

WEEK-END

Cahier **C** LE CANADA FRANÇAIS
Le Mercredi 30 juin 2004

Le Symposium d'arts de retour pour une 9^e édition

MICHEL PHANEUF

«Tribune créative». C'est sur ce thème que se tiendra, du 8 au 11 juillet prochain, la neuvième édition du Symposium d'arts du Haut-Richelieu. Une neuvième édition qui proposera un programme d'activités non seulement très élaboré mais destiné à un vaste éventail de gens et de groupes d'âge.

«La création prend vie dans l'imaginaire de chacun, par contre elle ressent le besoin de s'exprimer au grand jour, indiquent les responsables de l'événement qui se tiendra une fois de plus sous les auspices de la coopérative artistique Art[o]. Notre thématique transmet bien ce message et nous rappelle que les artistes présents sont là pour partager leur passion tout comme leur technique respective avec le grand public».

Cette année, 22 artistes produiront sous les yeux des visiteurs des oeuvres de grand format devant atteindre un minimum d'un mètre carré. Chez les peintres, les participants seront Roger Asselin, Atalante, Claire Bienvenue, Irène Boulanger-Michaud, Nancy Bourassa, Pascal Caputo, Madeleine



Les dirigeants d'Art[o] la coop créative et maîtres d'oeuvre du Symposium, en compagnie des deux présidents d'honneur de l'événement: Luc Lavigne, Hélène Roy, Pascal Benjamin et Gilles Gemme.

Chrétien, Valérie de la Bruère, Marcelle Fortier, Marie-Claude Jacques, Denise Lafrenière, Tania

Lebedeff, Christine Marchand, Francine Migner, Mireille Moleur et Diane Tremblay. Six

sculpteurs, Alain Dionne, Violette Michaud, Sylvain Nadeau, Marie-Ève Rabbath, Guy Uno et

Michel-Louis Viala, seront également de l'événement. → **Suite à la page C-2**

LECTURE

Petite histoire des Éditions de l'Hexagone

→ Page C-7



VIDÉO

Conclusion grandiose à la trilogie

→ Page C-8



CINÉMA

Elvis Gratton XXX: une horreur!

→ Page C-8



SOMMAIRE

Horaires Cinéma	C-9
La Boustifaille	C-14
Horoscope	C-18
Automobile	C-13
L'Église	C-18
Jeux	C-12

NAPIERVILLE SUZUKI
C'est vrai



AERIO FASTBACK 2004

Location à partir de

209\$
/ mois
60 mois

0%

financement à l'achat 60 mois**

0\$

dépôt de sécurité s

Grand CHOIX VÉHICULES D'OCCASION
barnabeautocentre.com

*Offre d'une durée limitée s'adressant aux clients admissibles au crédit (S.A.C.) pour la location de la Suzuki Aerio Fastback S TM 2004. Le paiement de location est basé sur un terme de 60 mois pour des mensualités de 209\$ (obligation locative totale de 12 951\$ incluant la mise fonds initiale) avec kilométrage alloué de 100 000 km (0,10\$ /km additionnel). Le taux annuel est de 2,8% avec comptant requis de 415\$. Le premier versement de location est requis au début du bail. L'offre de location inclut les frais de transport et de préparation (995\$). Aucun dépôt de sécurité requis. Voyez un concessionnaire participant pour tous les détails et autres conditions applicables et pour connaître les diverses options d'achat offertes à la fin du bail. Certains concessionnaires peuvent louer moins cher. Les offres de location sont disponibles pour une durée limitée auprès de créditLinx et ne peuvent être combinées à aucune autre offre de location. D'autres offres et taux de location sont aussi disponibles auprès de Crédit Suzuki Canada. **Le financement à l'achat au taux de 0% jusqu'à 60 mois est disponible auprès de la Banque de la Nouvelle-Écosse ou de Crédit Suzuki Canada pour tout modèle Suzuki Aerio 2004 neuf disponible. L'offre de financement à l'achat s'adresse aux clients admissibles au crédit (S.A.C.) Exemple : pour un emprunt de 10 000\$ à un taux d'intérêt annuel de 0% pour un terme de 60 mois, les mensualités sont de 166,66\$. Le coût d'emprunt est de 0\$ et l'obligation totale est de 10 000\$. Un comptant initial peut être requis. Offre d'une durée limitée que ne peut être combinée à aucune autre offre. Les offres de location et de financement n'incluent pas les frais d'immatriculation, d'assurance, d'administration, d'acquisition, d'enregistrement RDPRM ou toutes taxes applicables. Voyez un concessionnaire participant pour tous les détails. Le véhicule peut différer de l'illustration.

442 Saint-Jacques, Napierville **SUZUKI** (450) 245-0606 (514) 877-4951 Mtl

Le Symposium d'arts de retour...

— Suite de la page C-1

Fait à noter toutes les activités se tiendront dans le secteur Saint-Jean, au parc de la place du Quai et dans les locaux d'Art[o], situés au 2, rue Saint-Georges. Les artistes créeront sous chapiteau tandis que des ateliers pour enfants se tiendront au parc et des conférences auront lieu chez Art[o]. Petits et grands pourront donc s'initier au monde de la création.

Deux concerts prendront l'affiche cette année dans le cadre de l'événement. Le Choeur du Richelieu offrira ainsi une prestation axée sur les chants slaves et tchèques le vendredi 9 juillet à 20 heures chez Art[o], tandis que le lendemain, samedi, Valentin Bogolubov, pianiste attiré du Choeur du Richelieu, et Ludmila Gontcharova, chanteuse et auteure-compositrice, présenteront un concert au Cabaret-Théâtre du Vieux Saint-Jean (190, rue Laurier).

PRÉSIDENTS D'HONNEUR

Cette année, les organisateurs du Symposium ont placé l'événement sous la présidence d'honneur de Pascal Benjamin et Luc Lavigne, propriétaires du restaurant Pacini à Saint-Jean-sur-Richelieu. Deux amateurs d'art qui, de leur propre dire, ne sont pas du tout des spécialistes en la matière. «Seulement deux personnes qui, un jour, ont eu le coup de foudre pour les oeuvres d'un artiste, indiquent-ils. Comme la rencontre d'un grand amour, celle avec les oeuvres de Laurent Viens fut chargée d'émotions. En quelque sorte, notre initiation aux arts visuels».

Comme ils le relatent, Laurent Viens est un jour débarqué chez eux avec quelques-unes de ses oeuvres et les a pour ainsi dire convertis. «C'est l'art qui est venu à nous, soulignent-ils; et c'est grâce à Laurent si nous avons découvert et si nous apprécions l'art. Cette chance, nous souhaitons aujourd'hui l'offrir au grand public afin de contribuer à démystifier ce milieu trop souvent



Cette année, la présidence d'honneur du Symposium a été confiée à Luc Lavigne et Pascal Benjamin, propriétaires du restaurant Pacini à Saint-Jean.

considéré comme inaccessible».

Tous deux trouvent d'ailleurs très intéressant le fait que les présidents d'honneur d'un événement comme le Symposium soient des amateurs plutôt que des professionnels du domaine des arts. Ils souhaitent donc que cette situation incite les gens qui pourraient être gênés d'aller au Symposium parce qu'ils ne connaissent pas grand chose à l'art à changer d'idée et à aller voir sur place. «En acceptant d'être présidents d'honneur, nous nous sommes donnés pour mission de dire aux gens que c'est accessible, que ce n'est pas juste pour l'élite», soulignent-ils.

Le président et la directrice générale d'Art[o], Gilles Gemme et Hélène Roy, ajoutent à ce sujet que le Symposium est de plus en plus ouvert à toutes les formes d'art et que c'est vraiment sous le signe de la découverte culturelle que se déroulera cet événement dont toutes les activités sont gratuites et ouvertes à l'ensemble de la population. ■

Quatre jours d'activités artistiques

Expositions, artistes travaillant sous l'oeil des visiteurs, concerts, ateliers, conférences... la neuvième édition du Symposium d'arts du Haut-Richelieu proposera quatre jours d'activités artistiques à la population. Des activités qui se tiendront toutes à Saint-Jean-sur-Richelieu (secteur Saint-Jean) dans le parc de la place du Quai ainsi que dans les locaux de la coopérative artistique Art[o] située tout près. Voici l'horaire de ces activités:

Jeudi 8 juillet	
19 heures	Vernissage (Arto)
Vendredi 9 juillet	
12 heures à 20 heures	Artistes à l'oeuvre (Parc) Exposition collective des artistes participants (Arto)
20 heures	Concert du Choeur du Richelieu (Arto)
Chants slaves et tchèques. Au piano, Valentin Bogolubov	
Samedi 10 juillet	
12 heures à 20 heures	Artistes à l'oeuvre (Parc) Exposition collective des artistes participants (Arto)
12 heures à 17 heures	Ateliers de création pour la famille (Parc)
- Histoire d'objets- Aventures d'un objet récupéré: création d'un chef-d'oeuvre.	

- Mon totem- Peinture sur pierre ou pavé de l'animal auquel chacun s'identifie.	- Déguizmoz- Objets recyclés et création de costumes: parade de mode garantie.	- Improz- Joutes d'impro et jeu théâtral.
12 heures à 17 heures	12 heures à 17 heures	12 heures à 17 heures
Gratyfi 04 (Parc)	Un espace mural pour créer, destiné aux jeunes de 12 à 17 ans.	Oeuvres de genre graffiti, réalisées sous la supervision d'artistes.
13 heures à 17 heures	13 heures à 17 heures	Conférences (Arto)
- Soyez critiques d'art- Observez, analysez, découvrez l'envers de l'image.	- Le pouvoir de la couleur- Les effets psychologiques de la couleur dans notre vie.	- La Terre, notre mère- Découverte de chants et rites amérindiens.
- Complices- L'oeuvre d'art comme moteur de réflexion et d'échange.	20 heures	Concert de Valentin Bogolubov et Ludmila Gontcharova (Cabaret-Théâtre)
Piano classique et chants lituaniens.		

Dimanche 11 juillet	
12 heures à 17 heures	Artistes à l'oeuvre (Parc) Exposition collective des artistes participants (Arto)
12 heures à 17 heures	Ateliers de création pour la famille (Parc)
- Histoire d'objets- Aventure d'un objet récupéré: création d'un chef-d'oeuvre.	
- Capteur de rêves- Fabrication d'un objet traditionnel amérindien.	
- Déguizmoz- Objets recyclés et création de costumes: parade de mode garantie.	
- Improz- Joutes d'impro et jeu théâtral.	
12 heures à 17 heures	Gratyfi 04 (Parc)
Un espace mural pour créer, destiné aux jeunes de 12 à 17 ans.	
Oeuvres de genre graffiti, réalisées sous la supervision d'artistes.	
13 heures à 17 heures	Conférences (Arto)
- Soyez critiques d'art- Observez, analysez, découvrez l'envers de l'image.	
- Le pouvoir de la couleur- Les effets psychologiques de la couleur dans notre vie.	
- La Terre, notre mère- Découverte de chants et rites amérindiens.	
- Complices- L'oeuvre d'art comme moteur de réflexion et d'échange. ■	



Deux concerts sont au programme du Symposium. Le premier sera présenté par le Choeur du Richelieu le vendredi 9 juillet tandis que le deuxième mettra en vedette Valentin Bogolubov, pianiste, et Ludmila Gontcharova, auteure et compositrice, le lendemain, samedi.



Encore cette année, les artistes travailleront sous l'oeil des visiteurs.

TRACES prend pied rue Richelieu

MICHEL PHANEUF

Un nouveau regroupement d'artistes vient de voir le jour à Saint-Jean-sur-Richelieu. Un regroupement pluridisciplinaire baptisé «TRACES» et dont les activités toucheront des formes d'art quelque peu différentes des autres organismes à vocation artistique de la région.

TRACES réunit quatre artistes tous déjà connus du public johan-nais: Michel de Bellefeuille, joaillier lauréat de nombreux prix mais aussi photographe, Réjean Morin, sculpteur, peintre et graphiste, An-

dré Barrière, peintre, vidéaste et musicien, et Michel Roy, ancien directeur du Musée du Haut-Richelieu et photographe.

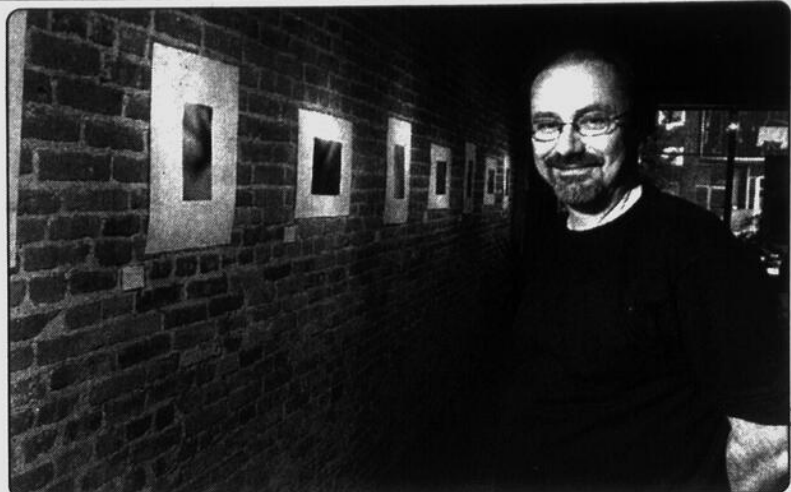
Ensemble, les quatre créateurs visent des formes d'art qui sont davantage axées sur la recherche et donc généralement moins répandues, moins exploitées, nous dit Michel de Bellefeuille, citant en guise d'exemple la vidéo, le multimédia, certaines formes de photographie, etc.

UN CENTRE D'EXPOSITION

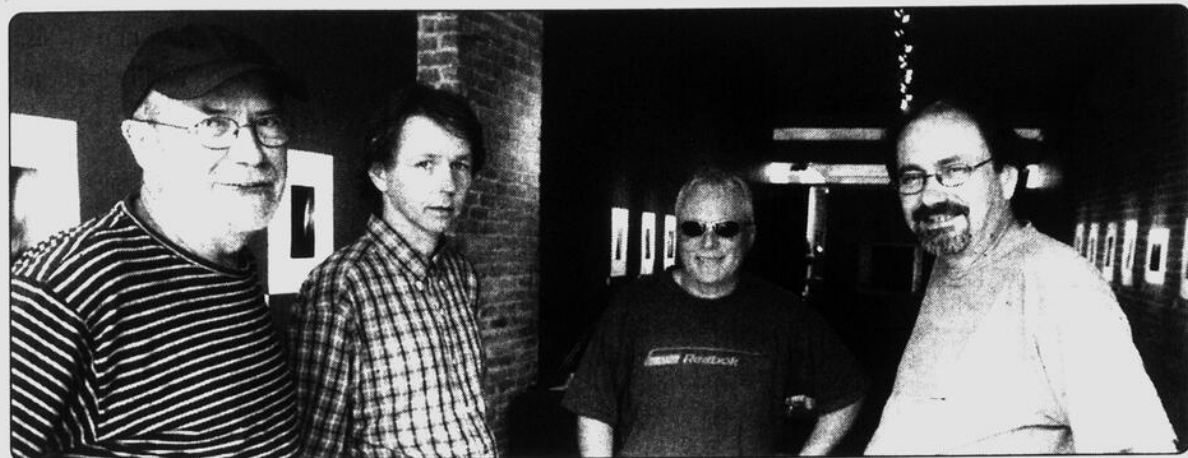
TRACES a pignon sur rue au 208, Richelieu au centre-ville de

Saint-Jean-sur-Richelieu. L'établissement auparavant occupé par la Cordonnerie Marie loge d'une part l'atelier de joaillerie de Michel de Bellefeuille ainsi qu'un point de vente (par catalogue) de ses produits, et d'autre part, dans la partie avant, le centre d'exposition du regroupement. Deux entités complètement différentes, souligne-t-il.

Heureuse coïncidence, c'est dans ce même local que Michel de Bellefeuille devait déménager en 2002, juste avant l'incendie qui a détruit l'édifice situé à l'angle de Richelieu et Saint-Jacques et qui a



Michel de Bellefeuille est le premier artiste du regroupement à présenter ses oeuvres au centre d'exposition de TRACES. Cette exposition propose 20 photographies sous le titre Nus et autres corps dérisoires.



Les quatre artistes membres du regroupement TRACES: Réjean Morin, Michel Roy, André Barrière et Michel de Bellefeuille.

modifié ses plans. «Quand j'ai su que le local allait de nouveau être libre, j'ai décidé de venir m'y installer, cette fois avec l'intention d'y aménager un centre d'exposition», indique-t-il.

Selon ce qui est prévu, le centre accueillera des expositions, tant collectives qu'individuelles, des oeuvres des artistes membres, et des expositions présentées par des artistes invités, ce toujours dans une optique de recherche, d'art «alternatif».

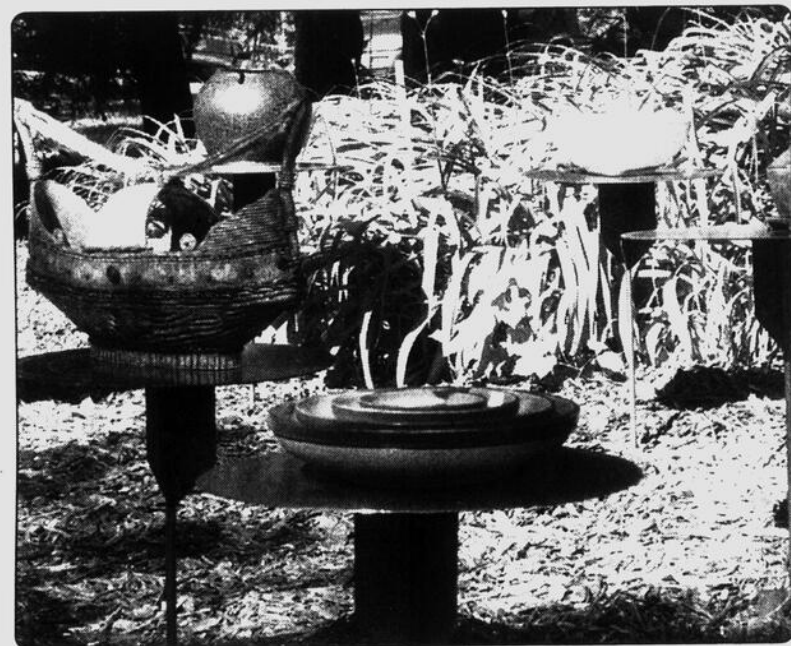
La première exposition est d'ailleurs déjà en cours et est consacrée aux photos de Michel de Bellefeuille. Intitulée Nus et autres corps dérisoires, cette exposition

présente 20 photographies plutôt abstraites, proposant ce que l'artiste décrit comme une autre façon de voir le nu. «Ce n'est pas la beauté esthétique du nu que présentent ces photos, fait-il valoir; c'est plutôt un autre aspect qui s'approche davantage d'une dénonciation du nu traditionnel».

