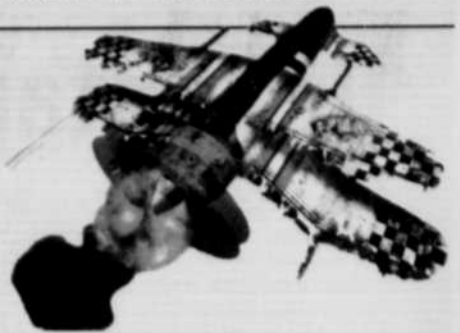


Tourisme

16 INFORMATIQUE
L'UNIVERS DE «CRIMSON SKIES»



PLAISIRS DE LA TABLE
CHAMPIGNONS, TRUITE
ET GÂTEAUX

T4



VOYAGE DANS LE TEMPS
UN PERSONNAGE
NOMMÉ «BRAS-DE-FER»

T4



VIE DE FAMILLE
«BOBO AUX
OREILLES!»

T5

VOLUME 2 NUMÉRO 11 | SAMEDI 22 NOVEMBRE 2003

Coup d'oeil sur le patrimoine de l'humanité

ANDRÉ DESIRONT

La Presse

La ville-musée de Mtskheta, vous connaissez? Non, bien sûr! Pas plus que les églises d'Echmiadzine, le centre historique de Shakhriyabz, le mausolée de Khoja Ahmadyasawi ou la forêt impénétrable de Bwindi! Mais ces endroits (respectivement situés en Géorgie, en Arménie, en Ouzbékistan, au Kazakhstan et en Ouganda) ont un point commun avec la cathédrale de Chartres, la Cité du Vatican, la Grande Muraille de Chine et la vieille ville de Québec: ils sont inscrits sur la liste du Patrimoine mondial de l'humanité, dont l'UNESCO dresse l'inventaire depuis 1978. Si les Boeing 747 et la navette spatiale nous ont donné l'illusion que la planète n'était finalement qu'un bien petit village galactique, un coup d'oeil sur la liste du Patrimoine mondial nous ramène au sens des réalités. Le monde est plus grand qu'on ne le conçoit et l'histoire humaine ne se réduit pas à la tradition occidentale.

Tout a commencé en 1959, lorsque l'Égypte a décidé de construire le barrage d'Assouan pour régulariser les crues du Nil. Le monde s'est ému parce qu'un des ensembles monumentaux les plus remarquables de la période pharaonique allait disparaître à jamais: les temples d'Abou Simbel, construits sous le règne de Ramsès II. L'Organisation des Nations unies pour l'éducation, la science et la culture, mieux connue par son acronyme anglophone, UNESCO, a lancé une grande campagne de sensibilisation et recueilli 80 millions de dollars (une somme considérable pour l'époque!) qui ont permis de découper les deux temples en morceaux et de les reconstituer quelques kilomètres plus loin, sur un escarpement rocheux. L'idée était lancée: il y avait dans le monde des chefs-d'oeuvre en péril qui requerraient la mise en place de mécanismes de protection.

Après un peu plus d'une décennie de réflexions et de palabres, les États membres ratifièrent la «Convention sur la protection du patrimoine mondial culturel et naturel» à Stockholm, en 1972. Il fallut encore attendre jusqu'en 1978 pour commencer à dresser un début de liste. Cette année-là, l'UNESCO conféra à 12 sites la dignité d'appartenir au patrimoine de l'humanité. La moitié étaient des parcs nationaux, parce qu'entre-temps, on avait décidé qu'il ne fallait pas seulement préserver les témoignages de l'histoire humaine, mais aussi les endroits qui «racontaient» l'histoire de notre planète. Le Canada eut l'honneur d'inaugurer la liste avec deux sites: le parc national

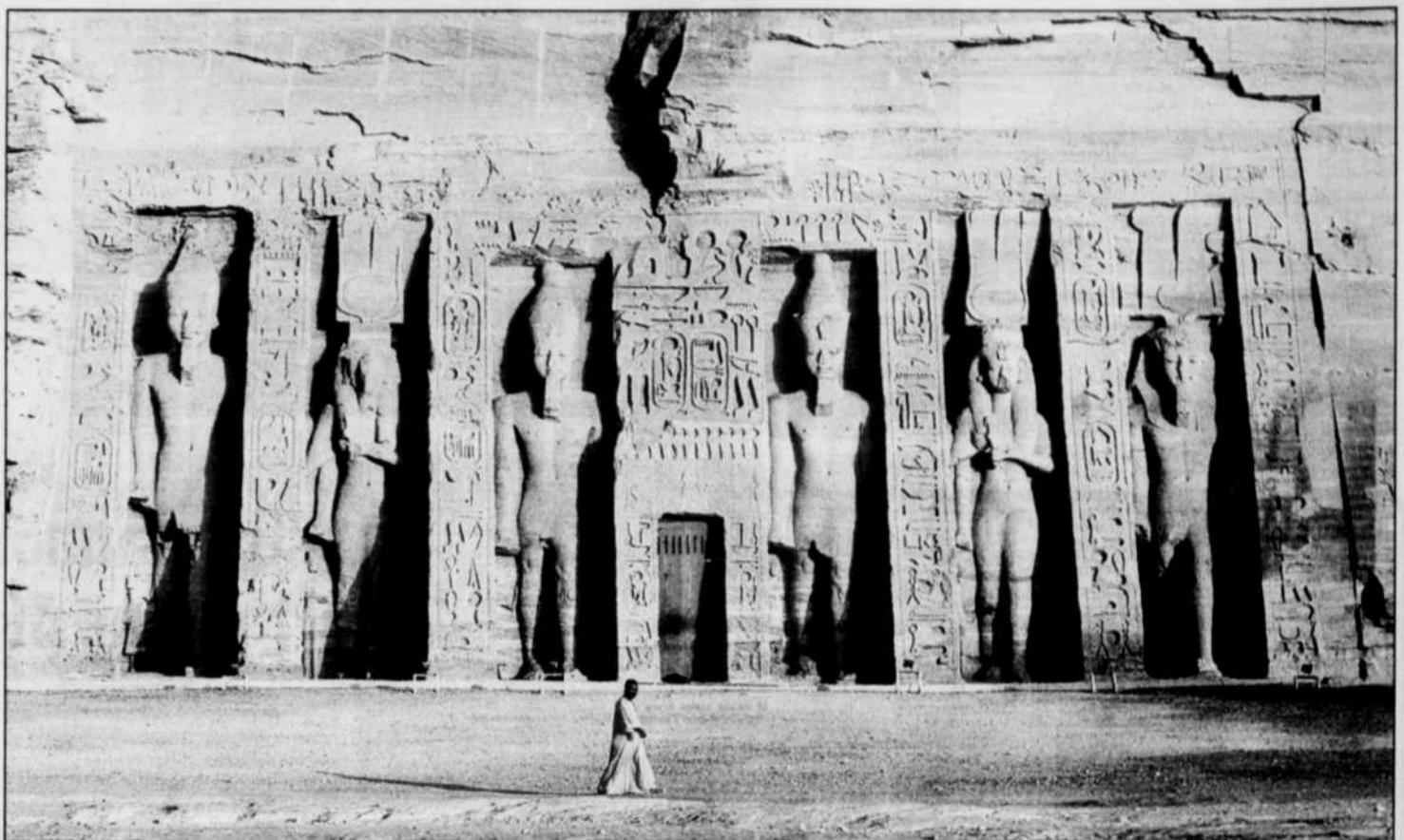


PHOTO: LA PRESSE

Grâce à l'intervention de l'UNESCO, les temples d'Abou Simbel, construits sous le règne de Ramsès II et menacés de disparaître, en 1959, ont été découpés en morceaux et reconstitués quelques kilomètres plus loin.

Nahanni, dans les Territoires du Nord-Ouest, et le Lieu historique national de L'Anse-aux-Meadows, à Terre-Neuve, où des Vikings venus du Groenland ont établi une petite colonie au Xe siècle de notre ère.

Depuis les États intéressés dressent périodiquement un inventaire d'endroits dont ils soumettent la candidature à l'UNESCO qui en accepte quelques-uns chaque année. Il y en a eu neuf en 2002 et 24 en 2003. Aujourd'hui, la liste compte un total de 754 «biens», dont 582 sites dits «culturels», 149 «naturels» et 23 «mixtes».

Parmi les biens culturels, on trouve aussi bien des cathédrales (Chartres, Cologne...), que des monastères (Maulbronn, en Allemagne, les Missions jésuites du Paraguay), des villes (les centres historiques de Prague, de Bruges, de La Havane, de Québec et même une cité moderne comme Brasília), des ponts (celui du Gard), des vallées (celle du Haut-Rhin entre Coblenz et Bingen, celle de la Loire entre Sully-sur-Loire et Chalonnes), des routes (les chemins de Saint-Jacques de Compostelle, qui sont jalonnés de monuments

historiques remarquables), des places (la Grand-Place de Bruxelles, la place Rouge à Moscou), des complexes industriels (la mine de charbon de Zollverein, en Allemagne), des vignobles (la juridiction de Saint-Émilion) et même un camp de concentration: Auschwitz. Le mot-clé, c'est «histoire»:

Deux étapes de
l'histoire de
l'humanité

— page 12

le site doit être un exemple édifiant d'une période de l'histoire de l'humanité.

Parmi les pays qui en comptent le plus grand nombre, on relève, naturellement la France (27), la Chine (29), l'Italie (37)... Mais c'est l'Espagne qui arrive en tête, avec 38 sites, parmi lesquels une île: Ibiza.

