

Week-end

Le jeudi 22 avril 2010

LE CANADA FRANÇAIS

GILLES LÉVESQUE
gilles.levésque@canadafrançais.com

Yves Trottier est enseignant à l'École nationale de l'humour, au Cégep Saint-sur-Richelieu et au département d'histoire du Collège militaire royal. Ce résident de Saint-Jean-sur-Richelieu est aussi auteur pour l'émission *Et Dieu créa... Laflaque*.

À l'occasion de la Journée mondiale du livre et du droit d'auteur qui se tient demain, vendredi, cet écrivain nous parle de son troisième roman, *Nevada est mort*, qui vient tout juste d'arriver en librairie. Avec ce livre, il aborde la quête du bonheur.

PAGE C-2



AUTEUR
POUR L'ÉMISSION
ET DIEU CRÉA...
LAFLAQUE

YVES TROTTIER LANCE SON TROISIÈME ROMAN

(Photo Remy Boly)

MUSIQUE



Jeff Beck au sommet de son art
PAGE C-13

VIDÉO



Un Oscar mérité pour Sandra Bullock
PAGE C-8

VOYAGES



Une ville chinoise au riche patrimoine
PAGE C-16

LECTURE



Annie Cloutier impressionne encore
PAGE C-8

SOMMAIRE

Dans votre assiette	C-14
Horoscope	C-18
Automobile	C-15
Trésors de famille	C-19
Jeux	C-12

INSTITUT Desgraff

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

CONTRAST BADGE INTERACTIF HUILE CONTACT BADGE INTERACTIF HUILE CONTACT

FORMATION EN ARTS NUMÉRIQUES 2D BANDES ANIMÉES ET JEUX VIDÉO



INSCRIPTION AVANT LE 5 MAI 819.823.8024 www.DESGRAFF.com

Rémi-Israël Lanciault de retour à *Rock'n Road*!

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@canadafrancais.com



De retour depuis le 5 avril à l'antenne de Musique Plus, l'émission *Rock'n Road* arbore un concept amélioré pour sa deuxième saison. Parmi les nouveautés, l'ajout d'une émission de 30 minutes laissant place aux commentaires des téléspectateurs et aux analyses de Rémi-Israël Lanciault, candidat de la première mouture et résident de Saint-Jean-sur-Richelieu.

Lors de son passage à *Rock'n Road*, Rémi-Israël Lanciault avait obtenu d'excellents commentaires des juges et de la production. Même si le groupe dont il faisait partie, Exil, n'avait pas remporté la grande finale, l'expérience s'était avérée très positive pour le musicien. C'est donc tout naturellement que le guitariste a repris contact avec la production.

Tout bonnement, il a offert ses services, se disant attiré par l'univers de la télévision et prêt à offrir quelques idées pour améliorer le concept de l'émission. La production a alors décidé de l'engager à titre de consultant musical. C'est donc lui, avec deux autres personnes, dont le réalisateur,

qui a peaufiné les duels et les défis qu'auront à réaliser les candidats tout au long de la saison.

Puis, le candidat a eu le bonheur de recevoir une autre offre, celle de devenir analyste de *Rock'n Road 2*. Ce rôle, qui lui permet d'être devant la caméra pendant 30 minutes chaque semaine, vise à présenter les commentaires du public et à analyser les événements de la semaine.

EXPÉRIENCE

En devenant analyste de Musique Plus, Rémi-Israël Lanciault fait officiellement son entrée dans l'univers de la télévision. Jamais auparavant il n'avait eu à parler en ondes de cette façon, se contentant plutôt de jouer de la musique avec les différents groupes dont il faisait partie. Qu'à cela ne tienne, à quelques heures du premier enregistrement, il disait ne pas ressentir un grand stress à l'idée d'être devant la caméra. «Je suis un musicien donc pour moi, les performances c'est toujours en direct», note-t-il.

À la blague, le musicien racontait qu'étant petit, il s'amusait à interviewer son frère, qu'il appelait alors «Chose-bine», à l'aide d'une petite enregistreuse Fisherprice. L'aspect animation est donc une passion qu'il caresse depuis bien longtemps. Bien

qu'il ne soit pas animateur de *Rock'n Road 2*, il sera présent tout au long de l'émission, ce qui lui permettra d'intervenir quand bon lui semblera.

«La seule chose que le producteur m'a dit, c'est d'assumer mes opinions. Mais je suis un gars qui s'assume. Je ne devrais pas avoir de problème avec ça!», dit-il.

Et puis, si jamais Rémi-Israël Lanciault venait à éprouver quelques inquiétudes, il pourra compter sur la présence et l'expérience de Rej Laplanche, un animateur vedette de Musique Plus.

PUBLIC

Outre les rôles de consultant musical et d'analyste, celui qui enseigne à La boîte à musique aura pour tâche de tenir à jour un blogue portant sur l'émission. Le public est invité à y laisser commentaires et questions, ce à quoi Rémi-Israël Lanciault répondra le plus régulièrement possible.

D'ailleurs, fait intéressant, bien que les émissions aient déjà été tournées à l'exception de la finale, le guitariste n'a aucune idée de ce qui se passera au cours de la saison. Afin de rester sur le même pied d'égalité que le public, il ne reçoit les émissions qu'une semaine avant leur diffusion. Malgré tout, il est déjà en mesure de mentionner qu'il y aura bien des flammèches entre



Rémi-Israël Lanciault analysera les émissions avec son regard de musicien et d'ancien participant. Il est le seul candidat de la première édition à être de retour cette année.

certain participants et que le talent sera au rendez-vous.

