



Des vedettes de MixMania au concert de la paralysie cérébrale

EDITH PARIZEAU

Pierre-Luc Blais et Caroline Marcoux-Gendron, deux vedettes de la populaire série MixMania, ont fait une présence remarquée à l'occasion du 2e spectacle au profit de la paralysie cérébrale qui a eu lieu dimanche dernier, à la Cathédrale de Saint-Jean-sur-Richelieu, en présence d'un millier de spectateurs.

La jeune Marie-Pier Perreault et plusieurs artistes de la région ont aussi fait un succès de cette soirée dont les profits devraient osciller aux alentours de 20 000 \$ — Page C-2

Mario Ducharme met son expertise vidéo au service de Disney

MICHEL PHANEUF

Mario Ducharme met son expertise vidéo au service de grandes agences de publicité et de compagnies aussi importantes que Walt Disney, Future Shop, Pepsi-Cola et Mega Blocks. Son travail touche entre autres au «compositing» et à l'adaptation française des annonces commerciales. — Page C-6



Natalie Choquette, une diva pas comme les autres!

MICHEL PHANEUF

Elle a la voix d'une diva, elle a la prestance d'une diva. Mais à tous les autres égards, Natalie Choquette n'est pas une diva comme les autres. Vraiment pas. Les quelque 500 personnes qui l'ont vue et entendue jeudi dernier au Théâtre des Deux Rives en savent quelque chose. — Page C-3



DISQUE

Un disque de Noël à saveur régionale

Cette semaine, vous pourrez vous procurer un disque intitulé Chantons Noël avec le Baby Boomer's Band et vos marchands régionaux. Les profits de ce produit de qualité seront versés aux démunis. — Page C-8



VIDÉO

L'ère de glace: vos enfants vont adorer

Si vos enfants aiment le moindrement le cinéma, il faut leur louer L'ère de glace, un film qu'ils ne se lasseront pas d'écouter. Même les plus grands demanderont à le revoir! — Page C-10



CINÉMA

Meurs un autre jour: un film très inégal

Meurs un autre jour, le 20e épisode de la série James Bond, plaira aux inconditionnels mais fera mourir d'ennui ceux qui souhaitent que la formule se renouvelle. — Page C-8



SOMMAIRE

Cinéma	C-8	Musique	C-8
Horaire Cinéma	C-11	Plaisir du vin	C-19
Horoscope	C-22		
Lecture	C-9	Vidéo	C-10

La Coopérative artistique lance son premier calendrier

MICHEL PHANEUF

La Coopérative de solidarité artistique et culturelle du Haut-Richelieu est maintenant une réalité. Cet organisme qui a pignon sur rue au 2, rue Saint-Georges, a en effet inauguré officiellement ses activités publiques dimanche lors du vernissage de sa première exposition et du lancement de son calendrier promotionnel. — Page C-5



Un autre beau spectacle au profit de la paralysie cérébrale

EDITH PARIZEAU

Près de 1000 personnes ont assisté, dimanche dernier, à la Cathédrale, au deuxième spectacle organisé au profit de l'Association de paralysie cérébrale du Québec. Les personnes présentes à cette soirée qui devrait générer des profits de 20 000 \$ ont ainsi pu entendre quelques ensembles de la région, de même que les voix de Marie-Pier Perreault et d'un duo vedette de MixMania formé de Pierre-Luc Blais et Caroline Marcoux-Gendron.

Ce spectacle a été lancé par l'air «Promenade en traîneau», joué par le Cercle philharmonique de Saint-Jean-sur-Richelieu. Quelques discours ont suivi. Le président de l'Association de paralysie cérébrale du Québec, Joseph Khoury, Yvon

Charbonneau, représentant la ministre canadienne de la Santé, et le président d'honneur, Richard Gamache, se sont succédé au micro.

M. Gamache a profité du moment pour remettre un chèque de 3500 \$ au nom de toute son équipe du Centre du camion Gamache. Les employés ont amassé 1750 \$, un montant qu'il a doublé.

Le concert a pris véritablement son envol avec une chorégraphie de la Troupe de danse Maureen MacDonald, sur une musique de La Belle et la Bête. La Chorale St-John's formée d'élèves de 8 à 18 ans fréquentant la St-John's High School a pris place à l'avant et a chanté «Mille Colombes» et le classique de Noël Sainte-Nuit, en français.

Le Cercle philharmonique y est allé d'un trio de trombones avec la pièce «Trombrero». Jean-Luc Blais, membre de la comédie musicale Les Légendes, a ensuite interprété une chanson de circonstance, «Le Temps des cathédrales». C'est d'une voix puissante qu'il a entonné cet air populaire de la comédie musicale «Notre-Dame-de-Paris».

M. Blais, de connivence avec le maître de cérémonie, Georges Whelan, est revenu sur scène pour une chanson surprise d'Elvis Presley qu'il a dédiée à M. Khoury, mais aussi à toutes les personnes atteintes de paralysie cérébrale.

Il a cédé sa place à l'ensemble de cuivre Brass Kamarades, composé de deux trompettistes, un tromboniste, un joueur de cor et un autre de tuba, tous de la région. Ils ont interprété un arrangement de «Saint's Hallelujah», peut-être mieux connu sous le nom de «When the saints go marching in».

La Chorale St-John's et la Troupe de danse Maureen MacDonald se sont unis pour la chanson «Les Enfants de la paix». Les choristes ont interprété la chanson en français, mais y sont aussi allés d'un petit bout en anglais.

JEUNES TALENTS

Le maître de cérémonie a insisté plusieurs fois sur la présence de jeunes talents à ce concert. Marie-Pier Perreault était du nombre. Cette jeune fille de 13 ans a attendu que le Cercle philharmonique entame les premières notes de l'Ave Maria avant de faire entendre sa voix juste

et claire sur cette chanson qui a fait sa renommée. Elle n'avait pas terminé le premier couplet que des applaudissements se sont fait entendre. Ils se sont cependant vite éteints pour laisser toute la place à cette voix magnifique.

Marie-Pier Perreault a donné une performance à en donner la chaire de poule. Elle a livré cette chanson avec passion et à la perfection, s'accrochant au micro comme si elle chantait pour la dernière fois. Le public a eu peine à attendre que les dernières notes soient complétées pour l'ovationner chaleureusement.

L'association a ensuite profité de l'intermission pour rendre hommage à son maître de cérémonie, Georges Whelan. Ce personnage de la télé et de la radio québécoise cumule plus de 25 années d'implication à la cause et l'endosse avec toujours autant de cœur qu'au premier jour.

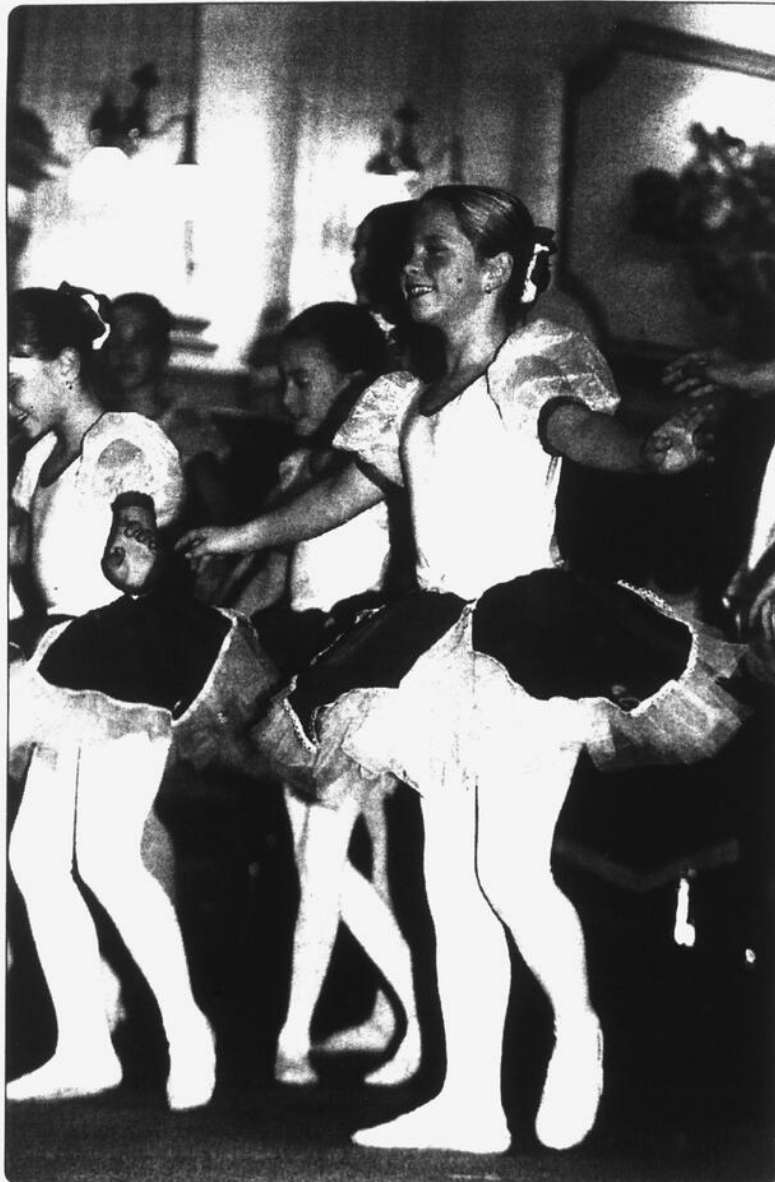
Le concert s'est ensuite transporté au jubé, où l'ensemble à cordes Les Goûts Réunis, Brass Kamarades et Diane Massé à l'orgue ont interprété «Jésus que ma joie demeure». Le public a voyagé au Royaume du bonhomme hiver, joué par Brass Kamarades puis tout juste après, Les Goûts Réunis sont descendus dans la nef et se sont avancés à l'avant tout en jouant la «Bransle des chevaux».

Une fois bien installés devant leur lutrin, les jeunes violonistes de l'ensemble, en compagnie de Brass Kamarades, ont fait débarquer la cavalerie avec l'Ouverture de Guillaume Tell. Personne n'a pu s'empêcher de taper du pied. Ils ont terminé leur présence à ce concert par la «Danse hongroise no 5».

La plus grande surprise de ce concert a été sans contredit la présence de deux des membres de MixMania. Pierre-Luc Blais était accompagnée de Caroline Marcoux-Gendron. C'est non sans quelques cris que ce duo a été accueilli. Il a interprété «Repose ton âme», une pièce qui se retrouve sur l'album de MixMania. Les organisateurs du concert avaient jugé bon de ne pas annoncer la présence des jeunes afin d'éviter quelques débordements de fans. Pierre-Luc est ensuite revenu sur scène avec son père, Jean-Luc, pour la chanson «Miserere». Ce duo a démontré que le talent est une affaire de famille chez les Blais.

Pour sa part, la violoniste Marie-Ève Poupard n'a pas manqué d'époustoufler les gens avec la pièce Millionaire's Hoedown. Le Cercle philharmonique a terminé le concert avec une pièce rappelant les airs favoris de Noël et le «Big Band Polka», un arrangement de «Pennsylvania Polka» et «Beer Barrel Polka».

Les organisateurs n'étaient pas encore en mesure de dire combien d'argent cette deuxième édition avait pu rapporter à la paralysie cérébrale, mais on croit se rapprocher de celui atteint l'an passé, soit 21 000 \$. Heureux du déroulement de la soirée et contents d'avoir pu compter sur la présence des cadets de l'air de l'Escadron 613 comme bénévoles, les organisateurs qualifient quand même le tout de réussite. ■



Les jeunes danseurs de la Troupe Maureen MacDonald ont présenté une chorégraphie sur la musique de La Belle et la Bête.



Richard Gamache a remis à Joseph Khoury un chèque de 3500 \$ au nom de ses employés.



Marie-Pier Perreault a suscité bien des frissons avec son interprétation de l'Ave Maria.



Jean-Luc et Pierre-Luc Blais, le père et le fils, ont démontré que le talent est une affaire de famille chez les Blais.



Le Cercle philharmonique de Saint-Jean-sur-Richelieu a joué plusieurs pièces durant la soirée.

Une diva vraiment pas comme les autres

MICHEL PHANEUF

Elle a la voix d'une diva, elle a la prestance d'une diva. Mais à tous les autres égards, Natalie Choquette n'est pas une diva comme les autres. Vraiment pas. Sa fantaisie, son humour, son charisme et sa chaleur, sans oublier ses remarquables talents de comédienne font d'elle une cantatrice unique en son genre. Les quelque 500 personnes qui l'ont vue et entendue le 21 novembre dernier au Théâtre des Deux Rives en savent quelque chose.

Invitée dans le cadre d'une soirée bénéfice au profit du Fonds de développement du Cégep Saint-Jean-sur-Richelieu, Natalie Choquette a servi à ses spectateurs une prestation haute en couleur et en belle musique. Une prestation dans l'ensemble fort différente de ses deux précédents spectacles à Saint-Jean-sur-Richelieu, mais tout aussi captivante.

Accompagnée du quintette à cordes La Scala de Montréal, la diva nous a ainsi présenté cinq «tableaux», chacun d'eux mettant en scène un personnage différent, de Marie-Antoinette à Shéhérazade, en passant par une gymnaste soviétique, une cantatrice automate et une serveuse adepte de la Bolduc et du bel-canto.

Chacun de ces tableaux donne à la chanteuse l'occasion de présenter différentes pièces, des extraits d'opéras bien sûr, mais aussi des



Natalie Choquette a servi à ses spectateurs une prestation haute en couleur et en belle musique.



En plus d'offrir une excellente performance vocale, la cantatrice y est aussi allée de quelques prouesses plus physiques.



Le rire a maintes fois été au rendez-vous de la soirée, entre autres quand la diva est allée se chercher un partenaire dans la salle, histoire de pimenter certaines chansons d'amour.

chansons et des airs connus. Des pièces qu'elle interprète d'une voix superbe, toute en justesse et en nuances, avec beaucoup de musicalité et parfois aussi d'émotion. À cet égard, Natalie Choquette démontre avec éloquence qu'elle est une véri-

table diva, capable de chanter Mozart ou Puccini avec une aisance et une maîtrise remarquables.

Mais notre diva ne fait pas que chanter; elle joue la comédie, elle gesticule, elle se pare de costumes

tous plus colorés les uns que les autres et elle fait des prouesses, aussi bien avec sa voix qu'avec son corps.

C'est d'ailleurs là qu'elle se démarque des autres cantatrices: il faut la voir danser et faire des mouvements de gymnastique tout en chantant *Kalinka*. Ou manger des spaghettis en interprétant un extrait de *Turandot*. Il faut l'entendre aussi faire d'impressionnantes vocalises sur l'air du *Rondo Alla Turca* de Mozart ou encore chanter tout en se gargarisant avec une gorgée de vin... entre deux bouchées de spaghetti!

Il va sans dire que toutes ces prouesses ne laissent pas le public indifférent. En fait, il n'y a pas grand monde au Théâtre des Deux Rives qui n'a pas passé la soirée un

large sourire accroché aux lèvres. Un sourire qui a plus d'une fois fait place à l'hilarité, surtout quand la cantatrice est allée se chercher un partenaire dans la salle, histoire de pimenter certaines chansons d'amour. On peut dire à cet effet que les deux «chanceux» qui se sont retrouvés sur scène jeudi en ont eu pour leur argent. Surtout M. Jean-Pierre Bessette qui a vu la chanteuse de très près...

Non, notre diva nationale n'est vraiment pas une diva comme les autres. Toute aussi bonne, certes, mais combien plus exubérante et plus divertissante. De son propre dire, Natalie Choquette vise à abattre les frontières de l'art lyrique et à rendre le répertoire classique accessible à tous. Elle y réussit à merveille. ■

Les clowns en fête dimanche!

MARC ANGERS

Les clowns feront la fête au Théâtre des Deux-Rives dimanche. Le Cirque national des clowns y présentera en effet son tout nouveau spectacle intitulé *Taddah*.

Distributrice de tartes à la crème, jongleries dangereuses, homme projeté d'un canon, tous les ingrédients sont bien agencés pour faire rire les enfants. «Mais le spectacle ne s'adresse pas seulement qu'à eux, les adultes vont autant apprécier la prestation des clowns», ajoute Frederico Boris Iuliani du Cirque national des clowns (CNC).

Le précédent spectacle du CNC, *Anthologie*, a déjà été vu par plus de 100 000 personnes. *Taddah*, qui se veut la suite de ce succès, répète les mêmes grandes lignes de la formule gagnante. Seize personnes seront sur scène, dont sept musiciens. Les autres clowns s'occuperont de faire rire le public.

«Tout baigne dans une atmosphère de dessin animé. Les numéros sont enlevants et drôles et les accessoires sont caricaturaux», poursuit Frederico Boris Iuliani. Il précise que l'organisation a retenu tous les commentaires du public lors du spectacle précédent.



Le Cirque national des clowns présentera son tout nouveau spectacle *Taddah*! au Théâtre des Deux-Rives.

La toute première représentation de leur nouveau spectacle a eu lieu le 1^{er} novembre au patrimonial Théâtre Château à Montréal. À cet endroit, les clowns présenteront une série de 16 représentations. «Jusqu'à maintenant, nous sommes très heureux de la réponse des gens. Ils apprécient notre spectacle», annonce Frederico Boris Iuliani. L'équipe partira en tournée à travers la province. Outre Saint-Jean-sur-Richelieu les clowns se rendront à Valleyfield, Trois-Rivières, Joliette, Granby, Québec, Drummondville et Sherbrooke.

Le Cirque national des clowns est sans équivalent au pays. Sa

mission est de perpétuer la tradition clownesque et l'amène donc à travailler à la réalisation d'événements éducatifs sur le clown. L'organisation a vu son exposition *Circus Magicus* présentée par le Musée de la civilisation à Québec en 1998. Les clowns de ce cirque ont aussi posé pour des timbres-poste commémoratifs en collaboration avec VIA Rail.

Les billets sont en vente au coût de 13\$. Pour les abonnés au Théâtre des Deux-Rives, le prix des billets est de 11,70 \$. Pour plus de renseignements et pour réserver des sièges, vous pouvez composer le numéro de téléphone : 358-3949. ■



- Hébergement de charme **** 4 étoiles
- Situé face au majestueux lac Brome
- 38 chambres et suites, 22 avec foyer
- Cuisine française raffinée
- Piscine int., saunas, bain tourbillon
- 6 km de Knowlton, antiquaires, boutiques
- Brunch gourmand musical le dimanche
- Ski : Bromont, Glen et Sutton à proximité
- Forfaits Noël et Jour de l'An disponibles
- Plusieurs forfaits disponibles incluant : chambre, repas et service sur le forfait
- Rabais de 25% sur la chambre la 2^e, 3^e, 4^e et 5^e nuit en pam sur semaine
- Certificats-cadeaux disponibles





UN ENDROIT À DÉCOUVRIR!
Divers forfaits disponibles

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

CHANTEUR DE STYLE FOLK ROCK

Georges Bourgeois lance «Des mots qui pèsent»

EDITH PARIZEAU

Georges Bourgeois rêve du jour où il sera sur une scène et que la foule chantera son dernier tube avec lui. Mais pour l'instant, ce jeune chanteur de Saint-Jean-sur-Richelieu attend d'entendre sa première chanson tourner dans les grandes stations de radio du Québec. Ce n'est plus qu'une question de jours avant que «Des mots qui pèsent», qu'il a écrit et composé, résonne à vos oreilles.

Une guitare sèche, une voix un peu rauque qu'on pourrait comparer à celle de Jonathan Painchaud, ancien leader d'Okoumé, et des sonorités urbaines, c'est ce qui compose ce premier extrait du futur album de Georges Bourgeois.

Le chanteur refuse qu'on le compare à qui que ce soit. Il se moule cependant à la tendance folk rock qui envahit les ondes radiophoniques en ce moment. «Des mots qui pèsent» promettent un succès à son auteur-compositeur.

Inspirée de ses états d'âme, des petites choses de la vie qui le touchent, cette première chanson fait la fierté de Georges Bourgeois. Il la définit comme étant de style folk rock urbain. Folk, pour la guitare sèche. Rock, pour les accents de guitares électriques. Urbain, pour les sonorités et les effets. «J'approche des sons en vogue, de ce qu'on retrouve dans le nouveau style de Daniel Bélanger, mais je me suis beaucoup plus inspiré



Dans «Des mots qui pèsent», Georges Bourgeois confie ses états d'âme sur une trame musicale folk rock urbaine.

de Coldplay, un groupe alternatif que j'aime beaucoup», explique le jeune chanteur.

UN ALBUM

L'extrait «Des mots qui pèsent» ne sera pas l'exception à son album puisqu'on pourra y retrouver les mêmes sons, mais aussi la même rage de chanter et de vivre. «Le disque sera homogène, un même fil unira les chansons. Tout comme dans la première chanson, je parle de mes états d'âme, de ce que j'aime, de ce que je n'aime pas», mentionne Georges.

Le disque devrait sortir, si tout va bien et si la création suit son cours, vers le mois de mai. Le processus de création est bien entamé, mais pas encore

terminé. «Je n'ai pas fini les chansons. On (l'équipe de production) sait à peu près quelles chansons on va enregistrer, mais il reste encore les arrangements à faire. Il faut qu'on peaufine tout ça avant», soutient-il.

Pour ce faire, Georges Bourgeois sera sur scène de janvier à mars prochain pour assurer la première partie des spectacles de Corinne Zarzour. «Je suis très heureux qu'elle me donne ma chance et qu'elle me permette de jouer en première partie», affirme-t-il. Il en profitera donc pour «essayer» ses chansons. «Je devrais quand même respecter la version qui sera sur l'album, pour que les gens puissent se re-

trouver quand ils l'écouteront», explique-t-il.

CHRONIQUE D'UNE CARRIÈRE ANNONCÉE

Georges Bourgeois manie la guitare sèche depuis presque toujours. Il a pris ses premiers cours à 8 ans et mis à part une petite crise à l'adolescence où la guitare électrique l'emportait, elle demeure son instrument de prédilection.

Il a fait ses débuts sur la scène musicale de la région avec le groupe Article 33 et quelques années plus tard, avec des petites prestations dans les bars ici et là, au Kotobar surtout. Il a partagé cette scène avec Gilles Fecteau à quelques reprises et en mai, il participait au con-

cours de chansonniers lancé par la Société nationale des Québécois. Sa première place lui a valu d'être du spectacle du 24 juin, en première partie de Martin Robichaud et de Yelo Molo. Il formait alors un duo avec Tom, un autre chanteur.

Georges Bourgeois fait maintenant cavalier seul et depuis un an, il est sous le giron de Marie-Claude Meunier, aussi gérante de Raoul Duguay et de Corinne Zarzour. Il s'est aussi entouré de quelques-uns des professionnels de la chanson et de la musique. «Raoul Duguay m'a aidé et m'a donné quelques cours sur les techniques vocales. J'ai également pris des cours de guitare avec Mario Hébert et André Leclerc, du studio Plan A, à Saint-Luc, qui réalisera l'album et les arrangements», raconte-t-il.

Pour l'instant, Georges Bourgeois se partage entre les chiots et les chatons de l'Auberge canine et féline du Québec qu'il vient de fonder avec ses parents et sa soeur à Saint-Athanase, et le milieu de la chanson. Il participera aussi au cours de l'année à différents concours et se donnera le plus de visibilité possible.

Ce n'est pas le goût de la popularité et de la gloire qui l'ont poussé sur la voie du showbusiness, mais une passion pour la musique et des encouragements de toute sa famille. «Mon but dans tout ça, c'est de faire triper les gens avec mes chansons», confie-t-il. S'il est dur envers lui-même, qu'il est un critique difficile pour ses textes et ses compositions, ses proches le louangent et croient énormément en ses chances de réussir. ■

L'Union musicale d'Iberville présente son concert 75^e anniversaire samedi à la Cathédrale

C'est le samedi 30 novembre prochain que l'Union musicale d'Iberville soulignera son 75^e anniversaire en présentant un grand concert, à 19h30, à la Cathédrale de Saint-Jean. Ce concert aura ceci de spécial qu'il proposera non seulement un aperçu du répertoire de l'harmonie ibervilloise au fil de ces 75 années, mais réunira aussi quelques anciens directeurs musicaux qui reprendront leur poste le temps d'une pièce.