Avec seulement 18 sites, un grand pays riche d'histoire comme les États-Unis ne se classe que dans l'honorable moyenne. C'est qu'une loi américaine stipule que seules les propriétés du gouvernement fédéral peuvent être inscrites sur la liste du Patrimoine mondial. Ce qui élimine d'emblée des villes admissibles comme Savannah, en Géorgie, exemple parfaitement conservé d'un établissement colonial anglais du début du XVIIIe siècle, ou certains édifices qui sont la propriété d'un des États de l'Union.

Cela n'empêche pas le gouvernement américain de détenir en réserve une liste de 70 parcs nationaux ou «lieux historiques» qu'il voudrait voir figurer sur l'inventaire du Patrimoine mondial!

Une centaine de villes et de sites canadiens ont eux aussi des vellétés en ce sens. Chez nous, l'interlocuteur de l'UNESCO pour le Patrimoine mondial est Parcs Canada, qui relève du ministère du Patrimoine canadien. «La ministre a mis sur pied un comité consultatif qui a déjà éliminé la moitié des candidatures, parce qu'elles ne satisfaisaient pas aux critères», dit Gisèle Can-

tin, coordonnatrice des relations internationales de Parcs Canada. Les experts se penchent sur la question et ils en retiendront vraisemblablement une dizaine.»

Si la porte-parole de Parcs Canada s'interdit de risquer des prédictions, elle n'en remarque pas moins que peu de sites de l'Arctique sont représentés. «Et il y a également des lacunes en ce qui concerne le patrimoine industriel», dit-elle.

Ce dont convient Lucia Iglesias, du Bureau d'information de l'UNESCO, à Paris. «Nous avons inscrit un site industriel dès la première année: la mine de sel de Wieliczka, en Pologne, dit-elle. Mais maintenant que nous avons répertorié la plupart des cathédrales et des villes remarquables, les sites du patrimoine industriel auront plus de chances d'être agréés. Tout comme ceux de pays qui ne détiennent encore aucune inscription sur la liste. La Mongolie, par exemple!»

On peut consulter la liste des sites du Patrimoine à l'adresse: <http://whc.unesco.org/nwhc/fr/pages/sites/main.htm>

**GRATUIT
GARANTIE 5 ANS
PIECES ET MAIN-D'OEUVRE
VALEUR DE PLUS DE 200\$**

Liquidation fin de saison

FUJITSU

LE CLIMATISEUR

le plus fiable sur le marché avec
le meilleur rapport qualité-prix.

NE PAYEZ QU'EN

**MARS
2004**

6 MOIS SANS
FRAIS, SANS
INTERÊTS.



AubinPélissier

205, rue Godin, Trois-Rivières

Téléphone: 376-3725 | Télécopieur: 376-8401

aubinpelissier.com Licence #BQ-8100-9292-47

QUÉBEC ET LUNENBURG

Deux étapes de l'histoire de l'humanité

La Presse

«Après l'inscription de Lunenburg sur la liste du Patrimoine mondial, en 1995, tous les jolis villages de pêcheurs du Canada nous ont contactés pour présenter leur candidature», raconte Gisèle Cantin, responsable des relations internationales de Pares Canada et, à ce titre, interlocutrice privilégiée de l'UNESCO pour le Patrimoine mondial. «Mais cela ne fonctionne pas comme ça. Pour qu'on considère sa candidature, un bien culturel doit illustrer parfaitement une période particulière de l'histoire de l'humanité.»

Le Vieux Lunenburg, en Nouvelle-Écosse, était admissible parce qu'il s'agit d'un exemple à peu près intact, d'un établissement colonial britannique en Amérique du Nord. De la même manière, l'arrondissement historique de Québec figure sur la liste du Patrimoine mondial depuis 1985, parce qu'il s'agit d'un «exemple remarquable» d'établissement colonial français : la basse ville, avec sa façade maritime et ses rues étroites qui convergent vers la place Royale, et la haute ville fortifiée, qui abritait les institutions civiles et religieuses et où les bourgeois et les marchands les plus prospères se sont construits des demeures.

L'inscription de Québec sur la liste du patrimoine avait été précédée d'un énorme travail de restauration entamé, dès 1966, après l'adoption par l'Assemblée nationale de la Loi sur la protection des biens culturels. Une des premières mesures mises en oeuvre avait été la restauration de la place Royale et des bâtiments attenants. Depuis, les travaux n'ont pas cessé : enfouissement des fils, restauration des rues du Sault-au-Matelot, du Petit Champlain, puis de la rue Saint-Jean, aménagement d'autres places publiques (notamment celle des Livernois), restauration de bâtiments comme le couvent des Ursulines... la liste est trop longue pour en dresser la nomenclature.

L'inscription sur la liste du Patrimoine mondial a permis de sensibiliser suffisamment la population et les élus pour faire consensus, lorsqu'un projet menace l'harmonie des lieux.

C'est ainsi qu'on a bloqué la construction d'un cinéma Imax, dans la basse ville, et que les plans du nouveau terminal de croisières ont été modifiés pour mieux l'intégrer à la façade maritime. Et



PHOTO: YANICK POISSON

Environ 65% des touristes qui se rendent à Québec y vont pour son patrimoine.

l'implantation de nouveaux hôtels dans l'arrondissement historique est sévèrement contingentée.

Actuellement, la Ville, la Commission de la capitale nationale et les gouvernements provincial et fédéral consacrent environ 15 millions chaque année, dans le cadre de projets divers, à l'entretien et l'amélioration du patrimoine. Ces investissements sont rentables, puisqu'ils stimulent l'industrie touristique locale qui emploie plus de 20 000 personnes. «Nos études démontrent que 65% des touristes que nous recevons viennent pour le patrimoine», dit Pierre Labrie, directeur général de l'Office du tourisme et des congrès de Québec. «Et le fait de figurer sur la liste du Patrimoine mondial nous permet d'attirer des congrès reliés à l'architecture et à la culture.»

Mais tout bienfait a son revers. L'afflux de touristes dans un périmètre restreint risque de faire fuir les habitants qui sont alors confrontés à des problèmes d'embouteillages et une pénurie de stationnements. Sans parler des contraintes architecturales rigoureuses qui peuvent coûter cher! «Comme nous ne voulions pas nous retrouver avec une ville grouillante de monde le jour et déserte la nuit, nous avons pris les mesures pour inciter la population locale à demeurer sur les lieux», dit France Bégin, directrice du service Architecture, design et patrimoine à la Ville de Québec. «Avec succès, puisque l'arrondissement historique, qui comptait 4000 résidents, en 1981, en héberge 5087, aujourd'hui.» La ville gère des programmes d'aide à la rénovation. Elle est en train de s'attaquer au problème des autocars de touristes. Plusieurs autres villes, qui figurent sur la liste du Patrimoine mondial, ont interdit l'accès aux autocars et, même aux voitures. C'est le cas de Tolède, en Espagne, qui est juchée sur un piton rocheux. Seules les voitures des résidents et les camions de livraison ont la permission de pénétrer dans le périmètre historique. Les autocars et les touristes doivent se garer en périphérie et on a aménagé sur la falaise des escaliers mobiles qui facilitent l'accès au centre-ville. Sans aller jusque-là, Québec interdira bientôt les autocars.

«Nous étudions un projet de véhicule électrique plus étroit que les autobus qui baladera les touristes dans l'arrondissement historique», dit France Bégin. ●

Les sites canadiens du patrimoine mondial

- Le lieu historique national de L'Anse-aux-Meadows (Terre-Neuve)
- Le parc national Nahanni (Territoires du Nord-Ouest)
- Le parc provincial Dinosaur (Alberta)
- L'île Sgaang Gwait (aussi appelée 'île Anthony', (Colombie-britannique)
- Le précipice à bisons Head-Smashed-In (Alberta)
- Le parc national Wood Buffalo (Alberta et Territoires du Nord-Ouest)
- Le parc des montagnes Rocheuses (qui comprend plusieurs parcs comme Banff, Jasper, Yoho... en Colombie-britannique et en Alberta)
- L'arrondissement historique de Québec (Québec)
- Le parc national de Gros-Morne (Terre-Neuve)
- Le Vieux Lunenburg (Nouvelle-Écosse)
- Le parc de Miguasha (Québec)
- Le parc international de la paix Waterton-Glacier (à cheval sur la frontière canado-américaine, il comprend plusieurs parcs nationaux, notamment le Glacier National Park, au Montana, et le parc national Waterton, en Alberta)
- Le parc Kluane/Wrengell-St. Elias/Glacier Bay/Tatshenshini-Atsek (à cheval sur la frontière canado-américaine, il comprend plusieurs parcs au Yukon, en Colombie-britannique et en Alaska)

Où iront les Québécois cet hiver?

La Presse

Les touristes québécois semblent privilégier le Costa Rica comme destination hivernale cette année. C'est du moins la tendance qui se dégage des ventes de guides de voyage dans les librairies Ulysse depuis le 1er octobre.

Derrière les classiques tels le Costa Rica, Cuba, Cancun et la Riviera Maya, Ulysse remarque une

hausse marquée des demandes pour l'Argentine et le Chili. D'après la maison d'édition, ce sont le climat politique plus stable et les bas prix qui attirent davantage de voyageurs dans ces pays d'Amérique du Sud.

