su adapter ses projets selon les moyens dont elle disposait et a sans cesse relevé les défis sur sa route pour faire aboutir ses créations.

— PHOTO ARCHIVES LA TRIBUNE, MAXIME PICARD

de Liliane Saint-Arnaud. D'ici là, elle travaillera conjointement avec Alice Grondin Segal, future directrice artistique, afin d'assurer une transition progressive.

« Pour Axile, je travaille fort avec [Alice] pour trouver du financement et assurer le développement et le rayonnement de la compagnie, afin qu'elle puisse commencer à créer ses propres projets », souligne Mme Saint-Arnaud.

### UN RENOUVEAU EN DANSE

Pour la chorégraphe, la collaboration entre les différents artistes de la région doit perdurer pour permettre à ces derniers d'avoir des emplois, pour « qu'ils ne survivent pas, mais vivent ».

« Ce que je constate maintenant, c'est que la relève est plus collaborative. Elle va plus s'entraider, peut-être, que ce que nous avons fait, parce que nous, on en avait plein nos *baskets* », dit-elle.

Si les danseurs et les chorégraphe sont en mesure de se joindre à divers organismes au fil des années, cela s'avérerait très formateur pour la relève, en plus de permettre un partage des créations artistiques en danse, selon elle.

# ZemmourBallet en pleine ascension

FLORENCE GRÉGOIRE  
fgregoire@latribune.qc.ca

**SHERBROOKE — La compagnie de danse ZemmourBallet, fraîchement mise sur pied par le danseur et chorégraphe Nicolas Zemmour, a déjà le vent dans les voiles à Sherbrooke.**

Arrivé de France seulement depuis octobre 2019, Nicolas Zemmour explore avec joie les possibilités artistiques de l'Estrie.

« Lorsque j'ai découvert Sherbrooke, ça a été une véritable révélation artistique et entrepreneuriale », lance-t-il, impressionné par l'espace offert pour déployer une compagnie de danse et présenter des créations à un large public.

L'artiste nouvellement sherbrookoise apprécie grandement le milieu régional, qu'il qualifie de « généreux », et l'effervescence artistique qui s'en dégage.

« C'est vraiment merveilleux! Il y a énormément de foisonnement et beaucoup d'opportunités de travail pour ma compagnie », dit-il.

Preuves d'une adoption réussie par sa terre d'accueil : Nicolas Zemmour a remporté, en décembre, le Prix Excellence culture Estrie, et le Centre des arts de la scène Jean-Besré (CASJB) a annoncé, en janvier, qu'il prenait sous son aile ZemmourBallet, en lui offrant une résidence permanente. Ce qui permet à la compagnie de « démarrer une grande course », mentionne Nicolas Zemmour, en ajoutant que c'est un « rêve éveillé ».

Pour lui, la spécificité du CASJB

se trouve dans la diversité des disciplines artistiques qu'il accueille, notamment la danse, le cirque et le théâtre. Une occasion en or d'échanger avec des artistes de divers milieux culturels.

## UNE VALEUR BIEN ANCRÉE

L'accessibilité est une des valeurs premières de la compagnie. Permettre au public de « vivre l'art de la danse » et montrer les dessous des étapes de création d'une production sont des sources de motivation pour le développement de ZemmourBallet.

Ainsi, sur demande, les portes du studio sont ouvertes aux curieux qui ont soif d'expérimenter les coulisses du processus de création en danse. En plus de vouloir rendre accessible cet art aux citoyens, Nicolas Zemmour offre des cours gratuits, tous les matins, aux professionnels de danse qui veulent s'exercer.

« J'ai monté ma compagnie avec l'idée que, si je

veux développer le milieu, il faut que tout le monde s'entraîne », mentionne-t-il.

En continuité avec la vision du danseur et de son équipe, Nicolas Zemmour lancera le tout premier Festival de danse contemporaine de Sherbrooke, du 18 au 21 août au parc Jacques-Cartier. Le nouvel événement a notamment reçu une subvention de 125 000 \$ du ministère de la Culture et des Communications, par l'entremise du programme Appel de projets pour le rayonnement de la culture québécoise. La Ville de Sherbrooke a ajouté 23 000 \$.

Les quatre soirées de cette première édition mettront de l'avant une école de danse et des artistes de la relève, entre autres. De plus, *L'enfer d'un monde*, une création de ZemmourBallet ayant comme thème les violences conjugales entre humains dans l'intimité, sera présenté lors du Festival.

Cet événement, initiative de Nicolas Zemmour, s'inscrit dans son désir de « poser la ville de Sherbrooke en tant que créatrice contemporaine incontournable au Québec » et dans son envie d'offrir des créations d'artistes « pour la population et pour faire grandir le milieu ».

« Je veux 5000 personnes assises par terre qui disent : Wow! Sherbrooke, ça rocke! » ajoute-t-il, fébrile.

Nicolas Zemmour a remporté le Prix Excellence culture Estrie en décembre. — PHOTO

ARCHIVES LA TRIBUNE, JESSICA GARNEAU



Mario Trépanier, directeur général du Centre culturel de l'Université de Sherbrooke. — PHOTO ARCHIVES LA TRIBUNE, FRÉDÉRIC CÔTÉ

## UN PUBLIC FLORISSANT

**SHERBROOKE — Les spectacles de danse ont toujours fait partie de la programmation au Centre culturel de l'Université de Sherbrooke (CCUS). Mais depuis quelques années, le nombre de représentations a augmenté, de même que l'intérêt du public.**

Le directeur du CCUS, Mario Trépanier, rappelle que la salle Maurice-O'Bready a développé son offre pour les spectacles de danse depuis la fin, en 2016, des activités du Théâtre Centennial à l'Université Bishop's. L'arrêt de la diffusion de spectacles de danse dans la salle lennoxvilloise a donné un boost à la fréquentation de la danse au Centre culturel. Son équipe avait en effet redoublé d'ardeur pour compenser cette perte.

« C'est là qu'on a décidé de se lancer à fond dans le développement de la danse contemporaine », dit M. Trépanier.

Celui qui quittera son poste la semaine prochaine a d'ailleurs pu assister, pendant 14 ans, aux différents changements de la scène culturelle.

« Le public a répondu de façon très généreuse. La présence en salle pour les prestations de danse contemporaine a beaucoup évolué au cours des dernières années », confirme-t-il.

Cinq nouveaux spectacles seront offerts aux amateurs en 2022-2023. Le sixième, *Vanishing Mélodies* — Musique

de Patrick Watson, présenté par BJM (Ballets jazz de Montréal), est déjà à guichets fermés...

## SE DONNER LA CHANCE

Beaucoup d'efforts ont été mis afin de faire découvrir cette discipline au public et lui faire vivre « une expérience culturelle vraiment intéressante », ajoute le directeur.

En effet, des conférences avant les spectacles de danse au Centre culturel sont organisées pour permettre aux spectateurs de bien recevoir la création et de l'apprécier pleinement. Après la performance, des rencontres avec les artistes sont prévues pour permettre une discussion entre les créateurs et le public. Selon Mario Trépanier, c'est cet « enrobage » qui développe la clientèle et l'influence à revenir vivre cette expérience.

« Moi je pense qu'effectivement, il y a des gens qui ont se sont découvert une attirance pour cette discipline-là au fil du temps. C'est à force d'en voir que tu développes ton intérêt », mentionne-t-il, en faisant une comparaison avec la musique classique, un genre musical qui s'approprie au fil du temps, un peu comme la danse.

Il ajoute que cette forme d'art est accessible à tout le monde. « Tu n'as pas besoin de comprendre : tu as juste besoin de te donner la chance d'en voir et d'aimer ça. »

FLORENCE GRÉGOIRE



*L'enfer d'un monde*, une création de ZemmourBallet ayant comme thème les violences conjugales, sera présenté dans le cadre du nouveau Festival de danse contemporaine de Sherbrooke. — PHOTO LA TRIBUNE, FRÉDÉRIC CÔTÉ

# La télé généreuse de Jean-Marie Lapointe

**RICHARD  
THERRIEN**

CHRONIQUE  
rtherrien@lesoleil.com



Jean-Marie Lapointe n'est pas seulement généreux pour la caméra. L'altruisme lui coule dans les veines depuis toujours.

Tout juste après notre conversation, il allait servir le repas à la Maison du père à Montréal, comme il le fait chaque mercredi. Deux jours plus tard, ce sera à la Mission Bon Accueil, autre précieuse ressource pour les plus démunis.

Peu probable qu'on le voit animer un jour une émission de rénovation. « Ou de cuisine! À moins que ce soit avec mon ami Jonathan qui a une trisomie 21, ah là, oui! J'aurais besoin d'un aspect humain, qui dépasse le divertissement ou l'émission de services. Je carbure à ça. C'est en cohérence totale avec tout ce que je suis, avec mon passé et vers quoi je me projette. C'est une mission qui m'a choisi et à laquelle j'ai répondu oui. »

*Victorieux à deux*, sa nouvelle série diffusée sur Moi et c<sup>ie</sup> le lundi à 21 h, est fidèle à sa nature profonde. Chaque semaine, on met la lumière sur l'entourage immédiat d'un athlète handicapé, ces accompagnateurs essentiels qui sont leurs yeux, leurs bras, leur soutien.

« Dans les vignettes qu'on voit souvent sur les athlètes olympiques ou paralympiques, le portrait porte exclusivement sur l'athlète et moins sur les proches. Nous, c'est exactement l'inverse : il faut voir et s'attacher à l'athlète, mais nous voulons aussi montrer les qualités humaines chez les bénévoles et les accompagnateurs », m'explique Jean-Marie Lapointe, qui a voulu connaître leurs motivations.

On peut voir la relation entre le para-athlète et l'accompagnateur comme une situation de dépendance. En regardant la série, on voit plutôt une symbiose entre des êtres qui se font pleinement confiance et s'apportent des choses les uns les autres.

## VIRAGES À 180 DEGRÉS... SANS VOIR

C'est manifeste dans l'épisode de lundi, qui s'intéresse à

Maximilien Moreau, pilote de vélo en tandem, qui fait équipe avec Benoit Lalumière-Cloutier, non-voyant dont l'acuité se limite à six degrés, comme dans la série de Simon Boulerice.

Leur parfait synchronisme dépasse le sport : il se mesure aussi dans leur complicité et leur persévérance. Vous les verrez disputer une course enlevante où ils doivent effectuer des virages à 180 degrés. Parce que la série s'appuie aussi beaucoup sur la performance et le dépassement.

« On n'est pas juste dans la personne qui a un handicap et qui veut faire un peu de sport pour être en forme et bouger. Ça va au-delà de ça », précise l'animateur.

Pour Maximilien, l'inspiration est venue de son frère Charles Moreau, rendu paraplégique après un accident en 2008 et para-athlète de haut niveau. Ça lui a ouvert les yeux et donné l'élan pour compétitionner en tandem.

À la différence de *Face à la rue* et de *Fin de mois*, les précédentes séries de Jean-Marie Lapointe, qui suscitaient beaucoup de compassion chez le téléspectateur devant les drames vécus, *Victorieux à deux* ne génère qu'admiration.

« Quand on parle de faire une émission sur les handicapés, ça peut susciter des mots comme "pauvre eux autres, c'est pas facile". Mais c'est tout le contraire, il y a zéro pitié. »

## RÉPONDRE À TOUS LES MESSAGES

Réalisée et scénarisée par Pierre-Antoine Fournier, cette série de six demi-heures fouette le derrière et motive au plus haut point. *Victorieux à deux* est tout à fait dans la continuité de l'engagement de Jean-Marie Lapointe, depuis deux décennies, comme porte-parole du Défi sportif AlterGo, qui réunit chaque année des athlètes ayant une limitation fonctionnelle.

La plupart des épisodes finissent dans l'apothéose d'une grande compétition, comme le premier, offert gratuitement sur TVA+, où la caméra était braquée sur la conjointe de l'athlète de paracanoe Mathieu St-Pierre,



À la différence de *Face à la rue* et de *Fin de mois*, les précédentes séries de Jean-Marie Lapointe, qui suscitaient beaucoup de compassion chez le téléspectateur devant les drames vécus, *Victorieux à deux* ne génère qu'admiration. —PHOTO MOI ET CIE

Julianne Morin-Nolet. Celle-ci regardait son *chum* participer aux Jeux de Tokyo. Essayez de ne pas pleurer.

Dans *Valeur ajoutée*, une série d'entrevues menées par Véronique Cloutier avec des personnalités qui incarnent différentes valeurs (offerte à partir du 15 juin dans la section Véro.tv d'Ici Tou.tv Extra), Jean-Marie Lapointe confie que la moitié des messages qu'il reçoit sont des demandes d'aide et qu'il prend le temps de répondre à chacun d'eux. Sans exception.

« Une mère t'écrit pour te dire qu'elle ne voit plus son fils qui est dans la rue et se demande s'il est encore en vie. Et là, on apprend que son fils a été trouvé noyé sous le pont Jacques-Cartier.

Comment peux-tu ne pas répondre à ça? La pire des choses, c'est l'ignorance. Oui, ça me demande du temps, mais ce n'est jamais lourd pour moi. »

« J'ai tellement de ressources autour de moi que c'est sûr que j'ai une piste de solution. Je ne porte pas sur mon dos la résolution de son problème, je ne joue pas au héros : je suis seulement une courroie de transmission. »

## DES NOUVELLES DE JEAN

Je ne pouvais pas avoir Jean-Marie Lapointe en entrevue sans lui demander des nouvelles de son père, Jean Lapointe, que le public a revu avec bonheur en entrevue avec Patrice Roy durant les Fêtes.

« Mon père allume avec le

kodak, c'est un *showman!* » me dit Jean-Marie.

« C'est miraculeux ce qui lui arrive. Il y a deux ans, il est entré au CHUM dans un état tellement déplorable. Avec le CHSLD Saint-Georges, ils l'ont ramené, ils l'ont réparé. Papa a des troubles de circulation et d'articulation, quelques petits épisodes de démence, mais il vit dans l'instant présent. Il a toujours été un grand anxieux et aujourd'hui, je le sens beaucoup moins anxieux. »

« Il est fait fort, mon père. Quand il est là, il est tout là. On profite de chaque instant avec lui. Qu'est-ce qui me dit qu'il sera là la semaine prochaine? Il n'a pas reçu de diagnostic de fin de vie, mais je ne prendrai pas la chance. »

## OFFO – FESTIVAL DE CONTES D'ORFORD

RAMENER LE CONTE  
À SES RACINES

JACYNTHÉ NADEAU

jacynthe.nadeau@latribune.qc.ca

**ORFORD** — Il fallait être un brin audacieux pour lancer un nouveau festival du conte en cette ère de virtuel et de numérique. Or les Productions Ça commence à quelle heure (PàQH) font même le pari de ramener cet art millénaire à ses racines, en quelque sorte, en l'offrant en pleine nature, dans des lieux aussi diversifiés qu'originaux.

Le tout premier OFFO – Festival de contes d'Orford rassemble ainsi une vingtaine de ces artistes de la parole, majoritairement des Cantons-de-l'Est, qui se produiront durant cinq jours, du 15 au 19 juin, dans autant de sites de la municipalité du Canton d'Orford.

« C'est vrai que ce n'est pas la forme d'art qu'on voit le plus souvent, mais c'est un art qui est là depuis toujours, et qui est bien ancré dans la culture québécoise et humaine. C'est ce qu'on voulait mettre de l'avant », observe Steven Larivière Beaudoin, conteur, président et porte-parole des PàQH et copropriétaire de la microbrasserie Canton Brasse, où tout a commencé pour l'OFFO – Festival.

Steven SLAB est devenu conteur il y a six ou sept ans. Ce néo-Sherbrookoïse a fréquenté, entre autres, l'œuvre de Fred Pellerin, le Festival Les jours sont contés en Estrie (l'un des plus anciens au Québec avec une 30<sup>e</sup> édition l'automne prochain) et la bien nommée Maison des arts de la parole, rue Wellington Nord. Jusqu'à faire le constat que cette forme d'art est très prisée dans la région.



Steven Larivière Beaudoin œuvre dans le monde du conte depuis six ou sept ans et constate que la région en est un terreau fertile. — PHOTO LA TRIBUNE, MARIE-LOU BÉLAND

D'une soirée à l'autre, d'un spectacle solo à une performance collective, on le retrouve donc à se créer des occasions pour raconter et à organiser des rendez-vous de conteurs, notamment au Boquébière et à la Petite Boîte noire.

Si bien que, lorsque la microbrasserie Canton Brasse a ouvert ses portes en 2019, il était tout naturel pour Steven SLAB d'y faire naître des soirées mensuelles, les mercredis « Canton conte », vite devenus une habitude.

« C'est le côté convivial et chaleureux de cette petite place (qui peut accueillir 30 personnes) et la

réponse des gens du coin qui m'ont donné le goût et l'inspiration pour faire quelque chose de plus gros », relate-t-il aujourd'hui.

« À Orford, les gens sortent le mercredi soir pour venir entendre du conte et pour triper. On a refusé plusieurs fois des gens à la porte. On a même rempli la place un soir de tempête de neige en décembre. Il y a assurément quelque chose qui se passe! »

## FESTIVAL TOUT TERRAIN

Le festival qu'il a imaginé avec l'équipe des Productions Ça commence à quelle heure reprend un

## Bière et savon

Tant qu'à naître, l'OFFO – Festival de contes d'Orford s'est équipé pour être visible et vivre vieux. La microbrasserie Canton Brasse lui a concocté une bière officielle, La Parole, tout indiquée pour agrémenter les soirées de contes, dit-on, tandis que la Savonnerie des Diligences à Eastman lui dédie un savon, The Conteur, pour lequel des sous seront versés à l'OBNL PàQH. « On connaît leur image de marque et les

personnages légendaires qui sont sur leurs produits. On a donc créé une légende pour inspirer la créatrice dans le choix des arômes du savon et vous pourrez entendre cette légende pendant le festival, annonce Steven SLAB. C'est un partenariat unique qui perdurera dans le temps. »

## Patrice Michaud, réalisateur

Parmi les collaborations, on

remarque celle de l'Orferois d'adoption Patrice Michaud, qui a accepté de jouer les réalisateurs un peu mégalomanes dans une courte vidéo promotionnelle qu'on peut voir sur la page Facebook de l'événement. « Peu le savent, mais Patrice Michaud a déjà fait du conte, relate Steven SLAB. J'aurais aimé l'avoir dans la programmation, mais il avait d'autres engagements. On espère le convaincre de ressortir son matériel dans une prochaine édition. »

JACYNTHÉ NADEAU

très près de ses racines, comme à côté du poêle à bois. C'est ce qu'on voulait : se rapprocher de cette ambiance chaleureuse à échelle humaine. »

Steven Larivière Beaudoin est particulièrement fier d'avoir l'appui de la municipalité et la collaboration de lieux emblématiques comme le Mont-Orford et Orford Musique, qui accueilleront respectivement le spectacle d'ouverture au sommet du mont Giroux et le spectacle de clôture à la salle Gilles-Lefebvre.