Présentée depuis le début du mois de juin, l'exposition Nus et autres corps dérisoires demeurera à l'affiche au 208, rue Richelieu jusqu'au 31 juillet. À noter toutefois que le centre est ouvert selon un horaire variable ou encore sur rendez-vous. Il est donc préférable de téléphoner au (450) 349-1248 avant de se présenter. ■

25 céramistes exposent à Mystic

Lancée jeudi dernier, l'exposition CéraMystic se poursuit jusqu'au 4 juillet à l'atelier de poterie Jacques Marsot à Mystic. Tenu sur le thème «Céramique sur l'herbe», l'événement regroupe 25 céramistes provenant de plusieurs régions du Québec. Ils présenteront des oeuvres qui ont fait la renommée de leur atelier. Les organisateurs profitent de l'exposition pour rendre hommage à Maurice Savoie, un artiste ayant 50 ans de métier et qui a enseigné à l'Institut supérieur des arts appliqués. Pour toute information: 248-3551. ■



Terrasse au bord de l'eau

RESTAURANT

PAPA GEORGES

Festival crevettes scampi

Sauté de crevettes, riz pilon, légumes frais et café 17,95\$

➔ BRUNCH DU DIMANCHE

➔ SPÉCIAL DU MIDI

➔ SOIRÉE TABLE D'HÔTE

Depuis 1984 !

33, chemin des Patriotes Est
Saint-Jean-sur-Richelieu
(450) 347-4411
(Iberville)

HEURES D'OUVERTURE

Merc. - jeud. - vend. : 11 h à la fermeture

Samedi : 5 h à la fermeture

Dimanche : 9 h à la fermeture

Quilliams
Hôtellerie de charme
LAC BROME QUÉBEC CANADA

- Hébergement de charme ****4 étoiles
- Situé face au majestueux lac Brome
- Complètement rénové
- 38 chambres et suites, 22 avec foyer
- Cuisine du terroir et française raffinée
- Piscine int. et ext., saunas, jacuzzi
- 6 km de Knowlton : antiquaires, boutiques
- Musées, vignobles et 4 golfs à proximité
- Plusieurs forfaits disponibles dont : Romantique
- Rabais de 25% sur la chambre la 2e, 3e, 4e et 5e nuit avec forfait sur semaine
- Certificats-cadeaux disponibles

UN ENDROIT À DÉCOUVRIR !
Divers forfaits disponibles

www.aubergequilliams.com 1-888-922-0404
572, chemin Lakeside, Lac Brome
Aut. 10, sortie 90, route 243 sud à 5 km de la sortie

Le Fort-Chambly s'endimanche d'activités tout l'été

Le Fort-Chambly sera à nouveau l'hôte d'une foule d'activités spéciales au cours de l'été qui s'amorce. Tous les dimanches de juillet et d'août, le lieu historique national proposera aux visiteurs des rencontres avec des artisans et des personnages qui leur feront découvrir la vie au temps de la Nouvelle-France.

Baptisée «Le Fort-Chambly s'endimanche», cette série d'activités permettra entre autres au public de s'initier aux traditions culinaires de nos ancêtres. Ainsi le 4 juillet dès 13 heures, Emmanuel Nivon viendra présenter «L'art de la cuisine en Nouvelle-France». Dans le décor d'une cuisine domestique de l'époque, entouré de sa collection d'ustensiles et d'outils de cuisine, le maître des lieux présentera les différentes méthodes de cuisson, de conservation et de préparation des aliments en Nouvelle-France.

La journée du 4 juillet marquera également le début d'une activité spéciale consacrée au mousquet. Tous les samedis et

dimanches en après-midi, un personnage tout droit sorti du XVII^e siècle invitera les visiteurs à une séance de tir au mousquet. Vêtu de l'uniforme du régiment de Carignan-Salière, il répètera pour eux les manoeuvres de chargement de cette arme à feu utilisée par les militaires qui ont construit le premier fort de bois à Chambly.

Parlant de militaires, le Fort-Chambly recevra la visite des soldats de la Compagnie franche de la Marine les 11 et 25 juillet. Au son des fifres et des tambours ils présenteront exercices et parades militaires et feront revivre les activités d'une garnison en 1750.

La vie d'un soldat du régiment de Carignan-Salière et l'uniforme qu'il portait en 1665 seront au coeur de l'activité du 18 juillet. Au programme: haut-de-chausses et tir au mousquet.

Le 1^{er} août, deux archéologues de Parcs Canada inviteront le public à voyager dans le temps grâce aux nombreux artefacts provenant de fouilles effectuées au Fort. Le thème de cette rencontre sera «Petits objets grande histoire».

Le dimanche 8 août, Philippe Gélinas accueillera les visiteurs sur un air de Nouvelle-France. S'accompagnant de ses instruments anciens, il animera un kiosque où il joue, chante et raconte les coutumes et légendes des premiers habitants français d'Amérique.

Le 15 août, une visite à l'atelier de l'ingénieur du roy permettra aux gens de percer les mystères de sa profession. L'animateur dévoilera entre autres les différentes techniques et les outils qu'on utilisait au XVIII^e siècle pour réaliser les plans.

La fin de semaine des 21 et 22 août verra quant à elle les hommes, femmes et enfants de la Milice de Chambly animer un campement d'époque et faire revivre le quotidien des habitants de la Nouvelle-France. Les soldats de la Compagnie Franche de la Marine se joindront à eux le dimanche 22 août.

Le Fort-Chambly s'endimanche clôturera sa saison les 28 et 29 août sur une note festive en invitant le public à se joindre aux Habitants de la vallée du Saint-Laurent qui, vêtus de leurs atours du dimanche, s'empare-



La 4 juillet, Emmanuel Nivon initiera les visiteurs aux traditions culinaires de la Nouvelle-France.

ront de la cour intérieure du fort pour y faire la fête.

Rappelons que le Fort-Chambly est ouvert tous les jours de 10 heures à 18 heures. Le coût d'entrée y est de 5,75\$ pour les adultes, 5\$ pour les aînés et de 3\$ pour les enfants de 6 à 16 ans.

Un laissez-passer familial est également disponible au coût de 14,50\$. Pour toute information, on peut composer le (450) 658-1585 ou encore par Internet consulter le site www.pc.gc.ca/fortchambly. ■

Quelque 3000 personnes visitent «Les Arts dans le Parc»

L'exposition «Les Arts dans le Parc» dont la deuxième édition s'est tenue les 19 et 20 juin derniers à la pépinière Brown à Saint-Jean-sur-Richelieu (secteur Saint-Athanase) a connu un très bon succès.

Bien qu'il soit difficile d'avancer un chiffre précis, la principale instigatrice de l'événement, Sylvie Bissonnette, estime que quelque 3000 personnes se sont rendues visiter les 70 artistes et artisans participants à l'exposition. Un nombre supérieur à l'année dernière donc et un déroulement dans l'ensemble encore meilleur, indique-t-elle.

L'encan d'oeuvres d'art qui s'est tenu le dimanche après-midi a lui



Les organisateurs estiment à quelque 3000 le nombre de personnes qui se sont rendues visiter l'exposition.

aussi été très réussi. Animé par Roger Deneault, il a en effet permis

d'amasser une somme de 2000\$ pour la Maison Hina, maison



L'encan qui s'est tenu le dimanche après-midi a permis de recueillir une somme de 2000\$ pour la Maison Hina.

d'hébergement pour femmes et enfants victimes de violence conjugale.

Tout près de 60 artistes avaient fait don d'une ou plusieurs de leurs oeuvres pour cet encan, souligne Mme Bissonnette. «Ils ont vraiment été très généreux» ajoute-t-elle. Par ailleurs, c'est Huguette Beaulieu de Saint-Jean-sur-Ri-

chelieu qui est la gagnante du certificat-cadeau d'une valeur de 200\$ offert par la pépinière Brown.

Organisateurs et participants sont donc très satisfaits de cette deuxième édition des Arts dans le Parc. Avec pour résultat que tout indique que l'événement sera de retour dès l'année prochaine. ■

Bourrasque celtique lance la saison des Beaux Dimanches

La saison 2004 des Beaux Dimanches du Fort-Lennox débutera le 4 juillet avec le groupe musical «Bourrasque celtique». La formation qui compte six musiciens présentera trois concerts en après-midi, à 13 heures, 14 h 30 et 16 heures.

Le répertoire de Bourrasque celtique s'inspire des traditions écossaise, irlandaise et anglaise. Il est également influencé par les tendances musicales modernes. Les musiciens du groupe maîtrisent une impressionnante gamme d'instruments anciens et contemporains tels la mandoline, le banjo, le violon, le congas, le djembé, la cornemuse, la clarinette, la flûte, la guitare, la

basse et la batterie. Il en résulte une musique des plus originales qui ne manquera pas de faire danser le public. Les amateurs de chansons françaises seront pour leur part séduits par des paroles à la fois amusantes et mystérieuses.

Depuis ses débuts en 1996, Bourrasque celtique a participé à plusieurs événements d'envergure. Le sextuor a entre autres joué ses airs lors des fêtes de la Nouvelle-France dans la vieille capitale et lors du Carnaval de Québec. Il a également enregistré deux albums, soit «Nordet» et «L'Oiseau Tonnerre». Les concerts de ce groupe d'inspiration celtique créeront une ambiance

des plus particulières dans l'enceinte du Fort-Lennox et rappelleront les origines des soldats qui y vécurent.

Outre les spectacles musicaux, des visites guidées et de l'animation costumée auront lieu toute la journée. Pour obtenir davan-

tage de renseignements, le numéro de téléphone à composer est le (450) 291-5700. ■



Les musiciens de Bourrasque celtique se produiront à trois reprises au Fort-Lennox le 4 juillet.



Les ensembles Nénuphars (notre photo) et Transit ont tous deux présenté leur spectacle annuel le 12 juin à la polyvalente Marcel-Landry.

Les Nénuphars et Transit remportent un bon succès

Le public s'est rendu en grand nombre entendre les ensembles vocaux Les Nénuphars et Transit lors de leur spectacle annuel respectif le 12 juin dernier à l'auditorium de la polyvalente Marcel-Landry. Quelque 175 personnes ont ainsi assisté au spectacle des Nénuphars en après-midi, tandis que, c'est devant une salle comble que les jeunes de Transit se sont produits en soirée.

Selon une responsable des deux groupes, tant l'Ensemble Les Né-

nuphars que Transit ont connu un très bon succès. Entre autres, les gens ont bien apprécié les solos présentés au cours du spectacle de Transit, de même que la pièce composée et harmonisée pour cinq voix par Jonathan Alie, un des membres de l'ensemble.

Même si le spectacle annuel est maintenant chose du passé, l'Ensemble Transit donnera au moins deux autres prestations dans la région au cours de l'été. Le 16 juillet en début de soirée, le groupe sera

au parc Honoré-Mercier dans le secteur Iberville, tandis que le 1^{er} août, il donnera une prestation au parc Félix-Gabriel-Marchand à l'arrière du palais de justice.

À noter également que les inscriptions pour la prochaine saison d'activité des deux chœurs se tiendront en septembre. À cet effet, des coupons à remplir seront disponibles dans le prochain «Loisir action» distribué avec le bulletin «Actualités municipales».

L'École de danse Denise Bonneau a bien réussi son 20^e spectacle

Quelque 350 danseurs dont l'âge varie entre 5 et 50 ans ont pris part au spectacle annuel de l'École de danse Denise Bonneau les 11 et 12 juin derniers au Théâtre des Deux Rives. Les nombreuses personnes présentes aux trois représentations offertes ont ainsi pu y voir des numéros de danse funky, de hip hop et de ^{work-out}, trois disciplines enseignées à l'école johannaise.

Ce spectacle était le 20^e que présente l'École de danse Denise Bonneau en 17 ans d'existence. À cette occasion, on a rendu un hommage spécial à Vincent-Olivier Noisieux, un danseur qui a commencé

à l'école à l'âge de dix ans et qui est aujourd'hui un des professeurs de cette institution. Le jeune danseur aujourd'hui âgé de 19 ans s'apprête à partir pour la France où il a été choisi pour se produire avec une troupe parisienne.

Au chapitre des activités à venir, l'école de Mme Bonneau tiendra un stage intensif de danse du 5 au 9 juillet prochain. Ce stage de cinq jours s'adresse à tous ceux et celles qui aiment la danse, sans toutefois qu'il soit nécessaire d'être très avancé dans la pratique de cet art. Pour toute information à ce sujet, il suffit de composer le (450) 346-6683.



Quelque 350 danseurs âgés entre 5 et 50 ans ont pris part à ce 20^e spectacle de l'École de Danse Denise Bonneau.



Plusieurs solos effectués par des membres de l'ensemble ont marqué le spectacle de Transit.

Tant qu'à faire un



AU CLUB DE GOLF

Profitez-en pour venir déguster notre cuisine, ouverte du mercredi au dimanche...

Tous les mercredis et jeudis

Le chef... c'est vous!

Choisissez vos ingrédients selon vos goûts

- Les mercredis : pizza
- Les jeudis : pâtes

Tous les vendredis

Le BBQ et la qualité du bœuf « Angus Pride » à prix très abordables

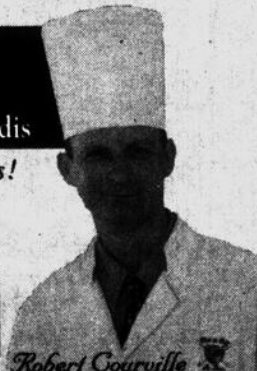
« 5 à 7 »

Les mercredis et vendredis

Notre cuisine est ouverte à tous!

Le chef

La plus belle terrasse de la région!



Robert Courville

CLUB DE GOLF SAINT-JEAN 320, Jacques-Cartier Sud Saint-Jean-sur-Richelieu Pour réservations: 346-6814

FACE À FACE

AVEC LES LIONS

UNIQUE EN AMÉRIQUE



TUNNEL DES LIONS



PARC SAFARI

Safari automobile - Jardin zoologique
Parc récréatif - Plages et baignade

Bien plus qu'un zoo!

Forfaits camping et hébergement disponibles

1 866 942-8484

www.parcsafari.com

À seulement 30 minutes au sud de Montréal • Autoroute 15 Sud, Sortie 6.

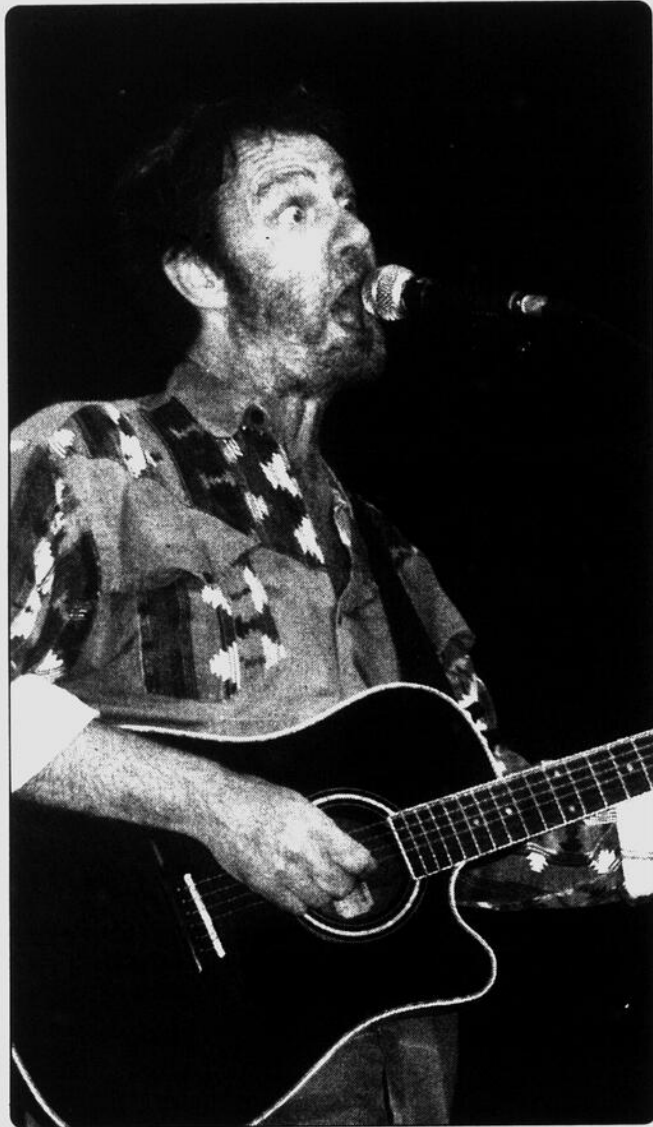


La musique traditionnelle a eu elle aussi voix au chapitre, entre autres avec le groupe «La Ligue du vieux poêle».



Le groupe Capitaine Révolte a offert une performance électrisante.

Sur scène avec les artistes de la Saint-Jean



Qu'est-ce que Plume pouvait bien être en train de chanter à ce moment-là...?



Patrick Norman a offert une performance très appréciée.



Corneille était l'invité vedette du spectacle du 24 juin.

Nuit Blanche
Méchante soirée
Méchante volley!

Kokanee Tous les samedis de 15 h à 3 h du matin **12¹⁷\$** +t.



Ski PARC AQUATIQUE Bromont.com C-547
Entrée gratuite
 pour Méchante soirée méchante volley. De 15 h à 3 h du matin
 Présentez ce coupon à la billetterie
 Offre limitée aux samedis 26 juin et 3 juillet
 1 coupon par personne.
 Aucune reproduction mécanique acceptée.

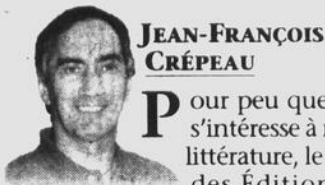
Bikini Village **Cellulose**

1 866 Bromont Autoroute 10 Sortie 78

LECTURE

LES ÉDITIONS DE L'HEXAGONE, ENCORE ET ENCORE

Petite histoire quotidienne d'une grande institution

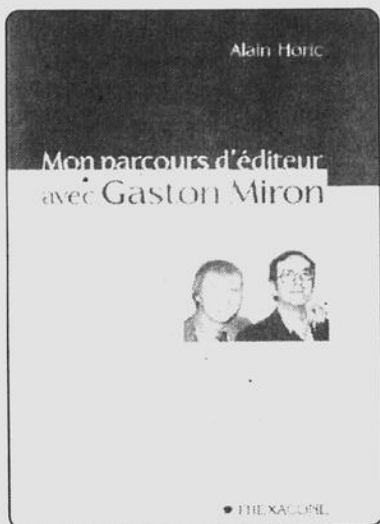


JEAN-FRANÇOIS CRÉPEAU

Pour peu que l'on s'intéresse à notre littérature, le nom des Éditions de l'Hexagone évoque spontanément celui de Gaston Miron. On croit, à tort, que le poète en a été l'unique fondateur et l'âme dirigeante jusqu'à son décès, survenu en décembre 1996. Quelques livres récents ont rétabli les faits. *Jeunesse et poésie: de l'Ordre du Bon Temps aux Éditions de l'Hexagone* (Fides, 2003), le savant essai de Christine Tellier, résultat de recherches exhaustives, en fait connaître les débuts. Dans *Voyage en Mironie: une vie littéraire avec Gaston Miron* (Fides, 2004), Jean Royer relate sa vision des années 1991 à 1998, alors qu'il en est le directeur littéraire. Quant aux grandes années, Alain Horic les raconte dans *Mon parcours d'éditeur avec Gaston Miron* (Éditions de l'Hexagone, 2004).