De plus, les destinations américaines semblent aussi plus populaires auprès des Québécois, probablement séduits par un pouvoir d'achat accru. ●

Voici les 24 destinations les plus en demande dans les librairies Ulysse:

- 1- Costa Rica
- 2- Cuba
- 3- Cancun et la Riviera Maya
- 4- Argentine
- 5- Tunisie
- 6- Panama
- 7- Thaïlande
- 8- Brésil
- 9- Disney World
- 10- Ouest canadien
- 11- Las Vegas
- 12- Chili
- 13- Inde
- 14- Australie
- 15- Belize
- 16- Arizona et Grand Canyon
- 17- Pérou
- 18- Saint-Martin/Saint-Barthélemy
- 19- Sainte-Lucie
- 20- Espagne
- 21- Hawaï
- 22- République dominicaine
- 23- Portugal
- 24- Puerto Vallarta

Vous partez pour la Floride?

Informez-vous des endroits où votre quotidien est disponible.



Le Nouvelliste
LEADER DE L'INFORMATION RÉGIONALE
Service des abonnements
819.376.2000
Prévost Distributions Inc.
954.971.3306

Plages Thaïlande Hôtel Andaman Seaview*** Séjour 14 jours, 18 repas Phuket	A compter de 2099\$ + taxes	Bali Club Bali Mirage*** Séjour 28 jours, 24 repas Tanjuncy Benoa	A compter de 2149\$ + taxes
Thaïlande Cha Am*** Long séjour, 27 jours, 24 repas Pattaya	A compter de 2149\$ + taxes	Vietnam Aux Sources de Mekong Circuit 18 jours, 30 repas	A compter de 3149\$ + taxes
Thaïlande Fantaisie thaïlandaise Circuit 18 jours, 26 repas	A compter de 2349\$ + taxes	N'OUBLIEZ PAS ! Nous offrons toujours 6 % de rabais sur nos FORAITS SUD à prix régulier et 5 % de rabais sur ceux d'EUROPE	
Bali Tropic Resort & Spa*** Séjour 15 jours, 11 nuits, TOUT INCLUS, incluant 5 excursions.	A compter de 2249\$ + taxes		

CLUB STAN BUY

Les voyages Stan Buy Trois-Rivières inc.
415, rue Barkoff, Cap-de-la-Madeleine
Tél. : (819) 378-2629 - Téléc. : (819) 378-1617
Ligne directe : 1 800 567-7048
Louise Bourget, présidente. PERMIS DU QUÉBEC

Taux de change

Afrique du Sud (rand).....	0.2067	Malaisie (ringgit).....	0.3620
Arabie saoudite (riyal).....	0.3609	Maroc (dirham).....	0.1461
Argentine (peso).....	0.47019	Mexique (peso).....	0.1246
Australie (dollar).....	0.9741	Norvège (couronne).....	0.1955
Bahamas (dollar).....	1.3197	Nouvelle-Zélande (dollar).....	0.8591
Bahreïn (dinar).....	3.5546	Pakistan (roupie).....	0.0247
Barbade (dollar).....	0.6799	Pérou (sol).....	0.3851
Bermudes (dollar).....	1.3197	Philippines (peso).....	0.0242
Bésil (real).....	0.4527	Pologne (zloty).....	0.3466
Bulgarie (lev).....	0.8160	Rép. dominicaine (peso).....	0.0343
Caribes (dollar).....	0.5093	Rép. tchèque (couronne).....	0.0502
Chili (peso).....	0.00211	Roumanie (leu).....	0.0000399
Chine (renminbi).....	0.1629	Royaume-Uni (livre).....	2.2157
Chypre (livre).....	2.7342	Russie (rouble).....	0.0450
Colombie (peso).....	0.000473	Singapour (dollar).....	0.7777
Corée (won).....	0.001139	Slovaquie (couronne).....	0.0390
Costa Rica (colon).....	0.003237	Slovénie (tolar).....	0.006763
Danemark (couronne).....	0.2156	Sri Lanka (roupie).....	0.01401
Egypte (livre).....	0.2182	Suède (couronne).....	0.1781
Em.A.U. (dirham).....	0.3649	Suisse (franc).....	1.0286
Etats-Unis (dollar).....	1.3049	Taiwan (dollar).....	0.0395
Europe (euro).....	1.5511	Tanzanie (shilling).....	0.001277
Fidji (dollar).....	0.7749	Thaïlande (baht).....	0.0336
Guyane (dollar).....	0.007486	Trinité-Tobago (dollar).....	0.2212
Haiti (gourde).....	0.0335	Tunisie (dinar).....	1.0695
Hong Kong (dollar).....	0.1732	Turquie (livre).....	0.0000092
Hongrie (forint).....	0.00619	Ukraine (hryvna).....	0.2514
Inde (roupie).....	0.0302	Venezuela (bolivar).....	0.00084
Indonésie (roupie).....	0.000166		
Israël (shekel).....	0.2988		
Jamaïque (dollar).....	0.0237		
Japon (yen).....	0.011945		
Kenya (shilling).....	0.0175		
Koweït (dinar).....	4.6131		
Liban (livre).....	0.000884		

Voici les taux des devises étrangères du mercredi 19 novembre, tels que fournis par la Banque de Montréal. Les taux sont en devise canadienne et sont nominaux car ils fluctuent durant la journée et varient d'une banque à l'autre. ●

LE BUREAU DE CHANGE
POUR OBTENIR OU ÉCHANGER VOS DEVISÉS ÉTRANGÈRES

Desjardins
Caisse populaire
Ste-Marguerite
de Trois-Rivières

OUVERT LE SAMEDI
5700, boul. Jean XXIII
Trois-Rivières-Ouest
Qc G8Z 4B5
Tél.: (819) 693-3833

Convertisseur de devises disponible sur:
www.desjardins.com

Dix conseils pour voyager avec un bébé

ISABELLE AUDET
La Presse

Amenez avec vous une poussette dont le dossier se couche totalement, et qui se transformera en lit d'appoint très pratique. Ainsi, une fois bébé endormi, vous pourrez sortir manger sur une terrasse ou vous balader sans bouleverser ses habitudes.

Ayez toujours en votre possession une bouteille d'eau scellée. En pleine nuit, lorsque la qualité de l'eau du robinet paraît douteuse, elle s'avérera pratique.

Le meilleur moment pour visiter un musée est tout de suite après le dîner de bébé, au moment de la sieste, ou après une période d'activité particulièrement intense dans un parc. Il vous suffit alors de lui donner un biberon de lait pour qu'il accepte de vous suivre paisiblement.

Réservez une chambre dans un hôtel muni d'une cuisinette, ou au minimum d'un four à micro-ondes et d'un réfrigérateur. Il vous est alors possible de cuisiner des repas rapides pour bébé (et de contrôler ce qu'il mange), sans vous ruiner.

Choisissez une chambre assez grande pour que bébé puisse bouger. Déjà qu'il sera assis dans sa poussette à l'occasion de vos visites touristiques, il lui faut de l'espace pour ramper.

Les trattorias sont particulièrement accueillantes pour les parents accompagnés d'enfants. La tradition familiale des Italiens fait d'eux des hôtes particulièrement aimables, et patients.

Un bébé, même très jeune, s'attache à des personnages comme les Teletubbies ou Caillou. Comme il est impossible de les amener tous en voyage, on peut toutefois trouver leur minois sur Internet, les imprimer et les plastifier. Ce jeu de cartes inusité l'occupera pendant des heures!

Il existe des livres géants, en carton, qui entrent parfaitement dans le fond d'une valise. Une fois à destination, l'enfant s'amuse à regarder les images, mais vous pouvez aussi transformer le livre en petite tente pour l'amuser.

Apportez de l'acétaminophène liquide pour bébé. Il y en a certainement dans le pays que vous visitez, mais pour les fièvres nocturnes qui arrivent fréquemment, il sera utile. Amenez aussi votre enfant chez le médecin quelques jours avant le départ.

Le décalage horaire donnera de drôles d'habitudes à votre bébé. Profitez de ces conversations nocturnes pour faire le plein de câlins. Après tout, vous êtes en vacances!

Dur dur d'être un bébé dans l'avion

ISABELLE AUDET
La Presse

Fiston a tout juste 15 mois. Pour les vacances, il part avec ses parents visiter des amis de l'autre côté de l'Atlantique. Chouette! Mais avant, toute la famille doit passer une épreuve éprouvante: six heures de confinement dans l'avion.

D'ailleurs, les regards des autres passagers qui observent, inquiets, bébé se préparer à l'embarquement, n'ont rien d'encourageant. Et Junior, très intrigué par la poubelle, leur donne presque raison en hurlant son mécontentement lorsqu'il est temps d'entrer dans l'appareil.

Chaque jour, plusieurs enfants de moins de 2 ans partent de Dorval pour un vol de longue durée. Les agents de bord d'Air Canada accueillent ainsi plusieurs jeunes familles, chargées de jouets et de couches. Un mauvais moment à passer? «Pas nécessairement», assure Chantal Meloche, agente de bord et mère de deux enfants.

«C'est toujours difficile de prendre l'avion avec un enfant en très bas âge. Il n'y en a pas un qui réagit de la même façon, et les parents doivent vraiment être bien préparés», explique-t-elle toutefois.

Même s'il n'existe aucun truc infailible pour voyager avec un bébé qui sourit de toutes ses gencives du décollage à l'atterrissage, l'agente de bord croit que certaines précautions éviteraient bien des drames.

D'abord, l'avion peut être un endroit bien inquiétant pour un bébé, qui peut alors chercher des points de repère. Une doudou, un oursin musical ou un objet familier «qui sent la maison» l'aidera à se détendre.

Ensuite, dans le cas d'un vol vers l'Europe, le départ se fait en soirée, donc juste au moment où Junior allait normalement dormir.