Rock'n Road 2 est diffusée du lundi au mercredi à 21 heures, ainsi que le jeudi à 21 heures pour

ce qui est de l'émission mettant en vedette Rémi-Israël Lanciault. À noter également que le participant et batteur Hugues Bouchard est un résident de Saint-Jean-sur-Richelieu. ■

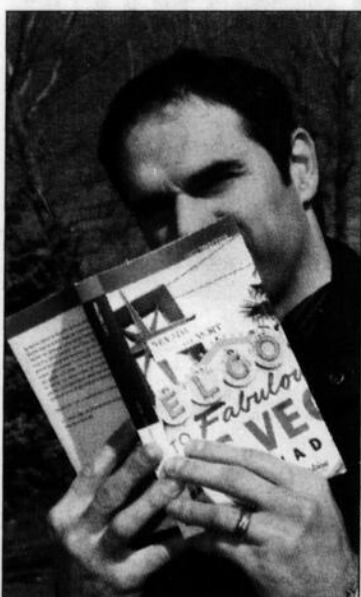
Yves Trottier lance *Nevada est mort*

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@canadafrancais.com

Yves Trottier vit de sa plume. Que ce soit par le biais de romans, de pièces de théâtre ou encore d'émissions de télévision, il écrit. À l'approche de la journée mondiale du livre et du droit d'auteur, le 23 avril, nous vous présentons le parcours d'un écrivain qui a choisi Saint-Jean-sur-Richelieu pour vivre et dont le troisième roman, *Nevada est mort*, vient tout juste d'arriver en librairie.

En regardant le parcours académique d'Yves Trottier, force est de constater que l'homme est avide de connaissances. Natif du Lac-Saint-Jean, il a fait le saut dans l'armée à l'âge de 17 ans. C'est ainsi que, pour la première fois, il a mis les pieds à Saint-Jean-sur-Richelieu. Cinq ans plus tard, il en ressortait avec un baccalauréat en histoire et sciences politiques ainsi qu'une commission d'officier.

Toujours sur les bancs d'école, il a obtenu une maîtrise en scien-



Yves Trottier est auteur pour l'émission *Et Dieu créa... Laflaque* en plus d'être enseignant à l'École nationale de l'humour. Depuis 2002, il a publié romans, pièces de théâtre et essais philosophiques.

ces politiques de l'Université Queen's à Kingston en Ontario, puis une maîtrise en philosophie à l'Université de Montréal. Comme si cela n'était pas suffisant, il a fait un retour aux études

en 2006 afin d'obtenir un diplôme en écriture humoristique à l'École nationale de l'humour. Aujourd'hui, il continue de fréquenter des lieux d'apprentissage en tant qu'enseignant à l'École nationale de l'humour, au Cégep Saint-Jean-sur-Richelieu et au département d'histoire du Collège militaire royal du Canada.

ET L'ÉCRITURE?

Parallèlement à toutes ces études, Yves Trottier a toujours eu la passion de l'écriture. En 2002, il publiait d'ailleurs son premier roman intitulé *L'euthanasiste ambulante* et dont le thème abordait le sujet délicat qu'est l'euthanasie. Puis, une année plus tard, c'était un deuxième roman qui voyait le jour, *La part du gros*. Cette fois, l'auteur s'attaquait à l'égoïsme en poussant le concept de cet amour nombriliste très loin.

Avec *Nevada est mort*, Yves Trottier aborde maintenant la quête du bonheur. Le personnage principal, Rocky Surprenant, tente de survivre à une importante tragédie dont la nature ne sera

dévoilée qu'après une centaine de pages. Narrée au «je», l'histoire se lit à même les pensées de cet homme qui décidera de fuir ses problèmes dans l'espoir qu'ils s'effaceront. Il suivra un ami, Jésus Chavez, dans une fuite à travers les États-Unis. Le point ultime? Las Vegas, Nevada.

Mais au-delà de cette trame psychologique, l'auteur mise sur l'action, la boxe et l'humour pour intéresser les lecteurs. Lui-même un ancien boxeur, il y décrit des combats avec une vision intérieure. Plusieurs références à ce sport, à commencer par le nom du personnage principal, font partie intégrante de l'histoire. Les péripéties également s'enchaînent rapidement. «L'action fait avancer l'intrigue ou amène le personnage ailleurs sur le plan émotif. C'est n'est pas de la poudre aux yeux», explique l'auteur.

PLAN DE TRAVAIL

Pour écrire ses histoires, Yves Trottier privilégie une méthode de travail structurée en établissant dès le départ un plan de travail. Tout débute avec une description précise et détaillée des personna-

ges concernés. Puis, l'auteur prépare chacun de ses chapitres. Bref, aucune phrase n'est encore écrite qu'il sait ce qu'il veut dire et le chemin qu'il prendra pour y arriver. Il s'inspire parfois de sa vie, mais à petite dose.

L'étape de l'écriture nécessite en moyenne deux années de travail, entrecoupées par d'autres obligations professionnelles. Chaque phrase est vue et revue des dizaines de fois avant même l'étape de la relecture finale. Parfois, l'auteur diverge un peu de ce qu'il avait prévu. «Je me donne l'ouverture nécessaire pour être créatif, pour me laisser emporter par la personnalité du personnage», explique-t-il.

C'est grâce à cette démarche que *Nevada est mort* a réussi à voir le jour. L'idée ayant germé en 2003, l'auteur a dû reporter son écriture en raison d'heureux événements survenus dans sa vie personnelle, dont la naissance de ses deux enfants. Aujourd'hui, il présente fièrement ce nouvel ouvrage aux éditions Hurtubise. Un site Internet très original lui est même consacré. Pour plus de détails, visitez le www.yvestrottier.com ■

LEUR ÉMISSION À TÉLÉ-QUÉBEC QUITTE LES ONDES

Une trop courte aventure pour Les Moquettes Coquettes

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@canadafrancais.com

Après seulement une saison à l'antenne de Télé-Québec, l'émission *Les Moquettes Coquettes* disparaîtra des ondes. Les critiques peu élogieuses et l'auditoire restreint auront eu raison de la première expérience télévisuelle du quintette humoristique. Une déception pour les filles qui prendront les semaines à venir pour réfléchir à des projets futurs.