Rappelons d'abord qu'en juillet 1953, paraît *Deux sangs*, un recueil de poèmes de Miron et d'Olivier Marchand. C'est le premier ouvrage publié par l'Hexagone, une maison d'édition nouvellement fondée par six amis (d'où le nom): outre Miron et Marchand, elle réunit Gilles Carle, Mathilde Ganzini, Jean-Claude Rinfret et Louise Portugais. Ils seront très tôt rejoints par Hélène Pilote, puis Jean-Guy Pilon.

Avant de poursuivre, on peut s'interroger sur l'intérêt que suscite l'Hexagone et son histoire. Cela vient d'abord du fait que la majorité des grands poètes d'une géné-



ration y ont été publiés. Puis, l'Hexagone a marqué de façon significative toute la littérature de la Révolution tranquille et, plus tard, de l'ère nationaliste. La maison était et, dans une certaine mesure, demeure un phare de la culture québécoise.

Revenons à Alain Horic et à son «parcours d'éditeur». Très bien connu des milieux de l'édition et de la littérature, il est moins connu du grand public. Originaire de Bosnie, Horic est un émigrant politique arrivé au Québec en 1952. Dès 1954, il se lie d'amitié avec Miron. À l'invitation du poète, il collabore à l'Hexagone dès 1955; à compter de 1961, il devient membre de la direction.

Dans son essai, Alain Horic raconte de façon détaillée son implication, de plus en plus engagée d'ailleurs, dans les affaires de l'Hexagone. Rien ne semble lui échapper. Il rappelle que, de 1964 à 1970, Miron et lui dirigeaient

conjointement de la maison d'édition. De 1970 à 1981, une nouvelle société légale fut formée dans laquelle Horic et Miron sont associés, codirecteurs et coanimateurs. Par la suite et jusqu'en 1991, au moment où l'Hexagone est vendu à Sogides présidé par Pierre Lespérance, Alain Horic dirige et anime seul l'entreprise. Au moment de cette transaction, Sogides crée le Groupe Ville-Marie Littérature, auquel Horic reste associé, et y accueille, outre l'Hexagone, VLB éditeur, Les Quinze éditeur et Typo, une collection de livres de poche établie par Horic en 1984.

L'ouvrage d'Alain Horic fait donc le véritable bilan du cheminement de l'Hexagone parmi les plus importants éditeurs du Québec contemporain. L'image qu'il en trace est celle d'une entreprise malingre qui ne parvient pas tout à fait à devenir une société digne de ce nom. Il évoque mille et une raisons pour expliquer cette situation, dont le manque de disponibilité ou d'intérêt de Miron à des moments cruciaux de son essor n'est pas la moindre; cela rejoint Jean Royer qui souligne plusieurs fois que Miron a tendance à procrastiner.

Jamais pourtant ai-je eu l'impression qu'Alain Horic voulait régler des comptes avec le regretté Miron. Il remet cependant les pendules à l'heure en ce qui concerne le rôle qu'il a réellement joué à l'Hexagone, depuis son arrivée au pays jusqu'à la vente de l'entreprise et même au-delà. Cela nous rappelle que travailler dans l'ombre d'un géant n'est pas toujours aisé et qu'un rappel à l'ordre est parfois juste et nécessaire. ■

VITRINE



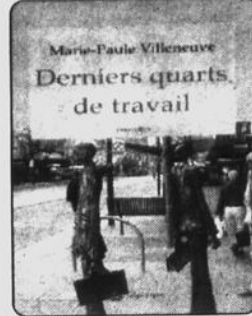
Là où ça mord (Éditions Trois-Pistoles, 2004) par Martin Thibault.

Ce n'est pas une simple histoire de pêche que raconte le jeune romancier. S'il est vrai que cela se déroule sur les hauteurs de Picard, près de Saint-Éleuthère, dans le pays de Pohénégamook, au Bas-Saint-Laurent, la pêche est un prétexte pour permettre au narrateur de se rapprocher des siens et se rappeler des souvenirs épars. Son père, sa mère, sa sœur et quelques moments choisis de son enfance, cela va de soi. Il y a aussi le jour où il est devenu père ou ce déjeuner entre Jeanne, sa femme, et Chloé, leur fille. Ce roman relate une histoire dans laquelle les émotions sont vives et où la famille occupe la première place. Ce n'est pas affaire de bons sentiments, mais bien d'une passion vive à l'égard des siens que l'auteur exprime avec juste ce qu'il faut d'émotions pour qu'on y croie.



Les grands textes indépendantistes 1992-2003 (Éditions Typo, 2004) par Andrée Ferretti.

En 1992 paraissait le premier recueil de «textes représentatifs de l'ensemble du discours indépendantiste» diffusés depuis 1774 et colligés par deux des plus ardents défenseurs de l'indépendance nationale. Depuis, bien que Miron soit décédé, Andrée Ferretti a poursuivi l'œuvre entreprise et elle fait maintenant paraître, en même temps que la réédition du premier tome, une suite inédite de textes communiqués de 1992 à 2003. Une première série, intitulée «la nation en quête du pays», met l'accent sur des propos adressés «aux compatriotes venus d'ailleurs», selon le titre d'une lettre du poète Claude Beausoleil. La seconde série s'intitule «Pourquoi et comment continuer le combat» et on y discute de stratégies à mettre en œuvre pour obtenir un État indépendant. Notons que l'étapisme péquiste est, ici et là, remis en question.



Derniers quarts de travail (Éditions Triptyque, 2004) par Marie-Paule Villeneuve.

Dix nouvelles, autant de regards jetés sur les grandeurs et les misères qui accompagnent la pratique d'un travail, quel qu'il soit. Par exemple, nous y apprenons ce qui est advenu de Miss Témiscamingue, une coiffeuse d'expérience, après qu'elle ait vendu son salon à José Racicot. Il y a aussi les imbroglios auxquels est soumise une préposée à l'admission d'un hôpital, la nuit. Quant à l'histoire de Spag, le bouvier des Flandres, elle est tout simplement hilarante. Toutes les nouvelles de ce recueil sont d'une rare efficacité: narrateur et point de vue, élément déclencheur, quelques péripéties bien ficelées et hop! aussitôt le dénouement qui fait sourire ou réfléchir, ou les deux. C'est ce que j'appelle de la littérature intelligente et efficace. ■

JUSQU'AU 4 SEPTEMBRE 2004
AU BATEAU-THÉÂTRE L'ESCALE À SAINT-MARC-SUR-RICHELIEU
 Les Productions Jean-Bernard Hébert inc. présentent une comédie de Miklos Laszlo
Maxime Allard • Sylvio Archambault • Mélissa Dion des Landes • Sylvain Dubois • David Fontaine • Jean-Bernard Hébert • Louis-Olivier Mauffette • Myriam Poirier • Jean-Louis Roux • Marjorie Vaillancourt
 Adaptation d'Évelyne Fallot et Jean-Jacques Zilbermann
 Mise en scène: Pierre-Olivier Scotto et Martine Feldmann. Collaboration: Guillermo De Andrea

LA BOUTIQUE AU COIN DE LA RUE

« Une distribution extraordinaire pour un spectacle d'une élégance tout à fait réjouissante »
 M. Vallerand - Radio-Canada

« Cette histoire glisse en nous avec la fraîcheur d'un Muscadet, parce qu'elle est bien racontée »
 J. St-Hilaire - Le Soleil

« Le bonheur est dans la Boutique »
 J. Beaunoyer - La Presse

« Le charme opère tout au long de ce conte aussi optimiste que nostalgique »
 D. Cantin - Le Devoir

RÉSERVATIONS
(450) 584-4446 • 1 (866) 774-4446
FORFAITS GROUPE ET SOUPER-THÉÂTRE
 555, boul. Richelieu
 Aut. 20 Est - Sortie 112 (Belœil • Saint-Marc-sur-Richelieu)

Québec
 THÉÂTRE DU BORD DE L'EAU
 AP

Les Solides
 Chevrolet • Oldsmobile
Racine de l'Humour

Josée BOUDREAU
 16-17-23-24-30-31 juillet

Jean-Claude GÉLINAS
 6-7 août

Les DUPLICATAS
 avec Michaël Rancourt et Claire Bienvenue
 13-14-20-21-27-28 août

CABARET THÉÂTRE
 DU VIEUX SAINT-JEAN
 190, rue Laurier
 Saint-Jean-sur-Richelieu

Billets disponibles à la
(450) 358-3949 ou 1-888-443-3949
 En collaboration avec

DVD / VIDÉO

Le retour du roi: une conclusion grandiose



**PASCAL
CLOUTIER**

Le dernier film de la trilogie de Peter Jackson était attendu. La production n'aura déçu personne qui aura apprécié les deux premiers volets du récit de Tolkien. C'est avec plaisir qu'on retrouve les magnifiques décors de la Nouvelle-Zélande et les acteurs qui s'y sont démenés. D'Elijah Wood à Viggo Mortensen, d'Ian McKellen à Orlandao Bloom, de Liv Tyler à Kate Blanchett plusieurs acteurs nous auront offert une épique saga que seul George Lucas et sa bande nous aura offert au cours de la relative courte histoire du cinéma. La dernière portion de cette épopée mémorable dure 201 minutes et on en prendrait encore et encore.

Nous en sommes à la fin de la guerre, c'est la dernière confrontation pour l'obtention de la Terre du Milieu. Aragorn (Mortensen) mène ses troupes vers le combat, inquiet et anxieux de la réaction de son ennemi le plus dangereux, Sauron le Seigneur Ténébreux. Mais pendant que l'avenir de ce qui semble être l'univers de toute cette faune inventée par J.R. Tolkien se joue, le personnage principal, le hobbit Frodon (Wood) et son ami fidèle, Sam (Sean Astin), tentent de rejoindre le but de leur longue marche: la montagne du Destin. C'est là qu'ils pourront dé-

truire dans les flammes éternelles, l'Anneau Unique. Mais leur guide, l'affreux Gollum, dont on comprend mieux l'histoire personnelle avec l'Anneau, ne semble pas toujours vouloir les aider.

C'est donc la fin et comme de raison, la version DVD offre plusieurs options outre le film; les nombreux films-annonce de la trilogie, pour le cinéma, pour la télé, pour le jeu vidéo; plusieurs reportages sur les différents aspects de la production; la vision de Peter Jackson sur ses triplets et sa façon de les réaliser; une production du National Geographic, la revue populaire qui nous présente les superbes vues de la Nouvelle-Zélande utilisées pour la trilogie. Il y a fort à parier que d'autres versions et coffrets seront offerts d'ici peu sur le marché. Les preneurs seront nombreux, la trilogie sera devenue un classique instantané.

C'est la fin d'une ère très importante pour le cinéma et on s'en rappellera encore longtemps. Le retour du Roi aura eu le mérite de fermer la marche avec tout le grandiose qu'on attendait de la fin d'une telle histoire et d'une telle production.

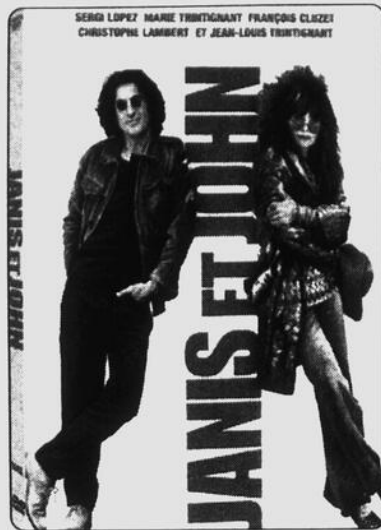
À voir absolument.

Janis et John

J'adore les différences culturelles. Mon passe-temps favori c'est de voyager et j'ai eu la chance de le faire plus souvent qu'à mon tour. La vie est bonne avec moi... là-dessus. Mais il y a certaines dif-

férences culturelles moins extraordinaires que d'autres. La télé et le cinéma français sont très différents que ce à quoi nous sommes habitués, ici, en Amérique. Certains films français sont d'un comique consommé qui ne peut que faire rire à gorge déployée petits et grands de tous les pays. Les films de Claude Zidi auront fait rire des générations de francophones de partout. Mais il y a aussi un comique un peu arriéré qui étonne et déçoit au cinéma français et de temps à autre on reçoit un de ces films qui aurait pu nous être épargné. «Janis et John» en est un bon exemple.

Le timing était là, soit. Marie Trintignant venait de trouver la mort des mains de son compagnon, la vedette rock Bertrand Cantat dans une histoire assez horrible, il faisait bon de revoir l'actrice dans une comédie légère, insouciant de ce qui l'attendait. Une comédie pour faire un pied de nez à la mort qui allait s'emparer de l'actrice bien trop rapidement. Un au revoir tout en sourire. Mais voilà, malgré cette mise en situation touchante et malgré la présence d'autres bons acteurs, c'est le scénario qui fait défaut ici. Sergi Lopez a beau être sympathique, tout comme François Cluzet, Christophe Lambert toujours aussi faux et Jean-Louis Trintignant solide mais en retrait, l'histoire n'y fait pas. C'est pas très bon, ni drôle en fait. J'ai eu l'impression de donner une chance à une industrie cinématographique qui n'a plus rien à prouver. Une fausse note,



Janis et John

voilà comment je décrirais cette comédie loufoque à en être déçu. Une harmonique qui détonne et qui amplifie la tristesse de l'au revoir de Marie Trintignant. On aurait souhaité quelque chose de meilleur, de solide et qui aurait souligné tout l'aplomb de l'actrice à part entière qu'elle était devenue. La présence de son père n'ajoutant rien à la situation, c'est une bonne performance dans un mauvais film qu'elle nous aura offert.

Sergi Lopez est Pablo Sterni. Il vient de faire une gaffe à sa job en récupérant des primes d'assurances qu'un de ses clients, monsieur

Cannon (Jean-Louis Trintignant), prenait bon an mal an sur une voiture de collection protégée et jamais bougée. La voiture est volée et accidentée. Il faut payer monsieur Cannon. Mais l'argent n'y est plus. En fait, il n'est même pas assuré. Pablo ne sachant plus trop quoi faire (le scénariste non plus faut croire) se tourne vers une autre arnaque qui aura comme victime son cousin Léon (Christophe Lambert) à qui il manque un boulon. Ce dernier revit le début des années 70 continuellement depuis qu'il a consommé de la mauvaise drogue. Il attend le retour de Janis Joplin et John Lennon. La femme de Pablo, Brigitte, incarnera pour les fins de l'arnaque, Janis Joplin. Un acteur nommé Walter Kingkate (François Cluzet) accepte de jouer le premier Beatles qui nous a quitté. C'est gros, c'est pas très drôle et c'est surtout ridicule au point d'en pleurer. Le cousin est riche et on va le voler par l'entremise de Janis et John qui reviennent lui demander une part de son héritage. Ben voyons donc...

Un film inutile que le réalisateur Samuel Benchetrit aurait pu nous éviter. Le choix musical est très approprié mais la musique des Who ne réussit pas à nous emballer au point de vous proposer cette location perdue. Le DVD n'offre rien de bien original. ■

CINÉMA

«Elvis Gratton XXX: une horreur!»

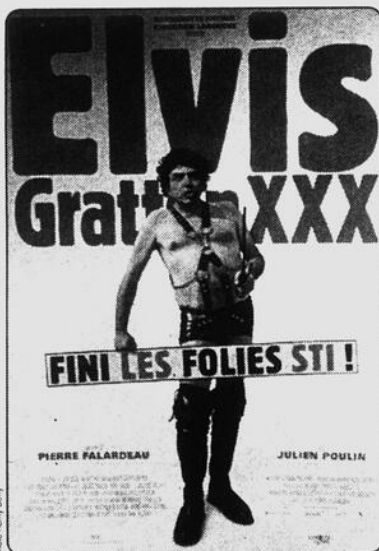


DANIEL G. HÉBERT

Le premier «Elvis Gratton» était une savoureuse caricature du «monocle» québécois prétentieux, parvenu, attaché à ses Rocheuses autant qu'à ses flamants roses. Le second exploitait le côté burlesque du personnage avec moins d'habileté et beaucoup de mauvais goût. On riait, mais pas mal moins...

Le troisième tombe bas, très bas. J'irais jusqu'à dire que je n'ai jamais vu un aussi mauvais film. Le mauvais goût atteint son comble, la farce repousse les limites du ridicule. Et Falardeau se défoule à ce point dans la satire qu'il en perd toute crédibilité.

L'écriture est décousue, maladroite. L'humour est presque entièrement basé sur les jurons de monsieur Gratton (au moins une cinquantaine de «tabarnac» bien comptés...) et sur ses déjections (le genre de réplique «j'ai chié dans mes culottes!»). La «marde» devient littéralement le thème central de cette triste comédie, au point qu'on accuse ouvertement Radio-Canada, La Presse et les mé-



«Elvis Gratton 3» atteint les niveaux les plus bas...

dias québécois d'en être remplis...

Quelques passages isolés font tout de même rire. La conversation de sourds avec la boîte vocale de la Banque Royale ou la chanson qu'Elvis interprète dans la salle muni d'un micro avec fil sont plutôt amusants. Mais il vient un moment où les spectateurs ne rient plus, où ils se lassent d'être pris pour des «épais». J'irais jusqu'à di-

re que c'est insultant...

Robert Gratton (Julien Poulin, «Elvis Gratton II», «Le dernier souffle») se voit offrir par Jean Chrétien de devenir le propriétaire «Radio-Cadenas» et de l'empire de Paul Desmarais. Malgré quelques réticences, il accepte de relever le défi.

Entre ses démêlés avec sa limousine et sa décoration intérieure, en même temps qu'il organise un grand concours («La gosse d'or...») pour trouver la femme qui portera son clone, pendant qu'il tourne «La vengeance d'Elvis Wong» avec un cinéaste allemand, «Elvis Gratton» apprend le métier de PDG.

Très vite, il comprendra comment exploiter le consommateur de médias, comment fausser l'information, comment truquer les débats, comment museler la presse tout en s'en mettant plein les poches. Jusqu'à ce qu'une réalité brune et visqueuse le rattrape...

Bref, un épouvantable mélange de genres, entremêlant la fable, la satire et le comique de mauvais goût. Une comédie pas très drôle, une caricature ratée, une expérience dont on sort déçu et choqué. ■

Tirage

Gagnez une paire de billets pour le spectacle de

JOSÉE BOUDREAU
16 juillet

Nom: _____

Adresse: _____

Code Postal: _____

Téléphone: _____

Pour participer, il vous suffit de compléter le coupon et le déposer à nos bureaux ou le faire parvenir à l'adresse suivante:

LE CANADA FRANÇAIS

LE CANADA FRANÇAIS
84, rue Richelieu
Saint-Jean-sur-Richelieu (Québec)
J3B 6X3

Les gagnants devront se déplacer pour recevoir leur prix. Pour être éligibles les coupons-réponses devront nous parvenir au plus tard le 6 juillet à 17 h.