Pour libérer les parents, plusieurs avions possèdent des lits pour les bébés de moins de 12 kilos qui ne peuvent se tenir assis (à réserver au moment de l'achat des billets). Avec leur doudou et leurs parents tout près, les petits n'y voient que du feu et, oui oui, il y a de fortes chances qu'ils dorment jusqu'à destination!

Mais lorsque le vol se fait en plein jour, comme au retour d'un voyage en Europe (7 heures!), il faut se montrer patient et imaginaire. Avant de jouer, il importe, selon Chantal Meloche, d'exposer les règles, même à un jeune enfant.

«Avec mon fils, je lui ai montré dès les premiers voyages qu'il fallait rester à son siège. Quand un agent de bord arrive avec un gros chariot, si un enfant est à quatre pattes dans l'allée, il ne peut pas le voir. Une fois que les parents ont établi cette règle, c'est plus fa-



PHOTO: LA PRESSE

Voyager avec bébé n'est pas toujours de tout repos. Heureusement, certains trucs permettent de rendre le transport plus paisible.

ci. Même s'il y a des larmes au début...

JOUER DANS UN MÈTRE CARRÉ

Difficile tout de même de convaincre un enfant qui fait ses premiers pas de rester assis pendant plusieurs heures. Et comme les bébés de moins de deux ans peuvent voyager assis sur leurs parents, voilà que le terrain de jeu a considérablement rétréci depuis la maison. Pour rendre la tâche plus facile, la plupart des transporteurs aériens offrent aux tout-petits des collations et des repas à leur goût (sur réservation).

Pour les jeunes bébés, les grandes compagnies comme Air France ou Air Canada offrent des purées. Pour les plus grands, pourquoi pas un hambur-

ger, des doigts de poulet ou des croquettes en forme d'animaux (chez Air France)? Le plateau à nourriture devient alors un vaste désert duquel les éléphants et les chevaux panés ne sortiront pas vivants!

Une fois les estomacs pleins, place aux (petits) jouets. «J'amène toujours de nouveaux jouets, pour attirer l'attention de mon fils. Des accessoires créatifs aussi, comme des crayons, de la pâte à modeler. Une fois qu'on a fait un petit bonhomme, on peut alors l'animer!», raconte Mme Meloche.

Les livres-jouets, avec des languettes à tirer ou des animaux qui font des sons sont aussi d'excellents moyens de garder Junior occupé. Et si les voisins aiment les enfants, ils se feront certai-

nement un plaisir de lui faire la conversation! Les agents de bord aussi s'arrêtent régulièrement pour s'assurer que leurs plus jeunes voyageurs s'amuse.

À METTRE SUR SA LISTE

Pour s'amuser l'esprit tranquille, il faut toutefois être confiant de n'avoir rien oublié. À mettre obligatoirement dans le sac que les parents amèneront avec eux dans la cabine: un biberon (qui forcera bébé à avaler pour contrer l'effet de la pression sur les oreilles au décollage), des vêtements de rechange, des biscuits secs, un ou deux livres, des jouets, une petite couverture, une suce (si nécessaire), des serviettes humides... et beaucoup de couches en cas de mauvais transfert de bagages!

«J'ai déjà vu des parents qui avaient complètement oublié les couches. Dans ces cas-là, il faut être créatif à bord. On se sert de sacs-poubelle et de ruban adhésif!», raconte Chantal Meloche.

Finalement, si les parents sont eux-mêmes calmes et enjoués, bébé, fin imitateur, fera probablement de même. «Partir en voyage peut être stressant, mais c'est important d'essayer de respirer. Profitez de ce moment privilégié que vous avez seuls avec votre enfant, rappelle l'agente de bord. Vous n'avez rien d'autre à faire!»

Si c'est la crise malgré tout? Rassurez-vous, car l'ambiance assourdissante de l'avion fera en sorte que les passagers assis environ six bancs derrière n'entendront rien (nous avons fait la pénible expérience!). Et vos voisins, probablement de toute façon très conciliants, n'auront qu'à mettre leurs écouteurs et regarder le film que présente la compagnie aérienne.

clubvoyagesSM Super Soleil

[Partez sous une bonne étoile]

FLORIDE EN AUTOCAR (HÉLIE)
Du 7 au 28 mars 2004
Hôtel Thunderbird (situé directement sur la plage)
22 JOURS
Denyse Drainville accompagnatrice

PANAMA
Départ le 22 mars 2004
Pour le départ de 2 semaines, l'équipe de STAR ACADEMIE sera sur place pour l'animation.
Départ de Trois-Rivières.
Berta de Melo accompagnatrice

prix à compter de **1519\$** (paiement comptant)

1 semaine **1569\$** 2 semaines **2189\$**

CROISIÈRE ANTILLES
Départ : 7 février 2004
1 semaine
Navire Constellation Celebrity
Départ garanti. Nombre de places limité.
Super prix **1869\$** cabine extérieure

PROMOTION 100\$
Réduction de 100\$ par couple sur tous les produits de vacances Air Transat à prix régulier
Assurance voyage gratuite jusqu'à concurrence de 100\$ par personne.

PÉROU AU PAYS DES INCAS
Du 24 janvier au 7 février 2004
19 repas inclus
Départ garanti
Diane Barbeau accompagnatrice **3799\$**

À LA DÉCOUVERTE DE L'AMÉRIQUE DU SUD
ARGENTINE, BRÉSIL ET URUGUAY
Prix à compter de **3999\$**
Du 26 février au 10 mars 2004
Départ garanti
Agathe Leclerc accompagnatrice

Jeu et vendredi : de 9 h à 21 h - Samedi : de 10 h à 16 h
www.clubvoyages.com
Trois-Rivières 4190, boul. des Forges
Cap-de-la-Madeleine 300, rue Barkoff
374-1050 379-7661

Voyage VASCO

L'Univers de la Croisière
SPÉCIAUX DE NOLITOUR VACANCES

Cancun	28 et 30 novembre	Oasis Pto Aventuras	1 semaine 1147\$ 2 semaines 1547\$
Puerto Vallarta	28 novembre	Melia Pto Vallarta	1 semaine 1247\$
Cuba	29 et 30 novembre	El Senador (STD)	1 semaine 1097\$
Varadero	29 novembre	Coralía Playa de Oro	1 semaine 1147\$
Puerto Plata	29 novembre	Bahia Principe San Juan	1 semaine 1047\$
La Romana	30 novembre	Santana Beach	1 semaine 1097\$
Punta Cana	28, 29 et 30 novembre	Ocean Cana	1 semaine 1197\$

Consultez des experts partout au Québec!
Shawinigan.....(819) 536-4442
Grand-Mère.....(819) 538-1786
Trois-Rivières.....(819) 694-1335
Drummondville.....(819) 477-2771
www.voyagevasco.com Permis du Québec

Nos destinations groupes...

Floride en autocar
Hôtel Marco Polo (cuisinette) 5 au 24 mars (20 jours) **1999\$** Acc.: Margot et Steve Carrier

Guardalavaca
Playa Pesquero
Départ 14 février Acc.: France Dubois
SPECIAL **1399\$ 2099\$**

RÉSERVEZ MAINTENANT VOS VACANCES D'HIVER
Cette promotion exclusive se termine le 30 novembre.

ASSURANCE-VOYAGE GRATUITE
Jusqu'à concurrence de 100\$ / personne
Valable chez nos grossistes privilégiés.

BONUS ADDITIONNEL 100\$ / couple
s'ajoute aux « réserves tot » annoncés par les grossistes.
Valable chez nos grossistes privilégiés.

Les 2 coupons sont cumulables. Valables sur tous les départs de la saison hiver 2003-2004. Incluent les départs de Noël et du jour de l'An.

Regardez Nathalie tous les mardis à 13 h 30 à «La vie en Mauricie», à CHEM TÉLÉ 8.
Écoutez Nathalie tous les mardis à 8 h 50.
CHLN550

Cinq succursales en Mauricie
Ouvert le samedi de 9 h à 16 h

Cap-de-la-Madeleine 278, rue Saint-Laurent 374-0747
Shawinigan-Sud 537-5757
Trois-Rivières 4350, boul. des Forges 373-4411
Trois-Rivières-Ouest 373-2747
La Tuque 523-5657

Tour du Mont-Royal
www.tmr.com
NOUVELLES FRONTIÈRES

Accompagnez l'équipe de Y'a Plein de Soleil à Cuba!

VARADERO Sol Palmeras 4*
Départ 10 février
TOUT COMPRIS **1569\$**
BONI Excursions aux Grottes de Bellamare (valeur de 25\$ U.S.)

RÉSERVEZ vos vacances d'hiver avant le 30 novembre
Départs de Montréal et **ÉCONOMISEZ GROS!**

Cayo Largo Sol Pelicano 3*+ TOUT COMPRIS Départ 11 janvier 1119\$	Cayo Coco Tryp Cayo Coco 4*+ TOUT COMPRIS Départ 10 janvier 1119\$	Guardalavaca Sol Luna Mares 4*+ TOUT COMPRIS Départ 10 janvier 1299\$	Cayo Santa Maria Melia Cayo Santa Maria 4*+ TOUT COMPRIS Départ 11 janvier 1299\$
Sol Cayo Largo 4*+ TOUT COMPRIS Départ 11 janvier 1219\$	Biau Colonial 1099\$ TOUT COMPRIS El Senador Resort 1299\$ TOUT COMPRIS Melia Cayo Coco 1339\$ TOUT COMPRIS	Playa Pesquero 1199\$ TOUT COMPRIS Occ. Grand Playa Turquesa 1299\$ TOUT COMPRIS Breezes Costa Verde 1499\$ TOUT COMPRIS	

Exclusivité CAA

RÉSERVEZ votre forfait sud avant le 30 novembre 2003 et OBTENEZ 100\$ en chèque-cadeau CAA-Québec (par couple)

RÉSERVEZ un forfait sud Sol Meliá Cuba et OBTENEZ GRATUITEMENT ce magnifique peignoir!
une valeur de 100\$ quantité limitée

Sol Meliá CUBA

JUSTE À TEMPS POUR NOËL!
Les forfaits-cadeaux de La Forfaiterie sont maintenant disponibles chez Voyages CAA-Québec.