« C'est la première fois qu'il y aura du conte dans cette salle de grande envergure qui accueille des musiciens internationaux et qui a un son exceptionnel. Ce sera une belle façon de fermer cette première édition. »

Programmation complète et billets : [cacomence.org](http://cacomence.org)

peu l'esprit des « Canton conte », jusqu'à le déployer dans les sentiers et le parc de la Rivière-aux-Cerises, au terrain de balle, à la station Mont-Orford et à Orford Musique.

« La beauté du conte, c'est qu'il n'a pas besoin d'une grosse technique pour vivre. On peut faire cette expérience en petits groupes, sans amplification, au bord d'une rivière. Ça permet de l'amener

## ARTISTES EN RÉSIDENCE ÉTÉ 2022

**Guy NANTEL**  
Si je vous ai bien compris, vous êtes en train de dire...  
SAM. 11 JUIN **CE SOIR**  
et MAR. 23 au SAM. 27 AOÛT

**DOMINIC et MARTIN**  
Six  
SAM. 18 JUIN

**Simon DELISLE**  
Invincible  
DIM. 22 MAI et SAM. 25 JUIN

**Philippe LAPRISE**  
Pourquoi pas  
VEN. 1 et SAM. 2 JUILLET et VEN. 21 OCTOBRE

**Philippe BOND**  
Merci  
MAR. 5 au SAM. 9 JUILLET

**Phil ROY**  
Philou  
MAR. 12 au SAM. 16 JUILLET

**Guillaume PINEAULT**  
Détour  
VEN. 27 et SAM. 28 MAI et MAR. 19 au SAM. 23 JUIL.

**Eve CÔTÉ**  
Premier spectacle solo en primeur  
MAR. 26 au SAM. 30 JUILLET

**Simon GOUACHE**  
Travaille sur un troisième spectacle  
MAR. 2 au SAM. 6 AOÛT

**Sam BRETON**  
Au pic pis à pelle  
MAR. 9 au SAM. 13 AOÛT

**Jérémy DEMAY**  
Nouveau spectacle en primeur  
MAR. 16 au SAM. 20 AOÛT

vieuxclocher.com 819.847.0470

0098940

FRANÇOIS HOUDE

Le Nouvelliste

**TROIS-RIVIÈRES — Si la littérature est une maîtresse exigeante, elle n'en apporte pas moins de profondes satisfactions. Même pour un médecin anesthésiologiste, qui y puise une certaine sérénité en retrait des grandes exigences de sa profession.**

Il n'y a pas que dans l'écriture que Jean-Marc Ouellet trouve sa quiétude, puisque après avoir longtemps pratiqué dans la région de Québec, il a choisi de s'établir à La Tuque pour terminer sa carrière. On ne se surprendra donc pas de constater que l'action principale de son troisième roman, *À l'ombre du silence*, se déroule dans le bois, loin de la civilisation. Ce drame à saveur policière met en scène un ermite au passé trouble qui recueille la rescapée d'un accident d'avion, survenu sur un lac pas très loin du refuge de notre héros.

Cet homme secret, défiguré et muet, a décidé à contrecœur d'abriter la femme, le temps qu'elle soigne ses blessures. Les deux ont des personnalités diamétralement opposées : elle est la parole, lui, le silence. Les deux servent pourtant à masquer de profondes douleurs. Ils arriveront à s'approprier, devenant sans le vouloir des vecteurs de rédemption l'un pour l'autre.

Il s'agit d'une nouvelle avenue pour l'écrivain. « Mon premier roman explorait la physique et la métaphysique, explique le scientifique. C'était de la science-fiction plutôt philosophique dans un contexte post-apocalyptique. Ça traduisait mes préférences de lecture personnelle. Le second avait un côté plus policier. Avec le troisième, je souhaitais explorer davantage la fiction, en partant d'une idée d'histoire que j'avais envie de développer. »

« La Tuque n'est pas étrangère à ce récit parce que, si j'ai décidé de m'y établir en compagnie de mon épouse, c'est parce que nous cherchions un havre de paix. Nous habitons dans le bois, sur le bord d'un lac, mais à proximité de la ville, parce que je continue de pratiquer la médecine et je suis souvent de garde. »

« J'ai toujours été fasciné par les ermites, poursuit le médecin. Je me demande ce qui fait que des gens peuvent décider de fuir le monde. Je me dis qu'il faut que quelque chose de majeur leur soit arrivé. Je trouvais intéressant d'explorer l'idée de l'arrivée inattendue de quelqu'un qui vient tout chambouler. »

#### CE QU'ON DIT QUAND ON NE PARLE PAS

La vision de l'écrivain est foncièrement optimiste, puisqu'au-delà des premières impressions, on découvre des personnages de



Le romancier latuquois Jean-Marc Ouellet présente son troisième roman, *À l'ombre du silence*. — PHOTO D. GIGUÈRE

## JEAN-MARC OUELLET

# LA NATURE, ÉTERNELLE INSPIRATRICE

nature bienveillante, que des blessures émotives ont fait dévier du parcours que la vie semblait leur réserver. Heureusement, diront certains, notre médecin croit à la... guérison.

« Oui, je jongle avec le concept de la rédemption, que je trouve importante. J'ai aussi voulu explorer la notion du silence, très présente dans le roman, parce que le personnage principal est muet. C'est l'idée de ce que tu dis quand tu parles et de ce que tu dis aussi quand tu ne parles pas qui m'intéresse. Je m'arrête aussi à la façon dont les drames passés peuvent déterminer le cours d'une vie et dont quelqu'un peut retrouver son chemin. »

À travers son écriture, l'auteur a été confronté au défi singulier de dessiner un personnage et de le rendre intéressant sans le faire parler, d'arriver à l'humaniser, à le rendre même attachant.

« Je pense que j'ai une écriture très visuelle, même un peu cinématographique. Je me considère

essentiellement comme un conteur. Je ne cherche pas à faire du littéraire : je m'en sentirais bien incapable. Je veux essentiellement raconter une bonne histoire qui puisse capter l'attention du lecteur. »

À mesure qu'on s'attachera au héros dans le présent du récit, l'auteur dévoilera graduellement des pans de son passé pour nous le faire comprendre. En réservant, au détour, certaines surprises.

« *À l'ombre du silence* est déjà en librairie depuis quelques semaines et les commentaires des lecteurs indiquent qu'ils ont été surpris, que ça ne se déroule pas comme ils l'avaient pensé, et j'avoue que ça me plaît bien. »

#### CROIRE À LA RÉDEMPTION

Quand on demande au Latuquois ce que le fait d'écrire lui apporte, il n'a pas de réponse toute prête. « J'ai l'impression que ça permet de mettre de l'ordre dans ses émotions, comme si ça faisait un peu

le ménage. Je pense d'ailleurs que c'est vrai autant pour le lecteur que l'auteur. En écrivant, beaucoup de mon vécu ressort. »

« Cela dit, j'ai eu une vie assez rectiligne et je n'ai pas vécu d'événements qui nécessitaient une forme de rédemption, dit-il en rigolant. Par contre, le fait d'être venu métastablier à La Tuque traduit probablement un besoin de sérénité. Je n'ai rien d'un ermite, mais j'apprécie assurément le calme et la tranquillité qu'apporte la nature, comme c'est le cas pour mon personnage principal. »

Ce dernier semble par ailleurs carburer à la vengeance en réaction à des blessures du passé. Mais son créateur a voulu que la bienveillance naturelle l'emporte et semble croire à la bonne nature profonde des hommes, à la rédemption. Peut-être est-ce pour cela qu'il est médecin.

Qu'importe, il est aussi écrivain et a du travail en cours. Il souhaite que Crescendo, son éditeur pour

*À l'ombre du silence*, publie bientôt un autre roman. Un suivant est en route, à moitié complété : une sorte de conte philosophique à connotation écologique explorant d'autres facettes de sa propre culture.

#### JEAN-MARC OUELLET *À l'ombre du silence*

ROMAN  
Crescendo  
130 pages



# REGARDS CROISÉS SUR FÉLIX LECLERC

**NORMAND PROVENCHER**

*Le Soleil*

**QUÉBEC — Un trophée de l'industrie musicale porte son prénom. Des écoles, des bibliothèques et des rues, son nom. Félix Leclerc, le pionnier de la chanson québécoise, celui qui a pavé la voie aux musiciens d'ici, ce « grand-père au regard bleu » qui montera éternellement la garde sur son refuge qu'a été l'île d'Orléans, ce Félix ne doit jamais disparaître de nos mémoires. C'est à dessein l'objectif du livre que viennent de lui consacrer Monique Giroux et Pierre Gince.**

Ils sont quarante (des membres de sa famille, des amis, des artistes qui l'ont connu) à se prêter au fil des pages au jeu des questions-réponses sur le souvenir qu'ils conservent du chanteur poète et de l'influence qu'il a eue sur leur parcours. Ses enfants (Martin, Nathalie et Francis), mais également Gilles Vigneault, Claude Gauthier, Robert Charlebois, Diane Dufresne, Jean Lapointe, Yves Duteil, Maxime Leforestier, Nana Mouskouri et Hugues Aufray, pour en nommer quelques-uns. Quarante généreux témoignages qui, mis bout à bout, donnent à voir un imposant portrait de Félix, l'homme et l'artiste.

En 1998, l'animatrice Monique Giroux s'était livrée à un exercice radiophonique quasi similaire pour la série *Heureux qui comme Félix*. Vingt-cinq ans plus tard, en collaboration avec l'homme de relations publiques et ex-attaché politique Pierre Gince, elle reprend le collier en mode livresque, dans un devoir de mémoire, afin de perpétuer l'œuvre du grand auteur-compositeur-interprète décédé en 1988.

## TERRE-À-TERRE

Monique Giroux croyait tout savoir de Félix, mais cette plongée dans son œuvre lui a montré que ce n'était pas le cas. « On ne connaît jamais vraiment les gens, et Félix encore moins que les autres, parce que c'était quelqu'un d'assez pudique et discret dans sa vie personnelle », dit-elle d'entrée de jeu.

La grande amoureuse de la chanson française, figure de proue en

la matière sur les ondes d'Ici Première avec son émission dominicale *Chants libres*, n'a jamais rencontré Félix, regret suprême s'il en est un. Ce rendez-vous raté aurait figuré à juste titre parmi les grands moments de sa carrière. Face à lui, dit-elle, il n'y aurait pas eu de grandes conversations sur ses faits d'armes, mais une discussion plus terre-à-terre, à l'image du personnage qu'il était.

« J'aurais parlé sans doute de choses sur le quotidien normal de la vie, de la nature. Je lui aurais demandé comment on fait ça, du fromage de chèvre. Venant de lui, imaginez, avec sa voix... »

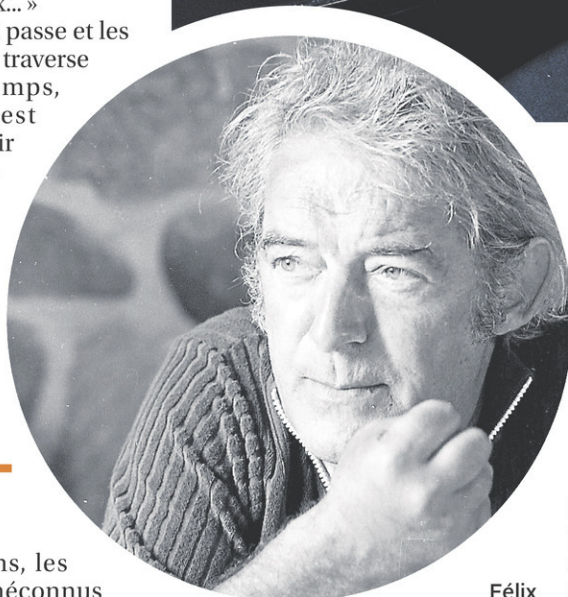
« Avec le temps qui passe et les événements que l'on traverse depuis quelque temps, poursuit-elle, on est tous à vouloir revenir à des choses basiquement ordinaires. C'est peut-être ce que je retiens de Félix, un homme de la terre, de la nature, qui avait le talent extraordinaire d'en faire des chansons. »

## SES AMIS FRANÇAIS

Au fil des entretiens, les anecdotes et faits méconnus abondent sur Félix. Ses enfants parlent du moment où ils ont découvert que leur père était différent. Michel Rivard rappelle ce grand moment de sa carrière quand il a su que Félix reprenait la chanson *La complainte du phoque en Alaska*. Gilles Vigneault et Robert Charlebois reviennent sur ce spectacle unique qu'a été *J'ai vu le loup, le renard et le lion*, sur les Plaines d'Abraham, en 1974.

Monique Giroux aurait bien aimé intégrer à cette liste les témoignages des Raymond Devos (son « grand, grand, grand ami »), Brel, Brassens, Barbara, Gainsbourg, autant d'artistes français qui l'ont connu, mais c'était sans compter sur le passage de la Grande Fauchaise.

C'est après son triomphe en France, en 1950, que Félix a commencé à voir son talent reconnu au Québec, raconte l'animatrice. « À



Félix Leclerc photographié à sa maison de l'île d'Orléans. — PHOTO ARCHIVES LA PRESSE, JEAN-YVES LÉTOURNEAU

l'époque, il faut se souvenir de ça, la chanson n'était pas quelque chose de noble, par opposition à la grande littérature. C'était La Bolduc, le folklore. La chanson n'entrait pas dans les maisons chic. On écoutait l'opéra à la radio de Radio-Canada. »

## UN P'TIT TOUR ET PUIS S'EN VA...

Félix, un homme discret, disions-nous. L'anecdote sur la première soirée de remise des prix portant son prénom, en 1979, telle que racontée par le producteur et agent d'artistes Guy Latraverse, résume à elle seule le personnage. Le chanteur a descendu l'escalier de la

scène de la Place des Arts, a donné la main à Gilles Vigneault et Latraverse, avant de disparaître en coulisses. Pas de discours, rien. « Je vais y aller, mais je veux rentrer de bonne heure », avait-il pris soin d'insister auprès des organisateurs de la soirée. La petite histoire dit qu'il aurait été de retour à l'île d'Orléans avant la fin du gala...

Pour Monique Giroux, cette histoire résume bien qui était Félix, un homme pas très à l'aise dans les mondanités. « Cet événement est symbolique. Félix était un gentil. Il a accepté d'y aller par respect et amitié pour Gilles et Guy. C'est sûr qu'il connaissait sa valeur, mais il savait pertinemment que ça n'allait rien changer à son quotidien d'avoir le premier Félix hommage. »

« Mais l'histoire qui dit qu'il était de retour à l'île avant la fin du gala, entre vous et moi, enchaîne-t-elle, c'est mathématiquement impossible [à moins de s'appeler Gilles Villeneuve ou Guy Lafleur, lui fait-on remarquer]. Félix était un fabulateur formidable, il inventait des histoires, c'était plus joli. » À ceux qui l'entendaient de démêler le vrai du faux...

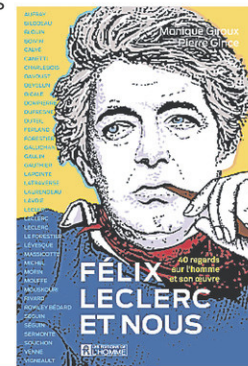
Pour Monique Giroux, faire connaître la chanson francophone, celle de Félix et des autres, reste un combat de tous les instants. Elle en appelle à tous ceux qui ont à cœur notre langue. « Il faut que chacun

Monique Giroux croyait tout savoir de Félix, mais cette plongée dans son œuvre lui a montré que ce n'était pas le cas. — PHOTO LA PRESSE, PHILIPPE BOIVIN

d'entre nous, tous ceux qui s'intéressent à la culture et à la survie de la langue française, balaie le devant de sa porte. Ce n'est pas tout de toujours se fier sur les autres, le gouvernement ou l'école. C'est le devoir de chacun. »

**MONIQUE GIROUX ET PIERRE GINCE**  
**Félix Leclerc et nous — 40 regards sur l'homme et son œuvre**

BIOGRAPHIE  
Éditions de l'Homme  
296 pages



## ALEXANDRE DA COSTA

## GRAVER DES BALCONS

DANIEL CÔTÉ  
Le Quotidien

SAGUENAY — Alexandre Da Costa fait partie de ces musiciens classiques qui croient en la nécessité de décriper leur art. Cette recherche d'un nouvel équilibre, entre rigueur de la démarche et démocratisation du répertoire, guide de plus en plus la carrière du violoniste. Or, voici qu'un album sorti le 10 juin montre comment ce désir de rejoindre le plus grand nombre de gens possible colore également ses choix en tant que directeur artistique de l'Orchestre symphonique de Longueuil (OSL).

Il a pour titre *Stradivarius, je me souviens* et renferme 15 chansons issues du répertoire populaire. La plupart ont été créées par des Québécois et toutes, sans exception, ont été réclamées par le public dans le cadre des concerts *Balcons symphoniques*. L'OSL en a donné 120 au total, au fil des différents confinements. Puisqu'il ne pouvait plus jouer dans des salles, l'idée de le faire dehors pour remonter le moral des gens s'est imposée tout naturellement.