René Bernard, Guy Sasseville, Rolf Bertsch, François Brière, Pierre Simard, sans oublier Mario Chaussé et Bertrand Bouchard, les directeurs actuels de l'Union musicale et de l'Harmonie Junior, se succéderont ainsi pour diriger les musiciens.

À tout seigneur tout honneur, le concert débutera avec le nouveau chef de l'Union musicale, Mario Chaussé, qui dirigera l'«Ouverture à Candide» de Leonard Bernstein, la Seconde suite pour orchestre à vent de Gustav Holst et le thème du film «Les Aventuriers de l'arche perdue» de John Williams.

L'Harmonie Junior prendra ensuite la relève avec «La Parade des Grands Vaisseaux» de Jay Chattaway, une pièce que dirigera François Brière, suivie de «La Procession d'Elsa à la Cathédrale» de Richard Wagner, sous la direction de Guy Sasseville. Deux pièces dirigées par Bertrand Bouchard concluront la prestation de l'Harmonie Junior, «The Lord of the Dance» et «Pilatus: la Montagne des Dragons».

La deuxième partie de la soirée verra tout d'abord Rolf Bertsch reprendre la direction de l'Union musicale dans «La Procession des Chevaliers du Saint-Graal» de Richard Wagner. Ce sera ensuite au tour de Pierre Simard à diriger l'harmonie ibervilloise dans l'Ave Maria d'Anton Bruckner, après quoi René Bernard dirigera «Vol de nuit pour Madrid» de Leslie.

Les trois dernières pièces au programme seront à nouveau dirigées par Mario Chaussé. Deux d'entre elles, les «Quatre danses écossaises» de Malcolm Arnold et la Valse numéro 2 de Dmitri Shostakovich, seront interprétées par l'Uni-



Ce concert anniversaire réunira quelques-uns des chefs qui ont dirigé l'Union musicale au cours des dernières années.

on musicale, tandis que la troisième, intitulée «Marche 1941» de John Williams, réunira les musiciens des deux harmonies.

Il va sans dire que toute la population est cordialement invitée à venir célébrer cet anniversaire avec l'Union musicale. Il en va de même avec tous les anciens mem-

bres. Bien que certains d'entre eux aient déjà reçu des invitations, les organisateurs n'ont pu rejoindre tout le monde. L'invitation s'adresse néanmoins à tous ceux et celles qui ont déjà fait partie de l'Union musicale.

Les personnes qui désirent se procurer des billets peuvent

s'adresser directement à l'Union musicale (450) 347-8737, aux musiciens et aux musiciennes qui en font partie, ou encore par courriel à l'adresse suivante: umi1927@yahoo.ca. On pourra également en acheter à la porte de la Cathédrale, coin Saint-Jacques et Longueuil à Saint-Jean-sur-Richelieu. ■

La Coopérative artistique du Haut-Richelieu présente sa première exposition et son premier calendrier

MICHEL PHANEUF

La Coopérative de solidarité artistique et culturelle du Haut-Richelieu est maintenant une réalité. Non seulement au point de vue légal, mais aussi dans l'œil du public. L'organisme qui a pignon sur rue au 2, rue Saint-Georges à Saint-Jean a en effet inauguré officiellement ses activités publiques le 24 novembre dernier lors du vernissage de sa première exposition et du lancement de son calendrier promotionnel.

Intitulée «Mettre son pied à terre», l'exposition qui s'est ouverte dimanche en présence d'une foule considérable regroupe les œuvres de quelque 60 artistes de Saint-Jean-sur-Richelieu et de la Montérégie, tous membres du nouvel organisme coopératif. Plus de 220 œuvres au total, parmi lesquelles on retrouve peinture, aquarelle, sculpture, mix-média et autres disciplines.

Comme l'indique Martin Robichaud, agent de développement à la Coopérative, on compte parmi les participants plusieurs artistes bien connus dans la région, mais aussi des gens moins connus et même des nouveaux visages. «Il y a de belles découvertes à faire», fait-il valoir.

Fait à noter, en plus de présenter ses œuvres, chaque exposant donne cinq heures de son temps pour accueillir le public et assurer une présence sur les lieux de l'exposition. Un signe de l'implica-

tion des artistes dans la coop, souligne M. Robichaud.

À l'affiche jusqu'au 20 décembre prochain, l'exposition est ouverte au public du mercredi au dimanche, c'est-à-dire le mercredi de 13 heures à 19 heures, le jeudi et le vendredi de 13 heures à 21 heures et le samedi de même que le dimanche de 11 heures à 17 heures.

CALENDRIER

Le vernissage du 24 novembre a aussi été l'occasion pour la Coopérative de procéder au lancement de son calendrier 2003, une initiative entièrement consacrée aux artistes de la région.

12 artistes ont en effet illustré ce calendrier d'une de leurs œuvres, donnant à chaque mois une saveur différente. L'œuvre du mois de janvier a ainsi été réalisée par Claire Bienvenue; celle du mois de février par Louise Léveillé; celle du mois de mars par Diane Tremblay, celle du mois d'avril par Rita Désourdy, celle du mois de mai par Roger Alexandre et celle du mois de juin par Mario Readman. L'œuvre du mois de juillet a été créée par Rachel Perrea, celle du mois d'août par Micheline Caillé, celle du mois de septembre par Yoj Gamelin, celle du mois d'octobre par Michelin Proulx, celle du mois de novembre par Pierre Sigouin et celle du mois de décembre par Carmen Messier.

Au total, 37 artistes ont répondu à l'appel des responsables de la Coopérative et ont soumis une œuvre pour le calendrier. C'est un comité formé de trois personnes

qui a procédé au choix final.

Le résultat est très varié, marquant à la fois le traditionnel et le moderne, souligne Martin Robichaud. «Il y a en a pour tous les goûts», indique-t-il.

Ce calendrier se veut à la fois un outil de promotion et de financement, ajoute M. Robichaud: faire connaître d'une part la Coopérative et les artistes qui en font partie, et d'autre part amasser des fonds pour contribuer au bon fonctionnement de l'organisme.

Les calendriers se vendent 10 \$ l'exemplaire. Ceux-ci sont disponibles auprès des artistes (chaque membre de la Coopérative en a reçu 10), de même que dans certains commerces, notamment à la pâtisserie «Les Gourmands Disent», 149, rue Richelieu. On peut également s'en procurer à la Coopérative, 2, rue Saint-Georges (ancien magasin Bouvreur) à Saint-Jean-sur-Richelieu. ■



L'exposition «Mettre son pied à terre» regroupe les œuvres d'une soixantaine d'artistes. Elle est à l'affiche jusqu'au 20 décembre prochain.

DIMANCHE À LA SOCIÉTÉ D'HISTOIRE

Yves Roby parlera de nos cousins du Sud

Nos cousins des États-Unis, d'hier à aujourd'hui: tel est le sujet qui sera traité par M. Yves Roby, conférencier invité par la Société d'histoire, le dimanche 1er décembre prochain.

Entre les années 1840 et 1930, environ 900 000 personnes quittent le Québec pour les «États», la plupart optant pour la Nouvelle-Angleterre. Qui sont ces gens? D'où viennent-ils? Pourquoi partent-ils? Quelles routes empruntent-ils? Quels endroits choisissent-ils pour s'installer?

Le Haut-Richelieu a été particulièrement touché par ces départs à cause de sa proximité des frontières américaines. Il a connu un exode massif d'une partie de sa population à partir de 1860. On a vu des paroisses dépérir, des rangs se vider lorsque des familles entières ont quitté le Canada pour l'Amérique à la recherche de meilleures conditions de vie, semble-t-il. Des milliers d'individus sont revenus. Un plus grand nombre est resté. Pourquoi?

Lors de son passage à la Société d'histoire, le professeur Roby rappellera la volonté de ces ex-Québécois de recréer en Nouvelle-Angleterre la patrie perdue! Il parlera de la création des «Petits Canadas»: de l'histoire des centaines de paroisses, d'écoles, de sociétés mutuelles, de journaux fondés afin d'assurer la survie française. Il entretiendra son auditoire des rêves qui se forgent dans ces nouveaux paradis.

M. Yves Roby, ex-professeur d'histoire à l'Université Laval à Québec a obtenu un doctorat après des études de troisième cycle à l'Université de Rochester dans l'État de New York. Ces études orientent son champ de spécialisation: Les Franco-Amé-



Yves Roby.

ricains. Le professeur Roby amorce une carrière universitaire en 1965 occupant successivement les postes de professeur adjoint, professeur agrégé, professeur titulaire au département d'histoire à l'Université Laval et ce jusqu'en 1999. Auteur de plusieurs ouvrages traitant de l'histoire des États-Unis, ses publications sont consacrées aux Québécois en terre d'Amérique.

M. Yves Roby expliquera le contexte de l'époque et les motifs de l'exode. Il répondra à toutes les questions posées par ses auditeurs. Sa conférence débutera à 14 heures à la bibliothèque de généalogie de la Société d'histoire du Haut-Richelieu, située au 203, rue Jacques-Cartier Nord à Saint-Jean-sur-Richelieu. Toutes les personnes intéressées sont les bienvenues. ■



Rick L. Blues à la Pointe II vendredi

Le blues sera à nouveau au menu de la soirée du vendredi 29 novembre prochain à la Pointe II, alors que Rick L. Blues et ses musiciens y seront en spectacle. Reconnu comme un des musiciens phares du blues québécois, Rick L. Blues dirige sa formation avec brio depuis cinq ans. Invité privilégié des festivals au Canada, sa réputation a dépassé les frontières et lui a permis de faire des tournées internationales comme tout récemment en République Dominicaine. Son spectacle, vendredi, débutera à 22 heures et le coût pour y assister sera de 5 \$ par personne. La Pointe II est située au 747, rue Saint-Jacques à Saint-Jean-sur-Richelieu. ■

**GRANDE FINALE
DU CONCOURS DE
- LA RELÈVE
DE L'HUMOUR**

Le Club
Bleue

Le samedi 30 novembre

LE PUB
resto bar

**Tournoi de Cribble
les dimanches à 13 h**

1000, boul. du Séminaire Nord
Saint-Jean-sur-Richelieu
Tél.: (450) 348-7777

Mario Ducharme met son expertise vidéo au service de Disney, Pepsi, Mega Blocks et plusieurs autres

MICHEL PHANEUF

Mario Ducharme en a fait du chemin depuis ses débuts dans le domaine de la vidéo, il y a de cela plus de 15 ans. Installé à Saint-Jean, puis à Saint-Luc et maintenant à Montréal, le vidéaste a vu son entreprise grossir et se développer pour se retrouver aujourd'hui chargée de contrats pour le compte de grandes agences de publicité et de compagnies aussi importantes que Walt Disney, Future Shop, Pepsi-Cola, Mega Blocks et nombre d'autres.

Le travail que Mario Ducharme et son entreprise, «Productions MD», se voient confier touche entre autres au «compositing» et à l'adaptation française des annonces commerciales que ces grandes compagnies diffusent à la télévision.

Par «compositing» on entend la modification de certaines scènes ou de certaines images qu'il faut composer de façon différente ou recomposer en profondeur, explique-t-il. Il peut s'agir par exemple d'enlever des images ou des parties d'images, soit parce qu'elles comportent des erreurs, soit parce qu'elles n'affichent pas la bonne langue.

En effet, comme la majorité de ces annonces sont produites aux États-Unis, tout ce qu'on y voit est écrit en anglais seulement. Il faut donc prendre les images où apparaissent les caractères anglais et les modifier, soit pour enlever complètement ces caractères, soit pour y ajou-



Mario Ducharme (à droite) au pupitre de montage en compagnie d'un de ses collaborateurs, Charles-Étienne Viau.

ter du français. Bien sûr, tout ça doit être fait de façon absolument identique à l'original, et ce, en incluant les effets spéciaux, les mouvements de caméra, les lettrages qui tournent, et ainsi de suite, souligne-t-il.

Dans d'autres cas, le travail est encore plus complexe. Comme dans cette annonce de la compagnie Mega Blocks, un important fabricant de jouets pour enfants installé à Montréal, qui a dû modifier en profondeur une de ses annonces pour la conformer aux nouvelles exigences du marché américain, ce à la suite des événements du 11 septembre.

Le film original montrait un robot qui arrive dans un fracas

de verre cassé et un tourbillon de fumée, de flammes et d'étincelles, relate Mario Ducharme. Pour que l'annonce puisse être diffusée aux États-Unis, il a fallu la modifier, image par image, afin d'enlever tous les éléments de feu, de fumée, de flammèches et de verre brisé.

Tous les contrats que se voit confier sa maison de production ne sont pas aussi laborieux, mais certains posent de véritables défis. «Parfois il n'y a que quelques retouches à apporter, indique-t-il; d'autres fois par contre, c'est très compliqué».

C'est ainsi que la francisation d'une publicité pour le jeu «Scrabble» a nécessité de refaire l'annonce en question presque

de A à Z. «On voyait des gros plans du jeu avec les lettres formant des mots anglais, indique-t-il. Comme il fallait tout mettre en français, nous avons retourné l'annonce au complet en la calquant sur l'originale en anglais».

Mario Ducharme effectue tout ce travail sur équipement numérique sophistiqué dans les locaux où il est installé depuis deux ans à Montréal. Bien qu'il soit toujours résident du secteur Saint-Luc, l'essentiel de ses activités professionnelles se déroule maintenant dans ces nouveaux locaux qui sont adjacents au Studio Marko, un studio d'enregistrement réputé.

Des annonces pour Walt Dis-

ney - pas seulement une mais une bonne demi-douzaine - pour Future Shop, pour l'Institut Descartes; des publicités pour des produits comme Pepsi Diète, Herbal Essence, Acura, Crest, Prêt Plus et Nintendo sont quelques-unes des réalisations auxquelles lui et son équipe ont collaboré, la plupart du temps au niveau de l'adaptation française, du «compositing» et du montage.

À cela s'ajoutent aussi le tournage et la réalisation de documents pour des entreprises ou des organismes comme la Nation Cree, Tekdata, Thomas & Betts et Meloche Monnex. Comme le souligne M. Ducharme, le tournage du vidéo promotionnel de cette dernière a eu lieu dans plusieurs villes différentes, entre autres à Montréal, Kitchener, Edmonton, Calgary, Toronto et Halifax. Il ajoute que ces tournages en lieux éloignés sont grandement facilités par l'emploi d'équipement de type DVCAM à la fois très compact et très performant, ce qui permet de tourner et de monter le document sur place, tout en conservant une qualité de calibre professionnel. Cet équipement et cette façon de travailler ont aussi été utilisés lors d'autres tournages, notamment à New York, indique-t-il. ■

Gaétan Leclerc chante devant une faible assistance

Assistance décevante pour Gaétan Leclerc, le neveu de Félix Leclerc, qui se produisait les 15 et 16 novembre derniers au Bellerive à Saint-Athanase.

Ainsi, à peine une vingtaine de personnes se sont rendues entendre son spectacle «Homage à Félix» lors de la soirée du 15 novembre, tandis que le nombre des spectateurs est passé à seulement cinq le lendemain.

Cette faible assistance n'a pas empêché le chansonnier de présenter son spectacle, y compris le samedi soir alors qu'il a été informé qu'une dame dont c'était l'anniversaire avait choisi de venir l'entendre lui plutôt que d'aller voir un autre spectacle à Montréal. Pour l'organisateur de l'événement, M. Jacques Lamarre, il s'agit-là de la marque d'un vrai professionnel, un artiste dont la prestation s'est d'ailleurs avérée d'une grande qualité, souligne-t-il.



Malgré la faible assistance, Gaétan Leclerc a livré la marchandise et présenté ses deux spectacles tel qu'annoncé.

La boîte à chanson installée au Bellerive (116, chemin des Patriotes à Saint-Athanase) poursuivra maintenant ses acti-

vités en recevant Joe Leroux les 29 et 30 novembre prochains à 20 heures. Les personnes qui désirent se procurer des billets

ou obtenir plus de renseignements n'ont qu'à composer le (514) 867-8675. ■

RESTAURANT
aux chutes de Richelieu
FINE CUISINE ITALIENNE

TABLE D'HÔTE
midi et soir et menu gastronomique
BRUNCH tous les dimanches

OUVERT LES 24 ET 31 DÉCEMBRE
NOËL ET JOUR DE L'AN

BRUNCH DES FÊTES
11 h 30 à 14 h 30

Adultes : 19,95\$
Enfants : 9,75\$
(12 ans et moins)

SOIR: TABLE D'HÔTE ET MENU GASTRONOMIQUE
105, rue Richelieu
Tél. (450) 659-6000

Réveillon du jour de l'an 2002

Le mardi 31 décembre à 19 h 30

En spectacle au CADO



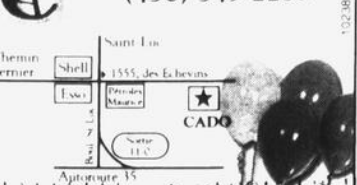
Le forfait comprend : Souper (buffet), spectacle, animation, danse, mousses et buffet à minute.

Prix : 65\$
(taxes et service inclus)

Menu :

- Bar à salades
- Saumon en pièces montées
- Fesse de bœuf
- Poulet touraine
- Fruits de mer en sauce
- Pommes de terre, riz et légumes
- Vin (1 bouteille pour quatre personnes)
- Variété de desserts
- Café/thé

1555, rue Des Échevins, Saint-Luc
(450) 349-2239



L'ensemble Les Goûts Réunis en concert samedi à l'église de L'Acadie

Comme il le fait à chaque année à l'approche du temps des fêtes, l'ensemble à cordes Les Goûts Réunis se produira en concert à l'église de L'Acadie le samedi 30 novembre prochain à compter de 20 heures.

Ce concert dont les profits seront une fois de plus versés à l'église de L'Acadie, sera placé sous la présidence d'honneur de Mme Christiane Marcoux, ancien maire de L'Acadie et conseillère municipale représentant le secteur.

La soirée comportera deux parties distinctes. La première sera consacrée à l'ensemble Les Goûts Réunis et à la vingtaine de jeunes musiciens qui le composent. Sous la direction de Christian Poupart, ceux-ci interpréteront notamment des extraits de «Water Music» de Handel, le «Pizzicato» de Léo Delibes et le célèbre «Can

Can» d'Offenbach, le concerto numéro 1 de Mozart et le concerto numéro 1 de Tchaïkovski.

Toute la deuxième partie sera quant à elle assurée par la jeune violoniste virtuose Marie-Ève Poupart qui présentera le prélude en mi extrait de la 3^e Partita de Bach, les deux premiers mouvements de la sonate «Le Trille du Diable» de Tartini/Kreisler, les deuxième et troisième mouvements du concerto numéro 3 de Saint-Saëns et l'Introduction et Tarentelle de Sarasate.

On se souviendra que Marie-Ève Poupart s'est classée deuxième de sa catégorie (cordes, 14 ans) lors de la finale nationale du Concours de musique du Canada, en juin dernier, terminant à un point de la grande gagnante. Par ailleurs, les musiciens et musiciennes de l'ensemble Les Goûts Réunis ont vécu une expérience

des plus intéressantes au cours de l'été, se rendant en France dans le cadre d'un échange culturel au cours duquel ils ont présenté plusieurs concerts.

Fait à noter, Dantonio Pisano, pianiste johannais lui aussi reconnu pour sa virtuosité, prêter son concours au concert de samedi et accompagnera l'ensemble à cordes de même que Marie-Ève Poupart au piano. Il présentera également, à la fin de la première partie, une pièce en solo.

Il en coûtera 15 \$ par personne pour assister à ce concert (l'entrée sera gratuite pour les jeunes de 12 ans et moins accompagnés d'un adulte). Les billets sont disponibles au presbytère situé juste à côté de l'église, de même qu'au dépanneur Boni-Soir à L'Acadie. Pour toute information, on peut contacter Christian Poupart au (450) 358-5419. ■



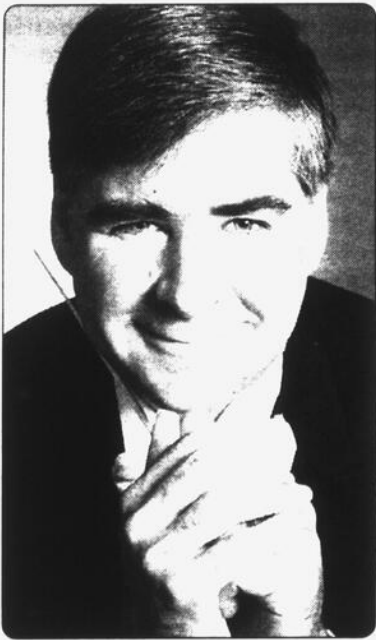
L'ensemble à cordes Les Goûts Réunis, photographié lors de son voyage en France l'été dernier.

Concert de Noël symphonique à Marieville

MICHEL PHANEUF

Encore cette année, le Noël de l'Air du Temps sera... symphonique. En effet, l'ensemble vocal établi à Marieville présentera à nouveau son concert de Noël en compagnie de l'Orchestre symphonique de la Montérégie le samedi 7 décembre prochain à 20 heures à l'église Saint-Nom-de-Marie, rue Claude-de-Ramezay, à Marieville. Il s'agira de la deuxième fois que les deux formations font équipe pour un tel concert.

La soirée comportera deux parties distinctes. La première sera assurée par l'orchestre symphonique seul qui, sous la direction de Marc David, interprétera un choix de pièces de circonstance, notamment différents extraits du célèbre ballet Casse-Noisette de Tchaïkovski.



Marc David, chef attitré de l'Orchestre symphonique de la Montérégie, dirigera ce concert.

La deuxième moitié réunira le chœur et l'orchestre dans un programme composé de pièces classiques, de cantiques et de chansons populaires. Un extrait du «Barbier de Séville» de Rossini, un chant gospel, «Standing on the Promises», des airs de Noël comme «Le petit renne au nez rouge», «Promenade en traîneau» et «Minuit, chrétiens», de même que l'Ave Maria de Bach/Gounod, «Adeste Fideles», «Bel astre que j'adore», «Il est né le divin enfant» et, pour terminer, «Ô Fortuna», un extrait de «Carmina Burana» de Carl Orff, sont autant d'oeuvres que l'on y entendra.

Le coût des billets pour assister à ce concert est de 17 \$ par personne (25 \$ pour les billets VIP). On peut s'en procurer en contactant M. Jean Mullen au (450) 460-7147, ou Mme Thérèse Aubertin au 460-7674. ■

Les Verts l'emportent en prolongation

À l'issue d'une confrontation serrée, les Verts ont eu le dessus sur les Noirs au compte de 9-8 lors du plus récent match de la C.L.I.C. (cette certaine ligue d'impro créative). Il a fallu une fusillade (courtes impros en solo et sans caucus) pour départager les deux équipes à l'issue de cet excellent match.

Parmi les bons moments de la soirée: la «Règle de base» des Verts, la «commandite» des Verts, le «Chapelier en faillite» qui a valu une étoile constructive à Dave Bélisle et Daniel Désormiers, «Et s'il pouvait parler» (étoile comique à Jean-Sébastien Choquette), sans oublier la dramatique «Schizophrénie avancée» (excellent travail de Dominique Montplaisir et Dave Bélisle). Une étoile imaginative a également été attribuée à Mathieu Monast et Étienne Rou-



Les Verts ont remporté la victoire en fusillade.

leau pour l'impro «Au service du peuple».