«On souhaitait extrêmement fort revenir l'an prochain. On ne savait pas du tout ce qui était pour arriver», avoue la moquette johannaise Marianne Prairie. Ce n'est d'ailleurs que quelques heures avant l'annonce officielle faite aux médias que les cinq filles du groupe, soit Évelyne Morin-Uhl, Valérie Caron, Marie-Hélène Taschereau, Laurence C. Desrosiers et Marianne Prairie, ont appris la nouvelle.

«On est très reconnaissantes envers Télé-Québec de nous avoir donné notre première chance», tient à mentionner Marianne.

Grâce à cette opportunité, les Moquettes Coquettes ont eu l'opportunité de faire le saut de la radio à la télévision, sautant ainsi sur l'occasion d'agrandir leur public et de rejoindre davantage de gens.

Les Moquettes Coquettes quittent l'équipe de Télé-Québec plus déçues qu'amères. «Ç'a été une très grosse année d'apprentissage. Pour nous, c'était une émission laboratoire. On s'est améliorées tout au long des 26 épisodes», ajoute la moquette chouchou de Saint-Jean-sur-Richelieu.

BONS MOMENTS

À l'heure du postmortem, les filles parlent davantage de bons moments que de regrets. «On a eu beaucoup de plaisir, du gros fun! Les invités que l'on a reçus voulaient vraiment se mouiller», explique Marianne. D'ailleurs, les coups de cœur ont été très nombreux tout au long de la saison. Les filles ont eu l'occasion de recevoir des personnalités influentes du milieu artistique, des personnes qu'elles souhaitaient rencontrer depuis longtemps.

Pour la moquette johannaise, la

présence du comédien Jean-Nicholas Verreault s'est avérée très surprenante. Le concept de l'émission voulant que l'invité participe à des numéros comiques, le comédien a laissé voir un côté burlesque qui contraste sérieusement avec ses personnages d'avocat dans l'émission *Toute la vérité* ainsi que de mari violent et drogué dans *Musée Éden*. Les présences de Patrice L'Écuyer et de Catherine Trudeau ont également donné lieu à de belles rencontres.

DOSE D'AMOUR

Contrairement à ce que laissent croire des commentaires peu flatteurs laissés ici et là par des internautes sur le web, les Moquettes Coquettes ont reçu «une belle dose d'amour» de leurs spectateurs. Marianne mentionne d'ailleurs que le quintette a eu l'occasion de lire de nombreux courriels d'encouragements envoyés par des fans, semaine après semaine. Même chose du côté des invités qui se sont tous montrés très encourageants envers elles.

Pour ce qui est des journalistes, qui notaient la qualité médiocre du produit proposé par Télé-



C'est déçues et non pas amères que les Moquettes Coquettes quittent les ondes de Télé-Québec après seulement une saison. Elles gardent toutefois le sourire et travailleront prochainement à de nouveaux projets. Debout: Marie-Hélène Taschereau, Marianne Prairie, Laurence C. Desrosiers et Évelyne Morin-Uhl. Assise: Valérie Caron.

Québec, les filles ne s'y sont pas attardées. «On n'a pas beaucoup lu les critiques. Nous nous sommes concentrées sur notre travail», explique Marianne.

À l'annonce du retrait de leur

émission, les filles ont décidé de prendre des vacances bien méritées. Pour sa part, Marianne est actuellement en congé de maternité. Elle qui vient tout juste de donner naissance à son premier enfant. ■

Les élèves de Ginette Tétreault exposent

La Galerie d'art Le Châtelet accueille, du 23 avril au 2 mai, les œuvres des élèves de la peintre Ginette Tétreault. Bien connue dans la région pour ses toiles à caractère unique, Mme Tétreault exposera également quelques-unes de ses créations dans le cadre de *Diversité artistique*. Le public est invité au vernissage qui aura lieu le 25 avril, de 10 à 17 heures.

Il est plutôt inusité de voir qu'une peintre autodidacte est reconnue pour son enseignement dans la région. Il faut dire que Ginette Tétreault compte plusieurs années d'expérience derrière elle. Tout a commencé alors qu'elle n'était âgée que de 11 ans. C'était l'époque des premières expériences artistiques. Son médium? La peinture à l'huile.



Le travail de Ginette Tétreault en est un de minutie caractérisé par une recherche de couleurs et un souci du détail hors du commun.

Les années ont passé sans que la peintre ne suive aucune formation artistique particulière. Son désir d'en apprendre davantage sur son médium l'a toutefois incitée à prendre connaissance de livres de l'auteur José-Maria Parramón, une personnalité bien connue pour ses documents de référence. Parallèlement, l'artiste a également continué à faire évoluer son style hyperréaliste qu'elle pratique principalement à l'aide de photographies.

Sa marque de commerce repose essentiellement sur les couleurs utilisées pour peindre ses sujets, principalement des fleurs et des couchers de soleil. Ginette Tétreault possède d'ailleurs sa propre recette secrète lui permettant d'aller chercher la dorure qui caractérise ses toiles.

EXPOSITION

Pour cette nouvelle exposition annuelle, le thème sera *Diversité artistique*. Le public peut donc s'attendre à y voir des toiles distinctes des unes des autres. En fait, chaque élève possède son propre style, ses propres inspirations. Les visiteurs pourront admirer le travail de Fernande Amesse, Louise Baril, Ginette Borduas, Sylvie Gervais, Dulce Golega, Louise Gosselin, Carole Jack, Nicole Jodoin, Jacques Lavoie, Louise Pageau, Micheline Pardiac, Ginette Rousseau et Micheline Smith. S'ajoute évidemment à eux, Ginette Tétreault.

La Galerie d'art Le Châtelet, située au 780, rue St-Jacques, est ouverte les vendredis et samedis de 13 à 17 heures ainsi que les dimanches de 10 à 17 heures. L'admission est gratuite. Information: 450 358-3151. ■



NOUVEAU! VOTRE HEBDOMADAIRE EST SUR FACEBOOK

**POUR NE RIEN MANQUER
DE L'ACTUALITÉ RÉGIONALE
DEVENEZ FAN DE NOTRE PAGE**



**LE CANADA
FRANÇAIS**
ÉDITION INTERNET

L'école Jocelyne Laberge de retour sur scène

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@canadafrancais.com

Cette année, l'école de musique Jocelyne Laberge célébrera la cinquième édition de *Combos* en spectacle, une formule originale mettant en vedette des jeunes de 11 à 18 ans. Pour l'occasion, une trentaine d'élèves monteront sur la scène du Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, le 25 avril, afin d'offrir des numéros variés issus du répertoire populaire.

