



*Hedwig et
le pouce en furie*

ODE À LA LIBERTÉ

PAGES 2-3

MUSIQUE

VOYAGES

LES P'TIT CUISTOTS

PLANÈTE VINS

RECETTES



HIT THE FLOOR

Nicolas Bégin

LE RÊVE D'UN
DANSEUR

PAGES 4-5



Arts visuels

DES LOUPS
AU MUSÉE

PAGES 8-9



RECETTES

LES
SECRETS
DES
SYRIENNES



PAGES 38-39

ENCOUVERTURE.



Le comédien Benoit McGinnis fait tourner les têtes depuis qu'il a endossé le costume d'Hedwig. — PHOTO, CINDY BOYCE

HEDWIG ET LE POUCE EN FURIE

LES BOTTES (À TALONS HAUTS) DE LA LIBERTÉ



YVES BERGERAS

ybergeras@ledroit.com

Juché sur ses talons à plate-formes, le visage encadré d'une perruque platine du plus imposant format qui soit, le comédien Benoit McGinnis fait tourner les têtes depuis qu'il a endossé le costume d'Hedwig.

Hedwig, c'est ce personnage iconique de la culture *queer* : un chanteur ni drag-queen ni transgenre, à moitié émasculé, mais pas suffisamment amputé de sa virilité, qui déverse ses émotions sur la foule tout au long de la comédie musicale Hedwig et le pouce en furie.

Ce spectacle fait du (hum, pardon!) pouce sur le succès d'*Hedwig And the Angry Inch*, un *musical* créé et interprété en 1998 par John Cameron Mitchell (le voisin Hal, dans la série de Netflix *The Sandman*).

L'œuvre est devenue culte au tournant du millénaire, grâce à son adaptation au grand écran, dans un film que réalisait Mitchell, tout en reprenant son personnage. Broadway a fini par s'en emparer une dizaine d'années plus tard.

Le pouce du titre, renvoie à la taille de l'appendice masculin, minuscule, mais obsédant, qu'Hedwig, Berlinoise(e) d'origine, a conservé entre les jambes après son opération chirurgicale ratée. S'il avait bravé le bistouri, c'était pour un changement de sexe qu'il avait décidé d'entreprendre... par amour pour un homme hétéro, un G.I. américain de passage en Allemagne.

Lorsqu'il a découvert Hedwig sur les planches – c'était à New York, en 2014 – Benoit McGinnis est instantanément tombé sous le charme de ce « personnage irrévérencieux et très drôle ».

Il s'est alors fait un devoir de le faire découvrir au Québec, en ressuscitant la production théâtrale. Même si la mise en scène d'*Hedwig et le pouce en furie* n'est pas de lui – elle est plutôt signée René-Richard Cyr, de qui McGinnis se fait complice depuis au moins 2001 (l'époque de *Titanica*) – mais le comédien en a fait une mission personnelle.

Il a notamment retouché les chansons réécrites en français par René-Richard Cyr, modifiant ici et là le piétage, afin que ça sonne mieux dans sa bouche. « J'aime beaucoup m'impliquer de façon concrète dans les œuvres auxquelles je participe. » En lien ténu avec l'équipe de conception et la production, il s'est énormément investi au niveau des costumes, en leur fournissant

des photos de références. « Les costumes, les perruques, les bottes... tout a été créé pour moi. »

COMME À UN CONCERT

Dans cette mouture francophone d'*Hedwig*, McGinnis partage la scène avec Élisabeth Gauthier Pelletier (qui personifie Yitzhak, le mari d'Hedwig, et qui est aussi choriste des Angry Inch, le groupe de musique au centre duquel brille Hedwig) et quatre musiciens (sous la direction du guitariste André Papanicolaou).

Le spectacle prend en effet l'apparence d'un concert punk rock, au fil duquel Hedwig ne résiste pas à prendre des pauses, entre les chansons, pour raconter sa vie mouvementée.

Ses acolytes musiciens aussi, sont « maquillés et en costumes », et font sentir leur présence galvanisante. « Ils sont rentrés dans le jeu : ils réagissent [théâtralement] tout au long du spectacle. Et ils sont tous formidables. Surtout Amélie Mandeville, notre bassiste. Elle n'a pas beaucoup de texte, mais elle tient un rôle très important, et elle brille. Je suis content, parce qu'elle est merveilleuse, et ça rend notre tournée encore plus heureuse », partage au passage Benoit McGinnis.

(Les deux autres musiciens sont Guillaume Lecompte aux claviers et Marc Chartrain derrière la batterie.)

Cette tournée d'une trentaine de dates, lancée le 11 février, s'achèvera le 26 mai à Saguenay. Entretemps, Benoit McGinnis et ses cinq compères auront visité les quatre coins du Québec. Des arrêts sont notamment prévus à Sherbrooke (mardi 14 mars) et Gatineau (jeudi 23 mars, à la Salle Odyssee) ainsi qu'à Drummondville et Shawinigan (les 6 et 21 avril), sans oublier deux soirs au Grand Théâtre de Québec, les 24 et 25 mai.

Renseignements et billets:
hedwigetlepouceenfurie.ca (tournée)
À Gatineau: maisondelaculture.ca

Hedwig,

YVES BERGERAS
ybergeras@ledroit.com

Le spectacle *Hedwig et le pouce en furie* n'est pas tapageur, bien au contraire, à en croire Benoit McGinnis : René-Richard Cyr, ce « spécialiste du travail

OBJET THÉÂTRAL NON IDENTIFIÉ (MAIS ACCESSIBLE)

YVES BERGERAS

ybergeras@ledroit.com

Hedwig, «C'est du théâtre musical, plus qu'une comédie musicale. C'est un spectacle un peu difficile à définir», convient Benoît McGinnis.

«Je m'adresse directement au public, il n'y a pas de quatrième mur, on fait comme si Hedwig et ses musiciens étaient en train de donner un concert dans la ville qu'on visite. Il y a un peu de *stand up* au début. Mélangé à ça, on a 10 chansons. Et puis c'est un monologue, [à travers lequel] je raconte mon histoire. En tombant dans les «*flash-back*», on revit des scènes [du passé], et ça peut devenir plus émotif. C'est un objet particulier, qu'on a rarement vu au Québec», résume l'interprète.

Le personnage lui-même, «ni transgenre, ni *drag queen*, mais fruit d'une opération de changement de sexe ratée, échappe aux étiquettes.

«Hedwig parle d'elle au féminin, mais c'est un personnage non genré. On peut dire *queer*. [...] Ce qui est le *fun*, c'est que le public assiste à tous ses questionnements», qu'ils concernent son passé, son sexe ou son avenir. Car la question 'Qu'est-ce que je vais devenir?' est au centre des préoccupations d'Hedwig, qui est en train de perdre son, hum!, mécènes/*sugar daddy*, le sergent Robertson, ce G.I.

qu'elle a rencontré à Berlin.

DÉSIR DE LIBERTÉ

Cet OTNI (objet théâtral non identifié) reste toutefois «accessible à pas mal de monde», du moins «aux gens ouverts», ajoute-t-il, eut égard aux thèmes sexuels et *queer* du spectacle.

Dans cette adaptation, «on n'a rien changé de l'histoire» ni retouché la chronologie. Et surtout ne pas chercher à la moderniser. Pourquoi le faire? Même si la réalité est-berlinoise des années 80 semble lointaine, «le désir de liberté, l'envie de fuir existent encore...», suggère Benoît McGinnis.

«Ce qui a changé, c'est la réception du public» envers ce personnage coloré, qui, s'il put encore sembler interlope il y a 25 ans, ne fait aujourd'hui plus guère sourcilier. «En 2023, Hedwig peut s'habiller comme elle veut. C'est sûr que ça devait plus 'rentrer dans la face du monde' en 98, [lorsque] John Cameron Mitchell a écrit cette histoire – pour lui, parce qu'il ne trouvait personne pour l'engager», sourit le comédien.

Hier comme aujourd'hui, «tu peux la juger, mais ça ne change rien : elle est à prendre ou à laisser.»

Ceci dit, malgré l'esprit libre et irrévérencieux d'Hedwig, «c'était important pour nous de faire un *show* accessible à tout le monde, on n'est pas là pour leur rentrer dans la face.»

la reine de la Débrouille

minimaliste», maîtrise l'art de faire naître l'émotion «sans que ça coûte les yeux de la tête». Or, ce qui touche les gens, «l'essentiel, c'est le travail d'interprète», pas le décor ou les fioritures.

«Hedwig le dit elle-même, qu'elle n'a pas une 'cenne' et qu'elle se débrouille!» À New York, illustre-t-il, il y avait sur scène une voiture dont le comédien

faisait un usage très polyvalent. Tout en cherchant à aller ailleurs, la mise en scène québécoise a repris à son compte l'idée qu'il est naturel pour un *band* punk rock tel que The Angry Inch de recourir au «système D».

«Nous, on utilise un *roadcase* de tournée. [Ce gros caisson] nous sert à plein de choses. Nous utilisons notre créativité...»

D'après Benoît McGinnis, John Cameron Mitchell n'est pas très regardant sur les libertés qui pourraient prendre tous ceux qui se lancent dans un projet d'adaptation.

«C'est souvent monté dans de petits bars» et le milieu des 'drag queens', par des équipes sans grands moyens financiers, témoigne le comédien en évoquant

«une version sans musiciens» qui a vu le jour au Cabaret Mado, il y a de cela environ huit ans.

Les personnes responsables de gérer en son nom «les droits d'adaptation, ils les donnent, parce qu'ils veulent que le *show* continue d'exister. Ils nous ont dit 'Pas de problème, traduisez-la!' Ça en dit beaucoup sur le créateur», poursuit-il.



Benoît McGinnis.
— PHOTO, CINDY BOYCE

HIT THE FLOOR, LE RÊVE DE NICOLAS BÉGIN



CLAUDIA BLAIS-THOMPSON
cbthompson@ledroit.com

Déjà, à l'automne, les organisateurs de la compétition de danse *Hit The Floor* (HTF) annonçaient que les inscriptions pour le volet compétitif affichaient complet. Pour le directeur et le fondateur, Nicolas Bégin, c'est l'engouement grandissant pour la danse qui explique un tel succès.

«La danse au Québec est en très bonne santé, dit-il. Autant pour les participants que les passionnés de la danse. On a eu beaucoup d'émissions de télévision qui ont donné la chance de démocratiser la danse. On le voit de plus en plus dans nos événements. [...] On a des centaines et des centaines de routines sur une liste d'attente.»

Le mot d'ordre pour cette nouvelle tournée de HTF, c'est que le grand public se déplace «parce qu'il a juste envie de voir de la danse».

«On croit souvent que c'est un

espace fermé pour les participants, mais au contraire, c'est très ouvert, très familial. Je veux que le mot d'ordre se passe pour inviter tout le monde à venir encourager le talent sur scène.»

HTF, c'est un événement d'élite en termes de calibre réuni au même endroit, poursuit celui qui est aussi producteur, directeur artistique, danseur professionnel et chorégraphe. Plusieurs artistes internationaux participent chaque année à HTF, «l'une des plus importantes compétitions de danse multistyles au monde».

Mais la compétition de danse est aussi ouverte à tout le monde, aux différents calibres. HTF comporte quatre catégories: novice, précompétitif, compétitif et élite.

«La programmation est créée d'une façon assez variée pour que les gens en voient de toutes les couleurs en l'espace de deux ou trois heures. Que ce soit du côté des styles de danse ou des différentes catégories d'âge. On a des jeunes de 5 à 8 ans, mais on a aussi des troupes pour adultes de 60 ans et plus.»

Dans le parcours d'un danseur, une compétition comme HTF représente une étape importante. L'expérience de scène, mais aussi les commentaires de chorégraphes de renom

permet de s'améliorer, explique Nicolas Bégin.

«Je pense que c'est l'une des premières étapes du parcours du danseur après l'école de danse. Ensuite, il y a les formations, les discussions à avoir avec des mentors, des tables rondes, les auditions pour des contrats professionnels. Après tu peux te transformer en chorégraphe-enseignant, en directeur artistique. Il y a plusieurs façons de transformer sa carrière.»

NOUVEAUTÉS

L'an passé, un écran «Hit of the day» - coups de coeur des juges - s'illuminait sur un écran géant faisant la largeur de la scène derrière les danseurs et faisait trembler le Centre de congrès du Casino du Lac-Leamy. Cette formule, qui rend éligibles ces coups de coeur à former une première partie de l'événement *Showcase All-Stars* le samedi soir, est là pour de bon, indique Nicolas Bégin.

«On essaie de rendre l'expérience interactive avec les participants, mais aussi les spectateurs. On est le seul festival de danse à utiliser ce type d'interaction. C'est une grande distinction.»

Habituellement, huit groupes étaient sélectionnés pour participer





Déjà, à l'automne, les organisateurs de la compétition de danse Hit The Floor (HTF) annonçaient que les inscriptions pour le volet compétitif affichaient complet. Pour le directeur et le fondateur, Nicolas Bégin, c'est l'engouement grandissant pour la danse qui explique un tel succès. — ARCHIVES LE SOLEIL



— NICOLAS BÉGIN. ARCHIVES LE SOLEIL

à la compétition du *Showcase*. Cette année, *HTF* choisira, parmi les solistes, duos ou trios, deux numéros de plus, mais ne feront pas partie de la compétition.

Les artistes invités de la 8e édition gatinoise du *Showcase All-Stars* sont Kinjaz (Los Angeles), Karen y Ricardo (Argentine, Chili), Creation Global (Chicago), Chris Martin (Colorado), Erica Klein (Los Angeles) et Maude Sabourin & Melih Mertel (Montréal).

Mais tout juste avant cette soirée qui débute à 21h, il y aura une Exhibition Battle durant laquelle deux danseurs de hip-hop - Destiny (Montréal) et Humuza (Vancouver) - et deux danseurs de krump - Baby Taminator (Montréal) et Queen Buck Hype (Allemagne) - s'affronteront sur la musique de DJ Victorious.

«Ce sont des artistes de *street dance* hyper réputés dans le domaine, souligne Nicolas Bégin. On avait testé l'idée l'année passée à Lévis et les gens avaient adoré. On ramène ça, mais c'est la première fois qu'on le met dans un pré *Showcase*. Il faudra que les gens arrivent plus tôt pour vivre l'énergie d'un affrontement en danse. Ça mettra la table pour le spectacle ensuite, mais ça ne veut pas dire que c'est de moins bonnes performances.»

Parmi les nouveautés, les organisateurs de *HTF* ont décidé de

comptabiliser les bourses *overall* par division plutôt que de les compter pour l'ensemble des deux divisions de technique et de chorégraphie. Une nouvelle catégorie d'improvisation est aussi ajoutée à la compétition.

«Les danseurs qui se sont inscrits dans cette catégorie ne savent pas sur quelle musique ils danseront. C'est nous qui choisissons la musique.»

À Gatineau, les participants danseront sous le regard de Handy Yacinthe, Mike Song et Chris Martin qui s'occupent de la division 1 soit Choreo/Foundation, et Erica Klein, Maude Sabourin et Derion Loman pour la division 2, le volet contemporain, ballet, tap, lyrique et jazz.

«Chris Martin est probablement l'artiste que j'aurais souhaité être, confie Nicolas Bégin. J'ai énormément de respect pour lui. Étant donné son influence à titre de *break dancer*, je vois dans ces mouvements ce que j'aurais pu devenir, mais version améliorée. Il a une musicalité incroyable.»

UNE GRANDE FAMILLE

HTF est reconnue pour sa qualité organisationnelle et l'innovation. Mais l'événement de danse représente beaucoup plus que ces valeurs de gestion. C'est une grande famille qui souhaite développer l'aspect international pour rassembler la

communauté de la danse autour d'un partage de connaissances culturelles.

«*Hit The Floor* est une grande famille qui a commencé à rayonner au Québec. On s'est fait approcher par énormément de pays pour participer. D'ailleurs, on accueille le Brésil et le Mexique à Lévis cette année.»

La Tournée *HTF* reprendra la route dans quelques jours pour d'abord s'arrêter à Gatineau du 16 au 19 mars. Les danseurs envahiront ensuite Saint-Hyacinthe du 30 mars au 2 avril, puis à Lévis du 18 au 22 mai.

Pour l'événement de Gatineau seulement, 3500 danseurs y sont inscrits. Plus de 875 routines provenant de 60 écoles au pays y seront présentées. Les organisateurs de *HTF* estiment à plus de 5 millions de dollars les retombées économiques pour la région et à plus de 20 millions pour l'ensemble des trois villes visitées. C'est aussi plus de 200 bénévoles qui ont à cœur la réussite du festival.

Depuis sa création en 2010, *HTF* a accueilli à travers ses événements 205 500 spectateurs, 47 000 danseurs, 1500 bénévoles, 1265 écoles de danse et 17 pays ont été impliqués.

«Je ne pourrais pas être plus fier, affirme Nicolas Bégin. Je n'avais pas nécessairement ces attentes quand j'ai commencé l'événement. C'est un rêve qui est en train de se réaliser, mais un rêve encore plus grand que je l'avais imaginé.»

**CENTRE NATIONAL DES ARTS
NATIONAL ARTS CENTRE**
Le Canada en scène. Canada is our stage.

LOUISE LECAVALIER

stations

**Fluidité. Contrôle.
Méditation. Obsession.**

Un solo fougueux de l'incomparable chorégraphe et interprète, qui atteint la plénitude de son art.

30-31 MARS

BILLETS À PARTIR DE 29 \$

MOINS DE 15 \$

DANSE CNA cna-nac.ca

 LORD ELGIN

ticketmaster.ca

QUÉPOP

Un documentaire sur la musique des années 90

MARIO BOULIANNE
mboulianne@ledroit.com

La musique des années 90 sera à l'honneur dans une série documentaire dont quatre des six épisodes seront diffusés sur les ondes de TVA.

Pour les plus vieux, ce sera l'occasion de raviver des souvenirs peut-être enfouis profondément ou volontairement oubliés alors que les plus jeunes pourront découvrir une époque musicale très fertile! Le docu-série de six épisodes intitulé *Quépop* sera lancé le jeudi 16 mars, dès 21h.

On dit de cette époque que tout était permis. Que c'était un genre de remake des années 60, les fleurs dans les cheveux en moins.

Grâce à des images d'archives et des témoignages d'artistes et de personnalités médiatiques de l'époque, on revivra ces «années de grâce» où l'imagination de Jean Leloup ainsi que celle des Colocs, de Daniel Bélanger, des B.B., de Noir Silence, de La Chicane ou de Bran Van 3000 faisaient éclater les haut-parleurs de tous les festivals et de toutes les pistes de danse.