Les étoiles de la partie: Daniel Désormiers (Verts), Jean-Sébastien Choquette (Noirs) et Jean-François Provencal (Verts). Le

prochain match de la C.L.I.C. aura lieu le vendredi 29 novembre, à 20h30, au Cartier. Les Rouges de Francis Bissonnette affronteront les Bleus de Fanny Carpentier. ■

Bar La Pointe II

Bar - Danse - Spectacle

NOUVEAUTÉS !

MENU EXPRESS du mercredi au samedi à compter de 16 h.
Spécialité : «smoke-meat»

MAINTENANT OUVERT LES MERCREDIS

Rick'L BLUES
le vendredi 29 novembre
à compter de 22 h

◀ **Mass**
(Jean-François Massé)
Chansonnier
le mercredi
4 décembre
à 19 h
Entrée libre

À VENIR
Preachin Blues : 6 décembre

Pour vos «partys» des fêtes
SOIRÉES «CLÉ EN MAIN» : Jusqu'à 200 personnes
musique, repas, ambiance

747, rue Saint-Jacques, Saint-Jean-sur-Richelieu 358-1212

MUSIQUE

Un beau disque de Noël au profit des démunis



GILLES LÉVESQUE

Cette semaine, dans plusieurs points de vente de la région, vous pourrez vous procurer un disque intitulé Chantons Noël avec le Baby Boomer's Band et vos marchands régionaux.



Produit en collaboration avec Le Canada Français et Z-104, ce disque vendu au coût de 14,95 \$ va générer des profits de 10 000 \$ qui seront remis à la Société Saint-Vincent-de-Paul. En plus de contribuer à une bonne cause, les personnes qui vont se procurer ce disque seront éligibles à un concours pouvant leur rapporter l'un des cinq prix totalisant 5 000 \$.

C'est bien beau tout ça, mais le contenu est-il à la hauteur des attentes que suscite cet album? À cette question que vous devez vous poser, nous devons répondre sans aucune hésitation que ce disque mériterait une plus large diffusion, tant la production est impeccable.

Nous sommes définitivement en présence d'un produit de qualité qui tient facilement la comparaison avec ce qui se fait de mieux dans le genre. Cinq des chansons mettent en vedette le Baby Boomer's Band, ce qui nous vaut un Noël de style rétro, alors que les cinq autres mettent en valeur la voix de Martine dans des chansons un peu plus traditionnelles, comme cette interprétation fort réussie de Happy X Mas, de John Lennon et Yoko Ono.

La qualité d'enregistrement est

étonnante. À ce sujet, l'équipe du studio Nicko mérite des félicitations. On a l'impression d'entendre le Baby Boomer's Band dans son salon! Bref, cet album prouve qu'on peut faire de belles et grandes choses dans la région lorsqu'on décide de se regrouper pour passer à l'action.

☆ Performance: 8 sur 10

Ovo

PETER GABRIEL

Demain soir, et vous devez bien vous en douter, nous serons au Centre Bell pour assister au spectacle de Peter Gabriel. Comme on entendra beaucoup parler de cet artiste cette semaine, aussi bien en profiter pour vous dire qu'Ovo, un album lancé à l'été 2000, est disponible en importation.



Peter Gabriel a réalisé ce disque à l'occasion d'un spectacle interdisciplinaire présenté au Millennium Dome à Londres, à l'occasion du passage au XXI^e siècle. Il est dommage que cet album n'ait pas bénéficié d'une plus large diffusion puisque ce disque est à la hauteur de l'immense talent de l'ex-chanteur de Genesis.

Entouré de ses principaux collaborateurs, Gabriel étonne par le choix de ses invités, tels Neneh Cherry et Richie Havens. Ça nous vaut plusieurs changements d'atmosphère et des chansons beaucoup moins sombres que celles que l'on retrouve sur son nouvel

album. C'est franchement bon. Si vous êtes prêt à déboursier une quarantaine de dollars, vous ne le regretterez pas.

☆ Performance: 8 1/2 sur 10



DON CHERRY'S HOCKEY HITS

Tout le monde sait que Don Cherry est un idiot qui jape sur les ondes de Radio Canada à la manière de son chien qui est aussi laid que lui!

Or voilà que quelqu'un, quelque part, a eu l'idée de lui demander de choisir 24 chansons que l'on peut entendre dans les arénas de la Ligue nationale de hockey pour les besoins d'un album. L'ami Don nous prouve ainsi qu'il a plus de goût que pour ses choix vestimentaires! Il a entre autres opté pour des groupes comme Marilyn Manson, Chumbawamba, MC Mario, ZZ Top, Twister Sister, Quiet Riot, The Clash et Underworld.

C'est évidemment très commercial comme produit, mais si vous aimez le genre, vous allez sans doute apprécier.

☆ Performance: 7 sur 10

8 femmes

8 FEMMES

Si vous avez vu le film de François Ozon, vous devriez sans doute aimer la bande sonore de 8

femmes. Au menu, 21 chansons composées par Krishna Lévy, dont huit sont interprétées avec beaucoup d'émotion dans la voix par les huit comédiennes de ce long métrage qui a connu passablement de succès l'été dernier.

Il est ici question d'Isabelle Huppert, de Fanny Ardant, d'Emmanuelle Béart, de Catherine Deneuve, de Ludvine Sagnier, de Virginie Ledoyen, de Firmine Richard et de Danielle Darrieux.



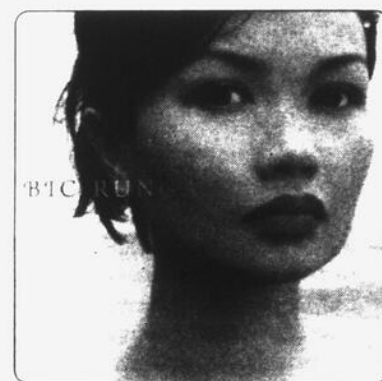
Ces huit actrices se débrouillent fort bien dans ce rôle de chanteuse. Reste que cet album ne s'adresse pas à tout le monde et qu'il faut aimer la chanson française pour être séduit par cette bande sonore un peu particulière.

☆ Performance: 7 sur 10

Beautiful Collision

BIC RUNGA

Très intéressant le deuxième album de cette jeune chan-



teuse de 26 ans née en Nouvelle-Zélande de parents chinois. Il lui a fallu trois longues années pour créer ce disque qui met en valeur sa voix peu singulière. Le genre de voix que l'on reconnaît parmi des milliers d'autres pour son ton grave, sa chaleur et ce petit quelque chose de spécial difficile à définir.

Sur des airs accrocheurs et langoureux, Bic Runga chante avec une maturité étonnante pour son âge. Elle dit d'ailleurs avoir pour idoles des gens décédés ou qui sont âgés dans la cinquantaine, tels David Bowie, Yoko Ono, Ella Fitzgerald et Mamas and the Pappas!

Ça vous donne déjà une assez bonne indication sur ses inspirations et on le ressent bien sur ce disque qui demande une bonne période d'apprivoisement. Intéressant.

☆ Performance: 7 sur 10

Le Preguntaba A La Luna VICTOR MANUELLE

On dit de Victor Manuelle qu'il est l'un des meilleurs artistes de la nouvelle génération de salsa et c'est facile à comprendre à l'écoute de cet album qui est aussi chaud que le soleil du midi à Porto Rico, son pays d'origine.

C'est le genre de musique qui vous réchauffe une pièce instantanément. Le genre de disque qui fait du bien en cette fin d'automne qui nous conduit vers une autre longue période d'hibernation.

Plutôt beau bonhomme, Victor Manuelle connaîtra un succès fou auprès des amateurs de cette musique qu'il faut faire jouer à haut volume. Si vous avez du sang latin dans vos veines, vous savez ce qui vous reste à faire. Encore plus si vous êtes en amour avec la salsa.

☆ Performance: 8 sur 10 ■

CINÉMA

«Meurs un autre jour»: un divertissement inégal



DANIEL G. HÉBERT

Le vingtième épisode de la série «James Bond» apporte ce à quoi les inconditionnels s'attendent: des scènes d'actions à couper le souffle, des poursuites effrénées, des explosions, des gadgets et de séduisantes jeunes femmes, le tout sous un emballage hi-tech qui conserve son élégance. En somme, de quoi faire mourir d'ennui ceux qui souhaiteraient que la formule se renouvelle après quarante ans d'histoire...

À ce titre, nous avions pourtant un début fort prometteur: capturé, emprisonné et torturé pendant plus d'un an, Bond mordait enfin la poussière. Trahi par les siens, obligé de se débrouiller avec des



Malgré un début prometteur, «Meurs un autre jour» n'offre guère plus que les autres «James Bond».

moyens de fortune et à reconstituer un réseau d'alliés, l'agent 007 nous montrait son côté moins superbe mais certainement plus humain.

Hélas! (franchise oblige), on retourne très vite au style habituel du séducteur équipé des derniers gadgets et des plus puissants bolides. Et, à partir de ce moment, l'histoire manque singulièrement d'inspiration. On cherche visiblement à pousser le spectaculaire au détriment de la logique. Dans les vingt dernières minutes, le procédé avoisine l'absurde.

N'empêche, le divertissement demeure acceptable, même s'il n'est pas toujours égal, et d'heureuses innovations (au niveau de l'image et de la musique, notamment) apportent une touche rafraîchissante.

En mission dans la zone démi-

tarisée séparant la Corée du Nord et la Corée du Sud, l'agent secret James Bond (Pierce Brosnan, «The Thomas Crown affair», «The Tailor of Panama») est capturé et incarcéré pendant quatorze mois. Il finit par être libéré, échangé contre un espion asiatique du nom de Zao, mais ses patrons l'emprisonnent à leur tour, convaincus qu'il a parlé sous la torture.

Comprenant qu'il a été trahi par un membre de son équipe, Bond s'évade et parvient à nouer des ententes avec des agents chinois et cubains de façon à récupérer ses moyens d'action. Sur les traces de Zao, il découvrira une île cubaine où on offre une nouvelle identité aux puissants de ce monde. C'est là qu'il croisera la route de l'agent américain Jinx (Halle Berry, «Mons-

ter's Ball», «X-Men», «Swordfish») avec laquelle il sera appelé à collaborer.

Poursuivant son enquête, il se retrouvera ensuite dans un club d'escrime londonien où il sera confronté au richissime Gustav Graves (Toby Stephens). Ce dernier l'invitera à son repaire d'Islande (un immense et luxueux château de glace) pour la «démonstration» de son nouveau satellite «Icare» qui (on le devine) est en fait une arme d'une puissance inouïe...

Bref, rien de bien nouveau dans ce film où l'agent 007 sauve le monde des projets machiavéliques d'un méchant mégalomane (et ce malgré un début prometteur). Mais une formule qui fonctionne et qui livre la marchandise aux amateurs d'action. ■

LECTURE

CINQ ALBUMS À FAIRE RÊVER

Des contes pour enfants plus ou moins sages

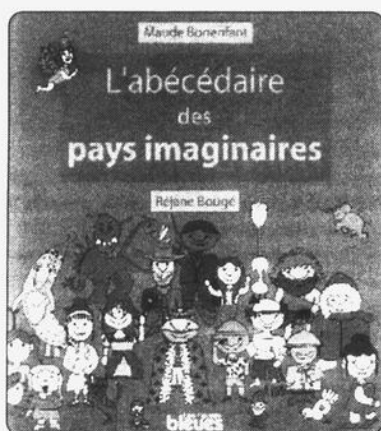


JEAN-FRANÇOIS CRÉPEAU

Dans moins d'un mois, Noël 2002 sera déjà au pays des souvenirs et les enfants s'ennuieront de la nouveauté déçue de leurs présents. Sauf, bien évidemment, ceux qui auront reçu des livres. Je m'y prends donc très tôt pour suggérer des ouvrages à offrir à ceux que vous aimez, les enfants d'abord!

En premier lieu, laissez-vous emporter par l'univers de *L'abécédaire des pays imaginaires* (Les Heures bleues, 2002), un album écrit par Réjane Bougé et illustré par Maude Bonenfant. Quel enfant n'aimera pas découvrir des pays aux noms aussi évocateurs que «l'arrache-pied», «le krake-pote», «le potofeu» et plus d'une vingtaine d'autres. En visitant ces lieux imaginaires, ce sont de nouveaux horizons qui s'ouvrent comme si le sens nouveau des mots venait d'éclorre. Il suffit, par exemple, de lire «le havaltou» pour comprendre que la romancière Réjane Bougé est allée bien au-delà du calembour pour faire la leçon aux apôtres des vitamines et des protéines. Elle propose même à ses lecteurs d'y aller de leurs propres inventions verbales évoquant de nouveaux univers dont «la République des Tiques» pourrait être un modèle. Bien sûr, toutes ces histoires sont largement imagées par les dessins de Maude Bonenfant, riches en couleurs et en pistes de rêves.

Autre album à poser sous l'arbre de Noël : *Mon rayon de soleil* (Dominique et compagnie, 2002), un conte de Marie-Francine Hébert illustré par Steve Adams. Luca, le héros de cette histoire, y fait la rencontre d'une petite fille chaussée de coccinelles et vêtue aux couleurs d'un arc-en-ciel. Mais avant, il y a le début de la journée auprès de maman, déjà au jardin et à qui il faudra demander ce qu'est un arc-en-ciel, et de papa qui dort encore. Luca s'éloignera de la maison et inquiétera ses parents, mais bon pour découvrir un arc-en-ciel c'est peut-être permis. Chose certaine, l'auteur et l'illustrateur s'y sont sûre-



ment donnés à cœur joie.

Les deux prochains albums sont de Dominique Demers, cette écrivaine chouchoutée par une foule d'enfants, d'ados et d'adultes québécois. D'abord, *Annabel et la Bête* (Dominique et compagnie, 2002), une histoire inspirée de «La belle et la bête». Ici, «il était une fois la Belle, la Bête, un château perché au sommet du Cap Enragé, une anse aux berges couvertes de lavande.» J'insiste parce qu'on retrouve l'illustrateur Stéphane Poulin, dont les œuvres exceptionnelles m'émerveillent à chaque fois, et avec qui Dominique Demers a réalisé le très beau *Vieux Thomas et la petite fée* (Dominique et compagnie, 2001). Et, puisqu'il est question du temps des fêtes, *Pour Noël, Damien veut un chien* (Les 400 coups, 2002) est un album d'occasion. Illustrée par Hélène Desputeaux, cette histoire fera sans doute rêver bien des enfants et réglera, peut-être, le problème de certains parents. J'oubliais : le chien de Damien se prénomme Bavette.



Enfin, voici l'album que tous les parents de jeunes enfants devraient s'offrir, à eux-mêmes autant qu'à leur progéniture : *Au tour de la lune, 30 contes pour mieux rêver*. Écrites par Gilles Tibbo, ces histoires sont illustrées par cinq artistes de renom : Stéphane Jorisch, Marie Lafrance, Mireille Levert, Luc Melanson et Stéphane Poulin. Comme son titre l'indique, le thème de l'album c'est la lune. Or, il fallait un Gilles Tibbo pour créer trente situations tout à fait différentes où l'astre de nuit luit de tous ses feux sur ces histoires qui le racontent. Je pense à «l'hiver» par exemple où toutes ces femmes gravissent une montagne pour atteindre la lune et la couvrir de leurs manteaux de fourrure pour qu'elle n'ait plus jamais froid aux pieds. Ou à «la vieille lune» à qui des orfèvres «redonnèrent son apparence d'antan». On en redemande.

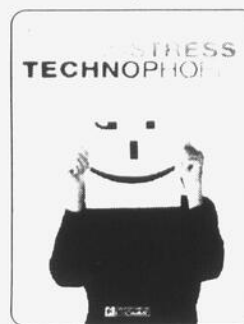
De bien beaux albums vous dis-je. Tout ce qu'il faut pour retrouver son vieux cœur d'enfant! ■

VITRINE



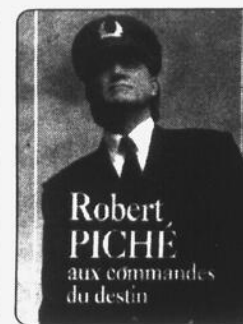
Séraphin, un homme et son péché : l'album du film (Stanké, 2002)

Y a-t-il jamais eu un tel battage publicitaire autour d'un film «littéraire» québécois? Je ne crois pas et je souhaite que l'œuvre de Charles Binamé donne le goût à tous ceux qui verront l'avare, Donald, Alexis et les autres de lire le roman de Claude-Henri Grignon, paru en 1933. L'album du film rappellera certes quelques bons moments, mais le récit du vieux lion du Nord évoque et la difficulté de vivre des défricheurs des forêts laurentiennes, et la cupidité malade de celui qui fut l'un des premiers héros de notre littérature. J'ai relu les préfaces de M. Grignon et de longs passages de ma vieille édition d'*Un homme et son péché* : je crois qu'enfin nous avons l'occasion de réhabiliter l'œuvre, son auteur et son personnage dans notre mémoire collective.



Technostress, technophobie : maîtriser la technologie avec le sourire (Éditions de l'Homme, 2002) par Michel Nachez et Erica Guilane-Nachez

Voilà enfin l'ouvrage que tous les craintifs des nouvelles technologies de l'information et des communications doivent lire. Sans être une panacée, cet essai pose les bonnes questions relatives aux rapports que nous entretenons avec l'ordinateur et tous ces engins numériques qui semblent nous envahir : clavier, souris, logiciels, périphériques, etc. Surtout, *Technostress, technophobie* nous fait découvrir ce qui se cache derrière nos appréhensions de la machine, lesquelles peuvent vite se transformer en une peur des NTIC (technostress) ou, pire, en une hantise (technophobie). Selon les auteurs, qui-que est actif sur le marché du travail, comme les autres individus d'ailleurs, doit apprendre à utiliser les opportunités technologiques qui s'offrent à lui, sinon il risque d'être vite dépassé et de craquer devant les défis des NTIC. Or, ces petites bêtes technos s'apprivoisent.



Robert Piché aux commandes du destin (Éditions Libre Expression, 2002) par Pierre Cayouette

En 1969, Robert Piché «s'était inscrit à un cours d'été, le Senior Leadership, au Collège militaire royal de Saint-Jean». C'est là que celui qui allait faire atterrir d'urgence son Airbus aux Açores, en août 2001, découvrit que la vie dans les Forces armées n'était pas pour lui. Il suffit de lire l'excellent récit biographique que lui consacre le journaliste Pierre Cayouette pour s'en convaincre : la force de caractère de Robert Piché n'est pas faite pour s'exercer dans les limites d'un parcours de vie conventionnel. Son histoire fait entre autres comprendre pourquoi cet homme ne veut pas être considéré comme un héros : ses «aventures» d'avant la panne sèche lui avaient appris à garder son aplomb et son sang froid, si bien qu'il lui a alors semblé normal d'agir comme il l'a fait. ■

La ménopause

LA MÉNopause SYMPTÔMES DÉSAGRÉABLES

Publi reportage

Êtes-vous confrontées à des désagréments physiologiques tels que les bouffées de chaleur, les maux de tête, la perte de mémoire, l'irritabilité, les tendances dépressives, l'insomnie et le gain de poids? Ce dysfonctionnement qu'est la ménopause constitue une phase normale dans le vie d'une femme, phase qui entraîne des modifications hormonales à l'origine de certains symptômes plus ou moins désagréables.

Qu'est-ce que la ménopause ?

La ménopause est un changement hormonal qui survient généralement chez une femme dans la cinquantaine et qui mène à la cessation des règles après une période d'irrégularité menstruelle. Elle résulte de l'arrêt de l'activité ovarienne, donc de l'arrêt de la production des hormones œstrogènes et de la progestérone.

Peut-on limiter, voire soulager les symptômes de la ménopause ?

Ce déficit hormonal peut être compensé par la mise en place de traitements hormonaux substitutifs (THS) ou par une approche naturelle à base de plantes traditionnelles et de certains aliments reconnus à cet effet. Il est possible de faciliter le passage de cette étape non seulement en recourant à une supplémentation appropriée, mais aussi en adoptant de bonnes habitudes de vie. Il importe d'avoir une alimentation équilibrée et variée, alimentation incluant notamment des phytoestrogènes. Ces derniers jouent le rôle des hormones œstrogènes et exercent une action globale sur les différents symptômes de la ménopause.

Les aliments tels le soja, les pois cassés verts, les pois chiches, les fèves, les lentilles, le trèfle rouge, pour ne nommer que ceux-là, sont riches en isoflavones. Les isoflavones ont des propriétés antioxydantes très puissantes. En plus de réduire les symptômes de la ménopause, elles aident à maintenir et à protéger la densité osseuse.

Pour garder l'ossature en bonne santé, l'apport en calcium doit demeurer constant à travers toutes les périodes de la vie d'une femme, entre autres, celle de la ménopause. Le calcium permet de limiter la perte de la masse osseuse, voire d'éviter l'ostéoporose.

Les acides gras essentiels (par exemple, dans l'huile d'onagre) ont, quant à eux, la propriété de conserver l'équilibre du cycle. Des scientifiques ont en effet démontré que les AGE agissent sur la synthèse de la prostaglandine E1, qui harmonise le cycle. Ces acides aident donc à diminuer de façon naturelle les désagréments liés au cycle féminin.

Enfin parmi les bonnes habitudes de vie figurent certes une alimentation saine et complète, mais également la nécessité de conserver une vie active. Faire de l'exercice régulièrement aide l'organisme à mieux s'adapter aux changements hormonaux.

Pour conclure, il existe certaines alternatives de choix pour le traitement des effets désagréables engendrés par la ménopause et pour la prévention à long terme des pathologies induites par celle-ci. Les Laboratoires Dolisos proposent *Elugyn 50*, un produit qui conjugue ces deux fonctions.

Toute personne qui souhaite jouir des bienfaits des suppléments alimentaires doit d'abord consulter un professionnel de la santé, lequel saura déterminer les produits appropriés.

VENEZ ME RENCONTRER TOUS LES MARDIS
je me ferai un plaisir de vous conseiller chez :

PHARMAPRIX
Claude Lavoie
Le vrai sens des valeurs

aux Galeries Richelieu
1000, boul. du Séminaire Nord
Saint-Jean-sur-Richelieu
348-6813

Lise Chaussé n.d. (Naturopathe diplômée)
Membre de l'A.D.N.Q.

Pour un rendez-vous

Bur. : (450) 777-0933

Courriel : l.chausse@sympatico.ca

Émission de reçus pour assurance

Michel Alix

DUO

Tél. : (450) 346-8961
Cell. : (514) 951-3062

"La Belle & La Bête"
9120-8255 Québec inc.
Souper dansant

Réception & animation de tous genres
(Sociale - Rétro - Disco - Country - Rock - Québécois...)
Au-delà de 300 chansons

20059-2-26-1

DVD / VIDÉO

On ne s'ennuie pas pendant l'Ère de glace

PASCAL
CLOUTIER

On nous a habitués depuis une dizaine d'années à pouvoir visionner quelques excellents films d'animation par année. «L'Ère de glace» ne devrait pas avoir attiré notre attention plus que les autres mais il en fut tout autrement. Maniant avec habileté les bandes-annonces et la publicité bien placée, c'est plusieurs mois avant sa sortie en salle que ce film attirait notre attention. L'écureuil «Scrat», un mélange de souris, de rat, d'écureuil et de raton laveur nous surprenait de ses aventures avec sa noix. Expressive, nerveuse, sympathique, la petite bête nous vendait à l'avance la production de Fox.

Un peu plus tard, nous allions en savoir plus sur la réalisation de Chris Edge et Carlos Saldanha. Un trio dépareillé formé d'un mammoth, d'un tigre et d'un paresseux allait nous entraîner dans une aventure sur la trace des premiers humains. Les artistes qui allaient prêter leur voix aux personnages attiraient aussi. Ray Romano (Everybody Loves Raymond), John Leguizamo (Moulin Rouge) et mon stand-up comic préféré, Denis Leary (The Ref) allaient respectivement donner vie aux voix de Manfred le mammoth, Sid le paresseux et Diego le tigre. Jack Black (Orange County) aussi y pré-



L'Ère de glace

te sa voix.