Instaurés afin d'offrir une récompense aux élèves s'inscrivant au cours de combos, c'est-à-dire des classes où se réunissent plusieurs instrumentistes afin de former des groupes, *Combos* en spectacle est toujours bien accueilli par les élèves de l'école de musique Jocelyne Laberge. En moyenne, entre 30 et 40 d'entre eux y participent annuellement, fiers de pouvoir monter sur scène et d'offrir plusieurs prestations en une seule soirée. «C'est un événement conditionnel qui est en dehors de nos obligations. C'est une récompense aux efforts fournis par les élèves et à leur bon travail», explique la directrice de l'école, Brigitte Lamontagne.

Au cours des années, quelques rares modifications ont été apportées au concept. Ainsi, d'abord présenté dans de petites salles telles qu'art[o] et le National, le spectacle s'est transporté au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean l'année dernière. Sans ajouter de pression aux participants, ce changement de décor a permis aux musiciens d'évoluer dans de meilleures conditions techniques.

La différence majeure réside toutefois dans la qualité des numéros présentés qui est en continuelle croissance. «Il y a une progression d'une année à l'autre», explique Mme Lamontagne en mentionnant que certains élèves reviennent d'une édition à l'autre, maîtrisant toujours un peu plus leur instrument.

SPECTACLE

Tout au long du spectacle, qui regroupera plus d'une vingtaine de numéros, les spectateurs auront l'occasion d'entendre des pièces populaires dont *Beat it* de Michael Jackson, *Tassez-vous de d'là* des Colocs, *Smoke on the water* de Deep Purple ainsi que *Ce soir on gèle* de Daniel Bélanger. Choies principalement par les enseignants puis proposées aux élèves, ces chansons ont fait l'objet de pratiques hebdomadaires supervisées depuis l'automne. Elles demeurent également très fidèles aux compositions originales. «Il n'y a que les solos qui laissent un peu plus de place à l'improvisation», mentionne Mme Lamontagne.

Les élèves seront répartis en huit formations, selon leur niveau de connaissance musicale. Une fois de plus, ce sont les enseignants qui ont le dernier mot sur la composition des groupes. «Le but, c'est de pratiquer, mais également d'apprendre. Les enseignants donnent des conseils techniques et des conseils d'interprétation», explique Brigitte Lamontagne. Les formations seront composées de batteurs, chanteurs, guitaristes, bassistes, pianistes et flûtistes.

Les billets pour le concert sont en vente à l'école de musique Jocelyne Laberge au coût



Réunis en fonction de la maîtrise de leur instrument, les élèves de l'école Jocelyne Laberge travaillent depuis l'automne sur les pièces qui seront présentées à *Combos* en spectacle. Sur la photo, William Dumberry (basse), Gabrielle Dumberry (chant), Chloé Selmay (batterie) et Étienne Chagnon-Massé (guitare).

de 12\$ pour les adultes et de 9\$ pour les étudiants. L'entrée est gratuite pour tous les élèves de cet établissement. Des billets

seront également en vente sur place, la journée de l'événement. La représentation débutera à 16 heures. ■

Une soirée d'improvisation fort amusante

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@canadafrancais.com

Une semaine avant la grande finale qui opposera les Verts aux Rouges, la CLIC a choisi de gâter son public et de présenter une partie spéciale avec artistes invités. Le choix s'est arrêté sur les joueurs de la Coalition d'improvisation anonymes (CIA), une formation montréalaise réunissant certains des talents de l'humour les plus prometteurs. La bataille aura été serrée, mais la visite aura finalement raflé les honneurs en l'emportant 8 à 7.

Le public a fait sentir sa présence dès l'entrée en scène des joueurs de la soirée. Et que dire de cette interprétation bien sentie de l'hymne de la CLIC? Bref, les deux équipes ne s'étaient pas encore mesurées l'une à l'autre que déjà, on pouvait sentir que la soirée, animée par Carl Desrochers, serait amusante.

Après une entrée en scène sous les huées protocolaires de la foule, l'arbitre de la partie, Philippe Grégoire, a annoncé le premier thème de la soirée, «Insatisfaction». S'en sont suivies des improvisations très originales où les membres de la CIA ont parlé de performance sexuelle alors que les joueurs de la CLIC y ont plutôt vu l'occasion de parler des relations paternelles. Soit dit en passant, Stéphane Fallu brillait par son absence.

Toujours au cours de la première demie, les improvisateurs ont eu à jongler avec des thèmes particuliers. C'est ainsi qu'ils ont dû «fucker le chien», soit s'incruster dans



Bien avant de monter sur scène, les hostilités étaient lancées entre les deux équipes! À gauche: Rémi Granger, Olivier Roberge. À droite: Richardson Zéphyr et Jérémy Demay. Au centre, l'arbitre de la soirée: Philippe Grégoire.

l'improvisation de l'équipe adverse afin d'y mettre la pagaille, ou encore «zapper», soit passer d'une improvisation à l'autre très rapidement.

L'un des moments forts de ce début de soirée a sans contredit été la performance mixte ayant pour thème «La montée de M. Mongeot». Cette fois, les jeunes improvisateurs y ont décelé un moment propice pour parler de photojournalisme

et d'intimidation.

Au moment de faire une pause, la CLIC menait par le pointage de 4 à 3. Les points ont toutefois tous été chaudement disputés d'où la nécessité pour l'arbitre de procéder à plusieurs recomptages.