« Ce projet est né dans des circonstances uniques, à un moment où on demandait aux artistes — qui le faisaient déjà — de se réinventer. Au lieu de proposer le répertoire habituel, Bach et Beethoven par exemple, nous avons recueilli les suggestions du public sur les médias sociaux. À partir de ces chansons livrées en version symphonique, nous avons formé l'équivalent musical du Panier bleu », décrit Alexandre Da Costa.

La liste témoigne du caractère



consensuel de la démarche. Pour atténuer les souffrances et l'isolement des plus fragiles d'entre nous, dont plusieurs vivaient dans des hôpitaux et des CHSLD, l'orchestre a repris des succès tels *Une chance qu'on s'a*, *Quand les hommes vivront d'amour*, *L'essentiel*, *Amène-toi chez nous* et *Ne partez pas sans moi*. Vu les circonstances, il était normal qu'on retrouve plusieurs ballades, ce qui n'a pas empêché *J't'aime comme un fou* de s'insinuer dans le programme.

Parlant de cette pièce popularisée par Robert Charlebois, Alexandre Da Costa confie qu'elle a constitué son coup de cœur absolu. « On a intégré du Bach dans les arrangements », révèle-t-il d'un ton amusé.

#### BACH ET CHOPIN DANS LES BEATLES

Le directeur artistique s'est aussi fait plaisir sur *Harmonium*, du

groupe du même nom. Quand on signale que certains passages possèdent une couleur *beatlesque*, loin de le froisser, ce constat lui apparaît comme une évidence.

« C'est vrai qu'il y a une touche Beatles dans les arrangements. Eux-mêmes avaient un côté Bach et un côté Chopin, alors que c'est pareil pour nous aussi. Il s'agit de notre base musicale à tous, au même titre que le classique constitue la base de genres musicaux comme le rock et le métal », énonce le violoniste. Comme pour le démontrer, lui et ses camarades ont repris le classique de la formation Queen, *We Are the Champions*. Les percussions figurent à l'avant-plan, comme il se doit.

Autre particularité, le disque contient deux chansons de Leonard Cohen, l'incontournable *Hallelujah* et *Dance Me to the End of Love*.

« *Hallelujah*, tout le monde l'a

demandée, mais faire juste celle-là me semblait impossible. Or, dans *Dance Me to the End of Love*, le violon est très présent », explique Alexandre Da Costa, qui a aussi été sensible au caractère viennois de ce titre. Rappelons qu'il a souvent travaillé dans la capitale autrichienne, notamment avec l'Orchestre symphonique de Vienne.

S'agissant des arrangements, il y a des moments où le violon solo occupe la place du chanteur. C'est le cas dans *La vie en rose*, alors que, sur d'autres plages, ce rôle est dévolu à l'orchestre.

« Le violon a été conçu pour imiter la voix humaine, rappelle le musicien. Néanmoins, on retrouve d'autres solos très colorés sur le disque, mettant en vedette la clarinette, de même que le hautbois. »

Il a également résisté à la tentation d'inclure des versions de *Si Dieu existe* et du *Blues du*

L'Orchestre symphonique de Longueuil a donné 120 concerts dans le cadre de la série des concerts *Balcons symphoniques*. « Nous avons joué de Gaspé à Gatineau », rapporte le directeur artistique Alexandre Da Costa. Les pièces issues de ces concerts sont désormais gravées sur disque. — PHOTO OSL

*businessman* interprétées en compagnie de Claude Dubois. Si bonnes soient-elles, cela aurait enlevé de l'homogénéité au concept de l'album, centré sur les instruments.

« Nous tenions à développer notre signature, tout en proposant un *cross-over* respectueux du sens premier des compositions. Nous les avons traduites, pas dénaturées », estime Alexandre Da Costa.

## Destination Brésil et Colombie

SAGUENAY — « Grâce aux *Balcons symphoniques*, à notre philosophie qui consiste à nous ouvrir au monde, l'Orchestre symphonique de Longueuil a pris son envol. Cette année, nous allons présenter une cinquantaine de concerts, en plus de participer à notre première tournée internationale », mentionne le directeur artistique de cette formation, Alexandre Da Costa.

Dans son agenda, il a vu se multiplier les rendez-vous à Longueuil, Montréal et dans les régions

limitrophes au fil des douze prochains mois, ce qui s'ajoute aux dates associées au Festival *Stradivarius*.

« Un jour, le concept des *Balcons symphoniques* pourra revivre, mais à l'heure actuelle, nous souhaitons jouer dans des lieux où il est possible de rassembler le plus de monde. Nous voulons trouver d'autres manières de faire de la musique pour les personnes qui en ont besoin », fait remarquer Alexandre Da Costa.

Il estime qu'une partie de ces gens vivent en Colombie et au

Brésil, les pays où se déroulera la première tournée internationale de l'OSL, en août. Ces destinations peuvent sembler étonnantes, quand on connaît la propension de maintes formations de se produire en Europe. Or, le violoniste travaille régulièrement en Amérique du Sud en tant que soliste. C'est un marché qu'il connaît bien.

« Je voulais faire une tournée qui se démarque et je sais que, là-bas, il y a un public friand de musique classique. Après tout, il s'agit d'un langage universel.

Comme nous avons reçu l'appui de Québec et Ottawa, c'est aussi notre pays que nous représenterons à l'étranger », laisse entrevoir Alexandre Da Costa.

Quant à la tournée québécoise que pourrait générer l'album *Stradivarius, je me souviens*, il croit en son potentiel attractif, mais ne la voit pas se concrétiser avant 2023.

« Nous lançons cet enregistrement dans l'univers et c'est le public qui déterminera la suite. Je sais toutefois que le seul concert que nous avons donné, en lien avec ce répertoire, a connu un succès monstre à Longueuil », raconte le violoniste. DANIEL CÔTÉ, LE QUOTIDIEN

#### ALEXANDRE DA COSTA ET L'ORCHESTRE SYMPHONIQUE DE LONGUEUIL

*Stradivarius, je me souviens*

POP CLASSIQUE  
Musicor



# Deux virtuoses de l'Inde en tournée au Québec

DANIEL CÔTÉ  
Le Quotidien

**SAGUENAY** — Signe que la province se décloisonne pour la peine, deux virtuoses de l'Inde, le pandit Partha Bose et son collègue shri Indranil Mallick, donneront quatre concerts au Québec. Cette tournée montée par le Centre culturel kabir, un organisme montréalais, conduira ces spécialistes du sitar et du tabla à Sherbrooke (17 juin à 20 h à la Salle Bandeen de l'Université Bishop's), Québec (18 juin à 20 h à l'École de musique Arque-muse) et à Lac-Kénogami (19 juin à 14 h à la chapelle Saint-Cyriac).



Indranil Mallick — PHOTO CENTRE KABIR

À chaque endroit, le tandem offrira deux ou trois classiques du répertoire traditionnel du nord de l'Inde, région d'où il est originaire. Le nombre de pièces au programme peut sembler peu élevé, mais il faut savoir que la plupart de ces œuvres ont besoin de temps pour se déployer. Jadis, les musiciens

pouvaient jouer toute la nuit.

Cette fois, bien sûr, ce ne sera pas le cas : tout devrait être ficelé à l'intérieur d'une fenêtre de 90 minutes, a confirmé le président du Centre culturel kabir, T. K. Raghumathan, en entrevue téléphonique.

« Les deux musiciens seront assis côte à côte pendant tout le concert,



Partha Bose — PHOTO CENTRE KABIR

mais au début, on n'entendra que le sitariste. Il s'agit d'un passage méditatif, pendant lequel il développe la mélodie avec son instrument. Le rythme, lui, provient des percussions. Elles arrivent un peu plus tard et constituent un élément incontournable dans un raga. »

Fait à noter, la sélection des pièces est effectuée spontanément,

peu de temps avant le concert. Le lieu, le moment de l'année ou de la journée font partie des facteurs susceptibles de guider le choix des musiciens.

## DANS LES PAS DE RAVI

Détail intéressant, Partha Bose s'est initié au sitar dès l'âge de six ans, avant de rejoindre l'une des écoles les plus renommées, celle du Pandit Monoj Shankar. Comme son nom le laisse entrevoir, l'école perpétue l'approche du sitariste le plus connu en Occident, Ravi Shankar, que Partha Bose a eu la chance de côtoyer.

« Les gens qui assistent à un concert de ce genre en parlent comme d'une expérience transformatrice. »

— T. K. Raghumathan

Quant à Indranil Mallick, on le considère comme l'un des meilleurs joueurs de tabla de notre temps. Lui et son partenaire de tournée au Québec se produisent souvent ensemble. Leur vaste

répertoire comprend des pièces sérieuses et d'autres épousant un caractère ludique.

« Les gens qui assistent à un concert de ce genre en parlent comme d'une expérience transformatrice. Certains vont jusqu'à dire que ça les a transportés, rapporte T. K. Raghumathan. Il faut dire que le style du nord de l'Inde appartient à la mouvance classique, tout en étant caractérisé par un certain embellissement entre les notes. À l'origine, il y a 12 ou 13 siècles, cette musique était associée à la religion. Sous l'influence des Moghols, qui étaient de confession musulmane, elle a pris une couleur plus sociale. On la jouait dans les temples, mais aussi pour le bon plaisir du roi. »

C'est la troisième année que le Centre culturel kabir organise des activités à l'extérieur de Montréal. « Puisque nous pouvons nous exprimer en français, nous sommes convaincus de la pertinence de cette démarche que nous relançons ce printemps [après la pause pandémique]. Comme elle fait partie du patrimoine mondial, la musique qui sera interprétée dans cette tournée mérite d'être intégrée dans l'offre culturelle québécoise », affirme T. K. Raghumathan.

On conseille aux gens de réserver leurs places au centrekabar.com.

## MARC O'REILLY

# Les vitraux de la cathédrale comme inspiration

STEVE BERGERON  
steve.bergeron@latribune.qc.ca

**SHERBROOKE** — On pourrait dire qu'en composant sa nouvelle œuvre *Vitrail*, « *Prince de lumière* », inspirée par huit vitraux de la basilique-cathédrale Saint-Michel de Sherbrooke, Marc O'Reilly a voulu, en quelque sorte, redonner à ce lieu (ainsi qu'à ceux et celles qui y gravitent) tout ce qu'il y a reçu.

« Dans un premier temps, la cathédrale est un édifice très intéressant pour l'orgue, et aussi en tant que "vaisseau sonore". Mais il est vrai que l'organiste et le compositeur que je suis ont toujours bénéficié d'une grande accessibilité pour y créer des œuvres, un peu comme un compositeur de l'époque baroque ou classique, engagé par un mécène lui fournissant orchestre et salle de concert. J'ai eu le privilège d'y travailler et d'y présenter des créations grâce au soutien qu'on m'y a donné. C'est un endroit important dans ma démarche artistique. »

Les appuis sont également venus, cette fois-ci, de la Ville de Sherbrooke et du Conseil des arts

et lettres du Québec, qui lui ont accordé une bourse de 14 000 \$ pour la création de *Vitrail*. Seule condition imposée : que le concert soit présenté en collaboration avec des organismes locaux. Et Marc O'Reilly n'a pas eu à chercher très longtemps.

« En fait, je ne me souviens pas exactement pourquoi j'ai pensé aux vitraux, mais je me suis vite attardé à celui consacré à saint Michel Archange, qui représente les forces de l'ordre. Je savais donc que le mouvement qui lui serait consacré serait marqué par la bravoure, ce qui a évoqué des cuivres à mon oreille. Et c'est ainsi que j'ai pensé à l'Ensemble à vents de Sherbrooke. »

## SEPT TROMPETTES

Le chef François Bernier et 21 musiciens de l'EVS sont donc devenus les principaux coéquipiers du concert, lequel réunira aussi l'organiste Mélanie Barney, la chef de chœur Chantal Boulanger ainsi qu'une quinzaine de choristes, hommes et femmes. « Mais ne les cherchez pas trop au début, ils n'arriveront qu'à la toute fin! » prévient Marc O'Reilly.

Le compositeur s'est amusé à traduire, dans les huit mouvements,



Marc O'Reilly — PHOTO ARCHIVES LA TRIBUNE, FRÉDÉRIC CÔTÉ

le thème des vitraux retenus. Par exemple celui sur Adam et Ève, *L'arbre du bien et du mal*, lui a

suggéré des jeux de questions et réponses entre l'orgue et l'ensemble à vents. Pour *L'Ascension*,

il est parti des notes les plus graves pour finir dans l'aigu.

La cathédrale étant dotée de caméras et d'un écran géant depuis la pandémie, il sera possible de voir chacun des vitraux au début du mouvement correspondant, de même que l'organiste à l'œuvre au jubé. Ajoutez l'ouverture et vous obtenez une prestation d'environ 65 minutes.

Pour Marc O'Reilly, le concert de samedi est un aboutissement longtemps attendu. « L'écriture de *Vitrail* est terminée depuis janvier 2020, mais nous avons dû ensuite reporter sa première mondiale deux ou trois fois. »

## Vous voulez y aller?

**Vitrail, « Prince de lumière »**

Samedi 11 juin, 20 h

Basilique-cathédrale  
Saint-Michel

Entrée : 20 \$ (gratuit  
pour les enfants de 12 ans  
et moins)

Billets : à l'entrée,  
au 819 563-9934 p. 209 et  
au 819 346-3097

## ARSENAULT ET FILS

PARRAIN  
DES BOIS

GENEVIÈVE BOUCHARD

Le Soleil

**QUÉBEC** — Une histoire de famille qui brasse des affaires illicites. On se croirait presque dans *Le parrain*. Loin de la mafia italienne, Rafaël Ouellet nous amène plutôt dans le Témiscouata avec *Arsenault et fils*, un suspense rural ancré dans un clan de braconniers.

On s'en rend vite compte en regardant le film attendu au cinéma le 17 juin : la famille Arsenault en mène large dans le coin. Ces chasseurs expérimentés ont bâti une sorte d'empire sur de la viande chassée illégalement et vendue à fort prix.

Rafaël Ouellet ne nie pas l'influence du *Parrain* de Coppola. Même qu'il aurait à posteriori accentué les références pour souligner l'anniversaire du film culte, qui a fêté ses 50 ans cette année.

« Il y avait un humble désir de faire écho. C'est un film qui coule dans mes veines, que je connais tellement par cœur », avance Rafaël Ouellet.

Cette tension mafieuse, le réalisateur l'a transposée dans son coin de pays. *Arsenault et fils* se déploie dans le Bas-Saint-Laurent, au cœur d'une famille de braconniers tissée serrée. Pendant que le fils plus âgé (Guillaume Cyr) souhaite revenir vers un mode de vie plus rangé, son jeune frère Anthony (Pierre-Paul Alain) revient au bercail pour

semer la pagaille.

Et il y a cette belle nouvelle venue (Karine Vanasse) qui viendra ajouter à l'émoi...

## MADAWASKA

« J'avais envie d'emmener le monde dans mon coin, de garder la langue, les paysages, les visages. Il y a cette rivière Madawaska qui réunit le Québec, le Nouveau-Brunswick et les États-Unis. C'était important pour moi, tellement que j'ai pensé donner son nom au film », évoque Rafaël Ouellet.

Le réalisateur affirme avoir puisé dans ses souvenirs pour prêter vie à ce clan, campé notamment par Micheline Lanctôt, Luc Picard et Julien Poulin.

« J'ai un *cast d'étoiles*, mais je n'ai pas senti d'ego. Tout le monde était là pour servir le film », se réjouit le réalisateur.

« J'ai grandi dans les années 1980, ajoute-t-il. Le braconnage était criminel mais relativement toléré. Si tu ne te faisais pas prendre, on te trouvait *ratoureux*. Mais tranquillement, c'est quelque chose qui est devenu mal vu. Autour de moi, ç'a disparu. Ma famille et celle de mes amis sont des gens rangés. Il faut investir du temps pour être criminel, dans la vie. Les gens que je connais qui étaient plus là-dedans dans les années 1970 ou début 1980 n'ont pas ce temps-là. »

Sans avoir expérimenté le trafic de viande dépeint dans son film, le cinéaste a en mémoire des



anecdotes de chasse proscrite.

« À l'époque, si quelqu'un rentrait dans le bois et voyait trois orignaux, il tuait les trois et allait trouver des permis après », décrit-il.

## ENTRE HOMMES

*Arsenault et fils* nous amène dans un monde rural de chasse, de balades en *pick-up*, de virées en quatre-roues, de beuveries. Le titre le dit : ça se passe entre hommes. C'est rude, ça manque de vernis, mais ça s'approche de la vérité. C'est du moins ce que Rafaël Ouellet a voulu faire dans la représentation de ses personnages masculins.

Le réalisateur souligne ne pas avoir voulu « caricaturer ni angéliser » ceux-ci.



## FRÈRES OPPOSÉS

**QUÉBEC** — Frères à l'écran, les acteurs Guillaume Cyr et Pierre-Paul Alain incarnent toute une dichotomie dans *Arsenault et fils*. L'un veut se ranger, l'autre revient pour tout faire péter.

« C'est plat à dire, mais c'est une famille un peu de tout croches, décrit Guillaume Cyr. Il y a beaucoup de *gimmicks*. Ce sont des braconniers, les lois leur passent un peu au-dessus de la tête. »

Le comédien décrit son personnage comme le fils

qui en a marre de l'étiquette qui colle à la peau de sa famille et qui fait tout pour se racheter. Quant à son frère... « N'ayons pas peur des mots, c'est un *fouteux de mardo!* » lance Guillaume Cyr.

« Il a une *track*, il a une idée, reprend Pierre-Paul Alain. Si c'est ça qu'il a envie de faire, il va le faire. La chasse, il n'aime pas ça. Il aime ça juste parce que ce n'est pas légal. Si ça se passait pendant que c'est légal, il n'aurait pas de *fun*. »

Les deux acteurs louent la démarche effectuée par le réalisateur Rafaël Ouellet dans l'élaboration d'une intrigue enlevante, dont nous ne révélerons pas

ici les détails.

« Il a fait un travail de recherche exhaustif. On n'est pas dans la fiction tirée par les cheveux », observe Guillaume Cyr.