«On a réalisé 45 entrevues pour ce documentaire, explique la productrice au contenu Anne-Marie Whitenshaw. Et le plus beau dans cette histoire c'est que tous les artistes et les personnalités rencontrés pour

ce projet ont été vraiment généreux. Je peux difficilement vous exprimer tout le plaisir qu'on a eu à faire cette série.»

Au fil des épisodes, des artistes se racontent. Anecdotes, souvenirs et



confidences sont au menu de cette production de Pixcom.

«On s'est rendu compte que tous ceux et celles qui ont vécu à fond cette époque ont adoré cette période de leur vie artistique, et ce, peu importe les hauts et les bas qu'ils ou elles auraient pu vivre, raconte l'animatrice et productrice. Ça reste encore à ce jour les meilleures années de leur carrière.»

Ce projet a visiblement été un travail de longue haleine, surtout afin de rassembler toutes les personnes qui apparaissent dans le documentaire.

Ce fut aussi beaucoup de travail de recherche pour Anne-Marie qui a dû se taper des longues heures de visionnement.

«J'ai été dans un énorme vortex de vidéos sur YouTube, explique-t-elle. Mais quel plaisir ce fut de revoir toutes ces entrevues réalisées par Sonia Benezra. Cette femme était vraiment la reine de la télé à cette époque.»

UNE DÉCEPTION

Au fil de la discussion, il fallait bien lui demander si des artistes ou des personnalités publiques avaient refusé son invitation.

«Oui, il y en a eu. J'aurais tellement aimé avoir Jean Leloup, se désolait-elle. Pour toutes sortes de raisons, ça ne s'est pas passé. Les nombreux conflits d'horaire ont empêché qu'il soit avec nous. Mais tu sais, Jean c'est comme le père Noël. C'est toujours



mieux que son histoire soit racontée par d'autres que par le principal intéressé. Ça alimente la légende.»

On remarquera que Marjo, Mario Pelchat et Céline Dion brillent par leur absence. Mais, ce ne fut pas faute d'avoir essayé. «Marjo et Mario étaient pris avec le tournage de *La Voix* alors que pour Céline, on connaît ses problèmes de santé, explique Anne-Marie. Mais, dans son cas, Mario Lefebvre qui fut très longtemps dans son équipe a bien voulu nous rappeler de bons souvenirs de la diva.»

LES ÉPISODES

Le premier épisode mettra d'ailleurs en vedette Jean Leloup ainsi que Mitsou, Les B.B. et Les Colocs alors que dans l'épisode 2, on reviendra sur l'ascension de Céline Dion ainsi que sur le raz-de-marée provoqué par Roch Voisine et son mega succès Hélène.

On parlera de rock dans le troisième volet avec l'impact de Vilain Pingouin, Éric Lapointe et France D'Amour. Il y a aussi les régions qui faisaient vibrer le Québec alors

que les Beaucerons nous ont offert Noir Silence et que La Chicane est sorti des mines de l'Abitibi. Enfin, il est impossible de passer sous silence l'émeute du Stade olympique lors du concert de Guns'N Roses et de Metallica. Drôle de coïncidence, puisque ces deux groupes seront à Montréal cet été.

Pour la quatrième heure, les grandes voix et les comédies musicales seront mises en évidence avec des arrêts sur image sur la carrière de Marie Carmen, Lara Fabian, Isabelle Boulay, Bruno Pelletier, Sylvain Cossette et bien d'autres.

QUATRE SUR SIX

«Les années 90, c'est toutes mes 20 ans [sic], lance Mara Tremblay. Sexe, drogue et rock'n roll... clairement!»

«T'as pas grandi dans ces années-là, pauvre toé. Tu as manqué un boutte», clame sans gêne Varda Étienne.

ICONE DES ANNÉES 90, Mitsou aurait pu avoir une carrière internationale. Elle nous raconte ce qui a fait déraiper ses projets. Quant Anne-Marie Whitenshaw, la productrice au contenu de la série, elle ajoute qu'une quarantaine d'artistes et de personnalités publiques se sont prêtés au jeu de *Quépop*. — PHOTOS DE COURTOISIE

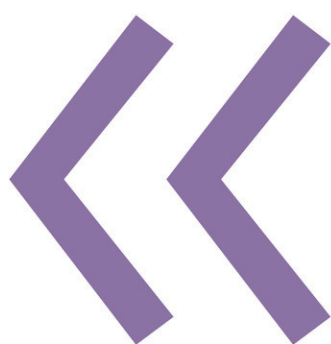
Roch Voisine, lui, ajoute que «c'était une folie extraordinaire que je souhaite à tout le monde».

Et ce ne sont que quelques commentaires lancés à la volée et qui épiceront cette série dont les quatre premiers épisodes seront présentés dès le 16 mars.

Pour l'instant, on ne sait pas ce qui arrivera aux deux dernières heures du documentaire réalisé par Charles Gervais.

La programmation de TVA ne montre que quatre cases dans l'horaire pour autant d'épisodes.

Soulignons que, outre Anne-Marie et Charles, la petite équipe de production de *Quépop* était complétée par Nicolas Tittley, Mélissa Maya Falkenberg et Véronique Charron.



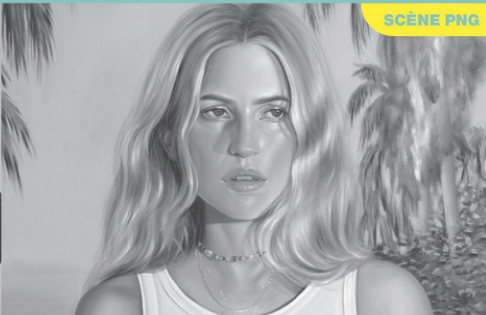
« J'aurais tellement aimé avoir Jean Leloup. Pour toutes sortes de raisons, ça ne s'est pas passé. »

— Anne-Marie Whitenshaw

VOS PROCHAINS SPECTACLES



LA CHICANE
QUAND ÇA VA BEN
17 MARS



CLAUDIA BOUVETTE
THE PARADISE CLUB SHOW
17 MARS

SCÈNE PNG



GEOFFROY
18 MARS



FIGELLE
CINÉMA D'ANIMATION
INTERACTIF ET IMMERSIF
19 MARS POUR LES 5 À 10 ANS



HEDWIG ET LE POUCE EN FURIE
23 MARS



JEAN-SÉBASTIEN GIRARD
UN GARÇON PAS
COMME LES AUTRES
30 MARS



YVES DUTEIL
CHEMINS DE LIBERTÉ
3 AVRIL



MANON SÉGUIN
4 AVRIL



MARTIN LEVAC
PHIL COLLINS & GENESIS
7 AVRIL



LUCE DUFAULT
11 AVRIL



DIANE DUFRESNE SUR RENDEZ-VOUS
15 ET 16 JUILLET

À VOIR CET ÉTÉ



LE DÎNER DE CONS 5, 6, 12 ET 13 AOÛT

BILLETTERIE : 819 243-2525
 SALLEODYSSEE.CA



Patrimoine
canadien



leDroit

AU MUSÉE CANADIEN DE LA NATURE

LE LOUP,
MEILLEUR AMI
DE L'HUMAIN?

YVES BERGERAS
ybergeras@ledroit.com

Le Musée canadien de la nature (MCN) a ouvert la semaine dernière l'un de ses pavillons à la gent lupine, à travers l'exposition «Loups! Des métamorphes dans un monde en mutation».

Cette domestication remonte d'ailleurs à des lustres, «il y a à peu près 150 000 ans», quand on n'était encore que «cueilleur-chasseur: c'est même «le tout premier animal à avoir été domestiqué par l'humain», avant le bœuf ou la poule... et environ 135 000 ans «avant l'apparition de l'agriculture», rappelle le conservateur des vertébrés du MCN, Kamal Khidas, pour qui, le loup, créature aussi «intelligente»

que charismatique, ne s'est pas contenté d'appivoiser l'homme, mais l'a carrément «domestiqué, autant que l'inverse est vrai».

L'inversion se veut un clin d'œil à l'une des nombreuses thèses développées par le scientifique Yuval Harari dans son livre *Sapiens: Une brève histoire de l'humanité*, et notamment l'idée que l'orge ou le blé ont domestiqué l'homme – en le rendant sédentaire – plutôt que l'inverse.

Le loup n'a pas été domestiqué pour sa viande, mais pour sa puissance, ajoute-t-il. Car, à cette époque, l'«homo», bien qu'omnivore par essence, n'avait guère développé son appétit carnassier. «Le loup nous a protégés. Avec lui [à nos côtés], on se sentait plus forts, plus puissants, plus protégés, plus accomplis. On était de

meilleurs humains : des humains augmentés, 2.0, pour reprendre des expressions contemporaines...»

«Le loup est spécial pour nous, [les humains]. On l'a domestiqué parce qu'on partage beaucoup de traits psychologiques et comportementaux avec lui. Énormément! On a voulu créer le loup à notre image et on en a fait un chien [...] ça nous rappelle un peu les Dieux» grecs, eux aussi anthropomorphiques, philosophe-t-il.

PHOTOGRAPHIES
GÉANTES

La première des cinq sections que cette exposition hautement imagée consacre au loup s'intéresse donc, non pas au redoutable prédateur, mais plutôt... aux chiens. Les loups domestiqués,



quoi, puisque la grande famille des canidés partage les mêmes ancêtres biologiques que les loups et les coyotes.

Soucieux d'éviter de ficher la frousse, ce coin pour les plus petits, Du loup au pitou, propose ainsi de

téléverser une photo de son propre animal de compagnie. À côté d'une gigantesque photo de Wing – un grand loup au regard perçant, capté par Michelle Valberg, une photographe animalière d'Ottawa – on exhibe ici des crânes de chihuahua et de St-Bernard, ainsi que les images d'un louveteau momifié baptisé Zhur, conservé par le pergélisol depuis plus de 150 000 ans.

À quelques mètres, quelques bonus tactiles (touche la fourrure), olfactifs (une bouffée de musc de cervidé dans les narines) ou audio (un loup empaillé émettra des grognements mécontents lorsqu'on l'approche de trop près) attendent les visiteurs.

Si l'exposition partage de nombreuses capsules informatives et artefacts lupins, elle se veut aussi hautement imagée.

On y découvrira une douzaine de saisissantes photographies de loups, toute présentées en très grand format, que Mme Valberg a rapportées de ses 'safari-photo' sur l'île de Vancouver et dans le parc national de Yellowstone, aux États-Unis.

PASSÉ, PRÉSENT ET
FUTUR

Ses clichés, magnifiques, sont répartis à travers les quatre sections de cette petite exposition qui s'intéresse tant au passé du loup qu'à son présent et son avenir.

Au passé, on suit l'évolution du





loup, tant au plan biologique que comportemental.

On s'intéresse par exemple aux loups de Béringie, ces loups gris qui ont colonisé l'Amérique du Nord il y a 50 000 à 12 000 ans, en passant par la Béringie, cette langue de terre (aujourd'hui immergée, mais qui a donné son nom au détroit de Béring) située entre la Sibérie et l'Alaska.

Le loup, rappelle le conservateur Kamal Khidas, fait partie des rarissimes mammifères à avoir survécu à l'extinction généralisée du règne animal durant l'ère glaciaire. Un exploit particulièrement remarquable au vu de sa grande taille, s'empresse-t-il d'ajouter.

Au présent, on propose un petit détour par Yellowstone, pour témoigner des efforts pour y réintroduire les loups, au milieu des années 90. L'expo se penche par ailleurs sur la représentation de l'animal dans l'inconscient collectif.

Quant à l'avenir... on se penche sur divers enjeux de conservation de l'espèce.

La section Notre regard sur les loups donne un bel aperçu de l'omniprésence lupine dans la culture populaire.

On y évoque «la peur du loup» moyenâgeuse et le commerce des fourrures et trophées de nos contrées nordiques (qui s'est perpétué jusque dans les années 1950, voire 60, rappelle le Dr Kamal Khidas).



Le loup a établi ses quartiers au Musée canadien de la nature. — LE DROIT, PATRICK WOODBURY

DE FENRIR À JOHN SNOW

On y montre aussi à quel point la culture populaire s'est emparée du bestiau. L'expo donne un aperçu de cet éventail en convoquant Fenrir, figure incontournable de la mythologie nordique; une célèbre statue de Rémus et Romulus (fondateur de Rome, selon la légende) tétant les mamelles de leur 'maman' louve; une antique édition du conte de Perreault opposant le noir animal à un Petit Chaperon rouge); et quelques représentations plus modernes (et plus «garou»), de Teen Wolf à Ghost (le loup blanc de Game of Thrones) en passant par Harry Potter.

Cette section n'omet pas d'inclure le regard des populations inuits et autochtones, à travers le regard artistique de Quviaaqtuk Pudlat («Loup de la toundra» ou d'Arthur Thompson («Homme se transformant en loup»), deux œuvres évocatrices de la fascination pour cet animal à la fois redouté et vénéré. Car le loup, mentionne le MCN, est dans de nombreux mythes autochtones, un «symbole

de courage, de force et de loyauté».

S'il est question, bien sûr, question du loup en tant que prédateur — l'animal, apprendra-t-on au détour des capsules, fait partie des espèces dites «clef de voûte», c'est-à-dire qui impactent sur leur environnement de façon supérieure à leur abondance objective.

INGÉNIEUSES CRÉATURES

Pourtant, souligne encore Kamal Khidas, ce loup dont on a fait l'effrayante créature, ennemie de l'homme, des contes et légendes, est avant tout un animal qui joue un rôle crucial dans l'équilibre de tous les écosystèmes où on le retrouve.

Sur ce plan-là, les loups en meutes sont «plus ingénieux que des armées d'ingénieurs», plus efficaces que l'homme, lorsqu'il consacre ses maladroites énergies à restaurer les équilibres fauniques, estime le scientifique grâce à qui le MCN possède aujourd'hui plus de 2500 objets lupins (des ossements, surtout), ce qui représente «une des plus importantes collections [du genre] au monde», s'enorgueillit-il.

«L'histoire qu'ils sont dangereux, c'est un mythe, c'est de la foutaise» au plan statistique, soutient M. Kemal, soucieux de mordre à pleines canines dans les idées

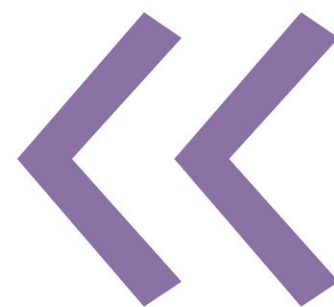
fausses

«Les loups sont spéciaux, pour nous [les humains]. Ce sont des êtres très intelligents, qui nous observent [autant qu']on les observe. On se fascine l'un, l'autre.» À écouter le scientifique, l'animal parviendrait même à comprendre notre langage.

«Mais s'attaquer à l'homme? C'est très exceptionnel. Les loups sont trop intelligents pour ça... même quand ils sont affamés!» poursuit M. Kemal. Non, le canis lupus reste dans son coin. Il garde ses distances. Mais il nous observe, et c'est ce qui a facilité le rapprochement [voilà] 150 000 ans. Et aujourd'hui, le loup est partout. Il est à l'intérieur de nos maisons [sous sa forme canine]. Mais même sous sa forme férale, sauvage, il est toujours très proche, autour de nos villages et de nos campements.»

DURANT LA RELÂCHE

Des activités spéciales en lien avec «Loups!» sont prévues tout au long de la période de relâche scolaire (tant Ontarienne que québécoise). Jusqu'au 19 mars, les jeunes visiteurs pourront par exemple apprendre à mouler des empreintes de loups, ou participer à un jeu de devinettes. Les lundis 6 et 13 mars, ils pourront même observer de près des chiens-guides pour aveugle, qui se baladeront



«Le loup nous a protégés. Avec lui [à nos côtés], on se sentait plus forts, plus puissants, plus protégés, plus accomplis. On était des humains augmentés, 2.0, pour reprendre des expressions contemporaines»

— Kamal Khidas

dans l'exposition avec leur maîtres.

Renseignements: Musée canadien de la nature



La photographe Michelle Valberg — LE DROIT, PATRICK WOODBURY

CHRISTINE BEAULIEU

LA FILLE DU MILIEU

JACINTHE LAFRANCE

Le Nouvelliste

Étant elle-même la cadette d'une famille de filles, en sandwich entre l'aînée et ses benjamines jumelles, Christine Beaulieu n'est pas allée chercher bien loin la composition de son personnage de *Frontières*, le plus récent long métrage de Guy Édoin à l'affiche depuis le 3 mars : sa Carmen est aussi la fille du milieu, entre les personnages de Pascale Bussières (Diane) et de Marilyn Castonguay (Julie).

« Toutes les familles sont différentes, mais Carmen, c'est comme Christine dans sa famille », décrit la comédienne.

Mais dans cette famille, c'est l'aînée qui se retrouve dans une situation de fragilité et qui inquiète ses deux plus jeunes sœurs.

« Normalement, la grande sœur, c'est elle qui est le pilier. Quand c'est l'aînée qui est chambranlante, tout un déséquilibre arrive dans la famille et c'est ce qui se passe dans *Frontières* », raconte celle qui se reconnaît un rôle de rassembleuse au sein de sa propre famille.

« Je suis assez proche de Carmen. Ce n'est pas compliqué pour moi de la jouer, du tout, du tout », dira-t-elle.

Quelques minutes plus tard, elle en dira autant d'Isabelle, la mère-de-famille-cool-séparée-en-bons-termes-avec-son-ex qu'elle incarne avec bonheur dans *L'œil du cyclone*.

ISABELLE : LA MAMAN QU'ELLE SERAIT

« Moi, c'est un de mes plus beaux cadeaux professionnels. C'est de la grosse, grosse joie. Grand bonheur! Quelle équipe! » affirme celle qui se sent, sur ce plateau, comme au sein d'une deuxième famille. Une famille qui continuera vraisemblablement d'évoluer à l'écran puisqu'une quatrième saison serait déjà sur la planche à dessin. Tournage prévu en août prochain.

À 41 ans, Christine Beaulieu s'explique mal comment il se fait que la vie ne l'ait pas dotée d'enfants, elle qui se dit pourtant d'un naturel très maternel.

« J'adore les enfants, les enfants m'aiment aussi, ils se collent à moi... Pour moi, c'est très facile depuis toujours », raconte la comédienne, qui a commencé à garder des enfants très jeune et

qui chérit ses relations avec ses neveux, nièces et filleuls.

Christine Beaulieu s'imagine qu'elle serait un peu le genre de mère qu'est Isabelle avec Jade, Jules et Emma : « Je n'ai pas besoin d'en avoir moi-même pour savoir comment je serais, comment je ferais, comment j'aime... », explique la comédienne, qui trouve aussi de l'inspiration chez les mamans que sont ses sœurs.