DEUXIÈME PÉRIODE

La seconde partie de la soirée a amené son lot d'excellentes improvisations. Les deux

équipes ont réussi à offrir de belles performances en respectant les catégories imposées, dont «Librairie à sens unique» où deux improvisateurs de chaque équipe devaient se donner la réplique en faisant la lecture d'une pièce de théâtre. L'un des meilleurs moments a toutefois eu lieu grâce à la carte blanche offerte aux joueurs. La CLIC a profité de l'occasion pour présenter «Jeux télévisés». Le rythme, les répliques, tout semblait préparer d'avance tellement cela coulait de source.

La CIA a toutefois répliqué avec force lors de l'improvisation suivante intitulée «Mission impossible». Finalement, la seconde moitié de la soirée s'est terminée avec une improvisation karaoké ayant pour thème «L'anniversaire». Sur la pièce *Can you feel the love tonight* d'Elton John, les joueurs des deux équipes se sont livrés une chaude lutte, mais ô combien marrante! Grâce à la performance de Lawrence Yves Thibodeau, la CLIC a remporté ce dernier point, forçant la prolongation.

Suivant le principe d'une fusillade dans la LNH, les deux équipes se sont donc affrontées pour finalement laisser le public décider de leur sort. Cette fois, la CIA a mis la main sur le précieux point. Les trois étoiles de la soirée ont été décernées à Virginie Fortin (CIA), Olivier Roberge (CLIC) et Richardson Zéphyr (CIA).

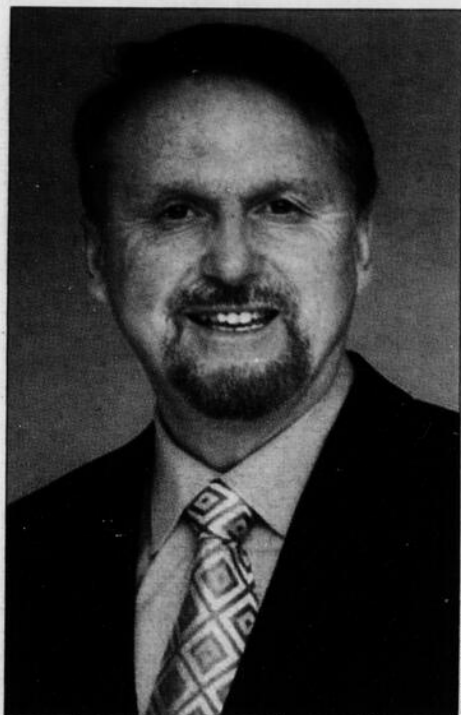
La dernière partie de la saison aura lieu ce vendredi, à 21 heures, chez art[o]. Les Rouges de Marie-Julie Pierre affronteront les Verts d'Olivier Roberge dans le cadre de la finale annuelle. Le coût d'entrée est de 5\$ pour les adultes et de 3\$ pour les étudiants. ■

Conférence à la Société d'histoire

Le 27 avril, l'auteur René Forget présentera *Filles du Roy*, une conférence portant sur les «mères de la nation». Il y sera question de leur rôle dans le développement de la Nouvelle-France ainsi que de leur propre histoire. L'activité est offerte gratuitement.

René Forget, auteur d'une trilogie littéraire dont le premier tome s'intitule *Eugénie, Fille du Roy*, est un passionné d'histoire et de généalogie. Ses romans à caractère historique s'inspirent d'ailleurs de ses propres ancêtres. Le premier tome met en scène Eugénie, une fille du Roy, alors que le second suit l'évolution de Cassandre, la fille d'Eugénie. Dans un livre suivant, l'auteur dresse également le portrait d'Étiennette, la grande amie de Cassandre.

Lors de son passage à la Société d'histoire du Haut-Richelieu, M. Forget parlera du rôle que les Filles du Roy ont joué dans l'établissement de la Nouvelle-France, au XVII^e siècle. Il y sera question des origines sociales et culturelles de ces jeunes filles, de leur mariage rapide, de leur apport au nouveau pays, de la traversée de l'Atlantique ainsi que de leur fécondité et leur moralité. En tant qu'auteur, René Forget parlera également de la réalité historique ayant mené à la création de ses romans.



Auteur de romans à caractère historique, René Forget connaît bien l'histoire des Filles du Roy.

La conférence *Filles du Roy* débutera à 19h30, à la Société d'histoire du Haut-Richelieu (203, rue Jacques-Cartier Nord). Le public est invité à y assister gratuitement. ■

GRAND PRIX DE 5000\$

Concours musical pour les aînés

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@canadafrancais.com

Pour la première fois dans la province, les résidences Chartwell-Québec tiendront le concours «Idole des aînés». Une dizaine de finales régionales auront lieu les mois prochains à travers le Québec, dont une à Saint-Jean-sur-Richelieu, le 28 mai. Les personnes de 65 ans et plus possédant un talent musical sont invitées à s'y inscrire d'ici le 30 avril.

Présenté dans le Canada anglais depuis maintenant trois ans, le concours «Idole des aînés» remporte toujours un grand succès. Tellement en fait que l'événement a le privilège d'être diffusé sur les ondes de CTV. Cette année, les responsables du concours ont décidé de faire voyager leur concept au Québec afin «d'honorer et de célébrer nos retraités», comme l'explique la vice-présidente des ventes chez Chartwell-Québec, Caroline Crête.

Ainsi, dès le 17 mai, des finales régionales permettront de dénicher les plus grands talents parmi toutes les personnes qui se seront inscrites avant le 30 avril. Pour participer, le candidat ne devra répondre qu'à un seul critère, soit être âgé de 65 ans et plus au 31 décembre 2010. Il n'est donc pas nécessaire d'habiter une résidence Chartwell-Québec. À l'occasion des finales locales, tous seront appelés à présenter un numéro, chant ou instrument, devant un jury formé de personnalités locales.