(819) 376-9394
Trois-Rivières, 4450 boul. des Forges

Champignons, truite et gâteaux



PLAISIRS DE LA TABLE

GILLES MAGNY COLLABORATION SPÉCIALE

CHAMPIGNONS MARINÉS

Vous pouvez présenter ces champignons sur un nid de laitue avec d'autres légumes ou encore les servir légèrement égouttés et piqués de cure-dents en guise d'amuse-bouche. Une recette tirée de «De l'Allergie aux Plaisirs de la Table» aux Éditions Flammarion.

Prévoir un temps de réfrigération.

INGRÉDIENTS

150 ml (½ de tasse) de vinaigre de vin rouge (pas du balsamique)
75 ml (½ de tasse) d'huile d'olive
2 c. à soupe de sucre
2 c. à soupe d'eau
1 c. à thé de basilic séché ou 2 c. à table de frais, haché
1 c. à thé de thym séché ou 2 c. à table de frais, émietté
2 à 3 gouttes de sauce Tabasco
½ c. à thé de poudre de chili
1 grosse gousse d'ail broyée
½ c. à thé de sel
poivre au goût
750 g (1 ½ lb) de champignons nettoyés et tiges coupées
½ poivron rouge haché finement

TECHNIQUE

Préparation très courte.

Dans un bol mélanger tous les ingrédients. Couvrir et réfrigérer au moins 8 heures en remuant de temps en temps.

Servir un rosé ou un rouge léger comme le Château La Lieue en accompagnement.



Ce gâteau, ferme à l'extérieur et fondant au cœur, doit être réfrigéré jusqu'au moment de la cuisson. Un pur délice!

TRUITE AU POIVRON ROUGE ET AU PERNOD

Si vous n'avez pas sous la main de cette liqueur anisée appelée Pernod, remplacez-la par 1 c. à soupe de miel diluée dans ½ de tasse d'eau ou de bouillon de poulet et 2 c. à soupe de fenouil frais haché finement pour approcher la saveur anisée du Pernod. Quatre portions.

INGRÉDIENTS

environ 200 g (½ lb) de filets de truite

par personne
2 c. à table d'huile d'olive
1 poivron rouge, tranché en fines lanières
75 ml (½ de tasse) de Pernod ou autre liqueur anisée
250 ml (1 tasse) de bouillon de poulet
le jus de ½ citron fraîchement pressé
1 grosse échalote française émincée suffisamment de farine pour enduire les filets de poisson
herbes fraîches comme du basilic ou du persil au moment de servir
sel et poivre

TECHNIQUE

Saler, poivrer la truite et l'enduire légèrement de farine. Secouer pour enlever l'excédent. Faire chauffer l'huile d'olive dans une poêle sur feu assez fort. Faire cuire les filets, si nécessaire en deux opérations, pas plus de deux minutes de chaque côté. Retirer et réserver au chaud à basse température.

Ajouter un peu d'huile dans la poêle si nécessaire et sauter le poivron et l'échalote 3 minutes. Verser le Pernod et déglacer 2 minutes puis verser le bouillon de poulet et le jus de citron. Porter à ébullition puis réduire 5 minutes.

Verser cette sauce sur le poisson au moment du service. Parsemer d'herbes fraîches. Accompagner de champignons sautés et de pommes de terre nouvelles cuites à la vapeur.

Servir un rouge moyennement corsé comme le Domaine des Hourtets.

PETITS GÂTEAUX AU CHOCOLAT FONDANT

Merveilleux dessert ferme à l'extérieur et fondant au cœur, qui doit être réfrigéré jusqu'au moment de la cuisson. Bien graisser les moules à muffins pour qu'il soit facile d'en retirer les petits gâteaux. Donne six portions.

INGRÉDIENTS

175 g (6 oz) de chocolat mi-amor
75 ml (½ de tasse) de sucre
150 ml (½ de tasse) de beurre non salé
6 jaunes d'oeufs
3 blancs d'oeufs
75 ml (½ de tasse) de farine tout usage

TECHNIQUE

Préchauffer le four à 425 F. Faire fondre le beurre et le chocolat dans une casserole épaisse, à feu doux. Laisser légèrement refroidir.

Combiner le sucre et les jaunes d'oeufs à la mixette jusqu'à obtention d'une mousse épaisse et crémeuse (environ 4 minutes).

Ajouter le mélange de chocolat et battre le tout 5 minutes à la mixette.

Dans un autre bol, monter les blancs d'oeufs en neige (environ 3 minutes) et les incorporer doucement au mélange avec la farine. Réfrigérer quelques heures avant la cuisson.

Verser dans 6 moules à muffins beurrés et cuire au four 5 minutes jusqu'à ce que les bords soient tout juste cuits, le centre restant liquide.

Laisser refroidir 5 minutes dans les moules, puis retirer doucement les petits gâteaux et les mettre dans des assiettes, pour les servir avec de la crème légèrement fouettée. Décorer de framboises fraîches. Un pur délice! ●

SÉLECTION DES VINS Le Nouvelliste

NOM DU VIN (SAO)	CODE SAO	ORIGINE	APPRECIATION	PRIX
BLANCS				
Fleur du Cap Chardonnay	+340406	Coastal Region Afrique du Sud	★★★	15 \$
ROUGES				
Quinta de Bons Ventos	+897496	Estremadura 2001 Portugal	★★★	12,10 \$
Château des Hourtets	+347575	Gaillac 2001	★★★	12 \$
Shiraz Robertson Winery	+586149	Robertson 2002 Afrique du Sud	★★★	13,45 \$
Cabernet Malbec Bin 56 Leasingham	+478558	Clare Valley 1998 Australie	★★★★	23,05 \$

Valeur des flûtes: ★★★★★ Absolument fantastique ★★★★★ Excellent ★★★★★ Très bon ★★★★★ Bon ★★★★★ Moyen

Un personnage nommé «Bras-de-fer»



VOYAGE DANS LE TEMPS

FRANÇOIS ROY COLLABORATION SPÉCIALE

Autrefois, les grands personnages avaient des noms et des titres longs comme la table.

Par exemple, avez-vous déjà entendu parler de «Marc-Antoine Bras-de-fer de Châteaufort, chevalier de Malte, lieutenant général en toute l'étendue du fleuve Saint-Laurent en la Nouvelle-France pour Monseigneur le Cardinal, Duc de Richelieu»?

Voilà une bien longue signature, en effet. Mais, vous noterez par contre que «Bras-de-fer de Châteaufort», c'est un sacré beau nom. Ça fait costaud et viril. Vous entendez ce nom-là, et ça vous donne une vraie injection d'hormones mâles! De plus, c'est un nom associé à notre histoire régionale, comme nous allons le voir.

Revenons donc en 1634. Champlain est alors un homme malade, en fin de carrière. Il ne peut même plus voyager et il doit envoyer un de ses subalternes, un certain Lavolette, pour fonder une

habitation dans «ce lieu nommé les Trois-Rivières».

À Paris, on craint que Champlain ne meure subitement, peut-être même en plein hiver, et sans laisser de successeur. Alors, ces Messieurs de la Compagnie de la Nouvelle-France envoient à Québec un homme de confiance qui pourrait prendre la relève à tout moment: le chevalier de Châteaufort. Ils lui ont même donné une lettre secrète qui confirme sa mission. La suite des choses va leur donner raison.

Champlain meurt en effet à Noël 1635 et les notables de la petite colonie se réunissent d'urgence à l'église paroissiale. Comme au théâtre, le Père Paul Lejeune lit alors la lettre très officielle que lui a remis le chevalier lors de son arrivée à Québec et présente Châteaufort comme le successeur pressenti de Champlain.

Mais il s'agit d'un successeur très intérimaire. Au printemps suivant débarque un nouveau gouverneur en titre, Huault de Montmagny, qui exige que lui soient remises les clefs de la ville de Québec. Châteaufort est un bon soldat: il rend les clefs et obtient en retour le poste de commandant de l'habitation des Trois-Rivières.

Cette nomination a des allures de «prix de consolation», mais ce n'est tout de même pas si mal. Montréal n'existe pas encore et le commandant de Trois-Rivières est en quelque sorte le «numéro deux» de la colonie, après Montmagny.

Le séjour trifluvien de Châteaufort est mal connu des historiens d'aujourd'hui. Il faut dire que Trois-Rivières est alors une bourgade isolée, où les seuls occupants qui prennent la plume sont les Jésuites de passage. On suppose donc que Châteaufort a succédé à Lavolette, qui avait fait deux ans, et que lui aussi a fait deux ans. Chose certaine, en 1638, le nom de Châteaufort disparaît des registres, sans laisser aucune trace.

S'il revenait aujourd'hui, il n'aurait pas de problème à se rendre utile. Avec un nom comme le sien, il pourrait devenir lutteur professionnel, portier dans un club, garde du corps d'un ministre, travailleur d'élection ou, mieux encore, «goon» de service dans une équipe de hockey.

