Cahier C LE CANADA FRANÇAIS
Le Mercredi 6 mars 2002

WEEK-END

(Photo Nancy Bady)

Populaires, les Baby Spice!

MICHEL PHANEUF

Elles sont jeunes et jolies; elles ne chantent pas mal et dansent plutôt bien; elles sont dynamiques, sympathiques et très généreuses avec leur public.

Avec autant d'atouts, il n'est pas étonnant d'apprendre que 800 personnes, dont de nombreuses jeunes filles, ont assisté au spectacle des Baby Spice, dimanche dernier, au Théâtre des Deux Rives. Un spectacle devenu digne des ligues majeures. —• *Page C-3*

Un jeune comédien très en demande

MICHEL PHANEUF

Si vous regardez un tant soit peu la télévision, vous avez peut-être remarqué ce petit garçon aux cheveux roux qui joue dans plusieurs annonces télévisées, notamment celles de Glad, de Kinder Surprise et des pharmacies Uniprix. Ce petit garçon, c'est Charles Circé Kerry, de Saint-Luc. —• *Page C-2*

Un spectacle de danse beau et divertissant

MICHEL PHANEUF

Pas besoin d'être un expert en danse contemporaine pour apprécier un spectacle comme «Nous n'irons plus au bois...». Il suffit simplement de s'asseoir et de regarder les mouvements bien synchronisés et parfois acrobatiques des danseurs. On découvre alors un spectacle à la fois divertissant et beau. —• *Page C-4*

(Photo Rémy Bady)

DISQUES

Quand le jazz se fait lascif...

De la première à la dernière note de l'album «The Look of Love», de Diana Krall, on se retrouve enveloppé d'une atmosphère doucement lascive et fort agréable. —• *Page C-6*

VIDÉO

La loi du cochon: à louer sans hésiter

Notre chroniqueur vidéo vous recommande de louer La loi du cochon sans hésiter. Le scénario est excellent et la façon dont on nous présente le film est assez particulière. —• *Page C-9*

CINÉMA

40 jours et 40 nuits: original mais vulgaire

«40 jours et 40 nuits» est un film original, vulgaire et plutôt fade. On retombe rapidement dans les stéréotypes sexuels des plus assommants. Les hommes sont tous des bêtes assoiffées de sexe. —• *Page C-*

SOMMAIRE

Cinéma	C-5	Musique	C-6
Horaire Cinéma	C-7	Plaisir du vin	C-27
Horoscope	C-30		
Lecture	C-5	Vidéo	C-9

Dugré & Bonneau
330, RUE AUBRY, SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU
346-5526
À VOTRE SERVICE DEPUIS 35 ANS
Les temps changent... les températures aussi!
Optez pour le confort et la sécurité en toutes saisons avec les thermopompes de qualité supérieure York.
INFORMEZ-VOUS SUR NOS THERMOPOMPES ET CLIMATISEURS
YORK
FUJITSU
THERMOPLUS AIR inc.

Charles Circé Kerry, un jeune comédien très en demande

MICHEL PHANEUF

Si vous regardez un tant soit peu la télévision, vous avez peut-être remarqué ce petit garçon aux cheveux roux qui joue dans plusieurs annonces télévisées, notamment celles de Glad, de Kinder Surprise et des pharmacies Uniprix. Ce petit garçon, c'est Charles Circé Kerry, un jeune résident de notre région, qui est présentement très en demande auprès des réalisateurs de campagnes publicitaires. Selon Linda Cadieux, directrice de L'école spécialisée La Bulle, le jeune comédien qui n'est âgé que de cinq ans est donc promis à un bel avenir et il y a de bonnes chances qu'on le revoie souvent, au petit et au grand écran.

(Photo: Nancy Bady)

Malgré son jeune âge, Charles Circé Kerry a déjà joué dans plusieurs commerciaux.

C'est un peu par hasard que Charles a fait son entrée dans le domaine, relate Mme Cadieux, qui en plus de diriger l'École La Bulle travaille aussi comme agente et directrice d'acteurs. Venu à La Bulle non pas pour s'inscrire mais pour accompagner son frère, il s'est très vite fait remarquer en raison de sa grande facilité à communiquer et son intérêt pour le domaine.

«J'ai proposé à ses parents de l'inscrire aux ateliers de l'École puis tout a déboulé, indique-t-elle; nous l'avons suggéré aux restaurants McDonald pour un vidéo corporatif et ils ont adapté le rôle pour pouvoir avoir Charles dans le tournage. Par la suite, il est allé deux fois à Toronto pour d'autres tournages, toujours dans des premiers rôles. Car on l'approche aussi pour jouer en anglais.»

Pas moins de 150 enfants ont pris part aux auditions pour la campagne publicitaire d'Uniprix, relate Linda Cadieux; fait à noter, en plus de Charles, deux autres enfants de la région sont parmi les 15 candidats retenus, soit Marc-Antoine Proulx, quatre ans, et Camille Leblanc, six ans, que l'on verra également dans la série télévisée sur Jean Duceppe dans le rôle d'une des filles du grand comédien.

Mais Charles ne joue pas qu'à la télévision. Il a aussi été sélectionné par la compagnie française Peugeot pour une série de panneaux publicitaires qui apparaîtront en Europe à compter du mois d'avril prochain. Simon Viau, un autre enfant de l'École, a lui aussi obtenu un rôle dans cette même campagne.

Selon Mme Cadieux, Charles s'amuse beaucoup dans ses activités de comédien, même s'il trouve difficile de s'absenter de l'école régulière. Bien sûr ajoute-t-elle, ce n'est pas facile pour un enfant de son âge de mémoriser beaucoup de texte. Sans compter qu'il doit faire face à un grand nombre d'adultes ce qui le rend parfois nerveux, par peur de ne pas bien faire ou de se tromper. Mais il a de bons parents qui l'encouragent et les responsables de l'école La Bulle veillent à ce qu'il s'amuse, ce qui demeure l'objectif premier de cette institution, rappelle sa directrice.

«Il y a trop d'enfants qui ressortent brisés de telles expériences, affirme-t-elle. Il faut donc faire bien attention à ce que les enfants ne soient écrasés par la pression et que les parents ne les poussent pas trop. Pour les jeunes, il faut que ça soit et que ça reste amusant.» ■

Activités gratuites pour les jeunes dans les trois bibliothèques de la ville

Plusieurs activités seront offertes gratuitement aux jeunes de tous âges dans les trois bibliothèques de la ville au cours des prochaines semaines.

Ainsi, le programme de l'heure du conte tant apprécié des tout-petits est maintenant offert dans les trois bibliothèques de la ville. Cette activité qui s'adresse aux enfants de 3 à 5 ans se veut un moment privilégié pour favoriser l'éveil au plaisir des livres et de la lecture. Des histoires sont lues et animées par une animatrice enjouée, les petits apprennent aussi des comptines, des chansons et font un petit bricolage.

Le programme de cinq rencontres d'une heure est présenté à raison d'une rencontre par semaine par l'animatrice Sylvie Sauvé-Cliche. À la bibliothèque Adélard-Berger, les activités auront lieu les mardis, du 19 mars au 16 avril, à 14 heures. À la bibliothèque de Saint-Luc, elles seront offertes les mercredis, du 20 mars au 17 avril et trois groupes seront formés soit à 9 heures, 10h15 et 13 heures. À la bibliothèque de L'Acadie, les petits sont attendus les jeudis, du 21 mars au 18 avril, à 14h15. L'inscription débute le 4 mars.

PÂQUES POUR LES 3-7 ANS.

Par ailleurs, à l'approche de la Fête de Pâques, la bibliothèque invite les jeunes de 3 à 7 ans à une activité intitulée «Lapins, poussins et compagnie».

L'animatrice MariJane présentera d'abord les aventures de Benji, un petit lapin qui n'est pas tout à fait comme les autres mais qui sait tirer parti de ses différences pour bien s'amuser avec ses amis. Ces histoires joyeusement animées seront suivies d'un bricolage sur le thème de Pâques.

L'activité sera présentée dans les trois bibliothèques de la ville : à L'Acadie, le samedi 16 mars à 10h15, à la bibliothèque Adélard-Berger également le 16 mars mais à 13h30, et à la bibliothèque de Saint-Luc le samedi 23 mars à 13h15 et 14h30 et le dimanche 24 mars à 13h15. L'inscription débute deux semaines avant la tenue de l'activité.

«LA BELLE ET LA BÊTE»

Qui ne connaît pas «La Belle et la Bête», l'histoire de cette bonne et courageuse jeune fille dont le cœur sera conquis par la bonté et l'amour de cette bête hideuse qui la retient prisonnière?

Pour découvrir ce conte présenté de façon tantôt humoristique, tantôt tragique et sous de multiples formes : films, bandes dessinées, comédies musicales, cédéroms, ou pour comprendre ce qui fait que cette histoire est toujours si intéressante même après tant d'années, les jeunes de 7 à 10 ans sont invités à une activité présentée par l'animatrice Danielle Vaillancourt.

À la bibliothèque du secteur Saint-Luc, cette activité aura lieu le samedi 16 mars à 13h15. À la bibliothèque de L'Acadie, elle aura lieu le samedi 23 mars à 10h15, tandis qu'à la bibliothèque Adélard-Berger, ce sera également le 23 mars mais à 14 heures.

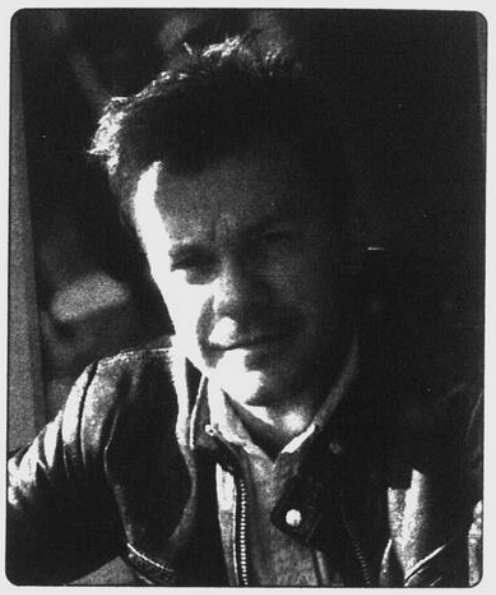
INSCRIPTIONS

Pour participer à ces activités gratuites, les jeunes doivent préalablement être abonnés à l'une ou l'autre des bibliothèques de la ville. Le nombre de places étant limité, il est nécessaire de s'inscrire à l'avance, sur place ou par téléphone, durant les heures d'ouverture de la bibliothèque où a lieu l'activité. L'inscription débute deux semaines avant l'activité. Pour information et inscription, on peut rejoindre la bibliothèque Adélard-Berger au (450) 357-2119, la bibliothèque de Saint-Luc au 359-2450 et la bibliothèque de L'Acadie au 347-2584. ■

DesRochers, LeSieur et Crête dans la télésérie «Music Hall»

MICHEL PHANEUF

Plusieurs personnes originaires de la région ont un rôle important dans la télésérie «Music Hall» qui a pris l'affiche lundi dernier à Radio-Canada. Des personnes comme Alain DesRochers qui a réalisé les six émissions, François-Maurice LeSieur qui en a signé la musique, Dominique DesRochers qui a agi comme directrice artistique et Stéphane Crête qui participe à la série à titre de comédien.



C'est à Alain DesRochers, un cinéaste originaire de notre région, que Fabienne Larouche a confié la réalisation de «Music Hall».

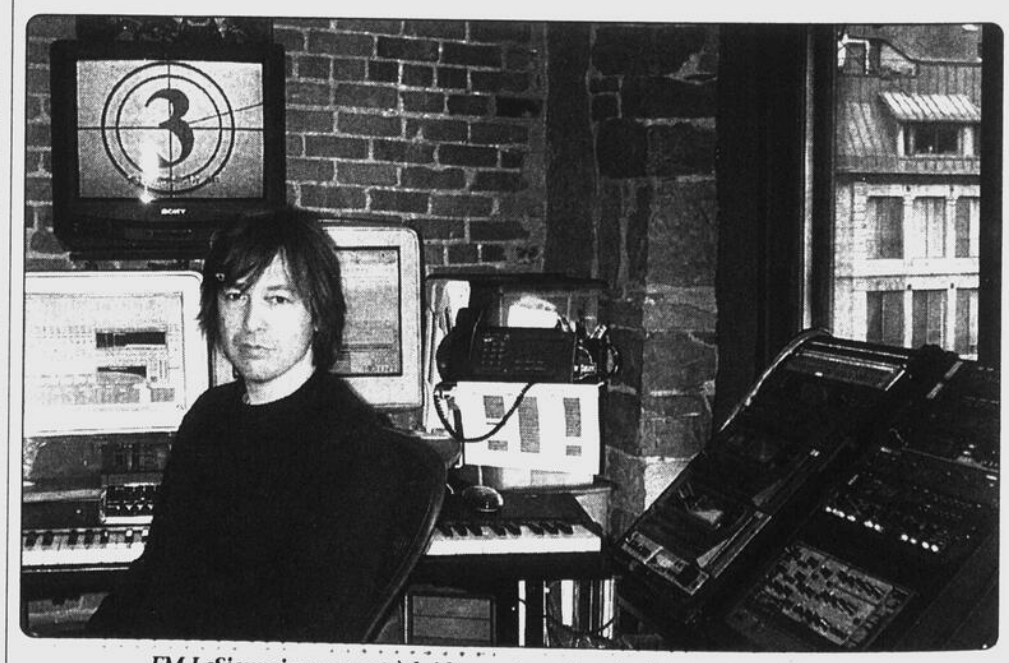
«Music Hall», c'est bien sûr cette toute nouvelle télésérie écrite et produite par Fabienne Larouche et dont l'action se déroule dans le monde du cabaret.

Une série qui met entre autres en vedettes Claude Blanchard, Véronique Cloutier, Patrick Huard, Serge Postigo, Julien Poulin, Murray Head et Jean Petitclerc, pour ne nommer que ceux-là, et qui se présente davantage comme un long film en six épisodes que comme une comédie musicale, précise son auteure.

C'est à Alain DesRochers, cinéaste à qui l'on doit notamment le film «La Bouteille», que Fabienne Larouche a confié la réalisation de ces six épisodes. La musique, elle, a été écrite par François-Maurice LeSieur qui, en plus de composer plusieurs pièces spécialement pour l'occasion, en a réarrangé certaines autres provenant du répertoire d'artistes connus.

Deux autres personnes originaires de la région ont aussi prêté leur concours à la série, Dominique DesRochers qui a assuré la direction artistique de la série, et Stéphane Crête qui incarne Sarto, l'humoriste du cabaret où toute l'histoire se passe. Sans être un des personnages principaux, Sarto est présent dans tous les épisodes, nous indique le comédien.

Comptant six épisodes d'une heure, «Music Hall» est diffusée le lundi soir à 21 heures depuis le 4 mars dernier à l'antenne de Radio-Canada. Six autres épisodes sont déjà prévus pour la saison prochaine, tandis qu'un album double regroupant 46 pièces de la trame musicale de la première sera très bientôt disponible sur le marché. ■



FM LeSieur signe quant à lui la musique des six épisodes de la télésérie.

Les Baby Spice, comme un rêve devenu réalité

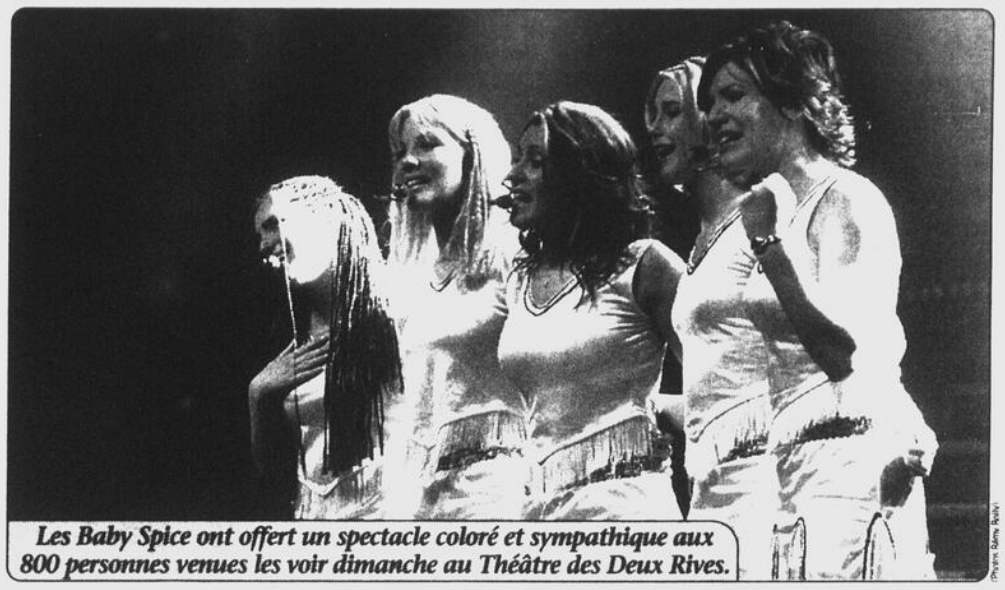
Michel Phaneuf

Elles sont jeunes et jolies; elles ne chantent pas mal et dansent plutôt bien; elles sont dynamiques, sympathiques et très généreuses avec leur public. Pas étonnant que les jeunes, tout spécialement les jeunes filles, les adorent. À plusieurs égards, les Baby Spice incarnent un beau rêve devenu réalité; le rêve de faire des spectacles et de porter de beaux vêtements, le rêve de flirter avec la célébrité tout en s'amusant.

Il faut dire que l'histoire des Baby Spice ne manque pas de charme: cinq amies qui forment un groupe pour imiter leurs idoles, les célèbres Spice Girls, et qui peu à peu deviennent elles-mêmes fort populaires. Au point aujourd'hui d'avoir vendu des milliers de disques et de vidéocassettes et de faire salle comble à peu près partout au Québec avec un spectacle devenu digne des ligues majeures.

Dimanche dernier, une foule grouillante d'enfants, dont une majorité de très jeunes filles, a rempli le Théâtre des Deux Rives pour assister au spectacle des Babys. Une foule réceptive qui ne s'est pas fait prier pour participer, pour crier, pour faire la vague, et même pour se lever, le temps de danser le Yo-Yo!

Il faut dire aussi que les Baby Spice projettent une image tout ce qu'il y a de professionnelle: décor impressionnant, éclairages élaborés, sonorisation puissante, chorégraphies bien étudiées et bien synchronisées... On est loin d'un groupe d'amateurs qui en est à ses premières imitations.



Les Baby Spice ont offert un spectacle coloré et sympathique aux 800 personnes venues les voir dimanche au Théâtre des Deux Rives.

Sur scène, les Baby Spice projettent une image tout ce qu'il y a de professionnelle: décor impressionnant, éclairages élaborés, chorégraphies bien étudiées et bien synchronisées.

D'ailleurs, malgré le nom qu'elles ont donné à leur formation, Sara, Pamela, Marylou, Mary et Alex ne chantent pas que des chansons des Spice Girls. Des pièces francophones comme *Poupée de cire, poupée de son*, *Sacré Charlemagne*, *Les marionnettes* et même la célèbre *Colombe* de Céline Dion font également partie de leur répertoire.

Tout cela donne un spectacle joyeux et coloré, un spectacle sympathique, rempli de gentillesse et bonnes intentions, où les cinq jeunes filles entretiennent une belle relation avec leur public. Il faut les voir par exemple répondre infatigablement aux innombrables «bye-bye» que les jeunes leur font dans la salle, serrer la main des personnes qui se massent devant la scène, et insister sur le fait qu'elles seront disponibles aussi longtemps qu'il le faudra pour signer des autographes après le spectacle. Or dimanche, cette séance d'autographe a duré près d'une heure et demie.

Si les Baby Spice vivent elles-mêmes un peu du rêve associé au phénomène des Spice Girls, il faut admettre qu'elles ont su s'éloigner du style de leurs idoles pour acquérir peu à peu leur propre personnalité, une personnalité plus simple, moins provocante et dans l'ensemble mieux adaptée à leur public. Le rêve qu'elles génèrent n'en est que plus beau. ■

Un second tournoi couronné de succès pour le C.L.I.C.

Daniel G. Hébert

À l'issue d'un véritable marathon d'improvisation, la C.L.I.C. (cette certaine ligue d'impro créative) présentait dimanche soir la finale de son second tournoi annuel. En catégorie «Secondaire», Marcel-Landry l'a emporté contre Marcellin-Champagnat au compte de 6-2 alors que l'équipe de la C.L.I.C. prenait le dessus sur la Limonade de Montréal au compte de 6-3.

Parmi les bons moments du premier affrontement: la comparée «Débarcadère» des deux équipes et la «Rénovation nocturne» (narration sous forme de cas vécu) de Marcel-Landry. Les étoiles du match: Vincent Guérin (Marcel-Landry), Charles Landry (Marcellin-Champagnat) et Philippe Boisclair (Marcel-Landry).

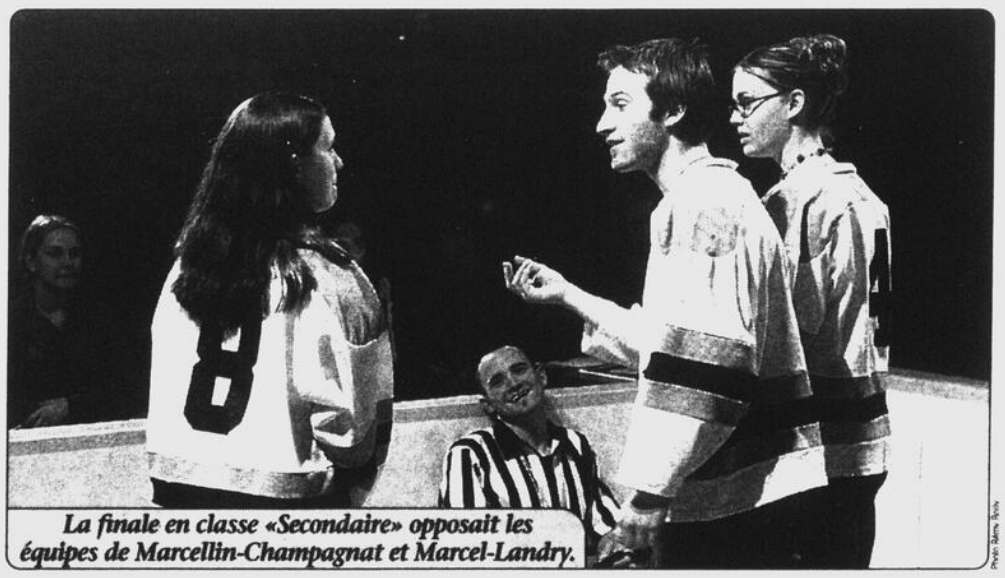
Les organisateurs ont par ailleurs tenu à souligner les performances de quelques joueurs qui se sont illustrés tout au long du tournoi. François Morin (Marcel-Landry) a reçu l'étoile constructive, Marie-Julie Pierre (Armand-Racicot), l'étoile ludique, Julie Nguyen (Beaulieu), l'étoile imaginative, et Vincent Guérin (Marcel-Landry), l'étoile comique. Charles Landry (Marcellin-Champagnat) a quant à lui été reconnu joueur du tournoi dans sa catégorie.

Classe ouverte

À la suite d'un solide départ de la Limonade de Montréal, la C.L.I.C. a repris le contrôle de l'«improvisoir», marquant six points de suite. Quelques très bons moments: la comparée «Sur le balcon» de la Limonade, la mixte «La plante» (un superbe duel Isabelle Quintin et Éric Robidoux) et la mixte «Justice à deux vitesses» particulièrement comique. Les étoiles du match: Philippe Laprise (Limonade), Dominick Léonard (C.L.I.C.) et Éric Robidoux (C.L.I.C.).

On a également reconnu le talent de plusieurs joueurs en classe ouverte. L'étoile constructive est allée à Alex Coderre (Boucherville), l'étoile ludique à Isabelle Bricault (Chambly), l'étoile imaginative à Joakim Morin (Granby) et l'étoile comique à Philippe Jolin (C.L.I.C.). Philippe Laprise (Limonade) a de son côté été couronné joueur du tournoi.

Lors de la remise des trophées, le président de la C.L.I.C. et principal organisateur du tournoi Bruno Laliberté a annoncé que l'événement serait réitéré l'année prochaine. Le dernier match régulier de la C.L.I.C. aura lieu quant à lui dimanche, le 10 mars, à 19 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, et opposera les Verts aux Noirs. Les séries éliminatoires débuteront dès la semaine suivante. ■

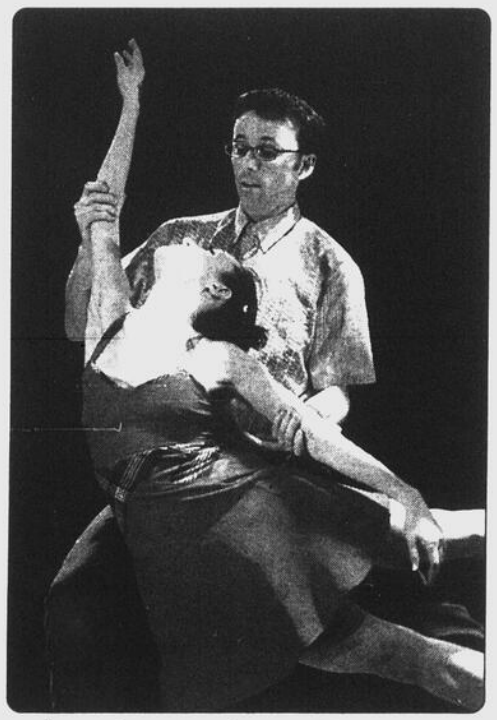


La finale en classe «Secondaire» opposait les équipes de Marcellin-Champagnat et Marcel-Landry.

«Nous n'irons plus au bois...»: beau et divertissant

MICHEL PHANEUF

Pas besoin d'être un expert en danse contemporaine pour apprécier un spectacle comme «Nous n'irons plus au bois...». Il suffit simplement de s'asseoir et de regarder: regarder les mouvements bien synchronisés et parfois acrobatiques des danseurs, regarder les beaux éclairages et autres effets scéniques, écouter la musique et les commentaires souvent amusants des protagonistes. Il suffit en fait de se montrer réceptif et de porter attention. On découvre alors un spectacle à la fois divertissant et beau.



À tous les points de vue, «Nous n'irons plus au bois...» s'avère un spectacle divertissant et beau.

Il serait superflu pour ne pas dire risqué de la part de quelqu'un qui ne connaît rien en danse, de se lancer dans une analyse détaillée des chorégraphies et autres éléments techniques qui composent ce spectacle présenté jeudi dernier au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, tout d'abord en matinée pour les jeunes d'âge scolaire, puis en soirée dans le cadre des »Jeudis Shows».

En plus de la danse elle-même, le spectacle comporte des éclairages et des effets spéciaux très intéressants.

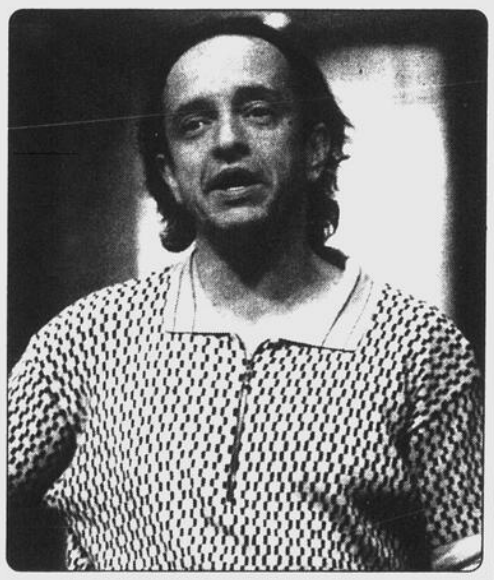
Créé à l'origine pour les enfants mais maintenant aussi offert aux gens de tous âges afin de répondre à la demande, «Nous n'irons plus au bois...» se veut avant tout une initiation à cette forme d'art méconnue qu'est la danse contemporaine. Son contenu demeure donc le plus accessible et le plus convivial possible.

Mettant en scène quatre danseurs qui évoluent sur des chorégraphies signées Hélène Blackburn et des extraits musicaux des *24 Caprices* pour violon de Paganini, «Nous n'irons plus au bois...» parle de peurs, principalement de ces peurs que l'on développe durant l'enfance: peur du noir, peur des monstres, peur des insectes, peur d'être abandonné par ses parents, peur du tonnerre...

En plus de s'exprimer à travers les différentes chorégraphies, ces peurs font aussi l'objet de commentaires et de petites narrations de la part des danseurs, le plus souvent sur un ton marqué d'un certain humour.

La prestation qui en résulte est non seulement très intéressante mais aussi fort agréable à regarder. D'une part en raison des mouvements des danseurs, mouvements quelques fois inusités mais néanmoins remarquablement bien synchronisés et bien adaptés à la trame musicale, d'autre part à cause des fort beaux éclairages et effets spéciaux déployés au fil du spectacle. À cet égard, le passage où des petites feuilles aux couleurs automnales tombent du ciel est particulièrement réussi.

On a souvent tendance à percevoir la danse contemporaine comme un art difficile, obscur, hermétique. Si cela est un peu vrai pour certains spectacles, celui que la compagnie Cas Public nous a offert avec «Nous n'irons plus au bois...» réussit à rendre cet art non seulement plus accessible, mais plus sympathique, grâce à une approche simple voire pédagogique et à une excellente performance de la part des quatre danseurs qui y participent. Une belle expérience qui mérite de faire boule de neige. ■



«Ladies Night» reporté à l'automne

La pièce «Ladies Night» qui devait être présentée le 14 juin au Théâtre des Deux Rives a dû être remise à plus tard à la suite du report de toute la tournée à l'automne 2002. C'est donc le 19 octobre prochain, avec une supplémentaire le 20 octobre, que cette comédie mettant en entre autres en vedettes Serge Postigo, Marcel Leboeuf (notre photo) et Sylvie Boucher prendra l'affiche à Saint-Jean. Les personnes qui détenaient déjà des billets pourront soit les réutiliser le 19 octobre ou se faire rembourser là où elles les ont achetés. Les billets pour la supplémentaire du 20 octobre sont quant à eux déjà disponibles auprès de la SPEC, au 358-3949. ■

AU CABARET-THÉÂTRE

Soirée rock alternative avec «Kermess» et «Legault» le 8 mars

C'est au son de la musique rock alternative que se déroulera la soirée du 8 mars prochain au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean. Le public pourra en effet y entendre deux groupes québécois, «Kermess» et «Legault», qui y seront en spectacle à compter de 20 heures.

Le groupe «Kermess» présentera notamment des extraits de son nouvel album «Génération Atari».

«Kermess», la formation vedette de la soirée, existe depuis maintenant sept ans. Dès ses débuts en 1995, sa démarche s'est inscrite dans le rock alternatif en compagnie de ses compatriotes «Noir Silence», «Groovy Aardvark», «Okoumé», «Guérilla» et «Grimskunk» avec qui ses membres ont fréquemment écumé les scènes du Québec.

Composé de Sylvain Tremblay à la voix et à la guitare, Dominic Morin à la guitare, Mario Landry à la basse et Martin Filion à la batterie, le groupe nous arrive avec un nouvel album - son troisième - intitulé «Génération Atari», un album où la recherche musicale s'est orientée vers une sonorité qu'on dit plus épurée, plus naturelle et plus mature.