Quand le film est sorti, nous étions nombreux à désirer le voir en salle. Une série de contretemps m'aura empêché de le faire et c'est de sa version DVD que je me serai contenté. Il y a tout de même l'avantage à avoir attendu puisque ce sont deux DVD qu'on nous offre. Des scènes supplémentaires, des jeux et deux courts métrages qui en valent vraiment la peine s'ajoutent au programme principal. C'est avec joie qu'on y retrouve plein d'ajouts plus comiques les uns que les autres. Un DVD-Rom aussi s'y retrouve.

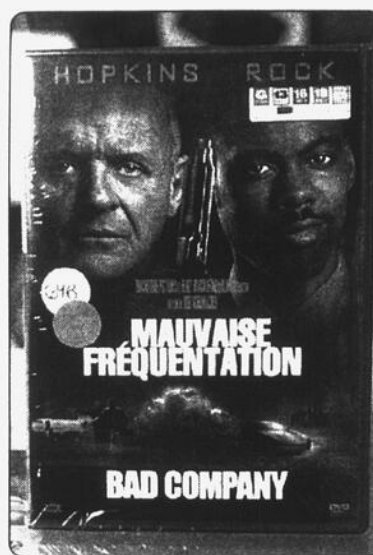
Quoi que l'histoire soit assez courte, que certaines voix semblent mal choisies (celle de Roma-

no est assez plate, merci), que la qualité des dessins laisse à désirer (surtout pour les humains), on ne nous laisse pas le temps de nous ennuyer.

Le seul problème avec cette production c'est qu'on en redemande et que les enfants en feront de même.

Mauvaises
Fréquentations

Anthony Hopkins est intemporel. Des fois il a 50 ans, d'autres fois 80. Son jeu, qu'on apprécie depuis nombre d'années, est appréciable peu importe l'âge du personnage qu'il interprète. Si la peur que son personnage fétiche d'Annibal suscite autant d'intérêt c'est en grande partie par la vigueur nécessaire dont son personnage semble faire preuve. Un Annibal trop gâteux ne ferait pas peur. Dans «Mauvaises Fréquentations» de Joel Schumacher, l'acteur qui, en Angleterre, peut se faire prénommer «sir», interprète un vétéran de la CIA en pleine possession de ses moyens, à qui on donne 50 ans ou peut-être un peu moins. Confronté à une génération qui n'est pas la sienne, en Chris Rock, Hopkins adapte son jeu et devient aussi efficace que s'il avait lui-même les 40 ou 50 ans de son personnage. Chris Rock, quant à lui, est égal à lui-même. Des pitreries, des engueulades bien étoffées d'expressions colorées, le jeune humoriste remplit bien les



Mauvaises fréquentations.

besoins du personnage qui nourrit le scénario. C'est justement ce scénario qui fait terriblement défaut. Oui il y a bien une histoire mais elle est mince et peut intrigante. Tabler le talent d'aussi bons acteurs sur un scénario aussi déficient ne pouvait qu'entraîner des problèmes.

À vrai dire, certains duos policiers marchent plus que d'autres et celui-ci n'est pas particulièrement intéressant à suivre. Oui la différence entre les deux personnages ne pourrait être plus importante mais ce qui en découle n'apporte pas d'eau au moulin. On semble faire du surplace et l'ensemble de la production s'en ressentent.

Rock n'avantage pas Hopkins et ce dernier ne fait rien pour aider le jeune acteur à passer au travers. Le scénario leur en empêche sûrement mais le réalisateur aussi à sa part de responsabilité dans cet échec. Pourquoi ne pas rapprocher les deux personnages si différents ou mieux les définir pour provoquer quelque chimie. Une faible tentative chapeaute la production en entier mais les sentiments exprimés sont dilués et arrivent trop tard. Il devient impossible d'éviter l'ennui car la forme linéaire exprime le mieux la platitude des actions qu'on y retrouve.

Le jumeau d'un jeune orphelin mort en pleine action (c'est un espion de la CIA) doit apprendre se substituer à lui pour mener à terme une transaction importante politiquement. Le monde entier est à la merci de la transaction (on aime exagérer et dramatiser dans cette production). Évidemment, le jeune homme doit faire face à un entraînement hyper-rapide (10 jours) avant de s'engager réellement dans sa mission périlleuse. Le reste demeure clichés et redondances.

La version DVD n'offre pas grand chose de particulièrement intéressant. Des bandes-annonces et un reportage sont offerts mais c'est par obligation que je les ai consultés alors que, chanceux comme vous êtes, ceux qui auront risqué cette location, pourront s'en passer. ■

ARTS EXPRESS

Du blues et du
rock pour une
bonne cause

Du blues et du rock pour une bonne cause. C'est ce que réserve la soirée du samedi 30 novembre prochain au Centre Notre-Dame-Auxiliatrice alors que trois groupes de la région, «Pic Bois», «Rick d'Opera» et «Watt's Up» présenteront un spectacle bénéfique pour aider Elaine Legault et Marc Lafortune. On se souviendra que le couple Legault-Lafortune tente depuis plusieurs années d'avoir un enfant et doit pour ce faire avoir recours à la fécondation in-vitro. Après avoir perdu deux jumelles et investi plus de 22 000 dollars, Elaine et Marc doivent à nouveau dépenser une somme considérable pour tenter leur chance à nouveau. D'où ce spectacle mis sur pied pour leur venir en aide.

La soirée débutera à 21 heures et les billets, au coût de 10 \$ par personne, sont disponibles au Billard O'Tip, à la Cage aux Sports et à la pâtisserie Le Coq Rapide. On pourra également s'en procurer à la porte du Centre NDA, 435, rue Laurier à Saint-Jean-sur-Richelieu, le soir de la représentation.

Exposition
de photos

L'Association des Photographes du Richelieu tiendra sa première exposition les 29 et 30 novembre de même que le 1er décembre pro-

chain au local du Club Optimiste de Saint-Mathias-sur-Richelieu, 7, rue Masse à Saint-Mathias. Plus de 25 photographes parmi lesquels on retrouve une personne de Saint-Jean, M. Serge Tétrault, présenteront leurs oeuvres à cette occasion. Le vernissage aura lieu le vendredi 29 novembre de 19 heures à 22 heures, après quoi l'exposition se poursuivra de 10 heures à 17 heures le samedi et le dimanche.

Concert de Noël
à La Prairie

La paroisse La Nativité de La Prairie recevra le ténor Marc Her-

vieux et l'orchestre I Musici de Montréal à l'occasion d'un concert bénéfice qui aura lieu le samedi 7 décembre prochain à 20 heures à l'église de la Nativité, 155, chemin de Saint-Jean dans le Vieux-La Prairie. Au programme de cette soirée: les classiques de Noël, Jesu Bambino, Sainte Nuit, Minuit Chrétiens, etc., un concerto de Corelli et la Sérénade pour cordes de Tchaïkovski. Les billets, au coût de 20 \$ et 10 \$ (étudiants) sont disponibles au presbytère, à la Caisse populaire de La Prairie ou à l'entrée le soir du concert. Pour tout renseignement additionnel, le numéro de téléphone à composer est le (450) 659-1133. ■

LAPS Location Vente Service Son et éclairage
2171, Route 133, Iberville

TOUT POUR VOS PARTYS !!!
Système de KARAOKE
Kit pour tous les goûts et à prix très compétitif

APPAREIL AUDIO Stream KARAOKE incluant 2 micros et 2 disques
GRANDE VENTE à 299⁹⁹\$ + taxes

LOCATION à partir de 65\$/jour + taxes

Plusieurs modèles d'appareils et disques en magasin
Venez nous voir ou réservez au
Tél.: (450) 347-2322

Tirage

Gagnez une paire de billets
pour le spectacle dePATRICK GROULX
12 décembreFERNAND GIGNAC
15 décembre

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
FRANCAISLE 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 3 décembre 2002 à 16 h.

Tirage

Deux autres «Noëls d'autrefois» à identifier

N. D.L.R. - Voici deux autres photographies anciennes tirées de la collection du fonds Joseph-Laurent Pinsonneault dont le Musée du Haut-Richelieu s'est porté acquéreur il y a quelques années. Comme plusieurs de ces photos ne sont pas identifiées, le Musée fait appel aux gens de la région dans le but de recueillir plus d'informations à leur sujet.

Ainsi, dans le cadre d'un concours lancé au début de novembre, toute personne qui pourrait fournir des indications quant à l'identité des gens que l'on voit sur ces photos, le lieu et l'année où elles furent prises, l'objet de la rencontre, etc., est invitée à communiquer avec les responsables du Musée au (450) 347-0649.

Celles dont les renseignements s'avéreront utiles se verront remettre soit une publication de la boutique du Musée, soit une copie de la ou des photos identifiées. Ce concours se déroule en partenariat avec le studio de photographie Michel Pardiac et le journal Le Canada Français. ■



Reconnaissez-vous les personnes ou les lieux que représentent -ces photos?

Venez choisir votre équipement
BURTON-FORUM-OPTION-DRAKE-PRESTON-686-SPECIAL BLEND-ROXY

le plus
**gros
choix**



BURTON

dans la région



15% de rabais
avec cette annonce
sur prix régulier. exp:30 nov 02

**orbite
snowboard**

9 rue St-Jacques, St-Jean-sur-Richelieu, Québec 450-357-9301



CINÉMA
LE CAPITOL

Info-Film:
358-3030

290 RUE RICHELIEU À
ST-JEAN SUR RICHELIEU

DU 29 NOVEMBRE AU 5 DÉCEMBRE

**HARRY POTTER
ET LA CHAMBRE DES SECRETS**
(G Déconseillé aux jeunes enfants)

Ven. au dim.: 11h30 - 12h00 - 15h00 - 16h00 -
18h30 - 21h45

LAISSEZ-PASSER REFUSÉS

Lun. au jeu.: 18h30 - 21h45

LA PLANÈTE AU TRÉSOR (G)

Ven. au dim.: 11h45 - 14h00 - 16h15 - 18h15 - 20h30

Lun. au jeu.: 18h15 - 20h30

8 MILE (13+ Langage vulgaire)

Tous les soirs: 18h50 - 21h30

MEURS UN AUTRE JOUR (13+)

Ven. au dim.: 12h30 - 15h40 - 18h40 - 21h40

Lun. au jeu.: 18h40 - 21h40

SUR LES TRACES DU PÈRE NOËL (G)

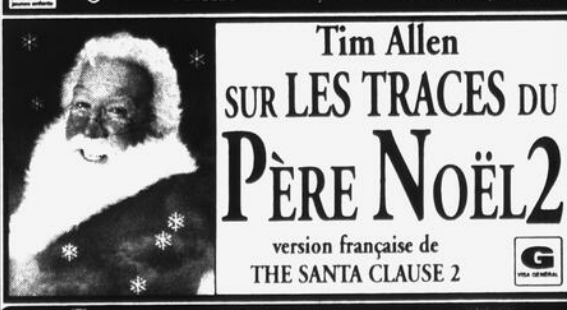
Ven. au dim.: 13h00 - 15h25 - 19h00 - 21h25

Lun. au jeu.: 19h00 - 21h25

SÉRAPHIN UN HOMME ET SON PÉCHÉ (13+)

Ven. au dim.: 12h45 - 15h30 - 18h45 - 21h30

Lun. au jeu.: 18h45 - 21h30



<http://www.galaxycinemas.com>

À L'AFFICHE

Spectacles et concerts

Jeu **di 28 novembre**: à 18 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle de Coral Egan et d'Alex Cattaneo.

Samedi 30 novembre: à 19h30, à la Cathédrale de Saint-Jean, coin Saint-Jacques et Longueuil à Saint-Jean, le concert 75^e anniversaire de l'Union musicale d'Iberville.

Samedi 30 novembre: à 20 heures, à l'église de L'Acadie, le concert de l'ensemble à cordes «Les Goûts Réunis».

Samedi 30 novembre: à 20 heures, au Théâtre des Deux Rives, 30, boulevard du Séminaire Nord à Saint-Jean, le ciné-spectacle «Angleterre» présenté dans le cadre de la série «Les Grands Explorateurs».

Samedi 30 novembre: à 21 heures, au Centre NDA, 435, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle des groupes «Pic Bois», «Rick d'Opera» et «Watt's Up». Ce spectacle vise à amasser des fonds pour le couple Elaine Legault - Marc Lafortune.

Jeu **di 5 décembre**: à 18 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle de Catherine Lambert.

Vendredi 6 décembre: à 20 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle de l'ensemble «Zarzuella».

Samedi 7 décembre: à 20 heures, à l'église de L'Acadie, le concert de Noël du Cercle philharmonique de Saint-Jean.

Samedi 7 décembre: à 20 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle de Boom Desjardins.

Samedi 7 décembre: à 20 heures, au Théâtre des Deux Rives, 30, boulevard du Séminaire Nord à Saint-Jean, le spectacle du duo Lévesque et Turcotte.

Dimanche 8 décembre: à 14 heures, à l'église paroissiale de Saint-Sébastien, concert de Noël présenté par le Cercle philhar-

monique de Saint-Jean au profit des fabriques du regroupement «Les Seigneuries du Lac».

Mercredi 11 décembre: à 17 heures, au centre Le CADO, 1555, rue Des Échevins à Saint-Luc, souper-spectacle mettant en vedette Jean Nichol et Évan Joanness.

Jeu **di 12 décembre**: à 18 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle de Patrick Groulx.

14 et 15 décembre: au Théâtre des Deux Rives, 30, boulevard du Séminaire à Saint-Jean, le ballet «Casse-Noisette» présenté par Ballet Ouest de Montréal en collaboration avec le Ballet classique du Haut-Richelieu. La représentation du samedi aura lieu à 19h15 et celle du dimanche à 14 heures.

Dimanche 15 décembre: à 14 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, 190, rue Laurier à Saint-Jean, le spectacle de Fernand Gignac.

Tous les vendredis: à 20 heures, au resto-bar Le Petit Laurier, 364, rue Laurier à Saint-Jean, soirée de musique avec le duo «K-Dance», Candide et Rénald. Les musiciens Côté, Beaulieu et Godin sont également en spectacle à toutes les deux semaines, le jeudi à 20 heures.

Du 9 novembre au 11 janvier: au centre d'art La Maison sous les Arbres, 2024, route 133 à Saint-Athanase, l'exposition «La Fée de Noël» avec la participation d'une cinquantaine d'artistes.

Du 24 novembre au 20 décembre: dans les locaux de la Coopérative de solidarité artistique et culturelle du Haut-Richelieu, 2, rue Saint-Georges à Saint-Jean, l'exposition «Mettre son pied à terre» regroupant les oeuvres d'une soixantaine d'artistes.

Du 26 novembre au 17 décembre: dans le hall de la bibliothèque du secteur Saint-Luc, 347, boulevard Saint-Luc à Saint-Luc, l'exposition des oeuvres de Monique Fontaine, aquarelliste. ■

Expositions

Du 1^{er} novembre au 8 décembre: au centre Action art actuel, 190, rue Laurier à Saint-Jean, l'exposition «Peindre pour VOIR» consacrée aux oeuvres de Gilles Marchand.

SAVEZ-VOUS QU'IL Y A PLUS DE 100 MUSÉES DÉDIÉS AUX MOYENS DE TRANSPORT AU CANADA?



Attractions Canada
www.attractionscanada.com

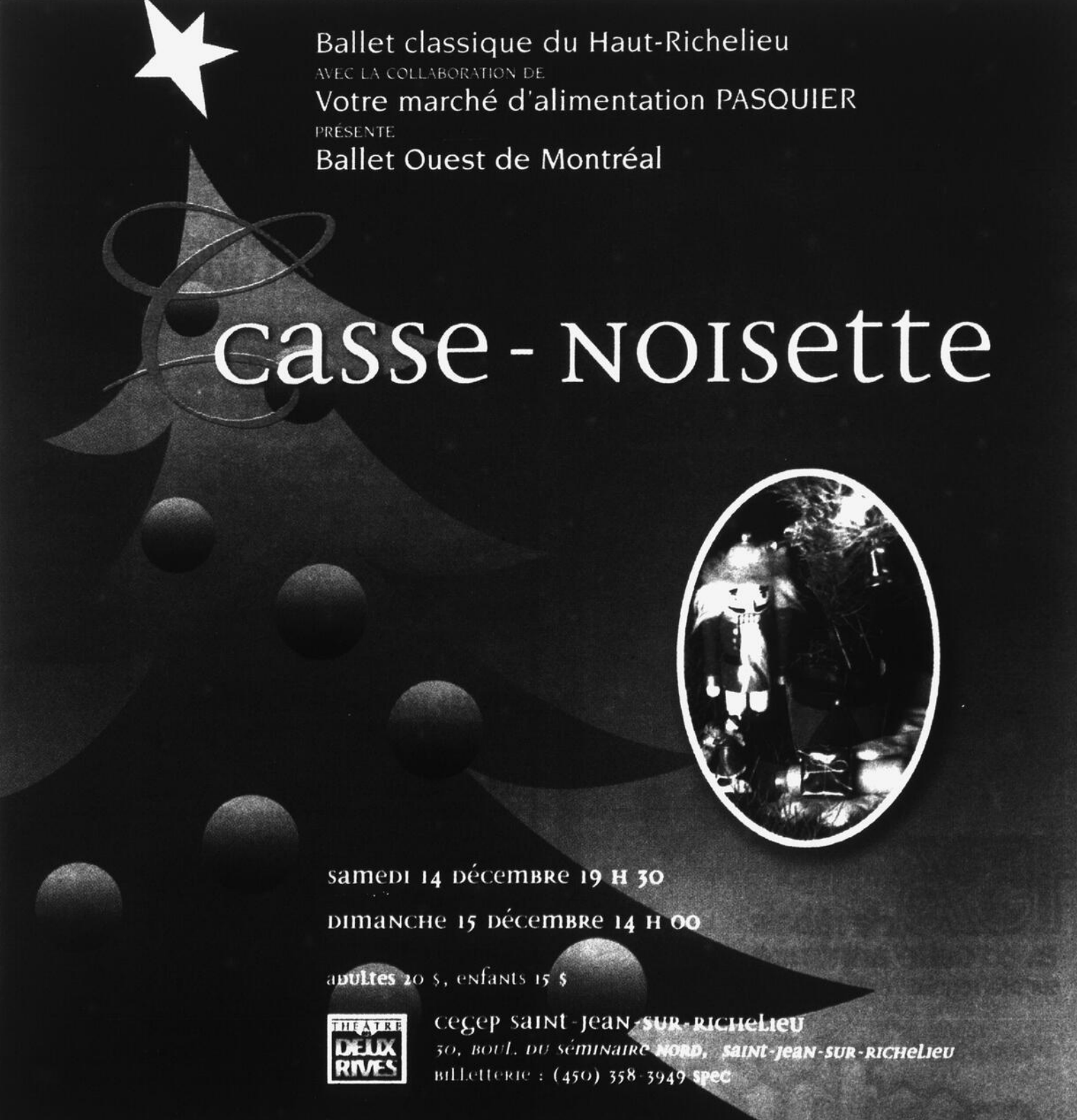
Donnez à des gens
qui aident des gens
qui aident des gens



Centraide

Ballet classique du Haut-Richelieu
AVEC LA COLLABORATION DE
Votre marché d'alimentation PASQUIER
PRÉSENTE
Ballet Ouest de Montréal

casse - Noisette



samedi 14 décembre 19 H 30
dimanche 15 décembre 14 H 00

adultes 20 \$, enfants 15 \$

THÉÂTRE
DEUX
RIVES

cegep saint-jean-sur-richelieu
30, BOUL. DU SÉMINAIRE NORD, SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU
billetterie : (450) 358-3949 spec

Culture et Communications Québec

LE CANADA FRANÇAIS

MRC Haut-Richelieu

VILLE DE SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

104.1 FM

PASQUIER tout en fraîcheur

Journal L

290831-2C06-1



Le Salon du vin rapporte 17 600 \$

La Fondation de l'hôpital du Haut-Richelieu a procédé au décompte final de la deuxième édition de son Salon du Vin qui se tenait le 9 octobre dernier, à l'hôtel Relais Gouverneur. Le comité organisateur a donc remis un chèque de 17 600 \$ au département d'oncologie. L'an prochain, le comité organisateur se penchera sur la possibilité de tenir le prochain salon dans une plus grande salle afin d'accueillir jusqu'à 1000 personnes. ■

La vie est courte. Prolongez-la...

Vivez plus longtemps en faisant de l'activité physique chaque jour, en mangeant sainement et en suivant les conseils de votre médecin.



Collecte de jouets

En cette période des Fêtes, offrez un peu de magie à des enfants dépourvus, en faisant cadeaux de vos vieux jouets en bons états ou qui demandent une réparation mineure.

Des bénévoles vous accueilleront au local situé au 128, rue Richelieu, en plein cœur du centre-ville de Saint-Jean-sur-Richelieu à l'horaire suivant :

Du mercredi 27 novembre au jeudi 19 décembre
Les mercredis de 9 h à 17 h
Les jeudis et vendredis de 9 h à 21 h
Les samedis de 9 h à 17 h

Les bénévoles du Centre d'Action Bénévole d'Iberville les répareront et procéderont à leur distribution le 20 décembre prochain au moment de la remise des paniers de denrées alimentaires.

Une invitation de votre hebdomadaire

LE CANADA FRANÇAIS

En collaboration avec le



390, rue des Conseillers, Iberville
(450) 347-1172

Merci aux bénévoles de la Société Saint-Vincent-de-Paul !

La Troupe de cirque Mini-Maxi recrute

EDITH PARIZEAU

La Troupe de cirque et théâtre Mini-Maxi recrute des membres pour ses ateliers d'hiver. Samedi, à l'école NDL de Saint-Jean-sur-Richelieu, de 13 à 15 heures, les jeunes de 6 à 12 ans pourront s'inscrire à une session d'une durée de dix semaines. Ils pourront apprendre les rudiments de la jonglerie et de plusieurs autres acrobaties.

Les cours pour les 6 à 8 ans auront lieu les samedis, de 13h30 à 14h30, à compter du 7 décembre. Les jeunes pourront apprendre à faire des acrobaties, du trampoline, des pyramides humaines, du fil de fer, du rouleau et de la jonglerie avec des balles et des bâtons-fleur. Les ateliers se donneront à l'école NDL. Il en coûte 45 \$ pour s'y inscrire et il y a 15 places de disponibles.

Ceux âgés de 9 à 12 ans suivront

leurs cours le samedi, de 12h30 à 13h30. Le coût de l'inscription est de 45 \$ et il y a 15 places de disponibles.

Un rabais de 10 % sera alloué pour l'inscription d'un deuxième enfant de la même famille. De plus, le chandail de la troupe est obligatoire pour les nouveaux. On peut se le procurer au coût de 15 \$, taxes incluses.

Il faut aussi prendre note que si un des deux groupes n'était pas complet ou qu'il n'y ait pas assez de participants, les deux groupes d'âges seront jumelés en un seul. Le cours durera alors 1h30 au lieu d'une heure. Des frais supplémentaires de 20 \$ seront applicables. Les parents en seront cependant avisés par téléphone.

Pour toute information, contactez Michel Lord au 348-9821 ou au cirque_minimaxi@hotmail.com.