À cet effet, la finale qui se déroulera à l'Oasis de Saint-Jean-sur-Richelieu, le 28 mai, réunira le maire Gilles Dolbec, le président de la Chambre de commerce du Haut-Richelieu, Claude Lévasseur, ainsi que la présidente de la Chambre de commerce de Sorel-Tracy, Rachel Doyon. Des artistes se joindront parfois à eux. C'est le cas du chanteur Claude Steben qui



Le maire Gilles Dolbec agira à titre de juge à l'occasion de la première finale régionale montréalaise. Une seconde aura lieu le 1^{er} juin à Saint-Hyacinthe.

assistera à la finale de Saint-Hyacinthe.

Une fois l'étape des finales locales terminées, les trois candidats choisis à chaque évènement auront le privilège de monter sur la scène du Théâtre Corona à Montréal, le 29 septembre. Cette fois, les participants tenteront de mettre la main sur le grand prix, une bourse de 5000\$. Tous les frais reliés au déplacement et à l'hébergement pour cette finale seront remboursés par le concours.

Pour s'inscrire, les personnes intéressées sont invitées à se rendre à l'Oasis de Saint-Jean-sur-Richelieu (1050, rue Stefoni) ou encore à visiter le www.chartwellreit.ca afin d'y remplir le formulaire requis. Le concours est entièrement gratuit. ■

WEEK-END

À L'AFFICHE

Concerts et Théâtre

22 avril: dès 20 heures chez art[o], spectacle du saxophoniste et compositeur Jean-Pierre Zanella dans le cadre des Soirées art[o]-jazz. Coût: 7\$.

23 avril: chez art[o] dès 21 heures, présentation de la finale de la CLIC opposant l'équipe des Verts à celle des Rouges. Coût: 5\$.

23 avril: au Théâtre des Deux Rives dès 20 heures, spectacle de l'humoriste André Sauvé. Coût: 48\$.

23 avril: au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean dès 20 heures, spectacle du groupe Les Trois accords. Coût: 25\$.

23 et 24 avril: au Théâtre de Grand Pré, présentation de la pièce *Arthur... es-tu là?* par la troupe Loup-Garou. Réservation: 450 348-8193. Coût: 15\$ adultes, 8\$ adolescents 16 ans et moins.

24 avril: au Théâtre des Deux Rives dès 20 heures, présentation d'un documentaire portant sur le Népal dans le cadre de la série Les Grands Explorateurs. Coût: 17\$.

24 avril: au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean dès 20 heures, spectacle de Boom Desjardins. Coût: 40\$.

24 avril: chez art[o] dès 19h00, spectacle-bénéfice au profit de l'organisme Projet Intégration Autismopolis. Coût: 10\$.

25 avril: au Théâtre des Deux Rives dès 15h30, présentation du spectacle de danse *Le fils d'Adrien*. Coût: 30\$.

25 avril: au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean dès 16 heures, présentation de Combos en spectacle par les élèves de l'école

de musique Jocelyne Laberge. Coût: 12\$.

27 et 28 avril: au Théâtre des Deux Rives, présentation de la pièce de théâtre *D'Alaska* mettant en vedette Louissette Dussault. Représentation à 13h15 le mardi et à 10 heures le mercredi. Coût: 8\$.

Expositions

1^{er} au 25 avril: chez art[o], présentation du collectif *La magie du noir et blanc* réunissant quelque 80 artistes. Gratuit.

25 février au 25 avril: au Musée du Haut-Richelieu, présentation de l'exposition *L'objet du rappel* regroupant le travail d'une dizaine de céramistes. Coût: 4\$.

23 avril au 2 mai: à la Galerie d'art Le Châtelet, présentation de l'exposition *Diversité artistique* mettant en valeur les oeuvres des élèves de la peintre Ginette Tétreault. Un vernissage ouvert au public aura lieu ce dimanche, de 10 à 17 heures. Gratuit.

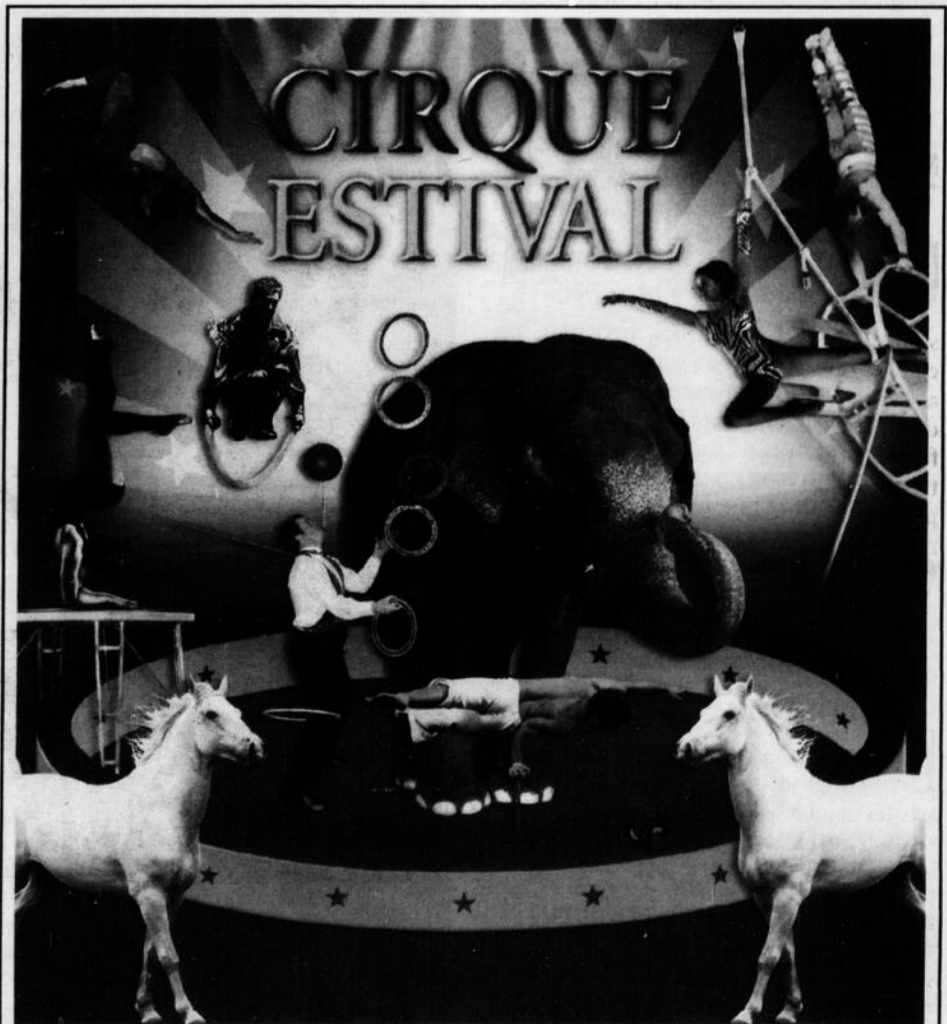
9 avril au 15 mai: chez Action Art Actuel, présentation des expositions *Aujourd'hui et Apprivoiser le familier* des artistes Claire Savoie et Caroline Cloutier. Gratuit.