«Côté textes, peut-on lire à ce même sujet, l'espace et la cybernétique servent de prétextes à Sylvain Tremblay pour proposer une réflexion sur des thèmes universels comme la liberté et la société, et ce d'une manière toujours très imagée comme en font foi le premier extrait radio *Téléguidé*, accompagné d'un vidéoclip des plus audacieux réalisé par Martin Fournier, *U.F.O.*, *Houston*, *Mayday* et bien sûr *Sentinelles de l'air*, une ode à cette émission de télé, fétiche incontournable de la Génération Atari!.»

La première partie du spectacle sera, elle, assurée par «Legault», un groupe de musiciens de notre région.

Formé de Patrick Robert à la batterie, Danny De Roy à la basse, Jonathan Lepage à la guitare, Jocelyn Legault à la voix principale et Eric Shaw au piano, à la voix et au «beat box», le groupe propose lui aussi une musique de style alternatif, mais à tendance à la fois pop et rock. La formation prévoit lancer son premier album en avril 2003, album qui s'intitulera «Le miroir des autres».

Le coût des billets pour le spectacle du 8 mars sera de 10 $ par personne. On peut toutefois s'en procurer en prévente au coût de 7 $ à l'Association étudiante du cégep Saint-Jean-sur-Richelieu, chez Micro Disques au Carrefour Richelieu, ou en composant le (450) 296-4041. ■

Alain Caron nous revient après une trop longue absence

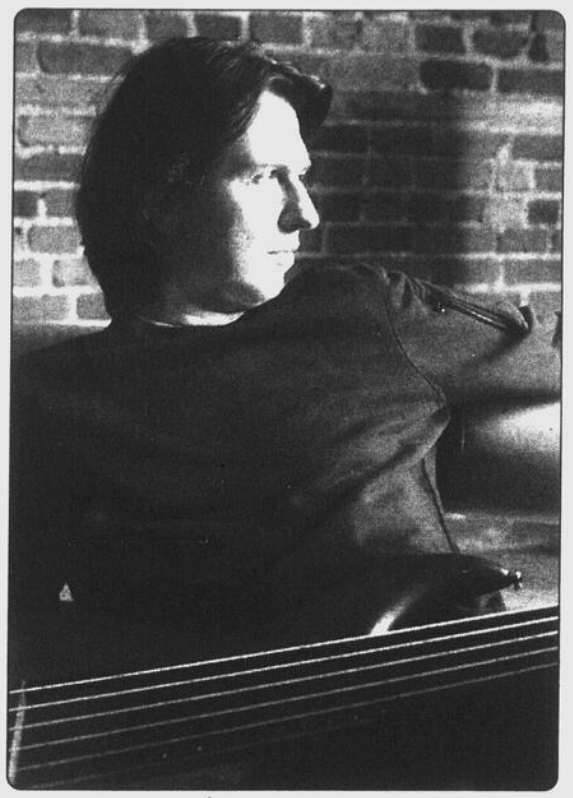
MICHEL PHANEUF

Alain Caron n'en est pas à sa première visite dans la région. Avec le groupe Uzeb notamment, le réputé bassiste est plus d'une fois venu se produire à Saint-Jean où il conserve un auditoire fidèle. Voilà qu'il sera de retour en spectacle le samedi 9 mars prochain au Cabaret-Théâtre, après une absence de plusieurs années, une absence que lui-même qualifie de trop longue.

«J'ai beaucoup travaillé à l'extérieur de la province et je n'ai donc pas eu l'occasion de faire beaucoup de spectacles ici ces derniers temps, avoue-t-il. Là, j'entreprends une tournée de deux mois au Québec et c'est avec beaucoup de plaisir que je vais revenir jouer à Saint-Jean.»

C'est en quatuor qu'Alain Caron nous présentera ce nouveau spectacle. Entouré de Paul Brochu à la batterie, François D'Amours au saxophone et Daniel Thouin aux claviers, il nous proposera alors un choix de pièces originales et instrumentales, des extraits de ses trois premiers disques, de même que plusieurs pièces tirées de son plus récent album «Call me Al».

«Le titre de cet album n'a rien à voir avec la chanson de Paul Simon, souligne le bassiste. C'est simplement une phrase que j'ai souvent l'occasion d'employer puisque quand je travaille à l'étranger, je dois souvent avoir recours à l'anglais pour communiquer. Or, comme le nom



Alain Caron.

«Alain» ne se prononce pas particulièrement bien dans la langue de Shakespeare, je dis aux gens qu'il est plus simple de m'appeler Al. D'où le titre de l'album.»

Alain Caron connaît présentement une carrière très active. Très en demande un peu partout dans le monde, particulièrement en Europe où il effectue en moyenne deux tournées par année, il partage son temps entre les spectacles, l'écriture musicale et le développement de nouveaux produits.

Comme il nous l'explique, il travaille en effet en collaboration avec la compagnie d'instruments électroniques Roland au Japon pour le développement de nouveaux appareils destinés aux bassistes. «Je ne suis pas technicien, ni ingénieur, mais les gens de chez Roland pensent que mon point de vue peut être utile», indique-t-il.

Il n'y a pas qu'à la création d'instruments électroniques qu'Alain Caron prête son concours. Lui qui depuis plusieurs années déjà n'utilise que des basses électriques à six cordes travaille présentement avec un luthier allemand à la mise au point d'une contrebasse, acoustique celle-là, qui comptera six cordes au lieu de quatre. «Je dois aller en Allemagne bientôt, souligne-t-il; peut-être sera-t-elle suffisamment avancée pour que je puisse l'essayer.»

Le musicien a bien d'autres projets à son carnet pour les prochains mois: une nouvelle tournée en Europe dont certains spectacles en compagnie de musiciens réputés, la préparation d'un nouvel album et une série de concerts très spéciaux en Allemagne en novembre 2002.

«J'ai été invité là-bas par un big band qui est ni plus ni moins que le big band national, nous explique Alain Caron; je vais me produire avec eux pour une série de concerts et pour une émission de radio qui fera par la suite l'objet d'un disque. C'est tout un honneur que d'être ainsi invité.»

Ajoutons qu'il reste encore des billets pour le spectacle que lui et ses musiciens présenteront samedi au Cabaret-Théâtre. On pourra s'en procurer à la porte le soir de la représentation, ou à l'avance auprès de la SPEC, au (450) 358-3949. ■

Journée portes ouvertes et musique le 10 mars au Musée

Dans le cadre de la prolongation de son exposition temporaire «Expressions d'argile», le Musée du Haut-Richelieu convie le public à une journée portes ouvertes rehaussée de musique le dimanche 10 mars prochain.

Martin Robichaud, auteur-compositeur -interprète, sera l'invité spécial de cette journée portes ouvertes.

À cette occasion, les visiteurs pourront visiter gratuitement de 9h30 à 17 heures cette exposition consacrée aux oeuvres des membres de l'Association des céramistes de Québec et profiter, de 14 heures à 16 heures, d'un après-midi musical avec l'auteur-compositeur-interprète Martin Robichaud, lauréat du concours «Ma première Place des Arts» en 1999.

Toute la population est donc invitée à venir découvrir une facette parfois méconnue de la céramique, une facette où l'expression et le symbolisme se côtoient, permettant au visiteur de s'évader et d'apprécier l'art contemporain.

L'exposition «Expressions d'argile» est présentée jusqu'au 15 mars prochain. Le Musée du Haut-Richelieu est situé au coeur du Vieux-Saint-Jean, au 182 Jacques-Cartier Nord, face à la Place du Marché. ■

Pierre Lapointe mettra un peu de surréalisme dans les Jeudis Shows

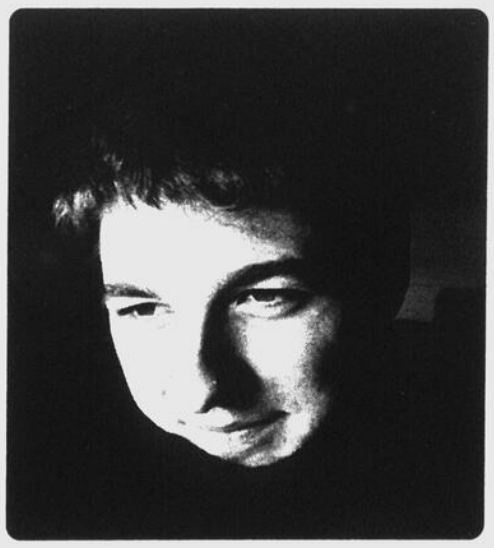
MICHEL PHANEUF

Un spectacle sous le signe du surréalisme, de l'incohérence et de l'absurde. Voilà ce que nous réserve la soirée du 7 mars prochain, alors que Pierre Lapointe sera l'invité des Jeudis Shows au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean.

Lauréat du Festival international de la chanson de Granby, édition 2001, dans la catégorie «auteur-compositeur-interprète», Pierre Lapointe puise en effet une bonne partie de son inspiration dans des mouvements comme Dada et celui des surréalistes.

«Je suis très friand d'auteurs et de compositeurs comme Boris Vian, Brigitte Fontaine et Kurt Weil avec leurs univers surprenants et un peu tordus, indique-t-il. J'aime bien aussi le jazz des années 50 et 60 à la Saint-Germain-des-Prés. D'une certaine façon, mes chansons se ressentent un peu de tout ça.»

L'univers musical de Pierre Lapointe a donc une saveur très européenne, évoquant tantôt Jacques Higelin, tantôt Alain Bashung, tantôt même Erik Satie dans sa façon très particulière de jouer avec l'absurde.



Pierre Lapointe.

Sur scène, l'auteur-compositeur-interprète opte pour une approche qu'il qualifie lui-même de minimaliste avec une instrumentation piano-guitare-voix, c'est-à-dire lui-même à titre de pianiste et de chanteur, et François Hudon à titre de guitariste.

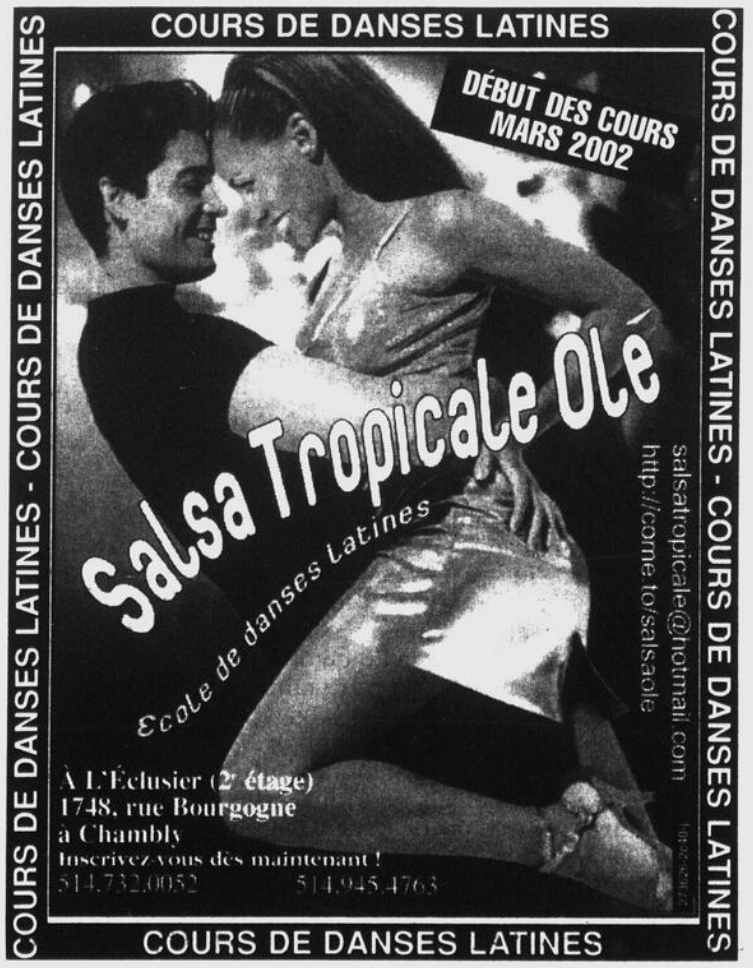
Le matériel qu'il propose est presque exclusivement composé de ses propres chansons, des chansons coiffées de titres tels *Le Colombarium*, *La Boutique fantastique* et *Petite Fille laide*, dans lesquelles se côtoient absurdité, inattendu et humour caustique.

«Mes textes laissent beaucoup de place à l'interprétation, indique-t-il; en fait, des personnes différentes pourront y voir des choses différentes. Ça dépend de chacun.»

Pour l'instant, Pierre Lapointe n'a pas d'album officiel à son actif. Plusieurs de ses chansons se retrouvent toutefois sur un

disque démo, un démo d'assez bonne qualité souligne-t-il, dont quelques exemplaires devraient être disponibles lors du spectacle de jeudi au Cabaret-Théâtre.

Comme toujours aux Jeudis Shows, la représentation débutera à 18 heures. Les billets seront disponibles sur place où à l'avance auprès de la SPEC, au (450) 358-3949. ■



MUSIQUE

Diana Krall: quand le jazz se fait lascif

MICHEL PHANEUF

The Look of Love

DIANA KRALL

Je ne connaissais pas beaucoup Diana Krall avant de découvrir cet album. Je sais bien que sa réputation n'est plus à faire, je sais aussi qu'elle a été la coqueluche du Festival international de Jazz de Montréal, mais n'étant pas un mordu de jazz, mes connaissances se limitaient à ces quelques éléments.

Jusqu'à ce que j'entende par hasard sa version d'une vieille chanson des années 60, *The Look of Love*. Il n'en fallait pas plus pour que je me décide à me procurer l'album du même nom... et que je tombe à mon tour sous le charme.

Cinquième album de la belle pianiste canadienne, «The Look of Love» réunit 10 pièces, principalement des ballades et des bossa novas. 10 classiques, de *Cry Me a River* à *Besame Mucho*, tous auréolés d'une ambiance douce et sensuelle grâce à la voix non moins douce et sensuelle de Mme Krall et aux arrangements de Claus Ogerman, le tout avec l'aide du Los Angeles Session Orchestra et de l'Orchestre symphonique de Londres.

Dire que le disque s'écoute tout seul n'est pas exagéré. De la première à la dernière note, on se retrouve enveloppé d'une atmosphère doucement lascive et fort agréable. Il est vrai que certaines personnes pourront trouver cette atmosphère un peu «bar salon», surtout en raison du choix des pièces elles-mêmes, mais il n'en demeure pas moins que toutes les chansons sont d'une qualité remarquable, tant au chapitre des arrangements qu'à celui de l'interprétation.

Tout en fait est approprié; la voix grave et sensuelle de Diana Krall, son jeu bien étudié au piano, sans oublier bien sûr les riches sonorités orchestrales qui tapissent les différentes chansons. À cet égard, c'est sans conteste *The Look of Love* qui demeure ma préférée, avec *S'Wonderful* et *Besame Mucho*.

Voilà donc un jazz qui ne manque pas de personnalité ni de charme. J'avoue que j'ignore si les autres albums de Mme Krall sont de la même trempe, mais à écouter celui-ci, je comprends aisément pourquoi elle suscite autant d'engouement, à Montréal comme partout ailleurs où le jazz a sa place.

All This Time

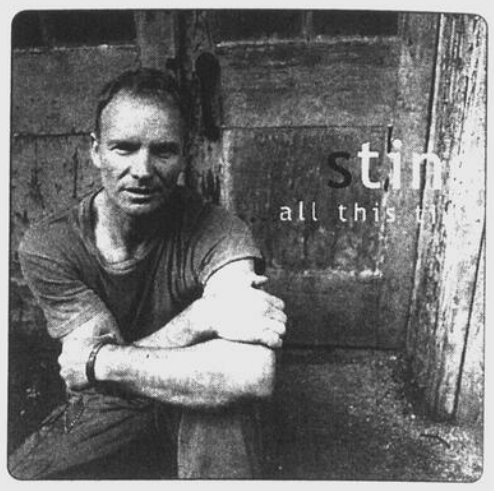
STING

Tous ceux et celles qui ont regardé les cérémonies d'ouverture des Jeux olympiques de Salt Lake City il y a trois semaines se souviennent sans doute de Sting et du violoncelliste Yo-Yo Ma interprétant *Fragile*, une des chansons les plus belles et les plus connues de l'ex-chanteur du groupe The Police.

Cette même chanson - interprétée différemment toutefois - se retrouve sur «...all this time», un album paru à la fin de l'automne dernier et entièrement enregistré en spectacle.

Cet album est spécial à plus d'un égard. D'une part, son enregistrement a eu lieu lors d'un spectacle présenté en Italie le 11 septembre 2001. Dans le spectacle lui-même, ou du moins dans la portion qui a fait l'objet du disque, Sting ne fait pas allusion aux tragiques événements qui ont marqué cette journée. Mais dans la petite brochure qui l'accompagne, on peut lire que l'album est respectueusement dédié à tous ceux et celles qui ont perdu la vie ce jour-là. À cette dédicace s'ajoutent un peu plus loin les paroles de *Fragile*, des paroles qui semblent presque prophétiques tant elles sont appropriées aux événements de ce jour fatidique.

L'autre aspect qui contribue à rendre «...all this time» assez spécial est celui de la musique elle-même. En effet, si la plupart des 15 pièces que Sting y interprète sont déjà bien connues, qu'il s'agisse de *Roxanne*, de *Fields Of Gold*, de *Don't Stand So Close To Me* ou de *Every Breath You Take*, les arrangements dans lesquels elles sont jouées sont souvent très différents des versions originales: plus jazzés et plus élaborés, grâce à la collaboration d'une quinzaine de musiciens.



Comme bien des gens, je suis d'avis qu'un album «live» peut difficilement remplacer un album de studio. Celui-ci par contre ne manque certes pas d'intérêt et devrait faire un bon complément à la collection de quiconque aime la musique de Sting. Et pour ceux qui voudraient ajouter des images à cette musique, soulignons que ce même spectacle existe aussi en version vidéo et DVD. ■

OUAIS!

« mon forfait-neige... c'est BIG*! »

[* Beau Irrésistible Généreux]

69$

Auberge Altitude 2000
1.877.797.1011
www.aubergealtitude.com
Auberge des Appalaches
1.877.533.5799
www.auberge-appalaches.com
Auberge Le St-Amour
1.888.538.6188
www.innsutton.com

Auberge West Brome
1.888.902.7663
www.aubergewestbrome.ca
Condes-Hôtel Le Montagnard
1.888.538.9966
www.montagnard.qc.ca
Domaine sur la Colline B&B
1.888.222.1692
www.surlacolline.qc.ca
Gîte Vert le Mont B&B
450.538.3227
Manoir Sweetsburg B&B
450.266.5414
www.tourisme-cantons.qc.ca/manoirsweetsburg/index.html

99$

Auberge Lakeview
1.800.661.6183
www.quebecweb.com/lakeview
Condes Altitude
450.358.1359
blizz.net/altitude
Condes-Hôtel Village Archimède
1.800.363.1226
www.archimede.ca

Mon *forfait-neige* Sutton!
Une nuitée, un petit-déjeuner et une journée et demie de remontée
p.p. / occ. double - Du lundi au jeudi
Certaines conditions s'appliquent - Taxes en sus.

SUTTON
Ma station de montagne!

www.montsutton.com

CANTONS-DE-L'EST
www.tourismecantons.qc.ca

Québec 1 877 BONJOUR www.bonjourquebec.com

280831-2c40-r

Tirage

PRIX

Gagnez une des 10 paires de billets du spectacle de

ANGÈLE DUBEAU ET LA PIETA

du 16 mars

PRIX

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 12 mars 2002 à 16 h.

Tirage

À L'AFFICHE

Spectacles et concerts

Jeudi 7 mars: à 18 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle de Pierre Lapointe.

Samedi 9 mars: à 20 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, le spectacle d'Alain Caron.

Samedi 9 mars: à 20 heures, au Théâtre des Deux Rives, 30, boulevard du Séminaire Nord à Saint-Jean, le spectacle de Laurent Paquin.

Jeudi 14 mars: à 18 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle de Susie Arioli et de ses musiciens.

Vendredi 15 mars: à 21h30, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle de Stefie Shock.

Samedi 16 mars: à 20 heures, au Théâtre des Deux Rives, 30, boulevard du Séminaire Nord à Saint-Jean, le concert d'Angèle Dubeau et de l'ensemble La Pietà.

Samedi 16 mars: à 20 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle du «Baby Boomer's Band».

Jeudi 21 mars: à 18 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle de Chuck Labelle.

Vendredi 22 mars: à 20 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle de Kevin Parent.

Samedi 23 mars: à 20 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle de Bori.

Dimanche 24 mars: à 20 heures, au Théâtre des Deux Rives, 30, boulevard du Séminaire Nord à Saint-Jean, le spectacle de Martin Matte.

Jeudi 28 mars: à 18 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle de Jean-François Dubeau.

Vendredi 29 mars: à 20 heures, au Théâtre des Deux Rives, 30, boulevard du Séminaire Nord à Saint-Jean, le spectacle de Michel Pagliaro et du groupe «Les Respectables».

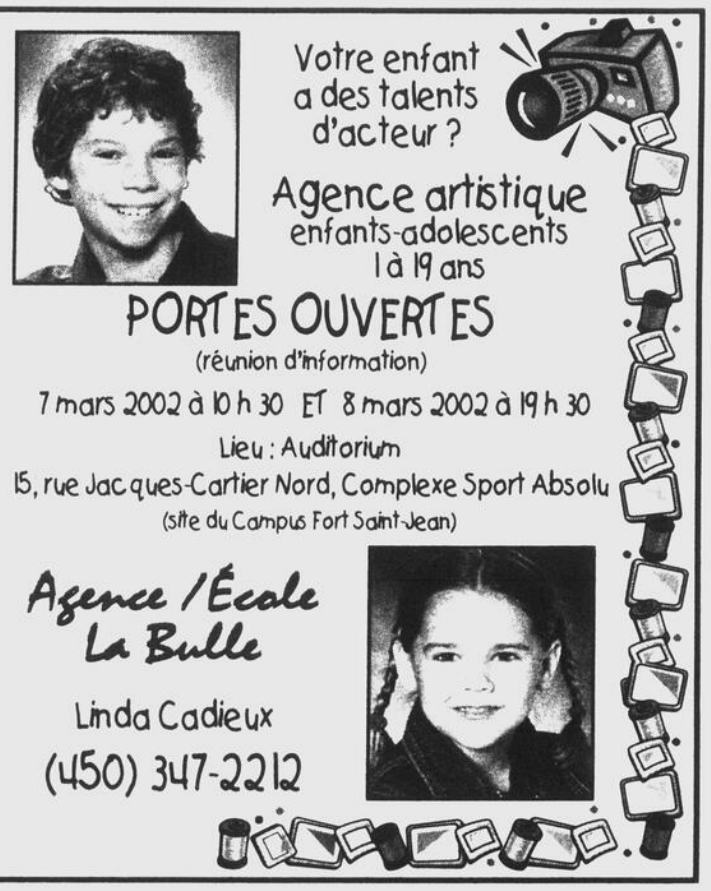
Tous les jeudis: à 20h30, au Théâtre Le Cartier, 35, rue Saint-Jacques à Saint-Jean, spectacles de chansonniers présentés dans le cadre d'une nouvelle série baptisée les «Jeudis fous».

Tous les vendredis et les dimanches: à 20 heures, au resto-bar Le Petit Laurier, 364, rue Laurier à Saint-Jean, soirée de musique avec Joël Côté, Alain Beaulieu et Paul Bellini.

Expositions

Du 10 février au 10 mars: à la Maison sous les Arbres, 2024, route 133 à Saint-Athanase, la septième édition de l'exposition «Richelieu en Coeur».

Du 28 février au 19 mars: dans le hall d'entrée de l'hôtel de ville de Saint-Luc, 347, boulevard Saint-Luc à Saint-Luc, l'exposition des oeuvres de Carole Gagnon, illustratrice. ■



Le Triangle de l'Excellence invite les artistes à soumettre leur dossier

Le Pavillon des Arts en Mouvement invite tous les artistes en arts visuels qui désirent prendre part à l'exposition du Triangle de l'Excellence cet été à Saint-Jean-sur-Richelieu à soumettre leur dossier le plus rapidement possible.

L'exposition, qui se tiendra au centre-ville de Saint-Jean du 22 juin au 8 juillet 2002, réunira des artistes de la région de Saint-Jean-sur-Richelieu, de la ville de Burlington et de la ville de Plattsburgh.

Afin de procéder à la sélection des artistes, les responsables demandent aux intéressés de faire parvenir un résumé de leur démarche artistique accompagné de trois à cinq photos de leurs oeuvres avec une description du médium utilisé, ainsi que les dimensions avec l'encadrement.

Les frais d'inscription sont de 10 $ par personne et tous les dossiers doivent être envoyés au bureau du député Claude Bachand, 315, rue MacDonald, bureau 117, Saint-Jean-sur-Richelieu, J3B 8J3, au plus tard le 19 mars prochain.

Les exposants provenant de Saint-Jean-sur-Richelieu seront sélectionnés par un jury provenant de Plattsburgh, lors du quatrième Symposium du Triangle de l'Excellence, le 22 mars prochain. Pour de plus amples informations, on peut communiquer avec Mme Joan Gosselin, au (450) 357-9100. ■

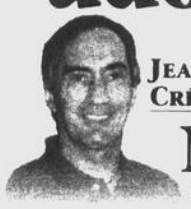
Laurent Paquin aux Deux Rives

Les friands d'humour seront sûrement intéressés d'apprendre qu'il reste encore des places de libres pour le spectacle de Laurent Paquin, le samedi 9 mars prochain à 20 heures au Théâtre des Deux Rives. On se souviendra que Paquin a déjà eu l'occasion de donner un avant-goût de son humour l'an dernier aux Jeudis Shows lors d'une prestation qui avait été très appréciée du public. Cette fois, c'est avec son spectacle au grand complet que l'humoriste nous revient, sur la grande scène des Deux Rives à Saint-Jean. Les billets sont disponibles auprès de la SPEC, au (450) 358-3949. ■

LECTURE

NOUVELLE COLLECTION À LA COURTE ÉCHELLE

Poésie pour adolescents ou adolescentes de la poésie?



JEAN-FRANÇOIS CRÉPEAU

Ma curiosité s'anima lorsque j'appris que les Éditions de la courte échelle allaient mettre en marché une collection de recueils de poésie destinés aux adolescents. Cet éditeur qui, initialement, a ravivé une littérature jeunesse québécoise vivante mais incertaine, a généralement su entretenir l'intérêt de son lectorat en étant attentif à sa mouvance, parfois même en la devançant. Ainsi, je comprenais qu'un éditeur puisse «commander» un récit destiné à de jeunes enfants ou à des 10-12 ans : ce n'était pas là un travail de réduction littéraire, mais d'éducation à l'univers de ces lecteurs. Ma curiosité était d'autant plus vive que les recueils annoncés coulaient de la plume ou se pixélisaient à l'écran des ordinateurs de poétesses reconnues : c'était *L'ourse* de Rachel Leclerc, *Voyages autour de mon lit* d'Élise Turcotte et *Les mots secrets* de Louise Dupré.

Voilà donc les trois recueils reçus, lus, relus et relus encore. À voix haute, à voix basse, sans voix, dans le bruit comme dans le silence car n'est-ce pas ainsi que feront leurs jeunes destinataires.

Je me suis d'abord laissé piéger par la métaphore de *L'ourse*. Rachel Leclerc, qui est aussi romancière, s'est sûrement souvenu de cette peluche dont on a peine à se séparer quand sonne l'adolescence, cette peluche confidente de tous ces secrets. Elle a surtout imaginé cet être solitaire, un peu insociable, cette ourse qu'est devenue l'adolescente dans un corps de femme, cette femme dans un corps d'ado. Et c'est dans cette suite poétique qu'elle explore toutes les inquiétudes de cette féminité, de cette féminitude survenue sans prévenir. L'ourse narratrice les exprime, dit les émotions qu'elles éveillent en elle et les réactions qu'elles provoquent, elle reconnaît aussi «le chemin qui s'annonce». Rachel Leclerc joue bien du ton poétique pour saisir la croisée du temps que traverse l'adolescente et, surtout, en surprendre toute la fragilité.

Ému par ce premier recueil, j'ai ensuite fait ces *Voyages autour de mon lit* proposés par Élise Turcotte. Nouveau registre nouveau ton, surtout pas de comparer un poète à l'autre. Ici, un garçon de onze ans interroge l'univers de tous à partir de son monde à lui. Le rythme de la poésie est saccadé et fait penser à la brusque maladresse de l'ado aux bras soudainement trop longs. Les questions inventent des réponses qui n'en sont pas toujours, les même s'entrechoquent. Les émotions ne surgissent pas à la pointe des mots, mais dans un repli second comme s'il s'agissait de la timidité maladroite des garçons. Je me demande si, à onze ans, on se laisse prendre à ce jeu des mots.

Enfin, mais j'ai fait exprès, je me suis lové dans *Les mots secrets*. Louise Dupré, dans un long poème tranquille empruntant à la tonalité de la prose poétique, initie au plaisir des mots, aux joies de l'écriture jusqu'à celles de la poésie elle-même. Toute la gamme des émotions et des sensations intimes ressenties par le poète y sont explorées. Il y a ici économie de moyens littéraires : la personnalité littéraire de Louise Dupré et son style suffisent. Lisez plutôt : «Souvent il me vient un poème / avec des vers fragiles / pour dire la boule / qui emplit ma gorge / de son silence mouillé». Cela va ainsi de vers en strophes, de strophes en pages avec une justesse du ton et un parfait équilibre du réel et de l'imaginaire. C'est là, je crois, une admirable leçon de poésie comme méritent d'en recevoir tous les ados de la planète, de celle qui éveille le don latent des futurs poètes.

Vous avez donc compris le bien que je pense de ces recueils parus à la Courte échelle. À cela s'ajoute le plaisir d'observer les œuvres d'artistes graveurs de l'atelier Circulaire qui les accompagnent; des œuvres de Daniel Sylvestre, Elmyna Bouchard et Jean-Benoît Pouliot.

Vous connaissez un ado, fille ou garçon? Offrez-lui l'un ou l'autre de ces recueils. ■

VITRINE

Pendant la mort
(Éditions Québec Amérique, collection «Mains libres», 2002) par Denise Desautels.

L'habillage soigné de cette collection convenait aux deux suites poétiques qui composent l'ouvrage. D'abord, ces poèmes dont le thème central fournit le nom au recueil. Serait-ce trop entendu que d'écrire que ce sont des vers de la maturité tant leurs mots comme les images qu'ils évoquent ou provoquent vont à l'essentiel. Sans détours inutiles. Avec juste ce qu'il faut de lumière sur la réalité pour qu'on s'y laisse glisser pour y croire et y croire encore. Si un jour je m'étonne encore qu'un poète puisse réinventer les sentiments, l'amoureux surtout, je retournerai à *Pendant la mort* calmer ma surprise. J'y reviendrai davantage pour réapprendre cette leçon de vie qu'exige la mort comme un devoir de l'avant sur l'après. Également, pour revoir le souvenir de ma mère à travers les mots de la poète.

Lancers légers
(Éditions du Noroît, 2001) par Normand de Bellefeuille.