Brunch de monsieur le maire Gilles Dolbec au profit de la Saint-Vincent-de-Paul



Le dimanche 8 décembre 2002
de 10 h à 13 h
à l'Hôtel Relais Gouverneur
725, boul. du Séminaire Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu

Coûts (taxes incluses) :
Adultes : 15 \$
5 à 12 ans : 7 \$
Jusqu'à 4 ans : gratuit

LE CANADA FRANÇAIS



104.1 FM
La radio de Saint-Jean-sur-Richelieu

Billets en vente :

- à l'hôtel de ville, 188 rue Jacques-Cartier Nord (réception et Cabinet du maire)
- à la Société Saint-Vincent-de-Paul, 250 rue Mercier
- sur place, au moment du brunch

Le CPE l'Arc-en-Joie a maintenant sa garderie

EDITH PARIZEAU

Depuis le 1er octobre, le Centre de la petite enfance l'Arc-en-Joie offre 45 nouvelles places en installation aux parents du secteur Saint-Luc. Dans cette nouvelle garderie, la première installation du CPE, on a pensé à tout pour le bien-être des petits, mais aussi pour faciliter le travail des éducatrices.

Le CPE Arc-en-Joie, qui a sous son aile 250 enfants dans 39 milieux familiaux, est partout dans la MRC du Haut-Richelieu. Avec la nouvelle installation de la rue Grenier où on a aussi campé les bureaux administratifs, on a voulu conserver cet esprit familial cultivé depuis 17 ans. « Cette installation est notre première garderie et on veut garder la philosophie familiale que les gens nous connaissent depuis le début. On veut faire de la garderie une famille pour les enfants », explique Lyne Williams, directrice du CPE.

VISITE GUIDÉE

À l'intérieur, un hall d'entrée jaune soleil accueille à chaque matin petits et grands, question de commencer la journée du bon pied. Passé une porte gardée fermée par un système électronique, on péné-

tre dans l'antre des éducateurs et des petits mous. Malgré l'heure de la sortie des 45 enfants, on se surprend à trouver l'atmosphère calme et reposante. Mme Williams y a son bureau, tout près des casiers des enfants, question de se mettre dans le bain. « Avec une garderie, ça nous rappelle pourquoi on est là », affirme-t-elle, en jetant un coup d'oeil amoureux aux enfants.

Baignés de la couleur du soleil, les corridors mènent aux six salles où s'amuse les enfants. Chacune a été pensée pour associer une couleur à un groupe d'âge et on a poussé la coquetterie jusqu'à agencer la couleur du comptoir et des petites tables avec les cadrages des portes et des fenêtres. Les couleurs sont vives sans être agressives. Des armoires ont aussi été aménagées pour contenir les matelas qui servent à la sieste. Dans les salles accueillant les plus petits qui portent encore des couches, de petits escaliers, qui sont sur roulettes et qui se cachent sous le comptoir, permettent aux enfants de grimper eux-mêmes sur la layette. Leur éducatrice évite ainsi des efforts inutiles.

Du côté de la pouponnière, où babillent les petits de moins de 18 mois, on a pensé à tout. Le plan-



Le Centre de la petite enfance l'Arc-en-Joie accueille 45 enfants depuis le 1^{er} octobre dans ses nouvelles installations.

cher est chauffant, pour que les petits qui se traînent à quatre pattes n'attrapent pas froid. Des chaises hautes ont été vissées au mur et une petite pièce accueille les couchettes. Un long comptoir, à l'extérieur du local, a été aménagé pour permettre aux parents et aux éducatrices de vêtir ou dévêtir le petit sans gêne. Du côté des 18-24 mois, qui sont nombreux et divisés en deux groupes, des casiers qui s'ouvrent sur la salle ont été pensés pour empêcher l'éducatrice de sortir du local lorsqu'elle veut aller chercher quelque chose pour l'enfant. Les plus vieux ont chacun leur casier, comme à l'école.

La garderie a aussi sa salle polyvalente où tous les enfants se réunissent de temps en temps pour un dîner spécial ou une fête. Les neuf éducatrices y ont une bibliothèque de documentation et de jeux. Ces livres sont aussi accessibles aux éducateurs en milieu familial.

Enfin, une grande cuisine qui ferait rêver n'importe quel cuisinier en herbe complète l'installation, avec la buanderie. La garderie peut compter sur les services d'une cuisinière qui mitonne des petits plats équilibrés à tous les jours pour les enfants et le personnel. L'équipe ne serait pas entière sans les deux con-

seillers pédagogiques et le personnel administratif.

Finalement, la cour arrière ravit les petits. Mme Williams et son équipe, qui ont imaginé toute la conception de la garderie ainsi que la décoration avec l'aide de l'architecte Jacques Monty, ont créé une cour de récréation à en faire des jaloux. Elle a été divisée en deux espaces par une petite clôture pour séparer les plus petits des plus vieux. Les deux parties comprennent chacune un carré de sable et un module de jeux complet. Du côté des plus âgés, c'est la petite piste cyclable asphaltée, lignée en jaune et flanquée de panneaux routiers qui fait sourire à tout coup. Fort populaire, elle leur permet de se promener en tricycle et de faire comme les grands.

Cette année, le personnel a choisi le thème de l'arche de Noé et de la populaire chanson. Chaque groupe d'âge, soit les poupons, les 18-24 mois, les 2 ans, les 3 ans et les 4 ans, portent tous un nom d'animal pour s'identifier. Les lions, les girafes, les moutons, les mouffettes, les chatons et les pandas ont décoré leur local et leur casier à leur effigie.

**BIEN ACCUEILLIE
MALGRÉ TOUT**



Lyne Williams, directrice du CPE, adore sa garderie puisqu'elle l'a conçue avec son équipe.

La venue d'une garderie dans ce coin résidentiel de Saint-Luc a été bien accueillie des parents qui connaissent déjà le CPE et qui cherchaient désespérément une place pour leur bout de chou. Une fois l'installation construite et ouverte à tous, leur réponse ne s'est pas fait attendre. « Les parents nous font des bons commentaires. Ils aiment l'aménagement et apprécient le fait que nous ayons pensé à eux aussi là-dedans », mentionne Mme Williams. L'extérieur de l'installation a aussi été pensé de façon à ce qu'il se fonde avec le décor de ce quartier résidentiel. Pas de couleurs voyantes, pas de rose bonbon pour le CPE.

La garderie a cependant dû faire face à quelques obstacles et même à une pétition présentée à la ville pour empêcher sa construction dans ce petit coin tranquille de la rue Grenier. Bien avant la première pelletée de terre, il y a maintenant près de six mois, certains faisaient entendre leur opposition. « Les voisins n'en voulaient pas parce qu'ils avaient peur que les enfants face trop de bruit lorsqu'ils jouent dehors », raconte la directrice. Maintenant qu'ils y sont et qu'ils ont bravé la tempête, le quartier ne s'en plaint plus. ■



Les tout-petits aiment bien cette mini-piste cyclable et les module de jeu de leur cour extérieure.

La première Soirée du TGP redonne la parole aux artistes

C'est à nouveau devant une salle bien remplie que s'est déroulée la première « Soirée du TGP » de la saison le 15 novembre dernier au Théâtre de Grand-Pré à L'Acadie. Une soirée où les artistes ont vraiment eu la parole, souligne Gilles Gemme, le concepteur et metteur en scène de cette activité.

Danielle Beaulieu et Éliane Gemme ont lu des textes de Viateur Lefrançois: un extrait de son roman « Marie-Rose Aimée » et un conte intitulé « Barcelone à la San Juan ». M. Lefrançois a appris à ses auditeurs qu'il s'est d'abord intéressé à la photographie et à la promotion touristique. Ce qui l'a amené à dire qu'il aime beaucoup écrire sur un lieu précis. « Pour moi, le lieu fait aussi partie du thème d'un texte », a-t-il indiqué.

En fait, chaque texte qu'il écrit s'appuie sur une certaine vérité à propos des gens qu'il a rencontrés et des lieux qu'il a visités. Et cette façon de faire révèle une préoccupation majeure. « Ce sont toujours

les valeurs humaines qui m'attirent le plus et qui sont à la base de l'imaginaire dans chacun de mes livres », a-t-il ajouté.

Toute la salle a vraiment été en admiration devant le travail de Denis Tremblay poursuit Gilles Gemme qui précise que rares étaient ceux qui connaissaient quelque chose sur la photo panoramique. Avec un appareil d'une valeur de 35 000 \$ sur son trépied, M. Tremblay a pris le temps d'initier ses auditeurs.

Et puis la fierté régnait sur tous les visages pendant qu'il racontait ses aventures dans tous les pays du monde. Comme cette nuit passée avec son épouse, Christine, à l'intérieur de l'Opéra de Paris pour pouvoir enfin photographier cette magnifique salle au petit jour.

Lyne St-Onge était accompagnée de Mme Michèle Clerk, pianiste qui a travaillé avec les grands artistes du monde. Mme St-Onge a raconté ses débuts en piano et sa



Lyne St-Onge était accompagnée au piano par Michèle Clerk.

découverte du chant classique. Celle qui est chef de pupitre pour les altos et les sopranos au Chœur du Richelieu a aussi révélé qu'elle aime beaucoup les compositeurs du 19^e et du 20^e siècle comme Gabriel Fauré et Francis Poulenc. « La musique a un rôle social universel, a-t-elle affirmé ». La grande musique possède la vertu d'élever

l'âme et l'esprit ».

Ce soir-là, Louis-Philippe Chagnon a livré quelques textes de son frère, Jean-François, un auteur qui ne tardera pas à être connu. Il en va de même d'ailleurs pour son frère Louis-Philippe qui est lui aussi en train de faire sa place comme comédien.

La soirée s'est terminée avec l'ensemble Univoc, un trio formé de Valérie St-Onge, Nicolas Tremblay et Daniel Hébert. Lancé il y a un peu plus d'un an, ce groupe est de plus en plus connu dans la région. « Univoc, c'est l'union de trois passionnés de la musique », ont indiqué ses membres. Un trio qu'il fait bon voir et entendre tant leur bonne humeur est évidente », lance Gilles Gemme.

La prochaine Soirée du TGP aura lieu le 24 janvier prochain alors que les invités seront Marie-Hélène Poitras, auteure, Anne Pomminville, photographe, Maureen MacDonald et sa troupe de danse, l'ensemble Résonance et Catherine Alix, une jeune chanteuse de jazz.

Pour se procurer des billets, il suffit de téléphoner au Théâtre de Grand-Pré (358-4978) et de laisser le message. Un responsable rappellera pour confirmer la réservation. ■

L' AUTO

Bien des surprises vous attendent au Salon de l'Auto



**JEAN-FRANÇOIS
GUAY**

Dans ses nouvelles installations agrandies et modernisées, le Palais des Congrès de Montréal accueille pour la première fois le Salon International de l'Auto de Montréal.

Les visiteurs du Salon de l'Auto 2003 pourront voir 650 véhicules exposés sur quelque 375 000 pi ca de plancher répartis sur trois niveaux. Celle-ci est la plus grande surface d'exposition du Salon de Montréal usque celle du Stade Olympique avec l'aire de jeu central était d'environ 350 000 pi ca.

Cette année, le Salon de l'Auto est le théâtre de nombreux dévoilements, dont 17 premières canadiennes, 4 prototypes et 9 véhicules concepts et une première nord-américaine.

Dans le cadre des attractions spéciales, les visiteurs pourront admirer l'Aston Martin Vanquish du légendaire James Bond 007 dont la sortie de son nouveau film «Die Another Day» coïncide

avec l'ouverture du Salon de Montréal.

Par ailleurs, «L'Espace Riopelle» en collaboration avec le Musée du Québec et la famille de la succession de Jean-Paul Riopelle expose la Bugatti 1934 et la Citroën 1939 du célèbre artiste.

Les autres attractions à voir sont les microvoitures électriques de SLP Canada et les cinq voitures anciennes du Musée du Domaine de Pohénégamook. Heures d'ouverture

Le Salon ouvre ses portes de 11 à 23 heures tous les jours de la semaine. Dimanche, le Salon ferme ses portes à 20 heures. Les internautes peuvent effectuer une visite virtuelle sur le site www.salonautomontreal.com.

Les visiteurs pourront accéder directement au Palais des Congrès par le métro Place-d'Armes ou par l'une des deux nouvelles entrées du Palais situées au 1001, rue De Bleury ou au 301, Saint-Antoine Ouest. Il existe deux stationnements. Le premier est accessible par la rue Saint-Antoine (1 200 places) et le second par la rue Viger (400 places). Bonne chance! Car les places de stationnement dans les environs du Palais sont rarissimes... ■



La nouvelle Aston Martin Vanquish de James Bond est sur place.



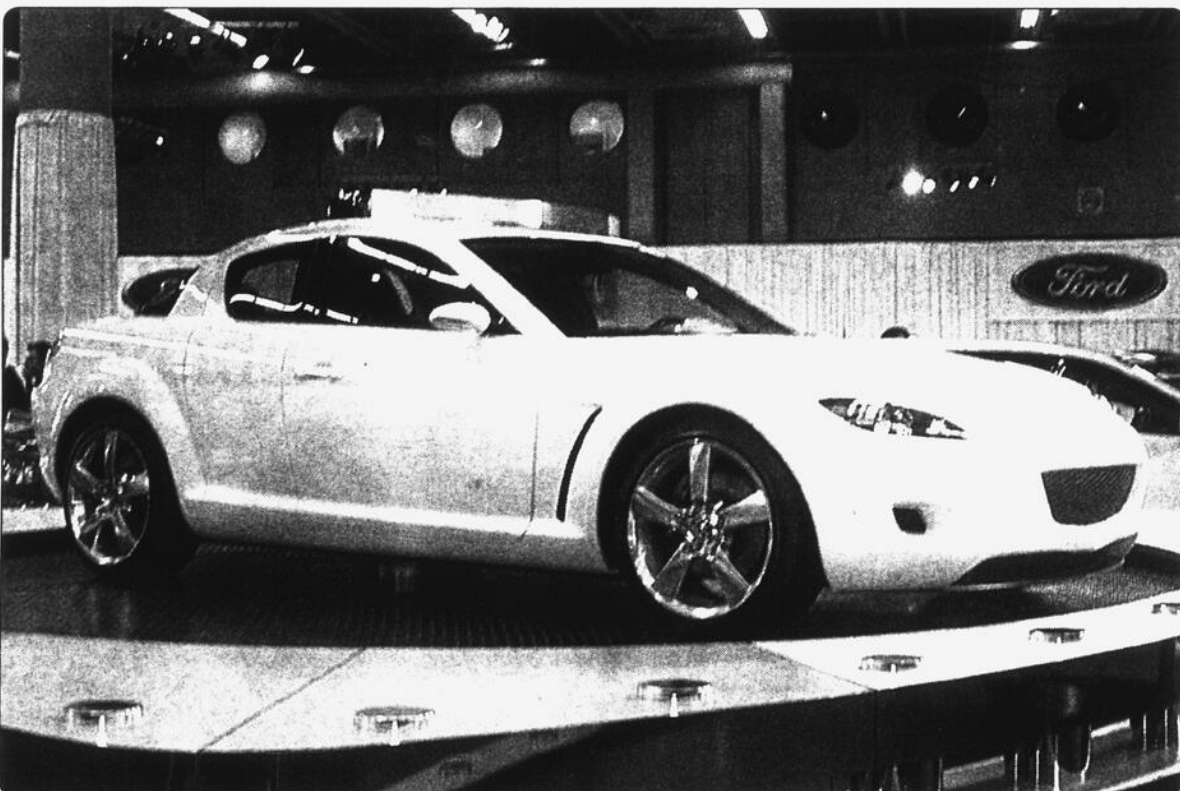
Chrysler a dévoilé la version finale de son nouveau coupé sport Crossfire.



La voiture la plus spectaculaire du Salon est la Cadillac Cien. Les lignes de cette bombe de 750 chevaux s'inspirent des avions furtifs de l'aviation de l'armée américaine.



Le nouveau véhicule utilitaire de Nissan, le Murano 2004, a fait fureur auprès des visiteurs et de la presse spécialisée.



Mazda dévoile la nouvelle RX-8. Dotée de quatre portes et quatre places, celle-ci est animée par un moteur rotatif de 250 chevaux



Chevrolet fait un clin d'oeil au passé avec le prototype Belair.

V O S Y E U X

Pourquoi a-t-on du mal avec les petits caractères?



CÉLINE ÉTHIER

Après 40 ans, c'est comme si l'on commençait tout d'un coup à sentir le poids de l'âge, année après année, sans pouvoir faire grand-chose pour y remédier. À 40 ans, on a le goût de reculer un peu ce qu'on lit; à 45 ans, on aime mieux lire avec ses lunettes; à 50 ans, on ne peut plus lire sans ses lunettes... Où ça s'arrête, cette histoire-là?

Courez-vous moins vite que vous couriez à 20 ans? Saute-t-on moins haut à 45 ans qu'à 18? Je pense que la réponse vient d'elle-même... Mais, 40 ans, ce n'est quand même pas vieux, n'est-ce pas? Ce n'est certainement pas vieux quand on pense à l'espérance de vie actuelle, mais c'est un âge suffisamment avancé pour que le système visuel commence à s'essouffler.

Et pourquoi les problèmes se font-ils sentir dans la vision rapprochée, plutôt que dans la vision éloignée? Pourquoi a-t-on du mal à

lire les petits caractères pendant des heures alors qu'on peut regarder la télé sans problème? Pour bien expliquer ce phénomène, il faut revenir au fonctionnement du système visuel. À la base, un œil parfait -c'est-à-dire sans aucun défaut visuel- ne fait aucun effort pour bien voir au loin. L'œil humain est ainsi fait qu'on n'a qu'à s'ouvrir les yeux et fixer ce qu'on veut au loin pour bien le voir (si c'est assez gros, évidemment), sans aucun effort musculaire pour faire la mise au point.

Au fur et à mesure qu'on approche des yeux, les muscles responsables de la mise au point de l'image (souvent appelée d'après l'anglicisme «focus») doivent faire un effort de plus en plus grand pour que l'image soit nette. Ainsi, plus l'objet qu'on veut voir est rapproché, plus les yeux doivent forcer pour bien le voir. Plusieurs doivent se dire que ça n'a aucun bon sens, ce que je raconte là... C'est bien plus facile de voir la télé si l'on est près que si l'on est loin!

Il ne faut toutefois pas comparer des pommes et des patates. La télé est un objet destiné à la vision éloi-

gnée car l'image est suffisamment grande pour qu'on la voie de loin. Si l'on rapproche la télé de nos yeux, nous verrons sans doute encore mieux certains détails, mais l'histoire ne dit pas quel effort on doit fournir pour bien les voir. Et cet effort n'est pas nécessairement remarqué instantanément. Prenons un autre exemple, disons un crayon dont on veut voir la mine. Tenons-le à bout de bras (une vingtaine de pouces) et regardons la mine. Maintenant, rapprochons-le à 6 pouces de notre nez, en fixant toujours la mine. Il est généralement assez facile de sentir l'effort nécessaire à 6 pouces, alors qu'on est beaucoup plus à l'aise à 20 pouces.

Il est bien certain que les gros objets ne posent pas de réels problèmes, puisque aucune mise au point n'est nécessaire. À peu près tout le monde verra bien une auto à trois pieds devant vous (ou 1 mètre, pour les plus jeunes...). Tout le monde verra-t-il bien l'égratignure sur sa carrosserie? Si l'on reste à trois pieds, peut-être pas si elle est petite. Et si l'on s'approche, les yeux devront fournir un effort

pour la voir clairement, même si l'on ne sent pas cet effort.

Avec le temps, les muscles responsables de la mise au point de l'image sont moins agiles. De plus, une petite structure nommée «cristallin» devient moins efficace pour bien faire son travail. Normalement, lorsqu'on veut bien voir quelque chose de près, le cristallin se bombe à l'intérieur de l'œil, de façon à envoyer la lumière au bon endroit sur la rétine. Avec le temps, le cristallin est de moins en moins capable de se bomber aussi bien, ce qui envoie l'image de façon moins précise sur la rétine, formant ainsi des images moins nettes.

Peut-on faire quelque chose pour empêcher ce changement? Rien n'a encore été découvert jusqu'ici... Et si on cesse de lire longtemps, pour ménager ses yeux? Ce

serait bien triste de vous priver de ce plaisir, car cela ne changera rien, de toute façon... Croyez-vous qu'en arrêtant de marcher à 25 ans pour ménager ses jambes, on pourrait s'assurer de pouvoir courir aussi vite qu'à 20 ans toute sa vie? Sûrement pas... Les jambes sont faites pour marcher, et les yeux sont faits pour voir. Il ne faut surtout pas croire qu'on va les user en les utilisant trop.

On ne peut pas user ses yeux, mais on peut les fatiguer en les utilisant de mauvaise manière. Nous verrons la semaine prochaine pourquoi certaines personnes ressentent les problèmes de vision associés à la quarantaine beaucoup plus fort que d'autres. Vous pouvez me joindre d'ici là au 705, boul. d'Iberville à Iberville, 346-7318. ■

COMPORTEMENT
ET VIE QUOTIDIENNE

Laissez-les donc tranquilles!

GEORGES-HENRI
ARENSTEIN, M. Ps.

Voici un mammifère fascinant qui semble devenir de plus en plus un compagnon pour l'être humain. Un animal dont l'intelligence semble se diriger vers le jeu et la relation aux autres.

En effet, sa curiosité, son sens de la solidarité, son humour étonnent ceux qui l'approchent. Toutes les personnes qui ont eu l'occasion de se baigner en compagnie de dauphins rapportent combien cette expérience a remis leur corps et leur esprit en résonance avec la nature.

Nager en compagnie des dauphins est une expérience marquante et inoubliable. La rencontre si personnelle et si intense avec une espèce inconnue nous laisse, le plus souvent, troublé et admiratif.

Plusieurs pays, dans leurs centres touristiques, proposent à leurs visiteurs un «forfait dauphins». Il faut savoir que les dauphins en captivité ont une espérance de vie de moitié inférieure à leur espérance de vie naturelle. La plupart des bassins sont organisés de telle sorte qu'ils ouvrent les portes périodiquement pour permettre aux dauphins de nager librement dans l'océan.

Comme ils sont apprivoisés, ils rentrent au bercail. Ce compromis améliore quelque peu leur condition de vie.

Certains bassins accueillent aussi des enfants et adultes déficients, autistiques, paralysés, afin de stimuler plusieurs secteurs de leur développement. La zoothérapie avec les dauphins est en pleine expansion malgré certaines résistances de la part des écologistes et des protecteurs des animaux. Leur avertissement est à l'effet que le dauphin n'est pas un animal domestique et qu'on risque de s'orienter vers l'affaiblissement de l'espèce sinon sa disparition.

Ces critiques semblent exagérées si on pense au fait que le chien, la vache, le cheval, sont des animaux domestiques depuis près de 15.000 ans et ne semblent pas du tout en voie

de disparition, bien au contraire. Certaines critiques comportent aussi une partie morale : « Ces animaux sont libres dans la nature, laissez-les donc tranquilles ».

La tendance actuelle est au compromis. En Floride, en bordure du Golfe du Mexique, des dauphins vivent au contact des pêcheurs et ne craignent pas les interactions avec eux.

À l'île d'Abaco, les rencontres entre baigneurs et dauphins sont autorisées. Situation différente aux Bahamas (croisière d'une semaine, mais baignade interdite). En Basse Californie (au Mexique), on permet des excursions en canot mais les baignades sont interdites.

Certains hôtels mexicains du Pacifique ont leur bassin de dauphins; des rencontres supervisées sont possibles.

En Australie et en Nouvelle Zélande, les dauphins viennent librement tenir compagnie aux baigneurs.

N'allez pas croire que si vous descendez dans un bassin, les dauphins vont s'approcher automatiquement de vous pour vous dire bonjour. Ils ont leur vie à eux, que ce soit dans l'océan ou dans leur enclos. Les instructeurs vous expliquent comment vous y prendre : il faut nager entre deux eaux, dans un mouvement doux, ondulé et régulier, les deux mains derrière le dos. On peut prendre une bouffée d'air en surface de temps en temps, mais il est préférable de ne pas s'approcher des dauphins.

Ceux-ci, s'ils sont curieux cette journée-là, vont peut-être venir vous frôler quelques fois si ça leur tente. Et si votre compagnie leur plaît, ils joueront et folâtreront autour de vous... et vous quitteront brusquement quand leur curiosité sera satisfaite. Inutile de demander un remboursement si les dauphins vous boudent.