Imaginez la voix du Colisée qui annonce: «Punition à Marc-Antoine Bras-de-fer de Châteaufort, cinq minutes pour s'être battu». Vous ne trouvez pas ça réaliste? ●

Le réchauffement climatique donnera-t-il du vin meilleur?

SHANNON DININNY

Yakima, Washington (AP)

Le réchauffement climatique pourrait entraîner des catastrophes dans le monde, mais devrait aussi, maigre consolation, avoir un effet positif sur... le vin dans certaines régions, selon une étude américaine.

Les chercheurs de trois universités américaines ont découvert que l'élévation des températures au cours des 50 dernières années s'est traduite par de meilleurs millésimes, surtout dans les régions viticoles où le climat est frais.

En revanche, les crus des contrées plus chaudes pourraient avoir du souci à se faire, selon l'étude qui sera publiée dans un prochain numéro de la revue Climatic Change.

«L'environnement va continuer à se réchauffer et le secteur va devoir relever certains défis», souligne Gregory Jones, climatologue à l'université de l'Oregon du sud et coauteur de l'étude.

Le Pr. Jones et des chercheurs des universités de l'Utah et du Colorado ont étudié 27 régions viticoles de renom dans neuf pays.

Utilisant la méthode d'évaluation des millésimes mise au point par la maison de vente aux enchères Sotheby's, ils ont établi que la plupart des crus s'étaient bonifiés alors que les températures gagnaient 1,3 degré au cours des 50 dernières années.

Le phénomène a été le plus sensible dans les zones où le climat est frais, comme les vallées de la Moselle et du Rhin en Allemagne, ce qui tend à montrer que l'élévation du mercure profite surtout à ces régions.

La hausse de deux degrés supplémentaires envisagée par les experts pour les 50 prochaines années pourrait avoir des effets plus mitigés.

Les régions les plus froides comme l'Oregon, l'État de Washington et la Colombie-Britannique pourraient continuer à bénéficier du réchauffement climatique.

Mais des terroirs viticoles au climat plus chaud, comme la région du chianti en Italie, pourraient voir le raisin mûrir trop vite, ce qui se traduit généralement par une teneur en sucre plus forte et un vin plus alcoolisé avec moins d'acidité et d'équilibre.

L'épisode caniculaire qui s'est abattu sur l'Europe cet été et que certains experts mettent sur le compte du réchauffement, offre un exemple du phénomène, souligne le Pr. Jones.

«Dans certaines régions, cela a pu être très néfaste. Le sud de l'Italie et la Grèce auront dû mal à produire du bon vin cette année», souligne-t-il.

«Mais pour le sud de l'Angleterre, ce pourrait être le meilleur millésime depuis la période qui a précédé le petit âge glaciaire» (de 1450 à 1850 environ).

La hausse des températures pourrait à l'avenir contraindre les viticulteurs à une gestion différente des vignes ou à planter des cépages différents, ajoute-t-il.

D'autres experts soulignent qu'aborder le problème du réchauffement à travers son impact sur l'industrie viticole est extrêmement réducteur.

«Il y a énormément plus en jeu que le vin», souligne K.C. Golden, un responsable de l'organisation Climate Solutions. Le vin est un exemple montrant «que le changement climatique va affecter tous les aspects de notre vie: notre écosystème, notre économie et notre gagne-pain.» ●



CONCOURS La sélection Chartier 2004

Courez la chance de gagner un séjour d'une semaine pour deux personnes dans les vignobles d'Italie au royaume de la Toscane.

1^{er} PRIX

Un voyage pour deux personnes pour l'Italie sur les ailes de Swiss pour un séjour d'une semaine dans les vignobles de la Toscane, d'une valeur de 5 000 \$. Le forfait comprend: un vol aller-retour Montréal-Rome pour deux personnes en classe économique, une voiture de location de catégorie C pour une semaine, 6 nuits d'hébergement à l'hôtel Residence Icolis et un tour vinicole dans les vignobles de la Toscane.

2^e PRIX

Un célier d'appartement de couleur ocre à porte vitrée d'une capacité de 100 bouteilles, gracieuseté de la boutique Vinum design, d'une valeur de 1 395 \$.

3^e PRIX

Un ensemble de 8 verres Riedel, une carafe et un entonnoir pour décarter, gracieuseté de la boutique Vinum design, d'une valeur de 270 \$.

4^e PRIX

Une sélection de vins de prestige choisis par François Chartier gracieuseté de la Société des alcools du Québec, d'une valeur de 2 000 \$.

5^e PRIX

Un séjour de deux nuitées pour deux personnes à l'Auberge Hotley incluant les repas gastronomiques et les petits-déjeuners, d'une valeur de 1 500 \$.

Pour participer, remplissez et envoyez à:

Les Éditions La Presse

C. P. 11618, Succursale Centre-ville Montréal (Québec) H3C 5W5

Question: Laquelle de ces deux appellations d'Italie est située en Toscane?

A) Cannonau di Sardegna B) Chianti Classico

Réponse:

Nom:

Prénom:

Adresse:

App.:

Ville:

Code postal:

Tél. Bur.:

Fax:

Adresse électronique:

- Le concours se termine le 28 décembre 2003 à minuit.
- Les fac-similés ne sont pas acceptés. Valeur totale des prix: 10 165 \$.
- Règlements disponibles aux Éditions La Presse. Le tirage aura lieu le 6 janvier 2004.
- Ce concours est organisé avec la participation de nos commanditaires.

Vinum design

Délégation commerciale d'Italie Italian Trade Commission

cyberpresse.ca

Italian Express

HOTEL LE GERMAIN TORONTO

g

SAO

SWISS

LES ÉDITIONS LA PRESSE

«Bobo aux oreilles!»

L'otite demande des soins... et de la patience



VIE DE FAMILLE

ISABELLE LÉGARÉ

Pour beaucoup de parents, c'est un film déjà vu.

Après une nuit à essayer de calmer le petit dernier fiévreux et en pleurs, maman ou papa se dépêche d'aller consulter un médecin dès l'ouverture de la clinique sans rendez-vous. Après trois heures d'attente (avec un peu de chance) et un coup d'oeil rapide du docteur, le diagnostic de l'otite tombe sans grande surprise et le parent retourne à la maison avec ce qu'il était venu chercher: une prescription d'antibiotiques, la troisième en six mois. Junior en a 24.

Un enfant n'a pas besoin de savoir parler pour exprimer sa douleur. Ses hurlements témoignent que quelque chose ne va pas tandis que la température élevée de son corps et l'intérieur de son oreille, rouge, incitent le petit à garder quiconque à distance.

La prise d'antibiotiques s'avère sans contredit la façon la plus commune de traiter une otite. Des études révèlent qu'en Amérique du Nord, 98 % des enfants souffrant d'une infection aux oreilles la guériront de cette façon. Le hic, c'est que leur résistance aux antibiotiques est également très élevée, de l'ordre de 30 à 60 %, disent encore les chiffres. Il ne faut donc pas s'étonner lorsqu'un médecin suggère aux parents «de changer de sorte», question de trouver le médicament masqué au goût de banane qui saura déjouer les anticorps du petit.

À l'opposé, de récentes publications révèlent que 80 % des otites se guérissent sans traitement. Avant de recourir systématiquement aux antibiotiques, comme c'était le cas depuis une vingtaine d'années, de plus en plus de médecins vont donc proposer aux parents d'un bambin de plus de 2 ans de patienter 24 à 48 heures après l'apparition des premiers symptômes avant d'opter pour ce traitement, question de s'assurer qu'il s'agit bel et bien d'une otite ou que l'otite en question ne disparaîtra pas toute seule.



Une otite, ça fait mal. Pour soulager l'enfant, il y a les antibiotiques, la chiropratique et... une bonne dose de patience.

Le pédiatre Raymond Perreault se montre prudent avant de signer une prescription d'antibiotiques. En trente et quelques années de pratique, Dr Perreault en a vu des oreilles d'enfants. En toute humilité, il reconnaît qu'une otite, ce n'est pas toujours facile à diagnostiquer.

La rougeur du tympan ne certifie pas qu'il y a infection, ni la présence de la fièvre, rappelle-t-il.

Dans le doute, le spécialiste préfère s'abstenir de prescrire des antibiotiques et invite plutôt les parents à le reconsulter le lendemain. En attendant, une dose appropriée de Tempra, Tylenol ou d'un analgésique équivalent peut atténuer la douleur du petit.

Cela dit, beaucoup de parents craignent les redoutables mais rares complications que pourrait développer l'enfant dont l'otite n'a pas été traitée aux antibiotiques. Après tout, c'est ce que disent encore beaucoup de médecins aux parents qui hésitent avant de se rendre à la pharmacie une ordonnance à la main. Difficile de s'y retrouver...

Dr Perreault souligne que le risque de voir apparaître, par exemple, une mastoïdite, est très faible, et qu'à l'heure actuelle, tout indique que les médecins et les parents peuvent se permettre d'attendre une couple de jours avant de passer à l'étape des antibiotiques.

Le pédiatre reconnaît que des pa-

rents qui ont pris exceptionnellement congé pour consulter un médecin ne sont pas toujours enthousiastes à l'idée de revenir 24 heures ou 48 heures plus tard pour s'assurer que la situation ne s'est pas détériorée.

La crainte de passer une autre nuit blanche et de longues heures dans une clinique sans rendez-vous en décourage plusieurs.

Dr Perreault croit que les médecins doivent favoriser ces retours - et le non recours systématique aux antibiotiques - en priorisant sur la liste d'attente ces parents-enfants qui ont consulté la veille et ont accepté de patienter pour faire confiance au métabolisme de leur enfant.