« C'est une grosse *business*, le braconnage. C'est juste qu'on n'en parle pas beaucoup », ajoute Pierre-Paul Alain, qui savoure ce retour à l'écran, surtout accompagné d'acteurs comme Luc Picard ou Julien Poulin.

« Ça faisait un bout que je n'avais pas tourné. Quand tu te retrouves avec une *gang* de même, tu reçois. C'est de la générosité à n'en plus finir. » **GENEVIÈVE BOUCHARD, LE SOLEIL**

« Autant que possible, j'ai voulu les montrer pour vrai. Le progressiste, le *woke*, je suis là-dedans. Je suis très Montréalais, très urbain. Mais parfois, je lève des *flags* avec mes amis. On est beaucoup entre nous, on évolue vite entre nous. Je pense qu'il y a un chemin à faire. Il faut respecter les gens dans ce qu'ils sont. »

Le réalisateur qui nous a notamment offert *Camion* au cinéma et qui a piloté des séries comme *Nouvelle adresse*, *Ruptures* ou *Cheval*

*serpent* au petit écran a retrouvé avec bonheur le septième art.

« La télé m'a enfoncé encore plus loin dans le cinéma, tranche-t-il. Elle m'a donné encore plus envie de cinéma. J'ai plus de temps, j'ai un plus grand canevas. Les gens qui vont venir vont être captifs. La télé est un animal de compagnie, même si on a évolué et qu'on a du HBO aujourd'hui. »

*Arsenault et fils* est présenté au cinéma dès le 17 juin.



Micheline Lanctôt et Julien Poulin jouent les grands-parents de cette famille de braconniers. — PHOTO FABRICE GAËTAN

**1** Rafaël Ouellet a fait écho au film culte *Le parrain pour Arsenault et fils*. — PHOTOS 1 ET 2, LE SOLEIL, YAN DOUBLET

**2** Frères à l'écran, Pierre-Paul Alain et Guillaume Cyr incarnent toute une dichotomie dans *Arsenault et fils*. L'un veut se ranger, l'autre revient pour tout faire péter.

**3** La tension montera sérieusement entre les frères Arsenault (Pierre-Paul Alain et Guillaume Cyr). — PHOTO MK2 MILE END

**4** Guillaume Cyr, Karine Vasse et Luc Picard devant le garage de la famille Arsenault. Cette portion du tournage s'est déroulée à Saint-Étienne-de-Bolton, en juillet 2021. — PHOTO SARA-MAUDE RAVENELLE

**La FÊTE DU LAC DES NATIONS**  
 PROMUTUEL ASSURANCE  
 19 au 24 juillet 2022  
 PASSEPORTS DISPONIBLES EN PRÉVENTE AU  
[fetedulacdesnations.com](http://fetedulacdesnations.com)

**HALF MOON RUN** | **FOUKI ET KORIASS** | **LES TROIS ACCORDS** | Simon Morin  
**HUBERT LENOIR** | **OUR LADY PEACE** | **PAGLIARO**  
 Matt Holubowski | **LOUD** | Bran Van 3000  
 Brigitte Boisjoli | **SALEBARBES** | **The Guess Who**  
 Franklin Electric | Alicia Moffet | Laurence Jalbert

Justine est interprétée par Charlotte Saint-Martin dans *Pas d'chicane dans ma cabane*. — PHOTO FORUM FILMS

## PAS D'CHICANE DANS MA CABANE

# Papa, maman, à la barre!

LÉA HARVEY

Le Soleil

### CRITIQUE

**QUÉBEC — Il est bien question de procès, de tribunal et d'avocats dans *Pas d'chicane dans ma cabane*, mais détrompez-vous : le premier long métrage de Sandrine Brodeur-Desrosiers n'est cependant pas un drame judiciaire. La réalisatrice signe plutôt ici une comédie sur la famille. Un film sur la communication entre papa, maman et les enfants, qui débarque en salles juste à temps pour la saison estivale.**

La plupart des enfants craignent la séparation de leurs parents, mais pas Justine (Charlotte Saint-Martin). La jeune fille, qui montera bientôt la grande marche entre le primaire et le secondaire, souhaite que ses parents cessent de se chicaner pour de bon. Sa solution ultime : les obliger à divorcer. Elle se rendra d'ailleurs à la Chambre de la jeunesse, cette division de la Cour du Québec qui entend les demandes judiciaires concernant les individus de moins de 18 ans.

Obstinée, ne se contentant pas d'une pile de dépliants remis par la secrétaire déconcertée de la Chambre, elle décidera de créer

son propre tribunal... à l'école, dans le cadre du spectacle de fin d'année.

Accompagnée au scénario par Maryse Latendresse, Sandrine Brodeur-Desrosiers met donc de l'avant la belle naïveté — et le professionnalisme! — du groupe d'amis de Justine. Ceux-ci prennent à cœur leur rôle de juge, d'avocats, de témoins, etc. Ils accumulent les preuves, consultent le Code de déontologie des avocats, bâtissent tranquillement leur tribunal en carton et défendent chacune des parties de tout leur cœur.

#### LA HANTISE DES PARENTS

Pas de doute, le long métrage de 83 minutes, destiné aux préadolescents, suscitera certainement quelques discussions entre les parents et leurs enfants. Parce qu'il met en scène la hantise des premiers, soit de voir révéler devant toute une école leur vie intime et leurs problèmes de couple. Mais aussi parce qu'il donne une voix aux jeunes qui ne font souvent que subir les décisions de vie de maman et papa.

En plus de marteler l'idée que ce ne sont pas aux enfants de s'occuper de leurs parents, *Pas d'chicane dans ma cabane* illustre au grand écran différents modèles familiaux. Sandrine Brodeur-Desrosiers le

confirmait en entrevue : en plus de tourner avec une distribution composée de plusieurs mineurs, la cinéaste est partie à la rencontre de son public dans les écoles et les parcs. Des recherches qui transparaissent lors du visionnement.

Certes, l'œuvre comporte bien quelques stéréotypes propres au cinéma jeunesse, tels le beau jeune homme qui grimpe à la fenêtre de notre héroïne, le rebelle au passé trouble qui se tourne du côté des gentils ou encore le conflit entre amis qui survient à un moment critique du récit.

Mais le film met surtout en lumière la jeune génération d'aujourd'hui. Comme un miroir pour les 10 à 14 ans, qui s'y reconnaîtront certainement.

#### Au générique

Cote : ★★★

Titre : *Pas d'chicane dans ma cabane*

Genre : Comédie dramatique

Réalisatrice : Sandrine Brodeur-Desrosiers

Acteurs : Charlotte Saint-Martin, Liam Patenaude et Charlie Fortier

Durée : 1 h 23

### TENDRE ET SAIGNANT

## Recette connue mais bien appliquée

GENEVIÈVE BOUCHARD

Le Soleil

### CRITIQUE

**QUÉBEC — Sans grandes surprises, mais avec un soin apporté à la méthode, *Tendre et saignant* de Christopher Thompson transpose les codes de la comédie romantique classique dans une boucherie parisienne.**

Rédactrice en chef d'un magazine de mode, Charly (Géraldine Pailhas) hérite du commerce de son père boucher au décès de ce dernier. Bien décidée à vendre le commerce, elle se laisse convaincre par Mathias (Arnaud Ducret), un employé tenace et passionné par son métier, de garder la boutique ouverte jusqu'aux fêtes de fin d'année.

Suspendue de son travail à cause d'un choix éditorial qui a déplu à ses patrons, celle qui avait tout fait pour s'éloigner de l'entreprise familiale se retrouve les deux mains dedans.

Entre Charly et Mathias, il y aura des flammèches : les deux avaient eu une aventure d'un soir avant d'être appelés à collaborer professionnellement. Sur le plancher de cette boucherie artisanale qui fait les choses à l'ancienne, avec un grand souci pour la qualité des

produits vendus, les deux personnalités vont se confronter... mais vont en venir à se compléter.

#### D'UNE BOUCHERIE FAIRE SES CHOUX GRAS

Vous voyez venir la suite? C'est normal. *Tendre et saignant* suit le schéma de la comédie romantique conventionnelle, du genre qui a fait les choux gras de Tom Hanks et Meg Ryan dans les années 1990.

Tant dans le récit que dans la réalisation de Christopher Thompson, on ne prétend rien réinventer ici. Le film touche toutefois sa cible grâce à la minutie qui est apportée à la recette.

Entre Géraldine Pailhas et Arnaud Ducret, le courant passe.

*Tendre et saignant* séduit aussi par l'amour du métier qu'il met en vitrine... et c'est une végétarienne qui écrit ces lignes!

#### Au générique

Cote : ★★★

Titre : *Tendre et saignant*

Genre : Comédie romantique

Réalisateur : Christopher Thompson

Acteurs : Géraldine Pailhas et Arnaud Ducret

Durée : 1 h 31



Entre les personnages campés par Arnaud Ducret et Géraldine Pailhas, il y aura des flammèches. — PHOTO TVA-FILMS

## MAISON DE RETRAITE

## Bonnes intentions, bons sentiments

GENEVIÈVE BOUCHARD

Le Soleil

## CRITIQUE

**QUÉBEC — Si la maltraitance des aînés n'appelle pas à la rigolade, l'humoriste Kev Adams et le réalisateur Thomas Gilou font ce pari avec la comédie *Maison de retraite*, qui nous arrive après une sortie remarquée en France. Des intentions louables portées par une distribution solide, mais refroidies par un excès de bons sentiments.**

De son propre aveu, le jeune trentenaire Milann (Kev Adams) n'aime pas trop les personnes âgées. Élevé dans un orphelinat, il conserve quelques traumatismes. Et n'ayant pas pu compter sur une famille, le pont entre les générations ne s'est jamais construit pour cet ado attardé très habile pour se mettre dans le pétrin.

Après un incident impliquant une vieille dame à son boulot dans un supermarché, notre homme est condamné à des travaux communautaires dans une résidence pour aînés.

Après de vieux parfois malcommodés, néanmoins attachants, Milann prendra un bon coup de maturité. Il aidera de son côté ces gens esseulés, surtout lorsqu'il se rendra compte que le propriétaire du foyer n'a pas à cœur les intérêts de ses locataires.

L'humoriste Kev Adams a coscénarisé et coproduit ce film, dans lequel il tient la vedette auprès de vétérans chevronnés : Gérard Depardieu, Daniel Prévost, Mylène Demongeot et Jean-Luc Bideau sont de ceux qui lui donnent la réplique.

Cette comédie signée par le réalisateur Thomas Gilou, derrière la série à succès *La vérité si je mens!*, aborde sur le thème de la rigolade une situation qui a souvent, dans la vraie vie, glissé dans la tragédie.

## DE L'EHPAD AU CHSLD

Le film cite l'acronyme français EHPAD (pour « établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes »). Remplacez-le par

CHSLD et la référence résonne tout autant au Québec.

On songe à des gens qui souffrent de solitude, qui perdent leur autonomie et leur dignité, qui sont devenus dépendants d'un personnel soignant n'ayant pas toujours les ressources adéquates pour répondre à leurs besoins.

Dans un souci de légèreté, *Maison de retraite* évite toutefois de vraiment mordre dans son sujet. Les problèmes de maltraitance vécus par les aînés sont évoqués plus que dépeints. Les résidents ont encore la forme et, s'ils n'ont pas de famille, ils se sont créé un clan entre voisins.



Les personnages campés par Gérard Depardieu et Kev Adams développent une complicité inattendue dans *Maison de retraite*. — PHOTO AZ FILMS

Gérard Depardieu joue au bourru sympathique, Daniel Prévost, au sénile heureux, Mylène Demongeot, à une maman dans l'âme, même si elle n'a jamais eu d'enfant.

Kev Adams multiplie de son côté les mimiques, surtout dans la première partie du film, marquée par l'impatience, le dégoût ou la maladresse de son personnage envers les aînés qu'il côtoie.

Ça se calme à mesure qu'il laisse entrer la bienveillance dans ses interactions. Il se trouve justement là, le pivot de ce film sympathique qui ne fait qu'effleurer, sous une belle grosse paire de lunettes roses, un thème autrement plus sérieux.

CHARLOTTE ST-MARTIN ISABELLE BLAIS PIERRE-LUC BRILLANT LIAM PATENAUDE  
CHARLIE FORTIER LOUKA AMADEO SIMONE BÉLANGER-LEOS SIMONE LAPERLE

**Avec ses amis, Justine va tout faire pour que ses parents divorcent.**

**PAS D'CHICANE DANS MA CABANE!**

un film réalisé par Sandrine Brodeur-Desrosiers

scénario Maryse Latendresse  
réalisé par Sandrine Brodeur-Desrosiers

**PRÉSENTEMENT AU CINÉMA**

[pasdechicane-lefilm.com](http://pasdechicane-lefilm.com)

[axiafilms.com](http://axiafilms.com)

## Au générique

Cote : ★★½

Titre : *Maison de retraite*

Genre : Comédie

Réalisateur : Thomas Gilou

Acteurs : Kev Adams, Gérard Depardieu et Mylène Demongeot

Durée : 1 h 37

laTribune *Cinéma* LES FILMS DU LAC Les Films Séville

**COUREZ LA CHANCE D'ASSISTER À LA PREMIÈRE DE MONTRÉAL**

comprenant

- Deux billets pour la projection du film en présence des vedettes et artisans
- Le transport aller-retour de Sherbrooke

**LIGNES DE FUITE**

DIRECTEUR DE LA PHOTOGRAPHIE : STÉPHANIE WEBER BIRON  
PROFITEUR : ARNAUD DERIMAY  
SCÉNARIO : CATHERINE CHABOT  
DIRECTEUR DE LA PRODUCTION : SYLVIE TRUDELLE  
DIRECTEUR DE POST-PRODUCTION : ÉMILE GAUDREULT  
CO-ÉCRITURE : GUILLAUME COUTURE  
MONTAGE : MARIE-CLAUDE GAGNÉ  
MUSIQUE : SHARON SCOTT  
ARTISTE À L'ÉCRAN : ARTHUR TARNOWSKI  
DISTRIBUTION : LUCIE ROBITAILLE  
DISTRIBUTION : DANDY THIBAudeau

PRODUIT PAR DENISE ROBERT  
RÉALISÉ PAR CATHERINE CHABOT  
MIRYAM BOUCHARD

**LE LUNDI 27 JUIN 18H30 PLACES DES ARTS**

Pour participer, visitez le [concourLesFilmsSeville.com](http://concourLesFilmsSeville.com) Indice : Ville

LES PARTICIPANTS DOIVENT ÊTRE DISPONIBLES À PARTIR DE 14H LE JOUR DE LA PREMIÈRE.

PRODUIT AVEC LA PARTICIPATION FINANCIÈRE DE

TELEFILM CANADA Québec Québec Radio-Canada Canada

ET AVEC L'APPUI PROMOTIONNEL DE

Bell Horizon

Le concours se termine le 19 juin 2022 à 23:59. Les 26 gagnants recevront un laissez-passer double par courriel et seront contactés par téléphone pour obtenir tous les détails de la première. Valeur totale des prix : 1400 \$. Règlement du concours disponible sur [concourLesFilmsSeville.com](http://concourLesFilmsSeville.com)

**AU CINÉMA DÈS LE 6 JUILLET**

[lignesdefuite-lefilm.com](http://lignesdefuite-lefilm.com)

f t i YouTube LesFilmsSeville

# À la découverte du Maine (la suite)

**PHILIPPE WOUTERS**

CHRONIQUE

philippe.wouters@lescoops.ca



**FOUNDATION BREWING COMPANY • PORTLAND**

Vous aimez les IPA «green» et très houblonnées? C'est définitivement chez Foundation que vous devez vous installer et parcourir le menu.

Brasserie créée en 2014, elle surfe sur la vague des Hazy IPA avec une tendance à proposer des bières légèrement plus alcoolisées au moment de notre visite.

Pas de quoi y faire un détour, mais vu que c'est dans le même bâtiment que les deux autres...

**BATTERY STEELE • PORTLAND**

Même chose du côté de Battery Steele, où la liste des bières proposées est en phase avec la réputation qu'on se fait de la scène brassicole de la Nouvelle-Angleterre.

Mention spéciale à la série de bières Flume, recelant de belles notes houblonnées avec différents taux de sucre résiduel et taux d'alcool, mais encore une fois très «green». On aime ou on n'aime pas...

**OXBOW BLENDING AND BOTTLING • PORTLAND**

Quel plaisir que de boire une Farmhouse Pale ale. S'il y a bien une technique que Oxbow maîtrise, c'est la fermentation mixte et l'affinage en fût. Ne sous-estimez pas également la Lager d'inspiration allemande.

La terrasse se veut accueillante et Duckfat propose des frites cuites dans le gras de canard avec une mayo au raifort. Un accord surprenant avec la bière.

.....

Je n'ai pas eu l'occasion de visiter toutes les brasseries de la côte est entre Bar Harbor et Portland, mais force est de constater qu'un(e) amateur(trice) de bière ne manquera pas de motivation pour découvrir les bières du Maine.

**ALLAGASH BREWING COMPANY • PORTLAND**

Je m'attendais à beaucoup de cette visite, vu la réputation de la brasserie et les efforts qu'ils font pour perpétuer la tradition de la fermentation spontanée. La brasserie est l'invitée de l'événement belge Quintessence de Cantillon, ce n'est pas rien.

Que de déception devant mes verres en plastique, après avoir passé le contrôle à l'entrée, sans âme et sans chaleur. Chez Allagash, pas de palette de dégustation; tu choisis ta bière en format 12 oz minimum, tu la commandes au bar et tu te trouves une place pour la boire. Une expérience très décevante.

Il reste au moins la boutique, qui propose les grandes cuvées qui ont fait la réputation de la brasserie... mais attendez-vous à sortir vos économies.

**DEFINITIVE BREWING COMPANY • PORTLAND**

Traversez la rue et vous voilà devant trois jeunes microbrasseries qui offrent des bières tendance. On se dirige vers Definitive Brewing Company, où le bruit de la canetteuse m'interpelle.

Le serveur nous propose quatre bières de son choix, dont une Kölsch qui me rendra heureux, car tout à fait sur le style et agréable à boire.