« J'aime comment elles sont avec leurs enfants. Elles ont du *fun* dans la vie avec leurs enfants, elles ne sont pas trop sérieuses. »

LE THÉÂTRE : UN EXERCICE DE MISE EN FORME

À partir du 28 mars, Christine Beaulieu s'inscrit dans la création québécoise de la pièce *Insoutenable longues étreintes* au théâtre Prospero. Le texte le plus difficile que la comédienne ait jamais eu à apprendre est signé par le dramaturge russe Ivan Viripaev, artiste exilé qui soutient ouvertement l'Ukraine. La mise en scène est de Philippe Cyr, son complice à la mise en scène de *J'aime Hydro*.

« C'est un projet pour stimuler la créativité et continuer d'entraîner son muscle d'actrice de théâtre », illustre l'actrice formée à l'école de théâtre du Cégep de Saint-Hyacinthe.

Pour elle, il y a sur scène quelque chose qui tient de la performance sportive. « C'est vraiment le théâtre, mon carré de sable, mais jouer au théâtre, c'est plus physique... On dirait qu'il ne faut pas que tu lâches ça pendant trop longtemps, sinon tu ne seras plus capable d'y retourner. C'est comme si ça me gardait en forme pour ce métier-là, qui est l'art de la scène. »

Un métier qui la garde bien occupée entre les plateaux de télé, ceux du cinéma et les planches.

Sans oublier cette corde bien tendue à son arc qu'est l'écriture particulièrement rompue au théâtre documentaire : après *J'aime Hydro* qui l'a conduite jusqu'à la Manic, ce sont *Les saumons de la Mitisipu* qui lui ont fait redescendre les rivières jusqu'aux Jardins de Métis l'été dernier.

Dans cette performance, Christine Beaulieu adopte le point de vue du saumon, de l'œuf à l'âge adulte. Elle y raconte tout le trajet qu'il doit faire dans la rivière Mitis (*Mitisipu* en mi'kmaq) et tous les obstacles qu'il doit franchir, avec ou sans l'aide des humains que



nous sommes.

LE DÉPART DE SOPHIE BROCHU

Le départ de Sophie Brochu de la direction d'Hydro-Québec suscite de grandes questions chez la citoyenne et chez la dramaturge engagée qu'est Christine Beaulieu. La créatrice de *J'aime Hydro*, la pièce de théâtre documentaire à laquelle elle a consacré des années de sa vie, n'essaie même pas de cacher sa déception. Sa tristesse, même.

« C'est une grande rencontre dans ma vie. Je pense que c'est d'une grande tristesse qu'on la perde de la tête de notre société d'État », estime celle qui croyait avoir clos le dernier chapitre de sa pièce après y avoir intégré sa rencontre avec Sophie Brochu.

« C'est triste pour notre avenir énergétique, pour toutes les

décisions qui ne se prendront pas selon ce qu'elle croit être la bonne avenue. Moi, j'avais confiance en elle. Je me disais : Hydro-Québec est entre bonnes mains. Je l'avais ajoutée à mon spectacle depuis le mois d'août. Mon spectacle était fini avec elle, j'étais comme en paix », relate Christine Beaulieu.

Ce sentiment aura été de courte durée, ce qui place à présent la docuscénariste devant de grandes questions : est-ce qu'il faut ajouter un nouveau chapitre? Faudra-t-il suivre les développements de l'actualité énergétique à l'infini?

« Ça change tellement vite, le milieu de l'énergie, que je ne peux pas constamment m'ajuster à la vitesse de l'éclair », réfléchit-elle tout haut.

D'un autre côté, un tel projet porté pendant des années de recherche de recherche, de scénarisation et d'interprétation, c'est un

Entre le film *Frontières*, la comédie *L'œil du cyclone* et le départ de Sophie Brochu de la direction d'Hydro-Québec, Christine Beaulieu vit de multiples émotions.

— LE NOUVELLISTE,
OLIVIER CROTEAU

investissement personnel qu'on n'abandonne pas si facilement.

« C'est comme si *J'aime Hydro* était devenu une grosse, grosse, grosse introduction à tout ce qui se passe maintenant. Mais est-ce que cette introduction est encore pertinente à présenter? Tout me dit que oui... » indique la créatrice, qui constate toujours l'engouement du public en salle.

Confession publique: une plongée dans l'intime

CLAUDIA BLAIS-THOMPSON
cbthompson@ledroit.com

Confession publique est d'abord un «solo autobiographique qui n'a jamais vu le jour». Jusqu'à ce que l'interprète Angélique Willkie déclare son désir pour ce projet artistique. Aujourd'hui, elle est la muse de cette création.

Ce projet s'est construit «à quatre mains» celles de la chorégraphe Mélanie Demers et Angélique Willkie - qui creusent le dévoilement de soi «comme un geste poétique, une nécessité, une petite vanité». «Ces deux âmes soeurs créatrices» scrutent les mystères, les confidences et l'introspection à travers le concept de la performance-danse-théâtre.

Sur scène, Angélique Willkie plonge en elle «et en nous», explore les ambiguïtés et les paradoxes. Elle se raconte sans pudeur pour aborder le secret, le privé, le profond et le marécageux «en guise de rébellion contre le vulgaire débalage auquel nous sommes tous les jours confrontés».

La protagoniste ne peut échapper au regard. Dans ce récit personnel, «le corps se révèle autant, sinon plus, que les paroles». Ses anecdotes, ses déclarations, ses confidences forment la matière jusqu'à la rencontre de l'aveu.

«C'est dans ce duel où se côtoient l'intime et l'extime que nous nous immisçons, exprime Mélanie Demers. C'est dans cette craque que nous nous glissons pour observer nos travers, caresser nos cicatrices et contempler nos maux. Parce que ce sont dans nos fêlures, nos brisures, nos fissures que nous sommes les plus authentiques. Et la danse est le meilleur des plâtres pour recoller tous les morceaux.»

La compositrice, chanteuse et multi-instrumentiste, Frannie Holder (Random Recipe; Dear Criminels) ajoute à Confession publique une présence musicale en peignant «le paysage sonore».



La chorégraphe et metteuse en scène
Mélanie Demers — COURTOISIE

Avec Angélique Willkie, leurs voix «forment un alliage céleste qui traduit étrangement un discours mordant.»

Confession publique a d'abord été présenté à l'automne 2021 à Montréal. L'année suivante, le spectacle produit par la compagnie de

danse MAYDAY dirigée par Mélanie Demers a remporté le prix de la meilleure chorégraphe au Québec remis par le Conseil des arts et

des lettres du Québec.

Il sera présenté du 16 au 18 mars à la Nouvelle Scène Gilles Desjardins.

EN LIGNE ET EN PERSONNE

3^E EDITION

OTTAWA BLACK FILM FESTIVAL



Mars 24 | 26 2023

OttawaBlackFilm.com
#OBFF23

Créé par



Supporté par



Canadian Heritage



Patrimoine canadien





ONTARIO ARTS COUNCIL
CONSEIL DES ARTS DE L'ONTARIO
an Ontario government agency
un organisme du gouvernement de l'Ontario





FESTIVAL DE LA RADIO NUMÉRIQUE

«FAMILIAL ET DÉJANTÉ»

CLAUDIA BLAIS-THOMPSON

cbthompson@ledroit.com

Julien Morissette a l'impression que la prochaine édition du Festival de la radio numérique (FRN) sera «comme ce qu'on avait connu avec les premières années» de l'événement. C'est pourquoi le directeur artistique qualifie cette septième édition - qui se tiendra du 28 au 30 avril - de «familiale et déjantée».

«On dirait que c'est la première édition qu'on revient à pleine capacité, à plein régime, comme on l'avait fait lors des trois premières éditions, lance-t-il en entrevue avec *Le Droit*. C'est une bonne occasion pour nous de faire des événements à plus grand déploiement.»

L'aspect déjanté de la programmation, c'est l'offre variée en musique, en humour et le retour du gala de lutte, La grande querelle, précédé de l'enregistrement devant public d'un épisode de Les anti-pods de la lutte au Centre Aydelu, le samedi soir, poursuit Julien Morissette. Et pour la première fois, le FRN consacre une importante portion de sa programmation à la famille.

«Ça fait longtemps que le public et nos partenaires nous demandent

d'explorer cette avenue», confie le directeur artistique du FRN.

Le samedi de 10h à 15h, les petits et les grands pourront participer au Karaoké Passe-Partout, assister au spectacle d'improvisation Peut contenir des traces de blagues d'Anaïs Favron et «rivaliser en famille» avec Oh! Le mini quiz de Radio-Canada. Il y aura aussi une prestation d'Alexandre Courteau et de son personnage El Kapoutchi et une «performance d'illustration en direct» de Lotus et Cali.

L'équipe de Transistor Média a élaboré une programmation de balados rassembleurs, souligne Julien Morissette. Pour permettre non seulement aux créateurs de sortir de leur studio et aller à la rencontre du public, mais aussi pour créer un effet de proximité.

C'est l'une des raisons pour laquelle le FRN sera lancé le vendredi durant un 5 à 7 incluant une rencontre publique avec PH Cantin et Doum Plante de Sans Filtre Podcast.

«On aime les différentes formules, mais cette année on se dit que ce lien-là est super important surtout après quelques années où on a été limité dans nos sorties et nos façons d'aller à la rencontre des artistes. [...] On s'intéresse à la fois au grand public et à un public qui connaît bien le balado. On doit avoir une formule accordéon. J'ai toujours aimé ces deux pôles, j'aime ça naviguer entre les deux.»

LANCEMENTS

Comme une véritable plaque tournante pour l'industrie de la baladodiffusion dans la francophonie, le FRN aime dire qu'il offre des points de repère au public en attirant son attention sur un événement, notamment les lancements de séries.

«Ça crée un buzz et nous aussi on aime ça quand on lance des séries de créer des événements devant public, mais ce n'est pas donné à tout le monde. Les diffuseurs n'ont pas toujours les ressources pour faire un lancement dans une salle. On rassemble ça durant une fin de semaine lors du FRN, pour dire aux gens de tendre l'oreille vers ces nouveaux projets qui méritent d'être entendus.»

Parmi ces lancements, on compte les productions audio numériques Récite ton récit (Télé-Québec) et les gagnantes du concours Lance ton balado! (Salon du livre de l'Outaouais), le samedi au Cabaret La Basoche. La deuxième saison du balado D'où je viens: le rap d'ici, une production de Radio-Canada OHdio, sera aussi lancée en soirée.

Dimanche, Éloïse Demers-Pinard lancera 8e île, une science-fiction documentaire qui explore la possible existence d'une huitième île sur la Côte-Nord québécoise, un événement à ne pas manquer, selon Julien Morissette.

«On s'intéresse beaucoup au croisement des codes entre la fiction et le documentaire. À voir le succès de Hantées, je pense que 8e île est un projet qui va joindre un grand public.»

MONT RUSHMORE

Ce dernier s'installera à La Basoche dimanche matin aux côtés de Steven Boivin pour faire découvrir le pilote d'un nouveau projet de Transistor Média, Mont Rushmore. Cette nouvelle série, qui fait évidemment référence au sommet américain, tentera de déterminer qui sont les quatre grandes figures

d'un sujet qu'il soit politique, sportif ou culturel. Accompagné de deux experts, le tandem essaiera d'obtenir le consensus pour établir le panthéon du sujet abordé.

«Ça peut être le Mont Rushmore des figures politiques québécoises, des humoristes québécois, des grandes voix de la radio, des joueurs du Canadien de Montréal. On est quatre autour de la table et l'épisode du podcast va durer le nombre de temps que ça prend avant d'avoir le consensus sur c'est quoi le Mont Rushmore d'un sujet donné.»

Autre incontournable de FRN pour Julien Morissette, c'est la rencontre de deux balados sur scène, Tout le monde s'haït de Marylène Gendron et Sam Cyr et Poules Mouillées de Véronique Isabel Filion et Jessica Chartrand, samedi soir à La Basoche.

«J'ai hâte que le public de Gatineau puisse aller à la rencontre de ces humoristes parce que c'est la première fois qu'ils font leur balado devant public ici et j'ai hâte de voir comment la rencontre va se passer.»

Les festivités prendront véritablement leur envol à La Basoche avec l'enregistrement devant public du balado Couple ouvert de Thomas Levac et Stéphanie Vandelac et du spectacle Charles Beauchesne



Julien Morissette, du Festival de radio numérique. —LE DROIT,

ETIENNE RANGER

parle de Jack l'Éventreur pendant 60 minutes. Ce dernier clôturera le FRN dimanche en parlant cette fois de la peste noire.

Laïma Abouraja Gérald et Justin Roy du Club Sexu poursuivront leurs «conversations décomplexées» avec l'enregistrement de À quoi tu jouis? samedi soir, soirée qui se terminera au 5e Baron avec un spectacle de hip-hop de Connaisseur Ticaso.

Dimanche après-midi, le journaliste Dominic Tardif enregistrera un épisode de Deviens-tu c'que t'as voulu? On offrira également une carte blanche à Gabrielle Thouin.

Le FTN réserve quelques surprises d'ici le début de l'événement. «Certains invités seront annoncés dans les semaines précédant le festival pour certains balados pour relancer l'intérêt. On est encore en train d'attacher des ficelles parce qu'on reçoit beaucoup de messages de créateurs de balados qui veulent venir ici.»

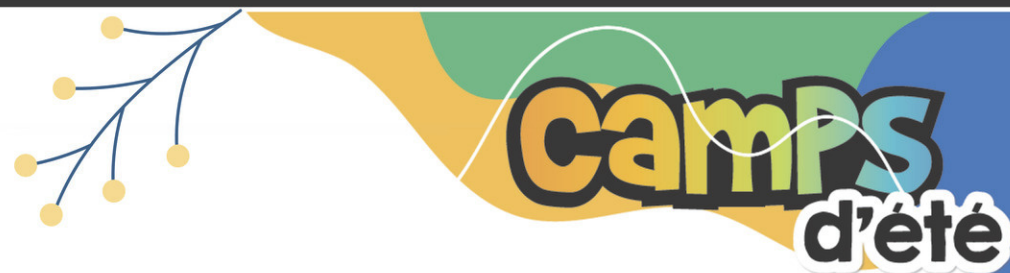
«On dirait que c'est la première édition qu'on revient à pleine capacité, à plein régime.»

— Julien Morissette

CAHIER PROMOTIONNEL

Camps d'été





Cet été, on lève le camp!

Croyez-le ou non, nous ne sommes plus qu'à une centaine de jours du début officiel de l'été. Pas question de s'ennuyer à la maison, surtout quand on dispose d'autant de choix d'activités dans la région! Que votre enfant soit sportif, intello ou artiste, il y a un camp pour lui ou elle avec des moniteurs prêts à les divertir tout en leur permettant de se dépasser!

Ce ne sont pas des paroles en l'air, mais bien les très sérieuses conclusions d'une étude réalisée pour le compte de l'Association des camps du Canada, selon laquelle « l'expérience du camp exerce une influence positive sur le développement et l'épanouissement des jeunes. » L'Université de Waterloo, en Ontario, a publié les résultats d'une recherche pancanadienne menée pendant cinq ans auprès de quelque 1300 enfants, de 4 à 18 ans.

Les 5 « plus »

L'étude conclut que la fréquentation d'un camp favorise une évolution positive dans cinq composantes clés du développement :

- 1 L'intégration sociale et la citoyenneté
- 2 La conscience environnementale
- 3 L'intérêt pour l'activité physique
- 4 L'intelligence émotionnelle
- 5 La confiance en soi et le développement personnel

Fréquenter un camp d'été, c'est apprendre à vivre avec les autres, la force du travail d'équipe et une carte blanche à la créativité. C'est ici que se forment les plus beaux souvenirs d'enfance et certainement des amitiés qui dureront toute une vie!

Abordable

Certains parents peuvent croire que l'expérience des camps n'est accessible qu'aux plus fortunés; ce n'est pas le cas.

En moyenne, le prix de base pour une semaine en camp certifié est d'environ 150\$ en camp de jour et de 450\$ en camp de vacances (les coûts peuvent varier d'un camp ou d'un séjour à l'autre). Considérez vos options: séjour plus ou moins long, camp de vacances ou camp de jour, camp spécialisé ou traditionnel.

Par ailleurs, de nombreux camps offrent divers programmes d'accessibilité financière aux familles à faible revenu. Ces programmes sont financés par les camps eux-mêmes ou par divers organismes comme le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, les CIUSSS, ou des fondations locales.

Alors, ouvrez nos pages sans tarder : c'est ici que l'été commence!

Source : camps.qc.ca



LES CAMPS D'ÉTÉ DE L'ARTISHOW

Un premier pas sous les projecteurs

Passions et talents se découvrent souvent pendant l'enfance. Cet été, encouragez votre enfant à développer sa fibre artistique avec les camps de l'Artishow! Une incursion dans le monde du théâtre musical qui permet aux jeunes de 5 à 17 ans d'expérimenter plusieurs facettes des arts de la scène.

Pendant deux semaines, les participants apprendront le chant, la danse et le théâtre. Le camp se termine avec la présentation d'un spectacle avec costume et maquillage. Le tout se fait dans une salle de diffusion professionnelle avec les équipements techniques requis tels que des micros-casques et les éclairages. Les spectacles

sont également enregistrés et distribués à la suite du camp.

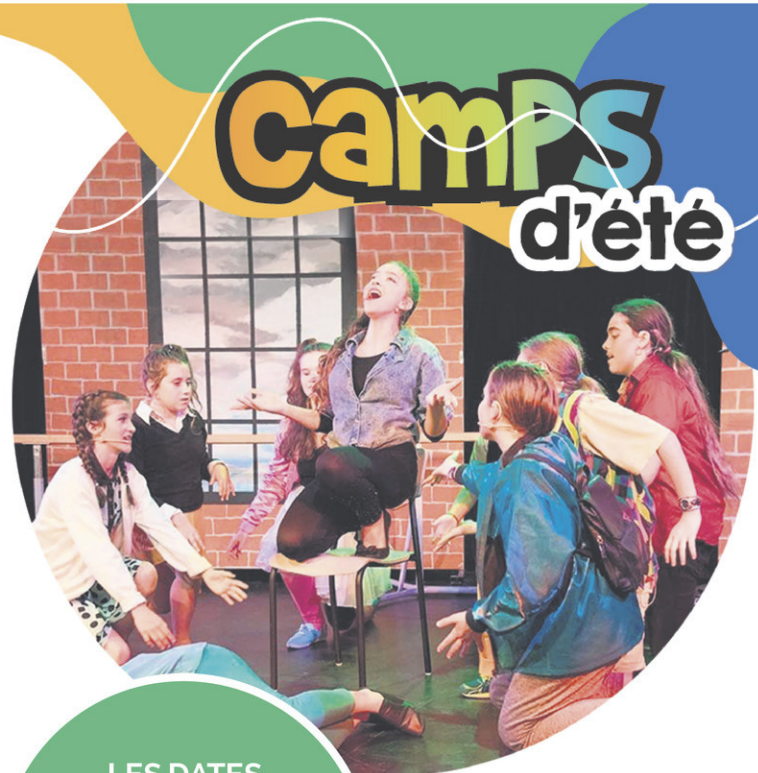
Groupes d'âge: 5 à 7 ans, 8 à 11 ans et 12 à 17 ans.