C'est ce que raconte le prologue de cet essai, entrée en matière intitulée «Un imbécile à Paris», qui me poussa, le cœur léger, à aller au-delà de ces premières inquiétudes. Tant pis pour moi, car c'est la suite de l'ouvrage qui me troubla profondément : «ce que n'est peut-être pas la poésie» et «lancers légers (vingt propositions et sept a parte pour un art poétique de la répétition)» interroge très sérieusement une forme d'art dans son intimité. Quelques-uns des aphorismes composant l'ensemble nous soufflent, par exemple «La répétition, c'est écrire hors de la platitude» ou «La répétition est certes la forme la plus puissante, la plus éloquente de cette patience stupide qu'exige chaque fois l'acte d'écrire.» En dernière partie du livre, l'auteur invite à tirer des leçons «à propos de Stéphane Mallarmé».

Les murs des planètes suivi de La cathédrale aveugle
(VLB éditeur, 2002) par Ollivier Dyens.

Ces jours-ci, lorsqu'on me demande de montrer la poésie actuelle, je pointe le livre d'Ollivier Dyens. D'abord parce que la trame de son propos me semble tisser à même les fibres des préoccupations du jour. Puis, j'allais écrire surtout, parce que la forme que lui donne ce poète, qui est aussi l'essayiste auteur de *Chair et métal* (VLB éditeur, 2000), puise dans la polyphonie des supports auxquels la poésie a maintenant recours. Certes, il y a la forme traditionnelle des vers couchés sur papier, regroupés par strophes page après page. Mais, il y a aussi le monde des images qui lui fait écho. Plus encore, il y a le multimédia que supporte un cédérom qui «nous transporte vers des lieux sonores et visuels en un enchaînement dont le rythme lent et sensuel décuple la force incantatoire.» ■

CINÉMA

«40 jours et 40 nuits»: original, vulgaire, plutôt fade...

DANIEL G. HÉBERT

Dans la vague du «Sex comedy», très populaire à l'heure actuelle, dans un monde où on peut trouver pratiquement tout sur Internet, l'idée du serment d'abstinence d'un type sincère et des paris élevés qu'on tient sur sa réussite était pourtant un excellent point de départ.

Le film avait même plutôt bien commencé: le type était aux prises avec de sérieux problèmes psychologiques qui l'empêchaient de vivre une relation sexuelle normale, il faisait de sérieux efforts pour développer une nouvelle relation basée sur la communication tout en respectant son serment. Au passage, on a même réussi à contourner quelques redoutables clichés!

Malheureusement, ce n'était que pour retomber dans des stéréotypes sexuels encore plus assommants. Dans le film de Michael Lehmann, les hommes sont tous des bêtes assoiffées de sexe qui ne peuvent se priver de plaisir (fut-il solitaire...) plus de quarante minutes, alors que les femmes sont toutes prêtes à se dévêtir, à prendre des poses affriolantes dans le seul but de «récupérer leur pouvoir de séduction».

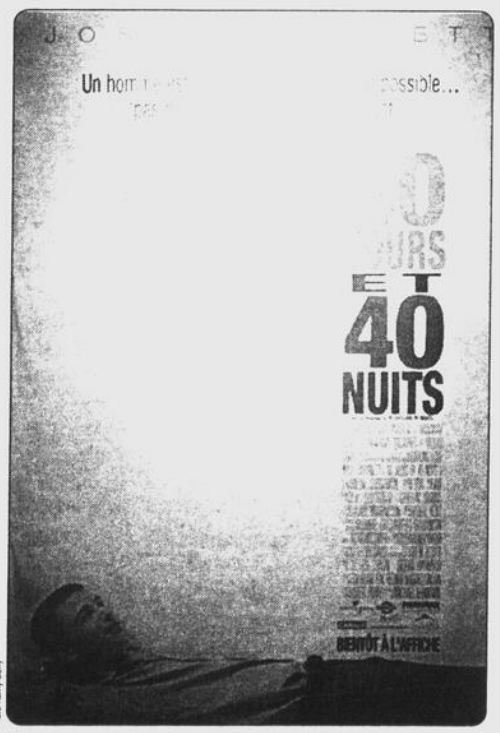


Photo Rémy Bury

Malgré quelques innovations, «40 jours et 40 nuits» n'est ni touchant ni vraiment comique.

«American pie» («Folies de graduation») était plus subtil, et ses personnages plus attachants. Son rythme, surtout, était plus alerte. Pour une comédie, «40 jours et 40 nuits», nous offre relativement peu d'occasions de rire et la dernière demi-heure est singulièrement ennuyante.

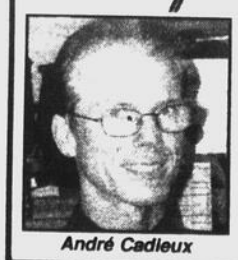
Quelques bons moments, tout de même, servis par de bonnes performances de Hartnett et Sossamon. Notamment une très belle scène d'amour où le seul contact se fait par le souffle ou par la caresse de pétales immaculés...

Depuis sa rupture, Matt Sullivan (Josh Hartnett, «Pearl Harbor», «Black Hawk Down») ne cesse de penser à son ancienne flamme, Denise. L'obsession lui apporte des angoisses qui nuisent considérablement à sa vie sexuelle. Au point qu'il décide de profiter du Carême pour faire un ménage par le vide: aucune relation sexuelle, aucune satisfaction personnelle, aucune caresse, aucun baiser pour 40 jours et 40 nuits.

Une fois revenus de leur étonnement, ses confrères de travail décident à son insu d'ouvrir les paris sur la date où il flanchera. Certains (et certaines...) iront même jusqu'à tout mettre en oeuvre pour qu'il craque justement le jour sur lequel ils ont parié.

Entre-temps, Matt rencontre Erica (Shannyn Sossamon, «A Knight's Tale») de laquelle il tombera amoureux. Leur idylle survivra-t-elle au serment qu'il s'est imposé? Surtout quand la ténébreuse Denise refera son apparition...

Bref, une comédie pas si comique, un gros manque de subtilité au niveau des personnages, quelques originalités qui haussent légèrement le niveau du film sans vraiment parvenir à le rendre captivant. ■

CHAUSSURES
Confort
LE SPÉCIALISTE DE LA CHAUSSURE CONFORTABLE
• Vos pieds vous font souffrir ?
• Vous avez des cors, oignons ? orthèses ?

André Cadieux
On a les chaussures qu'il vous faut !
SAVIEZ-VOUS QUE :
Nous marchons entre 10 000 à 15 000 pas par jour ?
Les pieds supportent 3 fois le poids du corps.
(450) 348-8528
CARREFOUR RICHELIEU
800, rue Pierre-Caisse
Saint-Jean-sur-Richelieu
070735-2c40-r

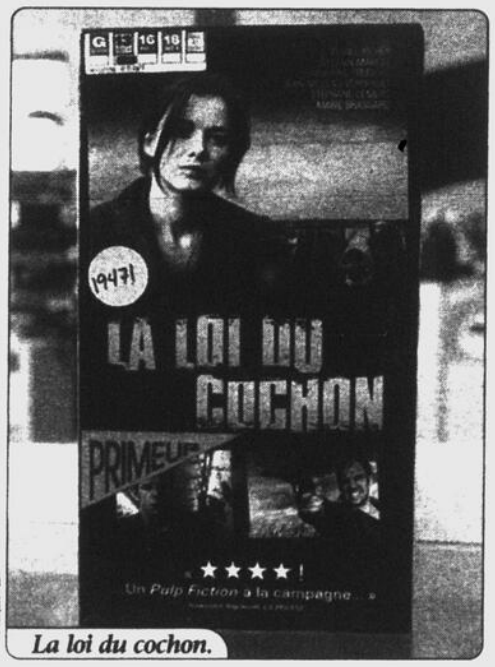
DVD / VIDÉO

La loi du cochon: à louer sans hésiter

PASCAL CLOUTIER

La loi du cochon

En voilà un dont je suggère la location sans hésiter. Les coeurs sensibles, s'abstenir mais ceux qui aiment les films plus vrais que vrais, allez-y. Depuis «Requiem pour un Beau Sans-Coeur» le cinéma québécois n'avait-il connu un film aussi cru et réaliste. En quelque part, ça fait du bien. Fini les finesses, fini le théâtre ou la comédie, ce qu'on voit est tout à fait réaliste et cru. Oui il y a des bandits, oui il y a des épais, oui il y a des gens bons et oui d'autres en profitent, comme dans la vraie vie.



La loi du cochon.

On pourra dire que le réalisateur Erik Canuel a su nous faire profiter de son talent. Un talent de direction d'acteur qui fraie dans le genre on en n'a pas vu très souvent. On a l'impression qu'il peut diriger ses acteurs en leur expliquant simplement ce qui se passe sur la rue ou en campagne.

Stéphane Brousseau et sa soeur exploitent la ferme porcine que leurs parents leur ont laissé. La première, jouée de bien belle façon par Isabel Richer, a eu la mauvaise idée de louer un petit lot de terre à même son champ de maïs pour que deux hurluberlus de la ville y fassent pousser du pot. Encore plus mauvaise est l'idée de vendre la récolte des deux gars interprétés par Sylvain Marcel et Jean-Nicolas Verreault (Maëlstrom) à son ex (Christian Bégin), un concessionnaire bien nantis du village.

La perte de la terre est éminente. La deuxième soeur qu'on tente de tenir à l'écart de tout ça est jouée par Catherine Trudeau et son histoire est tout aussi pathétique. Elle joue la mère porteuse pour un couple de bizarroïdes que Marie Brassard (No) et Stéphane Demers interprètent à merveille mais de façon un peu trop caricaturée. Prises dans toute cette histoire, les deux soeurs se font emporter dans un tourbillon d'événements tout aussi impossibles les uns que les autres. Vous savez, le genre de journée où tout va mal...

Le scénario est excellent, la façon qu'on nous présente le film est particulière. On dirait que c'est sur support vidéo qu'on a filmé et pourtant on ne s'en plaint pas. La musique est bien québécoise et la production a été l'affaire de TVA qui a ajouté cet aspect à ses activités depuis quelques temps.

Pour ce qui est du DVD, on a exécuté un travail honnête. Des scènes inédites dont le choix nous est expliqué par le réalisateur sont intéressantes. Une finale facultative est aussi offerte avec des explications. Dommage, la fin qu'on n'a pas retenue me plaisait beaucoup plus. Il y a aussi des «bloopers» assez intéressants et une bande annonce qui ne rendait pas justice à ce film que j'ai beaucoup apprécié.

Jay et Bob contre-attaquent

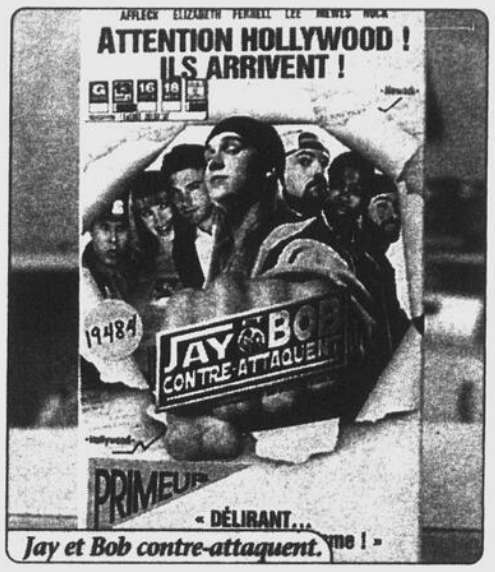
Les Américains les connaissent mieux. Ici, nous les avons remarqués dans un film pas très fort qui se nommait «Dogme». Je parle de Jay et Bob, deux jeunes hommes assez paumés originaires du New Jersey.

Un est silencieux, «Silent Bob» qu'on le nomme en anglais. L'autre devrait l'être parce que son langage est abominable et que le degré d'intelligence qu'il accuse est très très faible. Les gars fument du pot constamment et ils accrochent sur certaines choses assez particulières. À titre d'exemple, leur groupe préféré est «Morris Day and the Time», un groupe du début des années 80 qui avait connu un seul succès assez horrible qui portait le titre de «Jungle Love».

Le film se veut un «road-movie» adolescent et débile au possible. Les deux héros de cette histoire sont outrés de savoir qu'une bande-dessinée dont ils étaient l'inspiration va passer au grand écran sans qu'on obtienne d'eux leur approbation. Les garçons apprennent en plus que certaines personnes critiquent déjà l'imbécillité des deux personnages du prochain film sur eux. Il ne manquait que ça pour que les deux amis se dirigent subito-presto à Hollywood pour arrêter la production d'un tel film.

C'est nono, c'est tata et à écouter ça on devient gaga. Oreilles chastes s'abstenir alors que les deux compères rencontrent une multitude de personnages plus ou moins importants sur leur route. Ça donne l'occasion d'assister à un grand nombre de caméos. Ben Affleck et Matt Damon (qui sont tous deux derrière cette production irrévérencieuse), Judd Nelson qu'on ne voit plus beaucoup, les réalisateurs Gus Van Zandt (Basic Instinct) et Wes Craven (Dracula) qui jouent devant la caméra, le stand-up comic Georges Carlin délaisse Las Vegas le temps d'une apparition bien spéciale, les jeunes acteurs Jason Biggs, James Van Derbeek, Jason Lee et Sean William Scott se prêtent à l'expérience et les vétérans Mark Hamill et Carrie Fisher (La guerre des étoiles) s'y prêtent aussi volontiers.

L'irrévérencieux Chris Rock y va de quelques habituelles répliques brutales pendant que la sexy Shannon Elizabeth fait valoir ses charmes auprès d'un Jay distrait.



Jay et Bob contre-attaquent.

Will Farrell, toujours aussi bon, s'intègre facilement à toute cette aventure qui, je l'espère, ne se voulait pas un exercice sérieux. C'est adolescent et très absurde.

Malgré que ce ne soit pas là un film sérieux, on ne peut pas en dire autant de la présentation DVD qu'on nous offre. Cela m'est incompréhensible. Comment un film si insignifiant se paie-t-il deux disques et un menu si chargé ?. Plusieurs bandes-annonces qu'on comprend être de la même compagnie de production nous sont présentées.Mais c'est sans compter sur le deuxième disque, un DVD-Rom (c'est la première fois que j'entends parler de ça). Sur ce dernier on retrouve le scénario au complet, une version commentée assez comique du film au complet et une interface avec internet pour avoir accès à un site dédié à Jay et Bob. ■

Alain Papillon
Pharmacien

L'arthrite

Le mot ARTHRITE signifie inflammation d'une articulation (enflure).

L'arthrite peut atteindre les articulations de tout le corps. Elle peut diminuer les possibilités de mouvements et provoquer des douleurs importantes. À la longue, une déformation des articulations peut être visible, notamment aux mains et aux pieds. L'arthrite peut apparaître à tout âge, même chez l'enfant. Le plus souvent cependant, elle se manifeste chez les personnes âgées de 40 à 50 ans, avec une préférence inexpliquée pour les femmes.

L'arthrite se manifeste par des crises, suivies de périodes où la maladie semble endormie. Les crises, tout comme les périodes de rémission, peuvent durer de quelques jours jusqu'à plusieurs semaines ou plusieurs mois. Durant les crises, on ressent de la fatigue, de la raideur aux articulations (surtout le matin) et de la douleur.

On connaît assez l'arthrite pour savoir qu'il est impossible de la guérir ! Heureusement, les médicaments appropriés permettent d'atténuer les douleurs et d'éviter les déformations et complications à long terme.

Les médicaments les plus utiles pour l'arthrite sont les ANTI-INFLAMMATOIRES. Ils contrôlent l'enflure et diminuent la douleur. Pour être efficaces, ils doivent être pris de façon continue durant les crises.

Certains médicaments peuvent raccourcir la durée des crises. On les appelle les inducteurs de rémission. Leur efficacité varie d'une personne à l'autre. Ils ne remplacent pas les anti-inflammatoires, mais peuvent être ajoutés si les crises sont fréquentes et longues.

Vivre avec l'arthrite demande une certaine adaptation. Pour les personnes qui en sont atteintes, plusieurs gestes quotidiens deviennent très douloureux, parfois même impossibles à réaliser. Les médicaments peuvent contrôler la douleur, mais il faut parfois réapprendre à accomplir certaines tâches.

La Société d'arthrite peut aider les arthritiques et leurs familles à faire face à la maladie.

Pour plus de renseignements , n'hésitez pas à consulter votre pharmacien(ne).

VISITEZ NOTRE SITE AU WWW.ESSAIM.CA

Alain & G.M. Papillon Pharmaciens
900, boul. du Séminaire Nord
Saint-Jean-sur-Richelieu
Tél. : (450) 348-4931

068149-2c40-r

Clinique du
Docteur André Rivard
Traitement des varices et de la couperose
Examen veineux par "DOPPLER"
Traitement d'obésité
Amaigrissement et maintien du poids santé
Médecin omnipraticien membre de la société canadienne de phlébologie
sur rendez-vous
348-7744
315, rue MacDonald, local 106
Saint-Jean-sur-Richelieu
228826-1c49-r

Joyeuses Pâques

Heures d'ouverture :
Mardi – mercredi
9 h 30 à 17 h 30
Jeudi – vendredi
9 h 30 à 18 h 30
Samedi
9 h 30 à 17 h
Dimanche – lundi
fermé

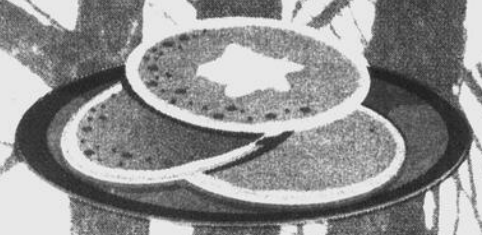
Salon de coiffure Karlyn
Tresses, rallonges, waves
071555-2c40-j
11, Place du Marché
Saint-Jean-sur-Richelieu
(450) 357-0028

CONCOURS

100$

à dépenser chez l'annonceur de votre choix, participant à cette promotion.

Combien d'annonceurs nous présentent une assiette de crêpes dans leur publicité?



C'est bien meilleur avec du sirop.

LE CANADA FRANÇAIS

COUPON-PARTICIPATION

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

S'il-vous-plaît, compléter en lettres moulées

Nom : _____

Adresse : _____

Ville : _____ Code postal : _____

Téléphone : _____

Réponse : _____

Si je gagnais, j'aimerais utiliser mon prix chez :

_____

* Aucune reproduction acceptée

Le tirage au sort parmi les bonnes réponses aura lieu le 18 mars 2002 à 14 h

meilleur

Offrez-vous un délicieux repas de cabane

Ouverture du 2 mars au 28 avril

La Goudrelle

La Goudrelle
450-468-2727
25 minutes du pont Champlain
Autoroute 10 autoroute 15

Plats à emporter sur place

Boutique de produits d'érable

Prix spéciaux pour groupes

150 chemin Beau-Site
Mont St-Grégoire
J0J 1Z0

www.goudrelle.com

Le Beau-Site reçoit l

gratuitem

mardi au vend

ÉRA
BEAU
150 chem
Mont St-Gré

Tarif de groupe disponible

450-4

Ouverture du 9 mars a

www.beau-si

Érablière

À Saint-Jean-sur-Ric
1145, Chemin Peth

Au Pain de Sucre

Tél.: (450) 346-3442

DIMANCHE SPÉCIAL
souper GRATUIT enfant
12 ans accompagnés d'
(Un enfant par ad
À partir de 16 h
*Non valable à Pâ

Venez vous sucrer
OUVERT TOUS LES JO
DU 23 FÉVRIER AU 28 AV
- MIDI ET SOUPE
Atmosphère chale

Spécial d'ouverture
Repas 1/2 prix
À l'achat d'un repas, OBTENEZ le 2e repas à **50%** de rabais
(sur présentation de ce coupon)
Valable du lundi au dimanche
Du 25 février au 3 mars 2002
(ne peut être jumelé à une autre promotion)
Le Canada Français R020401

Repas traditionnel servi à volonté (choix de 5 dessert
- Animation pour les enfants
- Promenade en carriole (nouveau senti
- Danse: vendredi, samedi, dimanche
- Maquillage gratuit pour les enfants le
- Spéciaux pour groupe
- Fabrication et vente de produits d'éra
- Permis de boisson

Érablière Au Chalumeau

Repas servi à votre table à volonté

Visitez notre site http: //chalumeau.qc.ca
Prix de groupes disponibles en tout temps
(450) 347-5096
Téléc.: (450) 347-9998

864, Route 104, Mont Saint-Grégoire
Autoroute 10, sortie 37, prenez la route 227 sud puis la droite sur la route 104 ouest.
Intersection 104 – 227.

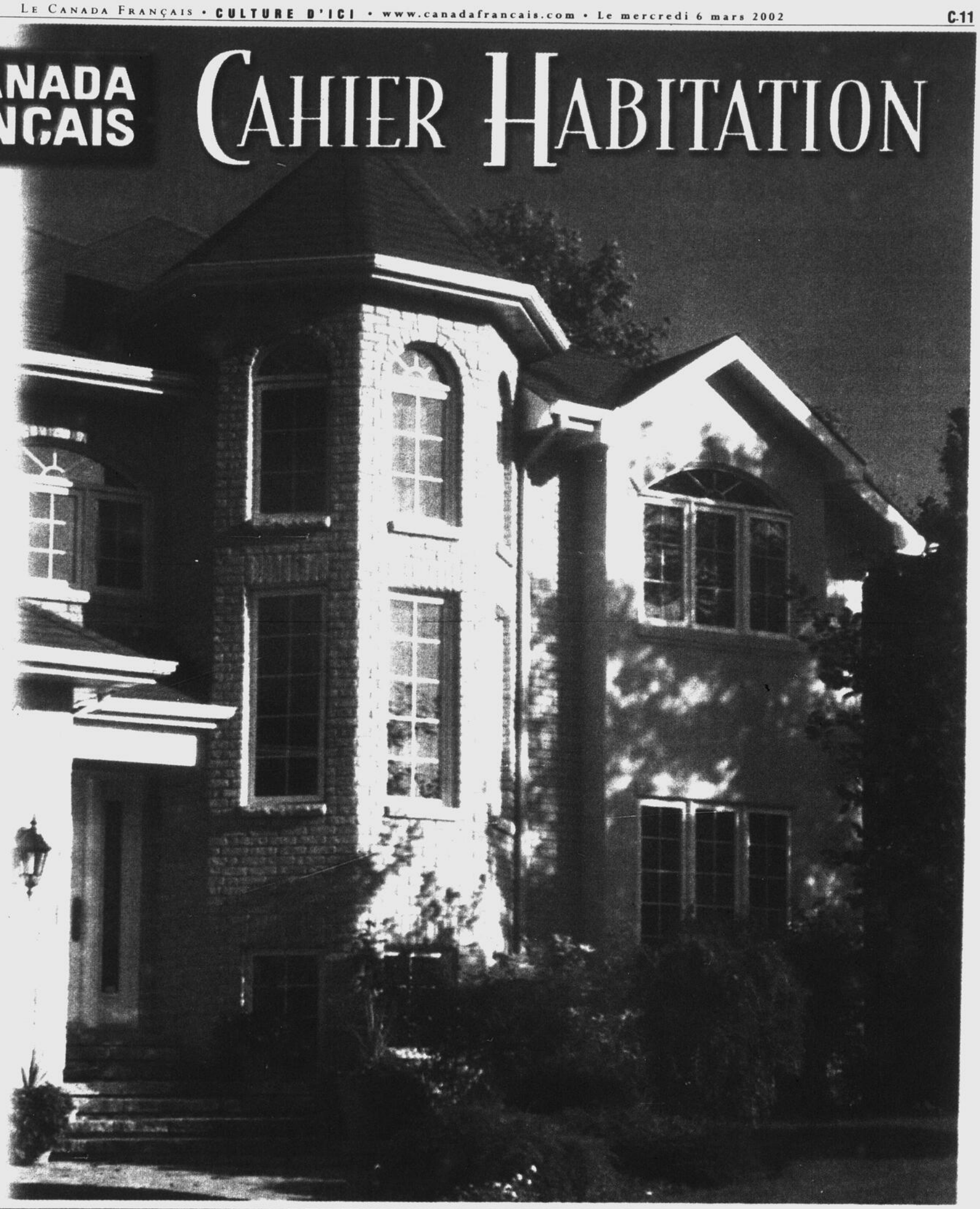
Salle
dispo
• Repas t
• Ambian
• Randon
• Musiqu

LE CANADA FRANÇAIS

Cahier Habitation

Embellis

je rénove, j'emb



Le taux hypothécaire le plus bas

pour chacune des 5 prochaines années à commencer par celui-ci

Prêt hypothécaire à taux fixe révisable «5 dans 1»

3,55%

Notre-Dame Auxiliatrice (450) 359-5933

Saint-Jean-sur-Richelieu (450) 347-5553

Saint-Luc (450) 348-9204

Sieur d'Iberville (450) 347-0371

Desjardins

Certaines conditions s'appliquent

071554-2c40-r

Les joies de la piscine

Installer une piscine dans sa cour, c'est vivre des vacances à l'intérieur même de votre jardin. La piscine est toujours disponible, de jour comme de soir ou même de nuit, pour que vous puissiez faire trempette à votre grand plaisir.

Lorsqu'il est question d'entraînement physique, la piscine procure un exercice complet et excellent pour la santé. Toute la famille pourra s'adonner à un programme de conditionnement physique à son rythme et sa convenance.

La piscine offre également l'occasion d'une détente à tous ceux qui aiment se laisser bercer par l'élément aquatique. Un petit plongeon ou une glissade, quelques brasses et le farniente sur un matelas pneumatique sous le soleil. Ce qui n'exclut certes pas les jeux de ballon ou autres qui favorisent la sociabilité entre parents, voisins et amis.

Le marché actuel offre un vaste choix de formes, de dimensions et d'options qui transformeront votre jardin en un centre de divertissement en plein air. La piscine saura procurer à votre résidence l'ambiance luxueuse et invitante si propice aux réunions de toutes sortes.

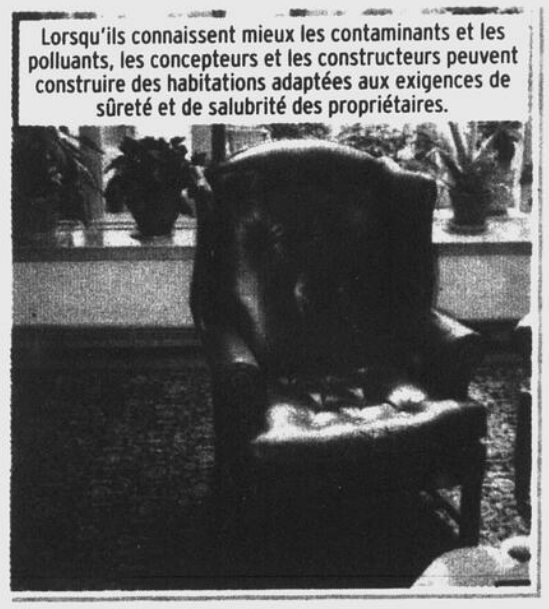
Votre piscine devra s'insérer dans votre aménagement de façon à en rehausser la beauté et ajouter de la valeur à votre propriété. Il est important, dans cette optique, de bien analyser son emplacement. De plus, la qualité de la piscine, et surtout de son installation, vous assurera un plaisir durable sans souci à l'horizon.

Un jardin aménagé harmonieusement pour intégrer la piscine judicieusement.

La salubrité des habitations

Au Canada, on s'inquiète de plus en plus des répercussions qu'ont les maisons sur la santé des occupants. On associe les problèmes comme l'asthme, les allergies, les problèmes du système immunitaire et l'hypersensibilité aux produits chimiques, pour n'en nommer que quelques-uns, à la qualité de l'air intérieur. Jusqu'ici, on s'est penché sur la question de la salubrité des habitations en analysant un seul point à la fois, sans consultation interdisciplinaire :

- Les médecins tentent d'établir des relations avec les facteurs environnementaux.
- Les scientifiques étudient la relation entre le cadre bâti et la santé.
- Les spécialistes de la qualité de l'air tentent de mesurer et d'identifier les contaminants de l'air intérieur.
- Les ingénieurs en mécanique essaient de concevoir des stratégies de ventilation et de conditionnement de l'air.


Lorsqu'ils connaissent mieux les contaminants et les polluants, les concepteurs et les constructeurs peuvent construire des habitations adaptées aux exigences de sûreté et de salubrité des propriétaires.

La santé tient de l'hérédité, du régime alimentaire, des facteurs affectifs et psychologiques ainsi que de l'environnement. Si les facteurs environnementaux sont les seuls considérés, il est manifeste que les polluants et les toxines en suspension dans l'air, les moisissures, les particules, les niveaux d'humidité, les ions, les éléments radioactifs, la lumière, les champs électromagnétiques, les conditions thermiques et le bruit affectent la santé.

Les concepteurs de «maisons saines» doivent songer à la santé des occupants comme à un tout, et tenir compte de la qualité de l'air intérieur, de la qualité de l'eau et de facteurs sous-jacents comme l'éclairage, le bruit et le rayonnement électromagnétique.

Embellir sa cuisine

Il est facile de rajeunir la cuisine; il suffit d'installer de nouvelles armoires. Après avoir enlevé les anciennes, vous pourrez poser les armoires murales et ensuite celles du bas. Pensez à enlever les portes et les tiroirs avant la pose.

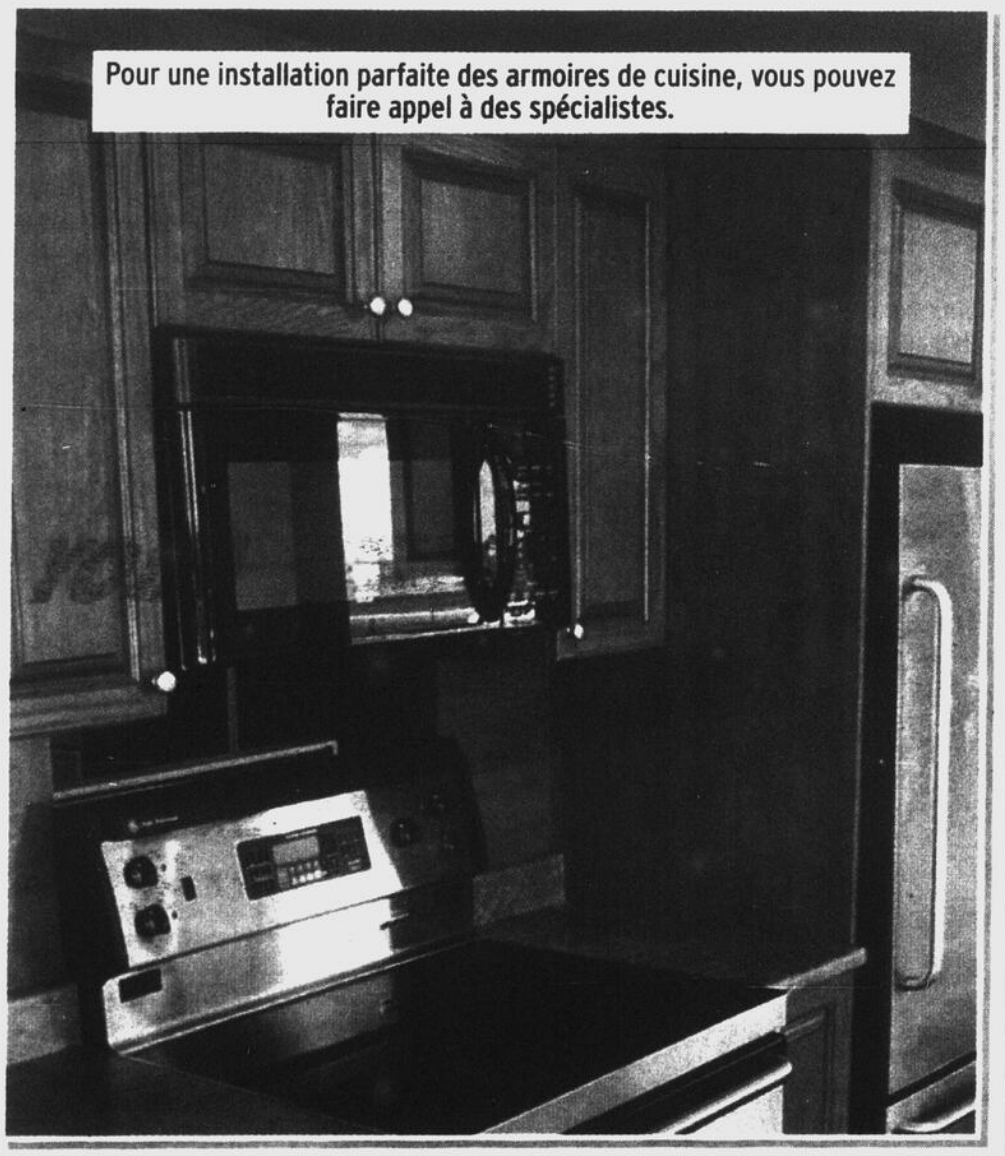
Pour la réussite de votre projet, il est indispensable de prévoir une parfaite mise à niveau des armoires pour assurer le fonctionnement satisfaisant des portes et des tiroirs. Prévoyez également un ancrage solide dans les montants des murs. Localisez ces derniers et indiquez leur emplacement sur le mur.