On aime également y travailler les bières sures aux fruits. On sent le poids de la culture bière contemporaine sur le menu bière, mais le résultat est bien là.

**A**u début du mois, j'ai profité de quelques jours d'escapade pour découvrir l'État du Maine, de Jackman à Portland. Alors que de nombreux Québécois apprécient les villes portuaires au sud de Portland, je me suis attardé aux péninsules du nord de l'État, moins touristiques. J'ai pris pour habitude de rédiger des notes de voyage pendant mes visites, souvent à l'improviste. Je vous les livre, encore cette semaine, en toute transparence.

**BOOTHBAY CRAFT BREWERY • BOOTHBAY**

Leurs emplacements de camping pour VR et le restaurant au four à bois nous ont accrochés. La brasserie n'était pas sur notre liste de départ, mais force est d'admettre que c'est un coup de cœur.

D'abord pour l'ambiance. Vous entrez dans la cale d'un bateau de pirate et vous vous dirigez vers le feu de foyer. Ensuite pour le personnel, agréable, drôle, avec un petit côté pirate justement. Et enfin pour les bières, avec une préférence pour la Red IPA et la Imperial Stout affinée trois ans en fût de bourbon.

Un petit creux? Commandez les bretzels et la sauce «beer-cheese». Ah oui, j'oubliais: en allant aux toilettes, n'oubliez pas de chercher l'entrée du bar speakeasy...

**MAINE BEER COMPANY • FREEPORT**

Après avoir visité de petites brasseries, le contraste est grand. Les installations sont immenses et la capacité de brassage tout autant.

Créée en 2009, Maine Beer Company s'est fait connaître par ses bières vendues en bouteille de 500 ml et ses étiquettes blanches à l'infographie très simpliste. Je n'avais jamais visité la brasserie, mais j'avais souvent vu leurs bières pendant mes voyages aux États-Unis.

Sur place, on retrouve un immense «taproom» avec vue sur la salle de brassage et un four à bois qui propose des «flatbreads». Pour le menu bière, allez-y en toute confiance.



La Boothbay Craft Brewery, un coup de cœur. — PHOTO COLLABORATION SPÉCIALE, PHILIPPE WOUTERS



PHOTO MAËLLA LEPAGE

## VOUS AVEZ DIT «PÊCHE»?

### MONSIEUR COCKTAIL

**PATRICE PLANTE**  
Collaboration spéciale

**J'** aime, j'adore la pêche. Celle qui implique une canne, une chaloupe et le cri des huards, entendons-nous bien. J'y suis d'ailleurs allé avec le paternel en début de semaine (on fait avec la température maussade actuelle), pour profiter de la seule journée de juin où il ne pleuvra peut-être pas. Bon, j'exagère, mais je sais que mon sentiment est partagé, n'est-ce pas, chers lecteurs?

Bien que la sempiternelle bière en canette soit une tradition de chaloupe qui se passe de père en fils depuis que le monde est monde, je compte bien freiner cette tradition avec mes penchants naturels pour le pastis et le rhum. J'adore déguster un bon rhum dans un chalet sans électricité, en jouant aux cartes en mangeant des Yum Yum au ketchup (un gars s'ouvre!).

J'ai donc décidé de revisiter mon cocktail estival favori, le Daiquiri,

avec un bon rhum vieilli et notre amaretto sans alcool, inspiré par un dessert de Marilou de Trois fois par jour qui combine la pêche à notre amaretto. Le résultat est stupéfiant et se boit autant au gros soleil d'après-midi qu'en temps pluvieux. Mon truc? Mélangez-le au préalable et filtrez-le, froid, dans un Thermos. Il vous suivra partout, que ce soit au parc, chez des amis ou... dans la chaloupe. Santé!

### Daiquiri à la pêche

**INGRÉDIENTS**

- 1,5 oz de rhum ambré
- 0,5 oz d'amaretto sans alcool
- 0,75 oz de sirop de pêche Monsieur Cocktail ou du commerce
- 0,75 oz de jus de citron frais
- Feuille de basilic (pour décorer)

**PRÉPARATION**

**1** Dans un *shaker*, ajouter tous les ingrédients et bien mélanger avec de la glace.

**2** Filtrer au tamis fin dans une coupe préalablement refroidie.

**3** Décorer d'une feuille de basilic.

# Vins et importation privée

**NATALIE RICHARD**

PLANÈTE VINS

Collaboration spéciale  
nrichard@gcmédias.ca



**V**ous vous demandez quel est le fonctionnement des agences d'importation privée, leur rôle sur le marché du vin et avec la SAQ? Cette semaine, je dresse un survol de la petite histoire des importations privées avec quelques profils d'agences via cinq de leurs excellentes cuvées disponibles en SAQ.

Selon un document publié par A3 Québec, une association dont le rôle est de rassembler les agences de représentation, le concept a émergé au début des années 1980 pour combler un besoin d'approvisionnement de produits plus exclusifs pour la restauration. Parallèlement, de plus en plus de producteurs souhaitaient avoir des représentants au Québec, ce qui incita certains de nos professionnels passionnés à convaincre la SAQ de mettre en place un processus de collaboration. Ça a été un projet ardu au départ, perçu comme une aventure qui n'allait pas durer. Mais le concept a fait son chemin et s'est avéré un succès de part et d'autre, si bien que la collaboration entre les agences et la SAQ s'est dynamisée avec le temps.

Au départ, l'importation privée était réservée aux restaurateurs et aux collectionneurs, mais depuis quelques années, elle rejoint un grand nombre d'amateurs qui commandent directement avec l'agence, puis les vins sont livrés à la SAQ de leur choix, en caisses de douze ou de six bouteilles.

Selon la loi du Québec, seule la SAQ est autorisée à importer des boissons alcooliques. C'est aussi la SAQ qui entrepose, transporte et vend les boissons alcooliques. L'agent a pour rôle de dénicher les

produits qui seront importés par la SAQ. L'agent est responsable financièrement de sa commande et de son inventaire qu'il doit écouler selon un délai déterminé par la SAQ.

Une fois commandé, le vin est acheminé par la SAQ en succursale, à l'attention du client. « La mission de l'A3 est d'assurer la promotion et la défense des intérêts des agences tout en demeurant à l'affût de tout ce qui peut influencer notre industrie – les opportunités, les enjeux, les tendances, etc. » affirme Catherine Lessard, directrice générale de l'A3.

**AZIENDA AGRICOLA FRANCESCO TORNATORE ETNA ROSSO 2018**

25,55 \$ • 13509033 • 13,5 % • 1,5 G/L

Les agences d'importation privée ont une clientèle fidèle, chacune ayant un style et une signature dans laquelle les clients se reconnaissent. Ce sont les agences qui choisissent leur profil de ventes et les produits qu'ils préfèrent garder en importation privée ou présenter dans le réseau de la SAQ. David Roucet, qui dirige l'agence Roucet-

Couture, une des pionnières de l'industrie, souhaite garder une majorité de ses produits en importation



privée. « Ce sont nos bébés, on ne veut pas les laisser aller. » Heureusement, il relâche quand même quelques pépites, comme ce nerello mascalese issu du volcan Etna en Sicile.

**LA MASCOTA CABERNET SAUVIGNON MENDOZA 2020**

16,95 \$ • 13453762 • 14 % • 3,2 G/L • BIO

Pour les plus grosses agences, comme Univins qui fait partie du Groupe Dandurand et qui représente plusieurs grandes marques comme le vignoble argentin Mascota, l'importation privée compte pour seulement 2 % du chiffre d'affaires. Pour eux, l'objectif est principalement de rendre leurs produits disponibles à la SAQ.

**ELIAN DA ROS VIN EST UNE FÊTE 2019**

23,35 \$ • 11793211 • 12,5 % • 1,5 G/L • BIO, BIODYNAMIE

Jean-Philippe Lefebvre, fondateur de l'agence RéZin, est un précurseur de l'offre des vins produits en bio et biodynamie. On ne trouvait très peu en SAQ quand il a démarré son entreprise, il y a 25 ans. Aujourd'hui, 90 % de son portefeuille est disponible en succursales et seulement 10 % demeure en importation privée. Pour Jean-Philippe, « l'importation privée est un outil qui permet de se faire connaître, de développer des relations avec des fournisseurs et avec une clientèle de restaurateurs pour graduellement tester des produits et les amener dans le réseau SAQ ».

J'ajouterais que c'est un plus pour le consommateur qui a accès à des vins qui se démarquent comme celui-ci d'Elian Da Ros, vigneron extraordinaire du sud-ouest de la France.

**NICOLAS GROUSBOIS LA CUISINE DE MA MÈRE EN VACANCES À GAILLAC 2020**

19,95 \$ • 13349800 • 13 % • 1,8 G/L • BIO, NATURE

Les services qu'offrent les agences sont complémentaires avec ceux de la SAQ. « Les agents partent avec leur petit sac à dos et sillonnent le monde à la

Au départ, l'importation privée était réservée aux restaurateurs et aux collectionneurs, mais depuis quelques années, elle rejoint un grand nombre d'amateurs qui commandent directement avec l'agence, et les vins sont livrés à la SAQ de leur choix, en caisses de douze ou de six bouteilles.

— PHOTO FOURNIE PAR BAMBARA SELECTION

recherche de vins, à leur frais, par passion. Ils contribuent à la diversité de l'offre au Québec », affirme Cyril Kérébel, qui était sommelier en restauration quand il a fondé son agence La QV, il y a 15 ans. Pour lui, les importations privées étaient avant tout une zone de découverte, c'était sa « zone d'expression libre ». Il tripait sur les vins bio, biodynamiques et de vinification naturelle, et on le considérait à l'époque comme un marginal.

**VINO LAURIA VINO A GOGO TERRE SICILIANE 2021**

15,45 \$ • 14420031 • 13,5 % • 1,8 G/L • BIO

Il était plus facile de se faire une niche avant. Aujourd'hui, la tendance importation privée est très forte. Il y a beaucoup d'agences et de choix par rapport à la capacité du marché. Il est donc important pour les agences de se démarquer, de miser sur une offre originale, de constante qualité et d'offrir un service à la clientèle hors pair. Selon Charles Landreville à la tête de l'agence Boires, « il faut aussi casser le mythe que les importations privées, ça coûte plus cher ». Cette excellente syrah de Sicile, représentée par Boires en est un bon exemple. Bonnes découvertes!

Pour des suggestions quotidiennes de vins, suivez-moi sur Instagram @nrartdevivre ou sur mon site natalierichard.com



# LE VIN NATURE EN PLEIN ESSOR

**GUILLAUME ROY**  
Le Quotidien

**SAGUENAY — Produire un vin de soif naturel en utilisant le moins d'ingrédients possible pour laisser le terroir local s'exprimer dans la bouteille. Tel est le concept en vogue chez les vignerons québécois, et c'est notamment le cas au vignoble Couchepagane à Métabetchouan et au vignoble de la Bauge, à Brigham. Plongeon dans le monde des vins nature.**

À travers les plateaux d'huîtres, les plats de risotto, de têtes de violon, de pieuvre et de tartare de bœuf, un nouvel arrivage est venu séduire les clients du restaurant Ananas mon amour d'Alma, la semaine dernière, avec l'arrivée de trois vins nature produits en collaboration avec le vignoble Couchepagane.

Il y a le Pointe de Parcelle, un assemblage de cépages de rouge et de blanc, le Vandal-Cliche, un blanc, et le Petnat, un pétillant naturel.

Le concept du vin nature est de laisser travailler le raisin par lui-même, en laissant les bactéries naturelles faire le travail, plutôt qu'en y ajoutant des levures, explique Olivier-Hugo Duchesne, le propriétaire d'Ananas mon amour. Le résultat est surprenant. Goûter à un de ces vins nature est une nouvelle expérience pour les papilles, car on retrouve de nouveaux goûts, qui ressemblent à un

jus de raisin alcoolisé.

« Peu importe où tu te trouves dans le monde, travailler de façon naturelle comme ça permet de développer un terroir et c'est là que les raisins s'expriment le mieux. Ça fait des vins plus originaux », dit-il.

« On a doublé la production de vin nature, à l'automne 2021, et toute la production a été écoulee en deux jours », souligne Olivier-Hugo Duchesne, qui a travaillé avec le vignoble Couchepagane sur ce projet, en précisant que les quantités produites étaient quand même limitées.

En tout et partout, 1100 bouteilles de vin nature ont été produites. Plusieurs restaurants du Saguenay-Lac-Saint-Jean ont fait le plein de vin nature, dont le Café du clocher, le Temaki, le Lion bleu, la Brasserie Mario Tremblay et la microbrasserie Hopera. Une quarantaine de caisses ont aussi été livrées à Québec et à Montréal, avec l'agence La Cuvée, pour développer la clientèle. Ananas mon amour a aussi gardé plusieurs bouteilles pour sa clientèle.

## UNE IDÉE NÉE PENDANT LA PANDÉMIE

C'est en pleine pandémie, en 2020, que le restaurateur Olivier-Hugo Duchesne a approché

Bertrand et Denis Tremblay, du vignoble Couchepagane. Alors que son restaurant était fermé, il a proposé aux vignerons de tester la production de vins naturels.



Les frères Tremblay ont décidé de plonger dans l'aventure et deux productions de vin nature plus tard, ils ne regrettent rien. « La demande est très bonne et on augmentera encore la production l'an prochain », remarque Bertrand Tremblay. Cette année, près du tiers des raisins ont été transformés en vin nature et plus de 50 % y seront consacrés l'automne prochain,



assure le producteur.

« La fermentation naturelle permet de développer plus d'arômes et on apprend à perfectionner nos techniques de production », ajoute l'homme qui retrouve le parfum des fleurs de vigne lorsqu'il déguste son vin nature.

En travaillant avec Olivier-Hugo Duchesne, les vignerons souhaitent suivre la tendance du marché, alors que les gens sont à la recherche de vins de soif plus naturels.

Pour développer ce nouveau marché, l'image de marque a été retravaillée, avec des illustrations de l'artiste Émilie Dufour sur l'étiquette. D'autres produits devraient émerger l'an prochain, dont un vin orange, qui est produit en laissant la pelure des raisins blancs durant la macération.

« C'est l'fun de voir que les vins québécois sont regardés avec plus de sérieux », remarque Olivier-Hugo Duchesne.



## UN ESSOR PARTOUT AU QUÉBEC

Dans les Cantons-de-l'Est, un partenariat similaire a vu le jour entre un vigneron, Simon Naud, et un sommelier, Steve Beauséjour.

Grâce à un ami commun, Steve Beauséjour est allé visiter le Vignoble La Bauge, à Brigham, en 2018. « Je n'ai pas vraiment tripé sur ses vins, mais j'ai adoré



2



3



4

l'humain», dit-il aujourd'hui. Sans vouloir paraître prétentieux, il lui a proposé ses services pour développer des vins plus naturels, une forte tendance prisée par les consommateurs, dit-il.

À la première année, ils ont travaillé avec deux barriques qui étaient déjà vinifiées, avec des levures et des sulfites, et les résultats étaient très bons. Le virage naturel s'est poursuivi l'année

suivante, avec l'arrêt de l'utilisation des levures et des sulfites.

En 2020, la pandémie a frappé et le sommelier s'est retrouvé sans emploi.

«J'ai proposé à Simon de m'impliquer davantage et d'investir dans le projet», raconte Steve Beauséjour, qui a vu son offre acceptée.

Le vignoble a alors entamé une transition vers la culture biologique et elle ne produit que des

vins intégraux.

Le sommelier préfère parler de vins naturels quand vient le temps de décrire ses produits, car le terme nature est parfois galvaudé. «C'est devenu une pastille de goût avec un ramassis de n'importe quoi», lance-t-il.

Selon lui, le vin naturel doit être produit en suivant un système agricole le plus naturel possible, où l'écosystème est vivant, idéalement

en régie biologique, pour respecter le microbiote du sol. La transformation, elle aussi, doit être naturelle, avec les bactéries présentes sur le raisin. Aucune filtration, aucune stérilisation ne sont nécessaires et on doit retrouver un seul ingrédient: le raisin.

«Ça donne des vins vivants et c'est la nature qui décide», remarque Steve Beauséjour. Plusieurs vignobles québécois font la transition vers le vin nature et les produits sont excellents, poursuit le sommelier. «Le principal problème avec les vins québécois, c'est qu'ils sont trop acides et il faut ensuite les trafiquer pour travailler le goût», dit-il. En laissant le temps au vin de fermenter naturellement, cette acidité disparaît pour mettre pleinement en valeur le cépage.

Mais comment décrire le goût du vin naturel? «Chaque vignoble produit des vins différents, mais ça donne généralement des vins de soif, où on boirait une bouteille juste pour soi. Ça offre une pureté authentique du goût, qui reflète un endroit et la vision d'un humain dans cet endroit-là. C'est un vin qui ne donne pas mal à la tête et qui donne une belle qualité dans l'ivresse», ajoute le sommelier.

Aujourd'hui, le Vignoble de la Bauge ne produit que des vins biologiques, naturels et intégraux,

à raison de 65 000 bouteilles par année. «Ça se vend comme des petits pains chauds», illustre Steve Beauséjour, en soulignant que les produits sont distribués dans les restaurants, dans les épicerie fines et qu'ils sont même exportés aux États-Unis. Le vignoble travaille aussi à lancer une cuvée pour la SAQ.

**1** Les trois vins nature de l'année se sont écoulés très rapidement auprès des restaurateurs et boutiques spécialisées. — PHOTO FOURNIE

**2** Le vignoble Couchepagane est situé à Métabetchouan. — PHOTOS LE QUOTIDIEN, GUILLAUME ROY

**3** Olivier-Hugo Duchesne, propriétaire du restaurant Ananas mon amour, est fier du partenariat développé avec le vignoble Couchepagane pour l'élaboration de vins nature. — PHOTO LE QUOTIDIEN, GUILLAUME ROY

**4** Bertrand et Denis Tremblay ont lancé le vignoble Couchepagane en 1999. — PHOTO ARCHIVES LE QUOTIDIEN, GUILLAUME ROY



# INVITEZ LES POLLINISATEURS CHEZ VOUS

**LARRY HODGSON**  
*Collaboration spéciale*

**Les médias en parlent souvent de nos jours : la disparition de nos insectes pollinisateurs. Les papillons monarques sont menacés, les abeilles indigènes aussi, les abeilles domestiques sont en déclin, etc. Il semblerait que les insectes pollinisateurs soient menacés de tous côtés et qu'il n'y a rien que vous puissiez faire pour les aider.**

Mais cette dernière phrase est fautive. Car vous pouvez en faire beaucoup pour les aider. Même, la sauvegarde de notre environnement local dépend plus des actions de simples citoyens qu'on le ne pense.