Au-delà de la scène

Ces formations s'avèrent révélatrices et débouchent sur une nouvelle passion. Mais au-delà de la scène, les jeunes qui passent sur

les planches de l'Artishow en retirent une plus grande aisance à se présenter en public, une confiance approfondie en eux-mêmes et un plus grand esprit d'équipe. Des outils qui leur seront utiles autant pour leur cheminement scolaire que lorsqu'ils se présenteront à leurs premières entrevues d'emploi.

L'Artishow est la seule école en théâtre musical de la province à être reconnue par le ministère de la Culture et des Communications du Québec. De plus, elle offre un programme Art-Études au secondaire, ce qui témoigne de la qualité de l'enseignement!



LES DATES

26 juin au 7 juillet
10 au 21 juillet
24 juillet au 4 août
7 au 18 août.

de 7 h 30 à 9 h et de 16 h à 17 h 30, pour tous les jeunes artistes participant au camp d'été.

? Pour les inscriptions ou pour obtenir de plus amples renseignements sur les camps de l'Artishow, visitez le site artishow.com et... place au théâtre!

Les camps se déroulent dans le secteur de Hull de 9 h à 16 h. Un service de garde est également offert gratuitement

L'ARTISHOW

DE LA COMÉDIE MUSICALE EN FORMULE...

CAMP D'ÉTÉ!

Camp de 2 semaines pour les 5-7ans, 8-11 ans et 12-17 ans.

artishow.com 819 595-2787

L'Artishow est la seule école spécialisée en théâtre musical au Québec à être soutenue financièrement pour la qualité de sa formation par le ministère de la Culture et des Communications du Québec.

Culture et Communications Québec

Ville de Gatineau
Arts, culture et lettres

L'Avant-première



ATELIER DE DANSE CAROLE BROUARD

De la danse, que de la danse!

L'Atelier de danse Carole Brouard est le seul camp d'été exclusivement dédié à la danse en Outaouais? En affaires depuis 45 ans, Carole Brouard propose un camp de jour offrant 30 heures de danse par semaine à ses participants!

Dès le 3 juillet et tout au long de la semaine, votre enfant apprendra à maîtriser la danse jazz, les claquettes, la comédie musicale, la danse lyrique, le hip-hop, la danse contemporaine, le ballet classique et la danse acrojazz, un mélange de gymnastique et de jazz.

À la fin de la semaine, votre enfant participera à un spectacle de danse auquel vous serez convié et qui vous permettra de constater les immenses progrès qu'il aura réalisés.

De bonnes raisons de danser

BOUGER. La danse est un sport complet et une forme d'exercice d'aérobic et peut aider les enfants en surpoids, puisqu'elle leur enseigne à respecter leur corps, devenu un instrument qui nécessite d'être entretenu correctement. Ceci encourage donc l'enfant à adopter de bonnes habitudes de vie!

AVOIR DE MEILLEURES NOTES À L'ÉCOLE.

Une étude du College Board a démontré que les étudiants qui suivaient des cours de danse avaient des résultats en mathématiques et en sciences plus élevés, et leur habileté en lecture et en raisonnement s'était grandement améliorée!

SE FAIRE DES AMIS.

Grâce à l'interaction continue avec les autres élèves, les enfants développent des compétences sociales essentielles qui seront aussi utiles à l'extérieur du cadre de la danse. En outre, les chorégraphies de groupe favorisent le travail en équipe, l'autodiscipline, la confiance et la coopération.

AVOIR UNE MEILLEURE ESTIME DE SOI.

En comprenant mieux leur corps et en étant mieux dans leur peau, les enfants qui pratiquent la danse développent aussi une meilleure estime de soi. Ils ont aussi, par le fait même, plus confiance en eux, ainsi qu'en leurs capacités.

? Vous pouvez vous inscrire dès maintenant ou obtenir de plus amples renseignements sur l'Atelier de danse Carole Brouard en visitant le site addcb.com, par courriel à atelierdedansecarolebrouard@videotron.ca, ou au 819.778.0820.

ADDCB

ATELIER DE DANSE CAROLE BROUARD

CAMPUS D'ÉTÉ

La danse, une passion à partager!

45^e anniversaire!
Voir nos promotions!

Camp de jour en danse pour les enfants de 5 à 12 ans!

Service de garde compris, de 7 h 30 à 16 h, du lundi au vendredi. Le coût: 255\$, taxes incluses pour la semaine.

INSCRIPTIONS DÈS MAINTENANT par téléphone ou à l'atelier pendant nos heures d'ouverture.

LES CAMPS SERONT EN JUILLET ET EN AOÛT.

- JAZZ - CLAQUETTES • BALLET • HOP HOP • LYRIQUE
- COMÉDIE MUSICALE • CAMP DE BALLET INTENSIF AVEC KIRILL CHOUR • ETC.

HULL
320, BOUL. SAINT-JOSEPH,
LOCAL 154
(ANCIENNEMENT SEARS
AU REZ-DE-CHAUSSÉE)
819 778-0820

www.addcb.com

f

LE CAMP DE JOUR DE L'UQO

On fait bouger les jeunes depuis plus de 15 ans

Créé en collaboration avec le Centre sportif de l'UQO, la clinique de kinésiologie et les étudiantes et étudiants en éducation et en psychoéducation de l'UQO, le camp mise sur l'activité physique et les sports, que ce soit la baignade, le soccer, les courses à obstacles, etc. La compétition est mise de côté dans le but d'amener les jeunes à faire preuve d'entraide et de dépassement de soi.

Tourbillon d'activités

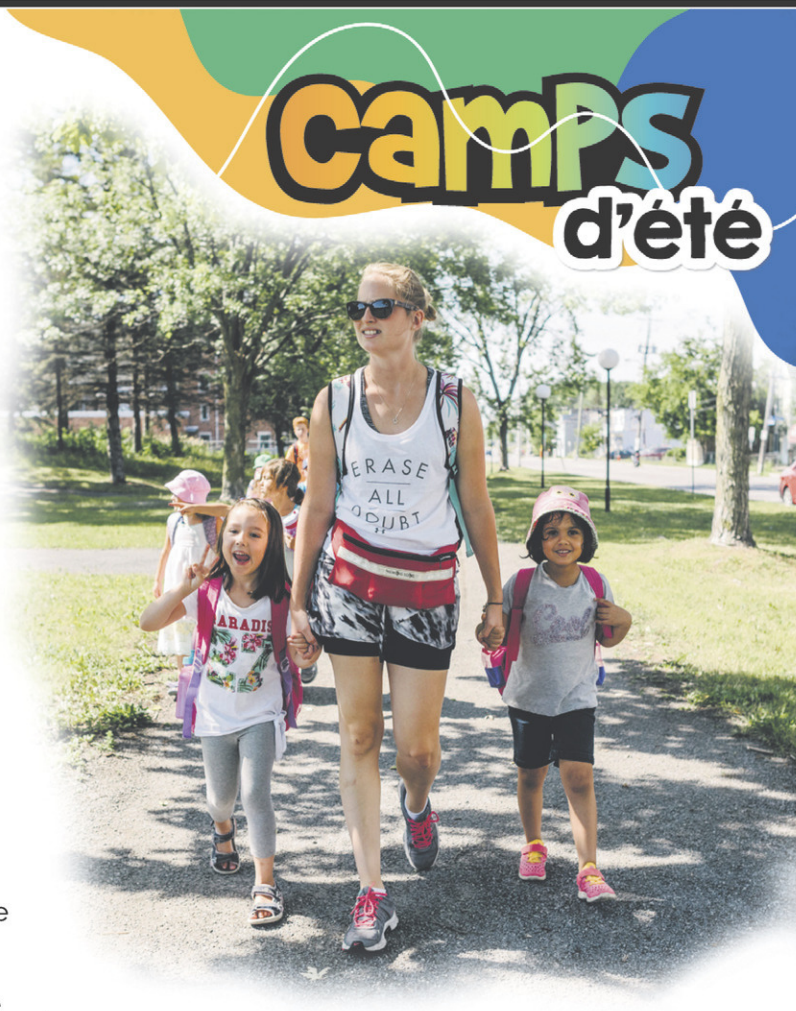
Les enfants ont accès à la piscine, la salle d'aérobic, la salle de performance, le terrain de soccer synthétique et les salles de classe climatisées de l'UQO. L'emplacement stratégique de l'université permet aussi un accès facile au parc Moussette et sa plage, ainsi que le parc St-Jean-Bosco et ses jeux d'eau.

L'activité physique et le sport sont les thèmes principaux qui y sont mis de l'avant, pour ainsi tenter de contrer les tendances sédentaires et la malbouffe qui tendent à prendre de plus en plus de place dans notre société et chez nos jeunes.

Bon à savoir

Accrédité par l'Association des camps du Québec, le camp est ouvert aux enfants

de 5 à 12 ans, il accueille en moyenne 130 enfants par semaine. Le camp se déroulera du 26 juin au 25 août 2023, de 9 h à 16 h, du lundi au vendredi. Un service de garde est disponible entre 7 h 30 et 9 h, et de 16 h à 17 h 30. Le camp de jour de l'UQO donne aussi l'occasion aux jeunes de 13 à 15 ans d'obtenir une expérience de travail en tant qu'aspirants moniteurs.



? Les parents pourront inscrire leurs enfants à partir du 20 février 2023 via le site web uqo.ca/camp, par téléphone au 819.595.2310 ou en personne au 283, boulevard Alexandre-Taché, porte 23.

CENTRE
SPORTIF
UQO



26/25
JUIN/AOÛT

Inscription dès
le 20 février

POUR LES
5 À 12 ANS

Sorties
Baignade
Jeux actifs
Sports collectifs
Ateliers de kinésiologie



À l'UQO, 283, boulevard Alexandre-Taché

uqo.ca/camp 819 595-2310



LES FOUINEUX – CAMPS DE JOUR POUR PETITS CURIEUX

Deux sites de camps de jour par Sportmax!

Petits curieux, grandes découvertes, immense plaisir! Les enfants âgés de 4 à 13 ans sont accueillis tout l'été aux camps de jour LES FOUINEUX, réservé aux petits curieux, à l'École secondaire Hormisdas-Gamelin (secteur Buckingham) et en formule bilingue à l'École Lord Aylmer (secteur Aylmer), accueillant à la fois les enfants francophones et anglophones.

Activités et découvertes!

Les Fouineux proposent aux enfants un programme varié d'activités sportives, récréatives et coopératives, jumelées à trois ateliers découvertes chaque semaine.

Ces ateliers permettent à tous les enfants d'explorer des domaines d'intérêt

appréciés et de réaliser des apprentissages. Chaque semaine, ils participent donc à des ateliers en cuisine, en science et en arts plastiques. De plus, les petits curieux sont plongés dans un univers thématique hebdomadaire avec intrigue, personnages et activités spéciales. De quoi avoir une semaine bien remplie!

En toute confiance

Une formule complète et sans compromis sur la qualité, voilà ce que Sportmax vous propose! Avec le service de garde inclus, des inscriptions flexibles à la semaine et la possibilité d'étaler les paiements, tout est en place pour un camp de jour des plus abordables.

Pour un été inoubliable, plusieurs aspects sont essentiels: une organisation solide, une équipe expérimentée, formée et bien encadrée, un environnement agréable et adapté aux enfants, du matériel de qualité et disponible en grande quantité et des encadrements sécuritaires. Avec Sportmax, tous

ces éléments sont au rendez-vous.

? Visitez le site Internet jaimemoncampdejour.ca et découvrez Les Fouineux – Camp de jour pour petit curieux! ...et pourquoi vos enfants auront envie de crier J'aime mon camp de jour!



Camps d'été



les
fouineux
SPORTMAX

Camp de jour pour petits curieux

Les Fouineux proposent aux enfants une ambiance de plaisir et un programme d'activités variées incluant des **ATELIERS DÉCOUVERTES** en science, en arts plastiques et en cuisine chaque semaine, pour tous les enfants.

2 SITES EN OUTAOUAIS :

- ♥ École Hormisdas-Gamelin - Buckingham
- ♥ École Lord Aylmer - Aylmer (programme bilingue)

jaimemoncampdejour.ca

Camps d'été

LES CAMPS DE JOUR SPORTMAX EN OUTAOUAIS

4 sites de camps spécialisés!

S'amuser en grand, apprendre un petit quelque chose! Grâce à ses camps de jour spécialisés aux campus Félix-Leclerc et Gabrielle-Roy du Cégep de l'Outaouais, au Complexe Branchaud-Brière et à l'École secondaire de l'île, Sportmax a de quoi combler tous les enfants!

Que vos enfants soient des passionnés de sport ou des arts, des curieux de nature ou des génies en herbe, ils ont l'embaras du choix!

Tout âge

Pour les 4-6 ans, différents camps proposent des concentrations sportive, artistique, scientifique et thématique, dont la nouveauté *Petits fantastique*.

Une variété de camps d'arts est également proposée, allant de la peinture à la sculpture en passant par l'artisanat, la santé, le cinéma, la danse et la magie.

Les petits génies pourront faire des expériences étonnantes dans le camp Éco-lab et Le choc des génies, ou encore

programmer des robots dans les camps Robolego 2.0 et Techno-robots. Les sportifs pratiqueront plus d'une douzaine de sports dans les camps sportifs ou participeront à des missions dans l'Escouade Nerf et les gourmets apprendront les rudiments de la cuisine grâce aux camps Culinair et La fabrique sucrée.

La tranquillité d'esprit

Avec Sportmax, les parents s'assurent d'offrir à leurs enfants un environnement sécuritaire, des installations professionnelles et une équipe d'animation passionnée et bien formée. La réputation de Sportmax repose sur une logistique solide: tout est réglé au quart

de tour pour la sécurité des enfants et avec la meilleure qualité possible. Vous aimerez la formule proposée, tout comme vos enfants!

Le rabais multi semaine permet d'étaler les paiements et réaliser jusqu'à 85% en économies d'impôt. Les camps de jour Sportmax

demeurent le meilleur rapport qualité prix sur le marché.



Visitez le site Internet jaimemoncampdejour.ca et découvrez pourquoi les camps de jour Sportmax sont les camps que tout le monde aime!

camps spécialisés

SPORTMAX

Les camps que tout le monde aime!

+ de 25 choix de camps spécialisés en sport, art, multimédia, cuisine, science et plus!

4 sites près de chez vous !

- ♥ Cégep de l'Outaouais - Campus Félix-Leclerc (secteur Gatineau)
- ♥ Cégep de l'Outaouais - Campus Gabrielle-Roy (secteur Hull)
- ♥ Complexe Branchaud-Brière Complexe (secteur Gatineau)
- ♥ École secondaire de l'Île (secteur Hull)

jaimemoncampdejour.ca



CAMP TECHNOLOGIE

Cet été, on se « petit-débrouille! »

Attention jeunes scientifiques en herbe! Vous cherchez à découvrir le monde fascinant de la science et de la technologie cet été? Joignez-vous aux camps Débrouillards organisés par Technoscience Outaouais. Cette année, on annonce le retour du Camp des boîtes à savon!



UN CAMP DE JOUR INOUBLIABLE À VIVRE AVEC LES DÉBROUILLARDS CET ÉTÉ!

LES DÉBROUILLARDS
ANIMATIONS SCIENTIFIQUES

Camp d'été : Du 26 juin au 18 août 2023
Camp Boîte-à-savon: 3 juillet au 18 août 2023

Illustrations: Jacques Goldsby

Inscription en ligne www.technoscienceoutaouais.ca

Le Camp d'été pour les jeunes de 5 à 12 ans se tiendra au Centre communautaire des Trembles du 26 juin au 18 août 2023; alors que pour les Boîte-à-Savon, ce sera au Centre communautaire Fontaine du 3 juillet au 18 août 2023. Ces deux emplacements sont situés dans le secteur Hull de la ville de Gatineau.

Boîtes à savon

Les jeunes de 7 à 12 ans, en groupes de 3, apprendront à assembler leur véhicule avant de mesurer leurs performances entre équipes. Prière de noter que les enfants inscrits pour les boîtes à savon doivent respecter les critères suivants: une taille de 1,60 m maximum et un poids n'excédant pas 55 kg.

Inscription

Alors, qu'attendez-vous? Devenez un véritable Débrouillard et inscrivez-

vous à nos camps dès aujourd'hui!

C'est dans l'air du temps et Technoscience Outaouais a modernisé son système d'inscription et de paiement vers la plate-forme « Qidigo » en 2022. Malheureusement, il n'est pas possible de s'inscrire sur une liste d'attente pour le moment.

Tarif sans service de garde: 250\$ par semaine et avec service de garde, 300\$ par semaine, incluant des frais d'inscription de 50\$ non remboursables dans les deux cas.

Un rabais de 5% est accordé lorsqu'un 2^e enfant par famille s'inscrit lors d'une semaine donnée.

Pour trois enfants, le rabais est de 10%. Si un enfant est inscrit pour plus d'une semaine, il y a un rabais additionnel de 5%.

Un événement par



Un programme du



Grand partenaire



Il y a les camps de vacances; et il y a les camps des Débrouillards! Nous vous invitons à visiter notre site technoscienceoutaouais.com pour plus de détails.

CÉGEP DE L'OUTAOUAIS

Saisis le ballon au vol!

L'équipe sportive du Cégep de l'Outaouais, les Griffons, est fière d'offrir pour l'été 2023 trois camps de jour sportifs en badminton, basketball et volleyball ouverts aux filles et garçons de 8 à 17 ans.

Ces camps permettront à la relève sportive de perfectionner diverses habiletés techniques, de développer son sens du jeu et d'améliorer ses qualités motrices dans un environnement stimulant et motivant. Chaque participant pourra bénéficier des installations de haute qualité des Griffons ainsi que de l'expérience d'athlètes chevronnés du milieu collégial.

Valeurs...mythiques

Fidèle au projet éducatif

du Cégep, le programme des Griffons est basé sur les valeurs du respect, de l'engagement, de la rigueur et de la persévérance. Les entraînements seront donnés véhiculant ces valeurs, ce qui permettra au participant de les développer davantage.