Si votre plancher n'est pas à niveau, basez-vous sur le point le plus haut pour calculer la hauteur des armoires de planchers, et tracez une ligne horizontale sur le mur. Inscrivez immédiatement la ligne du bas des armoires murales, habituellement tracée à 18 po de la surface du comptoir, qui devra être parallèle à la première ligne.

Fixez une planche 1' x 4' dans les montants, au niveau de la ligne supérieure, pour servir de guide et de support à la pose des armoires murales. Pour vous faciliter la tâche, percez des trous correspondant aux montants du mur dans les traverses de support, en vérifiant l'équerrage. Posez l'armoire murale de coin sur la planche guide et vissez-la aux montants, en vérifiant l'aplomb. Au besoin, ajustez-le avec des cales de bois le long des montants. Puis, posez les autres armoires murales, en portant une attention spéciale à l'alignement des façades et à la mise d'aplomb.

Vous pourrez alors installer, de la même façon, les armoires de plancher en vous basant sur la ligne tracée auparavant.

Prévoyez des ouvertures pour les tuyaux et les fils électriques. En plus de caler le dos des armoires, pensez à caler le pied des armoires. Coupez les cales à ras et posez les moulures de finition.



OUVERTURE À SAINT-JEAN
OMEGA cuisines
salles de bain
Projets «clé en main»
Venez visiter notre vaste salle de montre!
071676-2c40-j
418, boul. du Séminaire Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu , (450) 349-7778

Rénover pour revendre

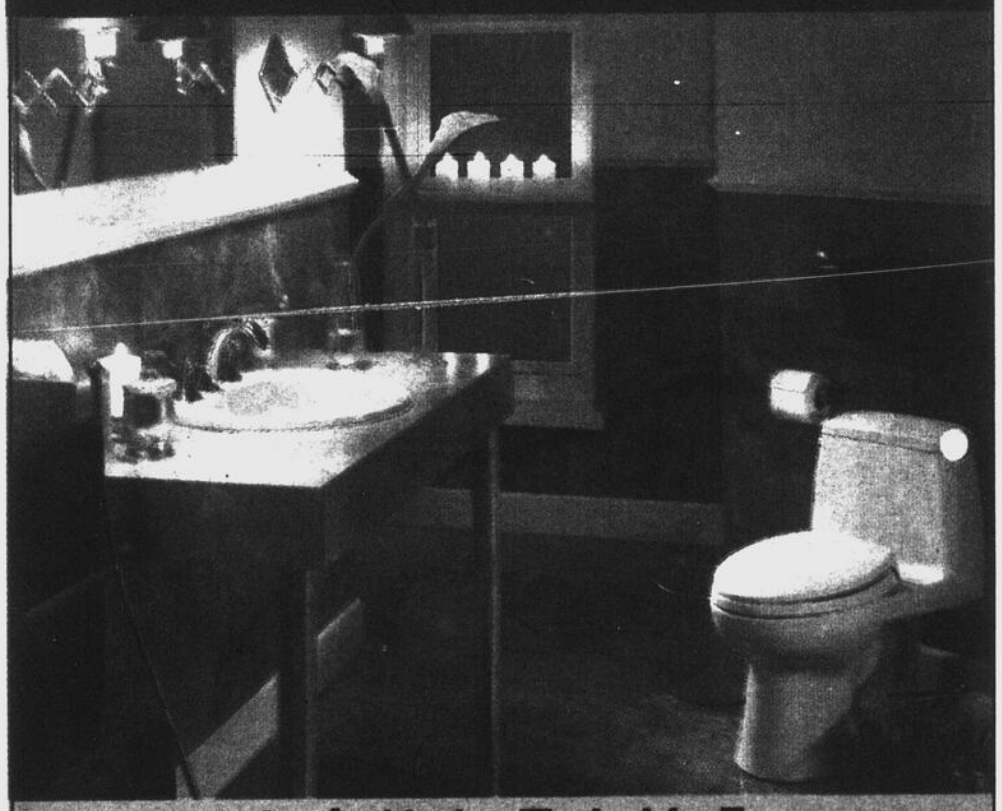
La plupart des rénovations que nous effectuons ne visent pas uniquement la revente de notre propriété. Toutefois, il est recommandé de tenir compte de cette possibilité lorsque nous arrêtons notre décision. On peut être tenté par un concept d'aménagement très personnalisé, qui ne plaira pas nécessairement à tout le monde. Sans se contraindre à suivre la mode à la trace, il est possible de trouver un compromis entre l'aspect pratique d'un aménagement répondant aux goûts des gens en général et l'aspect idéaliste d'un aménagement qui répond à notre goût particulier. On peut dire qu'un aménagement classique assurera une meilleure longévité à notre projet de rénovation. Pour rentabiliser un projet de rénovation personnalisé et dispendieux, il faudra probablement penser à ne revendre qu'à long terme.

Par ailleurs, il est important de tenir compte de l'espace disponible qu'il est toujours préférable de maximiser. Donc, l'ajout d'éléments imposants, tels qu'un bain tourbillon ou une douche en coin, peut restreindre l'espace d'une salle de bains exiguë. Pour les rénovations extérieures, on s'assurera qu'elles s'intégreront harmonieusement au quartier habité. Certains secteurs offrent plus de latitude quant à la personnalisation des aménagements, alors que d'autres sont plus homogènes.

La rénovation de la salle de bains est considérée comme l'un des investissements les plus rentables pour la revente de la maison.

Certaines rénovations de peu d'envergure peuvent entraîner une meilleure valeur de revente, sans requérir d'investissement important. On pensera à de la peinture intérieure ou extérieure, un nouveau recouvrement de plancher de salle de bains, un revêtement de comptoir de cuisine, etc. Toutefois, les rénovations qui devraient être privilégiées en vue de la revente sont certainement l'aménagement de la cuisine et de la salle de bains, la réfection de la toiture, l'installation de fenêtres plus performantes, un nouveau revêtement extérieur et l'isolation.

TOTO®
Perfection by Design



L'ULTIME

BRISTOL
• Gracieuse toilette monopièce avec réservoir à profil surbaissé

PROVINCIAL
• Toilette deux pièces traditionnelle

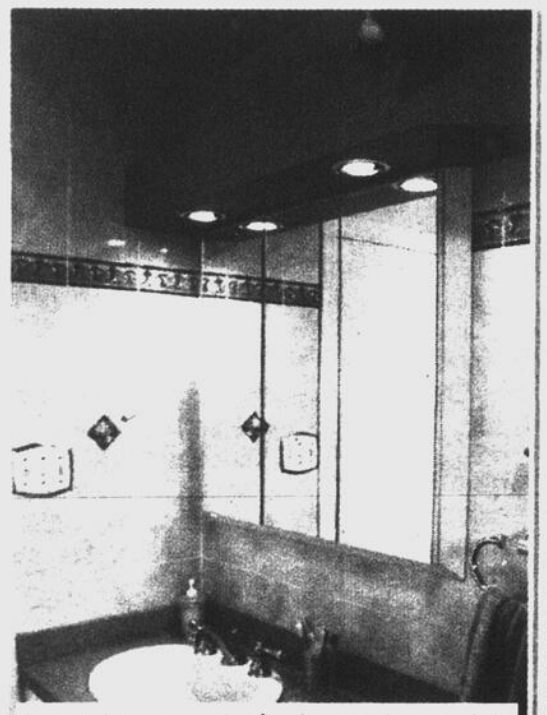
PACIFICA
• Lavabo sur colonne

SUPREME
• Lavabo sur colonne

SALLES DE BAINS ST-JEAN ENR.
485, St-Jacques, St-Jean-sur-Richelieu
(450) 347-6929

Préparer les murs à recevoir la céramique

Les carreaux de céramique représentent le matériau idéal pour recouvrir les murs de la salle de bains. Toutefois, lorsque l'on décide d'installer de nouveaux carreaux de céramique, particulièrement autour de la baignoire, il est important de s'assurer que le support sur lequel ils seront installés ne s'imprègne pas d'humidité.


La pose des carreaux de céramiques sur les murs de la salle de bains demande une préparation minutieuse.

On utilisera donc des matériaux performants résistants à l'humidité. On optera habituellement pour des panneaux de gypse hydrofuge. On peut aussi préférer des panneaux de béton léger, insensibles à l'humidité, qui offriront un résultat impeccable. Les panneaux de béton léger s'installent comme les panneaux de gypse; on doit toutefois les fixer avec des vis spéciales à têtes plus larges. On fermera les joints avec du ruban en fibre de verre et un mélange à joint formulé spécialement pour un usage en milieu humide.

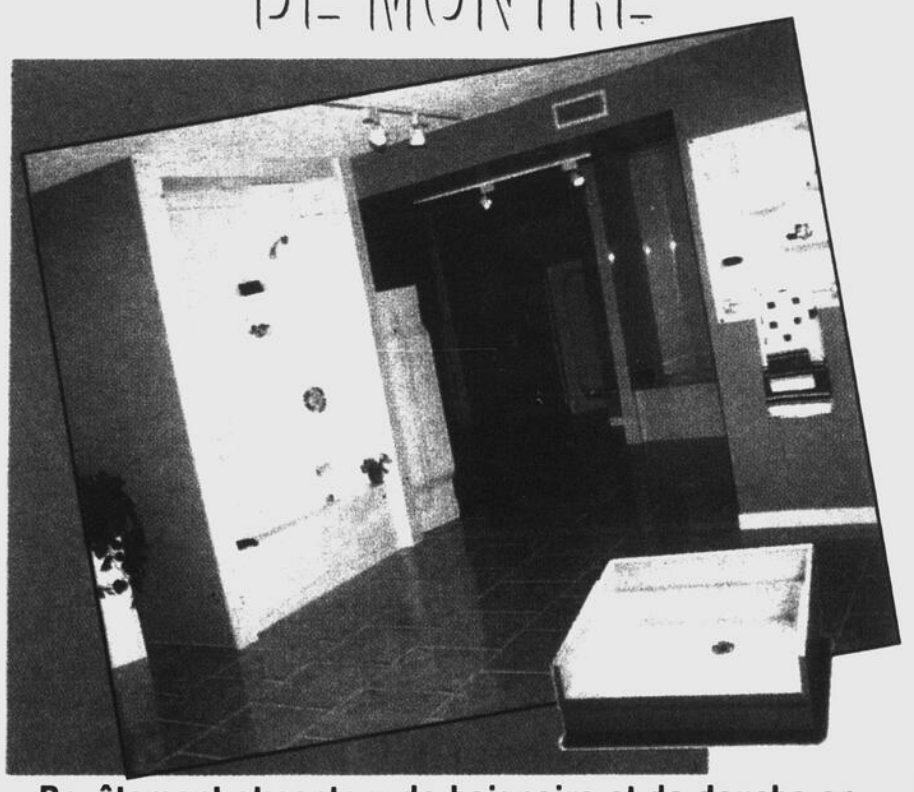
Si le mur actuel de la salle de bains est en gypse ordinaire ou en contreplaqué, on peut l'imperméabiliser avec une membrane autoadhésive. Cette précaution n'est également pas superflue avec un panneau résistant à l'humidité, car la membrane assurera une parfaite étanchéité. Pour recevoir des carreaux de céramique, on sélectionnera une membrane sablée, spécialement conçue à cet effet.

La membrane auto-adhésive n'est pas difficile à installer. À l'aide d'un rouleau ou d'un pinceau, on appliquera une couche d'apprêt intérieur sur la surface à couvrir. Lorsque l'apprêt sera séché, on posera un ruban élastomère aux endroits où les lisières de membrane se côtoieront au mur. On posera ensuite la membrane à la verticale, comme du papier peint. Il ne restera qu'à tracer des guides pour poser les carreaux de céramique d'équerre.

CÉRAMIQUES
Norbert Blain inc.
Service d'installation professionnel
TUILES . BORDURES . COMPTOIR
◆ Céramiques ◆ Porcelaines ◆ Granite
◆ Marbre ◆ Ardoise ◆ Métal
RECOMMANDÉ
416, boul. du Séminaire Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu
(450) 348-7333

Addition Confort
FOURNISSEUR INDUSTRIEL OUVERT AU PUBLIC
L'Endroit à fréquenter pour le grand ménage du printemps.
Disponible chez Canandian Tire
Faites-en l'essai et vous l'adopterez !
NOUVEAU NEW
GRIZZLY
NETTOYEUR INDUSTRIEL INDUSTRIAL CLEANER 700 ml
Efficace pour:
. Meubles de patio
. Vinyle
. Cuir
. Plastique
. Pneus d'auto à flancs blancs
. Vitres de foyer
Vous trouverez tous les produits spécialisés que vous cherchez depuis longtemps.
Addition Confort
(450) 346-3575
Sans frais : 1-866-346-3575
700, rue Saint-Jacques
Saint-Jean-sur-Richelieu
071641-2c40-y

VENEZ VOIR NOTRE SALLE DE MONTRE



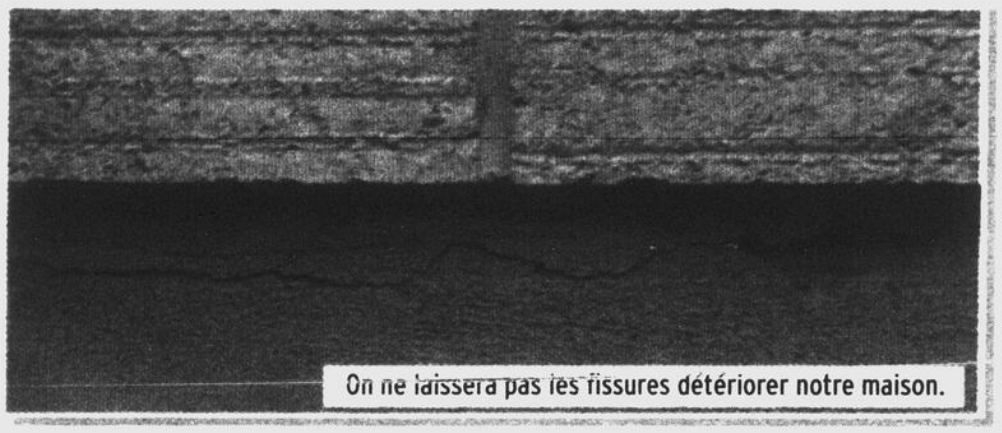
Revêtement et contour de baignoire et de douche en acrylique fabriqué sur mesure
Estimation gratuite
(450) 347-7687
1-800-463-7687
86, Route 104, Saint-Grégoire
BAIN MAGIQUE
075204-2c40-j

Les fissures à calfeutrer

Une fissure est toujours susceptible d'agrandir. Il faut donc réparer trous et fissures dès que possible. Les fissures laissent pénétrer le froid et augmentent les frais de chauffage. Elles laissent aussi pénétrer l'humidité, la poussière et les insectes. On peut les retrouver autour des portes et des fenêtres, entre le cadre des fenêtres et portes et la charpente de la maison, dans le parement de la maison et à la jointure dans les angles, à la jointure du parement et de la maçonnerie, sur la surface des boiseries et de l'avant-toit, à la partie inférieure des gouttières le long du joint avec le mur, au niveau des joints entre les escaliers, les porches et la maison, et sur les murs de la cave.

S'il y a un vieux produit de calfeutrage, il faut l'enlever et nettoyer l'endroit avec un chiffon imbibé de dissolvant, avant de mettre du produit de calfeutrage neuf. Pour réparer des joints, on utilise habituellement du calfeutrant en cordon que l'on déroule et que l'on fait pénétrer dans la fissure avec les doigts. Si les fissures ou les espaces sont importants, comme les interstices dans le parement et dans les angles, on utilisera du mastic en paquet que l'on fera pénétrer avec un couteau à mastiquer ou une petite truelle. On enlèvera l'excédent au fur et à mesure.

Dans les rainures autour des vitres de fenêtre ou de porte, on appliquera du mastic à l'aide d'un couteau à mastiquer, en appuyant fortement pour faire un bon joint d'étanchéité; on s'assurera que le mastic touche à la fois la vitre et le châssis ou le cadre, et on enlèvera l'excédent. S'il y a des trous dans le bois, on appliquera du mastic avec un couteau à mastiquer. Pour des murs en maçonnerie, on utilisera du mortier prémélangé en sac.

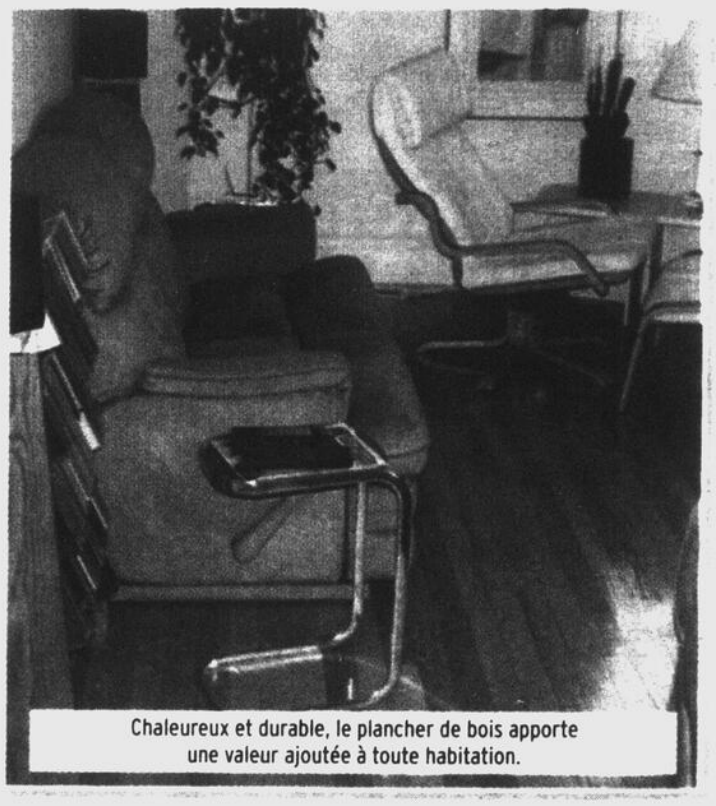

On ne laissera pas les fissures détériorer notre maison.

Quel parquet choisir?

Lorsque l'on décide d'installer un parquet en bois dans une pièce, on est souvent loin de se douter qu'un aussi vaste choix s'offre à nous. Outre le budget disponible, notre choix pourra être dicté par la dimension et la fonction de la pièce à rénover. De plus, le style et les matériaux des meubles peuvent influencer notre décision. Il faut choisir l'essence, la catégorie de bois, la largeur des lamelles, le type de produit et la finition.

Actuellement, les essences les plus populaires sont le chêne, l'érable, le merisier et le frêne. Les catégories classent le bois selon son apparence et sa qualité. La largeur des lamelles sera déterminée par l'emplacement de la pièce. Ainsi, des conditions d'humidité instable inciteront à choisir des lames plus étroites, surtout pour des essences de bois comme l'érable ou le merisier qui ont un facteur de dilatation important, afin de limiter les conséquences des variations d'humidité sur le bois.

Pour ce qui est du type de produit, le choix se diversifie au fil des ans. Le traditionnel parquet de bois franc massif est disponible sous forme de lames ou de carreaux. Le parquet contrecollé est composé d'une surface de bois franc fixée sur une base de contreplaqué; il peut être cloué sur un sous-plancher ou collé sur une surface de béton : il est moins sensible aux variations d'humidité. Le parquet flottant de bois véritable est polyvalent et facile d'installation; il peut être posé directement sur une dalle de béton, et ses panneaux sont collés les uns aux autres pour plus de solidité et de stabilité. Composé de mélamine, de panneaux de fibre à moyenne ou haute densité, de résine et d'une couche de protection, le plancher flottant stratifié est très résistant aux assauts et peut prendre l'apparence du bois, de la pierre ou du marbre. On peut choisir entre un parquet verni en usine pour sa résistance, préciré pour son aspect vieillot ou teint pour une couleur particulière.


Chaleureux et durable, le plancher de bois apporte une valeur ajoutée à toute habitation.

LES ALUMINIUMS WILLIAMS INC.
Tél. : (450) 346-7788
Paget : (514) 801-8499
Sans frais : 1-877-372-9940
M. Normand Guertin, représentant
Rehaussez la valeur de votre demeure...
• Balcons
• Rampes
• Colonnes
• Escaliers
• Treillis
• Valences
• Décorations architecturales
• Gazebo avec moustiquaires
RBQ : 2629-2110-62

ÉBÉNISTERIE AGR design inc
RÉSIDENTIEL – COMMERCIAL
Spécialités
Meuble de cinéma maison
Manteau de foyer
Armoire de cuisine et de salle de bains
Qualité et service assurés
Meubles recouverts de haut de gamme
83, rue Richelieu
Saint-Jean-sur-Richelieu
358-2833

Nouveau à Saint-Jean-sur-Richelieu
Couillard Couvre-Planchers enr.
Hélène propr.
Francine propr. 30 ans d'expérience
Céramique murs et planchers
Bois franc
• Prélart
• Tapis
• Planchers flottants
En inventaire
(450) 357-0001
697, rue Saint-Jacques, Saint-Jean-sur-Richelieu

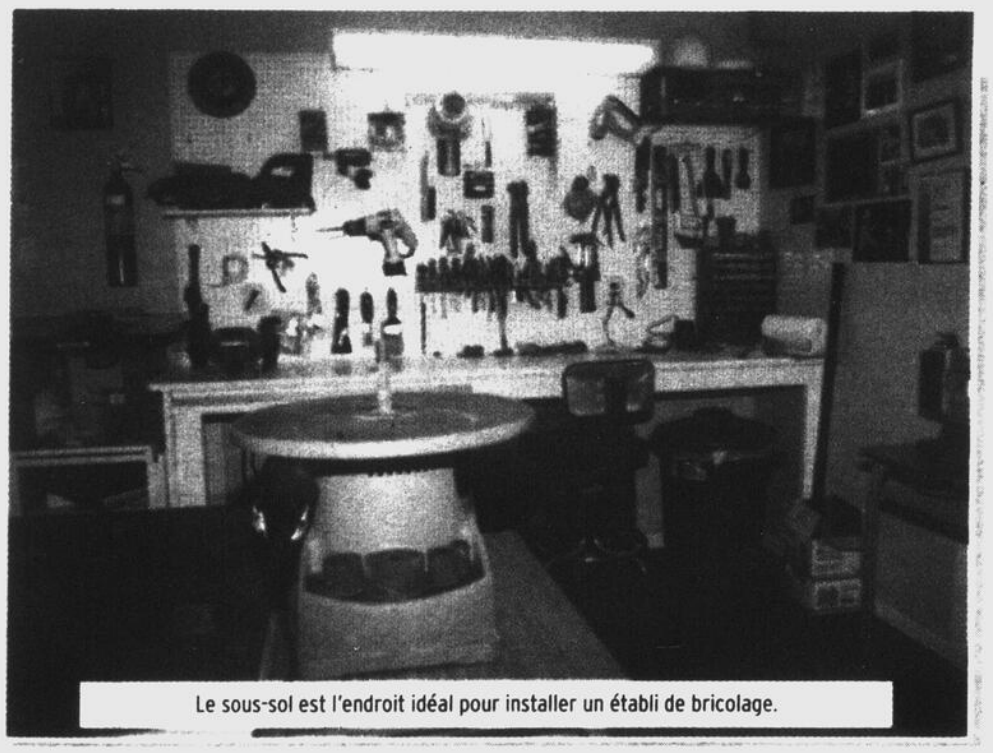
Aménagez votre sous-sol

Si vous avez décidé d'aménager votre sous-sol pour en faire une chambre, un établi, un salon, une salle de jeu ou toute autre pièce, assurez-vous que la capacité de votre système de chauffage et de ventilation sera suffisante pour desservir adéquatement les nouveaux locaux. Si vous prévoyez un espace pour le bricolage ou l'entreposage de matières toxiques, installez une bouche d'évacuation directe à l'air libre.

Si le plancher est en ciment, commencez par la finition avec des planches en bois et du contreplaqué. Avant de recouvrir le plancher de tapis, de parqueterie ou de céramique, attendez que les murs soient isolés et décorés. Si les murs du sous-sol ne sont pas finis, mettez un bon isolant et du gypse avant de procéder à l'érection des murs de division.

Planifiez la disposition des pièces que vous désirez aménager au sous-sol, sans oublier que les chambres doivent obligatoirement comporter une sortie de secours, soit une fenêtre ou une porte s'ouvrant sur l'extérieur. Pensez d'ailleurs à tenir compte de l'emplacement des fenêtres pour planifier l'aménagement. Considérez les meubles qui prendront place dans chaque pièce pour déterminer l'emplacement des différents espaces et ériger les cloisons intérieures.

C'est le moment d'installer le caisson du foyer, s'il y a lieu, et les portes. Pour le plafond, vous pouvez choisir de dissimuler les poutres, les conduits, les éléments mécaniques et électriques et de faire un plafond uniforme. Vous pouvez aussi former des boîtiers autour des éléments et mettre en valeur les protubérances à l'aide de différents matériaux ou de peinture.


Le sous-sol est l'endroit idéal pour installer un établi de bricolage.

Un petit coup de pinceau!

Lorsque le beau temps vous donne le goût de rénover, les travaux de peinture s'inscrivent au premier plan pour redonner un coup de vigueur à vos décors, à peu de frais. Pour que le résultat soit satisfaisant, un minimum de préparation est indispensable. Il faut effectuer un bon nettoyage et dégraissage des surfaces à peindre, et sabler les surfaces lustrées.

Il est important de choisir les outils appropriés pour effectuer vos travaux de peinture.

Vous pouvez opter pour une peinture au latex non-toxique, pour son séchage rapide et sa facilité de nettoyage des pinceaux et des rouleaux, ou encore pour une peinture à l'alkyde qui exige une aération adéquate des lieux, pour son fini plus lisse et sa facilité d'entretien.

Appliquez un apprêt en fonction du type de peinture choisi. Pour recevoir de la peinture au latex, une surface neuve requerra un apprêt au latex. Sur une surface déjà peinte avec un produit à base de solvant, il faudra sabler et appliquer un apprêt à base de solvant qui peut recevoir les deux types de peinture. À l'aide d'un ruban à masquer, protégez les surfaces qui risquent d'être peinturées par mégarde. Puis, passez à l'étape du découpage au pinceau en suivant les angles et le tour des cadres de portes et de fenêtres.

Couvrez les grandes surfaces avec un rouleau, en travaillant par sections d'environ un mètre carré en utilisant la technique du W pour le plafond et du M pour les murs. Remplissez les surfaces non peintes sans relever le rouleau, puis faites des finitions parallèles en relevant le rouleau à chacune. Reliez les sections de façon homogène. Utilisez un pinceau pour peinturer les boiseries, les cadres de porte et de fenêtres, et les plinthes.

PORTES ET FENÊTRES coup D'oeil
Téléphone bureau : (450) 347-9777
VISA ACCEPTÉE
672, 1RE RUE, IBERVILLE
Face au restaurant Les Glaces
Vente – Installation – Revêtement
par le propriétaire
Conseiller de 25 ans d'expérience
Portes d'entrée ou de garage, Porte patio • Fenêtres
Revêtement extérieur Aluminium • PVC
Spécial 549$
Installée avec une poignée ordinaire et «lock»
Plan de financement 6 mois sans intérêt
071814-2x40-jm

La Solution Couvre-plancher Décoration
DÉCOR ST-LUC
DESIGNERS DIPLÔMÉS
TAPIS, PRÉLART, CÉRAMIQUE, BOIS LAMINÉS
STORES, DRAPERIES, PAPIER PEINT, PEINTURE SICO
Plan de coloration
Service de crédit
PEINTURE EXPRESSION au latex
Mat à plafond 16,99$
Fini platine (blanc) 20,99$
Stores verticaux et horizontaux -50% du prix suggéré «Hunter» «Levolor»
Couvre-lits -25% du prix suggéré
348-8852
48, rue Moreau, Saint-Luc
072684-2x40-jm

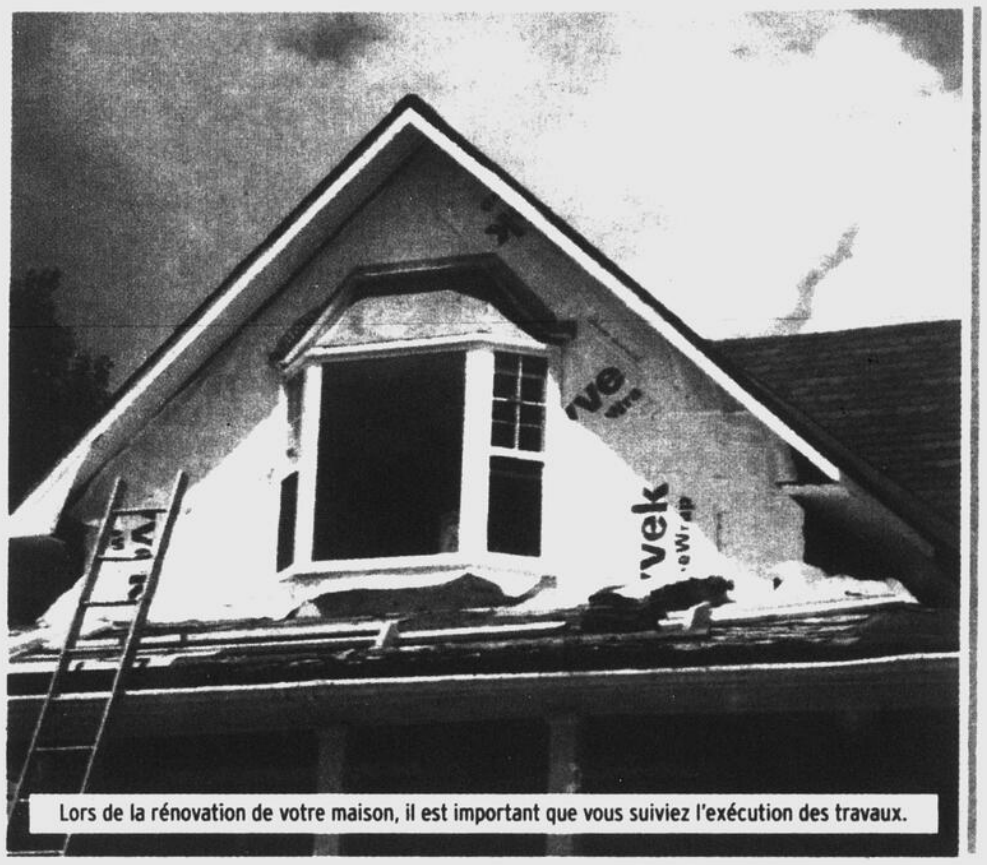
Des rénovations bien pensées

Des rénovations rentables se feront si vous mettez l'accent sur les aspects pratiques plutôt que sur le tape-à-l'oeil. Vous devez, avant tout, mettre à profit les qualités de votre maison. Un professionnel en architecture vérifiera la faisabilité technique et les normes relatives au projet, si vous prévoyez faire des rénovations importantes. Ce professionnel préparera aussi les plans et devis qui sont des éléments indispensables pour réaliser la gestion efficace des travaux. Ils sont le point de départ et la base de la planification de votre projet. En confiant les plans et devis à un professionnel, vous aurez la garantie d'un travail précis et conforme aux normes en vigueurs.