Car il est facile de créer un milieu attirant et bénéfique pour les pollinisateurs. Même en ville. Même sur un petit terrain. D'ailleurs, plus différents propriétaires installeront de petits jardins çà et là en ville, plus un réseau d'environnements urbains bénéfiques aux pollinisateurs se bâtira.

## CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE

Plantez plus de fleurs. Dans l'arrière-cour, en façade, sur la terrasse, le balcon, le toit. Les fleurs colorées et parfumées attirent les insectes et oiseaux pollinisateurs comme un aimant. Incluez des plantes indigènes, car certains insectes en dépendent absolument, mais ne

soyons pas plus catholiques que le pape. Les insectes pollinisateurs, pour la plupart, visiteront n'importe quelle fleur voyante.

Variez le mélange. Vous voulez une bonne biodiversité, donc un bon nombre de plantes différentes. Cela plaira à plus d'insectes.

Cherchez une floraison prolongée. Idéalement, il y aura des fleurs de la fonte des neiges jusqu'au retour de l'automne, avec une plus grande concentration sur les mois d'été. Donc, il faut planter des bulbes à l'automne (ils donnent les premières fleurs de la saison), des annuelles et des vivaces, des arbustes, etc. Si vous remarquez un trou dans la floraison chez vous, faites une tournée dans un jardin public reconnu





Il est tellement facile de créer un milieu riche en biodiversité qui attirera une vaste gamme de pollinisateurs qu'il est surprenant que nous ne pratiquions pas toutes ces techniques depuis des années.

pour ses fleurs, comme le Jardin botanique Roger-Van den Hende, à Québec, le Domaine Joly-de Lotbinière à Sainte-Croix ou le jardin de Métis à Grand-Métis. Ce qui fleurit chez eux à cette date fleurira aussi chez vous.

N'empoisonnez pas les invités! Comme vous faites tout pour attirer les insectes pollinisateurs, ne vaporisez pas des produits toxiques sur vos fleurs. Si vous avez besoin d'un pesticide, prenez toujours le moins toxique. Une récolte manuelle, par exemple, ou un jet d'eau, un savon insecticide appliqué tôt le matin, quand la plupart des pollinisateurs ne sont pas encore à l'œuvre, etc. Il ne manque pas de méthodes relativement sécuritaires pour contrôler les «bibittes indésirables» sans avoir à les empoisonner.

Changez votre pelouse en pré fleuri. Oubliez les pelouses vertes traitées aux herbicides toxiques préconisées par les compagnies de

traitement de pelouse. Encouragez plutôt les petites plantes à fleurs à venir vivre dans votre pelouse : violettes, trèfles, houstonies bleues, achillées, myosotis, thym, pissenlits, etc.

Créez un jardin de plantes indigènes. Certaines abeilles pollinisatrices ne peuvent survivre en l'absence de leur plante hôte. Nous connaissons tous le cas du papillon monarque dont la chenille ne peut manger que des feuilles d'asclépiade. Mais il y en a d'autres. Laissez tout simplement un coin en friche et les bonnes plantes y apparaîtront comme par magie. Ou ajoutez-en, car certaines jardinerie offrent maintenant un petit rayon de plantes indigènes où l'on peut faire de belles découvertes : asters, verges d'or, héliénies, ancolie du Canada, amélanchiers, aronies, etc.

Faites moins de ménage, surtout à l'automne. Laissez les feuilles mortes et déchets de jardinage où ils tombent. Ce sont des abris pour les insectes pollinisateurs. Placez même des tas de branches et de feuilles mortes à l'orée d'un sous-bois où les insectes peuvent hiverner.

Laissez de l'eau à la portée. Peut-être juste une assiette avec un peu d'eau dans le fond. Les insectes doivent boire aussi et nous avons asséché une bonne partie de leurs sites habituels (marécages, étangs, etc.). Il faut les remplacer!

Offrez une variété d'environnements. Pas seulement une vaste pelouse composée uniquement de graminées européennes qui n'offrent rien aux insectes. Un potager et un parterre de fleurs, c'est bien. Mais des arbres, des arbustes, des conifères... il en faut aussi. Plus votre terrain est diversifié, plus les pollinisateurs l'utiliseront.

Éclaircissez moins le soir. Les petits papillons de nuit qui tournent autour des lampadaires et qu'on trouve morts d'épuisement le lendemain matin ne font pas leur travail de pollinisateurs nocturnes. Pourquoi ne pas installer des lumières munies d'un détecteur de mouvements? Ou une ampoule anti-insecte.

Il est tellement facile de créer un milieu riche en biodiversité qui attirera une vaste gamme de pollinisateurs qu'il est surprenant que nous ne pratiquions pas toutes ces techniques depuis des années.

**1** Nous pouvons tous jouer un rôle dans la préservation des insectes pollinisateurs.

— PHOTO 123RF/SANDEBEAUTEIL

**2** L'ancolie du Canada fleurit juste à temps pour accueillir les premiers colibris du printemps. — PHOTO WIKIMEDIA COMMONS, MYKOLA SWARNYK

## RÉPONSES À VOS QUESTIONS

### DURÉE DES TUBES FLUORESCENTS

**Q** J'aimerais votre avis sur les néons à semis. Les miens (traditionnels, tubes chauds et froids) ont 12 ans et je me demande s'ils sont encore efficaces, même s'ils éclairent encore. Soucieuse de ne pas faire d'achats inutiles par souci d'écologie durable, j'ai eu moins de succès cette année avec mes semis. Si je dois les changer, lesquels me suggérez-vous pour l'an prochain?

— **Jocelyne Talbot**

**R** Les tubes fluorescents peuvent durer environ 7500 à 15 000 heures, mais leur qualité baisse avec le temps. Ainsi, la recommandation habituelle est de les changer après 10 000 heures d'utilisation. Évidemment, les lampes à semis ne sont employées que quelques mois par année, et rarement plus de 16 heures par jour pendant ce temps. En calculant 75 jours d'utilisation par année à 16 heures par jour, cela donne 1200 heures par année. Ainsi, après 12 ans, oui, vos lampes sont sûrement à la fin de leur vie utile et éclaireront beaucoup moins qu'au début.

Comme peu de gens savent le nombre total d'heures que leurs tubes ont fonctionné, la consigne générale en horticulture est de les changer quand l'extrémité des tubes commence à noircir. C'est un signe que la fin approche.

D'ailleurs, pendant tout le temps que ces tubes fonctionnent bien, il est important de les essuyer annuellement aussi, car l'accumulation de poussière réduit l'intensité lumineuse dégagée.

Habituellement, on recommande des tubes blanc froid (Cool White) pour les semis, car l'éclairage donné stimule une croissance forte et compacte. La combinaison traditionnelle d'un tube blanc froid et d'un blanc chaud (Warm White) est surtout



L'extrémité des tubes fluorescents devient noire vers la fin de leur vie utile.

— PHOTO 123RF/ANNSTEPHENSON

valide pour la culture des plantes qu'on veut faire fleurir dans la maison, donc, pour les plantes d'intérieur. Ça peut quand même fonctionner sur les semis, mais elle tend à stimuler une croissance étiolée. Ainsi, si vous ne faites que des semis, procurez-vous uniquement des tubes blanc froid cette fois-ci, qui sont aussi, en passant, les moins chers!

Et envoyez les vieux tubes dans l'écocentre de votre localité pour assurer qu'ils soient recyclés adéquatement.

### QUAND RIEN NE POUSSE À L'ANCIEN EMPLACEMENT D'UN GENÉVRIER

**Q** Dans un coin de ma plate-bande, rien, aucune vivace n'arrive à s'installer. Il y avait là un genévrier qui a été coupé, mais la souche est encore là. Est-ce la raison pour laquelle rien ne reste en vie à cet endroit?

— **Lise Bergeron**

**R** Je crois bien que oui, car le genévrier a peut-être vidé le sol des

minéraux nécessaires à la croissance, le laissant sérieusement appauvri. Et aussi, la densité de racines ligneuses, même mortes, empêche peut-être les racines des nouvelles vivaces de pénétrer. Je croyais peut-être que les racines pouvaient avoir aussi un effet allélopathique, c'est-à-dire qu'elles dégageraient des produits toxiques aux nouvelles plantes, mais les rapports que j'ai lus à ce sujet semblent indiquer que ce facteur n'est pas un problème.

Il serait donc sage d'enlever ou de faire enlever la souche et une bonne partie des racines, puis d'enrichir le sol avec un mélange de compost et de bonne terre à jardin avant de replanter des vivaces à cet endroit. Et appliquez aussi des mycorhizes (champignons bénéfiques) sur les racines à la plantation pour améliorer le taux de reprise.

### Des questions svp!

Vous pouvez nous joindre par courriel à **courrierjardinier paresseux@yahoo.com**

Par courriel à

Le jardinier paresseux  
*Le Soleil*

C.P. 1547, succ. Terminus  
Québec (Québec) G1K 7J6



### ENTRETIEN HORTICOLE

## À FAIRE CETTE SEMAINE

➤ Paillez les légumes pour contrôler les mauvaises herbes et maintenir une humidité plus stable.

➤ Arrosez au besoin les plantes en pot, vous rappelant qu'elles nécessitent des arrosages plus fréquents que les plantes cultivées en pleine terre.

➤ Si un arbuste à floraison printanière (lilas, seringat, etc.) a besoin de taille, le meilleur moment pour le faire est dans les deux semaines qui suivent la fin de la floraison.

➤ Pour ne pas entrer des fourmis en même temps que les pivoines coupées, faites la récolte des fleurs en début de soirée, quand les fourmis sont absentes.

## DANS L'ARCTIQUE

LA DIFFICILE  
QUÊTE D'UN  
TOURISME  
DURABLE

**PIERRE-HENRY DESHAYES**  
Agence France-Presse

**LONGYEARBYEN — Comment profiter d'une nature immaculée sans lui nuire? Haut perché dans l'Arctique, un archipel norvégien cherche à jouer la carte du tourisme durable, une piste aussi séduisante que complexe à mettre en œuvre.**

À 1300 kilomètres du pôle Nord, le Svalbard (ou Spitzberg), c'est l'aventure polaire à portée d'un simple vol de ligne : immensités sauvages à couper le souffle, ours blancs, soleil de minuit ou aurores boréales selon les saisons...

Mais, dans une région qui se réchauffe trois fois plus vite que la planète, c'est aussi, comme le canari dans la mine, une inquiétante vitrine du changement climatique.

« On est vraiment face à la nature en fait, on n'a plus beaucoup d'espaces comme ça. »

— Frédérique Barraja, photographe

Au fil des années, les filons de charbon, la raison d'être historique de la présence humaine sous ces latitudes, ont presque tous fermé et le tourisme est devenu, avec la recherche scientifique, l'un des principaux piliers et employeurs de l'économie locale.

« C'est toujours difficile à défendre parce qu'on sait que le tourisme soulève des défis dans tous les endroits que les gens visitent, mais aussi d'un point de vue climatique », admet Ronny

Brunvoll, directeur de Visit Svalbard, l'association des professionnels du tourisme.

« Mais on ne peut empêcher les gens de voyager, de se rendre visite, alors il faut trouver des solutions », ajoute-t-il.

Sur l'archipel où 65 % des espaces sont protégés, les quelque 140 000 visiteurs annuels (chiffres pré-COVID) doivent, à l'instar des 3000 habitants, se plier à des règles strictes : interdiction de déranger la faune – traquer un ours polaire est



**SUR LE WEB**  
latribune.ca

facebook/  
quotidienlatribune

@LT\_LaTribune



passible d'une grosse amende – ou de cueillir des fleurs sur ces terres où la végétation est rare...  
« On est vraiment face à la nature en fait, on n'a plus beaucoup d'espaces comme ça », témoigne Frédérique Barraja, une photographe française rencontrée à l'aéroport. « Ça attire comme tout

lieu rare. Après, ils restent fragiles, donc il faut les visiter de manière respectueuse ».  
Ultra polluant, le fuel lourd, communément utilisé par les gros bateaux de croisière, est banni des eaux de l'archipel depuis le début de l'année, avant même l'entrée en vigueur de son interdiction

progressive dans l'ensemble de l'Arctique à compter de 2024.

Sans doute un autre clou dans le cercueil pour ces mastodontes des mers décriés, qui débarquent parfois jusqu'à 5000 passagers à Longyearbyen, le modeste chef-lieu de l'archipel dont les infrastructures, de la voirie jusqu'aux toilettes, ne sont pas dimensionnées pour de telles foules.

### L'ÉLECTRIQUE, C'EST FANTASTIQUE

Dans un secteur touristique tourné vers une clientèle plutôt exclusive, certains acteurs devancent ou vont au-delà de la réglementation, tel Hurtigruten qui s'est fixé l'ambition d'être « le voyageur le plus écologique au monde ».

La durabilité « ne devrait pas être un avantage compétitif », affirme un haut responsable du groupe, Henrik Lund. « Cela devrait juste être un ticket d'entrée pour pouvoir opérer ».

Ayant banni le plastique jetable dès 2018, le tour-opérateur offre aujourd'hui des promenades en motoneige électrique et, depuis peu, des excursions en mer à bord d'un petit bateau hybride diesel-électrique novateur, le Kvitbjørn (« ours blanc » en norvégien).

« Sur les sites d'exploration idylliques, on passe au tout-électrique, on devient silencieux et on n'émet aucune fumée de combustion », vante Johan Inden, président de la division maritime du motoriste Volvo Penta.

Un petit bémol cependant : au Svalbard, l'électricité provient encore d'une centrale au charbon, source d'énergie fossile qui contribue au réchauffement climatique.

« L'électrification a du sens, quelle que soit la source d'énergie », rassure Christian Eriksen, un responsable de l'ONG environnementale norvégienne Bellona.

Qu'il provienne de sources

« sales » ou « propres », l'électricité « permet de toute façon de réduire les émissions », souligne-t-il, en invoquant une étude sur les voitures électriques concluant en ce sens. Mais « cette réduction sera sensiblement plus importante quand la centrale à charbon sera remplacée ».

Un jour qui ne saurait tarder : Longyearbyen veut fermer sa polluante centrale d'ici à l'automne 2023, mettre le paquet sur les énergies renouvelables et réduire ses émissions de 80 % d'ici à 2030.

Mais « on peut faire ce qu'on peut localement, y compris sur les émissions de motoneiges ou de voitures, il faut reconnaître que le vrai gros problème, c'est le transport vers et depuis Svalbard tant pour le tourisme que pour nous, locaux, qui vivons ici », dit M. Brunvoll.

« A Longyearbyen, nous avons une empreinte climatique par habitant qui est démente ».

**1** Soleil de minuit à Longyearbyen, sur l'île de Spitsbergen, dans l'archipel Svalbard du nord-ouest de la Norvège.

— PHOTO AFP, JONATHAN NACKSTRAND

**2** Les dômes de télécommunication satellite sur une montagne près de Longyearbyen.

— PHOTO AFP, JONATHAN NACKSTRAND

**3** Pour innover en réduisant l'impact environnemental, on offre désormais des excursions en mer à bord d'un petit bateau hybride diesel-électrique novateur, le Kvitbjørn, « ours blanc » en norvégien.

— PHOTO AFP, JONATHAN NACKSTRAND

**4** Déplacements en motoneige électrique dans le secteur de Longyearbyen, en Norvège.

— PHOTO AFP, JONATHAN NACKSTRAND

# plein air

## MASSIF DE CHARLEVOIX

# POUR LE VÉLO ET POUR LA VUE

Alors que le gouvernement québécois se dit prêt à investir plus de 10 millions pour que les montagnes du Québec soient accessibles en toute saison, le Massif de Charlevoix continue de développer rondement son offre de vélo de montagne, activité qui a le vent en poupe dans plusieurs monts du Québec. Balade au fil des plus longs sentiers dans l'est du pays.

**PIERRE-MARC DURIVAGE**  
*La Presse*



PHOTO ARCHIVES LA PRESSE, SARAH MONGEAU-BIRKETT

**MONTREAL — L'automne — car notre visite remonte à quelques mois — est haut en couleur au sommet du Massif de Charlevoix, qui nous offre déjà une vue imprenable sur l'omniprésent et majestueux fleuve Saint-Laurent. Notre guide William Choquette nous affirme que les vues seront aussi belles sinon plus au sommet de la montagne à Liguori, notre première destination. « Le fait d'offrir quelques sentiers d'ascension est quelque chose qui nous distingue de beaucoup d'autres stations de ski qui offrent du vélo de montagne, affirme-t-il. Parce que beaucoup de cyclistes aiment bien faire autre chose que simplement de la descente. »**

On emprunte donc le sentier Bus jaune, 3 km de montée modérée qui nous amène à croiser les pistes réservées l'hiver au ski hors-piste. On rejoint aussi une partie du sentier des Caps, il est possible d'accéder à quelques jolis belvédères — il faut prendre soin d'y aller en marchant, toutefois.

On arrive enfin au fameux sentier Histoire sans fin, le parcours signature du Massif de Charlevoix : 5,5 km de descente fluide,

avec de nombreuses passerelles et de nombreux virages en lacets inclinés, mais surtout, des vues impressionnantes du fleuve et des montagnes à perte de vue vers l'est.

**« Ce qui est aussi remarquable au Massif, c'est que l'on descend à travers différents écosystèmes naturels. »**

— William Choquette, guide

« Tout en haut, on roule dans une forêt de conifères, on arrive ensuite dans une érablière bien dégagée, pour finir au niveau du fleuve dans une forêt de bouleaux jaunes », poursuit William Choquette. En ajoutant les 2,5 km du sentier Basilic, qui relie la station intermédiaire de la télécabine Massif Express à la base de la montagne, la randonnée complète s'étire sur 11 km, et on conseille de la faire à son rythme, car au-delà de sa surprenante durée, elle comporte

son lot de défis pour le cycliste peu expérimenté.