Tirage

ARTS EXPRESS

Des nouvelles du Grand casting Ford

C'est Éric Bisaillon, un résident de la région de Magog, qui est le grand gagnant du concours «Chantez haut et Ford». On se souviendra que le choix des concurrents à ce concours s'est fait par le biais d'une tournée d'auditions qui a parcouru les différentes régions du Québec ces dernières semaines. Cette tournée s'est d'ailleurs arrêtée chez Dupont Ford à Saint-Jean-sur-Richelieu le 3 juin où pas moins de trois participants, Josée Connors, Caroline Bourgeois et Georges Bourgeois, ont été choisis pour la demi-finale. Caroline Bourgeois a été la seule des trois à se rendre en finale.

«Mariage en Fleurs» prend fin samedi

Le centre d'art La Maison sous les Arbres clôturera son exposition «Mariage en Fleurs» le samedi 3 juillet prochain en conviant le public à un symposium de 13 à 17 heures. À cette occasion, les gens pourront voir sur place des artistes comme Annick Nabot de l'Atelier du verre de Saint-Blaise, Denise Santerre, peintre qui confectionne aussi des court-pointes, et Pierre Goulet, sculpteur qui présentera ses oeuvres en ferro-ciment. Claudette Larouche, poète, lira quelques-uns de ses textes de 14 heures à 14h30. Une invitation est aussi lancée aux autres artistes qui désireraient prendre part à ce symposium. Bien sûr, le public est lui aussi cordialement invité. La Maison sous les Arbres est située au 2024, route 133 dans le secteur Saint-Athanase et pour tout renseignement supplémentaire, il suffit de composer le (450) 347-1639.

Michelle Dozois expose à Rougemont et à Longueuil

L'auteure et artiste Michele Dozois sera à l'Exposition agricole de Rougemont la fin de semaine prochaine pour y présenter ses oeuvres. On pourra la visiter le vendredi 2 juillet de 10 à 21 heures et le dimanche 4 juillet de 10 à 17 heures au kiosque de la municipalité de Mont-Saint-Grégoire où elle présentera livres et parchemins, cartes et bijoux, illustrations à l'encre, petits tableaux, coffrets et accessoires en bois réalisés par elle-même, sa fille et son conjoint, représentés sous l'appellation de YIM. Le site de l'Exposition de Rougemont se trouve au 735, rue Principale à Rougemont.

Michelle Dozois invite aussi

les gens à se joindre à elle pour le lancement de l'Agenda Plumes et Pinceaux de la Montérégie, édition 2005 et l'exposition qui accompagnera cet événement. Cette année, c'est un extrait de son texte intitulé *Conte de fée*, publié dans son dernier recueil *Besoin d'aimer*, qui s'y trouvera, jumelé à un tableau d'une artiste de la Montérégie. L'événement se déroulera le samedi 3 juillet de 14 à 16 heures au Centre culturel Jacques Ferron, situé au 10, rue Saint-Laurent à Longueuil, au deuxième étage de la bibliothèque municipale. Pour toute information, on peut contacter Mme Dozois au (450) 347-0647.

Les Trois Accords à Saint-Jean

Le groupe «Les Trois Accords» sera à Saint-Jean-sur-Richelieu le dimanche 4 juillet prochain à l'occasion d'un spectacle au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean. Trois autres formations musicales, «Satellite of June», «The Astronaut Arcade» et «3 against 1» participeront également à ce spectacle qui est prévu de débiter à 19 heures. Les billets sont disponibles en prévente au coût de 10\$ chez Orbite Sport, Micro-Disques, à la SPEC ainsi qu'aux comptoirs du réseau Admission. Le prix à la porte (190, rue Laurier) le soir du spectacle sera de 14\$.

Les élèves du Studio Nicko en spectacle

L'École du Centre musical Studio Nicko présentera son premier «Gala-spectacle annuel» les vendredi et samedi 2 et 3 juillet prochain à 20 heures au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190 rue Laurier à Saint-Jean-sur-Richelieu. Fondée en février 2003, l'école a accueilli 210 élèves au cours de sa première année d'existence. Les propriétaires, Nicko Ouellet et Manon Malo, invitent la population de Saint-Jean et des environs à venir encourager les artistes en devenir qui fréquentent assidûment leur école et qui ont bien hâte de faire montre de leur talent. Ce spectacle a été monté avec le souci de divertir le public avec mise en scène soignée, projections, effets spéciaux et prix de présence, souligne-t-on.

Fait à noter, le spectacle du vendredi sera entièrement différent de celui du samedi. Les gens peuvent donc se procurer des billets pour les deux soirées au coût de 10\$ pour les adultes et 5\$ pour les enfants de 12 ans et moins. Les spectateurs peuvent également se présenter le soir même des deux représentations puisque quelques dizaines de billets sont encore disponibles. Pour toute information, on peut contacter Manon Malo au (450) 357-9929.

Un cours pour apprendre à «écrire sa vie»

Un cours d'écriture sur le thème «J'écris ma vie» sera dispensé à Saint-Jean-sur-Richelieu, plus précisément à la résidence l'Oasis, en septembre prochain. Ce cours sera donné par Hélène Forest en collaboration avec l'écrivaine Claudette Bégin et est offert gratuitement.

«Écrire sa vie est un trésor incontestable à laisser en héritage à ceux qu'on aime, peut-on lire au sujet de cette activité. À travers nos souvenirs c'est tout un patrimoine qu'on transmet aux générations futures. Écrire sa vie, c'est laisser à nos descendants, à travers des documents, des photos, des mots, réconfort, encouragement et bonheur. Écrire sa vie peut aussi apporter à l'auteur(e) un sentiment de fierté et de paix».

À noter que les personnes intéressées à suivre ce cours doi-



Claudette Bégin et Hélène Forest dispenseront ensemble ce cours «J'écris ma vie» en septembre à la résidence l'Oasis.

vent s'inscrire dès maintenant en communiquant avec Hélène (le nombre de place est limité) au (450) 347-9945.



CINÉMA LE CAPITOLE

du 2 au 8 juillet

Info-Film:
358-3030
290 rue Richelieu
à St-jean-sur-Richelieu

FILMS ET HORAIRES SUJETS À CHANGEMENTS

FAHRENHEIT 9/11 (G)

Tous les jours: 12h20 - 14h40 - 17h00 - 19h20 - 21h40

SPIDER-MAN 2 (V.F) (G déconseillé aux jeunes enfants)

Tous les jours: 12h45 - 12h55 - 15h30 - 15h45 - 18h40
19h00 - 21h25 - 21h35 LAISSEZ-PASSER REFUSÉS

ELVIS GRATTON 3 (G déconseillé aux jeunes enfants)

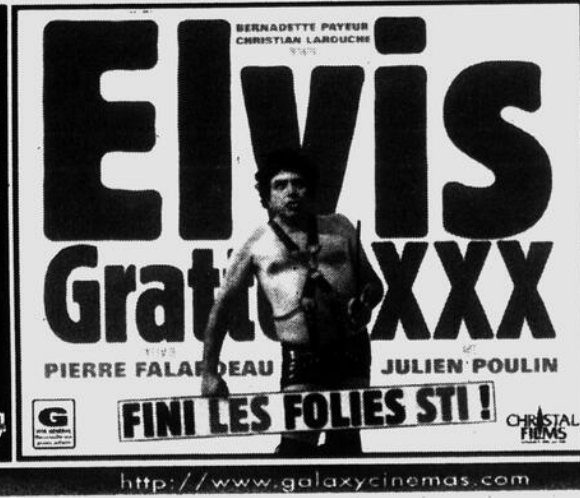
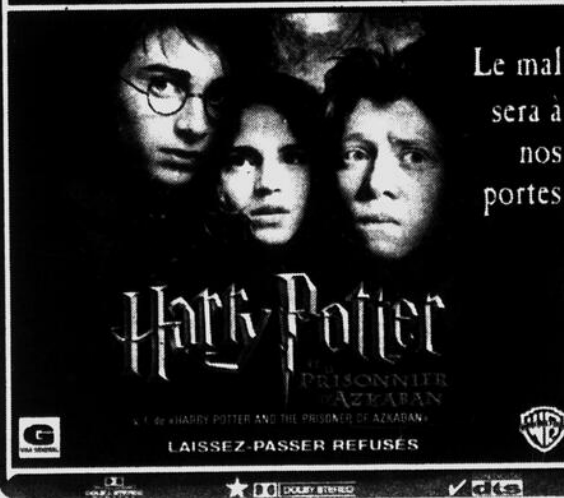
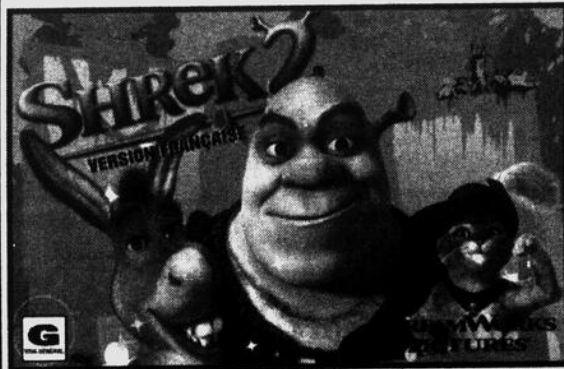
Tous les jours: 12h35 - 15h25 - 18h45 - 21h30

HARRY POTTER (G) LAISSEZ-PASSER REFUSÉS

Tous les jours: 12h25 - 15h35 - 18h25 - 21h40

SHREK 2 (V.F.) (G)

Tous les jours: 12h30 - 15h40 - 18h30 - 21h20



SEXUALITÉ

Y a-t-il une vie sexuelle après une maladie cardiaque?



NANCY
MICHAUD

Le cœur est un muscle qui pèse environ 300 grammes, il pompe cinq litres de sang en une minute et il y a environ soixante-dix battements cardiaques par minute lorsque nous sommes au repos. Lors d'un effort important, le débit cardiaque de cinq litres par minute se multiplie par trois ou quatre et le nombre de battements peut atteindre 100 000 pulsations par jour. Les maladies cardiaques sont, en majorité, causées par des facteurs modifiables, mais il reste que quelques facteurs sont congénitaux. Les facteurs non modifiables sont l'âge, le sexe masculin ainsi que l'hérédité. Pour ce qui est des facteurs acquis dont nous pouvons en changer l'évolution, il y a l'artériosclérose (durcissement des artères causé par l'accumulation de gras), l'hypertension artérielle, le tabagisme, le diabète, l'obésité, l'hypercholestérolémie, la sédentarité, le stress excessif ainsi que l'alcoolisme. La meilleure prise en charge pour éviter la maladie cardiaque est de prévenir en menant un style de vie sain car les facteurs de risque détériorent votre cœur et vos artères

de manière subtile et progressive. Il faut surveiller notre taux de cholestérol car un excès dans l'organisme s'emmagasine sur la paroi des artères et entraîne une diminution progressive de leur dimension. L'alimentation est non négligeable: diminuer les gras saturés d'origine animale, éviter l'excès d'alcool et les aliments sucrés, manger davantage de fibres, de poisson, de volaille, de légumineuses ainsi que des huiles végétales. Il faut surveiller notre tension artérielle car l'hypertension modifie les artères en favorisant l'emmagasinement de cholestérol et oblige le cœur à travailler davantage car les vaisseaux deviennent plus résistants. Puisque la cigarette favorise elle aussi les dépôts de cholestérol sur les artères et favorise la production de caillots sanguins, plus vous fumez et plus vos risques de maladie cardiaque augmenteront. En dernier lieu, la sédentarité est à proscrire car puisque le cœur est un muscle, si vous ne lui permettez pas de s'exercer régulièrement, il deviendra moins puissant avec moins d'endurance. Au contraire, si vous faites de l'exercice physique régulièrement, vous permettrez à votre cœur d'entretenir ses capacités et vous aiderez, du même coup, votre corps à lutter contre l'obésité, l'hyper-

cholestérolémie et l'hypertension artérielle.

La maladie cardiaque est la principale cause de décès en Amérique et n'est certes pas négligeable dans les autres pays. Les personnes atteintes de maladies cardio-vasculaires ont habituellement des sentiments d'anxiété et de peur causés par une image corporelle modifiée. Il semblerait que la maladie rend les gens différents car ils craignent l'impuissance et la dépendance. Le manque d'information sur les effets secondaires de la maladie cardiaque ainsi que sur la poursuite des activités empêche plusieurs personnes de vivre une vie similaire à celle qu'elles ont connue avant la maladie. La crainte de reprendre une vie sexuelle normale est la principale source de questionnement qui hante les personnes cardiaques. Dans la majorité des cas, les gens sont laissés à eux-mêmes et ne savent pas qu'avec un régime d'activités progressives, ils peuvent reprendre une vie sexuelle normale.

La maladie cardiaque ne porterait donc pas atteinte à la réponse sexuelle. Ce sont davantage la peur, l'anxiété, les fausses croyances et la prise de médication qui occasionnent la baisse de désir ou de la fréquence des activités

sexuelles. Plusieurs mises en garde sont cependant à respecter avant d'entreprendre des activités qui pourraient activer le cœur: commencer par des préliminaires car ceux-ci représentent un réchauffement pour les muscles du corps, ce qui diminue les chances de travail brutal pour le cœur. Ensuite, il est suggéré d'entreprendre une activité sexuelle seulement lorsque la personne cardiaque est reposée et elle doit se garder du temps pour se détendre à la suite de la relation sexuelle. Une relation sexuelle relativement courte est suggérée ainsi que la présence d'un partenaire habituelle, car les émotions éprouvées (stress et anxiété) lors d'une nouvelle relation pourraient augmenter le rythme cardiaque davantage que les efforts physiques demandés. La relation anale est fortement déconseillée car elle stimule le nerf vague qui ralentit le rythme cardiaque et qui peut donc entraîner un arrêt cardiaque. Finalement, si vous êtes cardiaque, vous devriez éviter toute relation sexuelle après un repas, surtout si vous avez consommé de l'alcool, car l'alcool dilate vos vaisseaux sanguins et l'énergie cardiaque est déjà en demande pour travailler sur votre digestion, alors le meilleur conseil est d'attendre plus tard.

Même si une relation sexuelle d'environ quinze minutes de-

mande moins d'énergie que la pratique d'une grande quantité d'activités, la majorité des cardiaques ont peur de mourir lors d'une relation sexuelle. Il y a le quart des personnes cardiaques qui renoncent à toute vie sexuelle par crainte d'une rechute. Chez la moitié des cardiaques, il y a un ralentissement de leurs ébats sexuels tant en quantité qu'en intensité, et le dernier quart qui ne change en rien leurs habitudes sexuelles. Selon les statistiques des personnes cardiaques, plus du trois quarts de celles-ci pourraient reprendre leur activité sexuelle et les autres doivent seulement y aller selon leur endurance physique. Qu'il y ait ou non la présence d'un problème cardiaque à la base, 0,9% des gens connaissent un malaise cardiaque lors d'une activité sexuelle et seulement 0,5% risque d'en mourir. Pour les gens qui le désirent, un médecin peut expliquer un programme d'exercices progressifs qui permettra de préparer le cœur à un niveau légèrement plus élevé que le rendement normal demandé par l'organisme. À la semaine prochaine. Pour participer à mes conférences et groupes de soutien, vous pouvez le faire au Centre de ménopause et d'andropause que je possède dans la région (514) 580-5051 ou nmi-chaud001@sympatico.ca ■

RESSOURCES D'ACCUEIL POUR LES HANDICAPÉS

Elles veulent forcer Québec à agir

LOUISE BÉDARD

Alcide Genesse, le président du RESSAQ (Regroupement des ressources résidentielles adultes du Québec), et des conseillers syndicaux de la CSD rencontraient le député libéral d'Iberville, Jean Rioux, pour le sensibiliser à la situation des personnes qui gardent des adultes handicapés à leur résidence.

Quelques autres rencontres du genre doivent avoir lieu au Québec pour déplorer les effets de la Loi 7 adoptée sous le bâillon, en décembre dernier.

Le gouvernement a refusé à ces personnes d'être considérées comme des employés des établissements du réseau des affaires sociales qui les accreditent. Néanmoins les membres du regroupement veulent en arriver à la négociation d'un contrat social avec le gouvernement et non plus voir leurs conditions de travail imposées par décret. Le cadre législatif n'oblige pas le gouvernement à négocier.

Le RESSAQ regroupe plus de 3000 personnes qui sont accréditées auprès d'établissements, selon des normes établies par le gouvernement. Elles prennent charge à leur résidence, de neuf adultes ou moins atteints de handicaps multiples. Elles leur offrent un milieu de vie adapté à leurs besoins tout en leur pro-

duisant assistance et soutien requis.

Rien à voir avec les histoires d'horreur de logements insalubres qui ont fait la manchette des médias il y a quelques mois, signalent les conseillers syndicaux, Michel Gauthier Giroux et Réjean Audy.

On distingue deux catégories de ressources résidentielles: les ressources intermédiaires (RI) et celles de type familial (RTF).

La loi votée dans la foulée des nombreuses législations de décembre dernier, a pour effet d'exclure ces personnes de l'application des lois protectrices du monde du travail et du Code du travail.

La CSD auquel le regroupement est affilié considère ces personnes comme des travailleurs autonomes et veut négocier un contrat social de travail avec Québec. Ce contrat collectif déborderait des conditions de travail pour répondre aussi à des besoins du réseau, notamment celui d'assurer la relève.

«Nous insistons sur l'urgence d'assainir les rapports entre les ressources et les établissements qui souvent agissent envers elles de façon arbitraire et abusive. Seule une véritable négociation nous permettra d'être respectés et reconnus à notre juste valeur et de mettre en lumière la



Alcide Genesse, président du RESSAQ, Michel Gauthier Giroux et Fernand Audy, conseillers syndicaux de la CSD.

contribution que nous apportons à la société», fait valoir le président du RESSAQ, Alcide Genesse.

Les membres du regroupement veulent que le gouvernement procède à une harmonisation des réseaux qui offrent des services semblables mais sont rétribués inégalement. Ils veulent obtenir aussi certaines garanties. Une

personne accréditée pour recevoir neuf adultes et qui a procédé aux aménagements nécessaires dans sa maison n'a pas l'assurance que l'établissement lui enverra neuf bénéficiaires.

CONTESTATION

Une contestation de la constitutionnalité de la Loi 7 a été entreprise par le RESSAQ et la CSD en concertations avec la CSQ et

la FTQ.

Les centrales syndicales s'appuient sur le droit à l'association protégé par la Charte des droits et libertés. Elles invoquent aussi la discrimination basée sur le sexe. Près de 80% des personnes accueillant ces handicapés sont des femmes. Une plainte a aussi été déposée à l'Organisation internationale du travail. ■

S O U R I R E S A N T É

Quelles sont les causes de l'usure des dents?



DOMINIQUE COMEAU

En cabinet dentaire, il est fréquent d'observer une usure marquée des dents. C'est en partie une des nombreuses observations associée à une vie dentaire prolongée. Quelles en sont les causes?

Maintenant plus que jamais, les gens gardent leurs dents longtemps. Les problématiques dentaires sont donc en processus de changement. On peut donc observer une prévalence d'usure des dents plus fréquente et plus marquée chez l'ensemble de la population âgée, certes, mais aussi chez les jeunes, particulièrement les gens très stressés.

L'usure des dents peut donc se manifester de plusieurs façons, soit par abrasion, attrition, abfraction et l'érosion.