LA CHIROPRACTIQUE

Lorsque des parents se présentent au bureau de la chiropraticienne Hélène Gervais, c'est habituellement parce qu'ils n'en peuvent plus de voir leur enfant ingurgiter une autre dose d'antibiotiques pour venir à bout des otites à répétition.

Dr Gervais explique que par des manipulations au niveau des vertèbres cervicales (au cou et à la nuque) de l'enfant, elle favorise un drainage naturel de la trompe d'Eustache où s'est jeté le liquide responsable de la pression sur le tympan. On parle ici de l'otite séreuse, non infectieuse.

«Cela permet un relâchement du muscle tout au bout du canal», précise la chiropraticienne qui assure que les manipulations se font tout en douceur.

«J'utilise seulement le bout de mes doigts. Les enfants ne ressentent rien. J'en ai même qui dorment pendant le traitement», ajoute-t-elle avant de montrer son «mur des célébrités» où sont épinglées les photos des jeunes patients à qui elle a soulagé la douleur.

Dr Gervais peut difficilement évaluer le nombre de traitements en chiropratique qu'un enfant peut recevoir avant que ses parents crient victoire. «Cela dépend si le nerf est un peu ou beaucoup coincé», souligne-t-elle avant de mentionner que des vertèbres ont pu se déplacer dès la naissance, lorsqu'à l'accouchement par exemple, le médecin a dû avoir recours à une ventouse ou aux forceps.

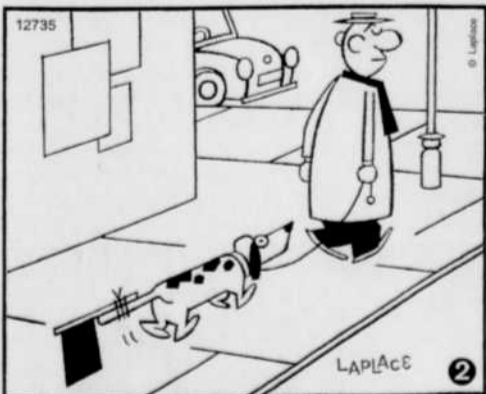
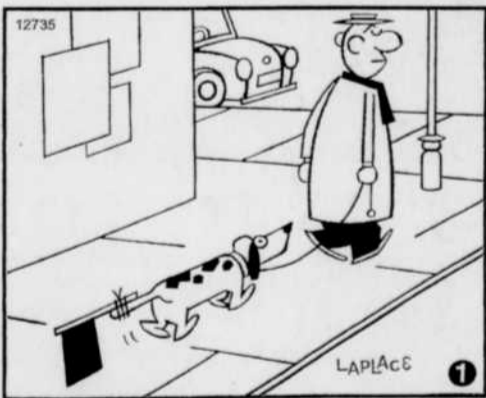
Dr Gervais mentionne que des soins chiropratiques peuvent également prévenir l'otite moyenne aigüe (infectieuse) qui apparaît souvent à la suite d'un rhume. Elle explique que les sécrétions ne risquent pas de se retrouver derrière le tympan si, au préalable, le canal d'Eustache a été «débouqué».

C'est la raison pour laquelle elle invite ses jeunes patients à lui rendre visite aux changements de saison, lorsque les microbes sont susceptibles de faire leur apparition dans les écoles et les garderies. ●



ÊTES-VOUS OBSERVATEUR ?

Ces deux dessins sont en apparence identiques. En réalité, il y a entre eux HUIT petites différences.



- RÉPONSES**
- Écharpe de l'homme plus longue.
 - Patte antérieure droite du chien.
 - Patte antérieure droite du chien.
 - Queue du chien plus longue.
 - Queue du chien plus longue.
 - Patte antérieure droite du chien.
 - Patte antérieure droite du chien.
 - Patte antérieure droite du chien.

SCRABBLE

Par Angèle Courteau

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
A	E ₁				Lettre compte double				Mot compte double
B	T ₁	Mot compte double							Mot compte double
C	E ₁		Lettre compte triple					Lettre compte triple	
D	R ₁			Lettre compte double		Lettre compte double			
E	N ₁	O ₁	Y ₁₀	E ₁	R ₁				Lettre compte double
F	U ₁			Lettre compte double		Lettre compte double			
G	A ₁		Lettre compte triple					Lettre compte triple	
H	I ₁	Mot compte double							Mot compte double
I	Mot compte double				Lettre compte double				Mot compte double

En vous servant du mot déjà inscrit sur la grille, trouvez la solution la plus payante avec chacun des trois tirages suivants. Utilisez la référence alphabétique pour positionner votre mot sur la grille. Pour un mot placé horizontalement, commencez par la lettre. Pour un mot placé verticalement, commencez par le chiffre. (Ex.: Tirage T1A2C3H - Solution VACHETTE) en 4A pour 70 points). Tous les mots sont tirés du dictionnaire officiel du Scrabble, édition 1999.

- N₁ E₁ X₁₀ I₁ L₁ P₃ A₁ Pts
- D₂ E₁ G₂ A₁ U₁ E₁ C₃ Pts
- Z₁₀ E₁ E₁ T₁ U₁ E₁ I₁ Pts
- E₁ U₁ L₁ T₁ O₁ P₃ N₁ Pts
- I₁ S₁ R₁ T₁ I₁ E₁ E₁ Pts

Ret	Pts	1. XI	44
F4	63	2. DÉCRUAGE	58
II	66	3. TUIEZ	4A
4A	62	4. OPULENTE	4A
B1	82	5. TTRISÉE	B1

LA PHRASE SECRÈTE

Thème: Citation de Michel Audiard PS65
Placez les lettres de chaque colonne dans la case appropriée de manière à former une phrase complète. Les mots sont séparés par une case noire.

L	S	A	N	L	S	I	S	E	L	V	U	C	M	N	E
U	N		S		O	T		I		L	A	R		O	E
C					Q	U		N		Q	E		T	U	H

Solution du dernier numéro: Quand mars bien mouillé sera beaucoup de fruits cueilleras.

CARRÉ MAGIQUE

Inscrivez dans la grille l'anagramme adéquate de chaque rangée de manière à former des mots dans les deux sens

					A	D	E	I	L
					A	D	I	R	M
					B	L	O	P	M
					I	E	D	O	R
					E	E	E	T	T

Solution

I	D	E	A	L
M	A	R	D	I
B	L	O	M	B
R	O	D	E	R
E	T	E	T	E

Le cinéma-maison

DESIGN ET STYLE

LISE ROMPRÉ COLLABORATION SPÉCIALE
lis.rompre@tscapable.ca

De plus en plus populaire, le cinéma maison est devenu un incontournable pour les amateurs de musique et de cinéma. Nous traiterons principalement d'organisation d'espace et du choix des matériaux pouvant influencer la qualité sonore de cette pièce dans la présente chronique.

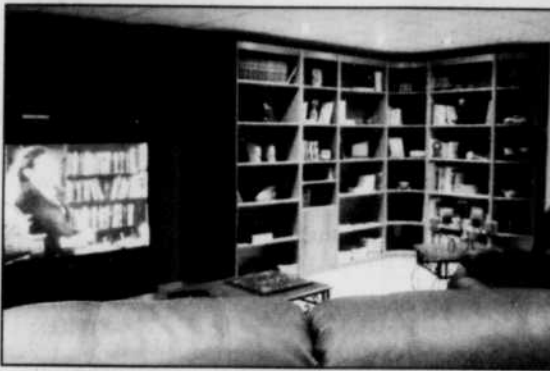
Pour une meilleure qualité sonore et selon les composantes à y intégrer, la dimension de la pièce sera déterminante. Par exemple pour un plafond de huit pieds de hauteur, la dimension idéale suggérée serait de 12 pieds sur 18 pieds. Certains systèmes suggèrent une distance de 10', libre de tout obstacle, entre les enceintes acoustiques, d'où leur installation en surface des murs ou encastrées à l'intérieur de ceux-ci. Les fauteuils doivent se retrouver au centre des quatre enceintes acoustiques, si possible, pour une meilleure sonorité. Le designer travaillera conjointement avec les spécialistes pour réaliser un décor s'adaptant aux exigences des différentes composantes du cinéma-maison ainsi que pour déterminer les différentes zones d'éclairage.

LES MATÉRIAUX

L'installation d'une moquette, d'un revêtement de liège, ou d'un parquet de bois avec carquette d'appoint est recommandée pour une meilleure absorption des sons graves et minimiser les bruits d'impact, le plafond pourra être recouvert de gypse ou de tuiles acoustiques. Si la pièce est au sous-sol, il sera toutefois important d'isoler le plafond à l'aide de laine acoustique en matelas afin de limiter la transmission du son au rez-de-chaussée. De plus, la pose de fourrures résilientes et de double épaisseur de gypse pourra améliorer



Pièce isolée du reste de la maison, le plancher a été surélevé de la dalle de béton existante pour en maximiser la sonorité. Carpettes d'appoint et tentures viendront compléter l'effet désiré.



Décor chaleureux pour une soirée de cinéma ou de lecture. Alcôve récupérée pour y intégrer le cinéma-maison, fauteuils confortables pour un confort assuré.



Mise en valeur des composantes résultant du style minimaliste développé. Éclairage d'accentuation en périmètre de la pièce ou lampe murale d'appoint selon l'ambiance désirée. Luminaires Galarneau. Conception : RLS Design.



La chaleur du foyer réchauffera nos cinéphiles attentifs, à moins qu'ils ne préfèrent pivoter leurs fauteuils et rêver un peu au son de leur musique préférée...

rer de beaucoup le degré d'insonorisation. Si le plafond comporte des boîtes de jonction électriques, elles devront toutefois demeurer accessibles, la pose de carreaux de tuiles acoustiques serait préférable dans ce cas.