D'ailleurs, c'est l'un des objectifs du Massif de Charlevoix, de bonifier son offre destinée aux novices, et ce, dès cette saison. « C'était notre première saison l'an dernier, on a obtenu un bon taux de satisfaction, mais on veut devenir un centre de progression de vélo de montagne, affirme Nicolas Racine, vice-président exécutif et directeur général du Groupe Le Massif. Le vélo de montagne, c'est plus complexe que le ski, c'est plus complexe en descente, on veut donc avoir un beau parcours pour les débutants. Il va donc y avoir, d'ici la fin de l'année, des modules d'initiation à la base, animés de concert avec le Club Med, mais le vrai centre d'apprentissage se trouvera au sommet, avec entre autres le sentier La Cerise sur le sundae, boucle de 3 km aménagée autour de la butte artificielle construite au sommet du cap Maillard. »

Des leçons privées ou de groupe encadrées par des entraîneurs certifiés Bikeskills seront aussi offertes à la montagne, qu'il s'agisse de cours d'initiation, de perfectionnement ou pour peaufiner des

techniques spécifiques.

À tout cela s'ajoute aussi un premier sentier cross-country de 3,5 km, développé de concert avec le Sentier des Caps. « On va utiliser un réseau de pistes qui sont utilisées l'hiver pour le ski de fond, nous explique Nicolas Racine. On va pouvoir y avoir accès à partir du chalet principal du Massif. Et on compte développer ce volet encore davantage au fil des années, car on a déjà des ententes avec le Sentier des Caps pour ajouter chaque année de nouveaux parcours de cross-country. »

**250 000 \$**

C'est la somme investie en 2022 pour le développement de 20 km de sentiers supplémentaires au Massif de Charlevoix

Quant aux sentiers de descente, on compte doubler l'offre d'ici

la fin de la saison, avec 20 km de sentiers supplémentaires, développés en collaboration avec les équipes de Sentiers Boréals. L'accès sera encore une fois assuré par le télésiège Grande Pointe, à la différence qu'il sera ouvert cette année 7 jours sur 7, du 18 juin au 10 octobre. La télécabine sera aussi ouverte pendant les périodes de grande affluence. Par ailleurs, la synergie en place pour le ski avec le Club Med le sera aussi avec le vélo de montagne, les villégiateurs pouvant bénéficier du service de guides expérimentés ainsi que de la location de matériel — la location est aussi offerte au public au sommet.

« C'est une priorité pour nous d'avoir une vie constante à la montagne, conclut Nicolas Racine. Et le fait que le gouvernement veuille nous donner un coup de pouce supplémentaire est vraiment bienvenu, on a hâte de voir si cela pourra nous permettre d'accélérer certains projets. Mais je pense que l'on fait déjà partie des destinations incontournables de vélo de montagne, surtout quand on décide de combiner ça avec une visite dans notre région. »



**2,50\$**  
PAR SEMAINE\*

# Info d'aujourd'hui, à prix d'hier.

L'abonnement numérique à **2,50\$** par semaine\*.  
Plus 4 semaines d'essai gratuit.

\*9,95\$/mois + taxes

Numérisez le code QR pour en savoir plus!

## LES COOPS DE L'INFORMATION

leDroit  
NUMÉRIQUE

leNouvelliste  
NUMÉRIQUE

leQuotidien  
NUMÉRIQUE

leSoleil  
NUMÉRIQUE

laTribune  
NUMÉRIQUE

laVoixdelEst  
NUMÉRIQUE



## BOUGEZ! POUR UN CERVEAU EN SANTÉ

## L'EXERCICE, MEILLEUR ALLIÉ DU CERVEAU

ANICÉE LEJEUNE

Le Droit

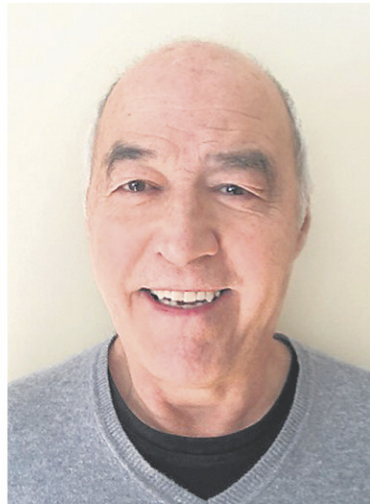
**GATINEAU** — Le dicton « un esprit sain dans un corps sain » prend tout son sens avec le livre *Bougez! Pour un cerveau en santé* de Richard Chevalier, paru un peu plus tôt ce printemps. Un ouvrage dans lequel l'auteur explique le fonctionnement du cerveau et les bienfaits de l'activité physique sur celui-ci.

« J'avais depuis longtemps envie d'écrire un livre dédié uniquement aux effets de l'activité physique sur le cerveau. Parce qu'on a beaucoup parlé des bienfaits sur le cœur, les muscles, les os, mais les effets sur le cerveau sont moins connus », explique Richard Chevalier.

Pourtant celui qui a enseigné l'éducation physique pendant 35 ans au niveau collégial et écrit plusieurs livres sur l'activité physique précise qu'« il existe depuis une quinzaine d'années des études sérieuses qui montrent que l'exercice a autant de bienfaits sur le cerveau qu'il en a sur le cœur ».

Antidépresseur, antistress, euphorisant, le sport est un remède naturel pour prendre soin du cerveau et de la santé mentale. « Et, pas besoin de s'infliger un marathon pour en ressentir les effets », insiste M. Chevalier.

Puisqu'à la différence du corps, le cerveau n'a besoin que d'une trentaine de minutes d'exercice pour profiter des bienfaits.



Richard Chevalier — PHOTO FOURNIE

## TRAITEMENT NATUREL

« Un seul exercice d'intensité modérée de 20 à 30 min augmente la présence dans le cerveau de plusieurs neurotransmetteurs, des molécules joyeuses, comme la sérotonine et la dopamine. Et dès la fin d'une séance, on est déjà plus calme et plus serein », fait remarquer M. Chevalier.

Ce dernier indique que des études ont permis de montrer que l'activité agit aussi sur certaines fonctions cérébrales, telles que l'attention, la concentration et qu'elle aide à la prise de décision.

Pas surprenant donc que Platon et Aristote philosophaient en déambulant. « Ils savaient que ça facilitait la conversation, mais ils n'avaient aucune idée des fondements physiologiques de ces effets. Maintenant, on les connaît », souligne l'auteur.



Antidépresseur, antistress, euphorisant, le sport est un remède naturel pour prendre soin du cerveau et de la santé mentale, et le vélo fait partie des activités à privilégier. — PHOTO ARCHIVES LA TRIBUNE, FRÉDÉRIC CÔTÉ

Au même titre que l'activité est prescrite pour la santé physique, il est aussi de plus en plus fréquent qu'en parallèle d'un traitement contre la dépression, un patient se voit recommander la pratique d'un sport. « L'exercice d'intensité modérée est le plus efficace pour stimuler plusieurs zones cérébrales, relaxer, et être plus résistant face au stress », précise-t-il.

L'ex-enseignant explique également comment le sport peut désamorcer le stress. « Le stress, c'est la préparation à l'action tandis que l'exercice c'est l'action. Alors, le fait de se mettre en mouvement permet d'utiliser cette "préparation au

combat" de manière physiologique. Ce qui a pour effet de calmer. »

Et les bienfaits du sport sur le cerveau ne se limitent pas au stress et à la dépression. À l'image des parois du cœur qui s'épaississent à la pratique d'une activité physique, « le cerveau aussi se remodele ». « Protégeant ainsi les fonctions cognitives, la mémoire et diminuant les risques de développer une maladie neurodégénérative, comme Alzheimer ou Parkinson. »

## EN PRATIQUE

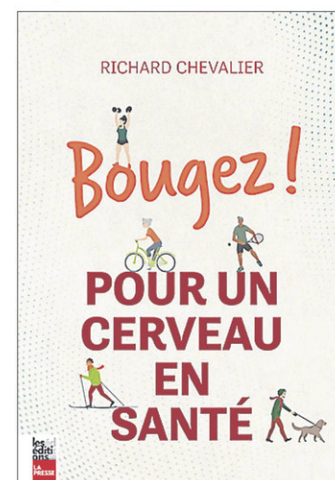
Mais qu'est-ce qu'une activité physique d'intensité modérée? « On entre dans la zone modérée lorsqu'on respire un peu plus rapidement qu'au repos et qu'on ressent un peu de chaleur, explique Richard Chevalier. Si on est capable de parler pendant l'effort, on est dans la zone modérée, si en revanche on peut chanter, ce n'est pas assez. »

Parmi les activités que l'ex-enseignant d'éducation physique recommande de pratiquer, il y a la marche rapide, le jogging léger, la natation, le ski fond, la raquette, le vélo. Toutefois, la musculation et les activités à caractère méditatif, comme le Tai-Chi ou le Qi Gong, ou encore à celles à habiletés ouvertes, comme le ballet, le patinage, ou encore les sports de raquettes, sont aussi de bonnes options.

Avec son livre, Richard Chevalier s'adresse aux jeunes et moins jeunes, actifs ou sédentaires et des chapitres se consacrent aux maladies neurodégénératives, au trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité, ainsi qu'aux dépendances. « Tout le monde peut y apprendre des choses. Il n'est jamais trop tard pour commencer et ça en vaut la peine », conclut celui qui se garde en forme en jouant au tennis.

**RICHARD CHEVALIER**  
*Bougez! Pour un cerveau en santé*

Éditions La Presse  
256 pages



## CONSEILS POUR SE METTRE À L'EXERCICE

**GATINEAU** — Richard Chevalier propose dans son livre un plan sur 15 jours pour réussir à marcher de 20 à 30 minutes, 3 fois par semaine. Et atteindre les 150 minutes d'activité physique modérée, recommandées par les groupes d'experts.

Pour aider ceux qui ont toujours une bonne raison de remettre l'exercice à plus tard, il partage trois conseils.

**1.** Commencer avec de petites séances. « Ce qui est recommandé par l'Organisation mondiale de la Santé, c'est 30 minutes d'exercice modéré par jour. Si ça semble impossible, on peut le fractionner en 3 blocs de 10 minutes. »

**2.** Noter les pour et les contre. « Sur une feuille, on écrit les inconvénients et les avantages

de bouger régulièrement. On va constater que les points positifs sont plus nombreux que les négatifs. »

**3.** Se convaincre que c'est accessible. « Il faut se convaincre qu'on n'a pas besoin d'en faire beaucoup pour en ressentir les bienfaits. La marche rapide (110 pas à la minute), c'est accessible à tous. » **ANICÉE LEJEUNE, LE DROIT**



## L'étrange pouvoir des rituels

MARC ALLARD

CHRONIQUE

Le Soleil



### NOUS, LES HUMAINS

**R**afael Nadal entre toujours sur le terrain de tennis du pied droit, tenant sa raquette dans la main gauche et son sac en bandoulière sur l'épaule voisine.

Pendant le tirage au sort, il sautille au filet. Puis, il sprinte vers le fond du court, en prenant bien soin de ne pas piler sur les lignes. Avant de servir, il tape deux fois ses chaussures avec sa raquette, ajuste ses shorts, enlève la sueur sur son nez et passe ses cheveux derrière ses oreilles.

Lorsqu'il retourne à sa chaise, il boit du jus d'orange, puis de l'eau. Et il dispose méticuleusement les deux bouteilles l'une derrière

l'autre, étiquettes tournées vers le court.

Ce sont quelques-uns de la vingtaine de manies de Rafael Nadal, considéré comme le meilleur joueur sur terre battue de l'histoire du tennis. L'Espagnol a gagné pour la 14<sup>e</sup> fois, en fin de semaine dernière, le tournoi de Roland-Garros, à Paris.

Certains se demandent si Nadal est superstitieux, d'autres s'il souffre d'un TOC (trouble obsessionnel compulsif). Mais pour Nadal lui-même, ces manies ne sont que les maillons d'un rituel de concentration.

«Le tennis est un sport mentalement agressif, a-t-il expliqué aux journalistes à Roland-Garros. J'ai

trouvé un moyen d'être concentré sur ce que je fais à 100 %, sans être distrait par des choses extérieures. Je parviens à cet état de concentration avec ces rituels. Je ne sais pas si c'est positif ou négatif, mais ça marche pour moi.»

En fait, ça marche pour tout le monde. Les rituels sont moins absurdes qu'ils en ont l'air. En fait, ils sont de puissants mécanismes pour gérer le stress et les émotions difficiles, a montré la science.

Dans une étude publiée en 2016, par exemple, des chercheurs ont testé l'effet des rituels avant une tâche qui m'apparaît cauchemardesque : chanter une chanson de karaoké devant un inconnu.

Avant de pousser la chansonnette, certains participants devaient attendre assis sur un fauteuil, tandis que d'autres devaient dessiner une image, la saupoudrer de sel, compter jusqu'à cinq, froisser le dessin et le jeter à la poubelle.

Résultat? Ceux qui ont fait ce drôle de rituel ont déclaré être moins anxieux et ont même mieux chanté la chanson.

La mécanique psychologique est relativement simple. Le sentiment de perte de contrôle est un des grands leviers du stress. Quand on affronte un rival sur un terrain de tennis, qu'on est convoqué à un entretien d'embauche ou qu'on chante une chanson devant un public, on perd une partie de notre contrôle au profit des autres — et on trouve ça habituellement très stressant.

Mais quand on exécute une série de tâches précises et habituelles avant un moment anxiogène, on a l'impression de regagner un certain sentiment de contrôle. Et on se sent moins stressé.

Dans le journal *Le Parisien*, la psychologue du sport Sophie Huguet, grande admiratrice de Rafael Nadal, analysait les rituels du champion.

«Cela montre que Rafael Nadal reste un grand anxieux, disait-elle. Ses rituels lui permettent de se canaliser, de rester dans le moment présent et de repartir de zéro à chaque fois. Il est comme un pilote d'avion qui doit tout *checker* avant le décollage pour voir si tout

Le joueur de tennis Rafael Nadal est reconnu pour ses rituels sur le court. Lorsqu'il remporte un tournoi, il a l'habitude de mordiller le trophée.

— PHOTO AP, MICHEL EULER

est bien en place. Nadal doit être dans le contrôle de tout ce qu'il fait et de ses émotions. Ses habitudes sont le moyen qu'il a trouvé pour le faire.»

Bien sûr, vos rituels n'ont pas besoin d'être aussi poussés que ceux de Nadal pour être efficaces. Avant d'entamer une journée de travail, par exemple, vous pourriez faire un court rituel : vous préparer un café, vider la surface de votre bureau, y disposer le matériel dont vous aurez besoin, écrire un plan rapide de votre journée, ouvrir votre ordinateur portable.

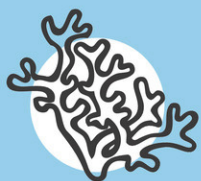
Mais peut-être avez-vous déjà un rituel avant le travail? Avant de cuisiner? Avant de vous coucher? Si c'est le cas, n'écoutez pas ceux qui trouvent que vous êtes pointilleux avec vos rituels. Et surtout, gardez-les.

# le petit PMAG.

**ÈVE TESSIER-BOUCHARD**  
Coopérative nationale de  
l'information indépendante

Tu veux toujours en savoir plus sur le monde qui t'entoure? Chaque samedi, nous te présentons les nouvelles les plus intéressantes de la semaine, publiées par notre équipe sur le Canal Squat, un bulletin de nouvelles quotidien offert sur le site Web jeunesse de Télé-Québec. À lire et à voir dans le journal, dans l'appli et sur notre site Web!

## UNE SEMAINE D'ACTU



### DES DAUPHINS PRATIQUERAIENT L'AUTOMÉDICATION

En 2009, des chercheurs ont observé de grands dauphins attendre en file devant des coraux pour s'y frotter. Cet événement a pris place en mer Rouge, près des côtes égyptiennes. En continuant et en analysant leurs recherches, ces scientifiques ont émis récemment l'hypothèse que ces cétacés pratiqueraient l'automédication! On décorique tout ça pour toi.

#### ➤ C'EST QUOI L'AUTOMÉDICATION?

Pour les êtres humains, pratiquer l'automédication, c'est prendre des médicaments sans prescription médicale. Pour les animaux, l'automédication correspond à l'utilisation de la nature, souvent des plantes, pour se soigner ou prévenir des maladies.

Pour décrire ce phénomène d'automédication chez les animaux, on a un joli mot compliqué: la zoopharmacognosie. Zoo veut dire *animal*, *pharma* médicament et *gnosis* connaissance.

#### ➤ DES PHARMACIES SOUS-MARINES

En 2009 donc, dans la mer Rouge, près des côtes égyptiennes, des scientifiques ont observé de grands dauphins faire la file devant des coraux et des éponges (de mer) pour s'y frotter.

Au passage des dauphins, les coraux libèrent une substance qui a été analysée avec d'autres échantillons de coraux et d'éponges par les scientifiques: les analyses ont prouvé la présence de 17 composants aux propriétés antibactériennes, antioxydantes ou hormonales.

Les antioxydants sont des substances naturelles qui aident à protéger les cellules du corps de l'oxydation. L'oxydation est une réaction chimique naturelle qui peut endommager, voire tuer une cellule.

Il est donc possible que les dauphins utilisent ces coraux comme une pharmacie! En s'y frottant, ils récupèrent ces médicaments naturels qui peuvent soigner des

maladies. Cependant, il ne faut pas oublier que les frottements sont un comportement naturel pour les dauphins. Pour valider cette théorie, il faudrait donc savoir quels problèmes ces dauphins pourraient avoir et si cela fonctionne.

#### ➤ D'AUTRES ANIMAUX PRATIQUENT L'AUTOMÉDICATION

Les dauphins ne sont pas les seuls à utiliser la nature pour se soigner ou pour anticiper les maladies! Il a été prouvé que des singes avalaient certaines feuilles pour se débarrasser de parasites intestinaux par exemple, ou utilisaient des insectes pour soigner leurs plaies.