ABRASION

L'abrasion est une usure en forme de «V» près des gencives due le plus souvent par une hygiène dentaire inadéquate. Le brossage excessif en vigueur, en temps ou en fréquence, une brosse à dents trop dure et une mauvaise technique combinés à un ph acide de

la salive ou à un dentifrice très abrasif en accélèrent le processus. L'abrasion peut aussi être due à une habitude incluant un objet intra-oral, comme une pipe ou un cure-dents qui frotte constamment sur les dents.

ABFRACTION

Le terme abfraction, dérivé du verbe latin frangere (briser), est une lésion en forme de «V» près de la gencive et est parfois difficile à différencier de l'abrasion si ce n'est la cause. Ce sont des fractures, parfois même sous la gencive, causées par un serrement excessif des mâchoires, faisant éclater des parois d'émail là où il est mince (près des gencives). Les bords marginaux de la fracture sont parfois tranchants.

ATTRITION

L'attrition est très courante et se présente comme une usure dentaire qui résulte du frottement des dents les unes contre les autres. Elle se produit lors du grincement des dents, de la mastication, lorsqu'on avale ou en parlant. Elle est présente sur le bout des dents et a la caractéristique d'avoir la forme de la dent opposée sur laquelle elle frotte.

L'ÉROSION

L'érosion se caractérise par une

perte dentaire due à un processus chimique; les dents ont été dissoutes par une substance. Cette substance peut provenir d'une diète particulièrement acide (boissons gazeuses, jus de citron), d'un médicament, d'une substance toxique inhalée, de vomissements répétés ou de reflux gastriques fréquents. En fait, toute substance nutritive ayant un ph de 4,5 ou moins qui entre en contact avec les dents de façon répétée peut causer de l'érosion, en fonction de la capacité de la salive à neutraliser le produit. On estime que 90% des boulimiques sont affectés par l'érosion dentaire.

LES SOLUTIONS

En fonction de la cause première de l'usure, votre dentiste ou votre hygiéniste peut vous suggérer de modifier certaines habitudes ou votre alimentation, ou encore vous recommander de porter un appareil appelé plaque occlusale pour dormir ou enfin vous faire de nouvelles obturations afin de prévenir des usures plus marquées.

Dominique Comeau travaille comme hygiéniste dentaire avec le Dr Martin Deslauriers au Centre Dentaire Comeau et Deslauriers au 235, 2^e Avenue, Saint-

Jean-sur-Richelieu. Téléphone (450) 347-2244. Veuillez noter la précieuse col-

laboration du Dr Deslauriers pour l'élaboration du contenu de ces chroniques. ■

LES JOIES DU PARRAINAGE

Martin aimerait avoir un ami pour s'amuser et faire des sorties

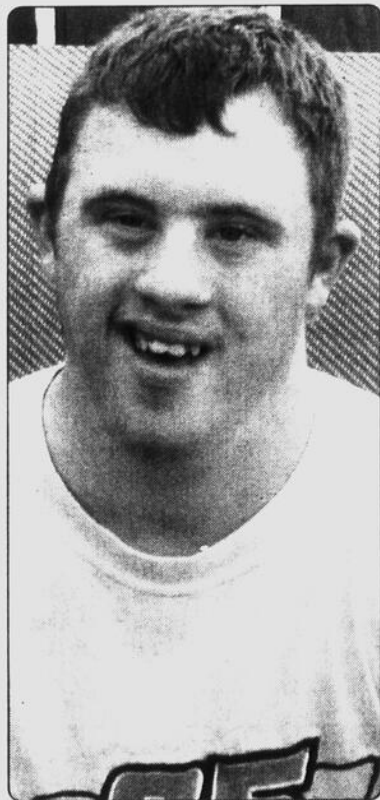
Le Parrainage civique du Haut-Richelieu a pour mission de jumeler des personnes bénévoles avec des personnes ayant une déficience intellectuelle afin que par l'entremise de cette approche personnelle, chaleureuse et égalitaire, les besoins tant pratiques qu'affectifs des personnes ayant une déficience intellectuelle soient satisfaits.

À LA RECHERCHE D'UN AMI

Mon prénom est Martin et je suis à la recherche d'un ami pour réaliser des activités et avoir du plaisir. J'ai présentement vingt ans et en septembre prochain, j'entreprends ma dernière année scolaire. Les activités qui me plaisent sont les quilles, la natation et aller en bicyclette. Comme beaucoup de mes camarades, j'aime écouter de la musique et danser sur des rythmes entraînants. À l'occasion, je vais au cinéma ou au restaurant déguster mes mets préférés tels que les ailes de poulet ou le spaghetti. À la maison, je rends régulièrement de petits services à mes parents. Je me considère comme un garçon enjoué, sociable et sensible.

CAPSULE DE SENSIBILISATION

La trisomie 21 n'affecte aucu-



Martin

nement le besoin d'être en communication avec les autres. La personne trisomique a donc besoin des autres comme vous et moi. Il faut cependant savoir que les personnes trisomiques ont en général quelques diffi-

cultés au niveau du langage. Alors, certaines attitudes sont à privilégier pour communiquer avec eux, par exemple des phrases courtes et claires, respecter le délai entre la question et la réponse, et surtout un bon contact visuel afin de lui permettre de copier les sons. Nous disposons tous d'une quantité de mots et d'expressions pour rendre compte des différentes teintes de joie. Peu importe la qualité de nos expressions, l'important est de pouvoir exprimer nos émotions. Sans émotions, nos échanges seraient moins nourrissants. Plus on est capable d'exprimer nos émotions, plus on est nourrissant pour les autres. Plusieurs filleuls du Parrainage attendent la possibilité de vivre cette expérience en toute amitié.

Si vous avez des affinités avec Martin et que vous avez envie de le rencontrer pour partager certaines activités avec lui, il en serait très reconnaissant. Donc, si vous désirez vivre une expérience humaine et enrichissante, où l'implication demandée est de quelques heures par mois, n'hésitez pas à nous contacter au 347-8091. Martin est impatient de vous connaître. ■

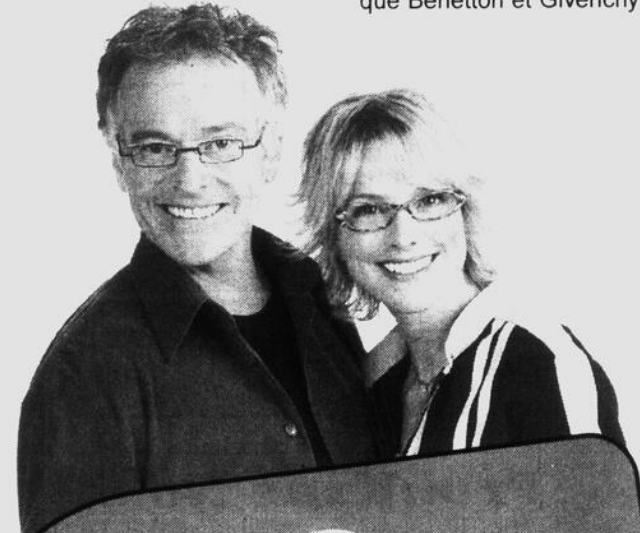
C'est le GRAND RETOUR!

Des montures à seulement

29\$!

Valeur allant jusqu'à 199 \$

Partout au Québec, dans chacune de nos succursales, découvrez jusqu'à 200 modèles de montures à seulement 29 \$ dans des marques aussi réputées que Benetton et Givenchy !!!



Les 29 jours NEWLOOK

Et, évidemment, notre programme 29 est en vigueur!

Pour tous vos achats: maximum 29\$ par mois sans intérêt ni dépôt

*Sur approbation du service de crédit VISA Desjardins. Voir détails en magasin. Michel Laurendeau, opticien.

**L'offre est valide pour un temps limité à l'achat de lunettes complètes et ne peut s'ajouter à tout autre escompte. Montures sélectionnées.

Examen de la vue sur place par des optométristes
Prescriptions de l'extérieur acceptées

Saint-Jean-sur-Richelieu
949, boul. du Séminaire Nord
(450) 348-1155

lunetterie
NEWLOOK

On vous simplifie la vue

www.newlook.ca 1-800-463-LOOK (5665)

111802-4637

MOTS CACHÉS

9 LETTRES CACHÉES

MOT-CACHÉ

UNE CORRIDA

- | | | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|--|
| A
acclamé
adroit
arène
art | cheval
combat
corne
corrida
cortège
couard
courage
course
cris
cruel | émoi
encorné
enjeu
épée
Espagne
estocade
exploit | gradin
H
habille
habileté
huer | N
nerf
O
olé
ordre
oreille
P
pari
passe
peur
picador
piège
pique
place
plante
porte | public
Q
queue
R
rapide
règle
risque
rôle
rouge
ruse
S
sang
siège
sole
sol
sortie | spectacle
T
taureau
taurine
tauromachie
toréador
tribune
tué
V
valeur
victime
vie
voir |
|--|---|--|--|--|--|--|

1	E	E	O	N	G	R	O	R	R	E	T	R	O	P	M	E	E	A	E	A
2	X	I	L	R	I	L	O	U	T	O	L	R	D	A	U	T	N	M	T	C
3	I	N	H	C	E	D	E	U	S	A	D	O	T	R	R	B	I	E	O	E
4	F	A	R	C	A	L	A	O	G	R	B	A	R	A	A	T	L	R	R	I
5	B	U	A	E	A	T	L	R	E	E	D	M	C	F	C	U	N	I	C	A
6	D	L	R	V	R	M	C	I	G	O	A	E	O	I	M	E	O	R	C	L
7	P	O	E	E	O	O	E	R	A	L	D	V	C	P	L	I	C	S	I	
8	T	H	G	S	U	I	T	R	P	E	G	T	I	T	G	S	A	E	E	E
9	C	L	A	R	S	R	R	R	U	S	D	N	A	R	R	D	V	N	L	U
10	E	N	S	B	O	E	I	R	E	A	P	N	E	U	R	A	R	O	C	N
11	G	E	E	C	I	S	C	E	N	L	T	L	A	A	R	O	R	U	I	E
12	S	T	T	T	Q	L	F	G	N	E	L	E	A	B	C	E	C	L	S	E
13	E	I	R	U	P	E	E	O	E	I	G	I	T	N	E	C	A	A	G	E
14	R	O	E	I	E	R	T	E	R	A	R	R	E	D	T	M	L	U	P	T
15	S	U	Q	G	A	A	S	E	R	C	I	U	A	R	C	E	J	A	I	E
16	E	U	E	P	E	P	D	U	L	B	E	C	A	H	O	E	S	O	M	N
17	E	I	I	P	A	N	O	R	U	I	O	P	A	T	C	S	L	M	H	E
18	P	D	R	G	A	C	J	N	O	T	B	N	E	N	E	P	O	U	E	R
19	E	I	N	B	U	R	E	E	S	I	C	A	A	E	X	R	E	I	O	F
20	T	E	F	F	E	M	I	E	U	E	T	B	H	E	T	R	V	A	E	F

SOLUTION DE CE MOT CACHÉ: GANADERIA

LES ENTRECROISÉS

6 LETTRES CACHÉES

LES ENTRECROISÉS

LA DOUANE

Lorsque tous les mots ci-dessous auront servi pour compléter la grille, il ne vous restera qu'un seul mot dont le nombre de lettres est indiqué dans cette page.

- | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|---|----------------------|--|----------------|---|--|---|--|---|--|
| 3
été
set
tas
tri
usé | 4
apte
coût
épia
gare
rage | tact
type
usai | 5
arrêt
avion
objet
orner
perte
rôles
route | siens
tiers | 6
avarie
bagage
boucle
brisés
écarté
égarés
existe
groupe | intact
perdre
pliant
porter
solide
valise | 7
adresse
article
contenu
erreurs | pousser
prévenu
réalité
remplir | 8
aéroport
baluchon
enserrés
passager
probable
résister | voyageur
9
améliorer
bagagiste
étiquette
personnel
retrouver
transport
11
manutention |
|--------------------------------------|---|----------------------|--|----------------|---|--|---|--|---|--|

1																				
2																				
3																				
4																				
5																				
6																				
7																				
8																				
9																				
10																				
11																				
12																				
13																				
14																				
15																				
16																				
17																				
18																				
19																				
20																				

SOLUTION DE LES ENTRECROISÉS: VALISE

MOTS CROISÉS

Problème No 59

1																				
2																				
3																				
4																				
5																				
6																				
7																				
8																				
9																				
10																				
11																				
12																				

HORIZONTALEMENT

- Nez, en argot. - Poisson gris argenté avec des raies brunes.
- De la lurette. - Récipient hémisphérique.
- Trucs, machins. - Cellule résultant de la fécondation.
- Tuniques moyennes de l'oeil. - Dès le premier effort. D'...*
- Adj. dém. - Qui a une certaine fortune. - Ils accompagnent les coutumes.
- Habitudes inconscientes. - Missile stratégique français.
- Scandium. - Organes végétaux sécrétant le nectar.
- Thymus du veau, considéré comme un mets délicat. - Moment d'arrêt.
- Qui a des saillies en forme de dents. - Qui se meut avec agilité.
- Cor qui pousse au sommet de la tête du cerf. - Récolte.
- Feutre léger, très serré. - Vieux.
- Qui a les couleurs de l'arc-en-ciel. - Caractères de l'ancien alphabet utilisé par les peuples germaniques.

VERTICALEMENT

- Cuirs présentant une surface semblable à celle du daim. - Attitude insolente.
- Bois ne présentant que des arêtes vives. - Peigner les cheveux par mèches.
- Entre le sud et l'est.* - Incroyable, extraordinaire.
- Désignée par une élection. - Instituteurs.
- Vin alsacien. - Note de musique.

- Partie intérieure du pain. - Interruption de l'irrigation sanguine d'un organe.
- Anneaux de cordage. - Adj. poss. - Désigne un groupe de personnes indéterminées.
- Négation. - Épouser une personne de classe jugée inférieure. Se...
- Embonpoints.
- Il sert à noter un passage douteux. - De la Bresse.
- Bailleresse. - Vêtement d'apparat des Romains.
- Génies scandinaves symbolisant les forces naturelles. - Parties du théâtre où jouent les acteurs.

Solution du dernier problème

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

Autorisé par Jean-Claude Langlois

Murano 2004



Où trouve-t-on la passion ?



Dans la créativité ou la liberté

L'antidote aux voitures ordinaires !



**COUPAL et
BRASSARD AUTO INC.**

127, route 104,
Iberville
(450) 347-5593

119763-450-1

L' AUTO

Sachez préparer votre véhicule pour les vacances



JEAN-FRANÇOIS
GUAY

Déjà les vacances estivales et rien n'a encore été préparé pour le long voyage que vous vous apprêtez à faire sur les routes du Québec ou d'ailleurs.

Voilà ce qu'on appelle la grande aventure! Mais méfiez-vous, car vos vacances pourraient se transformer en véritable cauchemar si vous négligez de les planifier avec minutie.

MISE AU POINT GÉNÉRALE

La mise au point de votre véhicule est un incontournable. Une vérification de routine est simple. Vous pouvez la faire vous-même ou la faire faire par un spécialiste en la matière.

Tout d'abord, examinez les pneus. La semelle est-elle trop usée pour rouler les milliers de kilomètres que vous vous apprêtez à parcourir? Est-ce que les pneus devraient être permutés avant de partir? La pression des pneus respecte-t-elle la recommandation du fabricant? Est-ce

que le pneu de secours est en bon état de marche?

Dans un deuxième temps, vérifiez les différents niveaux d'huile (moteur, transmission, différentiel, freins, servo-direction) ainsi que la solidité et l'ajustement des courroies du groupe moteur. Si vous êtes incertain des conditions de votre véhicule, ne tâtonnez pas, et demandez l'avis de votre garagiste.

Si vous avez la malchance de tomber en panne et que vous devez faire exécuter des réparations au Québec ou ailleurs. N'hésitez pas à demander au réparateur une facture détaillée et la remise des pièces défectueuses. Ainsi, dans le cas d'une mauvaise réparation, vous aurez les pièces nécessaires pour l'exercice de vos droits. Dépendamment de l'endroit où vous vous trouvez, sachez que les démarches judiciaires varient d'une province ou d'un état à l'autre. Un bon conseil. Essayez de faire exécuter les réparations par un concessionnaire de la marque de votre véhicule. En cas de litige, vous pourrez toujours demander de l'aide ou vous plaindre au siège social de la compagnie...

LE REMORQUAGE



Pour vous rendre sans problème à destination, votre véhicule doit être en bon état mécanique.

En consultant le guide du propriétaire ou votre concessionnaire, vous pourrez obtenir les informations concernant la capacité de remorquage de votre véhicule. Avant de partir, assurez-vous également que la transmission de votre véhicule est en bon ordre. En effet, le remorquage exige beaucoup d'une boîte de vitesses (surtout automatique). Il est alors important de vérifier le niveau d'huile et l'état du refroidisseur de transmission. En l'absence d'un tel dispositif, il serait peut-être sage d'en faire installer un... Dans le doute, n'hésitez pas à consulter un spécialiste

dans le domaine.

Pour connaître la capacité de chargement de votre véhicule, soit le poids qu'elle peut supporter sur les quatre roues (passagers, bagages, etc). Vous pouvez consulter le guide du propriétaire ou la plaque numérotée qui est boulonnée sur le cadre de la portière du côté conducteur.

Par ailleurs, il est impératif de vous assurer que la remorque est en bon état de rouler. Les attaches, les freins, les pneus, et les barres stabilisatrices de celle-ci doivent être vérifiés au pei-

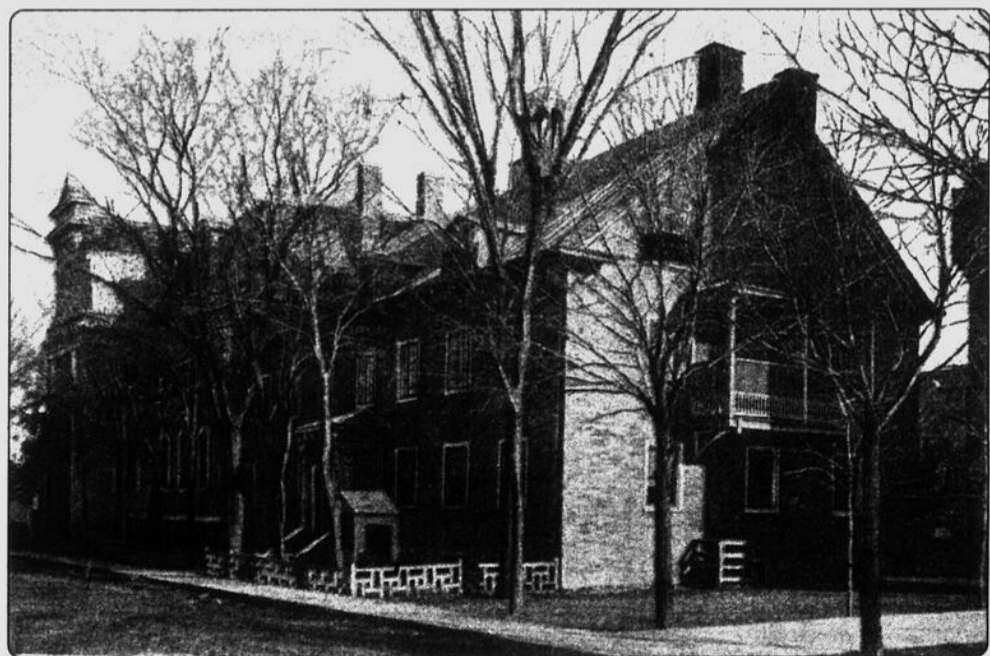
gne fin.