Depuis 1977, les équipes de sport intercollégial du Cégep de l'Outaouais portent le nom des Griffons, qui représente bien l'image associée au programme: « Animal mythique, le Griffon

est un oiseau fabuleux, à la tête et aux ailes puissantes de l'aigle (Roi des airs) et au corps de lion (Roi des animaux). L'aigle symbolise la part divine des dieux et le lion leur part humaine. Il relie la puissance prodigieuse et la majesté du lion à l'énergie céleste de l'aigle ».

Valeur ajoutée

Le programme compte près de 300 étudiants-athlètes, une quarantaine d'entraîneurs et intervenants chevronnés, des installations de qualité et 13 disciplines.



Camps d'été



Chaque athlète est encadré dans le but de développer son plein potentiel, dans le sport comme dans la société.

Ces camps constituent une superbe valeur ajoutée pour le programme sportif

des Griffons du Cégep de l'Outaouais puisqu'ils permettent à celui-ci de s'impliquer dans sa communauté tout en en faisant valoir l'expertise de ses entraîneurs et de ses athlètes.



Ne manquez pas votre chance. Les inscriptions débutent le 13 mars! Inscriptions au griffons.cegepoutaouais.qc.ca.



BADMINTON
VOLLEYBALL
BASKETBALL

CAMPS DE JOUR GRIFFONS

POUR SE
PERFECTIONNER
OU S'INITIER

ENTRAÎNEURS D'ÉLITE
8* À 15 ANS

*VOLLEYBALL DÈS L'ÂGE DE 10 ANS
WWW.GRIFFONS.CEGEPOUTAOUAIS.QC.CA

CONSERVATOIRE DE MUSIQUE DE GATINEAU

Sais-tu chanter?

Le camp d'été musical du Conservatoire de musique de Gatineau est la porte d'entrée d'un monde fascinant à découvrir. Pour sa deuxième année, le camp musical revient et élargit son programme de chant choral pour y inclure l'initiation aux instruments d'harmonie d'un grand orchestre!

Pendant une ou deux semaines au choix, le jeune participant apprendra les techniques de base du chant choral en puisant dans un répertoire allant du classique à la musique du monde, en passant par le traditionnel et le folk.

Pour tous

« Imaginez un camp sportif pour développer un futur athlète professionnel », indique Johanne Couture, professeure au Conservatoire et

responsable du camp. « Le camp suit le même principe, mais sur la scène musicale. Peu importe qu'on ait de l'expérience ou non, tous sont les bienvenus! »

Devant le succès de la première édition l'an dernier, le camp d'été revient cette année en ajoutant une deuxième semaine et en offrant un survol des instruments d'orchestre que sont le hautbois, le basson et autres instruments à vent. « Le camp se termine

par un mini concert où les participants interpréteront quatre ou cinq chants choraux et deux ou trois pièces instrumentales », souligne Mme Couture.

Places limitées!

Chacune des deux semaines du camp offrira une programmation distincte et l'enfant peut s'inscrire à l'une, l'autre ou les deux semaines. Le nombre de participants est limité à 40 par semaine; il ne faut donc pas tarder à s'inscrire.



Camps d'été



JOHANNE
COUTURE

L'encadrement est assuré par des musiciens professionnels qui ont à cœur de transmettre aux jeunes leur amour de la belle musique. Le camp se tiendra du 7 au 11 août, et du 8 au 14 août, de 9 heures

à midi. Il permettra aux musiciens et chanteurs en herbe de se familiariser avec le Conservatoire et, qui sait, d'envisager des études de haut niveau en musique!



Renseignements et inscription:
petitchoeurconservatoire@gmail.com.

CONSERVATOIRE

Conservatoire
de musique
de Gatineau

Tu aimes CHANTER?

CAMP D'ÉTÉ AU CONSERVATOIRE

Pour les jeunes de 8 à 14 ans

Du 7 au 11 août et du 14 au 18 août, de 9 h à 12 h.
(Possibilité de faire les deux semaines)

Chant choral, jeux musicaux et initiation
aux instruments d'harmonie.

Informez-vous à
petitchoeurconservatoire@gmail.com

[conservatoire.
gouv.qc.ca](http://conservatoire.gouv.qc.ca)

STUDIO
COÏNCIDANSE



Camp de danse

Filles et garçons *5 à 12 ans

- * Cours de jazz et hip hop tous les jours
- * Sortie au Lac Leamy chaque semaine
- * Activités en lien avec la thématique de la semaine (Harry Potter, Tik tok, Encanto, etc.)

Service de garde inclus

Tous les détails sur notre site web



819.771.7498

studiocoincidanse.com



Camps d'été

Comment bien choisir son camp?

Ce sera bientôt le temps des inscriptions aux camps de jour et aux camps de vacances et, comme chaque année, vous vous demandez sûrement comment choisir le meilleur camp pour votre enfant, tout en tenant compte de ses goûts et préférences.

Comme il existe une grande variété de camps qui offrent chacun un panoplie d'activités et de programmes différents, il est tout à fait normal qu'un choix s'avère difficile à faire. L'Association des camps du Québec vous propose quelques outils qui vous faciliteront la tâche.

Besoins et attentes

Que souhaitez-vous offrir comme expérience à votre enfant? Une initiation aux joies du plein air? Des loisirs dans votre quartier? Privilégiez-vous plutôt la vie de groupe ou les apprentissages? Votre enfant préfère-t-il rentrer à la maison le soir?

Discutez avec votre enfant pour préciser ses attentes et ses champs d'intérêt. Canot ou théâtre? Équitation ou camping? Ou tout à la fois? Cette démarche vous permettra sans doute de trancher entre le camp spécialisé et le camp traditionnel ou touche-à-tout.

Soyez prêt à faire des compromis. Il existe sûrement un camp d'équitation dans un environnement anglophone, par exemple.

Détails techniques

1 Dates et durée du séjour: La plupart des séjours sont d'une ou deux semaines. Quelques camps en offrent des mini-séjours pour les 6 ans et moins ou encore des séjours plus longs pour les ados.

2 Établissez votre budget. Notez que plusieurs camps offrent un programme d'accessibilité financière pour les familles à faible revenu.

3 Lieu du séjour: à proximité ou dans une région éloignée?

4 Type d'hébergement: dortoir, chalet, tente, hutte...

5 Particularités de votre enfant: asthme, allergies alimentaires graves, déficience physique ou intellectuelle?

Recherche

Faites une première sélection de 3 à 5 camps qui intéressent votre enfant et vous.

Compléments d'information

Visitez les sites Internet des camps retenus avec votre enfant. Les photos et les témoignages devraient vous en dire plus sur l'atmosphère de chaque camp.

Au besoin, téléphonez au camp si vous avez des questions supplémentaires. Informez-vous des règles du camp: contacts parents-enfants pendant le séjour, nombre d'heures par jour consacrées aux activités spécialisées, site de baignade, type d'alimentation, possibilités de transport pour se rendre au camp, etc.

Visitez les camps durant les journées portes ouvertes ou prenez rendez-vous. C'est l'occasion parfaite pour se familiariser avec les lieux et le personnel du camp. Profitez-en pour visiter la région!

Heure du choix

À l'étape de la décision, voici d'autres éléments à considérer: références de parents, d'amis ou de collègues, renommée ou réputation du camp, dimensions du camp convenant le mieux à votre enfant, réponses de la direction des camps à vos questions en fonction de vos valeurs et de vos croyances, etc.

Vous avez décidé? Réservez une place au plus vite si des dates en particulier vous intéressent. Bien souvent, ces mêmes dates seront convoitées par plusieurs autres parents!

Source: Association des camps du Québec



Camps d'été

ACADÉMIE DE DANSE DE L'OUTAOUAIS

Je danse mon été!



JE DANSE

Camp d'été 2023

5 À 7 ANS
Danse en danse
• 14 au 18 août et 21 au 25 août
220\$ par semaine

8 À 12 ANS
Stage intensif
• 3 au 14 juillet
450\$ par semaine

12 ANS ET PLUS
Galerie danse et Troupe de danse

Galerie de danse	Troupe de danse
• 17 juillet au 4 août 840\$ pour 3 semaines	• 7 au 11 août 300\$ pour 1 semaine

académie de **Danse** de l'outaouais

INCRIS-TOI EN LIGNE MAINTENANT !

Le Camp d'été qui danse de l'Académie de danse de l'Outaouais présente une programmation estivale pour bouger en s'amusant!

Du 14 au 18 août et du 21 au 25 août, *Danse en danse* propose aux jeunes âgés de 5 à 7 ans un éveil à la danse. Espace, rythme, chansons et théâtralité sont au rendez-vous de la découverte!

Du 3 juillet au 14 juillet, le *Stage intensif* offre aux 8 à 12 ans une expérience variée en danse classique indienne, danse créative, danse folklorique et danse trapèze. Une occasion sans pareil pour explorer différents styles d'expression!

Du 17 juillet au 4 août, *La Galerie danse* est un entraînement en danse classique et en danse moderne, des ateliers en création, du travail personnel en studio et un spectacle « vernissage » devant public. La Galerie danse offre aux 12 à 17 ans une expérience pratique pour découvrir l'expression, la création et mettre ainsi en valeur son potentiel.

Du 7 au 11 août, *La Troupe de danse estivale*, complémentaire à la Galerie danse, offre aux 12 à 17 ans une expérience de scène unique. Ces projets novateurs permettent un riche partage de connaissances entre élèves et maîtres. Inscription dès maintenant. Le nombre de places par programme est limité. Les activités ont lieu dans les locaux de l'Académie de danse de l'Outaouais. Les activités de production sont prévues se tenir à la salle Jean-Després.

Le « Camp d'été qui danse » est organisé par l'Académie de danse de l'Outaouais et bénéficie de l'aide du ministère de la Culture, des Communications et la Ville de Gatineau.

? Pour plus d'information:
819.243.1726 /
jedanse.ca

CAMP MUSICAL DE L'OUTAOUAIS

Un séjour musical enchanteur!

Le *Camp musical de l'Outaouais* offre aux participants l'occasion de s'initier ou de se perfectionner dans l'apprentissage d'un instrument et de vivre une expérience enrichissante à travers une gamme d'activités musicales dans un milieu culturel enchanteur!

Il offre également aux jeunes l'occasion de faire de la musique d'ensemble pendant la saison estivale. Le camp se déroule dans les locaux modernes de l'École de Musique de l'Outaouais, située à la Maison de la culture de Gatineau.

Apprentissages variés

Le programme *Ateliers instrumentaux* est organisé en sessions de deux semaines s'échelonnant du 26 juin au 4 août. Les disciplines offertes sont la flûte à bec, la flûte traversière, la guitare, la percussion, le piano et le violon. D'autres disciplines peuvent s'ajouter selon la demande et la disponibilité.

Informez-vous sur nos rabais applicables à chaque session supplémentaire ajoutée.

Pour s'inscrire

L'inscription se fait par la poste ou en personne à l'ÉMOI, au 855, boulevard de la Gappe, dans le secteur Gatineau (Maison de la culture). Le formulaire d'inscription est disponible au secrétariat ou sur le site internet de l'ÉMOI.

Un service de garde sans frais est offert à partir de 7 h 30 et à la fin de la journée jusqu'à 17 h 00. Le camp est une initiative de l'École de Musique de l'Outaouais, en collaboration avec le ministère de la Culture et des Communications du Québec et la ville de Gatineau.



❓ Pour plus d'information, composez le 819-777-8021 ou visitez le site ecoledemusiqueoutaouais.qc.ca.

Camps d'été



Le
CAMP MUSICAL de l'OUTAOUAIS

PROGRAMME OFFERT

Ateliers instrumentaux et ensembles

pour les jeunes de 6 à 15 ans

DATES DES SESSIONS

du 26 juin au 7 juillet
du 10 au 21 juillet
du 24 juillet au 4 août

RENSEIGNEMENTS

819-777-8021

LIEU D'INSCRIPTION ET DES ACTIVITÉS

ÉMOI (Maison de la culture de Gatineau, 3e étage)
855, boul. de la Gappe, Gatineau

ÉTÉ 2023



Québec



Ville de Gatineau

Depuis 50 ans



Quoi de mieux qu'un été au FC Gatineau?

Les vacances avec les enfants à la maison, c'est bien, mais deux mois d'été, c'est long. Les parents réfléchissent à des idées d'activités stimulantes pour occuper les plus jeunes et les enfants se réjouissent d'un été amusant entre copains. Alors quoi de mieux qu'une, deux ou plusieurs semaines de camp ou stage au FC Gatineau pour développer son talent de soccer?

Du 26 juin au 25 août, des animateurs qualifiés proposent diverses activités adaptées à tous. Du soccer aux ateliers créatifs, en passant par des sorties de découverte, le club allie sport, créativité et amusement pour un été inoubliable.

Inscrivez vos enfants dès aujourd'hui afin qu'ils bénéficient de tous les

avantages des camps d'été.

Stimulant

« Fréquenter un camp a de nombreux impacts positifs sur le développement des enfants; plusieurs études le confirment », note Éric Beauchemin, directeur général de l'Association des camps du Québec (ACQ). « Non seulement les camps permettent aux jeunes de développer leurs habiletés

sociales et leur intelligence émotionnelle, mais ils éveillent aussi leur intérêt pour l'activité physique », ajoute-t-il.

Des milieux diversifiés On retrouve au Québec une grande diversité de camps de jour offrant des programmes axés sur le plein air, le sport, l'art, la nature ou d'autres disciplines plus spécialisées comme

les arts du cirque ou l'équitation.

À travers une variété d'activités, les camps permettent aux jeunes de développer leur confiance en soi, leur autonomie et leur capacité à entrer en communication avec autrui. Il va sans dire que l'expérience au camp offre aussi des souvenirs mémorables aux jeunes.

De plus, au FC Gatineau, les camps se déroulent principalement à l'extérieur afin d'offrir une expérience unique en pleine nature.

? Votre enfant a entre 5 et 12 ans? Offrez-lui une expérience de campeur riche et mémorable au FC Gatineau! Informations: fcgatineau.ca.

Un été mémorable au FC Gatineau

5 à 8 ans

9 à 12 ans

220\$/Semaine

DU 26 JUIN AU 25 AOÛT

9h - 16h (Garde: 7h30 - 17h30 pour 25\$)

Centre communautaire des Hautes-Plaines
479 Boulevard des Hautes-Plaines

Visitez www.fcgatineau.ca

info@fcgatineau.ca 819-775-3155

Logos: CANADA RECONNAISSANCE DE CLUB, SOCCER QUÉBEC, FC GATINEAU

NIVEAU 2 • QUÉBEC • PROVINCIAL

EN PLEIN ART

Camp de jour artistique bilingue
3 juillet
au 25 août 2023

6-12 ans

APPRENDRE À CRÉER EN S'AMUSANT!

Coûts/semaine
1^{er} enfant 295 \$ (+ taxes)
Enfants ou semaines supp. 270 \$ (+ taxes)

Contactez-nous
à info@limagier.qc.ca
ou au 819 684-1445
Centre d'exposition L'Imagier
9 rue Front, Gatineau, QC, J9H 4W8
www.limagier.qc.ca

L'Imagier



ALTITUDE GYM

Quand le plaisir grimpe

Votre enfant a de l'énergie à revendre? Cet été, n'attendez plus! Faites-lui vivre l'expérience du Camp Altitude, un camp de jour spécialisé en escalade!

Que ce soit en apprenant les fondements de l'escalade de bloc, en gravissant nos parois d'escalade sur cordes ou encore sur nos murs thématiques, chaque jour, votre enfant aura la chance d'en découvrir toujours plus sur le merveilleux monde de l'escalade!

L'horaire de la semaine est ponctué de différents ateliers d'apprentissage et de jeux encadrés permettant à votre enfant d'apprendre entre autres les nœuds de cordes, les techniques de grimpe, les différents types de prises, etc.

On s'amuse

Bien sûr, le tout est entrecoupé de plusieurs périodes de jeux animés par notre équipe passionnée, toujours guidé par une thématique farfelue chaque semaine! Amuser votre enfant et s'assurer qu'il se souvienne longtemps de sa semaine au Camp Altitude est LA priorité de nos animateurs.

Fièrement certifié par l'Association des camps du Québec (ACQ), notre camp de jour s'assure de respecter rigoureusement toutes les recommandations

en santé et sécurité. Notre équipe est formée sur plusieurs semaines que ce soit en techniques d'animation, d'encadrement, en intervention, en premiers soins, en techniques d'enseignement de l'escalade, et plus encore! Le Camp Altitude est la référence en termes de respect des normes de sécurité et mesures sanitaires.

Va jouer dehors!

Bien que nos installations soient intérieures, les périodes de repas et de jeux se déroulent pour la majorité à

l'extérieur pour profiter au maximum du beau temps estival. Nos deux centres sont situés tout près de grands parcs à distance de marche permettant les grands jeux de groupes et l'accès à des structures de jeux d'eau. Au Camp Altitude, ce sont des heures de plaisir,

de fous rires, de dépassement personnel et de nouveaux défis qui attendent votre enfant!



Camps d'été



Informations au altitudegym.ca, par courriel ou par téléphone aucampdejour@altitudegym.ca ou au 819.205.0959 pour le centre de Gatineau et au summercamp@altitudegym.ca, ou 613.903.5989 pour le centre de Kanata.

camp ALTI TUDE

27 JUIN AU 25 AOÛT

6 À 17 ANS

GATINEAU &
KANATA

SERVICE DE
GARDE
ET DE BOÎTE
À LUNCH

5
DIFFÉRENTS
PROGRAMMES

INSCRIPTION
EN LIGNE



ALTITUDEGYM



Apprivoiser son camp

La plupart des enfants se font une joie d'aller au camp, qu'il soit de jour ou de vacances. Peut-être que pour toi, l'idée d'être loin de la famille dans un milieu nouveau peut t'inquiéter. Rassure-toi: le but numéro un du camp est de T'AMUSER, et les responsables sont là pour s'assurer que tu le fasses en toute sécurité. À quoi dois-tu t'attendre?

Camp de jour

- ✦ Souvent, la journée commence par un grand rassemblement. On chante, on rigole et on annonce le programme de la journée.
- ✦ Tu feras ensuite tout plein de jeux et d'activités avec ton groupe et ton animateur: sport, bricolage, baignade, jeux et plus encore! Parfois, il y a aussi de grands jeux avec d'autres groupes!
- ✦ Plusieurs camps font au moins une sortie par semaine. Tu auras l'occasion de visiter toutes sortes d'endroits super, dans ta ville ou dans les environs!
- ✦ Tu dîneras au camp de jour. Amène un lunch froid, et n'oublie pas tes collations!
- ✦ Tous les employés du camp sont formés en premiers soins. Ton animateur s'occupera donc bien de toi si tu te fais mal ou si tu ne te sens pas bien.
- ✦ Comme tu retournes chez toi tous les soirs après le camp de jour, tu dormiras dans ton lit.