Mais il y a d'autres exemples encore plus cocasses! Certaines mouches se débarrassent de parasites en consommant de l'alcool, et des chenilles se soignent avec des plantes après avoir été infectées par les larves d'une



PHOTO WIKIMEDIA

guêpe! Des abeilles et des fourmis mettent même des bouts de résine d'arbre dans leurs nids pour éviter les champignons et les bactéries.

Ces exemples sont la preuve que la nature a énormément de ressources à disposition des animaux et des êtres humains! **CHEYENNE OGOYARD**



## LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES DÉGRADERAIENT LA QUALITÉ DE NOTRE SOMMEIL

Savais-tu que la hausse de la température agit sur notre sommeil? Selon des chercheurs d'universités danoise et allemande, à cause des changements climatiques, les humains pourraient perdre plus de 50 heures de sommeil par année!

### COMMENT ONT-ILS PROCÉDÉ?

Pour effectuer cette recherche, il leur a fallu deux ans de collecte de données et 47 000 personnes étudiées à travers 68 pays dans le monde! Cela représente 7 millions de nuits de sommeil analysées! Ces personnes portaient des montres connectées qui enregistraient de l'information sur leur sommeil.

Et le résultat est sans appel! Le sommeil peut être dégradé par des températures plus élevées, explique un des chercheurs. L'étude publiée dans la revue scientifique *One Earth* indique que le nombre de minutes de sommeil perdu augmente progressivement à mesure que les températures deviennent plus chaudes, quelle que soit la saison de l'année. En moyenne, on perdra 14 minutes par nuit à cause de la canicule d'ici la fin du siècle.

### COMMENT CELA EST-IL POSSIBLE?

L'explication se trouve dans le mécanisme de fonctionnement du corps humain pour lutter contre la chaleur.



PHOTO 123RF/LJUPCO SMOKOVSKI

Le corps humain conserve sa bonne température en équilibrant la sienne avec l'air ambiant. Pour cela, le volume des vaisseaux sanguins augmente, un processus qu'on appelle la dilatation. En fait, le corps ouvre les vannes pour que la chaleur s'échappe au niveau des mains et des pieds ou, quand il fait très chaud, par la transpiration.

Pour que le mécanisme fonctionne bien et ne dérange pas le sommeil, il faut que l'environnement soit plus frais que le corps. En général, la température de

notre corps, la nuit, tourne autour de 35°C. En période de nuit très chaude, c'est-à-dire plus de 30°C, la machine humaine a comme un grain de sable dans son mécanisme, et la personne se réveille plus souvent!

### QUELLES SERONT LES CONSÉQUENCES DU MANQUE DE SOMMEIL?

Il faut un minimum de 7h pour qu'un sommeil soit considéré comme

réparateur. Si une personne manque de sommeil, elle peut avoir une altération de ses performances cognitives, c'est-à-dire qu'elle apprend moins bien. Elle peut aussi être exposée à des maladies cardiovasculaires, avoir des pensées noires, être tout le temps en colère... bref, elle a une santé qui se fragilise.

La chaleur et le sommeil ne font clairement pas bon ménage. Cela fait une raison supplémentaire pour prendre soin de la planète! **BENOÎT DOSSEH, JOURNALISTE STAGIAIRE**



## UNE PREMIÈRE BARBIE TRANS VOIT LE JOUR!

Comme tu le sais sûrement, on parle de plus en plus de diversité sexuelle, que ce soit dans les médias ou à l'école. L'entreprise Mattel, qui fabrique les fameuses Barbies, veut à son tour être plus inclusive. C'est pourquoi elle a conçu une première Barbie transgenre à l'effigie de l'actrice Laverne Cox.

### QU'EST-CE QU'UNE PERSONNE TRANSGENRE?

C'est une personne qui ne s'identifie pas au sexe qu'on lui a donné à la naissance.

### QUI EST LAVERNE COX?

Laverne Cox est une actrice américaine transgenre qui milite pour

les droits des personnes trans. Plus récemment, on peut la voir dans la série *L'invention d'Anna* sur Netflix. En 2014, elle devient la première personne transgenre à être en nomination aux Emmy Awards. Ce gala récompense les meilleures émissions de télévision américaine. Elle est aussi la première personne trans à faire la couverture du *Time Magazine*, un magazine américain important.

### INSPIRER LES JEUNES

Laverne Cox souhaite être une source d'inspiration pour les jeunes et qu'on accepte que certain.e.s enfants soient différent.e.s. «C'est très significatif pour moi d'avoir ma poupée Barbie, pour tant de

raisons, a-t-elle poursuivi. J'espère que les enfants de toutes les identités de genre pourront regarder cette Barbie et rêver.»

Ce n'est pas la première fois que l'entreprise fait une poupée inclusive. Au cours des dernières années, cette compagnie a également fait des poupées Barbie avec des courbes (qui ne sont pas maigres), de plus petites tailles, de nationalités et de religions différentes.

### POURQUOI LA DIVERSITÉ EST-ELLE IMPORTANTE DANS LES JOUETS D'ENFANTS?

Dans le cas de la Barbie, c'est souvent un modèle de beauté pour

les jeunes filles ou garçons. Cependant, très peu d'enfants peuvent s'identifier à cette poupée qui a des caractéristiques très spécifiques. Ça peut faire en sorte qu'en grandissant, ces enfants pensent qu'ils ou elles ne sont

pas beaux ou belles, car iels ne ressemblent pas à la Barbie! En ayant des poupées plus diversifiées, on envoie le message que tous les enfants sont assez beaux ou belles pour être représenté.e.s! **JEAN-CHRISTOPHE MATTE, JOURNALISTE STAGIAIRE**



PHOTO WIKICOMMONS



## C'EST PLATE... QU'EST-CE QU'ON FAIT?



### Complète le Rallye de l'Intendant!

Que la température soit maussade ou pas, l'histoire t'attend à L'Îlot des Palais, en basse-ville de Québec. En prenant part au Rallye de l'Intendant, tu pourras découvrir les traces de la Nouvelle-France dans les impressionnantes voûtes du 18<sup>e</sup> siècle. Pouvoir, économie, monde judiciaire et industries... plusieurs facettes de la vie à cette époque ainsi que quelques secrets te seront révélés à travers le Rallye et l'exposition permanente *Révélation*s. Trois parcours qui s'adressent à différents groupes d'âge sont disponibles, et l'activité est gratuite pour les enfants. Ouvert de 10h à 17h du mardi au dimanche, ainsi que le lundi à partir du 21 juin. 8 \$ par adulte. Info : [ilotdespalais.ca](http://ilotdespalais.ca) FÉLIX LAJOIE

## Mots d'enfants

Assis devant la rivière St-Maurice, Henry me dit apercevoir un requin au loin. En lui disant que moi, je ne voyais pas ça, il me répond :

«C'est parce que j'ai les yeux percés!»

(Bien sûr, il voulait dire «les yeux percés»)

— Henry, 4 ans



### FAITES-NOUS RIRE

Partagez les blagues et les phrases craquantes de vos enfants, en indiquant leur nom et leur âge, à [lemag@lesoleil.com](mailto:lemag@lesoleil.com)

## LE JEU DES 7 ERREURS

CES DEUX CARICATURES D'ANDRÉ-PHILIPPE CÔTÉ SONT EN APPARENCE IDENTIQUES. EN RÉALITÉ, IL Y A 7 ERREURS. **ES-TU OBSERVATEUR?**



- 1 Le manche du sarclor
- 2 Une feuille sur le gazon
- 3 La largeur du râteau
- 4 La longueur de la palette de la casquette
- 5 Le bouton sur le chandail du garçon
- 6 Une feuille dans les plants de tomates
- 7 La couleur d'un des gants

# Salami en beau fusil

**STEVE BERGERON**

SÉANCE D'ORTHOGRAPHE

steve.bergeron@latribune.qc.ca



**D**ernièrement, cette phrase que j'ai lue m'a fait douter, plus précisément « ça l'a » : « Ça l'a en quelque sorte libéré... » Cela s'écrit ainsi?

Charlotte Roger  
Québec

.....

Depuis plusieurs années, j'observe, de la part de personnalités publiques mais aussi de la population en général, de fausses liaisons avec le pronom « ça » suivi d'un verbe commençant par une voyelle. Par exemple : « Ça l'aide, ça l'arrive, ça l'ajoute, etc. » Je crois qu'il y a des situations où la liaison est justifiée, mais un éclairage à ce sujet serait grandement apprécié, non seulement au profit de tous, mais également pour apaiser ma « dissonance auditive ».

Wilson Bernier  
Lévis

Vos questions me rappellent qu'en langue française comme en toute chose, les règles absolues ne sont pas si nombreuses. Il en est de même pour les « ça l'a ». Le plus souvent, ce sont de grossières erreurs de liaison. Il ne faut pas avoir peur de l'hiatus et ne pas hésiter à dire « ça a », voire « ç'a » dans la langue familière.

Ça a mal été hier au travail [et non ça l'a].

Ça a fait un vacarme épouvantable [et non ça l'a fait].

Ça a donné quelque chose de très intéressant [et non ça l'a donné].

Il est parti seulement après que ça a marché [et non ça l'a marché].

Cette erreur se produit également à des temps composés autres que le passé composé. Il n'aurait donc pas été plus acceptable d'écrire, dans les phrases ci-dessus : « Ça l'avait mal été au travail [plus-que-parfait], ça l'aurait fait un vacarme épouvantable [conditionnel passé], ça l'aura donné quelque chose de très intéressant [futur antérieur], il est parti avant que ça l'ait marché [subjonctif passé]. »

## TEMPS SIMPLE, TEMPS COMPOSÉ

Mais comme vous le mentionnez, il peut arriver que ce l'apostrophe soit parfaitement justifié. Celui-ci représente alors les pronoms personnels *le* ou *la* remplaçant un complément d'objet direct.

Prenons la phrase en question et imaginons un contexte et un complément, lequel serait un homme prénommé Pierre.

*La condamnation de l'agresseur a complètement transformé Pierre. Ça l'a en quelque sorte libéré.*

Ça a libéré qui? Le l'apostrophe, pronom mis pour *Pierre*, complément d'objet direct.

On peut s'en convaincre en faisant passer la phrase au présent de l'indicatif, ce qui aurait donné : « La condamnation de l'agresseur transforme Pierre. Ça le libère. »

C'est d'ailleurs un truc à essayer en cas d'hésitation : remplacez le temps composé par un

temps simple.

Par exemple, si vous faisiez passer la phrase « ça l'a mal été » au présent de l'indicatif, diriez-vous « c'est mal » ou « ça l'est mal »? « Ça fait un vacarme » ou « ça le fait un vacarme »? « Ça donne quelque chose » ou « ça le donne quelque chose »? Si c'est la première phrase qui apparaît la plus sensée, votre l'apostrophe est totalement superflu.

## LE VIRUS DU L' APOSTROPHE

Maintenant, il est vrai, comme l'évoque M. Bernier, que ce virus du l'apostrophe affecte aussi les temps simples quand le verbe débute par une voyelle. On peut essayer d'y voir plus clair en remplaçant le verbe par un autre commençant par une consonne.

*Vous pouvez mettre de l'engrais, ça l'aide votre plante.*

Échangeons *aider* pour *fortifier* pour voir... Diriez-vous « ça la fortifie votre plante »? Manifestement pas. Pourquoi? Parce que le complément d'objet direct (*plante*) est déjà placé après. Ça aide quoi? Votre plante. Il est donc totalement injustifié d'insérer un l'apostrophe jouant le même rôle. Si vous l'enlevez, votre phrase se

tiendra quand même.

*Vous pouvez mettre de l'engrais, ça aide votre plante.*

## PLÉONASME D'INSISTANCE

Mais j'entends une légère protestation : « Ça m'arrive de dire que ça l'aide, ma plante, que ça l'énerve, ma mère, que ça l'use, ma voiture, que ça l'intéresse, mon ami. La phrase me semble correcte, même si le complément d'objet direct est là deux fois. Où est le problème? »

Attention! On entre ici sur le terrain de la figure de style, plus précisément du pléonasma pour marquer l'insistance. Le complément d'objet direct est effectivement présent deux fois, d'abord sous la forme de pronom (l'apostrophe), puis il est textuellement exprimé en fin de phrase. Mais cette tournure est une façon d'insister, dans la langue familière. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle on ajoute une virgule : pour souligner cette insistance. Car normalement, on ne met jamais de virgule entre un verbe et le complément qui le suit immédiatement. Voici d'autres exemples où le complément, direct ou indirect, est mentionné deux fois.

*Tu la trouves dangereuse au volant, mais contrairement à toi, elle l'a vu, le feu rouge (le l'apostrophe et feu sont le même complément d'objet direct).*

*Contrairement à toi, je m'y fie, aux consignes sanitaires (y et consignes sont le même complément d'objet indirect).*

## PERLES DE LA SEMAINE

Je suis retourné faire un tour dans une épicerie asiatique...

*Fried onion paste* (pâte d'oignons frits)  
Pâte échalote frite

*Potato hand made leek leaf powder*

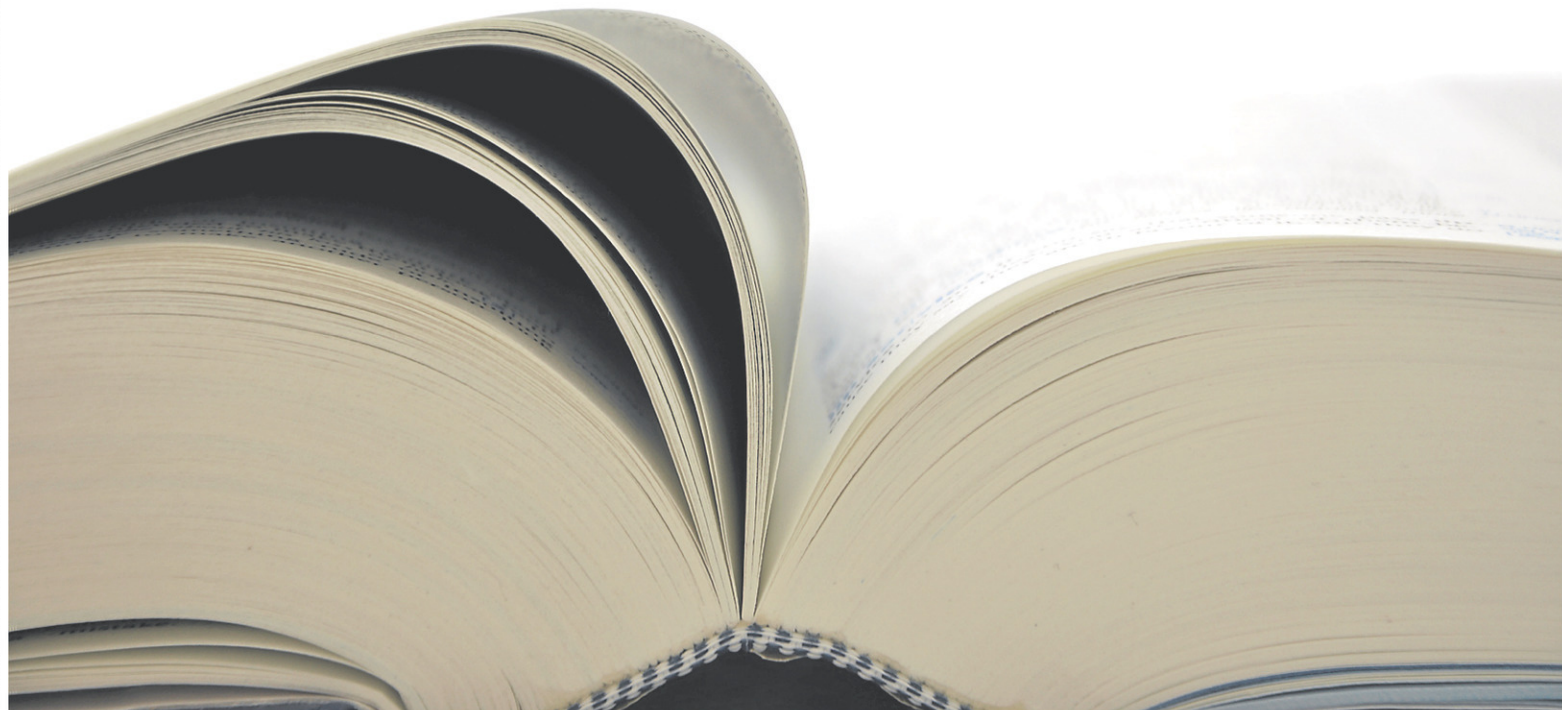
Poudre de feuille de poireau faite à la main de pomme de terre

*Instant japanese style noodles*  
Nouilles japonaises de style instantanées

*Quail eggs in water*  
Œufs de caille à l'eau

*Garlic and basil paste* (pâte d'ail et basilic)  
Pâte d'ail et basilic

Questions ou commentaires?  
Steve.Bergeron@latribune.qc.ca



SPECTACLES, SORTIES, ACTIVITÉS ET PLUS.

# Découvrez nos rabais en ligne!

**ZoneRabais.ca** réunit sur un même site les offres intéressantes d'entreprises de Sherbrooke et de la région de l'Estrie.

En quelques clics, faites de belles découvertes et économisez!

**Un rabais additionnel est offert aux abonnés de La Tribune.**

JUSQU'À  
**50%**  
de rabais



Centre culturel

strøm  
SPA NORDIQUE  
SHERBROOKE

ÉCOLE DE CONDUITE  
PERMIS  
PLUS.CA

LE  
VIEUX  
CLOCHER  
Magog

SAVO

Groupe  
Air.Vita

-MONT-  
ORFORD

Théâtre  
la Marjolaine

GYM  
MAXI  
CLUB  
Complexe Médico-Sportif

LA MAISON DU CINÉMA

ENCOURAGEZ L'ACHAT LOCAL ET ÉCONOMISEZ!

# ZoneRabais.ca

Propulsé par :

laTribune  
NUMÉRIQUE