CARTE ROUTIÈRE

Si vous partez pour une destination peu familière, il est pratique et prudent de déterminer à l'avance votre trajet afin de diminuer les risques de vous égarer. De plus, dans le cas d'une panne, les autorités ou vos proches pourront se rendre plus rapidement à votre rescousse. Il existe sur le marché des guides touristiques qui offrent des tracés pour la plupart des destinations touristiques en Amérique du Nord.

Bonne route. ■

D'UN SIÈCLE À L'AUTRE



Hôpital de Saint-Jean

En 1847, les religieuses de la Congrégation Notre-Dame s'installèrent dans cet édifice afin d'y prodiguer de l'enseignement aux jeunes filles de la région. Le 15 octobre 1847, l'ouverture des classes permit d'y accueillir les quatorze premières étudiantes. La croissance de la population devint telle que, déjà en 1854, l'école déménagea au couvent de la rue Laurier. En 1868, les Soeurs de la Charité (Soeurs Grises) prirent la relève, dans le même édifice, en y fondant un hospice. C'est en 1888 que s'y installa l'hôpital de Saint-Jean. Après divers travaux d'amélioration en 1889, 1931 et 1933, agrandissant l'hôpital vers la rue Saint-Charles, l'ensemble immobilier devint en 1971 le Centre d'accueil Georges-Phaneuf. Cette maison de retraite ne loge cependant que dans la partie en arrière-plan sur la photo. La vieille section de l'hôpital, à l'avant-plan, fut détruite il y a près de 60 ans maintenant. Une deuxième partie, mitoyenne au nord, connaîtra le même sort en 1976. ■

LA BOUSTIFAILLE

Vive le barbecue...



MICHÈLE TRAHAN

C'est parti... l'été est officiellement arrivé et il annonce le début de la saison des barbecues... quoique les irréductibles ont depuis longtemps pris d'assaut le patio pour mettre en marche la « machine » et concocter des grillades gourmandes.

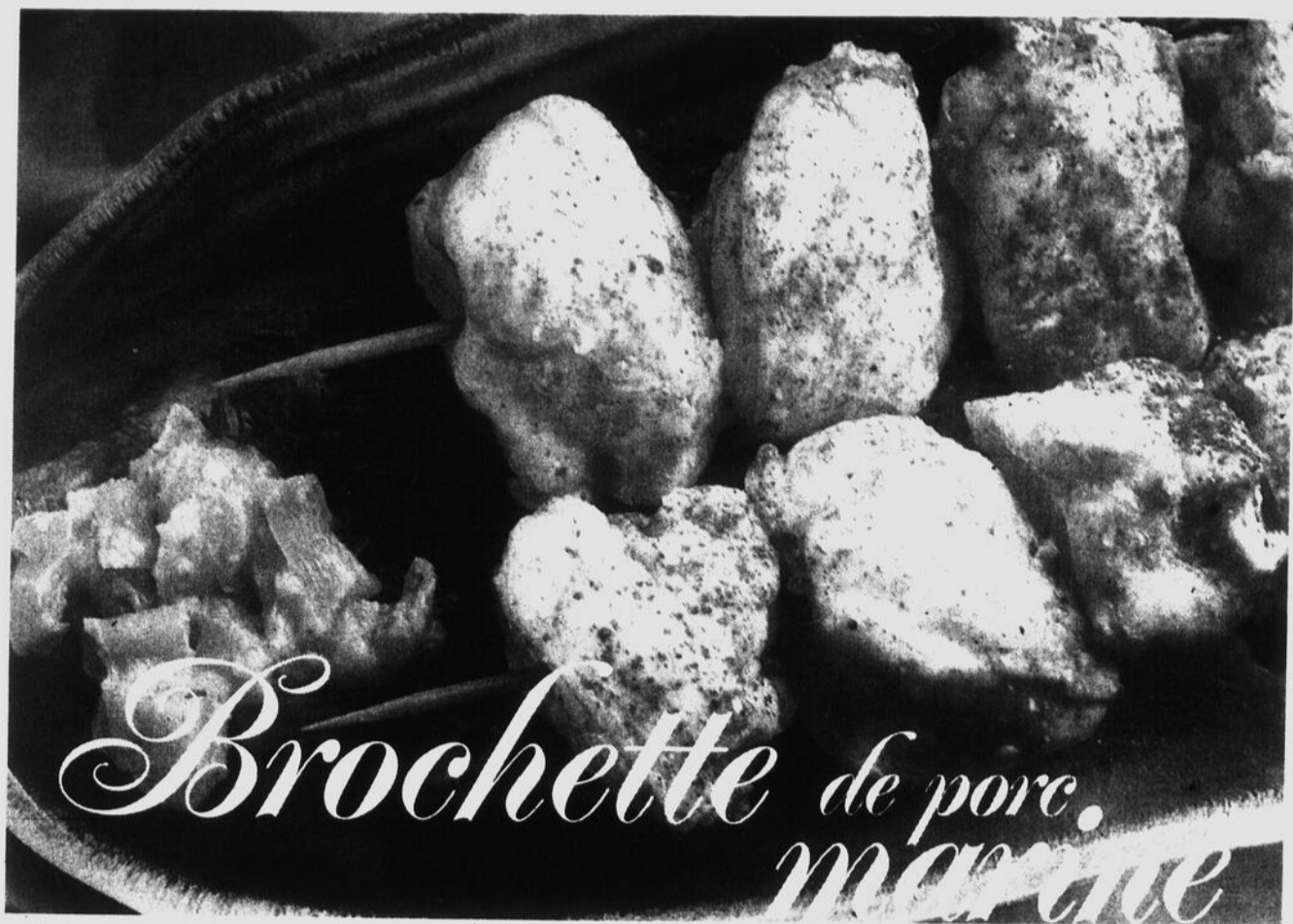
Les jours allongent et la canicule n'est pas encore installée; les soirées estivales sont invitantes à souhait... faites la fiesta barbecue et bon été !

- 1 oignon haché
- 2 gousses d'ail émincé
- 45 ml de jus de lime (3 c. à table)
- 30 ml d'eau (2 c. à table)
- 10 ml de poivrons séchés en flocons (2 c. à thé)
- 15 ml de gingembre râpé (1 c. à table)
- 5 ml de sel (1 c. à thé)
- 2 ml de poivre (1/2 c. à thé)
- 30 ml d'huile (2 c. à table)
- 1 kg de porc maigre (2 lb)
- 12 brochettes de bambou

trempe à la moutarde *

Combiner l'oignon, l'ail, le jus de lime, l'eau, les poivrons séchés, le gingembre, le sel et le poivre et bien réduire en purée au robot culinaire. Transvider la purée dans un bol et verser l'huile, en un mince filet, en remuant le tout.

Découper le porc en petits cubes et arroser de marinade; bien mélanger. Laisser mariner 2 heures à la température de la pièce ou toute une nuit au réfrigérateur. Remuer à l'occasion.



Faire tremper une douzaine de brochettes de bambou dans l'eau pendant 30 minutes. Embrocher le porc mariné et faire griller dans un barbecue couvert, à 5 cm (2 po) de la source de chaleur, pendant 15 minutes ou jusqu'à ce que la viande soit cuite et que les rebords soient croustillants. Badigeonner souvent en cours de cuisson. 12 portions en hors d'œuvre

* Trempe

- 75 ml de vinaigre de riz (1/3 tasse)

- 15 ml de moutarde forte (1 c. à table)

- 15 ml de sucre (1 c. à table)

- 2 ml de sauce soya (1/2 c. à thé)

- pincée de sel

Mélanger tous les ingrédients dans un petit bol et réfrigérer quelques heures pour permettre aux saveurs de bien se marier. Servir à la température de la pièce.

Veau mariné

- 1 kg de côtelettes de veau (2 kg)
- 250 ml de vin blanc (1 tasse)
- 1 petit oignon émincé
- 2 gousses d'ail émincé
- 75 ml de sauce tomate (1/3 tasse)
- 30 ml d'huile d'olive (2 c. à table)
- 5 ml de thym (1 c. à thé)
- 5 ml d'origan (1 c. à thé)
- 2 ml de romarin (1/2 c. à thé)
- pincée de poivre de cayenne
- sel et poivre au goût

Entailler légèrement les côtelettes et déposer dans un grand plat, en une seule rangée. Combiner tous les autres ingrédients, bien remuer et verser sur la viande; couvrir et laisser mariner au réfrigérateur au moins 6 heures, en tournant la viande à l'occasion.

Égoutter parfaitement la viande et faire griller sur le barbecue, jusqu'au degré de cuisson désiré; badigeonner souvent en cours de cuisson. Réchauffer le reste de la marinade et servir en saucière. 4 portions

Pommes de terre au barbecue

- 750 g de pommes de terre bien lavées (1 1/3 lb)
- 1 gros oignon rouge finement tranché
- 30 ml de beurre (2 c. à table)
- sel et poivre
- 15 ml de persil (1 c. à table)
- 125 ml de fromage cottage crémeux (1/2 tasse)
- 125 ml de fromage cheddar râpé (1/2 tasse)
- 125 ml de crème à fouetter (1/2 tasse)

Couper les pommes de terre en tranches de 1 cm (1/2 po). Découper un grand carré de papier aluminium de 60 cm (24 po), le graisser généreusement et y déposer la moitié des pommes de terre en une seule rangée; couvrir de la moitié des rondelles d'oignon.

Déposer en petites noisettes, la moitié du beurre, assaisonner au goût et saupoudrer la moitié du persil. Combiner les deux fromages et étendre sur le tout; couvrir avec le reste des oignons et du persil et terminer avec les pommes de terre et le reste du beurre en noisettes.

Sceller le papier d'aluminium avec un double pli aux deux extrémités et verser la crème sur les légumes; bien sceller le dessus du papier avec un double pli. Déposer sur la grille du barbecue et cuire environ 20 minutes; tourner doucement le paquet et continuer la cuisson encore 15 minutes ou jusqu'à tendreté des pommes de terre. 4 portions

Délicieux Hamburgers

- 125 ml de fromage cheddar râpé (1/2 tasse)
- 20 ml de mayonnaise (4 c. à thé)
- 20 ml de relish (4 c. à thé)
- 20 ml de ketchup (4 c. à thé)
- 500 g de viande hachée (1 lb)
- 1 œuf battu
- 50 ml de fine chapelure (1/4 tasse)
- 30 ml de lait (2 c. à table)
- 5 ml de moutarde de Dijon (1 c. à thé)
- pincée de poivre
- 2 ml de thym (1/2 c. à thé)
- 4 pains hamburgers

Combiner les 4 premiers ingrédients, bien mélanger et réserver. Combiner la viande, l'œuf, la chapelure, le lait, la moutarde, le poivre et le thym et bien mélanger; façonner en 4 galettes et déposer sur la grille bien huilée du barbecue.

Cuire 5 minutes et tourner; badigeonner chaque galette avec 30 ml (2 c. à table) de la garniture réservée et continuer la cuisson encore 5 minutes ou jusqu'à ce que la viande ait perdu sa couleur rosée. Servir sur les pains hamburgers et offrir le reste de la garniture à part. 4 portions

Astuce Maison

Saumon farci...



Un délice assuré... préparez une délicieuse farce aux légumes et déposez le poisson farci sur une grande feuille d'aluminium; enveloppez le plus hermétiquement possible et faites-le cuire sur le barbecue... Commencez par râper grossièrement 4 courgettes que vous saupoudrez de sel; laissez-les dégorger environ 30 minutes puis rincez-les à l'eau froide; égouttez parfaitement. Faites dorer dans un peu de beurre, pendant quelques minutes, un oignon haché puis ajoutez les courgettes, 45 ml (3 c. à table) de fromage à la crème, 50 ml (1/4 tasse) de fromage parmesan râpé et 5 ml (1 c. à thé) de chacune de ces herbes : romarin, thym, estragon, origan, ciboulette et persil. Retirez du feu et ajoutez un œuf; mélangez le tout et laissez refroidir avant d'utiliser pour farcir le saumon. Demandez à votre poissonnier de bien nettoyer le saumon, en enlevant les arêtes mais en laissant la tête et la queue pour une belle présentation. Avant d'envelopper votre poisson, mesurez-en l'épaisseur et ce, dans sa partie la plus épaisse; au moment de la cuisson, vous calculerez 10 minutes de cuisson par 2,5 cm (1 po) d'épaisseur. N'oubliez pas de bien surveiller la cuisson car il ne faut jamais trop faire cuire un poisson; déposez-le dans une assiette de service et garnissez-le de tranches de citron et de tiges d'aneth.

30/06/2004 4:59

Recettes

DANS VOTRE ASSIETTE

Bouger, une véritable fontaine de jeunesse!



SYLVIE LAROCHE
NUTR.DI.P.

De nombreuses études nous indiquent les bienfaits de l'exercice pour la santé en général et pour le maintien d'un poids santé. Bouger est une véritable fontaine de jeunesse!

Voici un texte fort intéressant tiré du site de Santé Canada afin de vous encourager à profiter de l'été en bougeant. Allier fruits et légumes frais de la saison avec exercice, voilà une formule de Vitalité!

LES OS

Les os atteignent leur densité maximale vers l'âge de 35 ans chez les femmes pour ensuite perdre leur teneur minérale au rythme de 2 à 4% par année. Les

chercheurs de l'université Tufts ont découvert que les femmes post ménopausiques qui levaient des poids connaissaient une légère augmentation de la densité des os comparativement à une perte de 2,5% chez les femmes inactives pendant la même période.

L'ESPRIT

La capacité du cerveau à traiter l'information et à transmettre des ordres diminue en vieillissant. Cette situation est causée, en partie, par le rétrécissement des vaisseaux sanguins, ce qui rend encore plus difficile pour l'organisme d'acheminer l'oxygène au cerveau.

Des recherches menées à l'université du Texas révèlent que les personnes qui font de l'exercice obtiennent de meilleurs résultats que les personnes sédentaires dans les tests qui visent à mesurer l'attention et autres indica-

teurs de la rapidité mentale. Notre cerveau ne représente que 2% de notre poids mais utilise un quart du glucose et de l'oxygène que nous consommons. Un système cardio-vasculaire sain est mieux en mesure de nourrir le cerveau.

LE SYSTÈME IMMUNITAIRE

Les mécanismes de défense de notre organisme perdent de leur puissance en vieillissant car les lymphocytes, les cellules sanguines qui combattent les infections, sont moins actives. La grippe que l'on attrape à 30 ans peut être fatale chez les gens âgés.

Les recherches menées à l'université Appalachian State ont démontré que le système immunitaire des athlètes âgés est beaucoup plus résistant que celui des gens sédentaires du même âge. Leurs cellules de défense étaient 60% plus actives que cel-

les des gens sédentaires du même âge.

LA FORCE

Les gens qui arrivent à 70 ans ont perdu 40 à 50% de la masse musculaire qu'ils possédaient dans la vingtaine. En fait, certaines personnes âgées sédentaires n'ont pas la force de vaquer à leurs occupations quotidiennes.

L'entraînement augmente les tissus musculaires, stimule la production de nouveaux muscles et ce, à tout âge. Dorothy Barron, 71 ans, réussit à déplacer 200 livres au développé des jambes et à faire des extensions des jambes avec des poids de 100 livres. Les chercheurs affirment que Mme Barron ressemble plus à une femme de 55 ans qu'à une femme de 70 ans, ce à quoi elle a répondu: «À mon âge, on aime avoir l'air 15 ans plus jeune.»

LA RÉSISTANCE

Nous savons que la capacité aérobie (capacité de notre corps à utiliser l'oxygène pour nos cellu-

les) commence à diminuer vers l'âge de 30 ans. La plupart des femmes perdent de 9 à 10% de leur résistance par tranche de dix ans. Une étude menée à l'Université Appalachian State révèle que les femmes âgées dans les soixante-dix ans qui s'entraînent activement pour les compétitions de l'état possèdent une capacité aérobie de 67% plus élevée que celle des femmes sédentaires de leur âge. La plupart ont la même capacité aérobie que les femmes qui ont la moitié de leurs âges.

En conclusion, «si on pouvait réunir tous les bienfaits de l'exercice dans une pilule», dit William Karper, gérontologue de l'université de la Caroline du Nord, «les gens se rueraient pour mettre la main dessus.» Bon exercice!

Pour plus d'information ou pour vous aider à changer vos habitudes alimentaires, contactez-moi au (450) 358-2002 ou visitez le site Internet www.harmoniesante.com ■



Les élèves Nicolas Duval et Jean-Simon Campbell de l'école Hamel à Iberville et Claudine Dugré Thibau-deau, Jessika Thomas et Catherine Gélinas de l'école Crevier à Marieville entourent le député d'Iberville, Jean Rioux, lors du Parlement écolier tenu récemment à l'Assemblée nationale.

Le 14 mai à Québec, Jean Rioux n'était plus le seul député d'Iberville!

Cinq élèves de sixième année des écoles Hamel (Iberville) et Crevier (Marieville) du comté d'Iberville ont vécu une expérience inoubliable le 14 mai dernier à l'Assemblée nationale du Québec lors du Parlement écolier 2004.

Le Parlement écolier, qui en était à sa huitième édition cette année, est une activité de simulation parlementaire organisée par la Direction des programmes pédagogiques de l'Assemblée nationale.

Nicolas Duval et Jean-Simon Campbell de l'école Hamel étaient accompagnés des deux professeurs qui supervisent cette activité, Patrick Vaillancourt, dont c'était la troisième année de

participation, et de Pascal Charland, qui en était à sa première expérience. Le comté d'Iberville était aussi représenté par trois élèves de l'école Crevier de Marieville, Claudine Dugré Thibau-deau, Jessika Thomas et Catherine Gélinas.

Au même titre que les autres écoles participantes, l'école Hamel a préparé deux projets de loi qui ont été soumis au comité organisateur qui ne retenait que trois projets de loi parmi tous ceux présentés. Ceux de l'école Hamel n'en faisaient malheureusement pas partie.

Cela n'a pas empêché les députés écoliers de débattre avec ferveur les projets soumis à leur attention. Nicolas Duval a joué le rôle de porte-parole officiel de l'Opposition lors de la discussion

sur le projet de loi rendant le tutorat obligatoire.

«Les députés-écoliers vivent toutes les étapes du processus parlementaire d'un projet de loi. Je suis heureux que les étudiants participent à cette activité et encore plus heureux d'avoir pu les rencontrer et dîner avec eux», souligne le député d'Iberville, Jean Rioux, qui n'était plus le seul parlementaire de son comté à l'Assemblée nationale cette journée-là.