Merci à Jacinthe Bouchard, à Julie Martella, et à Jacques Madeline (« Le rêve du dauphin ») pour le partage de leur expérience.

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

DE BELLES HISTOIRES D'AMITIE

Une filleule qui apporte beaucoup dans la vie de Mme Tremblay

Mme Tremblay pourrait nous parler longuement de son implication au Parrainage civique puisqu'elle a été membre du conseil d'administration pendant 16 ans. Maintenant, c'est en tant que marraine civique qu'elle continue de s'impliquer, et ce, au grand bonheur de sa filleule Manon.

MME TREMBLAY,
PARLEZ-NOUS DE VOTRE
JUMELAGE AVEC MANON

Je connais Manon depuis huit ans déjà. Je l'ai accompagnée aux fêtes et aux sorties du Parrainage civique durant deux ans puis nous avons commencé à nous téléphoner et à faire des sorties ensemble. Manon me considère réellement comme sa marraine depuis six ans. Nous apprécions beaucoup les repas au restaurant que nous partageons ensemble. C'est toujours à Manon que revient le choix de l'endroit où nous allons manger. Le temps me manque parfois et il m'est impossible de voir Manon aussi souvent que je le souhaiterais, mais elle comprend puisqu'elle est elle-même très active et occupée... rester assise plus de cinq minutes semble épuisant pour elle! Elle travaille au Cégep à tous les jours, elle entretient son appartement, elle suit un cours de français et d'estime de soi un soir par semaine, elle fait du vélo l'été et elle déneige l'entrée de ses parents et de quelques voisins l'hiver. Nous nous parlons donc plus souvent au téléphone, ça nous permet de garder le contact et de nous raconter ce qui s'est passé au cours de la semaine. Il y a beaucoup d'échanges entre nous lors de ces conversations téléphoniques, que Manon



Mme Tremblay en compagnie de sa filleule, Manon.

plus difficile, elle n'hésite pas à m'en parler.

QU'EST-CE QUE VOTRE
FILLEULE VOUS APPORTE
EN PLUS DANS VOTRE VIE?

Avec Manon, je me sens écoutée et appréciée pour ce que je suis et ce que je peux lui offrir. Elle est aussi très compréhensive, elle me répète souvent que même si on ne se voit pas tellement souvent, elle ne veut pas une autre marraine que moi. Son visage resplendissant et ses yeux qui brillent comme le soleil lorsque je vais la chercher pour une sortie me combient de satisfaction et de joie. Elle a confiance en moi et elle est très reconnaissante. Elle a d'ailleurs toujours de petites attentions et des petits mots gentils qui me font plaisir. Après chaque conversation téléphonique, elle me dit toujours : «Fais attention à toi et repose-toi bien, Louise». Elle est très attentionnée et prend bien soin des gens qu'elle aime.

PARLEZ-NOUS D'UN
MOMENT MAGIQUE
VÉCU DURANT LA
RELATION DE JUMELAGE

C'est une petite anecdote qui m'avait fait bien rire. Au moment du décès de la princesse Diana, on voyait souvent son image à la télévision et j'ai dit à Manon : «Vraiment, je trouve que tu as les yeux de la princesse Diana». Je pensais qu'elle serait contente de ce compliment, mais elle m'a rapidement répondu : «Non, j'ai les yeux d'un chat!». Elle n'a pas accepté ce compliment car pour elle j'avais tort; elle n'a pas les yeux de la princesse Diana, mais les beaux yeux d'un chat... J'ai trouvé ça amusant!

Je ne voudrais pas terminer cette entrevue sans vous dire que Manon, dans sa simplicité, son authenticité et sa cordialité me rappelle une phrase du Petit Prince de St-Exupéry qui dit «On ne voit bien qu'avec les yeux du cœur». ■

COMMUNICATION-QUÉBEC PEUT VOUS AIDER

Le plaisir de savourer une dinde sans danger



KAROLE
LAMER

Les célébrations de Noël approchent à grands pas. Le choix d'une dinde doit se faire en sachant lire les informations contenues sur l'étiquette. De plus, les spécialistes en alimentation du Centre québécois d'inspection des aliments et de santé animale (CQIASA) vous invitent à suivre quelques conseils pour profiter pleinement du bon goût de la dinde sans risque d'intoxication.

À l'achat d'une dinde entière, assurez-vous qu'elle porte le sceau d'inspection, soit sur l'emballage soit sur l'attache. La réglementation québécoise oblige les détaillants à vendre de la volaille ou de la viande provenant d'un établissement sous inspection gouvernementale. Vérifiez la date d'emballage ou la date «Meilleur avant» de la dinde réfrigérée. Voici les critères de classement: «A» - meilleure qualité; Utilité = la volaille peut avoir perdu une patte ou une aile à l'abattage. La valeur nutritive et l'innocuité du produit demeurent les mêmes, peu importe la catégorie.

Placez toujours la dinde dans un sac en plastique distinct pour éviter de contaminer les autres aliments. Réfrigérez immédiatement la volaille à 4°C ou moins et conservez-la à cette température jusqu'au moment de la préparation.

N'oubliez pas de prévoir le temps pour la décongélation au moment de l'achat afin de décongeler la dinde de façon sécuritaire. D'ailleurs ne décongelez jamais aucun aliment à la température ambiante, cela comporte des risques inutiles. Cette mauvaise pratique favorise la multiplication des bactéries pathogènes (dangereuses pour la santé) qui sont responsables d'une importante partie des toxi-infections alimentaires. Au réfrigérateur à 4°C ou moins c'est la méthode la plus sécuritaire. On alloue 24 heures pour 2,5 kg et on ajoute une journée de plus par tranche de 2 kg. Placez la dinde dans un plateau suffisamment grand pour empêcher que le jus qui s'en écoule ne contamine les autres aliments dans le réfrigérateur. On peut également procéder en plaçant la dinde dans un sac en plastique dans l'évier et laisser l'eau froide courante couler sur

elle. Vous pouvez également procéder au four à micro-ondes mais cette étape doit être immédiatement suivie de la cuisson.

La farce, on ne doit pas rigoler. Ne placez jamais la farce dans la dinde la veille de la cuisson. Pourquoi? Même si la dinde est réfrigérée, des bactéries pathogènes peuvent se développer dans la farce.

En effet, la cavité de la volaille isole la farce de l'air froid et agit comme un incubateur. Réfrigérez la farce et la dinde séparément. Cuissez la farce et la dinde séparément afin d'obtenir une cuisson suffisante et adéquate. La cuisson prolongée à basse température de la dinde est à éviter, car l'élévation de la température n'est pas assez rapide.

La température de cuisson doit être égale ou supérieure à 165°C pour éviter que certaines parties demeurent dans la Zone de danger, où les bactéries se développent très rapidement. Zone de danger entre 4°C et 60°C... C'est cuit? La dinde est prête lorsque la température interne, mesurée avec un thermomètre à viande, atteint 82°C ou plus.

Le jus doit être clair, la viande

tendre et les cuisses doivent se détacher facilement. Pour vérifier, insérez le thermomètre jusqu'au milieu de la pièce de viande en évitant de toucher un os ou une couche de gras, ce qui fausserait la lecture. Les pièces: poitrine, cuisses et ailes sont cuites quand leur température interne indique 77°C ou plus. Pour ce qui est de la dinde hachée (ou toute autre volaille hachée), la température interne doit s'élever à 74°C.

La dinde cuite doit être réfrigérée le plus rapidement possible. Désossez et placez les restes de dinde dans des petits contenants au réfrigérateur. Réchauffez les restes à 74°C. Durée d'entreposage: la dinde entière au réfrigérateur 1 à 3 jours, en morceaux 1 à 2 jours. Au congéla-

teur la dinde entière, 10-12 mois, en morceaux 6-9 mois. Pour plus d'information relativement à la sécurité alimentaire, les exigences en matière d'inspection, pour porter plainte ou pour rapporter une toxi-infection alimentaire, contactez le Centre québécois d'inspection des aliments et de santé animale au 1 800 463-5023 ou visitez le site web: <http://www.agr.gouv.qc.ca/>

Pour tout renseignement sur les programmes et services gouvernementaux, le personnel de Communication-Québec à Saint-Jean-sur-Richelieu est au bout du fil au 346-6879. Vous pouvez également passer nous voir au 109, rue Saint-Charles dans l'entrée du Palais de justice de Saint-Jean-sur-Richelieu. ■

EMPLOI-QUÉBEC VOUS INFORME

Faites vos recherches d'emploi au Centre local d'emploi

En collaboration avec Le Canada Français, Emploi-Québec Montérégie vous offre une toute nouvelle chronique sur l'emploi. Vous y trouverez de l'information sur le marché du travail ainsi que sur les services d'emploi offerts dans notre région. Cette chronique sera publiée chaque dernier mercredi du mois. Soyez au rendez-vous!

Mardi matin, Sophie vient d'être mise à pied par son entreprise. Demain, elle devra se chercher un nouveau boulot. Où peut-elle trouver des ressources dans la région du Haut-Richelieu?

Dès que possible, Sophie aurait avantage à utiliser les services publics d'Emploi-Québec, disponibles à son centre local d'emploi (CLE). Pourquoi? Parce qu'Emploi-Québec possède de l'information sur le marché du travail et qu'elle est au cœur de toutes les ressources en emploi dans la région. Emploi-Québec compte parmi ses partenaires la plupart des organismes d'aide à l'emploi, sans compter ses liens avec les employeurs.

SOPHIE DÉCIDE DE SE PRÉSENTER AU CLE; QUELS CHOIX S'OFFRENT À ELLE?

Dès qu'elle met le pied au

centre local d'emploi, Sophie va rapidement repérer les installations de la salle multiservice (ordinateurs, babillards, documentation, etc.). À elle maintenant de décider si elle veut faire une recherche d'emploi par elle-même ou obtenir l'aide du personnel d'Emploi-Québec.

Si elle décide de faire une recherche d'emploi autonome, elle trouvera à sa disposition une multitude de services:

- des micro-ordinateurs, sur lesquels elle peut préparer son curriculum vitae et le faire parvenir par courriel à un éventuel employeur, naviguer sur Internet et accéder à des banques de données sur l'emploi;

- un service de placement en ligne lui permettant d'inscrire sa candidature et de consulter les offres d'emploi disponibles à l'adresse Internet suivante: emploi.quebec.net;

- des guichets d'emploi informatisés et des tableaux d'affichage, où sont inscrites des offres d'emploi disponibles partout au Québec et dans le reste du Canada;

- des téléphones, un télécopieur et un photocopieur, que Sophie peut utiliser pour com-

pléter ses démarches d'emploi;

- des documents d'information sur les services du ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale;

- et enfin, un centre de documentation, où elle trouvera une foule de renseignements (journaux, guides d'emploi, liste d'entreprises, etc.) pour orienter ses recherches.

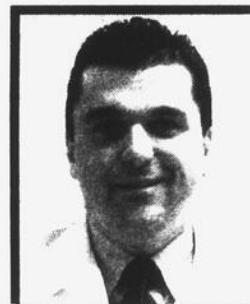
ET SI SOPHIE DÉSIRE OBTENIR DE L'AIDE?

Le personnel du CLE lui offre alors une gamme de services personnalisés dont, entre autres, des conseils sur la recherche d'un emploi (techniques d'entrevue, préparation d'un CV, etc.).

Sophie était loin de se douter que tous ces services gratuits pouvaient se retrouver à deux pas de chez elle! Et vous, avez-vous déjà visité votre CLE?

Centre local d'emploi (CLE) du Haut-Richelieu, 320, boul. du Séminaire, bureau 004, Saint-Jean-sur-Richelieu, (450) 348-9294 ou 1 800 567-3627.

Centre local d'emploi (CLE) de Marieville, 497, rue Sainte-Marie, Marieville, (450) 460-4430 ou 1 888 872-0680. ■



Alain Papillon
Pharmacien

LES INTERACTIONS MÉDICAMENTEUSES

La consommation grandissante de médicaments, qu'ils soient sous prescription ou en vente libre, résulte inévitablement en un risque accru d'interactions médicamenteuses et, conséquemment, des problèmes de santé pouvant en découler. En fait, toute personne qui consomme plus d'un médicament en concomitance demeure à risque de subir une interaction médicamenteuse, qu'elle soit

grave ou non. Les interactions les plus connues sont certainement celles qui existent entre deux médicaments, mais des interactions peuvent aussi être engendrées par l'association d'un médicament avec un aliment ou un produit d'origine naturelle.

Plusieurs médicaments présentent un risque important d'interactions, mais ce ne sont pas tous les médicaments qui sont en cause. Voici quelques exemples d'interactions qui peuvent survenir :

- Le calcium (comprimés de calcium uniquement, ou contenu dans les multivitamines ou encore contenu dans les produits laitiers) est reconnu pour se lier à certains antibiotiques, limitant ainsi l'absorption et l'efficacité de l'antibiotique.
- Certains antibiotiques pourraient diminuer l'efficacité des contraceptifs oraux.
- Certains antibiotiques augmentent le risque d'effets secondaires de certains autres utilisés pour diminuer le taux de cholestérol (résultant en des douleurs musculaires pouvant s'aggraver avec le temps).

Finalement, le risque d'interaction augmente inévitablement avec le nombre de médicaments consommés. Tel que mentionné au début, on doit aussi considérer le risque d'interactions potentielles avec certains aliments, l'alcool, les vitamines et minéraux et les produits naturels.

Il s'avère ainsi important de centraliser votre dossier-patient ou de bien informer votre pharmacien de tout médicament consommé, que ce soit de façon occasionnelle ou régulière, sous ordonnance ou en vente libre, afin d'assurer une gestion sécuritaire de votre état de santé.

Consultez votre pharmacien !

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

LA BOUSTIFAILLE

Soignons la pomme de terre...



MICHÈLE TRAHAN

Et cessons de la dénigrer et de lui faire mauvaise presse... l'intérêt croissant pour les questions de santé et de nutrition a amené beaucoup de gens à ignorer la pomme de terre ou à la remplacer par le riz. Or, ce n'est pas tant la pomme de terre en soi que ce qu'on y ajoute qui fait toute la différence; si on désire lui ajouter une garniture, il

faut y aller avec modération.

Une pomme de terre moyenne cuite au four n'est pas calorique et représente une bonne source de vitamine C, en plus de fournir de la thiamine, du fer, de l'acide folique et des fibres. Il importe de traiter la pomme de terre avec soin... avec un peu d'imagination, la pomme de terre peut devenir un mets nutritif et appétissant pour toute la maisonnée!



Salade chaude aux saucisses

- 9 pommes de terre
- 6 tranches de bacon
- 1 oignon haché
- 30 ml de farine (2 c. à table)
- 30 ml de sucre (2 c. à table)
- pincée de poivre
- 2 ml de sel de céleri (1/2 c. à thé)
- 175 ml d'eau (3/4 tasse)
- 75 ml de vinaigre (1/3 tasse)
- 6 saucisses italiennes cuites à point

- **Peler les pommes de terre et faire cuire dans l'eau bouillante salée jusqu'à tendreté; égoutter et mettre de côté.**
- **Frir le bacon jusqu'à ce qu'il soit croustillant; retirer du feu et égoutter. Cuire l'oignon dans le gras de bacon jusqu'à ce qu'il soit doré. Combiner la farine, le sucre, le poivre et le sel de céleri et ajouter à l'oignon; continuer la cuisson, à feu doux en tournant, jusqu'à ce que la préparation bouillonne.**
- **Retirer du feu, ajouter l'eau et le vinaigre et chauffer à nouveau; amener à ébullition sans cesser de tourner, et laisser bouillir une minute. Émietter le bacon et trancher les pommes de terre et ajouter les deux ingrédients à la préparation chaude. Bien réchauffer. Servir avec les saucisses chaudes. 6 portions**

ASTUCE MAISON

TOUT SUR LA POMME DE TERRE...

La pomme de terre est probablement le plus banal des légumes et pourtant... elle est économique, constitue un élément de base de l'alimentation, se retrouve à longueur d'année sur nos marchés et s'apprête de multiples façons. Selon la variété, le tubercule contient plus ou moins de fécule. Plus la pomme de terre est riche en amidon, plus sa texture sera sèche une fois cuite. Par conséquent, celles qui sont riches en amidon se prêtent bien à la préparation des purées, des frites et des plats cuisinés, tandis que celles qui ont une pelure creuse et contiennent moins d'amidon sont idéales pour les salades et les gratins, car elles conservent mieux leur forme. La durée de conservation modifie la texture de la pomme de terre et sa teneur en amidon; ainsi les tubercules fraîchement récoltés contiennent plus d'amidon et d'eau que ceux cueillis de longue date. Souvenez-vous qu'il est toujours préférable de cuire les pommes de terre avec leur pelure, même pour les frites, car elle préserve la valeur nutritive tout en conservant la saveur du légume. Enfin, entreposez les pommes de terre dans un endroit sombre, frais et aéré.

POMMES DE TERRE ESCALOPES

- 30 ml de beurre (2 c. à table)
- 30 ml de farine (2 c. à table)
- sel et poivre
- 500 ml de lait (2 tasses)
- 1,5 litre de pommes de terre finement tranchées (environ 6 tasses)
- 1 oignon haché

Fondre le beurre et ajouter la farine; assaisonner au goût. Verser graduellement le lait et cuire en remuant jusqu'à épaississement. Ajouter les pommes de terre et l'oignon et continuer la cuisson à feu doux, jusqu'au point d'ébullition. Transférer le tout dans un plat allant au four bien graissé, couvrir et cuire à 180C (350F), jusqu'à ce que le liquide commence à bouillonner, environ 20 minutes. Retirer le couvercle et continuer la cuisson jusqu'à tendreté. 8 portions

SALADE EN COURONNE

- 6 pommes de terre
- 125 ml de céleri haché (1/2 tasse)
- 2 échalotes hachées
- 2 tranches de bacon cuit et émietté
- 15 ml de persil (1 c. à table)
- 125 ml de vinaigrette italienne du commerce (1/2 tasse)
- sel et poivre
- 500 ml de cerises naines (2 tasses)
- 1 poivron vert en fines lanières

Peler et cuire les pommes de terre dans l'eau bouillante salée, jusqu'à tendreté. Égoutter, laisser refroidir et couper en petits dés. Combiner le céleri, les échalotes, le bacon, le persil et la vinaigrette; bien remuer. Incorporer les dés de pommes de terre et bien mélanger. Assaisonner au goût. Tasser la préparation dans un moule en couronne bien huilé. Laisser refroidir quelques heures. Au moment de servir, démouler dans une assiette de service tapissée de feuilles de laitue et remplir le centre de cerises naines et de lanières de poivron. 6 portions

POMMES DE TERRE

BOULANGÈRES

- 1,5 litre de pommes de terre finement tranchées (6 tasses)
- sel et poivre
- 500 ml de fromage suisse râpé (2 tasses)
- 30 ml de beurre (2 c. à table)
- 15 ml de mélange pour bouillon de poulet (1 c. à table)
- 250 ml d'eau bouillante (1 tasse)

Déposer la moitié des pommes de terre dans un plat à four peu profond et assaisonner au goût. Saupoudrer la moitié du fromage et déposer en noi-

settes, la moitié du beurre. Répéter l'opération. Combiner les deux derniers ingrédients et bien remuer; verser sur les pommes de terre. Cuire au four à 200C (400F), environ 45 minutes ou jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres et que le dessus soit bien doré. Laisser reposer 5 minutes avant de servir. 6 portions

CASSEROLE AUX DEUX POMMES

- 6 pommes
- 10 ml de jus de citron (2 c. à thé)
- 6 pommes de terre, pelées et coupées en morceaux
- 500 ml d'eau (2 tasses)
- 5 ml de sel (1 c. à thé)
- 12 tranches de bacon
- 45 ml de beurre (3 c. à table)
- pincée de poivre

Peler les pommes et couper en quartiers; arroser de jus de citron. Combiner les deux pommes, l'eau et le sel et amener à ébullition; réduire le feu et continuer la cuisson, à couvert, encore 30 minutes.

Dorer le bacon jusqu'à ce qu'il soit croustillant; égoutter et jeter le gras de cuisson. Égoutter les pommes et réduire en purée; ajouter le beurre et le poivre. Déposer dans un plat allant au four, garnir de tranches de bacon et réchauffer quelques minutes au four. Servir aussitôt. 4 portions

SOUPE AUX POIREAUX

- 4 poireaux
- 50 ml de beurre (1/4 tasse)
- 1 oignon haché
- 2 grosses pommes de terre, pelées et coupées en dés
- 1 litre de bouillon de poulet (4 tasses)
- 500 ml de lait (2 tasses)
- sel et poivre
- échalotes finement émincées

Hacher finement la partie blanche seulement des poireaux; chauffer le beurre et y ramollir les poireaux, en remuant. Ajouter les pommes de terre et le bouillon de poulet; amener à ébullition, réduire le feu et laisser mijoter, à couvert, environ 20 minutes ou jusqu'à tendreté des légumes. Réduire la préparation en purée au mélangeur et chauffer à nouveau; ajouter le lait et assaisonner au goût. Réchauffer parfaitement. Ajouter plus de lait si la consistance est trop épaisse. Servir et garnir chaque portion d'échalotes émincées. 8 portions

QUATRE BEURRES AROMATISÉS

Pour agrémenter les pommes de terre au four

- 1) • Beurre aux fines herbes

- 125 ml de beurre, ramolli (1/2 tasse)
- 30 ml de persil frais haché (2 c. à table)
- 30 ml de ciboulette fraîche hachée (2 c. à table)
- 30 ml de jus de citron (2 c. à table)

Fouetter tous les ingrédients jusqu'à homogénéité.

- 2) • Beurre à l'aneth
- 125 ml de beurre, ramolli (1/2 tasse)
- 30 ml d'aneth frais haché (2 c. à table)
- 5 ml de jus de citron (1 c. à thé)
- 2 ml de moutarde de Dijon (1/2 c. à thé)

Fouetter tous les ingrédients jusqu'à homogénéité.

- 3) • Beurre aux champignons
- 50 ml de beurre (1/4 tasse)
- 250 g de champignons hachés (env. 1/2 lb)
- 125 ml de beurre, ramolli (1/2 tasse)
- 45 ml de brandy (3 c. à table)
- sel et poivre

Dorer les champignons dans le beurre (50 ml/1/4 tasse) chaud jusqu'à ce qu'ils soient bien ramollis; retirer du feu et incorporer le beurre et le brandy; bien fouetter le tout jusqu'à homogénéité. Assaisonner au goût.

- 4) • Beurre à l'oignon
- 30 ml de beurre (2 c. à table)
- 1 oignon rouge finement émincé
- 30 ml de vin rouge (2 c. à table)
- 125 ml de beurre, ramolli (1/2 tasse)

Chauffer le beurre (30 ml/2 c. à table) et y dorer l'oignon, en remuant, jusqu'à ce qu'il soit ramolli, environ 5 minutes. Ajouter le vin et continuer la cuisson, jusqu'à ce que le liquide de cuisson soit complètement évaporé. Laisser refroidir. Fouetter la préparation à l'oignon et le beurre jusqu'à homogénéité.

POMMES DE TERRE FARCIES

- 3 pommes de terre cuites au four
- 250 ml de fromage cottage (1 tasse)
- pincée de poivre
- 1 ml de basilic (1/4 c. à thé)
- 1 gousse d'ail émincé
- pincée de paprika

Couper les pommes de terre en deux, dans le sens de la longueur. Retirer la chair avec soin et la déposer dans un plat; ajouter le fromage, le poivre, le basilic et l'ail et bien fouetter le tout. Farcir les coquilles de pommes de terre de cette purée et saupoudrer de paprika. Placer sous le grilloir du four et gratiner environ 3 minutes ou jusqu'à ce que le dessus soit bien doré.