Camp de vacances

- ✦ Le jour de ton arrivée au camp, tu rencontreras tes animateurs et ton groupe. Toutes sortes d'activités sont prévues pour que tu apprennes rapidement à mieux les connaître! Tu pourras aussi t'installer et visiter le camp.

- ✦ Au camp, pas le temps de s'ennuyer! Activités en plein air, grands jeux, baignade: une panoplie d'activités t'attend!
- ✦ Chaque camp a ses traditions. Selon ton camp, tu pourras donc participer à des spectacles, soirées thématiques, nuits de camping, excursions, danses...et bien d'autres surprises!
- ✦ Tous les repas et collations sont servis par le camp. Tu mangeras donc à la cafétéria. Certains repas peuvent aussi être pris en pique-nique ou autour du feu de camp!
- ✦ Tous les animateurs sont formés en premiers soins et s'occuperont de toi si tu te fais mal ou si tu ne te sens pas bien. Pour les plus gros bobos, il y a habituellement une infirmerie sur place.
- ✦ Au camp, tu dormiras avec des jeunes de ton groupe dans un dortoir, une chambre ou une tente. Garçons et filles sont séparés et un animateur passe toujours la nuit avec vous.

Tu peux aussi visiter le camp avant les vacances pour te faire une meilleure idée. C'est l'occasion parfaite de poser toutes tes questions aux personnes qui t'accueilleront. Alors, vas-y!

Source: campsquebec.com



ROMANE BLADOU

L'Atlantique Nord en quatre lieux

DANIEL CÔTÉ
Le Quotidien

Terre-Neuve. L'Écosse. L'Islande. La Bretagne. Quatre lieux qui ont en commun d'avoir accueilli Romane Bladou dans les dernières années et de figurer dans son premier ouvrage de fiction, *Atlantique Nord*. Publié par la Peuplade, qui l'a mis en marché le 7 mars, il ouvre une fenêtre sur des vies battues par les forts vents venus de l'océan tout proche, tantôt solitaires et tantôt solidaires. Des vies qui ressemblent un peu à celle de l'autrice.

Originnaire de la Provence, elle est arrivée au Québec à l'âge de 14 ans. A vécu une nouvelle migration à Vancouver, laquelle prendra fin prochainement, puisque cette créatrice en arts visuels, spécialisée en photographie, emménagera bientôt en France pour se rapprocher de sa famille.

À travers ce parcours déjà riche en ailleurs se sont glissés de nombreux séjours à l'étranger, dont un, en Islande, qui l'a poussée à explorer un art différent : l'écriture.

« Mon projet photographique était centré sur les impressions solaires, mais je n'ai pas pu le réaliser parce qu'il n'y avait pas de soleil. J'ai donc commencé à prendre des notes à propos des choses que je ne pouvais pas photographier. Ça commencé par de petites images, une sorte de journal personnel. Ce n'était pas fait avec l'idée de produire un livre, mais à un moment donné, j'ai intégré des personnages », relate Romane Bladou.

La première histoire dans *Atlantique Nord*, intitulée *Camille*, est née dans ce contexte. Ayant séjourné à Terre-Neuve l'année précédente, la jeune femme a imaginé un personnage caractérisé par son désir de changer d'air.

« Camille représente différentes personnes, dont moi. Elle travaille dans un café, comme c'était le cas à Montréal, et se sent isolée. Elle s'ennuie et, comme l'océan prend beaucoup de place là où elle est installée, ça lui évite de se perdre dans ses pensées. »

L'Océan comme terrain de jeux

Son premier réflexe fut de croire que ce projet d'écriture se résumerait à cette histoire. Or, un autre texte a vu le jour, découlant de ses deux étés passés à Oban. Après l'automne terre-neuvien, la voici qui abordait l'hiver écossais,



Romane Bladou étant une écrivaine au long cours, c'est dans quatre pays que se déploient les histoires contenues dans son premier livre, intitulé *Atlantique Nord*. — PHOTO LA PEUPLADE

dans un village de l'île de Mull. Une femme de même que son père et son petit garçon y posent un regard différent sur la mer.

« Elle est vue comme un lieu

ludique, avec plein de ressources à partager, dont les marées, note l'écrivaine. J'ai eu envie d'inclure cet enfant afin de montrer que l'océan peut constituer un terrain

de jeux. »

L'ennui s'installe malgré tout. C'est pourquoi la mère organise une fête à laquelle participent des gens venus parfois de loin. Son conjoint, qui travaille en mer, est également attendu, mais si le corps est là, son esprit est ailleurs.

« La mère réalise alors que le lien entre eux n'est plus le même », laisse entendre Romane Bladou, dont la prochaine destination, l'Islande, met en scène un couple plus jeune, mais tout aussi fragile.

En deuil de son frère, qui a péri en mer, Lou est parti là-bas dans l'espoir de trouver le corps, tout en menant des travaux de recherche. Il souhaitait également s'isoler de sa conjointe, Marine, qui lui envoie des lettres auxquelles il ne répond pas.

« Comme il est juste dans sa tête, les lettres sont la dernière chose qui le retient à la vie, mentionne l'autrice. J'explore ainsi l'idée de la mer associée à la mort, dans une région où il fait froid, même au printemps, où le vent souffle tellement fort. »

LOMPES EN COUVERTURE

Marine, justement, est le seul personnage qui habite deux histoires, puisqu'on la retrouve dans la dernière, intitulée *Célia*. De retour en Bretagne pour se remonter le moral, elle retrouve sa sœur cadette, âgée de 16 ans, qui se pose plein de questions sur son avenir et, partant, sur elle-même.

Vue de l'extérieur, Célia paraît lymphatique. Ce n'est pas non plus une volubile et, même si sa sœur partage ce trait de caractère, on sent que, peu à peu, leur cohabitation les amène à sortir de leur coquille.

« J'aurais trouvé peu réaliste de tracer un lien entre tous les personnages figurant dans le livre », indique Romane Bladou. Elle a cependant fait une exception pour cette histoire, tout en se demandant si les lecteurs jugeraient que la présence de ses quatre textes sous une même couverture, avec un océan comme trait d'union, paraîtrait incongrue. On imagine donc sa surprise le jour où l'équipe de la Peuplade a exprimé le désir de travailler sur son manuscrit.

« Comme je l'avais envoyé sans grand espoir, j'ai été à la fois étonnée et contente. J'ai l'impression que, dès le début, ils ont compris ce que je voulais dire », estime Romane Bladou, qui en veut pour preuve la présence de plusieurs lompes sur la couverture. Ce poisson mentionné dans toutes les histoires, connu principalement pour ses œufs (le caviar du pauvre), n'est

« Ça commencé par de petites images, une sorte de journal personnel. Ce n'était pas fait avec l'idée de produire un livre, mais à un moment donné, j'ai intégré des personnages. »

— Romane Bladou

pas le plus joli, mais l'illustratrice Mariery Young l'a toutefois *pimpé* avec succès.

« J'aimais l'idée de la ventouse sur son ventre, qui l'aide à s'accrocher aux fonds marins, confie l'autrice. C'est une métaphore qui s'applique à mes personnages. Ils essaient de ne pas dériver. »

ROMANE BLADOU *Atlantique Nord*

ROMAN
La Peuplade
264 pages



JONATHAN B. ROY

PÉDALER VERS LE MONDE

PHILIPPE CHABOT
Le Soleil

QUÉBEC — Des dizaines de milliers de kilomètres à vélo entre déserts, mers et montagnes, sur des chemins de terre ou sur des accotements d'autoroutes bondées : Jonathan B. Roy ne parcourt pas le monde pour prendre de belles photos ou fracasser des records physiques, mais pour aller à la rencontre des gens, tout simplement.

Jonathan B. Roy était sur la route en vélo depuis un an lorsqu'il s'est fait offrir, par pur hasard, un emploi de juriste dans la capitale de la Malaisie, Kuala Lumpur. Il venait de pédaler la moitié du globe, un parcours 18 000 kilomètres en 14 mois; cette opportunité lui permettrait de reprendre son souffle.

Ce n'était toutefois pas la fin de ses aventures.

Alors qu'il écrivait le premier tome des *Histoires à dormir dehors*, il a replongé dans son périple. Chapitre après chapitre, il revivait son parcours avec un brin de nostalgie. « J'ai donc décidé de faire un petit voyage de vélo en Malaisie et, après quelques coups de pédale, je n'étais même pas encore sorti de la

ville que j'étais déjà excité à l'idée de recommencer cette vie-là. »

Il s'est alors lancé dans un nouveau périple à vélo, de 20 000 kilomètres cette fois. De la Malaisie jusqu'à Singapour, où il emprunte un cargo qui le transporte en Asie de l'Est pour finalement terminer son parcours dans la chaleur de l'Amérique du Sud.

Il documente cette expérience dans son nouvel opus, *Histoires à dormir dehors 2*. C'est un livre de vélo qui ne parle pratiquement pas de vélo. « Si j'avais voyagé en autobus, j'aurais peut-être parlé quelque peu de mes transports, mais ça n'aurait pas été le point focal du livre. J'aborde plutôt mes rencontres avec les gens », explique M. Roy. Son bouquin est d'ailleurs disponible en librairie.

PLUS FACILE DE VOYAGER EN VÉLO

Jonathan B. Roy préfère voyager en vélo pour sa simplicité. Il est complètement indépendant, sa bécane porte sa maison. Il n'a jamais le besoin de trouver un hôtel ou de coordonner ses transports. Il n'est pas obligé de suivre un chemin en particulier, tant qu'il se dirige dans la bonne direction.

Le vélo est aussi un bon moyen



Le cycliste avance dans la Carretera Austral à l'ombre des glaciers. — PHOTO JONATHAN B. ROY

pour traverser rapidement les frontières. « Entrer dans un pays par la terre est bien plus facile qu'à l'aéroport. En plus, personne ne ferait de la contrebande en vélo. On a fouillé mes sacoches que très peu de fois et, après être tombé sur mes vieilles bobettes sales, on m'a laissé passer. S'il y a une file à la frontière, les douaniers laissent même passer les vélos en premier parce qu'ils ont pitié », mentionne l'amateur de voyage.

Voyager sur deux roues laisse également le temps à Jonathan B. Roy de visiter et de prendre le pouls de la population locale.

« Pour moi, le vélo est le meilleur moyen de transport pour aborder des gens, car il est assez lent pour que les personnes qui te voient passer viennent à ta rencontre. Partout dans le monde, les gens sont attirés vers le vélo, ils veulent connaître mon histoire et je veux découvrir la leur. C'est probablement la même chose à pied, sauf que c'est beaucoup plus long », affirme M. Roy.

« LE CHAPITRE LE PLUS FOU À LIRE »

Notre aventurier a pédalé sur les routes éloignées du Paraguay pendant plus d'une semaine avant d'atteindre un village reculé. Fatigué et intrigué, il s'arrête à une épicerie où les produits sont en allemand et toutes les femmes ont les cheveux blonds tressés. Ça détonne du

paysage habituel.

« Mais où suis-je? » s'est-il demandé.

Il venait d'arriver dans une communauté mennonite. « Ça me faisait penser à des amish qui n'avaient pas totalement ignoré la modernité », explique Jonathan B. Roy.

Les mennonites, fervents croyants de la religion chrétienne anabaptiste, ont quitté l'Europe au tournant du 20^e siècle pour rejoindre les prairies canadiennes. Pendant plus de 20 ans, ils ont géré leurs écoles à leur manière afin de garder leur dialecte allemand. Cependant, un jour, les gouvernements du Manitoba et de la Saskatchewan leur ont imposé l'anglais à l'école, ce qui était inacceptable pour eux, qui voulaient conserver leur langue coûte que coûte. Ils étaient alors à la recherche d'une nouvelle maison. C'est ici que le gouvernement du Paraguay entre en jeu. Celui-ci voulait développer ses terres du milieu qui étaient habitées par quelques tribus nomades. Le pays sud-américain leur a donc cédé des terres, mais la route pour s'y rendre ne fut pas une promenade de santé.

« Les terres sont tellement isolées que ça a pris deux ans aux mennonites pour se rendre à destination. Ils devaient remonter les rivières et défricher le chemin, raconte le grand voyageur. Beaucoup ont fait demi-tour ou sont décédés, mais ceux ayant réussi à atteindre



Jonathan B. Roy ne jure que par le camping sauvage lorsqu'il n'est pas hébergé.

— PHOTO JONATHAN B. ROY



les terres promises ont fondé une énorme coopérative laitière. »

La coopérative possède la ville et les habitants doivent faire partie de cet organisme. Les nouveaux habitants doivent racheter les années qu'ils ont manquées pour faire partie du clan. Tout passe par la coopérative, ce qui crée une communauté très homogène, explique-t-il.

Jonathan B. Roy a eu la chance de rencontrer un mennonite chez qui il a séjourné pendant une semaine. « Mes histoires sur le Paraguay portent bien sur la traversée du

désert, mais aussi sur le contexte qui a mené ces gens ici. C'est ce genre d'histoire hors de l'ordinaire que je veux raconter. »

LES « JOIES » DU CAMPING SAUVAGE

Tout au long de son périple, Jonathan B. Roy n'a jamais payé pour un espace de campement, il ne jure que par le camping sauvage lorsqu'il n'est pas hébergé. Cependant, ses nuits n'ont pas été de tout repos.

Durant son séjour en Amérique

du Sud, l'aventurier s'est retrouvé dans un minuscule village du Paraguay, au milieu de nulle part. Il a installé sa tente à l'arrière de la seule station-service qu'il a croisée depuis 300 kilomètres. Le seul hic : il y avait une seule lumière dans ce petit village, et c'était celle de la station-service.

« La nuit tombée, toutes les sauterelles des environs étaient attirées par la lumière, il y en avait tellement qu'elles formaient les pyramides d'Égypte. J'en avais dans mes cheveux, dans mes narines, partout sur moi », raconte-t-il.



Jonathan B. Roy cherche l'ombre pour s'y réfugier. — PHOTO JONATHAN B. ROY



Jonathan B. Roy à son départ de Kuala Lumpur. — PHOTO JONATHAN B. ROY

Il s'est donc éloigné de la station-service, sur une terre un peu plus reculée où des jeunes jouaient au soccer. Une fois sa tente piquée, ces mêmes jeunes lui ont pointé un terrier à environ un pied de son campement. Il s'agit de la maison d'un terrible serpent, une simple morsure suffirait pour signer son arrêt de mort. Les poumons arrêtent, les muscles se bloquent, le cou ne supporte plus la tête, c'est une mort en quelques minutes. Il s'est donc résigné à retourner dormir en compagnie des sauterelles.

Au Chili, Jonathan B. Roy a également eu la visite d'un animal peu amical. « Il rôdait et criait autour de ma tente. J'ai ouvert la porte pour voir à quel animal j'avais affaire et je suis tombé face à face avec un puma. » En Bolivie, un puma est même grimpé sur sa tente, mais celui-ci ne s'en est jamais rendu compte grâce à ses bouchons pour oreilles qu'il utilisait pour dormir.

Il y avait des serpents et des pumas, mais il y avait aussi des caïmans et des lions sud-américains qui habitaient dans les environs des routes. Afin de ne pas avoir à les affronter, le voyageur devait donc passer la nuit proche du chemin, dans le gravier.

« En raison de la température infernale, la roche avait tellement absorbé la chaleur de la journée, que j'avais l'impression de passer la nuit sur un four à raclette. Je dormais en étoile et je suais jusqu'à 4 h du matin et, dès 6 h, le soleil se pointait le bout du nez et le four était reparti sur broil », se remémore M. Roy.

SES PAYS COUPS DE CŒUR

Au fil de son périple, Jonathan B. Roy s'est créé une grille afin de classer les destinations qui l'ont charmé pour différentes raisons. Il y a des pays qui sont très beaux, d'autres qui possèdent une richesse culturelle et d'autres qui n'ont ni l'un ni l'autre, mais c'est ce qui fait leur charme.

Le Chili, selon Jonathan B. Roy, est certainement le plus beau pays.

« C'est un mélange entre l'Ouest

canadien avec aucune trace de civilisation à des kilomètres à la ronde et la Norvège avec ses nombreux fjords. C'est notre planète, mais il y a 5000 ans. »

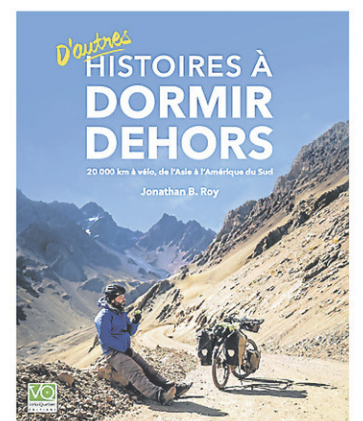
Son pays préféré est le Japon pour sa culture. « La culture est bizarre, mais pas bizarre négatif, plus un bizarre que même la nourriture du dépanneur est excellente. Un bizarre du genre que Tokyo, l'une des villes les plus peuplées du monde, est tout le contraire du chaos. » Ce n'est peut-être pas le meilleur pays pour pédaler, admet-il, mais on y retrouve la plus belle piste cyclable du monde qui saute d'île en île : la Shimanami Kaido. La location de vélo est même disponible sur place.

La troisième catégorie regroupe des pays qui ont un petit charme bien à eux. Jonathan B. Roy y place deux pays, l'Uruguay et le Paraguay. Tous deux sont dans l'ombre du Brésil et de l'Argentine, ce qui fait que les habitants ne tiennent pas les touristes pour acquis.

« Les personnes se battaient pour me recevoir et ceux-ci prenaient soin de moi, surtout après avoir traversé des milliers de kilomètres dans le désert, car ils savaient à quel point c'est une épreuve difficile. »

Comme quoi l'accueil des gens peut tout changer.

Jonathan B. Roy sera de passage à Québec pour présenter *Histoires à dormir dehors 2* au Salon Info-Vélo les 1^{er} et 2 avril, ainsi qu'au Salon international du livre les 15 et 16 avril.



Immensité et multiples possibilités au parc régional Montagne du Diable

**ISABELLE
PION**

CHRONIQUE

isabelle.pion@latribune.qc.ca



SORTIE PRENDRE L'AIR

Quand j'ai déplié la carte du parc régional Montagne du Diable le vendredi soir, j'ai réalisé tout ce que j'allais manquer. Ce territoire sis à Ferme-Neuve dans les Hautes-Laurentides est carrément immense.