17 avril au 16 mai: chez Viva Pasta, présentation d'une exposition de l'artiste peintre Josée Véronneau. Gratuit.

14 avril au 17 mai: au Salon rouge de la bibliothèque Saint-Luc, exposition de l'artiste Hélène Béliveau. Gratuit.

Divers

27 avril: à la Société d'histoire dès 19h30, présentation de la conférence intitulée *Filles du Roy*, de René Forget. Gratuit. ■



Admission	Prix régulier	Prévente**
Adultes	26\$	24\$
Enfants (13 ans et moins*)	20\$	18\$
Moins de 2 ans*	gratuit	

*Prévente d'âge requis.
**Tarifs prévente jusqu'à 9h la journée du spectacle.

Programme sujet à changement sans préavis.
CIRQUE ESTIVAL 514 527-1551
www.cirqueestival.ca

Mercredi 5 mai 2010

Colisée Isabelle-Brasseur
St-Jean-sur-Richelieu

1 représentation: 19 h 00

Billets en vente

Marché IGA Perreault & Gélinas (318, boul. Saint-Luc) Saint-Jean-sur-Richelieu	359-4110
IGA Extra Glads (400, boul. du Séminaire Nord) Saint-Jean-sur-Richelieu	349-2878
SPEC (75, rue Foch)	350-3949 www.spec.qc.ca

boom fm
GOUVERNEUR
RELAIS
SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU
1-888-910-1111
www.gouverneur.com

IGA

AU CLAVIER

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@canadafrancais.com

Exercices publics

Les jeunes ayant participé aux ateliers de théâtre offerts par le Théâtre de Grand Pré sous la supervision d'Élise Quirion présenteront, les 1^{er}, 8 et 15 mai, des exercices publics. La population est invitée à y assister gratuitement.

Le premier exercice public, qui se déroulera au local d'expression du Centre culturel Fernand-Charest le 1^{er} mai à 9h45, mettra en vedette de jeunes comédiens âgés de six et sept ans. Le deuxième exercice aura lieu au même endroit, le 8 mai, et permettra à des jeunes de huit à dix ans de monter sur scène. La représentation débutera à 10h45. Finalement, les apprentis comédiens de 11 à 15 ans feront de même le 15 mai, à 12h45.

Spectacle-bénéfice

Afin d'amasser des fonds permettant de financer ses activités, l'organisme Projet Intégration Autismopolis présentera, le 24 avril chez art[o], un spectacle-bénéfice. Plusieurs artistes seront de la fête.

Parmi les artistes attendus à l'évènement, notons le groupe Pic Bois, la flûtiste Valérie Bouchard, le guitariste Alexandre Boucher et le percussionniste, ancien membre des Perséides, Pascal Bonneau.

Projet Intégration Autismopolis vise à faciliter l'intégration des personnes autistes par l'art. Il s'agit du seul organisme du genre dans la région. Le coût d'entrée est fixé à 10\$ et la représentation débutera à 19 heures. Les fonds recueillis serviront à financer les activités de l'organisme. Information et réservation: 450 895-1470 ou autismopolis@hotmail.com

Couleurs de ma région

Le centre artistique et culturel de St-Bernard-de-Lacolle présente, à compter du 27 avril, une exposition mettant en vedette des oeuvres réalisées par les élèves de l'endroit. Un vernissage ouvert au public aura lieu ce mardi, de 17 à 19 heures.

Pour cette exposition, intitulée *Les Couleurs de ma région s'exposent*, plusieurs médiums seront représentés. Ainsi, les élèves de Danielle Vivier présenteront des tableaux peints à l'huile, ceux d'Andrée Dami montreront des oeuvres peintes à l'aquarelle alors que les classes de Marie-France Bergeron exposeront des dessins et tableaux travaillés à l'aide d'acrylique.

Le centre artistique et culturel est situé au 219, rang St-André à St-Bernard-de-Lacolle. L'activité est gratuite.

Inscription Symposium

Les organisateurs du Symposium Les Arts à l'Horizon de Sorel-Tracy invitent les artistes peintres, photographes et sculpteurs à s'inscrire d'ici le 1^{er} juin. L'évènement aura lieu les 7 et 8 août 2010.

Cette année, les organisateurs du Symposium de Sorel-Tracy accueilleront plus de 75 artistes. Ces derniers auront le mandat de présenter leur travail en plus de produire une oeuvre sur place. Ils devront également prendre le temps de donner des explications en ce qui a trait leur technique et leur démarche.

Pour s'inscrire, contacter la Galerie Horizon au 450 730-0666 ou par courriel au galeriehorizon@videotron.ca Le coût est de 40\$ par artiste. Le nombre de place étant limité, les candidats sont invités à s'inscrire le plus rapidement possible. ■

Josée Véronneau expose chez Viva Pasta

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@canadafrancais.com

Artiste diplômée, Josée Véronneau peint depuis l'âge de 14 ans. Son travail, inspiré par les paysages de la vie quotidienne, tend invariablement vers le monde de l'abstrait. Du 17 avril au 16 mai, elle présentera quelques-unes de ses plus récentes créations au Bistro Viva Pasta.