«Je crois que les jeunes participants ont pris conscience de la grande flexibilité de notre système parlementaire, estime M. Rioux. Si cette expérience leur a fait voir le fonctionnement de notre système démocratique sous un nouveau jour, cela est un gain pour la société en général.» ■

A N I M O - I N F O

Le rat domestique

DRE CHRISTINE GONTHIER



Le rat domestique gagne depuis quelque temps, beaucoup de popularité auprès des jeunes de 10 à 20 ans. Cet animal a été un précieux collaborateur en recherche scientifique et dans les trois dernières décennies, il a été étudié sous toutes «ses coutures». On a donc vu naître des élevages sélectifs de rats qui ont apporté des animaux dociles, exempts de maladie et très intelligents. Le rat domestique est donc un animal très attachant qui n'a rien à voir avec le «rat d'égout» (ou rat brun) porteur de vermine, destructeur, contaminateur de nourriture, porteur de la peste et j'en passe. Le rat domestique vendu en animalerie vient d'élevage et est d'une propreté indéniable, sans odeur et facile d'entretien. Il deviendra aussi très attaché à ses maîtres et ne démontrera aucune agressivité.

Il adore le contact avec les humains et apprécie au plus haut point les caresses. Son «sport» favori sera de se promener juché sur votre épaule. Il faut bien entendu éviter de le tirer ou le saisir par la queue, ce qui est douloureux et très vexant pour lui. Il déteste aussi faire toucher à son museau. Il n'a pas une très bonne vue mais possède par contre une ouïe et un odorat très bien développés ce qui lui permettra de reconnaître son maître parmi souvent plusieurs personnes. En plus d'être très attachant, cette petite bête est très curieuse et son intelligence ne demande qu'à être

bien stimulée pour bien se développer.

Les dimensions moyennes de sa cage devront être d'environ 60 cm par 30 à 40 cm. Il faut bien entendu changer son eau au moins 2 à 3 fois par jour et il est omnivore. Sa nourriture se constituera principalement de moulinée pour rongeurs à laquelle on ajoutera à tous les jours et en petites quantités un nombre varié d'aliments tels: fruits et légumes crus de toutes sortes (exemple: pomme, banane, poire, brocoli, fèves, chou, carotte, navet, etc.) Fromage à pâtes dures (exemple: type cheddar), pain de blé entier, oeufs cuits durs, morceaux de viandes cuites (en petits morceaux), pâtes alimentaires blanches cuites «sans sauce», etc.

Il faudra éviter les aliments collants ou trop crémeux (genre beurre d'arachide ou fromage à pâte molle) ce qui souvent, sont difficiles à mastiquer, collent au palais et risquent de l'étouffer. Bien entendu, les quantités de tout autre aliment seront servies avec logique et bon goût! Ce qui n'est pas une saine alimentation pour l'humain ne l'est pas plus pour le rat domestique.

En contact avec ce charmant petit animal, vous apprendrez à le connaître et à l'apprécier grandement car c'est un animal fort attachant.

Vous pouvez obtenir des informations additionnelles à l'Hôpital vétérinaire Saint-Jena, 269, rue Jacques-Cartier Sud, Saint-Jean-sur-Richelieu, J3B 4J8 au 346-4515 ou au Bureau vétérinaire Saint-Jean situé au 46, boul. Saint-Luc, Saint-Jean-sur-Richelieu au 349-4471. ■

VOS YEUX

Un premier jeu-questionnaire de l'été



CÉLINE ÉTHIER

L'été, c'est bien connu, n'est pas fait pour travailler. Enfin, idéalement, ce serait comme ça... Alors, vu que nos neurones ont droit aussi à des vacances, essayons de ne pas trop les surcharger avec des pirouettes intellectuelles et des lectures intenses.

Ce ne sera pas le cas pour les quelques semaines à venir, du moins en ce qui me concerne! Je vous propose quelques jeux questionnaires dont l'unique prétention est de vous détendre...

LES QUESTIONS

1- L'optométriste est:

- a) un médecin
- b) un professionnel qui fabrique des lunettes
- c) un professionnel de première ligne pour les yeux
- d) aucune de ces réponses

2- L'opticien:

- a) fait des examens de la vue mais pas des maladies de l'oeil
- b) prescrit des lunettes ou des verres de contact après avoir examiné les yeux
- c) se spécialise dans l'exécution des lentilles (verres) de lunettes, prend les mesures, les vend et les ajuste mais ne fait pas d'examen des yeux
- d) soigne les maladies de l'oeil

3- L'oculiste est:

- a) un terme qui n'est plus employé
- b) quelqu'un qui fabrique des yeux artificiels
- c) quelqu'un qui lit dans les lignes de la main
- d) un amateur de sciences occultes

4- L'ophtalmologiste est:

- a) un appareil qui mesure la longueur de l'oeil
- b) un médecin spécialisé dans les maladies de l'oeil
- c) un spécialiste du maquillage des yeux
- d) aucune de ces réponses

Toutes ces définitions vous ont-elles un peu perdus? Nous essaierons de vous démêler un peu dans les semaines à venir. Commençons tout de suite!

LES RÉPONSES

1. La bonne réponse est «c»: l'optométriste n'est pas un médecin et il ne fabrique pas de lunettes, bien qu'il puisse prendre les mesures, les vendre et les ajuster, mais pas nécessairement. L'optométriste est celui vers qui les gens se dirigent spontanément lorsqu'ils veulent faire examiner leur vision et la santé de leurs yeux. C'est ce qu'on appelle un professionnel de première ligne.

2. La bonne réponse est «c»: l'opticien n'est pas autorisé à faire des examens de la vue (souvent appelés «tests de la vue») et ne peut donc, conséquemment, prescrire de lunettes ou de verres de contact.

C'est le professionnel qui se chargera de fournir au patient ce qui aura été prescrit par l'optométriste ou l'ophtalmologiste; il peut travailler à la fabrication des verres, connaît bien les matériaux utilisés, prend les mesures pour ajuster les lunettes et peut les vendre.

3. La bonne réponse est «a»: le mot «oculiste» était le terme

employé auparavant pour désigner celui que nous appelons aujourd'hui «ophtalmologiste». Il ne faut pas confondre avec l'oculariste, qui fabrique des yeux artificiels, ni avec l'occuliste, qui s'adonne aux sciences occultes...

4. La bonne réponse est «b»: l'ophtalmologiste est un médecin qui traite les maladies de

l'oeil. On laisse le soin à l'ophtalmomètre de mesurer la longueur des yeux et au maquilleur (euse), celui de les décorer!

Satisfaits de votre performance? Sinon, ne vous faites pas trop de reproches: on se reprendra la semaine prochaine! Vous pouvez me joindre d'ici là au 705, boul. d'Iberville à Iberville, 346-7318. ■

NOS AÎNÉS

L'aide aux anciens combattants



NICOLE I.M. THIBODEAU

Plusieurs formes d'aide sont disponibles au maintien à domicile pour

les personnes âgées, l'une d'elles peu connue est celle qui provient des Anciens Combattants. En reconnaissance des sacrifices consentis par les Canadiens au cours des efforts de guerre et de maintien de la paix du pays, Anciens Combattants Canada (ACC) offre une gamme importante de services et d'avantages aux anciens combattants admissibles, aux membres actifs des Forces Canadiennes, aux membres de la GRC et à certains civils, de même qu'aux personnes à charge ou aux survivants.

Le Programme pour l'autonomie des anciens combattants (PAAC) aide les clients à demeurer en santé et autonomes à domicile ou dans leur communauté en offrant une gamme de services et de programmes, notamment des services d'entretien ménager et de soins personnels, pour les clients qui répondent aux conditions d'admissibilité. Le PAAC fonctionne conjointement avec les programmes fédéraux, provinciaux et municipaux. Selon l'admissibilité, le PAAC peut donner accès à des avantages de santé. Le programme est combiné aux autres services disponibles pour répondre de la meilleure façon possible aux besoins de chaque client. Les services qu'un client admissible peut recevoir dépendent de sa situation particulière et de ses besoins propres en matière de santé.

DIVERS TYPES D'AIDE

Anciens Combattants Canada offre des avantages de santé, notamment des examens et des traitements médicaux, chirurgi-

caux ou dentaires prodigués par des professionnels de la santé; des instruments chirurgicaux et des appareils ou aides prothétiques et leur entretien; des services d'adaptation au domicile pour faciliter l'utilisation des appareils ou des aides; des soins de santé préventifs; et des médicaments sur ordonnance. De plus, les clients peuvent avoir droit à des avantages supplémentaires, comme le remboursement des coûts associés aux déplacements en vue de recevoir un traitement, des coûts de déplacement des accompagnateurs, des allocations de traitement et des coûts associés à des examens médicaux à la demande du Ministère.

PROGRAMME D'INVALIDITÉ ET AUTRES

Aussi surprenant que cela puisse paraître plusieurs anciens combattants ne sont pas au courant qu'ils ont droit à une pension d'invalidité dû au service apporté en tant de guerre. La détermination du droit à la pension d'invalidité est fondée uniquement sur le lien entre le service et l'incapacité. Ce droit est octroyé en portions de 1/5, allant de 1/5 si le service n'a joué qu'un rôle minime dans la cause ou l'aggravation de l'invalidité, à 5/5 si l'invalidité est survenue au cours du service militaire ou est dû à ce dernier. Un droit à la pension peut être octroyé à l'égard d'une invalidité consécutive indemnisée liée au service. Comme exemple; une incapacité auditive reliée à la manutention d'armements lourds. Pour faire une demande vous devez fournir votre numéro de matricule, un diagnostic récent de l'affection qui fait l'objet (il peut y en avoir plus d'une) de la demande de pension d'invalidité ainsi que les rapports médicaux de médecins civils et une déclaration précisant ce qui, selon vous, vous a causé l'incapacité et comment celle-ci peut être liée au service militaire.

Il y a aussi divers types d'allocations spéciales tels que;

Allocation d'incapacité ex-

ceptionnelle, est liée au degré de l'incapacité de la douleur de la perte de la qualité de vie et de réduction de l'espérance de vie du pensionné.

Allocation pour soins, l'ancien combattant qui touche une pension d'invalidité évaluée à 1% ou plus et qui a besoin d'aide peut être admissible à une allocation mensuelle supplémentaire. Le montant de l'allocation sera déterminé en fonction des services nécessaires chaque jour.

Allocation vestimentaire, les personnes amputés, ceux qui portent des prothèses, ceux qui doivent porter des vêtements spéciaux ou ceux qui sont atteints d'une invalidité qui les rend susceptibles à souiller leurs vêtements (ex. maladie d'Alzheimer) ont droit à une allocation supplémentaire pour l'achat des vêtements spéciaux.

Prestations de personne (s) à charge survivante(s)

Époux/conjoint de fait survivant! Lors du décès d'un pensionné, le survivant peut recevoir, pendant une période d'un an, les versements mensuels de la pension au pensionné à son décès (y compris l'allocation exceptionnelle, s'il y a lieu). Par la suite, la pension de survivant sera payée automatiquement. L'époux/conjoint de fait survivant qui se remarie continue de recevoir les prestations de survivant.

AUTRES PRESTATIONS ET SERVICES LIÉS AUX PENSIONS

Les demandeurs admissibles peuvent également recevoir: des services de counselling, d'évaluation et d'aiguillage, d'aide juridique en cas d'appel, des avantages médicaux. En espérant que ces renseignements seront utiles à plusieurs d'entre vous!

AQDR du Haut-Richelieu
870, Curé Saint-Georges
Saint-Jean-sur-Richelieu,
(450) 357-9545 ■

ALCOOL

Je ne pourrai jamais admettre ma défaite

Le plus difficile pour l'alcoolique est d'admettre qu'il s'est trompé. Il croit que son univers s'effondrerait s'il en arrivait à avouer qu'il n'a aucun contrôle sur ce qui l'entoure. Surtout sur sa façon de boire. Il voudra préserver une image de lui-même que, seul, il persiste à voir. Il tentera de démontrer qu'il peut trouver lui-même une solution à tout problème. Il est convaincu tout savoir et surtout être le seul à savoir. Il ignore pourtant que sa situation se dégrade constamment, ou dans le cas où il commence à le réaliser, il continue à nier.

Le premier pas vers la sobriété est d'admettre que la vie est devenue un cul-de-sac. Il pourra

compter sur l'aide d'alcooliques anonymes afin de bénéficier des expériences des autres membres. Il réalisera enfin qu'il n'est plus seul face à son problème. Il envisagera la vie d'une façon différente. Il ne se sentira pas diminué en fréquentant des gens comme lui dans les réunions A.A.

L'alcool est-il un problème pour vous. Alcooliques Anonymes peut vous aider! Il y a un groupe AA près de chez vous... Saint-Jean, Iberville, Saint-Luc, Richelieu, Saint-Jacques-le-Mineur, Napierville, Lacolle, Hemmingford, Baie Missisquoi, Noyan, Bedford, L'Acadie, Saint-Blaise, Marieville. Tél.: 450-347-6580, 514-376-9230. ■



Miroirs, fauteuils, matelas, et bacs de balles meublent la salle de stimulation sensorielle de l'école Marie-Rivier.

Des salles snoezelen pour les personnes handicapées

JOHANNE LATOUR

Fauteuils et matelas confortables, lumières tamisées, musique douce et lumières chatoyantes de toutes les couleurs: n'est-ce pas là un cadre idéal pour la détente? La salle *snoezelen*, ou salle de stimulation sensorielle, apporte bien-être, plaisir et beaucoup plus à ceux qui s'en servent. De plus en plus de personnes handicapées ont accès à ces lieux enchanteurs qui leur font le plus grand bien.

Les salles de stimulation sensorielle sont basées sur le concept *snoezelen*, mis au point en Hollande, en 1975. Depuis, l'idée a fait le tour de l'Europe et se répand de plus en plus en Amérique du Nord. C'est en juin 1996 que l'école Marie-Rivier, à Saint-Jean-sur-Richelieu, a inauguré sa salle de stimulation sensorielle, l'une des premières au Québec. Depuis, le concept a fait ses preuves, ce qui a incité plusieurs autres institutions de la région à s'en doter.

VISITE GUIDÉE

Julie Messier, ergothérapeute à Marie-Rivier, n'ouvre pas la lumière, car la salle est conçue pour être mieux appréciée à l'obscurité. En effet, plusieurs objets irradient une lueur douce et colorée. Dans un coin, un tube à bulles attire l'oeil. Il s'agit d'un long cylindre transparent, dans lequel des bulles se déplacent de bas en haut de façon continue, éclairées par une lumière verte. Effet apaisant immédiat. Un rideau fait de fibre optique se balance doucement, tandis que de l'autre côté de la pièce, deux miroirs arrondis, l'un concave, l'autre convexe, permettent aux visiteurs de se voir plus petits ou plus grands que nature. On peut admirer le tout assis par terre, sur un matelas, calé dans un fauteuil-poire (*bean bag*) ou encore vautré dans un des deux bacs de balles. Dans



«Lorsque les enfants sortent de cette pièce, ils sont toujours plus calmes», affirme Julie Messier.

ces versions réduites des bacs que l'on retrouve chez McDonald's et chez IKEA, on peut s'enfoncer jusqu'au cou dans un amas de sphères de plastique.

PLAISIR DES SENS

Lorsque les éducateurs emmènent leurs élèves dans la salle, ils peuvent faire jouer de la musique, «parfois du classique, et parfois quelque chose d'un peu plus jazzy, selon l'effet désiré», précise Mme Messier. Souvent, aussi, ils posent sur le sol des «plaques sensorielles», des plaques carrées en plastique qui, lorsqu'on y pose les pieds, émettent des vibrations, de la lumière ou de la musique.

Ici, il est possible d'éveiller tous les sens... ou presque. «Le seul que l'on ne travaille pas est celui du goût», mentionne l'ergothérapeute, qui souligne d'ailleurs l'importance de ne pas stimuler tous les sens en même temps, ce qui pourrait contrecarrer l'effet relaxant. Si, par exemple, on fait un massage avec de l'huile parfumée tout en écoutant de la musique, on préférera peut-être ne pas ajouter à cela une dimension visuelle, en plus.

Plusieurs objets dans la salle peuvent aider les enfants à développer deux sens méconnus, le vestibulaire, qui permet de situer son corps dans l'espace, ainsi que le proprioceptif, c'est-à-dire la capacité de savoir où se trouve une partie de son corps par rapport aux autres parties. Les éducateurs utilisent notamment un gros ballon, qu'ils peuvent faire rouler ou rebondir doucement sur le corps de l'enfant.

ASPECT PÉDAGOGIQUE

Des équipements permettent de s'amuser tout en acquérant des habiletés et des connaissances. Dans une armoire se trouvent plusieurs jouets de type «action-réaction». À l'aide d'un gros bouton-poussoir, par exemple, on obtient de la musique ou de la lumière. Par ailleurs, un ordinateur muni d'un projecteur permet de faire apparaître sur les murs des images diverses pouvant servir à l'apprentissage.

Dans un coin, en retrait, une lumière de type *black light* permet aux éducateurs d'enseigner à l'aide d'objets fluorescents. Ceci s'avère particulièrement utile dans le cas des élèves ayant des problèmes de vision. Il est beaucoup plus aisé d'attirer leur attention avec des objets d'apparence lumineuse qu'en écrivant sur un tableau.

À Marie-Rivier, les groupes d'élèves visitent la salle de stimulation sensorielle au moins une fois par mois. «Ils aimeraient venir plus souvent, mais avec 160 élèves, il nous faudrait une autre pièce», affirme Julie Messier. Toutefois, elle doute que ce soit possible dans un avenir rapproché. L'aménagement de cette pièce a coûté 42 000 \$ en 1996. «Juste un bac de balles, c'est 6000 \$», indique-t-elle. Ce qui ne fait aucun doute, cependant, est l'effet bénéfique du *snoezelen* sur les élèves. ■

Le concept s'étend aux milieux familiaux

JOHANNE LATOUR

SON ET LUMIÈRE

Quand elle a pris connaissance du concept *snoezelen*, Diane Duguay a pensé qu'il s'agissait d'une excellente idée pour son propre centre d'accueil en milieu familial. Prouvant qu'il est possible d'aménager une salle de stimulation sensorielle à faible coût et dans un espace restreint, elle a créé l'ambiance avec des objets soigneusement choisis.

Diane Duguay, qui habite dans le secteur Saint-Luc, accueille chez elle des personnes handicapées qui présentent des déficiences graves. La plupart d'entre eux ne peuvent s'exprimer par la parole. Devant leurs possibilités d'apprentissage relativement limitées, Mme Duguay s'efforce de maintenir les connaissances acquises et d'améliorer leur qualité de vie.

Or, à cause de leur état, ses pensionnaires vivent plusieurs stress que la plupart d'entre nous ignorent. Selon l'éducatrice spécialisée, tout peut les bouleverser, jusqu'à la moindre modification dans l'horaire de la journée. «Il suffit qu'ils changent de groupe dans les ateliers qu'ils fréquentent pour qu'ils arrivent à la maison crispés», raconte Mme Duguay. Mais après 20 minutes dans cette pièce, ils sont plus calmes et leur sourire revient.»

Elle n'occupe qu'un coin du sous-sol, mais la mini-salle de stimulation sensorielle est bien remplie. Autour d'un lit de matelas et de coussins, on trouve des lampes de toutes sortes, dont la plupart incorporent couleurs et mouvements. «Les jeunes sont fascinés par la lumière stroboscopique et par la *lava lamp*», dit-elle.