Le choix des entrepreneurs ne doit pas se faire à la légère; il aura en effet un impact sur le déroulement des travaux. Dressez la liste des travaux nécessitant un entrepreneur ou confiez l'ensemble à un entrepreneur général ou encore, si vous prenez en main les travaux, vous pouvez en confier certains à des entrepreneurs spécialisés. Ne choisissez que des entrepreneurs possédant une licence de la Régie du bâtiment du Québec. Il est bon de retenir environ trois entrepreneurs par type de travail.

L'appel d'offre déterminera le coût réel de vos travaux. Si l'étape des plans et devis est incomplète, vos soumissions contiendront des failles et des imprécisions qui engendreront des litiges et des coûts de travaux supplémentaires. On considère que trois soumissions par lot de matériaux ou type de travail seront nécessaires pour bien évaluer les coûts et faire un bon choix d'entrepreneur et de fournisseur. L'officialisation des mandats accordés aux entrepreneurs se fera par la signature de contrats pour chacun d'eux.

Les travaux nécessitant toujours des ajustements, il est préférable d'être présent sur le chantier pour répondre aux questions et vérifier l'exécution des travaux et la qualité des matériaux. N'autorisez pas de travaux additionnels sans avoir un prix vous convenant, vérifiez l'ensemble des factures et suivez et corrigez votre budget au fur et à mesure.


Lors de la rénovation de votre maison, il est important que vous suiviez l'exécution des travaux.

Meubles sobres et décors yeux

Cette année, les meubles de la chambre d'enfant sont sobres et polyvalents. Comme l'enfant évolue rapidement, on privilégiera un mobilier classique. Dès que l'enfant quitte la couchette, on pourra lui procurer un lit double plutôt qu'un lit simple; il sera déjà approprié pour l'adolescence. Il y a aussi des couchettes qui se transforment en lit jumeau ou même double; les montants latéraux deviennent alors la tête et le pied du lit. De plus en plus de mobiliers s'emboîtent pour maximiser l'espace et le rangement. Diverses solutions se présentent pour économiser l'espace : un lit double et un lit jumeau à l'étage, un lit surélevé au-dessus de la commode et du bureau de travail.

Pour bébé, meubles de bois décorés avec un thème d'animaux.

Actuellement, la mode est au mobilier de chambre d'enfant en bois naturel, dans des teintes de miel et de caramel avec une petite nuance orangée. Durable et polyvalent, le bois s'adapte à tous les thèmes de décoration. Une tendance propose des mélanges de styles tels que le lit de métal agencé à des meubles de bois. L'ordinateur a contribué à la polyvalence des ameublements et à l'ajout de nombreux meubles d'appoint.

La décoration domine avec des couleurs vives et des thèmes imaginatifs. Dans la chambre du poupon et dans la chambre d'enfant, les couleurs vives sont à l'honneur. On assiste au retour du rose bonbon et du mauve, et à la mise en vedette des couleurs vives telles que bleu, jaune et rouge. La literie se couvre de grosses fleurs aux couleurs éclatantes, et les accessoires emboîtent le pas. Dans les chambres des garçons, des imprimés grand format aux couleurs vives s'imposent.

Il est de mise, cette année, de concevoir la chambre d'enfant à partir d'un thème qui laisse place à l'imagination, tel que bateaux, fleurs, oursons, poupées, insectes, astres, princesse ou encore le très populaire Harry Potter.

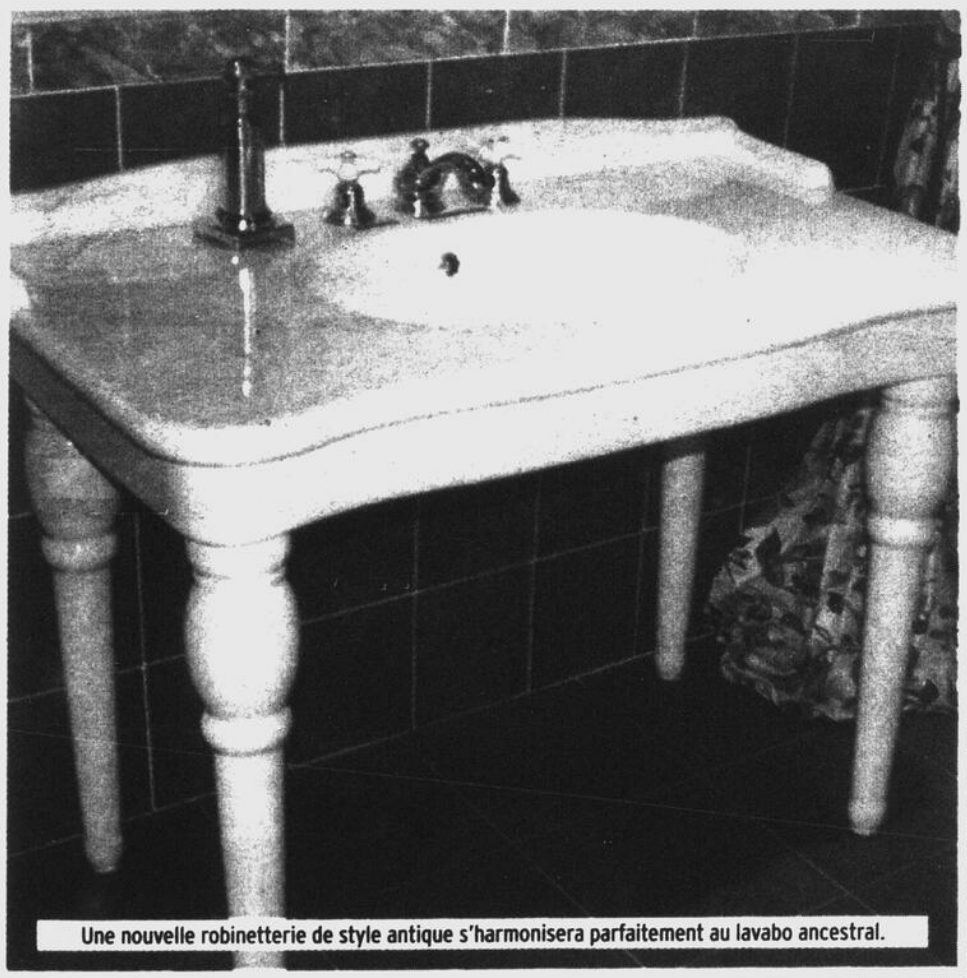
Une nouvelle robinetterie

Changer la robinetterie de la cuisine ou de la salle de bains améliore toujours l'apparence de la pièce et lui confère un air de jeunesse. Si certaines rénovations plus importantes, telles que changer les armoires, le comptoir ou l'évier, peuvent sembler plus évidentes, une nouvelle robinetterie apportera un charme discret de bon ton.

Actuellement, c'est l'acier inoxydable traditionnel ou dépoli qui est en vogue pour la robinetterie. Ils reviennent en force avec un look plus stylisé, des modèles plus luxueux et une ergonomie mieux pensée. Le consommateur moderne recherche une robinetterie fonctionnelle, silencieuse et élégante. On remarque la popularité croissante des modèles intégrant le robinet, la douche et la pompe à savon.

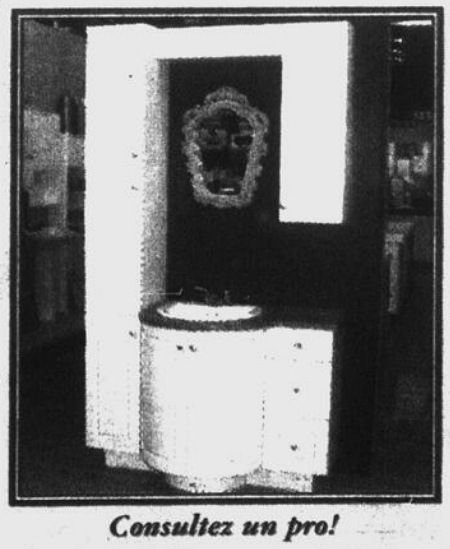
Quelle que soit la robinetterie choisie, il est important de considérer la longévité de son apparence au fil des ans. Il ne faut pas oublier que les robinets subissent de nombreuses manipulations chaque jour. On optera donc pour un produit qui conservera toute sa beauté au fil des ans.

Pour installer une nouvelle robinetterie de cuisine, on doit penser à fermer l'eau sous l'évier en tournant les valves d'arrêt d'eau. On dévissera ensuite les écrous qui joignent les tuyaux d'alimentation en eau aux robinets et aux valves d'arrêt, et ceux qui maintiennent le robinet à l'évier. On enlèvera le mastic ou la silicone et on nettoiera convenablement. Pour assurer une bonne étanchéité, on mettra du mastic à plombier ou de la silicone entre la base du nouveau robinet et l'évier. On utilisera les écrous fournis par le manufacturier pour fixer le robinet à l'évier. Finalement, on vissera les écrous qui joignent les tuyaux d'alimentation en eau aux robinets et aux valves d'arrêt.



Une nouvelle robinetterie de style antique s'harmonisera parfaitement au lavabo ancestral.

PRO DécoHabitat
Nouveauté
CHOIX DE MODÈLES ET GRANDEURS
DISPONIBLE EN MAGASIN
- Armoires de cuisine
- Armoires de salle de bains
- Accessoires de robinetterie
- Accessoires de décoration



Consultez un pro!
071643-1640-y
CENTRE DE RÉNOVATION LANDRY ET ASSOCIÉS INC.
835, rue Saint-Jacques, Saint-Jean-sur-Richelieu (450) 358-2555

Centre du foyer SEARS
ENTRETIEN DE TAPIS ET DE MEUBLES REMBOURRÉS
Super spécial sur tapis
4 pièces et 1 passage
Seulement 94$
Rabais de 26$
10$ de rabais sur 120$ et plus
Entretien de tapis et de meubles rembourrés SEARS MD Carpet & Upholstery Cleaning
Super spécial Seulement 81$
Canapé et fauteuil
Rabais de 10$
Offre valable sur présentation de ce coupon.
(450) 346-1731
1-888-222-4046
075209-2c40-jl

Respirez le confort LENNOX

Renseignez-vous sur nos
THERMOPOMPES
LENNOX

La climatisation et le chauffage au bout des doigts

Dave Lennox
Reconnue pour sa qualité depuis 1895

Plomberie Carillon inc.
485, rue Saint-Jacques
Saint-Jean-sur-Richelieu
347-0388 - 347-0389
EN AFFAIRES DEPUIS 1957
072588-2c40-l

Satisfaction Plaisir Amusement

C'est ce que vous promet le SPA. Vous prenez place dans votre propre SPA calmant, l'eau chaude bouillonnante vous caressant de la tête aux pieds. Vous êtes dans votre cour, veillant à la belle étoile ou sous un soleil agréable. La vie est belle! Que ce soit pour l'hydrothérapie, la détente en famille, ou un luxe personnel en bonne compagnie, le SPA vous offre l'occasion de jouir d'un plaisir incomparable. Après une journée longue et difficile, laissez votre stress se dissiper dans votre SPA.

On trouve actuellement sur le marché un SPA qui présente des caractéristiques fort intéressantes. En effet, si vous voulez vous détendre, vous n'avez pas besoin d'attendre, car le Softub est toujours prêt, à la température désirée, 24 heures sur 24. Vous n'avez qu'à enlever le couvert thermique et vous immerger dans l'eau chaude bouillonnante. Les jets d'eau sont activés au toucher du doigt, et soulagent vos muscles fatigués et tendus. Pour plus de confort, des jets thérapeutiques facultatifs sont disponibles.

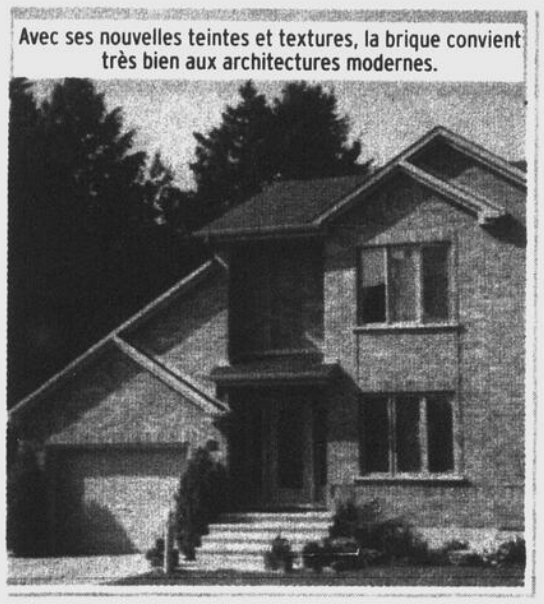
Il est doux et très confortable, car il n'y a aucune surface de plastique dure. Le Softub est ample, et il est facile d'y prendre place; il permet donc la détente maximale, quelle que soit la position du corps. Très léger (seulement 23 kg), le Softub s'installe à peu près n'importe où en quelques minutes. Il est tellement facile à transporter qu'une personne seule peut le rouler dans l'escalier pour le rentrer à l'intérieur. Il est également extrêmement sécuritaire. Ses surfaces intérieure et extérieure capitonnées et antidérapantes assurent le confort et la sécurité de toute la famille. Toutes les composantes du Softub sont couvertes d'un vinyle de calibre marine. Grâce à la résistance et à la durabilité supérieure de ce vinyle, le Softub peut être installé à l'extérieur, beau temps, mauvais temps.

Disponible en modèles de deux, quatre et six places, et en vingt différentes couleurs, le Softub vous fait plonger dans le plaisir à l'état pur.

Pour obtenir de l'information sur un détaillant, composez le 1-800-668-TUBS.

Les avantages de la brique

La brique est un revêtement extérieur qui se démarque par son esthétique, son confort et son insonorisation, sans parler de ses avantages sur le plan économique. En plus de conférer un cachet distinctif et remarqué, la brique contribue au confort des occupants de la maison en améliorant l'isolation thermique. Elle procure également une meilleure insonorisation de la maison en raison de ses propriétés physiques.

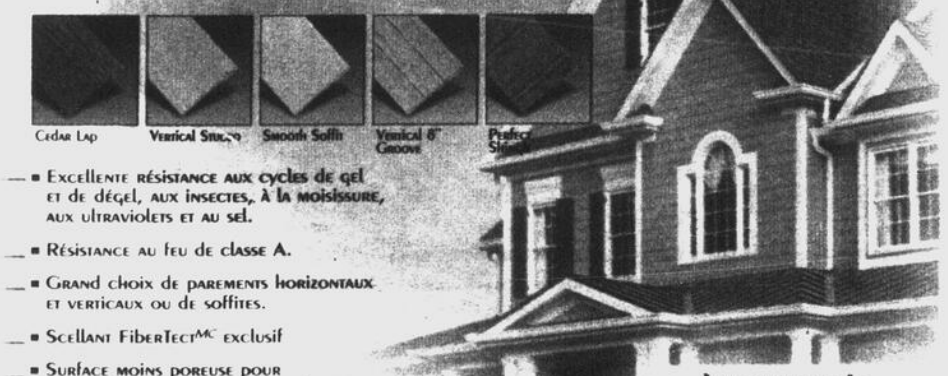

Avec ses nouvelles teintes et textures, la brique convient très bien aux architectures modernes.

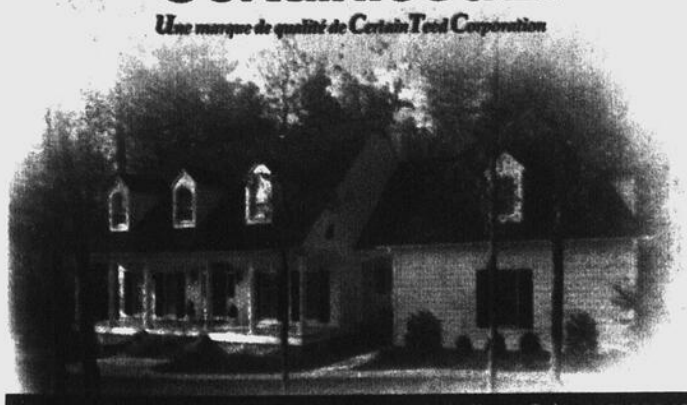
La brique est un matériau qui ne subit ni corrosion, ni égratignures, ni bosselures. Elle résiste à la pluie, au vent, aux chocs, aux charges et aux écarts thermiques. De plus, lorsqu'elle est posée de façon professionnelle, la brique ne requiert aucun entretien ni réparation.

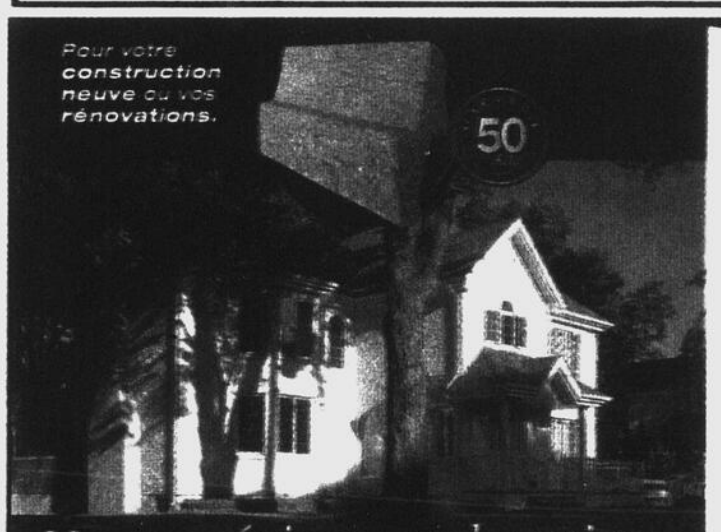
Étant incombustible, la brique offre une protection accrue contre le feu. Lorsqu'elle est exposée au feu, elle ne dégage aucun gaz toxique et ne subit aucun effondrement. En cas d'incendie, elle prolonge donc le temps d'évacuation nécessaire aux occupants, ce qui contribue à minimiser les pertes humaines et matérielles.

Un revêtement extérieur en briques offre durabilité et solidité. Ce matériau éprouvé depuis des millénaires est un produit fondamentalement naturel et écologique. En outre, la brique est disponible, de nos jours, dans une vaste gamme de couleurs naturelles et inaltérables, de textures, de formes et de dimensions. On trouve des produits de maçonnerie dans un large éventail de tons chauds et profonds, de teintes tendres et douces, de finis veloutés ou rugueux. La brique convient à tout genre d'architecture. Sa grande flexibilité en fait le matériau de revêtement idéal pour tout style de construction, du plus conservateur à l'ultra moderne.

RECOMMANDÉ
CAA QUÉBEC
CAA HABITATION
Pour votre
GRAND
ménage du
printemps
CYCLO VAC
À partir de
99$
ANT LES
soires
boyau
pieds.
Addition Confort
(450) 346-3575
Sans frais : 1-866-346-3575
700, rue Saint-Jacques
Saint-Jean-sur-Richelieu
MasterCard
VISA
071642-2040-h

Le sable vous rappelle la plage...
La fibre du bois rappelle l'odeur douce de la forêt.
Le ciment vous rappelle la solidité !
Que dire du parement CertainTeed? Sable, fibre de bois et ciment de Portland sont combinés au moyen d'une technologie à la fine pointe dont le résultat vous assure un parement extérieur ultradurable à l'apparence exceptionnelle.


- Excellente résistance aux cycles de gel et de dégel, aux insectes, à la moisissure, aux ultraviolets et au sel.
- Résistance au feu de classe A.
- Grand choix de parements horizontaux et verticaux ou de soffites.
- Scellant FiberTect^MC exclusif
- Surface moins poreuse pour une meilleure adhésion de la peinture.
- Garantie transférable de 50 ans.
Les parements CertainTeed
Une marque de qualité de CertainTeed Corporation
Les parements
Olympic MachineCoat^MC
Distribués par
GOODFELLOW
SPÉCIALISTES DU BOIS
Disponible chez
BMR
au centre de la rénovation

210, boul. Saint-Joseph Saint-Jean-sur-Richelieu Tél.: (450) 359-1311 Téléc.: (450) 359-1315
0711645-2c40-m

Pour votre construction neuve ou vos rénovations.


Un matériau authentique
UNE CONSTRUCTION DE VALEUR À PRIX ABORDABLE
Résistance aux impacts et aux intempéries
Durabilité
Insonorisation
Rigidité structurale
Aucun entretien
TECHNOLOGIE ÉPROUVÉE DEPUIS 5 ans
Nova brik
BRIQUE SANS MORTIER
Choix de couleurs
Champagne 265-20
Fusain 265-22
Blanc 265-B
Sable 265-14
Beige 265-25
Gris bleu 265-26
Gris acier 265-33
Gris pâle 265-38
Vert mousse 265-65
Terre de feu 265-79
Brun colonial 263-87
Disponible chez :
Tél.: (450) 359-1311
Téléc.: (450) 359-1315
210, boul. Saint-Joseph
Saint-Jean-sur-Richelieu
BMR
au centre de la rénovation

MATÉRIAUX À BAS PRIX MD

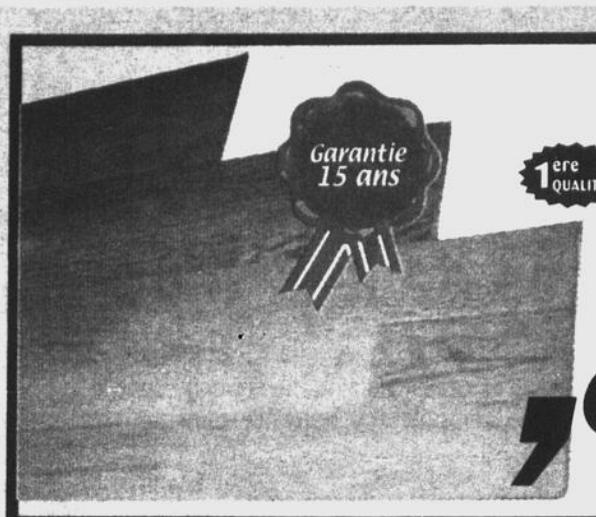
Pour rénover sans vous ruiner! MD

5 mois pour payer

sans intérêt
ou
FINANCEMENT accord D Desjardins

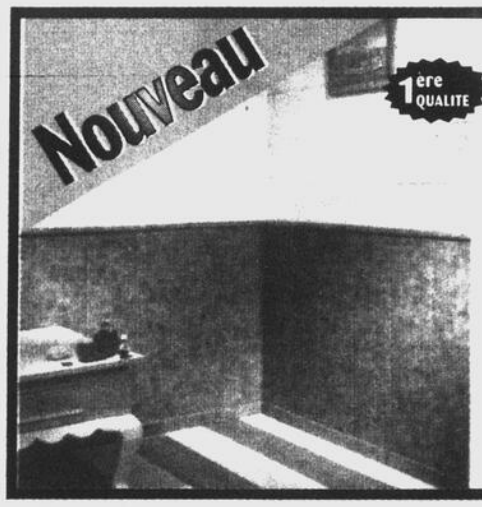
5% d'escompte

S'applique sur vos achats de 1000$ et plus, sur approbation du crédit



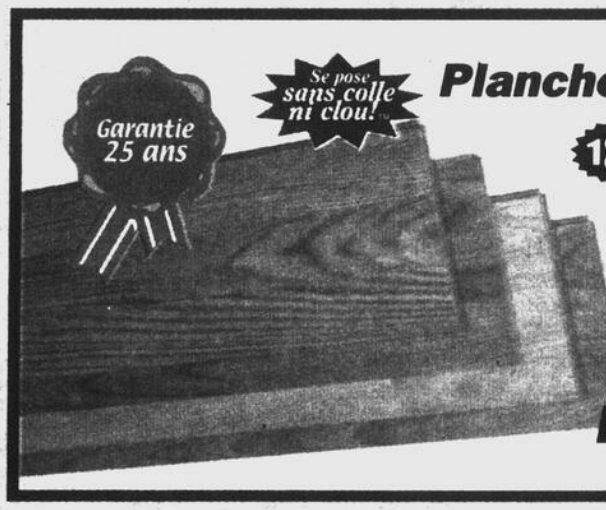
Plancher flottant
HDF laminé 6mm
1ère QUALITÉ
Chêne - Érable - Hêtre
,89 $/pi ca.

Dalles flottantes
HDF style céramique
1ère QUALITÉ
15¼"X15¼"po
8/paquet=12.94pi
2.19 $/pi



1ère QUALITÉ

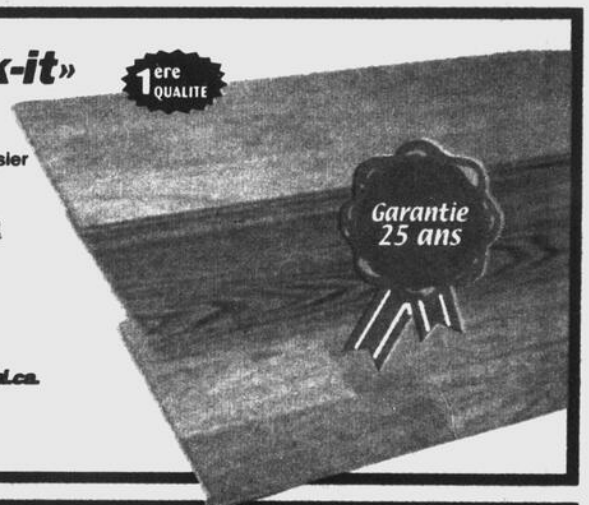
Lambris mural
HDF Laminé 7.5mm
Chêne
Hêtre
Pommier
Pommier naturel
Jaune
Rouge
Pêche
Roydécor
1.19 $/pi.ca.



Plancher «Snap-Lock»
HDF Laminé 7mm
1ère QUALITÉ
Chêne - Érable - Hêtre - Cerisier
1.29 $/pi.ca.

Sous-plancher
En mousse
Couvre 196pi. ca.
13.89
1ère QUALITÉ

Plancher «Lock-it»
HDF Laminé 8mm - 45g
1ère QUALITÉ
Chêne Sélect - Érable Président - Cerisier
Se pose sans colle ni clou!
Allegria
1.85 $/pi.ca.



Ensemble d'installation

1ère QUALITÉ
1 bloc
25 espaceurs
7.89

Nettoyeur pour plancher

Bouteille 1 litre
Idéal pour plancher flottant ou bois franc
Parfum frais
1ère QUALITÉ
8.79

Plancher flottant HDF D·CLIC·25™
Laminé 7.8mm
Érable naturel
Érable gris
Hêtre naturel
Chêne naturel
Chêne vieille planche
Se pose sans colle ni clou!
1ère QUALITÉ
1.59 $/pi.ca.

www.materiauxabasprix.ca

Important: Les prix annoncés sont en argent comptant, un escompte de 2% est déjà inclus. Prix excluant la TPS et la TVQ. Aucun retour de marchandise, aucun échange, aucun remboursement. **Valide jusqu'au 16 mars 2002** ou jusqu'à épuisement des stocks. Certains matériaux imparfaits peuvent ne pas être disponibles dans certaines succursales. En raison de la fluctuation du marché, les prix peuvent varier sans préavis. L'acheteur doit s'assurer que les matériaux conviennent à l'usage auquel il les destine avant d'effectuer son achat. Nos matériaux imparfaits sont vendus «tels quels», sans garantie du vendeur et/ou du manufacturier. Sur nos produits spécifiés «1ère qualité», la garantie habituelle du manufacturier s'applique.

St-Jean-sur-Richelieu

222 Croisetière Nord, mun. St-Athanase

(450) 346-6600

071412-2c40-m

C'est bien r avec du SIROP!

çoit les enfants
du
vendredi

ÉRABLIÈRE
BEAU-SITE
chemin Sous-Bois
St-Grégoire J0J 1K0
450-460-4141

ars au 21 avril
u-site.ca

SPÉCIAL FAMILLE
IT enfants moins de
pagnés d'un adulte.
nt par adulte)
tir de 16 h
able à Pâques

sucrer le bec!
S LES JOURS
AU 28 AVRIL 2002
SOUPER
chaleureuse
servi à votre table à
desserts)

iveau sentier)
manche
enfants le dimanche après-midi

luits d'érable

Venez goûter la différence ! Chez nous vous n'attendez pas !

Salle de réception
disponible à l'année
Repas traditionnel
Ambiance familiale
Randonnée en carriole
Musique - Danse

Érablière
Raymond
Meunier & Fils

OUVERTURE LE DIMANCHE
3 MARS 2002

PRIX SAISON 2002

	Sur semaine	Fins de semaine
Adultes	10$	12$
Groupe l'âge d'or	9$	
Samedi soir		14$ adultes

Taxes incluses
www.meunier.qc.ca

325, Rang des 54, Richelieu
(450) 347-0757
Près du chemin des Patriotes à Iberville

30 ANS D'EXCELLENCE
1973 - 2002

cabaneasucre.com

SAISON 2002
du 1er mars
au 28 avril

PARC D'ANIMAUX
BOUTIQUE « LA SUCRERIE »

À VOTRE CHOIX ! AU MÊME PRIX !
REPAS TRADITIONNEL (avec service)
OU BUFFET-DESSERTS (12 desserts)

SUPER DANSE
Tous les VENDREDIS
et SAMEDIS SOIRS
durant la saison
des sucres

CKOI 96,9 FM
VENDREDI
15 MARS
6h à 9h

ÉRABLIÈRE
AU SOUS-BOIS

764 Chemin du Sous-Bois, Mont-St-Grégoire
(450) 460-4069 / (450) 460-2269

Érablière St-Valentin
Saison des Sucres

OUVERT TOUS LES JOURS
DU 3 MARS AU 28 AVRIL 2002

- Prix de groupe
- Âge d'or 10$
- Enfants de 6 à 12 ans 5$

Taxes incluses

(450) 291-3414
Téléc.: (450) 291-4403

74e Avenue (par la route 223)
ou 3e Ligne (par la route 221)

DENIS CHARBONNEAU

- OUVERTURE DE L'ÉRABLIÈRE LE DIMANCHE 3 MARS
- Déjeuners les samedis et dimanches aux crêpes Bretonnes et repas de cabane à sucre

Profitez-en pour venir chercher vos pommes !