Pour contrer les effets de la réverbération, éviter les matériaux durs sur les murs se faisant face, c'est pourquoi l'utilisation de tentures est très courante dans l'aménagement des cinémas-maison, même en l'absence de fenêtres. L'idéal serait de recouvrir les murs de moquette, mais nous n'irons pas jusque-là car la plupart d'entre nous préférons développer un style plus actuel. Les fauteuils, de préférence recouverts de tissu, auront aussi un rôle à jouer dans la sonorisation de notre pièce, neutralisant les effets de la réverbération.

L'ÉCLAIRAGE

Le cinéma-maison est la pièce idéale pour l'installation d'un système domotique de contrôle d'éclairage et de son. Pour les soirées de cinéma, un éclairage d'accentuation composé de luminaires muraux ou intégrés au mobilier serait suffisant. Ces luminaires, allumés à pleine intensité, serviront d'éclairage général qu'ils soient accompagnés de lampes d'appoint ou non. Prévoir un contrôle individuel pour chaque type d'éclairage, qu'ils soient programmés sur le panneau de domotique ou par des interrupteurs gradateurs individuels.

Le budget pourrait être sans limite pour l'aménagement de cette pièce à cause du multiple choix de composantes et équipements sur le marché, d'où l'importance de se référer aux spécialistes reconnus de la région.

Nous sommes loin des contenants d'oeufs en carton que nos amis utilisaient pour recouvrir les murs et plafonds de leur chambre...

Tout est possible pour les passionnés de musique et cinéma. ●

Lise Rompré est professeur en design d'intérieur au Cégep de Trois-Rivières.

Un univers fascinant et complexe

«Crimson Skies: High Road to Revenge» pour la Xbox



INFORMATIQUE

SERGE L'HEUREUX
serge.heureux@lenouvelliste.qc.ca

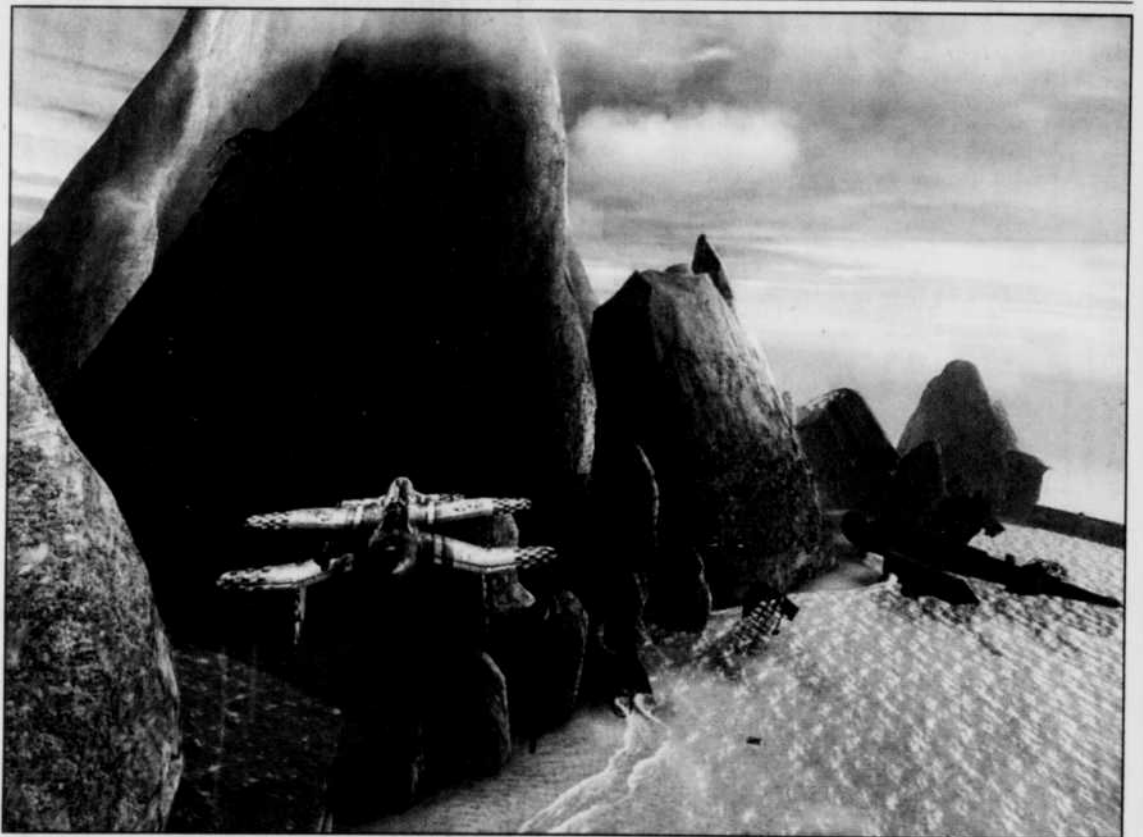
Depuis la sortie de la Xbox, Microsoft a choisi d'y transférer certains titres à succès qui avaient entamé leur carrière sur PC. Après *Oddworld* et *Midtown Madness*, c'est maintenant au tour de la série *Crimson Skies* de faire le saut pour son plus récent épisode, *High Road to Revenge*.

L'univers de *Crimson Skies* existait bien avant que Microsoft s'en inspire pour un jeu vidéo. Exploité par le groupe Fasa, à qui on doit notamment la saga des *MechWarriors*, la série propose des aventures spectaculaires dans un monde fictif, né de l'éclatement des États-Unis au lendemain de la Grande Dépression. Les routes étant infestées de brigands, le transport aérien s'est développé à un rythme accéléré, cargo et passagers sillonnant le ciel à bord de gigantesques dirigeables. Mais les brigands aussi se sont adaptés. Aux commandes d'avions puissants et mania-

bles, ils attaquent les convois, s'adonnent à la contrebande de marchandise et font régner la terreur dans les airs. De féroces rivalités opposent aussi les clans dirigés par d'intrépides aventuriers dans la plus pure tradition d'Indiana Jones.

Le héros du jeu, Nathan Zachary, est un «bon» pirate, du genre qui dépouille les riches pour redonner aux pauvres. Fanfaron, déboussaie et un brin casse-cou, il utilise un vieux Zeppelin rapiécé, le Pandora, pour lancer ses attaques contre les autres lords de clans. Les missions sont très variées. Zachary et sa bande doivent détruire les installations des clans rivaux, escorter le Pandora, abattre les Zeppelins des autres groupes, nettoyer les eaux de navires hostiles, etc. Dans certains cas, Nathan délaisse les commandes de son avion au profit d'une tourelle fixe pour canarder les appareils ennemis. Ces séquences font partie des améliorations apportées par rapport au jeu par rapport à la première version sur PC.

Graphiquement, *High Road to Revenge* exploite vraiment au maximum les capacités de la Xbox. Les développeurs s'en sont donné à cœur joie avec les explosions, les reflets dans l'eau ou



«Crimson Skies: High Road to Revenge» regorge d'effets spéciaux tous plus spectaculaires les uns que les autres.

les nuages effilochés qui s'accrochent aux sommets des montagnes. Les avions au design peu conventionnel ont été modélisés avec force détails et les immenses dirigeables sont d'un réalisme inégalé. Les appareils réagissent très bien aux commandes de la manette, et on maîtrise en peu de temps les manoeuvres les plus complexes.

Le scénario est divisé en plusieurs épisodes, composés de missions individuelles qu'il faut compléter dans l'ordre avant de pouvoir sauvegarder et accéder au niveau suivant. Par contre, le scénario ne semble pas aussi cohérent que dans le premier épisode, une lacu-

ne bizarre puisque l'univers de *Crimson Skies*, lui, est d'une richesse étonnante, comme on pourra le constater en visitant le site Web officiel (www.crimsonskies.com). Certaines missions semblent rajoutées par prolonger la durée de vie du jeu, mais dans l'ensemble, *Crimson Skies: High Road to Revenge* plonge le joueur dans ce monde curieux et fascinant.

La campagne solo suffit à elle seule pour faire recommander le jeu. Par contre, son volet multijoueurs le place dans une classe à part. Sur Xbox Live - qu'on peut essayer gratuitement pour deux mois avec le coupon rabais inclus

dans l'emballage - de furieuses batailles aériennes peuvent opposer 16 joueurs dans six types différents de parties, sur cinq cartes multijoueurs. Les styles de jeu habituels ont été adaptés au combat aérien avec succès. On pourra aussi télécharger des missions supplémentaires, des avions et des cartes dans le futur.

Crimson Skies: High Road to Revenge exploite non seulement à fond toutes les capacités graphiques de la Xbox, il transporte l'action au-delà des limites habituelles du combat aérien avec son volet de jeu en ligne. Il constitue une des plus belles réussites sur la Xbox. ●

VENTE

TANGUAY
INFORMATIQUE

36 versements sans intérêts sur toute la marchandise

anniversaire

Livraison et service gratuits à la grandeur de la province

Magasinez en ligne:
www.tanguay.ca
2200, boul. des Récollets
TROIS-RIVIÈRES (819) 373-1111

accord D
Desjardins

*36 versements sans intérêts. Photos à titre indicatif.

Ordinateur Intel
Celeron 2.2

- 256 Mo DDR
- 40 Go, CDRW, floppy
- Souris optique
- Moniteur en sus

À partir de :

1099⁹⁵
par mois 30⁵⁵



Internet
Globe TELUS COGECO Rapidus