C'est l'une des raisons de mon coup de cœur pour ce terrain de jeu... outre les conditions de ski de fond : en pleine semaine de relâche (pour une partie du Québec, mais pas dans les Hautes-Laurentides), j'ai parfois eu l'impression d'être (presque) seule au monde, en randonnée ou en ski. Et, disons-le, ça n'arrive plus

souvent. Alors je chéris encore plus ces moments, d'autant plus lorsqu'ils se vivent dans un tel décor.

Comme l'endroit attire toutes sortes de visiteurs, tant des adeptes de ski nordique, de vélo à pneus surdimensionnés que des fondeurs et des randonneurs, nous étions probablement dispersés un peu partout, me précise la responsable des communications Noémie Dagenais.

Les petites familles optaient pour une promenade aux abords du lac de la Montagne, tandis que les marcheurs qui voulaient prendre un peu d'altitude se tournaient vers la paroi de l'Aube, le



Vue sur le lac Windigo. — PHOTO LA TRIBUNE, ISABELLE PION

plus petit sommet (740 m) des quatre que l'on peut gravir sur le territoire.

Il est à peine passé 9 h 15, en ce samedi matin. Je choisis la paroi de l'Aube, qui figure dans les suggestions du parc, soit 11 km aller-retour.

Je sais d'ores et déjà que je ne verrai rien. Il tombe de beaux gros flocons, mais le ciel est complètement gris.

Après environ deux heures sur des sentiers très bien balisés, j'arrive au sommet de la paroi, d'où je peux tout de même entrevoir le paysage à mes pieds... juste assez pour être impressionnée par le relief accidenté.

Le secteur est « entrecoupé de plusieurs failles » dont des collines et des falaises, alors que les Laurentides étaient autrefois, il y a environ un milliard d'années, « une très haute chaîne de montagnes », m'apprend un panneau d'interprétation.

DES NOUVEAUTÉS

Par temps clair, on peut apercevoir les montagnes environnantes : le mont Tremblant, les montagnes Noire et Grise, de même que plusieurs lacs. Mais je devrai croire sur parole cette pancarte, qui m'apprend aussi qu'il existe, tout en bas, un lac des

journalistes.

Grand dilemme pendant que je

me réchauffe à l'intérieur du refuge : continuer ma route ou non vers la tour d'observation et le relais de la montagne du Diable, ce qui me rajouterait environ quatre kilomètres.

Installée à côté d'un restaurant accueillant les motoneigistes et les quadistes sur la montagne du Diable, la tour de 21 mètres est l'une des nouveautés du parc. Sa construction s'est terminée l'année dernière. On peut aussi s'y rendre en ski nordique.

Mon cœur balance... si j'avais eu le ciel parfaitement bleu de la veille, j'aurais poursuivi dans cette direction. Mais en jasant avec un groupe au refuge, on me rappelle gentiment que je ne verrai sans doute pas grand-chose. C'est sans compter le vent qui souffle pas mal plus fort en haut. Tant pis! J'irai profiter des pistes de ski de fond à mon retour, de toute façon je n'ai pas pu me contenter la veille...

L'an prochain, le parc offrira un transport de navette en chenillettes jusqu'à la tour.

Le parc compte 40 km de pistes de ski de fond (classique et pas de patin) en terrain montagneux, de même qu'un secteur pour le ski hok.

Il compte aussi un tout nouveau secteur, qui a vu le jour en pleine pandémie, celui du Lac et Chute Windigo.

Situé à environ 15-20 minutes du village des Bâtisseurs (l'accueil du parc), il compte plusieurs types d'hébergement (dont des minimaisons avec vue sur le lac Windigo) et des sites de camping en période estivale, dont des Lean-To, ces petits refuges en bois où l'on peut dormir sans tente. Ceux-ci sont accessibles à pied ou en embarcation nautique. Les deux secteurs comptent aussi un circuit d'hébertisme.

En hiver, ce secteur où je logeais bourdonne moins d'activités, celles-ci étant surtout concentrées du côté du village des Bâtisseurs. On peut néanmoins accéder à une piste de ski de fond reliant ce pavillon d'accueil ou aller faire une promenade à la chute Windigo, un attrait naturel qui attire aussi les quadistes. Si vous logez dans ce coin, vous êtes tout près à pied. Un stationnement se trouve aussi à environ 300 mètres de cette cascade.

Ceci dit, pour avoir la sainte paix, c'est tout simplement parfait.

La chroniqueuse était l'invitée de Tourisme Laurentides.

Suggestions, questions, commentaires? Écrivez-moi à isabelle.pion@latribune.qc.ca
Suivez-moi sur Instagram à [isabelle.pion](https://www.instagram.com/isabelle.pion)



Des minimaisons peuvent être louées dans le secteur du Lac et Chute Windigo du parc régional Montagne du Diable. — PHOTO LA TRIBUNE, ISABELLE PION

MODE.

BALLET CORE, LA TENDANCE DANSANTE



PHOTO 123RF

Quand le vêtement s'inspire du mouvement et emprunte les codes du ballet. Une version dansante du confort et de l'élégance classique. CAROLINE GRÉGOIRE



1

PHOTO ARDÈNE

1 Diadème
11,90 \$ chez Ardène
ardene.com



2

PHOTO ARITZIA

2 Combicourt encolure carrée
88 \$ chez Aritzia
aritzia.com



3

PHOTO SIMONS

3 Cache-cœur rose
54 \$ en ligne chez ASOS
asos.com



4

PHOTO DYNAMITE

4 Body asymétrique
34,95 \$ chez Dynamite
dynamiteclothing.com



5

PHOTO SIMONS

5 Robe de tulle et dentelle
189 \$ chez Simons
simons.ca



6

PHOTO ASOS

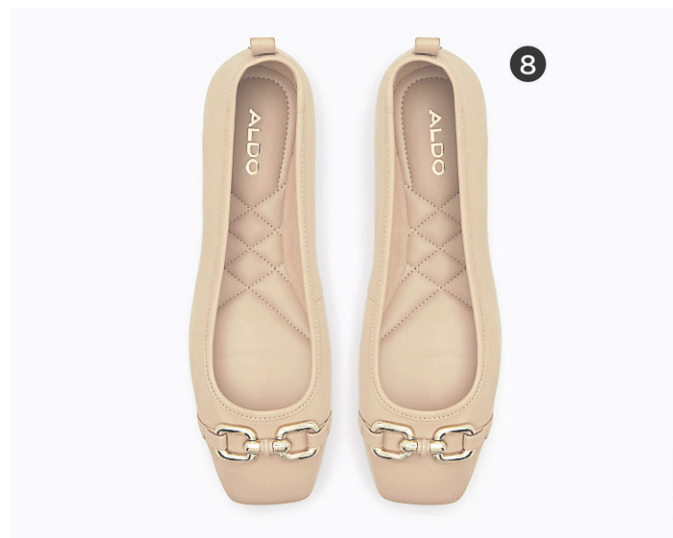
6 Unitard
54,99 \$ chez Old Navy,
oldnavy.gapcanada.ca



7

PHOTO OLD NAVY

8 Ballerines Goasa
65 \$ chez Aldo
aldoshoes.com



8

PHOTO ALDO

LES AS DE L'INFO

Avec le soutien de Desjardins



Si tu veux en savoir plus, commenter les articles, participer à nos concours et sondages, tu peux te rendre sur le site de ton média d'information

lesasdelinfo.com

Santé

Bientôt finies, les saveurs de vapotage!

Tu as sûrement déjà entendu parler de toutes les saveurs possibles dans les cigarettes électroniques. Savais-tu qu'elles contribuent grandement à la popularité de ces produits dangereux, surtout chez les jeunes? Pour régler ce problème, le gouvernement du Québec pense interdire les parfums dans les produits de vapotage. On t'explique!

UN PARFUM DE FRAISE... ÇA PEUT ÊTRE DANGEREUX?

Punch aux fruits, chocolat, érable, mangue, tiramisu... ça donne faim non? En plus d'être des collations délicieuses, ce sont également des saveurs de cigarettes électroniques.

Le vapotage est de plus en plus populaire, surtout chez les adolescents. Environ la moitié des élèves qui finissent l'école secondaire a déjà vapoté. Pourtant, la vente de cigarettes électroniques est interdite aux moins de 18 ans! Les experts pensent que les saveurs attrayantes des cigarettes

électroniques contribuent à leur popularité chez les plus jeunes. Il faut donc agir, et vite!

QUELS SONT LES DANGERS DU VAPOTAGE?

Plusieurs personnes pensent que vapoter est meilleur pour la santé que de fumer la cigarette. Mais attention! Vapoter comporte plusieurs risques très graves.

Les cigarettes électroniques contiennent des produits chimiques et des traces de métaux lourds. Les métaux lourds sont très toxiques pour les êtres vivants, même dans une toute petite quantité. Certains peuvent même causer le cancer, en plus d'être très polluants.

Ces produits nocifs causent des difficultés pulmonaires. Les jeunes qui vapotent disent tousser beaucoup plus et être essouffés lorsqu'ils font de l'effort.

En plus des produits chimiques, la nicotine, que l'on trouve dans les vapoteuses et les cigarettes, crée une forte dépendance. Une

Les cigarettes électroniques contiennent des produits chimiques et des traces de métaux lourds

dépendance, c'est quand tu as de la difficulté à te passer de quelque chose. C'est pourquoi les gens qui commencent à fumer ont souvent beaucoup de difficulté à arrêter. Tout ça peut affecter le sommeil, l'appétit, le contrôle des émotions et bien sûr, la santé.

DES SOLUTIONS!

Pour aider à diminuer l'envie des jeunes de vapoter, la Société canadienne de pédiatrie, le Conseil québécois sur le tabac et la Santé publique recommandent tous de bannir les saveurs dans les produits de vapotage.

Un projet de règlement vient d'être soumis au ministre de la Santé du Québec, Christian Dubé. L'interdiction de ces saveurs devrait être adoptée au cours des prochaines semaines. **MARILYS BEAUDOIN, JOURNALISTE STAGIAIRE**



PHOTO ARCHIVES
LA VOIX DE L'EST,
JESSY BROWN

Éphéméride

11

MARS
2020

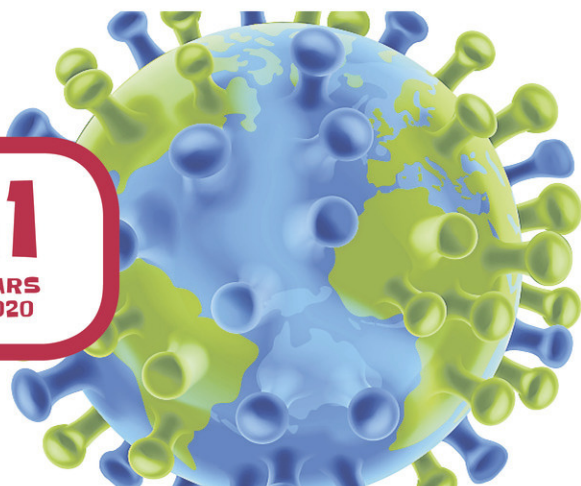


PHOTO 123RF/KRISDOG

L'OMS déclare l'état de pandémie

Lors d'une conférence de presse, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) annonce le 11 mars 2020 que le coronavirus est désormais considéré comme une pandémie.

À ce moment, il y a environ 120 000 cas de COVID-19 dans 110 pays. On estime aujourd'hui qu'il y a eu plus de 650 millions de personnes qui ont contracté cette maladie. En mars 2020, le gouvernement québécois de

François Legault impose rapidement différentes mesures pour protéger la population. En moins d'une semaine, on annonce que les écoles ferment, que les rassemblements intérieurs sont interdits, que les vols en avion sont limités, que la distanciation sociale est encouragée, etc.

Les mesures mises en place varient selon l'évolution de la situation. Même si celles-ci, comme le

port du masque, la vaccination et le couvre-feu, sont imposées afin de tenter d'assurer la santé collective, beaucoup de personnes les critiquent. La plupart des restrictions sont levées au début de 2022.

En date de mars 2023, la fin officielle de la pandémie n'a pas encore été annoncée, mais la situation est bien plus contrôlée qu'auparavant, notamment grâce à la vaccination.

POUR L'AMOUUUUR DE LA PIZZA ET DE LA NONNA!

LES P'TITS CUISTOTS



SOPHIE GRENIER-HÉROUX
Collaboration spéciale

Tu n'en croiras pas tes yeux : le mois prochain, ça fera cinq ans que je crée et écris des recettes pour toi dans *Le Soleil* — et tous les copains journaux des Coops de l'information. Cinq ans à imaginer et à trouver des recettes amusantes, abordables et rassembleuses. Cinq ans, c'est aussi l'âge que j'avais lorsque j'ai commencé à participer aux repas avec ma mère, mon père et aussi avec ma *nonna* (ça veut

dire «grand-maman» en italien) Jeanne qui habitait chez nous. Avec elle, j'ai fait beaucoup de tartes et de pâtés. Avec les retailles de pâte, je façonnais tout plein de chaussons à la confiture et des petites bouchées sucrées ou salées. Du bonheur pur beurre!

C'est aussi vers l'âge de cinq ans que j'ai découvert les... pizzas pochettes! Oh là là! J'adoooraais la pizza et, pour moi, ces petits concentrés de saveurs semblaient être l'apogée de tout ce dont je raffolais! À l'épicerie, lorsque j'apercevais la boîte rouge, je rêvais du jour où ma mère accepterait d'en acheter! Étonnamment, je n'en ai jamais préparé avec ma grand-mère. Je suis certaine que ça aurait été plus que délicieux! C'est à la fois en souvenir d'elle et pour souligner ces cinq années de création culinaire que j'ai fait des pizzas pochettes maisons ce mois-ci. Je te souhaite bien du plaisir — en tout cas, moi j'en ai eu beaucoup à les fabriquer et à les manger!

Bon mois de mars petit cuistot!

Pizzas pochettes végés toutes garnies

Donne une douzaine de pizzas pochettes

INGRÉDIENTS

- 500 g de pâte à pizza maison ou du commerce
- 2 c. à thé d'huile végétale
- ½ poivron vert, jaune ou vert
- 5-6 champignons de Paris
- 1 c. à thé origan
- ½ c. à thé de poudre d'ail
- ½ c. à thé de poudre d'oignon
- 500 ml de sauce tomate
- ½ c. à thé de sel
- 2 ¼ tasses de mozzarella râpé
- ½ bloc de tofu (environ 175 g)
- 2 c. à soupe de lait

MÉTHODE

- 1 Préchauffe le four à 425 °F.
- 2 Taille le poivron et les champignons en dés. Réserve le tout dans un bol.
- 3 Émiette le tofu dans un autre petit bol.
- 4 Dans une poêle chaude, verse l'huile végétale et ajoute les légumes. Laisse cuire 3 minutes, puis assaisonne avec l'origan, le sel, l'ail et l'oignon en poudre. Mélange bien. Verse la sauce tomate et laisse mijoter 5 minutes.
- 5 Pendant ce temps, râpe le

fromage mozzarella.

- 6 Ajoute le tofu à la sauce et mélange bien. Prends le temps de goûter et rectifie l'assaisonnement au besoin. Laisse mijoter encore 5 minutes.
- 7 Divise la pâte à pizza en deux parts. Redivise chaque part en six boules.
- 8 Retire la sauce du feu et verse-la dans un bol. Laisse refroidir quelques minutes.
- 9 Sur un plan de travail fariné, abaisse chaque boule — avec tes mains ou un rouleau à pâte — pour en faire des cercles de 10 centimètres de diamètre.
- 10 Sur la moitié des cercles de pâte, dépose 2 c. à soupe de sauce et 3 c. à soupe de fromage.
- 11 Badigeonne le pourtour de la pâte avec du lait.
- 12 Rabats la moitié de la pâte par-dessus la moitié garnie. Ça devrait te donner des chaussons en demi-lunes!
- 13 Scelle les bords en pressant avec une fourchette ou avec tes doigts.
- 14 Dépose les pizzas pochettes sur une plaque de cuisson tapissée d'une feuille de papier parchemin ou d'un tapis de silicone. À l'aide d'un pinceau, badigeonne le dessus avec un peu de lait.



PHOTOS LE SOLEIL, ERICK LABBÉ



FAIRE DES PROVISIONS!

Ce qui est sympa avec cette recette, c'est que tu peux multiplier les quantités, changer les ingrédients et faire des tas de provisions! Une fois les pizzas parfaitement cuites, tu n'as qu'à les congeler sur une plaque à biscuits. Une fois bien dures, transfère-les dans un sac ou un plat de congélation. De cette façon, tu en auras toujours sous la main pour au moins quatre à six mois! Et pour la cuisson des pizzas pochettes congelées, calcule environ 15 minutes dans un four à 425 °F.



CINQ ANS, ÇA SE FÊTE!

Pour souligner les cinq ans des P'tits Cuistots, j'ai envie de te laisser la parole! Quelle recette aimerais-tu retrouver dans la prochaine édition? Avril, ça rime avec quoi pour toi? Ça te donne envie de manger quel genre de plat? Et qu'est-ce qu'il te tarde de savoir popoter? Dis-moi tout en m'envoyant un courriel à : lemag@lesoleil.com



- 15 Enfourne durant 20 minutes ou jusqu'à ce que le dessus des pizzas pochettes soit doré.
- 16 Laisse tiédir quelques minutes puis... déguste! Tu peux les

manger telles quelles évidemment. Tu peux aussi les tremper dans une huile épicée ou une simple huile d'olive agrémentée de fleur de sel. C'est délicieux!

Six excellents vins à découvrir

NATALIE RICHARD

PLANÈTE VINS

Collaboration spéciale
nrichard@gcmedias.ca



Il y a du renouveau dans l'air et dans nos verres. Voici quelques nouveautés et nouveaux millésimes que j'ai eu le bonheur de déguster pour vous cette semaine.

FIRRIATO LE SABBIE DELL'ETNA 2021

21,90 \$ • 14427638 •
12,5 % • 1,8 G/L

Le nouveau millésime de ce fabuleux vin volcanique de l'Etna, en Sicile, s'ouvre sur des notes minérales invitantes. Silex et pierre à fusil sont au rendez-vous dans une concentration saline, à saveur de pomme verte et de goyave. Un vin frais, éclatant, minéral, citronné et presque fumé en finale. À boire à l'apéro avec des olives et du salami de Gênes.

JEAN-FRANÇOIS MÉRIEAU TOURAINE L'ARPEMENT DES VAUDONS 2021

19,65 \$ • 12564233 •
12,5 % • 1,7 G/L

À surveiller l'arrivage imminent du millésime 2021 de cet excellent sauvignon blanc qui figure toujours parmi mes préférés. L'Arpent des Vaudons est une parcelle de 9 hectares de vignes qui ont entre 10 et 60 ans, et bien que ce fut une année plutôt compliquée en Touraine côté météo, c'est un joyau d'équilibre entre la complexité et la fraîcheur. Le vin est floral, à la fois suave et énergique, une combinaison sublime pour un apéro avec des huîtres, des crevettes nordiques et un festin de crabe et de neiges.