LE PLAISIR DU VIN

Le guide du vin 2003 de Phaneuf est arrivé

JEAN-YVES
THÉRBERGE

Je ne dirai pas que c'est pour moi une fête mais la pa-

ration chaque année du Guide du vin de Michel Phaneuf me fait toujours plaisir. Je l'ouvre, le feuillette, lis ici et là un commentaire sur certains vins et je le referme pour le reprendre quelques instants plus tard.

J'aime ce sympathique ouvrage tout comme j'apprécie son auteur.

Depuis 1981, Michel Phaneuf publie chaque année un guide d'achat qui est beaucoup plus qu'une proposition de vins avec commentaires; il présente les régions vinicoles et fait le point sur leur évolution; cette année, il a

ajouté en quelques mots les points forts et les points faibles de chacune d'elles. Il donne son évaluation des derniers millésimes. Tout au long de son guide, il précise une foule de notions et nous fournit mille détails sur la région, les cépages, le marché, etc.

Depuis peu d'années, il ajoute des textes ou des extraits d'articles qu'il a publiés dans la revue L'Actualité où il signe une chronique; ce qui est une excellente idée. Il va même plus loin et signe parfois des commentaires qui ont, pour le moins, du mordant. À titre d'exemple, voici ce qu'il écrit sur les vins de garage produits dans le bordelais: «en raison de leur succès auprès de certains gourous de la presse et d'une vision très technologique du vin, un nombre grandissant de propriétés se mettent à la production de vins noirs et épais, élevés en cercueil de chêne,

de navrantes caricatures à des années-lumière de l'esprit de raffinement qui est pourtant la force des vins de Bordeaux, grands ou modestes». Je ne peux qu'applaudir.

Il va même jusqu'à appeler Robert Parker «Dieu-le-vin lui-même»! J'applaudis encore.

Mais Le guide du vin de Michel Phaneuf, c'est d'abord et avant tout une présentation détaillée de la majorité des vins offerts dans les succursales de différents types. L'ouvrage le plus complet et le plus diversifié que l'on peut trouver au Québec. Une source de renseignements riche pour l'amateur de vins et pour le collectionneur tout en ayant ce côté pédagogique qui habite celui qui a contribué à répandre le goût du vin au Québec et qui a formé des milliers d'amateurs de vins.

DOMAINE LA SOUMADE

Dans les côtes du rhône-villages



rasteau, le domaine La Soumade produit un vin racé fait à partir surtout du grenache. Cela donne un vin très coloré et violacé avec un nez de fruits frais et bien mûrs, d'épices, de noix et même de cuir. Presque charnue en bouche, il a des tannins souples, du gras et une belle structure. Un vin goûteux qui laisse un goût de compote de fruits. 26,65 \$ - 850206.

SUMMUS

Il y a une certaine mode qui pousse les producteurs à produire des vins plutôt robustes et aux goûts de certains consommateurs comme c'est le cas avec les super-toscans. Le San Antimo Summus 1998 de Banfi en est un bel exemple. D'un rouge violacé, il a un nez complexe de fraises bien mûres, de cerises, de réglisse, de vanille et de fumée. Complexe en bouche, le vin est dense et riche avec des tannins assez souples et du gras. Pas encore bien fondu, le vin est plein de promesses; il faudra voir comme il évoluera. C'est un vin qui impressionne mais son prix l'est tout autant! 57,25 \$ - 552489.

JEAN-NOËL BOUSQUET

Dans l'appellation corbières, Jean-Noël Bousquet nous propose depuis quelques années d'excellents vins à des prix fort intéressants. La Tour château Grand Moulin 2000 a un nez agréable de

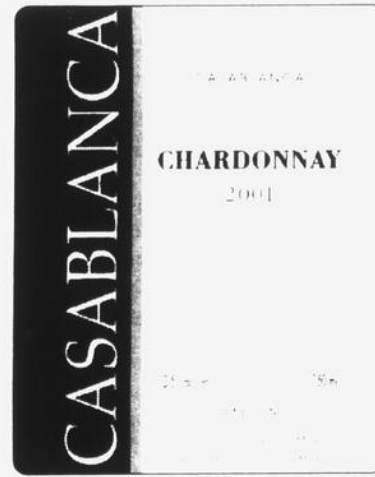
fruits noirs, d'épices (poivre), de réglisse avec un brin de torréfaction et de vanille. En bouche, il a beaucoup de saveur et de charme. Bien fruité avec des tannins souples, il a du gras et une belle ampleur sans aucune lourdeur. 14,30 \$ - 355255.

Plus beau encore, le château Grand moulin Vieilles vignes 2000. Voilà une autre belle réussite de ce vigneron. D'une couleur profonde et soutenue, ce vin sent les mûres sauvages, les prunes, les noix, les épices et la vanille. Élevé en fûts de chêne, le fruit se marie très bien avec le bois. D'une matière riche avec de beaux tannins fins, il a de la rondeur et du charme. Un vin complexe, harmonieux et plein de goût. Tout cela pour seulement 16,95 \$ - 721043.

Jean-Noël Bousquet produit aussi un vin de pays d'Aude qui est fait de carignan (85%), de syrah (10%) et de mourvèdre (5%). Ce n'est pas un vin complexe mais invitant avec son nez d'épices et de fruits sauvages. Plutôt léger en bouche, il a de belles saveurs et des tannins assez souples. Cela en fait un excellent vin de tous les jours. 13,55 \$ - 573410.

CASABLANCA

Il ne manque pas de chardonnay sur le marché. En voici un qui plaira aux amateurs de vins fruités et légèrement boisés: le Chardonnay 2001 de Casablanca. Tout en fruits exotiques et légèrement beurré au nez, il est agréable et presque savoureux avec une acidité agréable. 13,45 \$ - 632299.



DANS VOTRE ASSIETTE

Les noix, une richesse à découvrir!

SYLVIE LAROCHE
NUTR.D.T.P.

Ne vous êtes-vous pas déjà surpris à prendre une poignée d'arachides, pour finalement en arriver

au fond du sac? Pris avec modération, les noix et les graines sont excellentes pour la santé. Malgré cela, il n'y a qu'environ le tiers des protéines contenues dans le régime alimentaire des Nord-Américains qui provient du règne végétal (noix, graines et légumineuses).

Pendant que les ventes de produits à faible teneur en matière grasse connaissent leurs heures de gloire, les consommateurs ont fini par conclure que les noix et les graines contenaient trop de gras pour être consommées sans culpabilité. Une fois pour toute, mettons les pendules à l'heure.

Les noix et graines les plus populaires sont les amandes, arachides, noix de cajou et les graines de tournesol. Pourtant il y en a plus de 15 variétés, pensons entre autres aux noisettes, pistaches, pacanes, noix du Brésil, pignons, graines de citrouille, graines de lin, graines de sésame, etc.

Notre choix de consommer ou non des noix ne doit pas s'arrêter au simple fait qu'elles contiennent de 45 à 75 % de matière grasse puisque la majorité de ce gras est bénéfique pour la santé, notamment pour réduire le mauvais cholestérol. Ces substituts de la viande fournissent également des éléments santé. En plus des bons gras, il s'agit d'une excellente source de protéines et de fibres qui permettent de couper la faim à n'importe quelle heure de la journée.

En terme de quantité, une once de noix représente une source de fibre comparable à une ou même

deux tranches de pain de blé entier. Toutefois, il ne faut pas exagérer sur la quantité de noix dans le seul but d'augmenter sa consommation de fibres puisque ces petits aliments contiennent une quantité considérable de gras et de calories. Du point de vue vitamines et minéraux, ces aliments ne sont pas en reste. Ils peuvent être une bonne alternative pour combler ses besoins en calcium (amandes, graines de sésame et fèves de soya), en fer, en zinc, en magnésium, en phosphore, en acide folique, en vitamine E et en vitamine du complexe B.

DES GRAS AMIS DU CŒUR

Des études ont démontré que la consommation hebdomadaire de 5 onces (142 g ou 150 ml) de graines et de noix était associée à une diminution de 30 à 50 % des maladies cardio-vasculaires, augmentant ainsi la longévité. Que possèdent ces aliments pour avoir cet effet sur notre santé?

Contenant en majorité des gras insaturés et très peu de mauvais gras saturés, les noix et graines aident à entretenir la mécanique de notre cœur. Les acides gras polyinsaturés (dont les oméga-3 qui sont surtout présents dans les graines et les noix de Grenoble) préviennent l'accumulation de gras dans les vaisseaux sanguins et à diminuent le mauvais cholestérol. Les monoinsaturés pour leur part n'ont pas d'influence sur le taux de cholestérol et ne sont par conséquent, pas à craindre.

Par ailleurs, les noix et graines posséderaient plusieurs autres nutriments qui entretiennent la mécanique de notre cœur. Parmi ces éléments, notons une sorte de protéine nommée arginine, des fibres solubles, des phytostérols, des composés phytochimiques qui servent de pigment (flavonoïdes), des phytoestrogènes, de l'acide

folique, du cuivre, du magnésium et de la vitamine E. En plus de son effet cardioprotecteur, il est intéressant de savoir que la vitamine E possède un pouvoir antioxydant qui permettrait de stimuler la fonction immunitaire des personnes âgées.

Selon les études, pour bénéficier de tous les effets des noix et graines sans prendre du poids, il est recommandé d'en consommer environ 5 fois par semaine, à raison de 1-2 onces. Cette portion représente 2 à 3 cuillères à table de noix ou graines ou 5 à 10 noix entières. Notez qu'une portion de 3-4 onces de noix ou de graines = 1 portion de viande de la grosseur d'un jeu de cartes.

ÉVITER LE RANCISSEMENT

Comme ces aliments rancissent facilement, il est important de maximiser leur fraîcheur en les entreposant dans un contenant hermétique, à l'abri de la chaleur, de l'oxygène, de la lumière et de l'humidité, voir même à les conserver au congélateur plutôt qu'au réfrigérateur. Selon la sorte de noix ou de graine, celles-ci peuvent se conserver de deux à six mois, à une température ambiante et jusqu'à un an, si elles sont congelées. Surtout, évitez de consommer celles qui sont tachées, décolorées, moisies ou ratatinées car elles pourraient contenir des toxines.

Pris avec modération, les noix et graines sont excellentes pour la santé. Noix de cajou, pistache, amande, noisette, graines de citrouilles et graines de tournesol sont quelques-unes des quinze variétés qui sauront combler vos creux d'estomac. 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 appétit!

ALCOOL

Vivre, jour après jour

Le programme des Alcooli-ques Anonymes suggère à nos membres de faire des efforts constants pour s'améliorer. Il ne peut y avoir de longues périodes de repos. Nous devons faire des efforts dans ce sens en tout temps.

Nous devons continuellement garder en mémoire que c'est un programme qui ne peut être mesuré en années, parce qu'un alcoolique n'atteint jamais complètement son idéal et n'est jamais guéri. Son alcoolisme n'est maîtrisé que par la pratique quotidienne de cette méthode. C'est un programme où

le temps n'existe véritablement pas. Nous le vivons jour après jour ou plus précisément instant par instant - maintenant.

Est-ce que nous essayons toujours de nous améliorer?

Il y a une réunion mardi à Hemmingford, édifice municipal à 20 heures et Réunion du Nouveau à 18h45 et 20 heures, Centre des aînés, 125, Jacques-Cartier Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu.

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

VOYAGE À VICTORIA

Tour de ville dans la très british Victoria

LOUISE BÉDARD

N. D.L.R.: Voici le second volet d'un reportage rédigé à la suite d'une semaine de familiarisation en Colombie-Britannique, à l'invitation du Centre de recherche et d'information du Canada.

La traversée de Tsawwassen, au sud de Vancouver, ou encore de Horseshoe Bay, au nord ouest de la ville, vers Victoria sur un des grands bateaux de BC Ferry est en soi une belle expérience. Les voyageurs s'agglutinent sur les ponts espérant apercevoir les baleines dans la brume, se postent à la proue affrontant les vents parfois assez forts, flânent à la cafétéria ou à la boutique de souvenir, et admirent le paysage grandiose qui s'offre à eux. Le passage entre les îles, dans le détroit de Géorgie, est le plus spectaculaire.

La saison touristique débute tôt, dès février, à Victoria qui bénéficie d'un climat doux. On joue au golf même l'hiver. L'été n'est pas trop chaud et l'automne, un des plus beaux au Canada pour prendre des vacances. Victoria est une ville



L'hôtel The Empress qui sert le thé de 4 heures.

verte avec ses nombreux espaces verts.

C'est autour de Inner Harbour que se concentrent plusieurs sites d'intérêt pour les visiteurs dont le centre d'information touristique. Victoria, capitale de la Colombie-Britannique comptant environ

300 000 habitants, a un centre-ville qui se marche facilement.

Des quais de Inner Harbour, décollent les hydravions. Plusieurs bateaux parent vers Port Angeles et Seattle, dans l'État de Washington. À pied ou à vélo, en suivant la rue Belleville qui suit le bord de l'eau vous pouvez atteindre Laurel Point Park. Les marcheurs empruntent les sentiers et peuvent ensuite poursuivre jusqu'à Fisherman's Wharf. Plusieurs belles maisons dont des B & B sont regroupées dans ce quartier.

PARLEMENT

L'édifice de la législature provinciale fait face au port. La tradition d'éclairer le parlement de centaines de lumières remonte à 1897 pour le jubilé de la reine Victoria. Un vitrail célébrant le 50^e anniversaire de l'accession au trône de la reine Elizabeth II a été inauguré lors de son passage dans la ville, à la fin du mois de septembre. Des visites guidées de l'édifice sont of-

fertes en français. La bibliothèque avec sa rotonde, ses boiseries et ses foyers constituent une des plus belles parties de l'édifice.

Francis Rattenbury, un jeune alors âgé de 25 ans, a été l'architecte du parlement mais aussi de l'hôtel Empress construit par le Canadien Pacifique. Même si Victoria possède plusieurs autres hôtels luxueux, l'Empress reste l'hôtel chic de la ville. Avec sa façade couverte de lierre, elle symbolise le côté british de la ville. On s'y rend en fin d'après-midi pour y prendre le thé et déguster les scones.

Une visite au Royal London Wax Museum situé aussi dans l'In-



Fan Tan Alley, ancienne place d'opium.

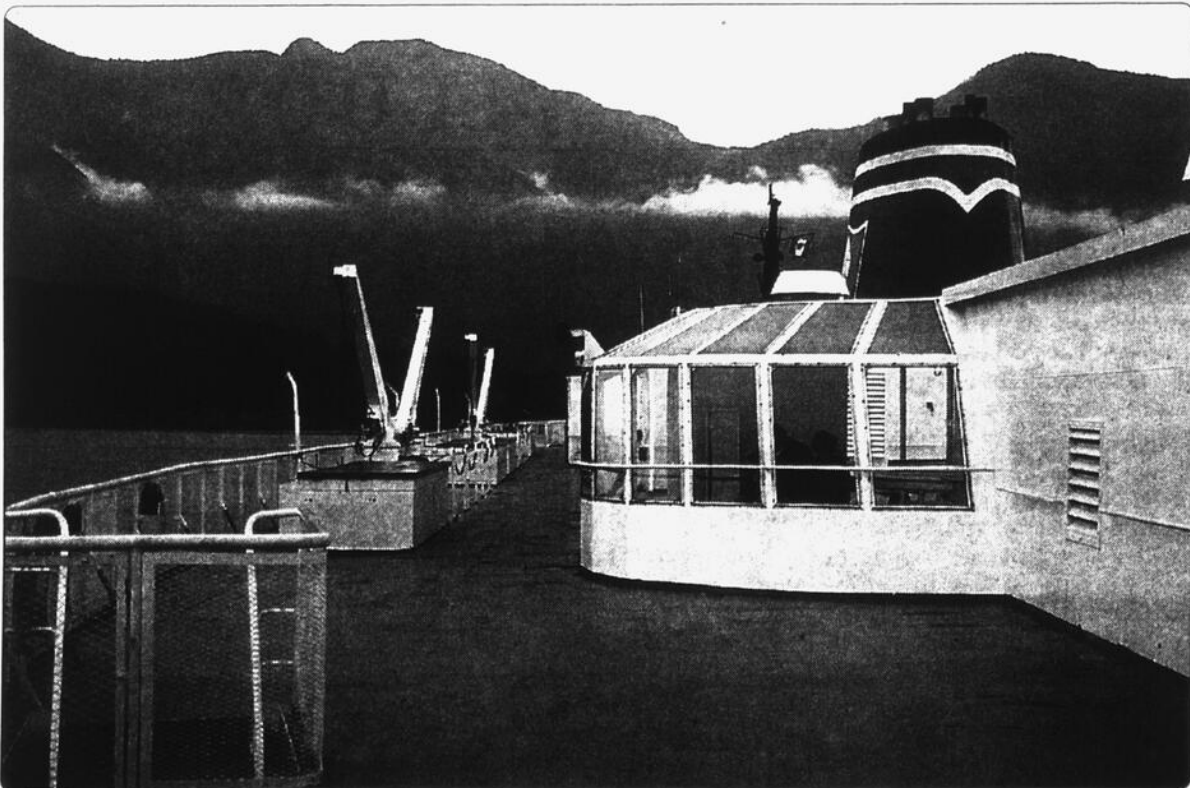
ner Harbour, vous mettra dans l'ambiance. Les membres de la royauté britannique mais aussi plusieurs personnalités du 20^e siècle y sont représentés.

Voisin de l'Empress et de l'édifice du parlement, se trouve le Royal British Columbia Museum avec ses sections d'histoire naturelle, des Premières nations, d'histoire moderne, et le cinéma Imax adjacent.

— Suite à la page C-21



Des visites en français sont offertes de l'édifice du parlement provincial.



Sur le ferry menant à l'île de Vancouver.



Le port intérieur de Victoria.



Votre accompagnateur
PAUL LAFOREST

TIGNES VAL D'ISERE

(Alpes françaises)

Du 24 janvier au 2 février 2003

Forfait 8 nuits
(tout compris)

Renseignements : (450) 346-8415
(450) 430-0187

290422-2025-9

VOYAGE À VICTORIA

— Suite de la page C-20

CHINATOWN

Victoria a été un avant-poste de la Baie d'Hudson pour la traite des fourrures. Elle s'est transformée en colonie britannique lorsqu'on a découvert de l'or dans le fleuve Fraser en 1858. Boutiques, saloons, hôtels ont alors été construits. C'est aussi durant ces années de croissance qu'a pris naissance Chinatown, le plus ancien quartier chinois au Canada.

En suivant la rue qui longe le port, Wharf Street, on aboutit à Market Square, où des boutiques et des cafés ont été aménagés, puis on entre dans le quartier chinois. Sur Fisgard St, artère colorée de Chinatown avec ses marchés de fruit, se trouve l'arche Tong Ji Men (Gates of Harmonious Interest), à l'angle de Government St. C'est le lieu choisi par les touristes pour une photo-souvenir. Mais la rue la plus intéressante du quartier est Fan Tan Alley, un passage étroit de boutiques, de salons de barbier, d'ateliers d'artistes. Jusqu'au début du 20^e siècle, on pouvait s'y procurer de l'opium, raconte-t-on. C'était aussi un lieu pour le jeu illégal.

En remontant Government Street pour revenir vers l'Empress et le parlement, les amateurs de magasinage pourront se satisfaire. Outre les boutiques de souvenirs comme le Hill's Indian Crafts (1008, Government St.), il faut entrer au Roger's Chocolates (913 Government St.), une institution, pour admirer le décor du début du 20^e siècle de la boutique et goûter à ses merveilleux chocolats. Voisins se trouvent des boutiques de chauds chandails importés d'Irlande et de jupes aux couleurs des grandes familles d'Écosse.

Point d'intérêt pour les Québécois, Sainte Anne's Academy située à proximité du centre-

ville, à l'intersection de Belleville et Blanshard. Des sœurs de Sainte-Anne venues du

Québec y ont établi une mission en 1858. On peut visiter

le centre d'interprétation et la chapelle. ■



Un marché de fruits sur Fisgard St.



Le passage entre les îles du détroit de Georgie.



Cafés, chocolaterie, boutiques irlandaise et écossaise de vêtements sur Government street.

VOYAGES Haut-Richelieu
42, rue Saint-Jacques
Saint-Jean-sur-Richelieu
J3B 2J7
(450) 358-2882
(450) 358-9449
SYLVIE CHARRIER
Conseillère / consultant

GRÈCE**** 14 jours - départs en février-mars - hôtel 3 repas par jour, vin - animation québécoise. Incluant 5 superbes excursions. **1 975\$** + 1 semaine gratuite en février

TUNISIE**** 8 jours (16 repas) **1 425\$**
PARIS 2 NUITS transferts, hôtel, déjeuner
Seulement **1 425\$**
BONS FORFAITS SUR 101477-2626

224, rue Jean-Talon, Saint-Luc
Tél.: 359-1166

Croisière	Punta Cana	Cayo Coco
Caribes de l'Ouest Départ : 4 janvier Vol, taxes et transfert inclus Nouveau navire 5 étoiles de 91 000 tonnes 7 nuits de croisière 1 419\$	Départs : 11, 18 et 25 janvier Hôtel supérieur 1 semaine 1 279\$	Hôtel 4 étoiles Départ : 20 décembre 1 semaine 1 399\$
Varadero	Cancun	Varadero
Départ : 22 décembre Tout inclus 2 semaines 1 429\$	Départ : 21 décembre Tout inclus 2 semaines 1 869\$	Départ : 15 décembre Hôtel supérieur Tout inclus 5 nuits 838\$

Permis du Québec
Region Bedford, contactez Jacques ou Diane 248-2516 103615-2626-1

**Besoin de vacances ? Faites votre choix !
Deux endroits et le même excellent service !**

VOYAGES
Linda Goulet
BRONZAGE

276, boul. Saint-Luc
Saint-Luc
(450) 348-2201
Permis du Québec

Puerto Vallarta
Départ le 24 janvier 2003
2 semaines

Trinidad (Cuba)
Départ le 20 février 2003
1 799\$ pour 2 semaines

Bayahibe
Départ le 14 février 2003
2 semaines

Les 3 destinations comprennent : Hôtel 4 étoiles, formule tout inclus, transport Mirabel aller-retour, «groupe dynamique». Encore quelques places disponibles.
Faites vite !

Agence de
VOYAGES
Frederic LAPIERRE

395, rue Jacques-Cartier Sud
Saint-Jean-sur-Richelieu
(450) 358-2413
Permis du Québec

PRIME GRATUITE

OFFRE PROLONGÉE
JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS...
NE TARDEZ PAS !

Magnétoscope/lecteur DVD

Appareil-photo numérique

Mini-chaîne audio

Lecteur MP3-CD

Émetteurs-récepteurs

Choisissez votre prime*

DEUX SUPERBES CADEAUX ! À VOUS DE CHOISIR !

*AVEC TOUTE RÉSERVATION VALABLE EFFECTUÉE AU 30 NOV

- ◆ Lecteur MP3-CD de marque Samsung
- ◆ Paire d'appareils émetteurs-récepteurs rechargeables de marque Motorola

RÉCOMPENSE EXCLUSIVE POUR NOS PLUS FIDÈLES CLIENTS !

Vous avez déjà réservé un forfait vacances auprès de nous ? Réservez d'ici le 30 nov et choisissez l'un de ces trois incroyables cadeaux :

- ◆ Mini-chaîne audio de marque Zenith
- ◆ Appareil photo numérique EasyShare 2.0 de Kodak
- ◆ Magnétoscope et lecteur DVD combinés de marque Samsung

Tous les détails au bas de cette annonce

VARADERO
Hotel Villa Cuba **** **1048\$**
13 dec - 1 sem - Ch. standard - Tout Compris
Vacances Air Transat - ÉCONOMISEZ 560 \$ PAR COUPLE !