347-9184
575, Rang de la Montagne, Mont Saint-Grégoire

074181-2c40-hj

NATURE À CONSERVER

La conservation des milieux naturels dans le sud du Québec, un défi pour chacun de nous

NDLR Au cours des prochaines semaines, Le Canada Français publiera une chronique rédigée par CIME Haut-Richelieu portant sur la conservation des milieux naturels dans le sud du Québec. L'organisme y présentera notamment les diverses possibilités qui s'offrent aux propriétaires de bois privés pour assurer la conservation du patrimoine naturel sur leur terre.

La pruche se dresse juste devant moi, en plein cœur de la forêt. Je me sens tellement petite à côté de ce géant, mais en même temps, je me sens aussi responsable de son avenir. C'est à l'ombre de cette pruche vieille de 200 ans que je me mets à réfléchir.

Que de changements depuis que cet aïeul a vu le jour. Çà et là, plus que quelques rares boisés témoignent des grandes forêts qui couvraient la plaine du Richelieu. La disparition de toutes ces forêts a considérablement transformé le paysage et l'équilibre écologique de la région. Le défrichage pour des fins agricoles ou urbaines, la fragmentation des forêts et la destruction de milieux humides ont causé et causent encore la disparition d'habitats essentiels pour de nombreuses espèces d'animaux et de plantes. Déjà plusieurs ont disparu de la région, tandis que d'autres sont menacées.

La conservation des habitats des espèces en péril et des milieux naturels est particulièrement complexe dans le sud du Québec. C'est que la plupart des terres y sont privées. Sur ces terres privées, on privilégie de plus en plus la conservation volontaire par les propriétaires. On parle ici d'intendance privée. Mais qu'est-ce que l'intendance privée? C'est un engagement de la part d'un propriétaire à conserver le patrimoine naturel de sa propriété. Pour réaliser cet engagement, un propriétaire peut choisir parmi différentes options de conservation, certaines étant de nature légale, d'autres non.

Voici quelques exemples d'option qui s'offrent à un propriétaire privé:

1. Un propriétaire peut décider de vendre ou même de donner son terrain ou une partie de son terrain à un organisme de conservation, une municipalité ou à l'État.

2- Un propriétaire peut signer une entente de conservation comme une servitude, ou une entente de gestion avec un organisme de conservation.

3- Un propriétaire peut faire une demande de statut de Réserve naturelle au ministère de l'Environnement du Québec en vertu de la Loi sur les réserves naturelles en milieu privé, selon certains critères et conditions.

4- Un propriétaire peut simplement s'engager moralement à conserver sa propriété. Il signe alors une lettre d'intention avec un organisme de conservation. Le propriétaire démontre tout simplement de sa bonne foi envers des objectifs de conservation.

Il est important de mentionner qu'en matière d'intendance privée, il existe des mesures pouvant procurer aux propriétaires certains avantages fiscaux. Ces avantages se rattachent plus particulièrement au don de terrain ou de servitude fait à des fins écologiques.

Dans cette approche de conservation volontaire, les organismes de conservation sont appelés à jouer plusieurs rôles. D'abord, ils peuvent sensibiliser les propriétaires à la valeur écologique de leur terrain, les informer en ce qui a trait aux options de conservation et les supporter dans leurs démarches. De plus, ces organismes peuvent acquérir des propriétés (vente ou don), signer des ententes de conservation avec des propriétaires ou devenir gestionnaires de sites.

En tant que propriétaire, vous pouvez participer à la conservation d'un milieu naturel. Vous pouvez bien sûr veiller à ce que les activités que vous exercez sur votre propriété soient faites dans un esprit de développement durable. Mais vous pouvez également aller plus loin en vous engageant dans une démarche de conservation.

Peut-être avez-vous, vous aussi sur votre terrain, une pruche de 200 ans, une plante rare, un étang où se reproduisent grenouilles et autres amphibiens ou encore un arbre convoité par la buse à épaulettes. Ne sommes-nous pas responsables de leur avenir?

Dans les prochains articles, nous reviendrons plus en détail sur certaines options de conservation. Nous traiterons également de la nature et du rôle des organismes de conservation

Par : Michelle Durand et Renée Gagnon, CIME Haut-Richelieu

CIME Haut-Richelieu est un organisme à but non lucratif créé en 1981 dans le but de préserver et de mettre en valeur les richesses écologiques et biologiques du mont Saint-Grégoire et d'autres sites naturels du Haut-Richelieu.

Pour information : 450-346-0406

La rédaction de cette série d'articles a été supportée par le Programme d'intendance de l'habitat des espèces en péril du gouvernement du Canada ■

Une très belle conférence

C'est devant une salle comble que Gilles Robineault a présenté sa conférence intitulée «Sur les chemins de Compostelle», le 27 février dernier à la bibliothèque de L'Acadie. Excellent communicateur, muni par surcroît de très belles diapositives illustrant ses propos, M. Robineault a grandement intéressé les quelque 50 personnes présentes avec le récit de ses voyages à pied à travers la France et l'Espagne à destination de Compostelle, un périple accompli par des milliers de pèlerins depuis le Moyen Âge. Le conférencier a même donné à plusieurs de ses auditeurs le goût d'entreprendre un tel voyage, souligne une des responsables de la bibliothèque. ■

Endiablés, Mes Aïeux!

Un peu plus de 200 personnes ont assisté au spectacle du groupe «Mes Aïeux» le vendredi 2 mars dernier au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean. Un spectacle des plus enlevants, nous dit un des responsables de la SPEC, une prestation endiablée - le mot est tout ce qu'il y a d'approprié semble-t-il - que plusieurs souhaitent déjà avoir l'occasion de revoir et de réentendre. ■

LES DROGUES

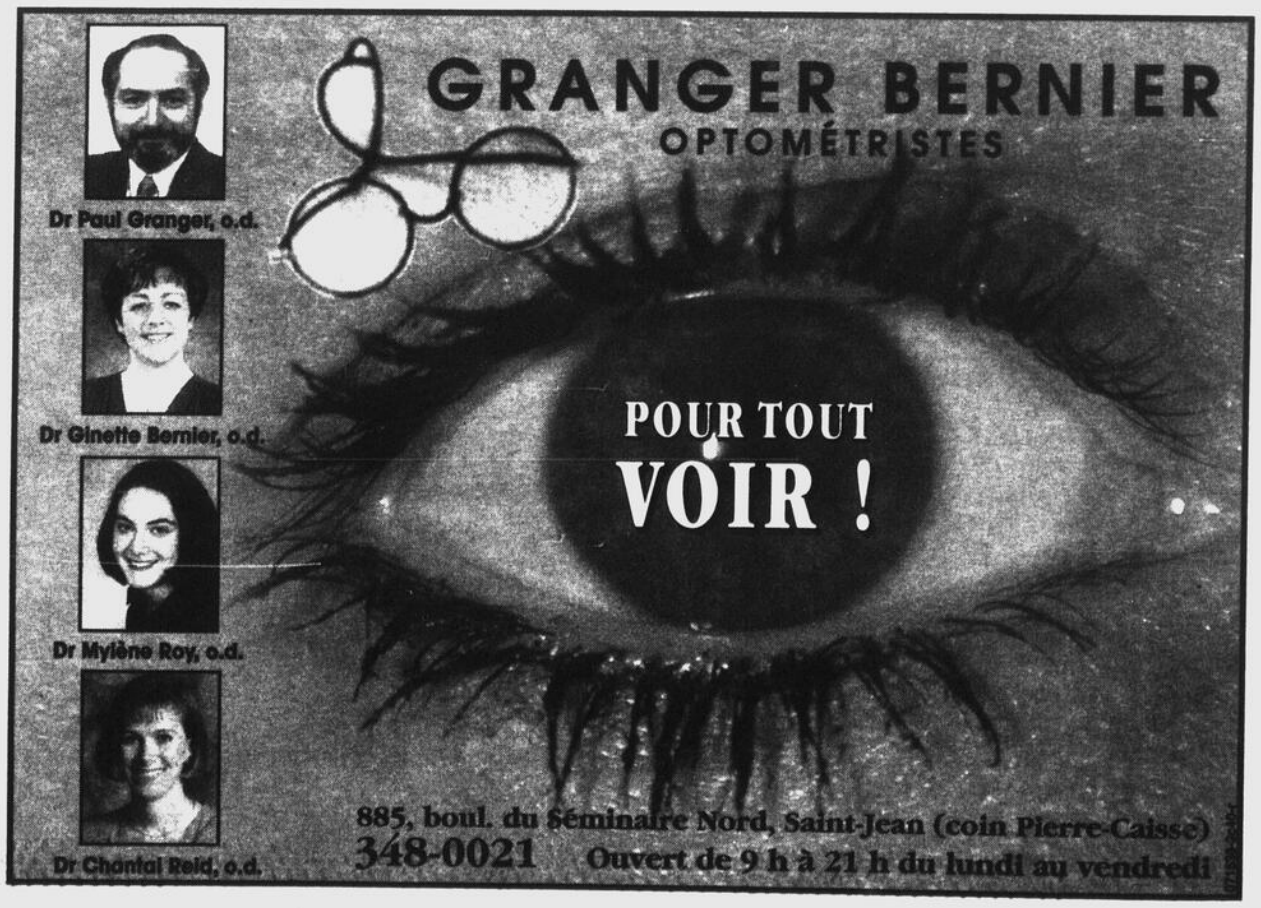
Seulement qu'une impression

Les dépendants se sentent parfois désespérément uniques. Nous sommes convaincus que personne n'a jamais consommé de drogue comme nous ou n'a jamais été forcé de faire ce que nous avons fait pour nous en procurer. Cette impression que personne ne nous comprend peut nous éloigner du rétablissement pendant de nombreuses années.

Une fois que nous sommes entrés dans une salle de N.A. nous commençons à perdre ce sentiment d'être «le pire» ou «le plus fou». Nous écoutons les autres membres partager leurs expériences. Nous découvrons que d'autres sont passés par le même chemin tortueux que nous et ont malgré tout été capables de se rétablir.

Nous commençons à croire que le rétablissement est possible pour nous aussi.

Narcotiques Anonymes 1-800-879-0333, dimanche au 819, 2e Rue, Iberville à 20 heures, mercredi au 30, rue Mongeau à 20 heures à la maison blanche de Chambly, lundi au 56, rue Martel, Chambly à 19h30 groupe d'étape, vendredi au 850, rue Saint-Jacques à Saint-Jean à 20 heures. http://www.dsuper.net/~naquebec/ ; http://www.aei.ca/~cslrsna/ ; http://www.na.org/ ■



SEARS

PRIX EN VIGUEUR JUSQU'AU DIMANCHE 10 MARS 2002

Grande nouvelle

rabais 50%

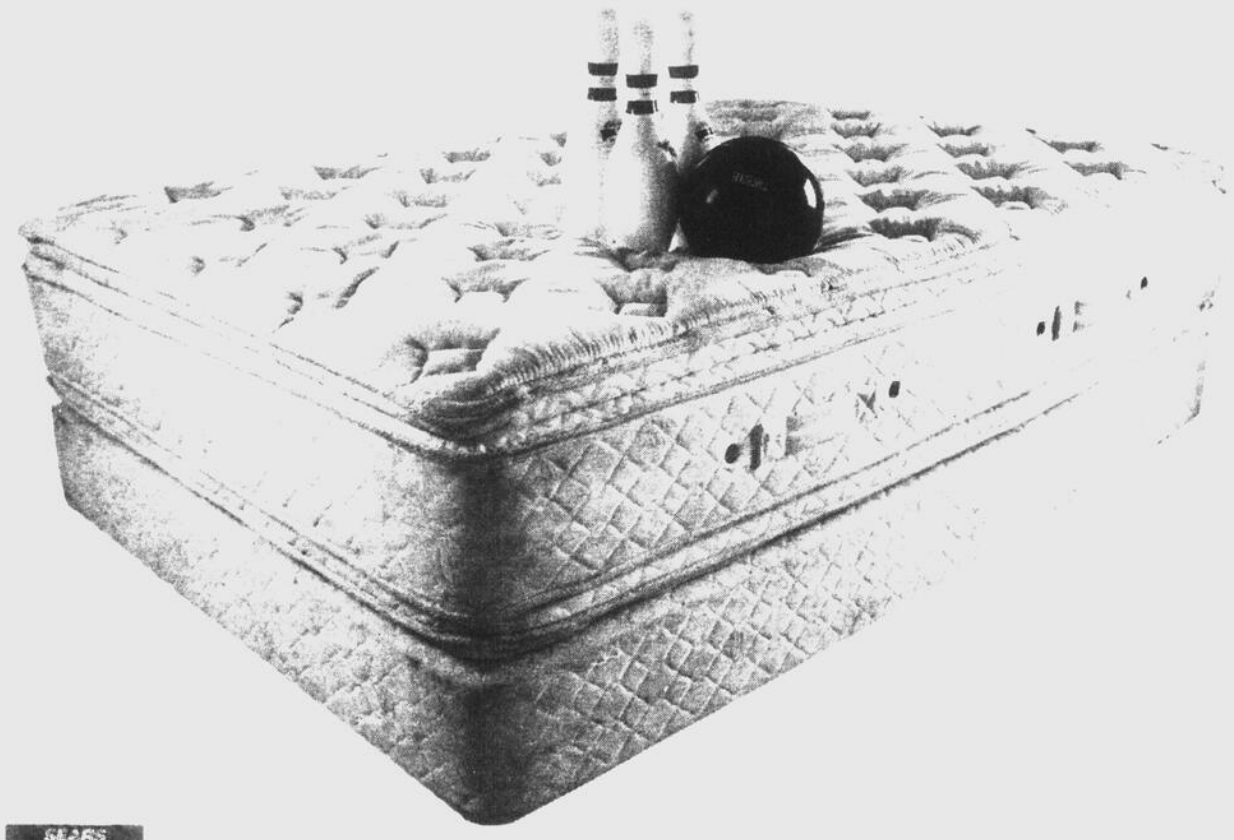
Et, épargnez 10% de plus

Nos plus bas prix de la saison avec le rabais supplémentaire!

Ensemble Sears-O-Pedic^MD Comfort^MD 'Suprême' à ressorts indépendants, de la série 3782SS

1 place-TG 2 places. Moelleux ou ferme. Rég. Sears 3199,98-4499,99.

Soldé, l'ensemble **1599,99-2249,99. 1439,99-2024,99†**



De plus, avec la carte Sears, pas de paiement avant un an* pour tous les meubles et ensembles matelas-sommier**

Il y a des magasins Sears près de chez vous

Les meubles et ensembles matelas-sommier sont disponibles dans les magasins de la région métropolitaine de Montréal suivants:

Grands magasins

La Place Vertu St-Laurent (514) 335-7770

Carrefour Angrignon LaSalle (514) 364-7310

Les Promenades de Sorel Sorel (450) 746-2508

Le Carrefour Richelieu St-Jean-sur-Richelieu (450) 349-2651

Le Carrefour du Nord St-Jérôme (450) 432-2110

Magasins de meubles

Magasin de meubles et d'électroménagers d'Anjou
Langelier et Jean-Talon (514) 254-4213

Magasin de meubles et d'électroménagers de Brossard
Boulevard Taschereau et boulevard Napoléon
(450) 678-9066

Magasin de meubles et d'électroménagers de LaSalle
Boulevard Newman et Boulevard Shenkus
(514) 365-5070

Magasin de meubles et d'électroménagers de Laval
Boulevard Curé Labelle et autoroute 440
(450) 682-0495

Magasin de meubles et d'électroménagers de Pointe-Claire
Boul. des Sources et autoroute Transcanadienne
(514) 694-3984

Magasin de meubles et d'électroménagers de St-Bruno
Autoroute 30 et autoroute 116 (450) 653-4064

Les ensembles matelas-sommier sont aussi disponibles dans les grands magasins Sears suivants:

Centre commercial Champlain Brossard (450) 465-1000

Les Galeries d'Anjou (514) 353-7770

Le Carrefour Laval (450) 682-1200

Centre Fairview Pointe-Claire (514) 694-8815

Les Galeries Rive-Nord Repentigny (450) 582-5532

Promenades Deux-Montagnes Deux-Montagnes (450) 491-5000

*Pas de paiement avant mars 2003 avec la carte Sears seulement, sur approbation de votre crédit. Achat minimum: 200 $. Tous les frais et taxes applicables sont payables au moment de l'achat. À l'exclusion des articles de nos Centres et magasins de liquidation, des achats par catalogue et sur le site web. Offre en vigueur jusqu'au dimanche 24 mars 2002. Renseignez-vous.

**R/01 Meubles, à l'exclusion des meubles pour bébés.

†Le rabais de 10% est inclus dans le prix indiqué.

Le choix de meubles varie suivant le magasin. Renseignez-vous à votre magasin Sears.

NP0320302

Copyright 2002. Sears Canada Inc.

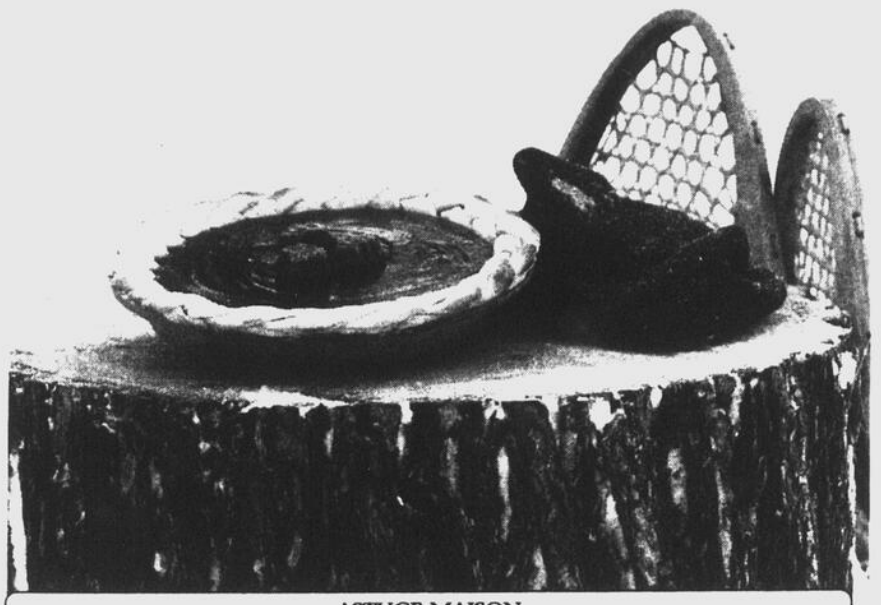
LA BOUSTIFAILLE

La saison des sucres

MICHÈLE TRAHAN

Quand au printemps, la sève coule des érables, elle est claire et à peine sucrée. Les premiers colons entaillaient les arbres et y suspendaient leurs seaux de bois pour recueillir les gouttes de sève. Aujourd'hui, tout un réseau de tubes de plastique permet d'acheminer la sève directement des arbres aux réservoirs.

La sève d'érable recueillie est filtrée et concentrée en sirop par ébullition dans des bacs métalliques plats, appelés évaporateurs. Parce que la sève d'érable contient au moins 96% d'eau, il faut plusieurs heures d'ébullition avant d'obtenir la consistance du sirop d'érable. Le sirop est alors filtré et embouteillé ou mis en conserve... commence alors pour nous le plaisir de la dégustation !



Tarte chiffon à l'érable

- 7 ml de gélatine sans saveur (1 1/2 c. à thé)
- 30 ml d'eau froide (2 c. à table)
- 2 œufs, blancs et jaunes séparés
- 50 ml de lait (1/4 tasse)
- 125 ml de sirop d'érable (1/2 tasse)
- 50 ml de sucre (1/4 tasse)
- pincée de sel
- 1 abaisse de tarte cuite
- 15 ml de noix hachées (1 c. à table)

☛ *Gonfler la gélatine dans l'eau froide. Combiner les jaunes d'œufs, le lait et le sirop d'érable dans la partie supérieure d'un bain-marie et bien battre; chauffer au-dessus de l'eau frémissante en tournant constamment jusqu'à ce que le mélange épaississe, environ 10 minutes. Le mélange est prêt lorsqu'il couvre parfaitement le dos d'une cuillère.*

☛ *Retirer du feu et incorporer la gélatine; remuer et réfrigérer jusqu'à ce que la préparation commence à devenir ferme. Fouetter les blancs d'œufs et ajouter graduellement le sucre et le sel; continuer à battre jusqu'à formation de pics fermes.*

☛ *Combiner les deux préparations et verser dans l'abaisse; saupoudrer les noix et réfrigérer au moins une heure avant de servir.*

ASTUCE MAISON

UNE GARNITURE STYLE « MAP-O-SPREAD » ...

Qui n'a pas dégusté une tranche de pain bien rehaussée de cette garniture crémeuse à souhait qu'est le produit MAP-O-SPREAD qu'on retrouve sur les tablettes de l'épicerie ? Vous pouvez concocter à partir de sirop d'érable frais votre MAP-O-SPREAD maison, aussi crémeux et aussi délicieux, mais il faut suivre les instructions attentivement et bien respecter les températures (qui sont en degrés Fahrenheit), sinon la garniture pourrait devenir granuleuse. Badigeonnez de beurre l'intérieur d'une casserole et versez-y 500 ml (2 tasses) de sirop d'érable frais. Il est important que le sirop soit frais; si votre sirop date de six mois, augmentez de 1 degré F, la température de cuisson; si votre sirop date de douze mois, augmentez de 2 degrés F, etc. Amenez à ébullition et faites bouillir jusqu'à ce que le thermomètre indique 233F; ne remuez pas la préparation. Retirez vivement du feu et essuyez à l'aide d'un chiffon mouillé, les cristaux qui se sont formés sur les contours de la casserole. Déposez la casserole dans un bol d'eau glacée et laissez refroidir jusqu'à ce que le thermomètre indique 90F. Fouettez au batteur électrique jusqu'à ce que la garniture perde son fini lustré et commence à devenir plus pâle. Versez dans des pots, couvrez hermétiquement et conservez au réfrigérateur... un délice à tout coup !

GÂTEAU PASCAL AU SIROP D'ÉRABLE

- *250 ml de farine (1 tasse)*
- *5 ml de poudre à pâte (1 c. à thé)*
- *6 œufs, blancs et jaunes séparés*
- *250 ml de sucre (1 tasse)*
- *50 ml de vin blanc (1/4 tasse)*
- *50 ml de rhum (1/4 tasse)*
- *50 ml de sirop d'érable (1/4 tasse)*
- *250 ml de crème à fouetter (1 tasse)*
- *morceaux d'orange et de citron confits*

Tamiser farine et poudre à pâte et réserver. Fouetter les blancs d'œufs et ajouter graduellement le sucre; battre jusqu'à formation de pics fermes. Fouetter les jaunes d'œufs jusqu'à ce qu'ils soient mousseux; ajouter le vin et fouetter encore une minute.
Combiner délicatement la meringue et les jaunes d'œufs puis incorporer la farine, en pliant la pâte. Déposer dans un moule tubulaire et cuire au four à 160C (325F), environ 45 minutes. Retirer du four et renverser sur une grille; laisser reposer une heure avant de démouler.
Chauffer le rhum et le sirop d'érable quelques minutes, jusqu'à l'obtention d'un sirop épais; laisser refroidir et arroser le gâteau. Fouetter la crème jusqu'à formation de pics fermes et couvrir le gâteau; décorer de morceaux confits.

PAIN PERDU À L'ÉRABLE

- *3 œufs*
- *15 ml d'essence de vanille (1 c. à table)*
- *30 ml de beurre (2 c. à table)*
- *4 tranches de pain*
- *50 ml de sirop d'érable (1/4 tasse)*
- *sucre à glacer*

Fouetter les œufs et la vanille. Chauffer le beurre dans un grand poêlon; tremper le pain dans les œufs et déposer dans le poêlon; faire cuire 3 minutes de chaque côté.
Déposer le pain dans un plat allant au four, arroser de sirop d'érable et faire dorer sous le grilloir du four, pendant 3 minutes. Saupoudrer de sucre à glacer et servir immédiatement.

POULET AU SIROP D'ÉRABLE

- *125 ml d'huile (1/2 tasse)*
- *50 ml de vinaigre de vin (1/4 tasse)*
- *15 ml de sauce soya (1 c. à table)*
- *10 ml de gingembre (2 c. à thé)*
- *sel et poivre*
- *30 ml de sirop d'érable (2 c. à table)*
- *1 poulet coupé en morceaux*

Combiner tous les ingrédients de la marinade et verser sur le poulet; laisser mariner plusieurs heures, en tournant les morceaux de poulet à quelques reprises.
Égoutter le poulet et conserver la marinade. Déposer dans un plat allant au four et cuire à 200C (400F), environ 45 minutes ou jusqu'à ce que le poulet soit cuit. Badigeonner souvent de marinade en cours de cuisson.

SAUCE PIQUANTE

- *1 boîte d'ananas en dés (10 oz/284 ml)*
- *150 ml de vinaigre de vin (2/3 tasse)*
- *250 ml d'eau (1 tasse)*
- *175 ml de sirop d'érable (3/4 tasse)*
- *45 ml de ketchup (3 c. à table)*
- *15 ml de sauce soya (1 c. à table)*
- *5 ml de moutarde en poudre (1 c. à thé)*
- *1 poivron vert coupé en fines lanières*
- *45 ml de persil (3 c. à table)*
- *sel et poivre*
- *30 ml de fécule de maïs (2 c. à table)*

Égoutter les ananas et réserver le jus de la boîte. Combiner tous les ingrédients sauf le dernier et chauffer, en remuant à l'occasion; jusqu'au point d'ébullition; réduire le feu et laisser mijoter 10 minutes.
Combiner la fécule et 50 ml (1/4 tasse) du jus réservé et incorporer à la sauce, en tournant; continuer la cuisson jusqu'à ce que la sauce soit épaisse et transparente. Servir cette sauce avec le poulet, le porc, etc.

CORNES D'ABONDANCE

- *50 ml de beurre (1/4 tasse)*
- *125 ml de sirop d'érable (1/2 tasse)*
- *125 ml de farine (1/2 tasse)*
- *pincée de sel*
- *250 ml de crème à fouetter (1 tasse)*
- *50 ml de sirop d'érable (1/4 tasse)*

Combiner beurre et sirop d'érable et chauffer jusqu'au point d'ébullition; laisser bouillir rapidement pendant 30 secondes et retirer du feu. Tamiser farine et sel et incorporer à la préparation; bien mélanger.
Déposer par cuillerées à thé bien espacées sur des plaques à biscuits graissées et cuire au four à 180C (350F), environ 8 minutes ou jusqu'à ce que les biscuits soient dorés. Laisser refroidir une minute; à l'aide d'une grosse spatule, retirer les biscuits des plaques et rouler en forme de corne d'abondance. Laisser refroidir.
Si les biscuits deviennent trop durs pour être roulés, remettre au four quelques secondes. Juste avant de servir, fouetter la crème et le sirop d'érable jusqu'à formation de pics fermes puis farcir les cornes d'abondance. Conserver au réfrigérateur.

LES FAMEUSES FÈVES AU LARD À L'ÉRABLE

- *500 ml de haricots secs (2 tasses)*
- *1,5 litre d'eau (6 tasses)*
- *pincée de sel*
- *125 g de lard salé coupé en dés (1/4 lb)*
- *125 ml de sirop d'érable (1/2 tasse)*
- *500 ml du liquide de cuisson (2 tasses)*
- *2 ml de moutarde en poudre (1/2 c. à thé)*
- *1 oignon haché*
- *sel et poivre*
- *125 ml de sirop d'érable (1/2 tasse)*

Tremper les haricots dans l'eau toute une nuit. Ajouter le sel et amener à ébullition; couvrir et mijoter jusqu'à ce que l'enveloppe des haricots éclate, environ 30 minutes. Égoutter et conserver le liquide de cuisson.
Déposer les haricots dans un pot à fèves au lard ou un plat à four profond et ajouter le lard salé. Combiner 125 ml (1/2 tasse) de sirop d'érable, 500 ml (2 tasses) de liquide de cuisson, la moutarde et l'oignon et verser sur les haricots; remuer légèrement.
Assaisonner au goût et couvrir; cuire au four à 120C (250F) environ 5 heures; ajouter un peu de liquide de cuisson réservé si nécessaire. Ajouter le dernier ingrédient et continuer la cuisson, à découvert, encore 30 minutes.

LE PLAISIR DU VIN

Passez donc visiter le salon des vins!

JEAN-YVES THÉBERGE

Le salon des vins et spiritueux de Montréal, qui se tient à tous les deux ans, nous revient du 14 au 17 mars. De fait, il commence dès le 13 mais cette journée est réservée aux professionnels de l'industrie, soit les restaurateurs, les sommeliers, les journalistes, etc. C'est un événement que les amateurs de vins ne doivent pas manquer puisqu'ils pourront rencontrer des producteurs et vignerons d'une trentaine de pays dont au moins la moitié de la France.

Organisé par l'Association québécoise des agences de vins, bières et spiritueux, le salon de cette année est plus riche et diversifié que jamais, me semble-t-il; on y présentera une sélection impressionnante de 2500 produits dans 215 kiosques. À noter que plus de 700 produits sont offerts en exclusivité à cette occasion. De plus, on pourra participer à quelque 125 conférences et dégustations gratuites.

Les amateurs qui le désirent pourront acheter sur les lieux mêmes du salon les vins goûtés, aimés et retenus. Chaque tranche d'achat de 75 $ chez un même exposant donnera droit à un chèque-cadeau de la SAQ d'une valeur de 10 $ échangeable dans toutes les succursales. Chaque visiteur aura aussi la chance de gagner un cellier d'appartement d'une capacité de 125 bouteilles.

Tenu au tout nouveau Palais des congrès, le salon sera ouvert dès midi. Le prix d'entrée (14 $) comprend un verre à dégustation et la documentation idoine. Comme d'habitude, il faudra, dans la plupart des cas, payer pour déguster les différents produits dont le prix varie, bien sûr, selon leur qualité et leur rareté. Pour tout autre renseignement, il faut communiquer avec le (514) 252-4222 ou se rendre au www.macvine.net/salondesvins.

UNE MISTELLE DE PRUNES

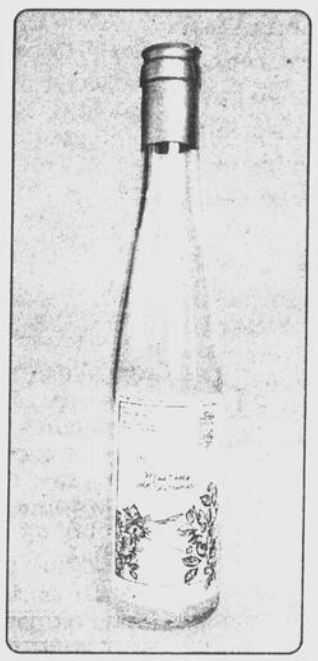
Il est étonnant de voir à quel point et à quel rythme de nouvelles boissons québécoises arrivent sur le marché. On trouve de plus en plus d'apéritifs, de vins, de cidres et même de mistelles comme je le constate chaque fois que j'arrête à l'épicerie des Halles. La semaine dernière, je voyais pour la première fois une mistelle de prunes du verger de la famille Pedneault de l'Île-aux-coudres.