CASA FERREIRINHA PLANALTO RESERVA DOURO

13,45 \$ •
13189594 •
12,5 % • 1,7 G/L

Le terroir de Casa Ferreira est cultivé sur les terrasses abruptes

du Douro depuis plus de 250 ans et produit quelques-uns des vins non fortifiés parmi les plus chers de la région. Comme entrée de gamme, le Planalto demeure un excellent choix pour les amateurs de blanc aromatique, aux notes de pêche et de fruits tropicaux, une combinaison qui harmonise bien les plats de style asiatique, le cari de crevettes au lait de coco et le saumon grillé servi avec une salsa à la mangue.

POGGIOTONDO CHIANTI 2020

18,40 \$ • 15106633 •
14 % • 3,4 G/L • BIO

Une nouveauté très emballante de la Toscane, du vignoble familial de l'œnologue Alberto Antonini qui, selon un sondage du magazine *Decanter*, est considéré par ses pairs comme l'un des cinq œnologues les plus influents de notre époque, au même titre qu'Aubert de Villaine du prestigieux domaine de la Romanée-Conti. Le domaine Poggiotondo est situé entre Florence et Pise, sur 123 hectares de vignes qui partagent le terroir

avec 2000 oliviers dans un paysage qui fait rêver. Le vin est élaboré avec beaucoup d'attention, en macération prolongée dans des cuves de béton et un élevage en grands foudres de chêne, pour un total de 20 mois. Le résultat est bien concentré et extrêmement soyeux avec des notes de cerise et d'épices, sur des tanins d'une grande finesse et qui perdurent. Parfait pour accompagner vos plats de pâtes.

POGGIO AL TESORO MEDITERRA TOSCANA 2021

30,25 \$ • 14041321 •
14 % • 2,4 G/L

Entre les collines et la mer Méditerranée, la région de Bolgheri est un terroir unique où les cépages comme le cabernet sauvignon, le merlot et la syrah rayonnent. Cet assemblage qui les réunit presque à parts égales en est un bel exemple. On y trouve une bonne concentration de fruits bien mûrs, mais aussi de la fraîcheur, les tanins sont souples et une jolie trame minérale accompagne la finale en longueur. Un rouge qui appelle le bifteck d'ailou ou une entrecôte sur le grill.

CHÂTEAU DE ROUILLAC PESSAC-LÉOGNAN 2016

56 \$ • 12224669 •
13,5 % • 1,3 G/L

Un vin qui porte l'émotion et la passion de Laurent Cisneros et sa famille, installés au magnifique

Château de Rouillac depuis plus d'une décennie. Discret à l'approche, élégant et riche en complexité de fruits noirs, réglisse et épices sur une fraîcheur acidulée, doublée d'une jolie amertume en finale. Le millésime 2016 est à la fois solaire et énergique, avec plus de structure et encore plus de potentiel de garde que 2015. J'ai eu la chance de redéguster récemment le tout premier millésime de cette cuvée, le 2010, qui n'a rien perdu de sa vibrance ni de son fruit, et qui continuera à se bonifier encore plusieurs années. La qualité du savoir-faire sur la longévité permet d'imaginer un potentiel d'au moins 20 ans de garde à ce nouvel arrivage (en quantité limitée).

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



Trois bougies pour trois belles années de dégustation et de partage des meilleurs vins du moment. À votre santé! — PHOTO COLLABORATION SPÉCIALE, NATALIE RICHARD



À LA FÛT

Femmes et bières à l'honneur!

JEAN-FRANÇOIS DUGAS
jfdugas@ledroit.com

CHRONIQUE

À l'instar de plusieurs domaines, l'industrie de la bière artisanale est majoritairement représentée par des hommes. Cependant, de plus en plus de femmes s'investissent dans le milieu au chapitre de la vente, du brassage, de la gestion... et même comme propriétaires.

Paty Rios et Tatiana Fulton ont fait une percée remarquable sur le marché québécois après avoir lancé OverHop Canada en 2017. En peu de temps, les deux amies de longue date du Brésil se sont intégrées dans leur nouvel environnement, la communauté brassicole les accueillant à bras ouverts.

«Nous sommes Brésiliennes. Nous sommes chaleureuses et très communicatives!», exprime la première pour expliquer cette réalité. On donne des accolades, des bizous et nous développons des amitiés facilement. Notre nature brésilienne a ouvert plusieurs portes auprès des gens de l'industrie.»

Il y a ça, effectivement. Leur joie de vivre rejoint celle des francophones d'ici.

Outre leurs qualités «innées», les copropriétaires offrent de la maudite bonne bière.

Elles sont également un exemple parfait d'une intégration réussie, elles qui ont appris la langue de chez nous. C'est mieux que certains de nos PDG unilingues anglophones... Je vous salue Michael Rousseau.

D'ailleurs, les deux s'expriment très bien en français, M^{me} Fulton assimilant la langue en six mois, top chrono! «J'ai étudié fort et j'ai eu de l'aide», affirme-t-elle, sans ambages.

Sa collègue en affaires est tout aussi habile, même si elle dit devoir se forcer un peu plus.

«Le fait français (au Canada) est très peu diffusé à l'étranger», note Mme Rios. Une fois qu'on s'y trouve, on comprend l'importance de la langue, c'est une question de respect.»

Je tenais à vous raconter leur histoire, dans la foulée de la Journée internationale des droits des femmes du 8 mars.

À mon avis, elles figurent parmi les étoiles féminines les plus brillantes du milieu brassicole artisanal. Elles ne sont pas les seules, mais elles sont uniques du fait qu'elles pilotent leur brasserie dans leur pays d'adoption. Évidemment, qui dit pionnières, dit obstacles, voir sexisme.

LES DÉBUTS

Bien que Mme Fulton est débarquée à Toronto en 2014, ce n'est qu'en janvier 2017, après l'arrivée de Mme Rios et de sa famille, qu'elles décident de se lancer en affaires.

«Nous avons eu cette idée parce que j'avais déjà brassé à mon domicile au Brésil», affirme cette dernière.

À l'époque, son mari et elle avaient répété l'expérience avec des amis de Rio Janiero.

«Ensemble, nous avons choisi de fonder la marque de commerce OverHop (en août 2016) pour apporter nos bières au Mondial (de la bière de Montréal), se souvient M^{me} Rios. Nous ne savions même pas que le Mondial se déroulait au Québec.

On croyait qu'il s'agissait seulement d'un nom francophone. Nous avons créé une marque juste pour y aller.»

Leurs efforts connaissent un succès immédiat auprès des amateurs du genre, mais aussi des juges du rendez-vous annuel, qui leur accordent deux médailles. Nous sommes en juin 2017.

Il faut comprendre que le Mondial, un des plus anciens festivals de bières artisanales au Québec, est une véritable porte d'entrée pour les brasseries espérant de percer le marché de la Belle Province.

Mmes Rios et Fulton ont décidé de se lancer en business à Montréal, après un court détour par Toronto. La marque OverHop Canada voit le jour aussi en 2017. Bien qu'elle est associée à leurs amis du Brésil, elle reste indépendante. Les femmes d'affaires sont aux commandes.

«Aussitôt que nous sommes arrivées à Montréal, nous recherchions un endroit pour démarrer une brasserie», souligne M^{me} Rios.

Elles optent d'abord pour un partenaire capable de produire leurs bières. L'entente avec la brasserie et distillerie montréalaise Oshlag apporte son lot d'avantages.

«Brasser à contrat est formidable pour distribuer ses bières, et tester le marché, mais les revenus sont limités. Tous les profits sont réinvestis dans le prochain brassin.»

Le rêve de posséder leur propre brasserie arrive à l'été 2019. Le choix sera finalement arrêté sur la ville de Saint-Jean-sur-Richelieu, située à quelque 40 km au sud-est de Montréal.



Les copropriétaires d'OverHop Canada, Tatiana Fulton et Paty Rios devant leur brasserie à Saint-Jean-sur-Richelieu.— COURTOISIE OVERHOP

La construction débute en janvier 2020 et... la planète est paralysée quelques semaines plus tard.

Comme leurs semblables, la pandémie aura apporté de nombreux défis. Les deux copropriétaires sont habituées. Au fil des ans, à titre de femmes dans une industrie fortement masculine, elles sont souvent ciblées par les mauvaises langues.

SEXISME

«Il y a beaucoup de sexisme dans l'industrie de la bière artisanale, même si de plus en plus de femmes s'y investissent. Il y en a eu depuis le début», déplore Mme Rios.

D'ailleurs, dès ses premiers pas, OverHop Canada a reçu un appui financier de la plupart des partenaires approchés sauf pour un organisme, celui qui donne une aide ciblée pour les femmes d'affaires... Leur représentante, aujourd'hui politicienne, leur avait dit avec un certain mépris qu'elle ne croyait pas au projet, piloté par des femmes.

«Principalement, nous devons éduquer les femmes parce qu'il y a plus de sexisme qui provient des femmes que des hommes, ce qui est insensé», reprend M^{me} Rios.

Lors des festivals de bières par exemple, c'est le mari de Mme Rios

qu'on félicite pour sa brasserie... La création d'une bière avec une influenceuse bien connue apporte également la foudre féminine.

Les copropriétaires n'ont pas été confrontées uniquement à des critiques nord-américaines. Leurs semblables au Brésil, les mêmes avec qui l'aventure OverHop a commencé, s'ajoutent au concert de reproches.

«C'est triste à dire, mais ce fut le plus grand défi. Le Brésil est encore très macho et ils ne comprennent pas que le Canada est un pays plus progressiste.»

DE OVERHOP À BRASSOEURS

À force de se buter à des commentaires désobligeants, en réponse notamment à la création de bières en l'honneur de la communauté LGBTQ ou encore des femmes, les deux entrepreneures ont décidé de se dissocier de leurs partenaires de l'Amérique du Sud.

Ainsi, une nouvelle image de marque a été choisie. OverHop deviendra Brassœurs d'ici la fin de l'année, pour célébrer les femmes du monde brassicole artisanal et refléter la langue de leur terre d'accueil.

«Nous voulons laisser tomber OverHop pour enfin devenir qui

nous sommes réellement. On souhaite que la brasserie nous représente, qu'elle devienne notre voix véritable.»

Bref, tout changera ou presque. L'image de marque et leur portfolio de bières seront renouvelés, sauf pour leur porte-étendard, la Hazy, une India pale ale du Nord-Est (NEIPA) très populaire.

À cet effet, la première bière de Brassœurs, portant le même nom, a été lancée le 8 mars.

La Hibiscus IPA, un style dont le goût se trouve entre une NEIPA et une IPA de la côte ouest selon elles, est 100% féminine, c'est-à-dire qu'elle a été conçue que par des femmes.

Qui plus est, un festival d'une journée aura lieu le 25 mars prochain dans la brasserie de OverHop Canada pour honorer les femmes du domaine. Bien sûr, quand l'événement a été annoncé, les trolls sont sortis de leur trou noir pour cracher du venin sur l'initiative. Plus ça change...

Les femmes d'affaires persistent et signent.

«Cela a toujours été notre rêve de rassembler les femmes incroyables de l'industrie brassicole pour une journée de fête, et après 3 longues années d'attente, nous y sommes enfin», se réjouit M^{me} Rios.

RECETTES

TARTARE DE BOEUF
À LA SYRIENNE

LES FILLES FATTOUSH
Adelle Tarzibachi
KO ÉDITIONS



› Donne 4 à 6 portions

Comme c'était le 8 mars mercredi dernier et que mars est un peu le mois des femmes du début à la fin, nous rendons hommage cette semaine aux femmes chefs, en commençant une équipe remarquable: les Filles fattoush, un collectif de femmes réfugiées syriennes qui ont une entreprise de traiteur.

Elles vendent aussi des épices qu'on retrouve maintenant dans plusieurs grandes surfaces et elles ont publié un livre de recettes, d'où vient ce boeuf tartare à la syrienne que les amateurs de tartares vont adorer. Il est important d'utiliser du boeuf habra, une viande de qualité broyée en une sorte de pâte de viande, vendue dans les boucheries moyen-orientales (n'utilisez surtout pas de bœuf haché du



commerce). Sinon, chez votre boucher, demandez de la noix de bœuf ou de l'intérieur de ronde, hachée deux fois. Ensuite passez la viande encore au robot avec 1 glaçon à la maison, pour obtenir la texture souhaitée.

INGRÉDIENTS

- 135 g (3/4 tasse) de boulgour fin (no 1)
- 3 c. à soupe d'huile d'olive, et un peu plus
- 1 c. à soupe de pâte de piments doux
- 1/2 c. à thé de sel
- 1 pincée de cumin moulu
- 1 oignon, coupé finement
- 500 g de bœuf habra
- Feuilles de menthe

CONDIMENT AUX NOIX
PIMENTÉ

- 50 g (1/2 tasse) de noix de Grenoble, hachées finement
- 2 c. à soupe d'oignon haché
- 2 c. à soupe de pâte de piments doux
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 pincée de cumin moulu

PRÉPARATION

1 Préparer le condiment. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients. Réserver.

2 Dans un tamis, rincer le boulgour à l'eau froide.

3 Transvider dans un bol. Ajouter 2 c. à soupe de l'huile d'olive, la pâte de piments doux, le cumin et le sel. Ajouter un peu d'eau et bien mélanger avec les mains jusqu'à l'obtention d'une pâte collante. Ajouter l'oignon et le boeuf, petit à petit, en mélangeant continuellement.

4 Étaler le tartare sur une assiette. Arroser du reste de l'huile d'olive, garnir de quelques feuilles de menthe et du condiment aux noix pimenté.

5 Servir aussitôt.

➤ RIZ RENVERSÉ AU BŒUF ET AUX AUBERGINES

LES FILLES FATTOUSH
Adelle Tarzibachi
KO ÉDITIONS



En cette semaine du 8 mars, nous rendons hommage à une équipe remarquable de cuisinières: les Filles fattoush, un collectif de femmes réfugiées syriennes qui ont une entreprise de traiteur. Elles vendent aussi des épices qu'on retrouve maintenant dans plusieurs grandes surfaces et elles ont publié un livre de recettes, d'où vient ce spectaculaire makloubé, un plat de riz renversé au boeuf et aux aubergines. Bon appétit et bonne journée de la femme !

➤ Donne 4 à 6 portions

INGRÉDIENTS

- 5 aubergines (600 g), coupées sur la longueur en tranches de 5 mm (1/4 po)
- 125 ml (1/2 tasse) d'huile végétale
- 300 g de bœuf haché
- 1/2 oignon (80 g), coupé en dés
- 3 feuilles de laurier
- 1 bâtonnet de cannelle
- 750 ml (3 tasses) d'eau
- 1/2 c. à thé de sel
- 1/2 c. à thé de sept-épices syrien (mélange de poivres noir et blanc, cannelle, cardamome, gingembre en poudre, clous de girofle en poudre, noix de muscade).
- 300 g (1 1/2 tasse) de riz
- Noix: cajou, pin, amandes... Au choix. Grillées.

PRÉPARATION

- 1 Préchauffer le four à grill (broil).
- 2 Badigeonner les aubergines d'huile végétale des deux côtés. Sur une plaque de cuisson, répartir les tranches d'aubergines. Cuire au

four de 3 à 4 minutes de chaque côté (surveiller afin qu'elles ne brûlent pas). Sortir du four et réserver.

3 Préchauffer le four à 300 °F (150 °C).

4 Dans une casserole à feu moyen, dorer le bœuf haché, l'oignon, le laurier et la cannelle dans 60 ml (1/4 tasse) de l'huile végétale en émiettant la viande à l'aide d'une fourchette jusqu'à ce qu'elle soit cuite.

5 Ajouter l'eau, le sel et le sept-épices. Porter à ébullition et faire bouillir de 3 à 4 minutes, puis ajouter le riz. Réduire le feu et couvrir. Cuire environ 15 minutes ou jusqu'à ce que le riz soit cuit et qu'il ait absorbé l'eau. Retirer du feu et laisser reposer 15 minutes.

6 Entre-temps, tapisser un moule rond de 20 cm (8 po) des tranches d'aubergines grillées réservées. Bien recouvrir le fond et les bords du moule (comme lorsqu'on fonce un moule à tarte).

7 Répartir le mélange de viande et de riz par-dessus et l'étaler avec les mains en pressant fermement. Cuire au four 15 minutes.

8 Renverser le makloubé sur une assiette et démouler. Garnir de noix grillées et d'une pincée de sept-épices.



— PHOTO MAUDE CHAUVIN, KO ÉDITIONS

➤ TABOULÉ

LES FILLES FATTOUSH
Adelle Tarzibachi
KO ÉDITIONS



➤ Donne 4 à 6 portions

En cette semaine du 8 mars, nous rendons hommage aux réfugiées syriennes en publiant des recettes des Filles fattoush dont cette salade bien

verte, préparée traditionnellement avec beaucoup de persil, incontournable des tables syriennes, où on la déguste en début de repas. Le taboulé est généralement servi sur des feuilles de cœur de laitue romaine, dont on se sert comme de petites cuillères extra croquantes.

INGRÉDIENTS

- 1 1/2 c. à soupe de boulgour fin (no 1)
- 125 ml (1/2 tasse) de jus de citron frais
- 2 tomates moyennes, coupées en dés
- 1 gros bouquet de persil frisé, haché finement (environ 150 g soit 6 tasses)
- 4 oignons verts, coupés en petits tronçons
- 180 ml (3/4 tasse) d'huile d'olive

- 1 c. à soupe de menthe séchée
- 1 c. à soupe de sel

PRÉPARATION

1 Dans un tamis, rincer le boulgour sous l'eau froide. Égoutter et transvider dans un bol. Ajouter la moitié (60 ml ou 1/4 tasse) du jus de citron et laisser tremper le temps de préparer le reste de la salade.

2 Dans le même tamis, égoutter les tomates.

3 Dans un saladier, mélanger le persil et les oignons verts avec les mains. Ajouter le boulgour réservé et les tomates égouttées, et bien mélanger de nouveau. Ajouter le reste du jus de citron, l'huile d'olive, la menthe séchée et le sel, et mélanger de nouveau. Vous pouvez aussi ajouter un peu de zeste de citron dans ce taboulé.



— PHOTO MAUDE CHAUVIN, KO ÉDITIONS

Québec
sans
gaspillage

**UN BAC TOUJOURS PLEIN N'EST PAS
SIGNE QU'ON CONSOMME BIEN.**



**MIEUX CONSOMMER.
MOINS GASPILLER.**

CONSULTEZ
L'APPLICATION



Votre
gouvernement

Québec 