PUERTO VALLARTA
Club Embarcadero
Pacífico ****1/2 **1169\$**
6 dec - 1 sem - Ch. standard - Tout Compris
Vacances Air Transat - ÉCONOMISEZ 680 \$ PAR COUPLE !

CAYO COCO
Sol Cayo
Guillermo **** **1289\$**
9 jan - 1 sem - Ch. standard - Tout Compris
Hébergement & repas gratuits pour l'enfant de 2 ans et moins ! - Tours Maison

AUBAINE CROISIÈRE
PRINCESS
ANTILLES OCCIDENTALES
Grand Princess
Départ : 19 jan 2003
1074\$
Croisière de sept jours
au départ de Ft. Lauderdale
Croisière uniquement. Catégorie M. Taxes et redevance portuaire incluses.
Navires immatriculés en Grande-Bretagne, aux Bermudes et à Gibraltar.

PARTENAIRES PARTICIPANTS : VACANCES, NOUTOUR, Carnival, Holland America, PRINCESS, Norwegian, Sol Melia, Club Med, Tours Maison

Carrefour Richelieu • 600 Pierre-Caisse, St-Jean • 450-348-0918

Départ de Montréal : Les prix sont par personne, en occ. double, en dollars canadiens (à moins d'indication contraire) et applicable aux nouvelles réservations. Les prix indiqués correspondent aux plus bas prix offerts au moment d'aller sous presse, en fonction de dates de départ, de types de chambres et de catégories de cabines spécifiques. Les prix incluent les taxes et toutes réductions ou économies applicables. Des frais de service pourraient s'appliquer. Offre en prime : Réservation min. de 2 000 \$, excluant taxes et frais de service effectués auprès de partenaires participants et payés intégralement entre le 1^{er} août et le 30 novembre 2002. Départ entre le 1^{er} novembre 2002 et le 30 avril 2003. Réservations de croisières Princess : Pour les clients ayant réservé une croisière de sept jours recevront un lecteur MP3-CD de Samsung ou des émetteurs-récepteurs Motorola, sauf s'ils ont réservé un balcon, une mini-salle ou un appartement. Tous les rabais ont été appliqués au prix annoncé. Non valable pour les groupes ou forfaits à prix réduit. Ne peut être combinée à aucune autre offre ou promotion. Un cadeau par réservation. Des frais d'expédition et de manutention de 25 \$ s'appliquent. D'autres conditions s'appliquent et peuvent varier selon les fournisseurs. Veuillez demander les détails. Permis du Québec 102203-2626-1

Thomas Cook

Voyages Marlin

Tout un bagage d'expérience !

ASTROLOGIE



Les prévisions
de la semaine

AVEC FLEUR D'ANGE
450-229-3263

Semaine du 27 novembre
au 3 décembre 2002

BÉLIER

21 MARS AU 20 AVRIL

Votre clairvoyance vous prévendra contre certaines personnes qui cherchent à vous nuire. Amour : Il se peut qu'une personne de votre famille ne tienne pas sa promesse. Santé : Attention aux excès. Travail : Possibilité d'avancement.
2-7-9-14-20-21

TAUREAU

21 AVRIL AU 20 MAI

Vous recevrez des nouvelles de quelqu'un que vous n'avez pas vu depuis longtemps. Amour : Soyez à l'écoute de la personne aimée. Santé : Un peu plus de fatigue. Travail : Semaine remplie de projet et d'accomplissement.
1-6-15-20-24-33

GÉMEAUX

21 MAI AU 21 JUIN

Vous ferez des démarches qui vous seront profitables. Amour : Vous serez satisfait dans le domaine du cœur. Santé : Vous êtes très exigeant envers vous-même. Travail : Vous arriverez à communiquer avec vos collègues de travail.
11-13-22-28-31-37

CANCER

22 JUIN AU 23 JUILLET

La situation que vous vivez actuellement ne sera plus la même. Amour : Vous pouvez rêver un peu mais attention de ne pas fuir la réalité. Santé : Contrôlez vos émotions. Travail : Ralentissement dans le cadre du travail à prévoir.
16-17-27-29-32-36

LION

24 JUILLET AU 23 AOÛT

Il faudra être patient dans la réalisation d'un projet. Amour : Vous serez satisfait des progrès de l'être aimé. Santé : Libérez-vous de votre nervosité. Travail : Ne prenez aucune responsabilité trop exigeante pour vous.
8-11-12-13-25-27

VIERGE

24 AOÛT AU 23 SEPTEMBRE

Vous serez dans de meilleures conditions. Amour : Un enfant sera source de bonheur. Santé : Un petit repos serait appréciable. Travail : Les affaires se stabilisent.
4-19-22-27-36-40

BALANCE

24 SEPTEMBRE AU 23 OCTOBRE

Vous serez heureux de trouver un appui. Amour : Votre jugement est sain et vous maîtrisez la situation. Santé : Profitez de la vie. Travail : La meilleure façon d'obtenir ce que vous désirez est votre persévérance.
3-10-15-22-23-30

SCORPION

24 OCTOBRE AU 22 NOVEMBRE

Votre entrain vous poussera à partager votre joie. Amour : Vous ferez de nouvelles rencontres. Santé : Rien de spécial. Travail : Vous avez la chance de réussir ce que vous avez déjà commencé.
1-3-7-11-17-21

SAGITTAIRE

23 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE

Des déplacements seront nécessaires. Amour : Vous serez sensible aux avances de l'être aimé. Santé : Amélioration de votre état général. Travail : Vous arriverez à tourner les événements à votre avantage.
12-19-29-33-35-36

CAPRICORNE

22 DÉCEMBRE AU 20 JANVIER

Semaine qui vous apportera de grandes satisfactions. Amour : Vos relations amoureuses seront harmonieuses. Santé : Évitez les discussions inutiles. Travail : Vous foncez pour obtenir ce que vous désirez.
4-5-16-19-30-37

VERSEAU

21 JANVIER AU 19 FÉVRIER

Vous aurez le goût de faire des études pour vous perfectionner dans de nouveaux projets. Amour : Les amours seront favorisés. Santé : Évitez les excès de fatigue. Travail : On apprécie vos initiatives.
1-2-10-21-25-37

POISSONS

20 FÉVRIER AU 20 MARS

Ne prenez pas des décisions impulsives. Amour : Soyez plus réaliste dans vos relations. Santé : Surveillez vos yeux. Travail : Vous brillerez dans vos réunions.
13-19-27-29-35-41

VOYAGE À VICTORIA

Une visite à la base navale de Esquimalt

À quelques kilomètres à l'ouest du centre-ville de Victoria se trouve la base militaire de Esquimalt, siège de la flotte du Pacifique. Esquimalt est à la côte ouest ce qu'est Halifax à la côte est.

Avec ses 6 000 employés dont 4 000 militaires, la base de Esquimalt est l'un des plus importants employeurs de la région. Non seulement y trouve-t-on le commandement de la flotte du Pacifique mais aussi du Centre de sauvetage qui répond annuellement à pas moins de 2 400 appels de détresse de bateaux et d'avions.

Plusieurs des bâtiments de la base navale ont été érigés au 19^e siècle et ont un caractère patrimonial. Les docks ainsi que le quartier du musée Naden font partie de l'arrondissement historique national d'Esquimalt. Le musée est ouvert en semaine au grand public et des visites guidées de la base sont offertes au groupe de dix personnes et plus.

L'histoire de la base remonte à 1848 alors que la présence de la marine britannique s'est accrue sur la côte du Pacifique devant les visées expansionnistes américaines et russes. L'entrée étroite de son port et la profondeur des eaux ont fait d'Esquimalt l'endroit idéal pour y établir un port



Le NCSM Ottawa en rade à la base maritime de Esquimalt.



Plusieurs bâtiments de la base ont été construits au 19^e siècle.

de la marine britannique. Conséquence de la guerre de Crimée en 1854, les premières installations d'un hôpital ont été aménagées. Puis en 1865, les Britanniques y établirent une station. Esquimalt devint un emplacement stratégique pour la marine britannique dans le Pacifique. Un traité signé en 1910 avec l'Angleterre transfère Esquimalt et Halifax au Canada. Durant la 2^e Guerre mondiale, la base devient le principal centre naval d'entraînement dans l'Ouest.

La visite de la base permet d'avoir un point de vue impressionnant sur le détroit Juan de

Fuca que surplombent les installations de la marine. Du dais sur Duntze Head où l'amiral accueille les bateaux en partance ou revenant de la mer, on peut apercevoir Brother's Island appelée aussi Dead Man's Island parce qu'au milieu du 19^e siècle, la marine y enterrait ses morts et le site était une terre sacrée pour les amérindiens. Une batterie a été installée sur l'île en 1878 pour assurer la défense de la côte et les artilleurs se plaignaient de retrouver des ossements. Les tombes ont été transportées par la suite au cimetière des vétérans sur la base. Mais l'île a conservé son nom.

PATRIMOINE

Un mur de brique comme on peut en voir en Angleterre sépare l'emplacement du site original de la base de la marine royale du village d'Esquimalt dont les maisons ont été annexées par la suite à la base.

La maison du Commodore est la plus ancienne de la base. Elle a été construite en 1879. La légende veut qu'elle soit hantée par le fantôme du lieutenant Scott tiré accidentellement par une sentinelle à qui il n'avait pas crié le mot de passe. Le défunt continuerait à y faire sa ronde tous les

soirs depuis plus de 100 ans.

Les bâtiments anciens de brique un peu partout sur la base portent chacun une histoire. La prison est un de ces beaux édifices. Elle a été érigée en 1899. Ses murs ont près d'un mètre d'épaisseur. Ses fenêtres sont encore équipées de barreaux. Mais ils ne servent plus à empêcher les évasions des marins délinquants mais plutôt à protéger les documents classifiés du Service de cryptographie.

CALE SÈCHE

Le secteur le plus impressionnant de la visite reste celui des quais du chantier naval où sont amarrés les bateaux pour l'entretien et la réparation.

Par ailleurs Esquimalt possède une grande cale sèche de 138 mètres (481 pieds) de long, 27 mètres (60 pieds) de large et 11 mètres (30 pieds) de profondeur. Sa construction commencée en 1878 a été une condition d'entrée de la Colombie-Britannique dans la confédération. Elle peut recevoir tous les bateaux de la marine canadienne excepté le Protecteur et le Preserver. C'est la plus vieille cale sèche de la côte du Pacifique, tant en Amérique du Nord que du Sud.



La construction de la cale sèche a été une condition d'entrée dans la Confédération.



Ambulance, police, pompiers :	911
Sûreté du Québec (urgences) :	310-4141 (4141 cellulaire)
Info-Santé :	(450) 349-3000
CLSC-CHSLD Chempagnat de la Vallée des Forts :	(450) 358-2572
Croix-Rouge (urgence sinistres) :	1 877 362-2433
La ligne parents :	(514) 288-5555
Info-dépression :	1 800 265-0999
Tel-Jeunes :	(514) 288-2266
Protection de la jeunesse :	1 800 361-5310
Drogues - aide et référence :	1 800 265-2626
Centre de prévention du suicide du Haut-Richelieu :	(450) 348-6300
Coup d'Elle (femmes victimes de violence) :	(450) 346-1645
Centre de référence du Grand Montréal :	(450) 527-1375
Centre de référence du Centre d'action bénévole de Saint-Jean-sur-Richelieu :	(450) 347-7527
Centre Claude Bilodeau Alpinus pour jeunes compulsifs :	1-866-833-0411 (450) 248-0411

EN CAS D'URGENCE



Le lieutenant Guillaume Lachapelle devant la maison de l'amiral datant de 1885.



JARDINS DE CHARME

Si vous voulez des dahlias en santé!



LOUISE ROLLAND

Le fait de consacrer un peu de temps et d'efforts à vos dahlias vous permettra d'économiser temps et argent à long terme. Vos dahlias auront besoin d'un minimum de soins pour resplendir de beauté toute la saison et lorsque de superbes fleurs et feuilles deviendront le repas des insectes, vous saurez comment contre-attaquer.

LES SOINS À DONNER À VOS DAHLIAS:

Mars: plantation à l'intérieur.
Avril: taille ou pincement des tiges.
Début mai: soins phytosanitaires, plantation des tubercules à l'extérieur.
Lorsque l'air est réchauffé: plantation à l'extérieur des plants partis

à l'intérieur.

Fin mai: fertilisation.

Mi-juin: fertilisation.

Fin juillet: soins phytosanitaires, fertilisation.

Fin juillet: taille.

Début août: soins phytosanitaires.

Mi-août: taille, fertilisation.

Fin août: soins phytosanitaires, taille.

Mi-septembre: soins phytosanitaires.

Fin septembre: taille.

Fin octobre: entreposage.

LES MALADIES ET LES INSECTES

Plusieurs petites bestioles raffolent de vos dahlias. Sachez que les fleurs pâles sont plus sensibles aux insectes que les fleurs foncées. Les limaces, les vers gris, les acariens, les pucerons et les chrysomèles du mais jettent souvent leur dévolu

sur ces plantes. Les maladies virales et fongiques peuvent également faire des dégâts chez vos dahlias. Traiter les maladies chez les dahlias est assez difficile. Il vaut mieux se débarrasser des tubercules et s'en procurer de nouveaux.

Soins phytosanitaires: durant les mois d'été, insecticide de contrôle: Malation si les boutons floraux ne sont pas ouverts; Sigon si les boutons floraux sont ouverts. L'effet durera 3 semaines. Le fongicide à employer contre le mildiou et le captan (le même que pour les rosiers).

Fertilisation: engrais (N-P-K) dans un rapport 1-4-2, exemple: 8-32-14.

Taille: couper les fleurs fanées.

Les coccinelles, araignées, grenouilles, crapauds, couleuvres sont des prédateurs naturels aux insectes nuisibles des dahlias. Essayez de les conserver; ils deviendront vos alliés.

À L'AUTOMNE

Les tubercules doivent être déterrés après le premier gel, lorsque le feuillage est entièrement flétri et bruni. On creuse alors à 15 ou 30 cm de la tige principale pour extraire les tubercules qui se sont formés au cours de l'été. On coupe la plante en laissant 15 cm de tige. On attache un ruban autour du bulbe pour se souvenir de son nom au printemps prochain. Après avoir nettoyé les racines avec un jet d'eau pour éliminer les insectes, on les trempe dans une solution désinfectante soit: 1/2 tasse de Lysol + 1 tasse d'eau de Javel pour 5 gallons d'eau à la température du robinet durant une heure. Laisser sécher les tubercules toute une journée la tige à l'envers, à l'ombre, pour éviter de les faire ratatiner.

SOCIÉTÉ DES DAHLIAS DU QUÉBEC

Pour celles et ceux qui seraient

intéressés à approfondir leurs connaissances sur les dahlias peuvent joindre la Société des dahlias du Québec, au Cégep Saint-Laurent, 625, boulevard Ste-Croix, Ville Saint-Laurent (Québec) H4L 3X7.

SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE HAUT-RICHELIEU

La prochaine rencontre des membres de la Société d'horticulture Haut-Richelieu aura lieu vendredi soir, le 22 novembre 2002, à 19h30, au Centre culturel Fernand-Charest de Saint-Jean-sur-Richelieu. La conférence sera donnée par Michel Martel, paysagiste professionnel et portera sur les plus beaux jardins du Québec.

La semaine prochaine, les hostas. Pour de plus amples informations sur cette chronique, vous pouvez communiquer avec moi au 450-542-5000. Merci et bonne semaine! ■

ANIMO-INFO

Apprenez à communiquer avec votre chien



DRE CHRISTINE GONTHIER

Lorsqu'on parle de communication entre le chien et l'homme, deux tendances s'opposent parmi le public: les uns pensent que le chien saisit tout ce qu'on lui dit, les autres considèrent qu'il est incapable de comprendre quoi que ce soit. Les deux options sont excessives, mais un fait demeure: le chien ne possède pas de langage et ne comprend pas les mots. On ne peut pas pour autant conclure qu'il n'y a pas de communication possible entre l'homme et l'animal. En fait le langage n'est pas le seul véhicule d'informations, d'autres systèmes peuvent le remplacer.

Lorsqu'il communique avec ses congénères, le chien emploie plusieurs modes d'expression que les

spécialistes appellent les canaux de communication. Voici les trois canaux:

1- LE CANAL VERBAL

Les chiens utilisent différentes vocalises pour traduire leurs états émotionnels et cela, très précocement puisque les chiots vont se manifester très bruyamment pour appeler leur mère à la rescousse ou pour obtenir de la nourriture. Ce moyen de communication va diminuer au cours du temps, l'adulte étant moins «bavard» que le chiot. Par contre les races de chiens courants (ex: le beagle) possèdent un répertoire varié de «voix» permettant aux chasseurs de les suivre.

2- LE CANAL OLFACTIF

Chez l'humain, la qualité du sens olfactif est beaucoup moindre que chez le chien. Chez ce dernier, de nombreux messages concernant le rang social, l'état de réceptivité géni-

tales et même la meute d'origine passent par ce sens. Ainsi les messages urinaires déposés par les mâles sont principalement destinés à informer les congénères du rang social de l'émetteur. La posture du dépôt de l'urine est aussi faite pour être vue. Les dominants se déhanchent pour chercher à déposer l'urine le plus haut possible. Bien sûr des substances de nature non encore précisée pour cette espèce se trouvent mêlées à l'urine. Les chiennes en chaleur vont, quant à elle, déposer aussi un peu de leurs sécrétions vaginales dans l'urine et attirer ainsi des mâles de très loin.

3- LE CANAL VISUEL

Majoritaire chez le chien adulte, il associe mimiques faciales et postures. Le chiot nouveau-né est incapable d'utiliser complètement ce mode d'expression du fait de son mauvais contrôle corporel (le système nerveux n'étant pas achevé). Il

va l'acquiescer lors des jeux au sein de la portée. Cet apprentissage et le modelage des systèmes de communication semblent durer jusqu'à l'âge de la puberté: les jeunes mâles auront alors appris toutes les manières d'éviter les affrontements avec les sujets dominants.

Voyons maintenant ce qui se passe entre chiens. Chaque fois que le chien transmet un message volontaire, il s'exprime à l'aide de rituels en faisant appel à des postures, des mimiques, des vocalises et des odeurs. Involontairement il transmet aussi des éléments qui trahissent son état émotionnel et ses réactions profondes face à une situation donnée. Par exemple un jeune mâle peu expérimenté dont la mère n'occupe pas un rang élevé dans la hiérarchie, ne pourra pas cacher sa crainte lorsqu'il essaiera de dominer un congénère inconnu. Ce dernier, s'il est expérimenté et a l'habitude

de ce type d'interactions, percevra la faiblesse de son adversaire.

De la même façon, le propriétaire qui cherche à dominer son chien se met en difficulté à la seconde où il se demande si l'animal va accepter sa dominance. Le maître qui se trouve dans une telle situation donne un ordre verbal dont l'énoncé est adapté mais une posture effacée, en retrait, une certaine intonation de la voix ou une mimique inconsciente trahissent son hésitation. Le chien qui perçoit cette «ouverture» n'exécutera pas l'ordre (qu'il connaît pourtant) et adoptera une attitude menaçante pour obtenir une soumission du maître.

En conclusion, le rôle de la communication volontaire ou involontaire est essentiel lors d'une relation homme-chien. Dans la prochaine chronique, nous verrons d'autres aspects de la communication homme-chien.

Pour des renseignements supplémentaires ou pour vos commentaires, vous pouvez me joindre à l'Hôpital Vétérinaire St-Jean, 269, rue Jacques-Cartier Sud au 346-4515 ou au Bureau Vétérinaire St-Jean, 46, boul. Saint-Luc au 349-4471. ■

L'ÉGLISE D'ICI

Des activités à inscrire à votre agenda

Dimanche 1er décembre, de 13 heures à 16 heures, les responsables de la fraternité eucharistique Julien Eymard t'invitent cordialement à l'adoration silencieuse devant Jésus-Hostie à la chapelle du Saint-Sacrement du Centre de ressourcement spirituel Saint-Jean au 80, rue Lajeunesse (coin boul. Gouin). Venons préparer nos cœurs à recevoir Jésus à Noël!

Bienvenue à tous et toutes. Rita et Lionel Pinard, responsables.

Mardi 3 décembre, «Inclusion» (au 148 Jacques-Cartier Nord) vous offre une activité de magasinage qui vous permettra de faire des achats à prix modiques pour vous préparer aux temps des fêtes.

Les mardis 3 et 10 décembre, de 19h30 à 21h30, préparation de

l'Avent à partir des évangiles du dimanche avec le père Rosaire Lavoie, bibliste, au Centre de ressourcement spirituel Saint-Jean (80, rue Lajeunesse). Entrée libre.

Prochain camp «La Relève» les 6, 7 et 8 décembre 2002. C'est quoi «La Relève»? C'est un mouvement de jeunes entre 14 et 18 ans, fille ou garçon, étudiant(e) ou travailleur(e), qui se réunissent régulièrement et

qui veulent vivre des valeurs humaines et spirituelles ensemble.

C'est aussi un camp de fin de semaine, qui fournit l'occasion de se découvrir soi-même, et de connaître davantage les autres.

C'est témoigner et partager l'amour du Christ autour de nous.

C'est l'écoute et la compréhension que l'on reçoit dans le respect du cheminement de chacun(e).

Pour information: Mona Charron ou Roger Morin au (450) 346-1959.

Lundi 9 décembre - Halte spirituelle - en l'honneur de la fête de l'Immaculée-Conception de 10 heures à 10h45 suivie de l'eucharistie à 11 heures. Thème: «Témoin de l'Amour». Personne-ressource: Pierre Francoeur, C.S.V. Biehvenue à toutes et tous! ■

Neuvaine à l'Immaculée-Conception

Neuvaine de prière et de jeûne en préparation de la Consécration du Canada à Dieu, par les mains de Marie pour la Paix et la Réconciliation dans notre pays 30 novembre-8 décembre 2002.

Prière de bien vouloir commu-

niquer avec Mme A. Bessette au 347-0290. Merci de nous avertir rapidement du jour et de l'heure que vous choisissez pour participer à cette neuvaine pour la Paix et la Réconciliation dans notre pays. Prions pour des veilleurs

dans la nuit! Les gens auront également la possibilité de prier en commun ou seul à la chapelle de la sacristie de l'église Saint-Athanas de 9 heures à 17 heures pendant toute la durée de la neuvaine. ■

Salon de coiffure
Karlyn
Tresses, paillettes, waves
(514) 831-7295
5116, rue Charlevoix
Montréal Nord

SEARS*

nous sommes votre magasin de Noël parce que...

nos fauteuils inclinables ont du succès!

Sears vend plus de fauteuils inclinables que tout autre magasin au Canada

D'après des sondages indépendants dans tout le pays, en vigueur au moment de la préparation de la publicité

Presque
tous
les fauteuils d'appoint et
fauteuils inclinables sont
en
solde

Prix en vigueur jusqu'au samedi 30 novembre 2002

De plus, **0%** d'intérêt jusqu'en janvier 2005*, avec la carte Sears,
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

Carrefour Angingnon LaSalle (514) 364-7310
Promenade Deux-Montagnes (450) 491-5000
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) 432-2710

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
Montée des Pionniers et sortie 95 de l'autoroute 40
(450) 654-9966
Magasin de meubles et d'électroménagers de LaSalle
Boulevard Newman et Boulevard Senkus
(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
La Place Vertu St-Laurent (514) 335-7770
Promenades Deux-Montagnes (450) 491-5000
Rosemère-Place Rosemère (450) 433-1001

*Payez en 26 mensualités égales, sans intérêt, jusqu'en janvier 2005.
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. Des frais de crédit s'ajouteront au
solde de votre compte pour toute portion impayée d'un montant
porté sur votre compte Sears, à compter du mois suivant.

À l'exclusion des articles de nos magasins de liquidation, des achats
par catalogue et sur le site Web. Offre en vigueur jusqu'au
samedi 30 novembre 2002. Renseignez-vous.

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

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