L'un des éléments les plus appréciés est le système de son, qui permet aux pensionnaires d'écouter leur musique préférée, qu'elle soit relaxante ou stimulante. Parfois, ils accompagnent le disque en jouant des instruments-jouets de couleur vive qui se trouvent dans la pièce: clavier, flûte, maracas, tambourin...

DANS LEUR MONDE

Mme Duguay achète habituellement un nouvel objet par semaine pour cette pièce, que les pensionnaires aiment fréquenter, chacun leur tour, pratiquement tous les jours. «Quand ils sont ici, ils sont dans leur monde», ajoute-t-elle, soulignant que leur niveau de stress baisse considérablement grâce à la stimulation visuelle, auditive et tactile.

«Même s'ils ne peuvent l'exprimer, leur bien-être transparait. Ils sourient plus», remarque-t-elle. Il n'est donc pas surprenant que cette pratique, recommandée par les intervenants dans le domaine, se répande de plus en plus dans les centres d'accueil comme celui de Diane Duguay. ■



Chez Diane Duguay, le coin *snoezelen* a été aménagé simplement, avec des objets achetés dans les magasins à grande surface.

ASTROLOGIE

Les prévisions
de la semaine avec
MARIE-BLANCHE

Semaine du 30 juin au
6 juillet 2004

BÉLIER

21 MARS AU 20 AVRIL

Votre maison est très importante pour vous. Vous savez la rendre agréable. Tout ce que vous faites est beau et sérieux.

TAUREAU

21 AVRIL AU 20 MAI

Vous allez vers des choses qui vous donneront du bonheur. Cela transforme votre existence. Vous savez comment agir dans tout.

GÉMEAUX

21 MAI AU 21 JUIN

Vous devenez très fort moralement. Votre vie extérieure prend beaucoup de valeur à vos yeux. Cependant, sachez tout équilibrer.

CANCER

22 JUIN AU 23 JUILLET

Vous avez de grands bonheurs à vivre dans le domaine de vos émotions. Cela vous apprend beaucoup sur vous-même. Vous êtes très sûr de vous dans tout.

LION

24 JUILLET AU 23 AOÛT

Vous êtes capable de tout organiser avec une grande sagesse morale. Vous devenez très confiant en vos actes. Vous voyez la valeur qu'ils ont.

VIERGE

24 AOÛT AU 23 SEPTEMBRE

Vous savez très bien faire la part des choses dans tout. Vous êtes très sûr de la valeur de vos amitiés. Cela prend beaucoup de place dans votre vie.

BALANCE

24 SEPTEMBRE AU 22 OCTOBRE

Vous allez vers des situations où vous serez apte à mieux évoluer dans votre travail. Tout prend un sens nouveau. Vous vous sentez très bien.

SCORPION

23 OCTOBRE AU 22 NOVEMBRE

Vous allez vers des amitiés nouvelles. Vous êtes capable de mieux vous divertir. Vous avez besoin de voir des choses heureuses.

SAGITTAIRE

23 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE

Vous pouvez très bien vous rendre compte par vous-même de plusieurs choses qui s'expliquent difficilement. Cependant, vous ne perdez rien et vous serez heureux dans tout.

CAPRICORNE

22 DÉCEMBRE AU 20 JANVIER

Vous pouvez compter beaucoup sur l'aide des gens que vous aimez. Ils vous donnent une grande force morale. Vous êtes capable de mieux comprendre tout ce qui vous arrive.

VERSEAU

21 JANVIER AU 18 FÉVRIER

Vous êtes très ambitieux. Plusieurs choses que vous faites peuvent vous apporter du succès. Cependant, ne vous éparpillez pas.

POISSONS

19 FÉVRIER AU 20 MARS

Vous pouvez présentement très bien équilibrer les différentes parties de votre existence. Elles vous apportent ce que vous avez toujours désiré.

L'ÉGLISE D'ICI

J'ai grandi avec la certitude que Dieu existe et qu'il est là pour nous

Depuis maintenant près de deux ans, nos enfants vivent le changement de l'enseignement religieux.

Personnellement, j'attache une grande importance à la spiritualité. J'ai la foi, j'ai grandi avec la certitude que Dieu existe et qu'il est là pour moi.

Comme tout bon parent, je souhaite donner à mes enfants les outils et l'éducation nécessaires pour qu'ils deviennent des adultes responsables. La foi est l'un des précieux héritages que nous souhaitons (mon mari et moi) laisser à nos enfants, tel que nous l'avons reçu nous-mêmes de nos parents.

Nous avons voulu suivre nos enfants dans cette démarche. J'ai voulu m'impliquer en tant

qu'animatrice. Mon conjoint a accepté d'être mon aide technique.

Honnêtement, c'est tout un engagement. «Enseigner» la vie de Jésus, de Dieu, semble simple. C'est plus facile à dire qu'à faire. Durant l'année, nous avons vu cinq thèmes soit: La Création de Dieu, Dieu se fait proche, Jésus choisit le chemin de Dieu, Faire mémoire et rendre grâce et le dernier, Vivre de l'Esprit Saint.

Tous ces récits sont faciles à raconter. Les comprendre et essayer d'en trouver le sens avec les enfants est autre chose. C'est autre chose, mais c'est faisable. On nous prépare par nos réunions mensuelles, on nous donne le matériel nécessaire. Des cours de perfectionnement nous sont

offerts (pas obligatoire mais très intéressants). Nous sommes appuyés et secondés en tout temps par Suzanne et Lisette. Elles sont toujours disponibles et répondent à nos questions. Les rencontres avec les jeunes sont animées par des lectures, des chants et des bricolages.

Je suis du style de parent qui suit ses enfants et tente de s'impliquer en tant que bénévole dans toutes les activités auxquelles je les inscris. J'avoue que cet engagement est de loin le plus intéressant et le plus enrichissant que j'ai pris à date. C'est pour moi un ressourcement intérieur et un renouvellement de ma foi. Nous avons terminé la première année et préparons la seconde avec enthousiasme. L'année qui vient

de se terminer nous a permis un retour aux sources et aux vraies valeurs avec nos enfants.

Pour vouloir animer un groupe, il faut vouloir s'impliquer et donner du temps... et on manque de temps. Reste à savoir où l'on situe l'importance de la vie spirituelle de nos enfants. On lui fait faire des sports pour son développement physique, on surveille son alimentation etc. mais est-ce qu'on lui donne des valeurs, une conscience du bien et du mal? Jésus est venu sur terre pour nous sauver... le sait-il? Nous avons choisi de faire connaître Jésus à nos enfants. Le changement qu'a pris le diocèse face à l'enseignement religieux se veut peut-être un moyen pour permettre à nos parents de trouver l'importance de notre foi dans notre vie et dans celle de nos enfants.

Dominique Lessard, animatrice d'un groupe en catéchèse ■

L'heure du bilan en pastorale sociale et familiale

Le mois de juin prend fin. Il est temps de s'arrêter et d'évaluer le travail de la pastorale sociale et familiale de notre communauté. Un bilan sert, selon moi, non pas à nommer ce qui aurait dû être fait, mais bien de porter le regard sur ce qui a été fait, ayant comme objectif de mieux saisir la route que nous avons prise durant l'année et où elle nous mènera afin de mieux cibler nos priorités pour l'an prochain.

Prendre contact avec le monde communautaire de notre milieu a été l'une des principales routes durant notre voyage vers ce monde souterrain peu visible à l'oeil nu. Découvrir son langage,

car comme tout milieu, il a son propre code.

Un autre sentier a été de rencontrer les responsables qui travaillent à transformer la vie des personnes afin qu'elles retrouvent leur dignité. Prendre conscience que certains organismes du milieu utilisent le véhicule de la défense des droits, d'autres, celui de l'écoute; d'autres outillent les personnes pour mieux faire face aux difficultés. Certaines personnes qui oeuvrent dans ces organismes le font bénévolement, d'autres y travaillent avec cœur et entraînent afin que tous prennent leur place au soleil.

Nous pouvons conclure en disant que la sensibilisation qui fut

faite durant cette première année nous a rendus, je crois, plus conscients que la pauvreté a toutes sortes de visages et qu'il nous reste bien du chemin à parcourir afin d'en saisir toute l'ampleur. Nous n'avons pas inventé le bouton à quatre trous cette année mais si nous voulons que notre milieu devienne plus juste et équitable, nous devons nous y investir comme l'Évangile nous y invite à le faire.

Jésus nous a indiqué la route à prendre afin que notre relation au Père passe par notre agir: que nous devenions les mains et les voix de Dieu pour transformer notre monde. Il nous reste maintenant à continuer sur cette route et à nous laisser interpeller en étant de plus en plus participants actifs à ce monde souterrain.

Sylvie Caya, agente de pastorale sociale et familiale ■

Merci

Pour la préparation au mariage chrétien cette année, il y a eu quatre couples qui ont accompagné les couples qui ont demandé à se marier en Église. Ces couples accompagnateurs sont: Gladys Denizard et Émile Fleury, Monique Payette et Georges Dufour, Catherine Masyer et Yves Roy ainsi que Nicole et Gilles Héroux.

Les couples qui ont animé les cinq sessions (64 couples) de préparation au mariage chrétien sont: Monique et Michel Robert ainsi que Madeleine et Jacques Guilbault.

Je tiens à remercier très sincèrement tous ces couples qui ont travaillé et donné de leur temps afin d'aider les couples à bien se préparer à leur mariage en Église.

Simone Granger ■



Ambulance, police, pompiers :	911
Sûreté du Québec (urgences) :	310-4141 (*4141 cellulaire)
Info-Santé :	(450) 349-3000
CLSC-CHSLD Champagnat de la Vallée des Forts :	(450) 358-2572
Croix-Rouge (urgence sinistres) :	1 877 362-2433
La ligne parents :	(514) 288-5555
Info-dépression :	1 800 266-0999
Tel-Jeunes :	(514) 288-2266
Protection de la jeunesse :	1 800 361-5310
Drogue - aide et référence :	1 800 266-2626
Centre de prévention du suicide du Haut-Richelieu :	(450) 348-6300
Coup d'Elle (femmes victimes de violence) :	(450) 346-1645
Centre de référence du Grand Montréal :	(450) 527-1375
Centre de référence du Centre d'action bénévole de Saint-Jean-sur-Richelieu :	(450) 347-7527
Centre Claude Bilodeau Aigamas pour joueurs compulsifs :	1-866-833-0411 (450) 248-0411

EN CAS D'URGENCE

Messes spéciales

À l'occasion de la fête du Canada, il y aura à 11 heures une messe à la cathédrale, le 1^{er} juillet. Bienvenue à toutes et tous!

Le dimanche 4 juillet, il y aura une messe au Parc Rémillard à 10h30. Il n'y aura pas la messe à l'église de L'Acadie. ■



Ne manquez pas nos bonnes affaires!

<p>19⁹⁹ Chacune ROBES D'ÉTÉ Jessica[®]MD DU RAYON DES ROBES POUR FEMMES • imprimés variés Dans la limite des stocks</p>	<p>rabais 30% TOUS LES MAILLOTS DE BAIN À PRIX ORDINAIRES DE 44,99 ET PLUS, DU RAYON DES MAILLOTS DE BAIN POUR FEMMES Les imprimés peuvent varier suivant le magasin</p>	<p>SOLDES DE 3 JOURS</p>	<p>rabais 30% PRESQUE TOUTE LA MODE NEVADA À PRIX ORDINAIRES POUR GARÇONS ET FILLES, EN TAILLES BÉBÉS À 18 À l'exclusion des chaussettes, sous-vêtements et articles dont le prix se termine par .97</p>	<p>rabais 20-50^{\$} TOUS LES LITS DE BÉBÉ, CHIFFONNIERS ET TABLES À LANGER À PRIX ORDINAIRES Le choix varie suivant le magasin</p>
<p>rabais 35% TOUTE LA MODE TAN JAY[®], ALFRED DUNNER[®], ALIA, ALIA SPORT, EMMA JAMES[®] ET HAGGAR[®] POUR ELLE À PRIX ORDINAIRES POUR FEMMES sauf les articles Sears 'Valeur sûre' et Sears Les essentiels Certaines marques sont disponibles en tailles spéciales</p>	<p>rabais 45% SOUTIENS-GORGE, CULOTTES ET SOUS-VÊTEMENTS DE MAINTIEN EN BOÎTE WonderBra[®], DAISYFRESH[®], PLAYTEX[®], WARNER'S[®] ET VOGUE BRA[®] À PRIX ORDINAIRES POUR FEMMES À l'exclusion des duos, des modèles de liquidation des fabricants, des articles 'Achat spécial', des articles dont le prix se termine par .97 et des soutiens-gorge de sport WonderBra à 18,99</p>		<p>rabais 50% VÊTEMENTS DE GOLF À PRIX ORDINAIRES POUR HOMMES À l'exclusion de la mode tout-aller Arnold Palmer[®], Dockers[®] et Haggar</p>	<p>rabais 40% JEANS LEVI'S[®] 505^{MD} EN DENIM À PRIX ORDINAIRES POUR HOMMES</p>
<p>Tous LES TÉLÉPROJECTEURS, LECTEURS DE DVD, ENREGISTREURS DE DVD ET LECTEURS DE DVD/ MAGNÉTOSCOPES SONT en solde</p>	<p>3 JOURS SEULEMENT ÉPARGNEZ 7%* sur les gros appareils ménagers Kenmore^{MD} à prix ordinaires ou à prix de liquidation sauf les articles Sears 'Valeur sûre' et Sears Les essentiels</p> <p><small>*Sears déduira 7% du prix de l'article. L'offre ne s'applique pas aux frais de paiement différé, de contrat d'entretien, de livraison ou d'installation. À l'exclusion des articles de nos magasins de liquidation, des achats par catalogue et sur le site Web. Offre en vigueur jusqu'au dimanche 4 juillet ou, si Sears est fermé, au samedi 3 juillet 2004.</small></p>		<p>Tous LES TRACTEURS ET TONDEUSES CRAFTSMAN^{MD} À PRIX ORDINAIRES SONT en solde sauf les articles Sears 'Valeur sûre' et Sears Les essentiels</p>	

NE MANQUEZ PAS NOS OFFRES SPÉCIALES QUOTIDIENNES!

Les rabais ne peuvent être combinés à aucune autre offre de rabais

VENDREDI 2 JUILLET 2004		SAMEDI 3 JUILLET 2004			DIMANCHE 4 JUILLET 2004	
<p>rabais 35% TOUTE LA MODE GENEVÈVE LAVERGNE[®] À PRIX ORDINAIRES EN TAILLES BÉBÉ À 18 POUR GARÇONS ET BÉBÉ À 14 POUR FILLES</p>		<p>rabais 40% JEANS EN DENIM NEVADA À PRIX ORDINAIRE POUR HOMMES Rég. Sears 39,99. Chacun 23,99</p>	<p>rabais 25% TOUTE LA MODE Lizzie McGuire[®] À PRIX ORDINAIRES POUR FILLES, EN TAILLES 2-16</p>	<p>rabais 40% SÉPARABLES TRADITION[®], TRADITION COLLECTION[®] ET TRADITION COUNTRY COLLECTION[®] À PRIX ORDINAIRES Certaines marques aussi en tailles spéciales. À l'exclusion des articles 'Achat spécial', Sears 'Valeur sûre' et Sears Les essentiels</p>	<p>rabais 35% TOUTE LA MODE DINO[®] À PRIX ORDINAIRES POUR GARÇONS ET FILLES, EN TAILLES 2-16 sauf les vêtements d'extérieur et les articles dont le prix se termine par .97</p>	
<p>rabais 40% SOUS-VÊTEMENTS HANNEY HANNEY[®] À PRIX ORDINAIRES POUR HOMMES</p>	<p>rabais 45% SOUTIENS-GORGE JESSICA ET NEVADA À PRIX ORDINAIRES POUR FEMMES À l'exclusion des articles dont le prix se termine par .97</p>	<p>19⁹⁹ Paire SÉLECTION DE SANDALES NEVADA POUR FEMMES</p>	<p>rabais 50% ONEILLER PACIFIC COAST FEATHER[®] 3 ÉTOILES DE FORMAT MOYEN En plume de canard blanc entourée de duvet de canard blanc. Rég. Sears 64,99. 32,49</p>	<p>rabais 55% JEU D'OUTILS DE MÉCANICIEN CRAFTSMAN DE 97 PIÈCES Garantie à vie. N° 44097. Rég. Sears 199,99. 89,99</p>	<p>rabais 40% TOUTES LES SÉPARABLES COLUMBIA[®] À PRIX ORDINAIRES POUR FEMMES</p>	
<p>rabais 55% JEU DE 16 Outils de Mécanicien Garantie à vie. N° 33023. Rég. Sears 59,99. 26,99</p>	<p>rabais 50% LÉGENDE DE BOUTONS D'OR Carnet d'adresse, agenda, etc. Disponible en 3 séries: violet à compensation magnétique, N° 3202. Rég. Sears 199,99. 169,99</p>				<p>rabais 45% BAS-CULOTTES, Under[®] À PRIX ORDINAIRES POUR FEMMES À l'exclusion des emballages multiples et des articles dont le prix se termine par .97</p>	

Prix en vigueur du vendredi 2 au dimanche 4 juillet 2004, sauf avis contraire, dans la limite des stocks.
Certains articles ont peut-être été soldés au cours de la semaine dernière. Achats sur place seulement

SEARS

QUALITÉ, BONS PRIX, SERVICE, FIABILITÉ

NE065G104 © 2004, Sears Canada Inc.

Saison des p'tits plaisirs

Bienvenue à tous!

Cueillette libre et détail

Téléphonez-nous avant de vous présenter!



Michel Toupin
346-2804

406, chemin des Patriotes, Saint-Athanase
(à 1 1/2 mille après le pont Marchand, direction Richelieu)

FRAISIÈRE L & L BESSETTE

Nouveau! Tartes et confitures maison

Prop. : Luc Bessette

Pour vous procurer de bonnes fraises déjà cueillies ou à l'autocueillette

Cueilleur(se)s demandé(e)s

1295, rue Jacques-Cartier Sud
Saint-Jean-sur-Richelieu
(450) 346-3053

À 4 km du coin Carillon et Séminaire

Fraisière F. Rémillard

Cueillez vos fraises vous-mêmes



Téléphonez avant de vous présenter!

40, rue Principale Saint-Jacques-le-Mineur
(Autoroute 15 vers Plattsburg, Sortie 29)

(450) 347-5942

Saint-Valentin...

Fraises, framboises, bleuets

Auto-cueillette et déjà cueillies

Confiture, tartes, et produits maison

Dégustation et visite

Balade animé en charrette les dimanches

Mini-ferme pour les enfants



Nouveau Sangria

978, Chemin 4e Ligne, Saint-Valentin, Autoroute 15 Sud
sortie 21 à Napierville, direction Fort-Lennox.

www.lesfraiseslouishebert.com **(450) 291-3004**



Fraises cueillies ou à cueillir

La Fraisière St-Alexandre
SNC

Un dessert ?
Oui!
Avec des fraises du Québec!



347-2707

1607, chemin Grande-Ligne
(près du village)
Saint-Alexandre

Cueilleur(se)s demandé(e)s

Vérifier la disponibilité des produits svp

Les propriétaires, Pauline, Jean-Pierre et Denis Tremblay sauront vous accueillir