La mistelle n'est pas un vin puisqu'il s'agit d'une boisson faite d'un jus de fruit auquel on ajoute de l'alcool. La mistelle la plus connue est sans aucun doute le Pineau des Charentes. Les Pedneault en font, entre autres mistelles, une avec des prunes. Cela sent d'ailleurs les prunes sauvages. En bouche le fruit est bien présent et très persistant. On perçoit aussi l'alcool qui, pour le moment, n'est pas encore bien fondu. Il faudrait en mettre quelques bouteilles dans la cave et voir comment cette mistelle évoluera. 12,95 $ pour 375 ml.

Certains, comme le vignoble L'Orpailleur avec La part des anges, laissent longuement vieillir (sept ans) leur mistelle avant de la mettre sur le marché à la façon du Maury traditionnel. Cela fait une boisson d'une grande richesse et beaucoup plus complexe. Bue en apéritif et légèrement refroidie, la mistelle se boit avec plaisir.

LE POIANE

Il s'agit d'un valpolicella 1997 de la maison Bolla qui est un ripasso, soit un vin dans lequel on a ajouté le marc d'un amarone quand ce type de vin a fini sa fermentation. Cela devrait donner un vin plus marqué et plus corsé. Dans ce cas-ci, on découvre un vin plein de fruits (cerises) au nez avec des épices et un brin de chocolat. En bouche, le fruit est bien présent avec une belle structure. Un vin presque corsé, équilibré et savoureux avec de la rondeur. Très long. 17,95 $ - 879411.



CHÂTEAU NÉNINE

Dans le millésime 1999, le château Nénine des Premières côtes de Bordeaux a produit un vin sympathique. Il a un nez d'anis et de cerises avec des petites notes animales. En bouche, on trouve du fruit, des tanins fins et un bel équilibre. C'est un vin plutôt léger mais fort agréable à boire. 16,95 $ - 964031.

SOL DE CASTILLA

Je ne sais pas si vous avez remarqué que depuis quelques mois on trouve de plus en plus de vins espagnols d'une bonne qualité à des prix imbattables. Ce sont généralement des vins peu complexes mais bien agréable à boire. C'est le cas d'un tout nouveau vin : le Sol de Castilla 2000 qui, selon l'étiquette que j'ai examinée à la loupe, nous viendrait de la région de Ciudad Real, donc dans l'appellation Castille-La Manche, soit au sud de Madrid.

Ce nouveau vin sur notre marché a tout pour plaire. Fait surtout de tempranillo et élevé dans des fûts américains, il sent les fruits noirs, les épices et, bien sûr, la vanille. En bouche, il y a juste assez de fruit accompagné de tanins souples et avec un peu de gras. On notera sans doute un peu de verdeur en fin de bouche mais l'ensemble est excellent et ne demande qu'à se laisser boire. 9,10 $ - 608562. ■

JARDINS DE CHARME

Petit rosier deviendra grand

LOUISE ROLLAND

Évidemment, il grandira si vous en prenez bien soin. Si vous aimez les odeurs agréables, même le plus petit des rosiers miniatures saura vous laisser découvrir son agréable parfum. Pour qu'il grandisse en santé, il aura besoin de fertilisant, de matière organique et d'arrosage.

L'ENGRAIS

Au printemps, après avoir enlevé la protection contre les gelées, appliquez un engrais complet contenant de l'azote, du phosphore et du potassium. Pour les terres sablonneuses, le rapport entre les trois composantes sera 5-20-20 ou 4-12-8; pour les terres argileuses, utilisez plutôt un engrais 5-10-5 ou 5-20-10. Le volume d'application sera d'environ 1 kg pour 10 mètres carrés (2 livres pour 100 pieds carrés). Pour évaluer facilement le volume d'engrais, sachez que dans la plupart des cas, une tasse à mesure contient 8 à 9 onces d'engrais granulaire. Fertilisez à nouveau pendant la première semaine de juin et la deuxième de juillet. Après la fin du mois de juillet, n'appliquez plus d'engrais azoté. L'azote stimule la croissance du bois, qui n'aura pas le temps de durcir pour résister aux rigueurs de l'hiver québécois.

LA MATIÈRE ORGANIQUE

Un programme de fertilisation adéquat devrait aussi comprendre l'ajout de matière organique. Le fumier décomposé et la tourbe sont les produits les plus souvent utilisés. C'est au printemps qu'on ajoute le fumier ou la tourbe à la terre, avec une fourche ou un autre outil. Pour la tourbe, appliquez une couche de 2 à 5 cm (1 à 2 pouces); ajoutez un peu d'eau à la tourbe avant de l'étendre. Humide, la tourbe se détache et s'applique beaucoup plus facilement, sans s'éparpiller au moindre coup de vent! Pour le fumier, appliquez une couche de 5 à 8 cm (2 à 3 pouces) d'épaisseur. La première semaine de juin, vous pouvez aussi installer un paillis d'écales de cacao, de la sciure et des copeaux de bois au pied des rosiers. N'oubliez pas que vous devez augmenter le volume de l'engrais de 50% si vous optez pour des paillis. Ceux-ci empêcheront la repousse des herbes indésirables, conservera l'humidité et la fraîcheur à la terre de la roseraie. N'appliquez le paillis qu'après un bon arrosage naturel ou artificiel du sol.

L'ARROSAGE

Les rosiers réclament beaucoup d'eau, un bon drainage, ainsi qu'une aération adéquate du sol. Ils ont besoin d'une terre humide, mais qui ne reste pas saturée d'eau. Arrosez suffisamment les plants pour mouiller complètement la terre jusqu'à une profondeur de 20 à 30 cm. L'arrosage par le haut devrait toujours avoir lieu le matin, afin que le feuillage sèche durant le jour et qu'il ne soit pas humide la nuit, car de telles conditions peuvent contribuer à la prolifération des maladies.

SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE HAUT-RICHELIEU

La prochaine rencontre de la Société d'horticulture du Haut-Richelieu aura lieu vendredi le 22 mars 2002, à 19h30 au cégep de Saint-Jean-sur-Richelieu. Il s'agit d'un atelier sur les semis des annuelles et des vivaces. L'animateur sera M. Yves Barrette et l'atelier aura lieu dans les serres du Cégep. Coût de 3 $ pour les membres, 10 $ pour les non-membres. Carte de membres annuelle: 20 $ pour l'année 2002. Plusieurs prix de présence. Bienvenue à tous.

BESOIN D'INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES?

La semaine prochaine, nous verrons une partie plus technique mais combien importante pour la santé de vos rosiers, la lutte intégrée contre les insectes et les maladies. Pour de plus amples informations concernant cette chronique, n'hésitez pas à communiquer avec moi au (450) 542-5000. Bonne semaine! ■

DANS VOTRE ASSIETTE

L'ABC d'une saine alimentation

SYLVIE LAROCHE NUTR.DT.P.

Voilà le thème du Mois de la nutrition 2002. Durant le mois de mars, prenez quelques instants pour évaluer la qualité de votre alimentation et vos connaissances nutritionnelles. Au fait, quels sont les éléments de base d'une saine alimentation ?

- Les antioxydants en hausse de popularité.

- Bien s'alimenter.

- Tout savoir sur le calcium.

Durant tout le mois de mars nous prendrons conscience de l'importance de ce que nous mangeons. Chaques éléments, vitamines et minéraux sont essentiels à la bonne santé. Pour répondre à tous nos besoins, il faut donc les inclure en quantité suffisante quotidiennement. Fruits et légumes colorés, céréales à grains entiers, noix, légumineuses et huile d'olive sont quelques-uns des aliments à intégrer à votre menu.

Tous les aliments sont bons pour la santé même si certains sont particulièrement plus nourrissants que d'autres. Un seul aliment à lui seul ne peut avoir des effets magiques pour régler vos petits bobos. C'est plutôt la variété et la qualité des aliments que vous consommez à long terme qui peuvent améliorer votre santé. Pour obtenir tous les vitamines et minéraux quotidiennement, il faut varier l'alimentation.

LA QUALITÉ, C'EST ESSENTIEL !

Privilégiez surtout les produits céréaliers à grains entiers, le pain, les céréales à déjeuner, les légumes, les fruits. Ces aliments sont habituellement plus faibles en gras, riche en fibres, en vitamine et minéraux et constituent l'essentiel d'une saine alimentation. Manger un peu de gras c'est important mais en manger trop peut accroître le risque de contacter certaines maladies. Choisissez des viandes maigres préparées avec peu de gras, des fromages à moins de 20% de matières des grasses et des aliments pré-préparés faible en gras. Mettez de la fraîcheur dans votre menu en consommant quotidiennement des fruits et légumes frais.

Consommez en petite quantité le sel, l'alcool et la caféine. Essayez plutôt les fines herbes fraîches, les épices, les assaisonnements. Il est préférable de limiter sa consommation d'alcool à un verre par jour. Arrêtez-vous à calculer le nombre de café et de thé consommé par jour. Trois à quatre tasses de café ou de thé fort constituent la consommation maximale par jour. Et enfin, les verres d'eau, pensez-vous à vous hydrater ?

Prenez plaisir à cuisiner simplement et à savourer vos repas. Garder en tête que manger est un des plaisirs de la vie et qu'il doit le demeurer. N'oubliez pas que la santé et la saine alimentation reposent sur ce que vous faites et consommés aujourd'hui, demain et durant les semaines à venir. Pour des informations ou un changement de vos habitudes alimentaires contactez-moi au (450) 358-2002 ou visiter le site Internet www.harmoniesante.com.

Bon Mois de la nutrition 2002 ! ■

VOYAGES

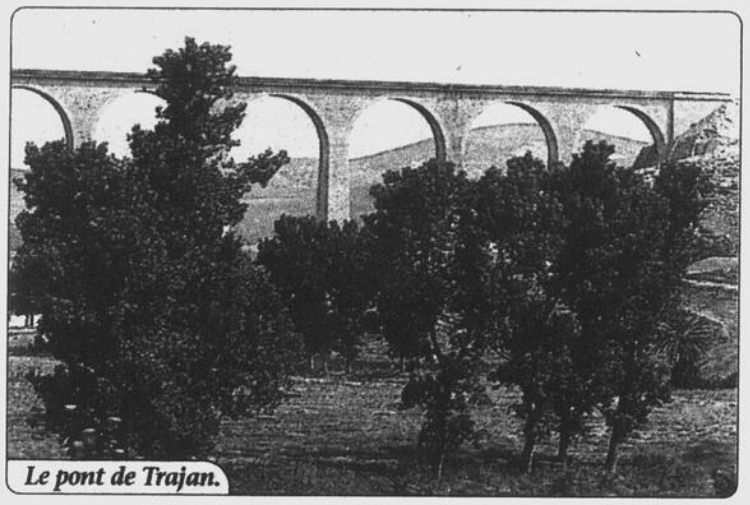
Beja et Dougga, des petits coins bien sympathiques!

FRÉDÉRIC LAPIERRE

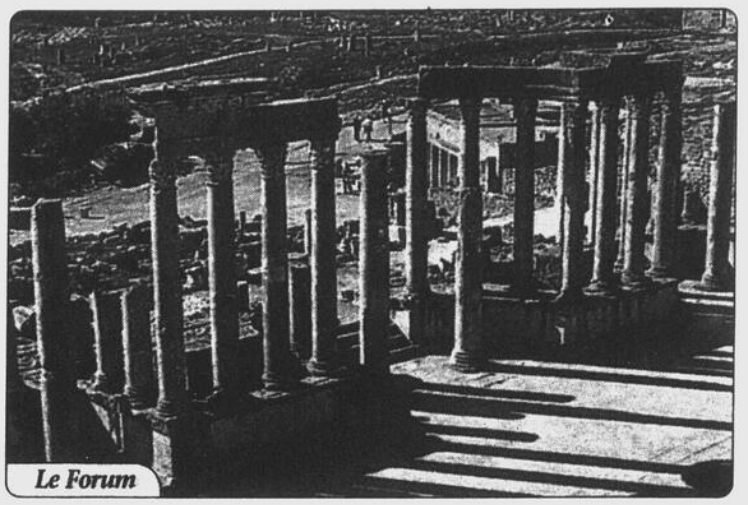
Petit coin retiré de la Tunisie, situé complètement au nord du pays, cet endroit est très différent du reste du pays. Son côté plus humide nous apporte des paysages plus fertiles et plus verts comparativement aux couleurs désertiques du sud du pays.

L'antique Vaga, bénie des dieux, a toujours été une terre féconde et particulièrement fertile. Beja, cité établie à flanc de montagne en amphithéâtre, est réputée pour ses terres agricoles riches et fécondes qui donnent les meilleures récoltes de blé, de betterave à sucre et de graines de tournesol.

Elle aurait été fondée vers le VI[e] siècle av. JC. Objet de convoitise et de tout genre, elle eut ainsi à subir de nombreux assauts. En 109 av. JC, lors de la guerre menée contre Jugurtha par les légions romaines de Metellus, en 448, par Genséric, roi vandale. Au X[e] siècle à l'époque des Fatimides, Beja fut mise en sac par les troupes de Abou Abdallah et au XI[e] siècle l'invasion hilalienne fit encore des dégâts.



Le pont de Trajan.



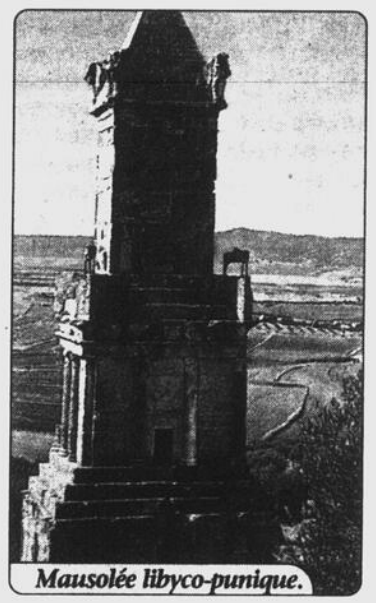
Le Forum

Malgré toutes ces invasions, l'antique Vaga restera un centre important pour les byzantins. De la Kasbah, forteresse constitue de vingt tours et trois imposantes portes, il en subsiste aujourd'hui que deux tours et un donjon. Dans la médina particulièrement riche en mosquée, on pourra également visiter le petit mausolée de Sidi Bou Arbaa situé lui-même près de la rue Kheireddine très animée. Elle aboutit à bab el Ain où se trouve une fontaine ancienne.

Sur la route qui reliait Beja à Carthage, le pont de Trajan parfaitement conservé se compose de trois arches et s'étend sur 70 mètres de long. Il daterait de l'an 29 de notre ère.

DOUGGA

Un bijou archéologique suspendu au-dessus d'un océan de blé et d'une mer d'oliviers séculaires. L'antique Thugga est le type même de la cité dont les limites ne sont pas définies avec précision. L'une des originalités de Dougga est qu'elle ne s'encombre ni de plans ni de tracé géométrique épousant les contours d'une nature et d'un relief modelé selon les caprices du créateur.



Mausolée libyco-punique.

La meilleure façon de visiter le site et d'en apprécier les particularités est de l'aborder par le quartier sud où s'élève le Mausolée libyco-punique. Poursuivant la montée, on est accueilli par les thermes du Cyclope comprenant le Caldarium, le Frigidarium et le Trépidarium.

Le «must» sera pour ceux qui se donneront la peine de grimper jusqu'en haut. Ils découvriront alors les plus beaux monuments groupés autour de la place du marché, le Forum et la Place de la rose des vents avec un cadran solaire sur lequel sont inscrits les noms de tous les vents qui soufflent en Tunisie et en particulier l'Africus (sirocco).

Tour à tour on découvrira le Capitole dédié à Jupiter, Junon et Minerve. Le Temple de Mercure, Dieu du commerce et des voyageurs s'ouvre sur la Place du Marché. Le théâtre, situé au nord-est du Forum, pouvait recevoir jusqu'à 3500 personnes. Constitué de 25 rangées de gradins, il s'ouvre sur un panorama naturel étourdissant, baignant dans une symphonie de couleurs et de formes. Enfin le nord de la cité où vous attendent immuables les Temples de Saturne et de Minerve.

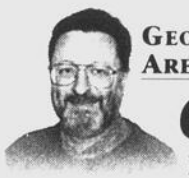
Pour en savoir plus sur ce coin particulier de la Tunisie, vous pouvez me joindre à l'agence de voyages au 450-358-2957, ou tout simplement visiter le site web: www.tourismtunisia.com ■

FICHE TECHNIQUE

Langues parlées:	français, arabe
Devise locale:	dinhar
Devise suggérée:	dinhar
Formalité d'entrée:	passeport valide
Courant électrique:	220 volts
Décalage horaire:	+7 heures
Climat:	sec

PSYCHOLOGIE

Comment faire pour obtenir ses excuses?



GEORGES-HENRI ARENSTEIN PSYCHOLOGUE

Question : Je suis très en colère contre une personne qui m'a fortement déçu, mais...devrais-je le lui dire et comment ? Comment faire pour obtenir ses excuses ? Sinon, je crois que je resterai fâché pour toujours !

Réponse : Il est normal que, en proie à un sentiment de colère, vous cherchiez à obtenir un soulagement efficace et durable.

Cependant, vous semblez avoir la conviction que la personne qui vous blesse devrait nécessairement être punie; ou alors que pour échapper à la punition (la vôtre), elle devrait s'excuser. Or, ce n'est pas si sûr...

Exprimer sa colère (de façon directe ou autrement) en cas de blessure ou de frustration peut, jusqu'à un certain point, vous soulager. C'est une sorte de « réparation » pour l'injustice subie. Mais ceci implique que vous n'êtes pas responsable de votre douleur. Donc, l'autre « mérite » votre colère et s'il la mérite...autant le lui faire sentir au maximum. Et ça non plus, ce n'est pas si sûr...

En fait, la colère a surtout la propriété de saboter la relation entre deux personnes surtout lorsqu'elle est utilisée comme moyen de vengeance pour tenter d'infliger à l'autre une souffrance égale ou supérieure à celle ressentie. L'autre commencera tôt ou tard à placer une barrière psychologique autour de lui, barrière qui le rendra de moins en moins accessible. Aussi, la colère ne vous procurera que rarement ce que vous voulez : être apprécié, reconnu, écouté, aimé. Si c'est cela que vous visez, bien entendu.

Même s'il existe peu d'avantages à maintenir une colère à long terme, bien des gens choisissent cette voie (la rancune). Platon déjà observait : « On choisit toujours ce qui est bon pour nous ». Chacun sélectionne l'action et l'attitude qui lui semble la plus adéquate et les avantages à ce moment-là semblent dépasser les inconvénients. Tout se passe toujours en fonction de ce qui est le plus important pour chacun à un moment X.

Observez comment vous interprétez les événements et comment vous prêtez une intention malveillante à la personne qui vous a blessé. Une intention malveillante ? Par son action, elle a fait le meilleur choix pour elle, pas pour vous, évidemment. Mais elle n'avait pas à le faire pour vous non plus !

La colère, en fait, surgit lorsque deux conditions sont présentes : le préjudice (quelqu'un vous a fait du tort, de façon directe ou indirecte) et l'intention délibérée (la personne vous blesse intentionnellement).

Par exemple, très peu de gens se mettront en colère si une branche d'arbre tombe par hasard sur leur voiture et la raie (préjudice seulement). L'événement entraînera une frustration, c'est certain, mais rarement la colère, car il est fortuit. Par contre, si elle est lancée sur votre véhicule par le fils de votre voisin (il vous en veut parce que vous ne permettez pas à vos enfants de jouer avec lui), c'est différent : il y a alors à la fois préjudice et intention délibérée.

Parfois, il y a préjudice et...absence d'intention. En effet, il est impossible de deviner les intentions de l'autre. Tenter de les deviner conduit le plus souvent à une erreur de jugement. Pierre était convaincu que sa petite amie essayait de le tester en n'allant pas passer une semaine de vacances avec lui; cette pensée le mit en colère. Après plusieurs disputes, elle finit par lui avouer qu'elle était effrayée par la profondeur des sentiments d'amour et de dépendance qu'elle éprouvait envers lui. Pierre en fut très surpris et sa colère disparut instantanément.

Comment faire pour obtenir ses excuses ? Mais rien du tout. Oubliez les excuses. Pourquoi l'autre devrait-il s'excuser d'avoir choisi le meilleur pour lui ? Rappelez-vous que « je veux » ne signifie pas que « l'autre doit ». Si vous percevez votre colère comme étant légitime, le comportement de l'autre l'est aussi. Attention, je n'ai pas dit « élégant ou approprié »...j'ai dit : « légitime ».

Les excuses prononcées par celui qui vous a offusqué par ses paroles ou par ses actions demeurent une bonne chose si elles sont sincères et spontanées. À partir du moment où vous les sollicitez, de manière directe ou indirecte, vous leur enlevez leur caractère naturel et sans doute aussi leur efficacité.

Rien ni personne ne vous empêche de demeurer fâché ou fermé à une personne en particulier. Vous avez le droit de la « bannir » de votre vie. Voyez simplement si vous êtes à l'aise avec cette situation. Mais rappelez-vous la distinction entre émotion et comportement. Par exemple, au bout d'un certain temps, l'émotion s'estompe (vous n'êtes plus fâché), mais le comportement demeure (vous demeurez fâché envers une personne).

Pour des questions d'intérêt général, vous pouvez m'écrire au C.P. 37, St-Jean-sur-Richelieu, J3B 6Z1 ■

COMMUNICATION-QUÉBEC PEUT VOUS AIDER

Gare aux rénovateurs malhonnêtes

KAROLE LAMER

On sonne à votre porte et on vous annonce que votre toiture doit être refaite, ou que vos fenêtres sont à changer ou encore que votre cheminée est dans un état dangereux... Attention! Prenez le temps de réfléchir. Mieux encore, demandez à la personne qui prétend que votre résidence a besoin de rénovations de s'identifier et de vous montrer sa licence d'entrepreneur de construction délivrée par la Régie du bâtiment du Québec et son permis de vendeur itinérant de l'Office de la protection du consommateur.

Prudence! Ne vous laissez pas intimider! Avant de signer quoi que ce soit pour autoriser des travaux de rénovation ou de construction, vérifiez auprès de la Régie du bâtiment si la personne qui se prétend entrepreneur de construction est vraiment en règle. En choisissant un entrepreneur titulaire d'une licence appropriée de la Régie du bâtiment du Québec, vous avez l'assurance que cette personne a démontré ses compétences et sa solvabilité. De plus, si les travaux effectués par cet entrepreneur ne sont pas à votre satisfaction, et que ce dernier refuse d'y remédier, vous pourrez porter plainte à la Régie, qui pourra vous aider à régler le litige. Si vous confiez vos travaux à un inconnu, vous risquez qu'ils ne soient jamais terminés ou que votre acompte disparaisse à tout jamais. De plus, si le soi-disant entrepreneur vous propose de payer au noir, c'est-à-dire sans taxe ni facture, comment pourrez-vous le poursuivre en justice sans preuve?

Ne prenez pas de décision hâtive sous la pression d'une personne trop insistante. Demandez-lui plutôt de vous montrer sa licence d'entrepreneur général ou spécialisé et prenez soin d'en noter le numéro, la catégorie, la sous-catégorie et la date d'expiration. Ne signez rien avant d'avoir obtenu un autre avis sur la nécessité des travaux et leur valeur. La Loi sur le bâtiment oblige les entrepreneurs qui exécutent des travaux de construction à détenir une licence délivrée par la Régie du bâtiment du Québec. Cette licence doit être renouvelée chaque année. Les entrepreneurs doivent afficher en tout temps leur numéro de licence sur leurs publicités, estimations, soumissions, contrats et états de compte, de même que sur leurs véhicules et leurs chantiers. Ce numéro de 10 chiffres doit être indiqué de la façon suivante: Licence RBQ: 1234-5678-90 (exemple).

L'entrepreneur qui vous sollicite à votre domicile fait de la vente itinérante. En plus de la licence d'entrepreneur de la Régie du bâtiment du Québec, il doit aussi détenir un permis de vendeur itinérant délivré par l'Office de la protection du consommateur (OPC). Ce permis vous donne une certaine protection financière, car la Loi sur la protection du consommateur oblige les vendeurs itinérants à verser une caution pour exploiter ce genre de commerce.

Comment vous protéger contre les abus? Comme vous l'avez fait pour la licence d'entrepreneur, exigez de voir le permis de vendeur itinérant et notez-en aussi le numéro. Vous pourrez ainsi vérifier si l'entrepreneur est également en règle auprès de l'Office de la protection du consommateur. Demandez-lui de vous remettre sa carte professionnelle. Si la seule adresse qui y figure est une case postale, méfiez-vous. Avant de signer un contrat ou un document qui y ressemble, assurez-vous qu'il contient les éléments prévus à la Loi sur la protection du consommateur, dont le numéro de permis de vendeur itinérant. Le contrat doit être fait en double et l'entrepreneur doit vous en remettre une copie. En cas de doute, contactez votre bureau régional de l'OPC.

Ne versez aucun acompte, quelle que soit votre décision, avant d'avoir fait toutes les vérifications nécessaires. D'ailleurs, la Loi vous accorde un délai de réflexion de 10 jours et interdit au vendeur itinérant de vous demander un acompte pendant ce délai. Si vous avez affaire à un entrepreneur malhonnête, il y a de fortes chances qu'il soit solvable et que vous perdiez votre argent. Demandez à l'entrepreneur de vous remettre une estimation et dites-lui que vous allez y réfléchir et le rappeler quand votre décision sera prise. Après le départ de l'entrepreneur, faites sans tarder les vérifications suivantes: vérifiez son permis de vendeur itinérant au bureau régional de l'Office de la protection du consommateur; consultez vos enfants, des amis, des voisins de confiance ou d'autres entrepreneurs pour évaluer l'urgence et la pertinence des travaux; si des travaux sont nécessaires, demandez des soumissions à trois entrepreneurs titulaires d'une licence de la Régie du bâtiment du Québec.

Vous regrettez d'avoir signé? Il n'est pas trop tard pour mettre fin au contrat. Vous n'avez qu'à expédier au vendeur itinérant un avis de résiliation dans les 10 jours suivant la signature du contrat, de préférence par courrier recommandé. Votre contrat est alors annulé et vous n'avez pas à justifier votre décision. Le vendeur doit vous rembourser sans tarder tout acompte versé et, s'il avait entrepris des travaux, il doit remettre les lieux en bon ordre. Vous vous êtes fait soutirer une somme d'argent pour des travaux de rénovation mal faits, inachevés ou inutiles? N'hésitez pas à porter plainte au service de police de votre municipalité ou à la Sûreté du Québec. Les fraudeurs comptent sur le silence de leurs victimes. Vous projetez vraiment de faire des travaux? Informez-vous et posez les bonnes questions.

Pour connaître les coordonnées de l'Office de protection du consommateur, ou pour toute information sur les programmes et services gouvernementaux, n'hésitez pas à contacter Communication-Québec au 450-346-6879. Vous pouvez également passer à nos bureaux situés au 109, rue Saint-Charles à Saint-Jean-sur-Richelieu à l'intérieur du Palais de justice. ■

Les spécialistes de l'Europe
Région Farnham : Diane Morel (450) 293-2488
348-7474
Agence des Halles
NOUS AVONS DÉMÉNAGÉ!
Venez nous voir dans nos nouveaux locaux près de la Caisse populaire des Halles.

New York à Pâques
Départ de Saint-Jean le 30 mars
Retour le 1er avril
Quelques places disponibles!
259$ occ. quad. Taxes incluses

Circuit Grèce et croisière
16 jours RABAIS DE 600$
Réservez tôt par couple, avant le 31 mars

Vol sur Paris
Du 4 au 18 mai 579$
Du 14 au 29 juillet 754$

Ouest canadien
Départ de groupe 5 ou 16 septembre
12 jours 2 599$ occ. double
Soirée d'information: 18 mars
Inscrivez-vous!

Tunisie en mars
2 repas/jour
3 SEMAINES 1 384$

Les achats/rachats et vols sur l'Europe sont en SUPER PROMOTION DE DÉMÉNAGEMENT jusqu'au 31 mars.
071667-2c40-jm

Circuit Terreneuve/Labrador/ St-Pierre-Miquelon
Du 2 au 13 juillet 2002 (départ en avion de Dorval)
Quelques places disponibles - itinéraire sur demande
Circuit «Le printemps et la musique»
(Prague, Vienne, Budapest, Cracovie, Varsovie)
Du 27avril au 14 mai 2002 - incluant plusieurs concerts, opéras, etc. - itinéraire sur demande
Pour renseignements, Thérèse au 348-4862
Voyages Pentatours - Permis du Québec
280959-2c40-lh1

Voyages Johanne Rayzon
Permis du Québec
224, rue Jean-Talon, Saint-Luc
Tél.: 359-1166

Vol sur Paris
Départs entre le 4 et 25 mai 569$ taxes incluses
Quantité limitée!
Incluant un réservez-tôt de 100$
Sièges «Grand Confort» disponibles avec supplément.

Escapade à Vienne et Prague
Circuit de 9 jours
Départ : 28 mai
11 repas inclus
avec rabais réservez-tôt de 60 jours
Plusieurs visites dont une mini-croisière sur le Danube
2 349$

Croisière sur la Volga
La Russie par ses fleuves
Départ : 19 août
15 jours
Incluant une croisière de 10 nuits sur la Volga
38 repas et plusieurs visites
Possibilité de prolonger pour 2 nuits à Vienne pour 250$ / pers.
2 999$

-Dernière minute-

Punta Cana
Départ : 9 mars
Hôtel 3 étoiles
Tout inclus
1 semaine
997$

Varadero
Départ : 9 mars
Hôtel 4 étoiles
Tout inclus
1 semaine
897$

Cayo Coco
Départ : 8 mars
Hôtel 3 étoiles
Tout inclus
1 semaine
897$

Séjour sur la Côte d'azur
De avril à octobre
8 jours, 6 nuits
À partir de
1 059$

Region Bedford, contactez Jacques ou Diane 248-2516
071668-2c40-jm

Thomas Cook Voyages Marlin
Plus de 4 000 bureaux pour vous servir partout au monde!
OFFRE INCROYABLE DU NO 1 DU VOYAGE ! OFFRE D'UNE DURÉE LIMITÉE !
MEILLEURS PRIX POUR VOLS SUR L'EUROPE ET LA GRANDE-BRETAGNE AVEC AIR TRANSAT GARANTIS!
ET ABSOLUMENT AUCUNS FRAIS DE SERVICE

PRIME
Réservez un forfait en Europe d'ici le 30 avril 2002 et obtenez cette magnifique prime!
Élégante mallette d'Atlantic Luggage contenant les accessoires suivants :
• Une paire de porte-adresse en cuir
• Un luxueux portefeuille / étui à billets
• Un ensemble adaptateur / convertisseur
• Un réveil de voyage / convertisseur de devises
• Un cadenas pour valise en titane
• Un album photo souvenir
• Un oreiller gonflable pour le cou
• Un étui de ceinture pour passeports et argent
• Un cache-yeux et des bouchons d'oreille
• Un vaporisateur anti-froissage format voyage
Achat minimal de 1 500 $ par couple, excluant les taxes, auprès de l'un des partenaires participants. Le voyage doit être payé au complet d'ici le 31 mai 2002. Des frais de manutention et d'expédition de 15 $ s'appliquent. Réservations de vols secs non admissibles. Cette offre s'applique uniquement aux nouvelles réservations visant un départ prévu entre le 1er avr. et le 31 oct. 2002. D'autres conditions sont en vigueur. Renseignez-vous pour obtenir tous les détails.

Grèce la Magnifique
NOLITOUR VACANCES
Perles D'Égée
9 JOURS / 7 NUITS
Départ le 17 mai 2002
• Croisière de 4 nuits les îles Grecques et la Turquie
• Séjour de 2 nuits à Mykonos
• Séjour de 1 nuit à Athènes
• Comprend vol aller-retour sur Air Transat
• Départ de Montréal / Mirabel
1679 $

Forfaits Plus
RÉSERVEZ AVANT LE 15 MARS
Paris
Hôtel des Arts ★★+
7 nuits / 8 jours
Départs du 9 au 15 juin
COMPREND:
• Le vol Montréal-Paris-Montréal (8 jours) en classe économique • Le transfert aller-retour en autobus ou mini-bus, entre l'aéroport Charles-de-Gaulle et l'hôtel • 7 nuits consécutives et le petit déjeuner buffet continental chaque matin • Les taxes, les frais de transport
vacances air transat
à partir de 969 $

PARIS
Départs de Montréal / Air Transat
Du 9 au 20 mai
à partir de 629$
RÉSERVEZ AVANT LE 15 MARS

Départs de Montréal / Air Transat
Londres à partir de 649 $ Du 20 au 28 avril
Bruxelles à partir de 679 $ Du 2 au 17 juin
Nice à partir de 729 $ Du 6 au 21 juin
Varsovie à partir de 829 $ Du 4 au 26 juin

Circuits
L'Europe Romantique
17 mai – 17 jours
France • Belgique • Allemagne • Autriche • Hongrie • République Tchèque • Hollande
COMPREND: • Transport aérien aller-retour avec Air Transat • Transferts aller-retour à l'aéroport de Paris • Transport en autocars climatisés, avec sièges inclinables • 21 Repas • Les services d'un guide accompagnateur, parlant français, pendant toute la durée du circuit • Hébergement en chambre double, en TOURISME SUPÉRIEUR (standards européens), avec lits jumeaux et salle de bain privée
2249 $* vacances air transat TRAFALGAR
*Économies incluses: Super RÉSERVEZ-TÔT (3 mois), paiement comptant et Prime de Fidélité.

Offerts en collaboration avec les partenaires participants suivants : vacances air transat, vacances air transat TRAFALGAR, NOLITOUR VACANCES, Holland America Line, INSIGHT VACATIONS, contiki

Marlin Agence de voyages
Carrefour Richelieu, 600, Pierre-Caisse, St-Jean
(450) 348-0918

Départs de Montréal. Exprimés en dollars canadiens, les prix correspondent au tarif par personne, en occupation double. Les prix indiqués étaient disponibles au moment d'aller sous presse et correspondent aux prix minimaux offerts pour les dates de départ, les types de chambres et les catégories de cabines précisés. Il se peut que les taxes de transport, les frais de service, les suppléments liés au change et la TPS, s'il y a lieu, ne soient pas inclus. Cette offre vise uniquement les nouvelles réservations et tient compte de toutes les primes de réservation hâtive et de tous les rabais applicables. **Garantie du plus bas tarif aérien :** Applicable uniquement aux vols d'Air Transat vers l'Europe. Les tarifs doivent être annoncés dans le même journal, à la même date de publication, pour la même destination et les mêmes dates de départ/retour. **Offre de prime :** Une prime par réservation d'une valeur minimale de 1 500 $ (excl. les taxes), celle-ci devant inclure le transport aérien aller-retour, plus trois nuits d'hébergement, une croisière, une voiture de location ou un abonnement ferroviaire. Une seule prime par réservation. Frais d'expédition et de manutention de 15 $ en sus. Il faut compter quatre semaines pour la livraison. Il faut réserver auprès des partenaires participants, entre le 2 mars et le 30 avr., et payer le voyage au complet d'ici le 31 mai 2002, le départ devant avoir lieu entre le 1er avr. et le 31 oct. 2002. Réservations de vols secs et de groupes non admissibles. Autres conditions : Vacances Air Transat – Tarifs enfants et réservations de forfaits Europe Express non admissibles. Minimum de deux personnes par réservation. Nolitour Vacances – Réservation hôtelière d'au moins cinq jours. Croisières Holland America – Itinéraires en Méditerranée ou en mer Baltique seulement. Les quantités sont limitées, et nous nous réservons le droit de substituer ou de retirer cette offre en tout temps. L'offre ne peut être jumelée à aucune autre offre spéciale ni à aucun rabais. D'autres conditions peuvent s'appliquer. Veuillez consulter les brochures courantes des fournisseurs participants pour connaître l'ensemble des règles et des restrictions liées aux produits. Prière de vous adresser à l'agence Thomas Cook ou Voyages Marlin participante de votre localité pour obtenir tous les détails. Permis du Québec.
071552-2c40-l

ASTROLOGIE

Les prévisions de la semaine

AVEC FLEUR D'ANGE
450-229-3263

Semaine du 6 au 12 mars 2002

BÉLIER

21 MARS AU 20 AVRIL

Plusieurs surprises peuvent vous arriver cette semaine. Amour : Vous savez ce qui est bon pour vous. Santé : Vous allez vous prendre en main. Travail : Il vous faudra travailler très fort pour améliorer vos finances.

4-5-9-31-40-41

TAUREAU

21 AVRIL AU 20 MAI

Une rencontre inoubliable vous apportera une grande satisfaction. Amour : Rien n'est impossible quand il y a de l'amour et de la bonne volonté de la part des deux partenaires. Santé : Rien de spécial. Travail : Sécurité et avancement.

28-30-33-34-40-44

GÉMEAUX

21 MAI AU 21 JUIN

Les événements se précipitent. Amour : On vous aime plus que vous ne le croyez. Santé : Attention aux virus. Travail : Faites-vous des alliés, ils sauront vous seconder.

3-7-10-12-18-27

CANCER

22 JUIN AU 23 JUILLET

Le soleil revient dans votre vie. Amour : Vous serez comblé. Santé : Vous résistez aux virus. Travail : Rien ne devrait vous inquiéter.

3-7-12-18-40-46

LION

24 JUILLET AU 23 AOÛT

De nouvelles possibilités s'offrent à vous. Amour : Vous avez besoin de communiquer. Santé : Vérifiez votre tension artérielle. Travail : Amélioration financière.

6-14-15-34-35-40

VIERGE

24 AOÛT AU 23 SEPTEMBRE

Vous avez le feu vert pour faire avancer certains projets. Amour : Les choses seront beaucoup plus claires. Santé : Amélioration. Travail : Promotion et avancement.

3-9-10-27-36-41

BALANCE

24 SEPTEMBRE AU 23 OCTOBRE

Semaine assez tranquille. Amour : Nouveau départ pour certains d'entre vous. Santé : Fatigue accumulée. Travail : Le moment est favorable pour quelques transactions.

19-21-24-30-33-39

SCORPION

24 OCTOBRE AU 22 NOVEMBRE

Vous aurez à envisager certaines choses sous un nouvel angle. Amour : Votre vie amoureuse sera plaisante. Santé : Vous avez beaucoup de courage et de force intérieure. Travail : La chance est avec vous.

19-21-23-31-37-39

SAGITTAIRE

23 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE

Vous êtes inquiet de nature, ne vous en faites pas inutilement. Amour : Vie sentimentale plaisante. Santé : Évitez les colères. Travail : Amélioration générale.

19-21-27-31-34-43

CAPRICORNE

22 DÉCEMBRE AU 20 JANVIER

Vous aurez des décisions importantes à prendre. Amour : Essayez de dialoguer avec la personne aimée. Santé : Surveillez votre peau. Travail : Grande satisfaction.

3-14-15-19-20-21

VERSEAU

21 JANVIER AU 19 FÉVRIER

Vous savez ce que vous voulez. Amour : Vous avez beaucoup de magnétisme. Santé : Énergie à la hausse. Travail : Vous terminez une affaire importante.

7-14-17-24-25-30

POISSONS

20 FÉVRIER AU 20 MARS

Vous serez très en demande. Amour : Beaucoup de sensibilité. Santé : Maux de tête.
Travail : Vous aurez à prendre plusieurs décisions concernant l'administration de votre entreprise.

16-19-27-32-37-46

L'ÉGLISE D'ICI

Le thème du pardon

Les mercredis du mois au Centre de ressourcement spirituel Saint-Jean (80, rue Lajeunesse) sont une véritable mine d'or pour ceux et celles qui acceptent de repenser leurs connaissances religieuses dans une Église, qui sans cesse, creuse, va au coeur de la foi, se renouvelle.

Mercredi dernier monsieur l'abbé Gérard Marier, bien connu dans la région pour sa «saveur évangélique pleine d'humour», a creusé le thème du «pardon» avec les 120 participant(e)s présents à la soirée. Avec finesse, il a précisé le sens des mots responsabilité et culpabilité, souvent imbriquées sans nuance.

La responsabilité c'est l'acceptation dans la vérité d'avoir posé tel geste, d'avoir dit telle parole. Ce qui s'ensuit trop souvent, c'est une culpabilité qui empoisonne l'existence. La culpabilité perdrait de son importance si on acceptait que tel geste posé, telle parole dite, ont des racines inconscientes qui les ont éveillés. En d'autres mots, chacun(e) porte en soi un nombre inavoué de blessures même inconscientes qui provoquent, à un moment donné, un éclatement: ce qui est vrai pour soi, l'est aussi pour les autres. Plutôt que de dire «je lui pardonne» souvent sans profondeur, si j'avais l'audace de m'excuser moi-même, d'excuser l'autre parce que c'est l'ensemble de «mes» et de «ses» blessures qui ont refait surface lors de tel événement, les relations gagneraient en qualité.

Excuser l'autre, s'excuser soi-même dans la vérité du «je ou il n'a pas fait exprès», c'est ce qu'a dit le Christ à la croix: «Père, pardonne-leur, ils ne savent pas ce qu'ils font». Le Christ, connaissant le coeur humain avec ses richesses et ses scories, avait saisi la difficulté de vivre avec tout ce que l'on accumule, depuis la naissance, de tensions souvent liées à l'injustice, à l'incompréhension. Plusieurs fois au cours de la soirée l'assistance a chanté avec Édith Piaf «Non, non, je ne regrette rien». Pourquoi? pour apaiser notre coeur de sa culpabilité dévastatrice. Une telle prise de conscience, dans la vérité, se veut libératrice pour soi, pour l'agir de l'autre. Une vraie conversion du regard, en ce début de Carême!

Pourquoi le Christ a-t-il demandé au Père de pardonner? parce que Lui, le Fils était si profondément blessé par tant d'incompréhension qu'il fallait que le Père, présent au coeur de sa vie, intervienne. C'est dire que lorsqu'on ne parvient pas à pardonner à cause de la profondeur de la blessure, on demande au Père, atteint dans notre souffrance, de pardonner à notre place, ce qui est profondément libérateur.

En réponse à une question sur la célébration eucharistique, l'abbé Marier a fait ressortir, d'une façon imprévisible, «le privilège» que nous avons d'assister au banquet, à la table du Seigneur. Y aviez-vous pensé «la messe ce n'est pas une obligation mais un privilège d'être invité». Le merveilleux, c'est pour tous ceux et celles qui le désirent. Quelle vision éclairante! Quand on connaît l'amour de l'Église de l'abbé Marier, d'une Église en marche, on ne trouve pas sa réflexion farfelue mais la réflexion d'un homme de foi, lié au quotidien, en constante recherche d'une Parole neuve, adaptée.

Comme il fait bon de redécouvrir des dimensions nouvelles à des paroles évangéliques souvent enfermées dans le «je sais» et pourtant si libératrice.

Ne manquez pas le mois prochain «La colère»: force de vie ou énergie de destruction. Sûrement un éclairage époustouflant également.

En avril «Chacun sa mission» peut-être découvrirons-nous, en vérité, que tout être humain apporte à l'humanité des richesses incalculables de par sa simple présence. Quelle ouverture pour des relations comblantes!

Ces mercredis du mois, il ne faut plus les manquer! Il n'y a que 200 places.

J. Étais ■

Pèlerinage à l'Oratoire St-Joseph

La Légion de Marie offre à la population d'Iberville et des environs la possibilité de participer à son pèlerinage annuel à l'Oratoire St-Joseph. Celui-ci aura lieu le mardi 12 mars prochain. Transport par autobus. Départ à 9 heures du stationnement de l'église Saint-Noël; retour au même endroit vers 16 heures. Coût: 17 $.

Billets et informations: Mme Lucie Sanfaçon au 346-3826. ■

ALCOOL

La récolte

Des serviteurs de confiance ce sont des serviteurs. Leur privilège, parfois bien ingrat, consiste à s'occuper des corvées du groupe.

Dans son livre «Zorba le Grec», Nikos Kazantzakis décrit la rencontre entre son personnage principal et un vieil homme en train de planter un arbre. «Qu'est-ce que tu es en train de faire? demande Zorba. Et le vieil homme de répondre: Tu le vois très bien, ce que je suis en train de faire, mon fils, je plante un arbre.» Mais pourquoi planter un arbre, demande Zorba si tu ne dois pas le voir porter de fruits? Et le vieil homme réplique: «Moi je vis comme si je n'allais jamais mourir». Cette réponse suscite un vague sourire chez Zorba qui, en s'éloignant, s'exclame avec une pointe d'ironie. Comme c'est étrange! Moi, je vis comme si j'allais mourir demain.

En tant que membre des Alcooliques Anonymes, j'ai trouvé dans le troisième élément de notre héritage un sol fertile dans lequel j'ai planté l'arbre de ma sobriété. Je récolte de merveilleux fruits: la paix, la sécurité, la compréhension et vingt-quatre heures d'un éternel accomplissement. Avec un esprit clair, je peux écouter la voix de ma conscience quand elle me dit doucement, dans le silence: «Tu dois céder ta place dans le service. Il y en a d'autres qui veulent planter et récolter.»

Il y a réunion lundi à l'église Saint-Athanase (sous-sol) à 20 heures, coin 9e Avenue et 1re Rue, Iberville et au sous-sol Hôtel de ville (Hemmingford) à 20 heures.

P.S.: Si tu penses avoir un problème avec l'alcool? Appelle Alcooliques Anonymes au 347-6580. ■

L'AUTO

De Halifax à Vancouver en Pontiac Vibe

JEAN-FRANÇOIS GUAY

Franchir le Canada en 17 jours, de Halifax (N.-E.) à Vancouver (C.-B.), au volant d'un Pontiac Vibe 2003. Voilà le dernier défi lancé par GM du Canada aux chroniqueurs automobiles du pays qui ont voulu répondre à cette invitation inusitée. À l'instar de plusieurs médias nationaux, LE CANADA FRANÇAIS a accepté de participer à cet évènement en prenant le volant du Vibe de l'équipe «Lava» afin de parcourir le tracé reliant Fredericton (N.-B.) à la ville de Québec.

Pour mettre du piquant entre les participants, GM a formé trois équipes regroupées sous des noms de couleur de la Vibe: Abyss (noir), Satellite (argent), et Lava (rouge). Afin de faire participer le plus grand nombre de journalistes automobiles, ceux-ci sont remplacés à tous les 2 ou 3 jours (c'est selon l'itinéraire). De notre côté, nous avons choisi de faire la route Fredericton-Québec, et avons laissé le soin à nos autres coéquipiers de l'équipe Lava d'effectuer les trajets: Halifax-Fredericton, Québec-Montréal, et Montréal-Toronto, et ce, jusqu'à Vancouver.

BON
Silhouette réussie
Aucun bruit de caisse
Direction solide
Traction intégrale (TI)
Design du volant
Design du tableau de bord

MAUVAIS
Absence de boîte manuelle (version TI)
Coffre étroit (banquette non rabattue)
Manque de soutien lombaire (sièges avant)
Confort de la banquette (angle du dossier)
Cadrans difficiles à consulter (passager avant)

UN VÉRITABLE RALLYE

Afin de créer un bon esprit d'équipe entre les journalistes (qui sont souvent des véritables concurrents dans la vie de tous les jours), les participants des trois équipes devaient faire un espèce de rallye photo pour ensuite envoyer celles-ci et leurs textes au site Internet «Drive the Vibe» Certes, nous pourrions vous raconter des histoires plein la page concernant les faits et anecdotes de cette expérience. Mais ce n'est pas notre but. On vous suggère plutôt de consulter le site Internet de GM si cela vous intéresse. Quant à nous, nous préférons vous communiquer nos impressions concernant ce premier contact avec le Vibe.

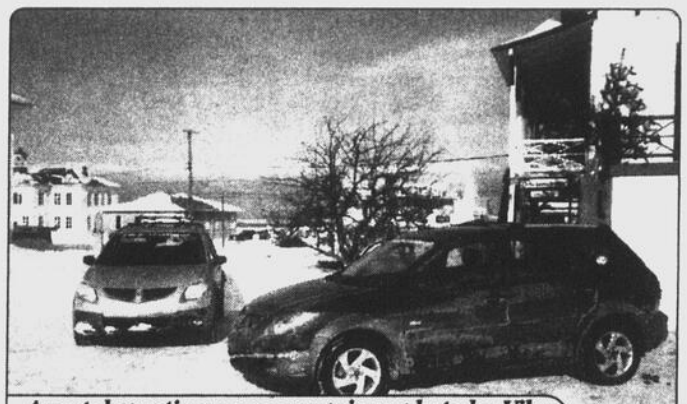
ORIGINE

Le Vibe 2003 est le produit d'un partenariat entre GM et Toyota. Celui-ci est fabriqué à Fremont en Californie par la NUMMI (New United Motor Manufacturing), un centre de production automobile dont la copropriété est détenue par GM et Toyota. Pour élaborer la Vibe, GM a travaillé en étroite collaboration avec l'équipe de stylistes et d'ingénieurs de Toyota, de la fin de 1999 jusqu'au début de l'année 2002.

Par rapport à la Toyota Matrix 2003, le Vibe arbore la griffe Pontiac avec des phares en amande, des antibrouillards encastrés, une calandre double, des clignotants arrière distinctifs et des voies élargies. Bref, une silhouette résolument plus musclée que la Matrix (c'est une question de goût!). Par ailleurs, certains traits du Vibe vous font penser à l'Aztek. C'est normal, ils font partie de la même famille. Cependant, avouons que le Vibe est beaucoup plus joli. À ce propos, nous avons recueilli plusieurs commentaires en ce sens auprès de gens du Nouveau-Brunswick et de la région du bas du fleuve (Rivière-du-Loup) que nous avons rencontrés lors de notre périple.

PRÉSENTATION

Un peu comme Mazda avec son modèle Protege 5, Pontiac espère que le Vibe trouvera un écho favorable auprès d'une nouvelle et jeune clientèle. Pour y réussir, le Vibe tente de réunir une multitude de caractéristiques qui nous permettent difficilement de le classer. Est-ce une compacte, une sportive, un utilitaire ou une familiale?



Avant de partir, nous avons pris en photo les Vibe de nos adversaires des équipes Abyss et Satellite.

En effet, le Vibe a la taille d'une compacte (245 mm plus court qu'une Cavalier), le caractère d'une sportive (180 chevaux dans la version GT), l'espace de chargement d'une familiale (1533 litres ou 54,1 pi cu) et les configurations de celle-ci (le siège passager avant et la banquette se replient), et la capacité de traction d'un utilitaire (traction intégrale dans la TI).

SUR LA ROUTE

Trois modèles forment la gamme Vibe: de base, TI, et GT. Sous le capot du modèle GT, on retrouve un 4 cylindres de 1,8 litre et 180 chevaux accouplés à une boîte manuelle à 6 vitesses. Selon Pontiac, la GT passe de 0 à 100 km/h en 8 secondes grâce à son puissant moteur d'origine Toyota pourvu de têtes de culasse modifiées et d'un système intelligent d'ouverture et de levée des soupapes augmentant le volume d'admission et d'échappement à haut régime.

Pour sa part, la puissance du 4 cylindres de 1,8 litre de la TI est de 123 chevaux et ne peut être accouplé qu'à une boîte automatique à 4 rapports. Quant au modèle de base (à traction avant), il est animé par le même moteur mais développe 130 chevaux. L'exploitation d'un système de propulsion à traction intégrale et d'une boîte automatique explique pourquoi le moteur de la TI est amputée de 7 chevaux par rapport à la Vibe à traction avant.

Lors de notre voyage Fredericton-Québec, notre Vibe TI a dû affronter une tempête qui a laissé 40 cm de neige dans la région de Rivière-du-Loup. De plus, nous avons parcouru des chemins forestiers (boueux et cahoteux) de la région de Woodstock (N.-B.) où le Vibe a été durement mis à l'épreuve. Face à ces obstacles, nous avons été agréablement surpris de la motricité intégrale du Vibe, et ce, malgré l'absence de pneus d'hiver. Qui plus est, nous avons été en mesure de constater (dans les chemins forestiers) que la suspension était ferme mais confortable, la direction stable et solide, et la qualité d'assemblage plus élevée que les autres produits Pontiac.

Aucun bruit de caisse suspect n'a attiré notre attention. Par ailleurs, nous avons apprécié le design du volant et celui du tableau de bord (même si le passager avant est incapable de lire les indications situées au fond des cadrans!). Finalement, soulignons le manque de soutien lombaire des sièges avant, l'inconfort de la banquette arrière (malgré le bon dégagement pour la tête et les pieds), et les bruits de vent provenant du toit ouvrant (oui, il était fermé!).

Somme toute, le Vibe est une révélation qui a nous a réconcilié avec la marque Pontiac. ■

VOS YEUX

La relâche, c'est aussi pour les yeux!

CÉLINE ÉTHIER

Tous ceux qui ont des enfants d'âge scolaire savent ce qu'est la fameuse «semaine de relâche». Les enfants l'attendent avec impatience et les parents, ma foi peut-être un peu moins!... Que diriez-vous d'un petit retour aux études, le temps de quelques jours? Et si tous ceux qui ont des yeux fatigués apprenaient, en cette semaine de relâche scolaire, quelques trucs pour reposer leurs pauvres yeux si souvent malmenés?

Avec le genre de vie que nous menons, les gens dont les yeux sont fatigués sont légion. Pour les étudiants et les écoliers, la fatigue est évidente car la vie scolaire exige une utilisation très intensive de ses yeux: on regarde au tableau, on écrit, on lit beaucoup, et on recommence! Les étudiants ne sont cependant pas les seuls à utiliser leurs yeux intensément. Tous ceux qui travaillent dans un bureau (et ils sont très, très nombreux...) ont maintenant à utiliser des ordinateurs, et ce, souvent pendant de longues heures. Le phénomène s'étend même à plusieurs travailleurs dont le travail n'en est pas un de bureau... Comme quoi la technologie n'a pas de limite!

Qu'est-ce qui fatigue les yeux? Pour faire une blague, disons que c'est de regarder qui fatigue les yeux... mais ce n'est pas tout à fait exact, heureusement. Pour reposer ses yeux, il ne faut pas nécessairement les garder fermés en les empêchant de regarder quoi que ce soit. C'est une chance et, rassurez-vous, je ne vous suggérerai pas de rester couchés toute la semaine.

Ce qui fatigue les yeux, c'est le travail rapproché de façon prolongée. Et maintenant, qu'est-ce que «rapproché» et «prolongé» signifient pour les yeux? Disons que, de façon générale, tout ce qui se fait à une distance de lecture ou d'ordinateur est du travail rapproché. Et pour la signification du mot «prolongé», disons que ce qui dure plus de 30 minutes devient du travail prolongé.

Le mécanisme des yeux se compare à celui du corps humain en général. Les yeux sont actionnés par des muscles qui les font non seulement bouger dans tous les sens, mais également faire la mise au point pour que ce qu'on regarde soit clair. Faites une petite expérience pour vous en convaincre. Regardez un crayon placé au bout de vos bras; maintenant, rapprochez-le au bout de votre nez et regardez-le pour que l'image soit claire et nette. Ne sentez-vous pas que, plus le crayon est rapproché, plus l'effort à fournir est grand? Plus ce qu'on regarde est rapproché, plus l'effort des muscles oculaires est important pour faire clairement la mise au point.

Ce n'est pas grave en soi que de faire «forcer» ses muscles pour les faire regarder quelque chose de près. Un peu d'exercice n'a jamais fait de mal à personne, n'est-ce pas? Le problème se manifeste lorsqu'on oublie le temps et qu'on prolonge l'effort encore et encore... Qui ne s'est jamais tapé plusieurs heures de suite à l'ordinateur? Qui ne s'est jamais installé pour lire sans quitter son livre des yeux pendant des heures?

À la suite de tout ce qu'on vient de dire, vous vous doutez bien que le repos des yeux passera par un temps de travail mieux géré, c'est-à-dire entrecoupé de plusieurs petites pauses. J'entends déjà des gens me dire qu'ils ne peuvent pas prendre de pause à tout bout de champ pendant la journée: il faut bien travailler, quoi! Rassurez-vous: pour les yeux, une pause peut simplement signifier regarder quelques secondes au loin, et ce, le plus souvent possible. Tous les coups d'oeil que vous jetterez au-dessus de votre écran sont autant de petites séances de repos bien mérité.

Et pour nos jeunes vacanciers, comment reposer ses yeux pendant la relâche? Allez jouer dehors! C'est simple, il s'agit de faire des activités qui ne demandent pas de regarder quelque chose de rapproché de façon intensive... Glissons, jouons au hockey, patinons, marchons, magasinons, dansons, faisons n'importe quoi mais, de grâce, ne changeons pas le cahier d'école pour un Nintendo ou un ordinateur. Ça n'a vraiment rien de reposant que de se braquer devant un écran pendant de longues parties de journée!

En résumé, pour reposer ses yeux, il suffit de leur faire changer leurs habitudes. N'est-ce pas la nature même des vacances que de faire changement? Si vous désirez me joindre, vous pouvez le faire au 705, boul. d'Iberville à Iberville, 346-7318. Bonne semaine! ■

CONCOURS

Semaine de la sensibilisation à la PHARMACIE

4 au 10 mars 2002

À GAGNER L'UNE DES
3 paires de billets pour le spectacle de Chantal Pary et Carl William, présenté au Théâtre de L'Écluse, le samedi 30 mars.

Semaine de la sensibilisation à la Pharmacie

LE CANADA FRANÇAIS

COUPON-PARTICIPATION

84, rue Richelieu
Saint-Jean-sur-Richelieu
(Qc) J3B 6X3

S'il vous plaît, compléter en lettres moulées

Nom : _____

Adresse : _____

Ville : _____ Code postal : _____

Téléphone : _____

Un tirage au sort détermine les gagnants, parmi les bonnes réponses reçues.

Q. Quel est le thème de la semaine de la sensibilisation à la pharmacie ?

Réponse : _____

* Aucune reproduction acceptée

Le tirage au sort aura lieu le 19 mars à 14 h

DANIEL LUSSIER
PHARMACIEN

Dans le doute, consultez votre pharmacien !

Notre mandat est une mission d'information et de prévention auprès de la clientèle, afin de les protéger des risques reliés aux traitements.

122, rue Saint-Jacques, Saint-Jean-sur-Richelieu • Tél.: (450) 347-2389

Heures d'ouverture
Lundi au vendredi 9 h à 20 h
Samedi 9 h à 13 h
Fermé le dimanche

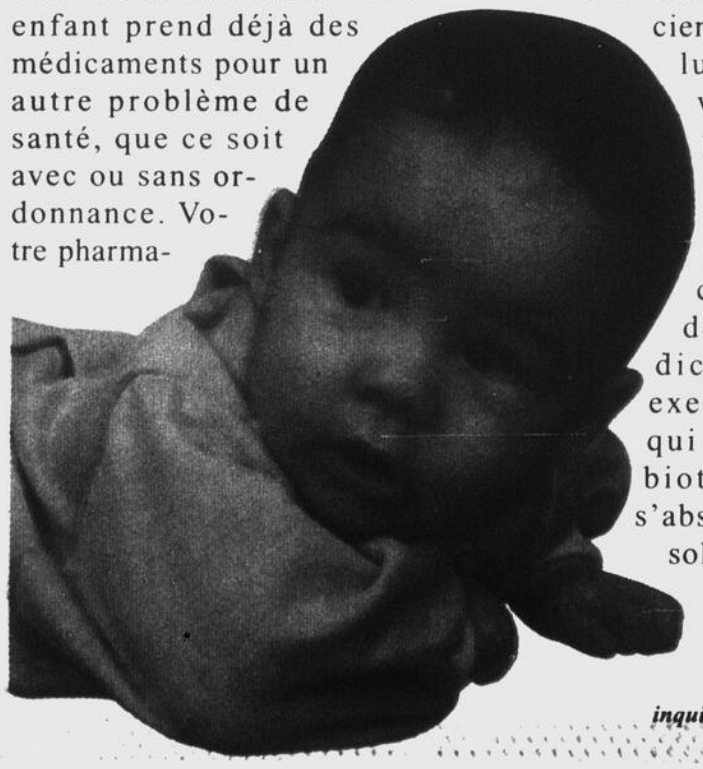
ASSOCIÉ À SANTE Services

À la santé de nos enfants!

La santé d'un enfant pendant ses premières années inquiète les parents. Un simple rhume peut prendre des proportions alarmantes; des coliques peuvent rendre des parents très nerveux; un bébé qui fait ses dents peut devenir insupportable; une coupure qui prend du temps à guérir les préoccupe. Vous vous inquiétez de votre petit? Vous cherchez une source de réconfort? Voyez votre pharmacien!

Votre pharmacien doit d'abord être mis au courant si votre enfant prend déjà des médicaments pour un autre problème de santé, que ce soit avec ou sans ordonnance. Votre pharmacien connaît mieux que quiconque tous les médicaments et pourra recommander ceux qui feront que votre enfant se sentira mieux... vous aussi d'ailleurs.

Du 4 au 10 mars, les pharmaciens et les pharmaciennes vous invitent à venir souligner avec eux la Semaine de la sensibilisation à la pharmacie. Le thème de cette semaine «Parlez-en à votre pharmacien(ne)» exprime bien un souci constant de communiquer avec les clients. Venez voir votre pharmacien. Profitez-en pour lui rapporter tous vos médicaments périmés. Demandez-lui également de vous renseigner sur les contre-indications de différents médicaments. Par exemple, un enfant qui prend des antibiotiques devrait s'abstenir de jouer au soleil.



La santé d'un enfant, surtout durant les premières années, inquiète beaucoup les parents.

UNIPRIX
Lemieux-Ferland-Paquette

Notre priorité est accordée à la santé des personnes et à la relation pharmacien-client.

Notre conseil : Assurez-vous de bien vérifier la date d'expiration des médicaments avant leur utilisation.

OUVERT TOUS LES JOURS

Carrefour Laplante
347-2000
795, boul. d'Iberville

Place St-Jean
348-3787
400, boul. du Séminaire

Pharmacie CLOUÂTRE

Martine CLOUÂTRE,
pharmacienne

Les conseils et les interventions des pharmaciens et pharmaciennes aident les patients à mieux prendre soin de leur santé, à se sentir bien et à avoir une meilleure qualité de vie.

Ouvert tous les jours!

(450) 359-1202

Halles St-Jean • 145, boul. Saint-Joseph, Saint-Jean-sur-Richelieu

0748870-2c40-ym