«Créer, c'est un besoin pour moi», explique d'entrée de jeu Josée Véronneau. Que ce soit des toiles réalistes, style qu'elle pratiquait encore il n'y pas si longtemps, ou des oeuvres abstraites, sa nouvelle passion, c'est par le biais de la peinture qu'elle réussit à combler cette nécessité. «J'offre aux gens de voir ce qu'ils veulent», confie-t-elle.

Lorsque vient le temps de créer, la peintre s'inspire de ce qui l'entoure et plus particulièrement des paysages naturels qu'elle a l'occasion de voir. D'ailleurs, bien que ses tableaux soient abstraits, l'essence de lieux particuliers ressort généralement par le biais de couleurs ou encore de compositions spécifiques.

Par exemple, à la suite d'un séjour sur l'île antillaise Sainte-Lucie, la peintre s'est mise à privilégier le turquoise et les tons de sable à titre de couleurs prédominantes. Quelques-unes des toiles qui résultent de cette période seront exposées chez Viva Pasta.

Pour ce qui est de la composition le tableau illustré par la photo accompagnant ce texte donne un bon exemple



Josée Véronneau pose avec l'une des toiles qu'elle expose chez Viva Pasta.

du travail de l'artiste. Sans jamais être trop précise, la peintre suggère des formes qui rappellent différents éléments. C'est à la personne devant la toile de voir et de comprendre ce qu'il en est.

Petite anecdote, le public sera à même de constater que Josée Véronneau ne peint jamais de formes ayant des angles de 90 degrés. Sans raison artistique précise sinon l'esthétisme et les goûts de

l'artiste, cette caractéristique se retrouve sur chacune de ses oeuvres.

OUTILS

Faits à partir d'acrylique et d'un gel créant un aspect texturé, les tableaux de Josée Véronneau sont généralement réalisés en quelques jours. «C'est très rapide», mentionne-t-elle. D'ailleurs, jamais Mme Véronneau ne travaille sur un tableau plus d'une semaine. Elle ne force pas plus sa création. Sa démarche est en quelque sorte instinctive, découlant du choix des couleurs et de ses émotions. Cette rapidité de création lui permet de participer à cinq ou six expositions annuellement.

Outre l'acrylique, Josée Véronneau travaille depuis peu avec un nouveau médium, soit une encre qui imite l'aspect du vitrail. Ainsi, sur de petits formats de la grandeur de cartes de souhaits, elle réalise des oeuvres fidèles à son style. Quelques modèles seront également présentés chez Viva Pasta. «J'aime beaucoup explorer», raconte l'artiste.

Diplômée du Collège Édouard-Montpetit en Arts plastiques et détentrice d'un certificat en Arts plastiques création de l'Université du Québec à Montréal, l'artiste travaille actuellement chez Radio-Canada. Elle consacre toutefois ses moments libres à la peinture. «Je n'ai jamais pensé vivre entièrement de mon art, affirme Josée Véronneau. Ça complète plutôt ma vie», explique-t-elle.

L'exposition est présentée chez Viva Pasta (171, rue Richelieu), du 17 avril au 16 mai. ■

Venez vous amuser en famille au

CIRQUE
ESTIVAL

Le mercredi 5 mai 2010 à 19 h 30 au Colisée Isabelle-Brasseur

Courez la chance
de gagner 4 billets!
(2 adultes, 2 enfants)Pour participer, rendez-vous au
www.canadafrancais.com

ONGLET «CONCOURS»

Tirages les vendredis
9, 16, 23 et 30 avril à midi

Toc Toc suscite un fou rire contagieux

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@canadafrancais.com

Lorsque les lumières se sont éteintes au Théâtre des Deux Rives le 15 avril, annonçant la fin de la pièce *Toc Toc*, une seule pensée m'est venue à l'esprit: déjà! J'en aurais pris encore de cette folie contagieuse et dynamique qui anime chacun des personnages si attachants et délirants créés par Laurent Baffi. Une pièce à voir et à revoir.

Écrite par Laurent Baffi, bien connu en France pour son rôle de fou du roi à l'émission *Tout le monde en parle*, la pièce *Toc Toc* a été présentée pour la première fois à l'automne 2006, à Paris. Moins d'un an plus tard, une adaptation québécoise, signée Jean-Philippe Pearson, voyait le jour dans le cadre du Festival Juste pour rire et remportait, la même année, le Prix Coup de Coeur au même festival. La pièce s'est ensuite promenée dans plusieurs villes du Québec, obtenant toujours de bonnes critiques. Je ne ferai pas exception.

DISTRIBUTION

Toc Toc débute alors que six patients se rencontrent dans la salle d'attente du cabinet du docteur Stern. Ce dernier, qui a la réputation de guérir les pires cas problèmes en une seule rencontre, est en retard en raison d'un problème d'avion. Pour passer le temps, ses patients de la journée apprennent à faire connaissance et se divertissent comme ils le peuvent. C'est l'occasion pour le public de découvrir les toc (troubles obsessionnels compulsifs) de chacun.

Il y a d'abord un chauffeur de taxi souffrant d'arithmomane, Vincent (20, 100). Campé par Marcel Leboeuf, ce personnage est en quelque sorte le maître de cérémonie. Puis, il y a une vieille dame, Marie, qui ne peut s'empêcher de vérifier et de révérifier une multitude de détails comme les ronds du poêle ou bien sa sacoche. La femme est également une fervente croyante. Son interprète est Elizabeth Chouvalidzé. S'ajoutent à eux un septuagénaire atteint du syndrome de Gilles de la Tourette, Fred. Il est hilarant de voir le comédien Edgar Fruitier lancer des répliques obscènes et vulgaires. Le contre-emploi lui sied bien!

À ce trio déjà bien particulier, s'ajoutent une jeune femme qui répète tout deux fois, Lilli; un jeune homme pour qui la symétrique est une fixation et qui ne peut

marcher sur les lignes, Bob; et finalement une femme qui craint les maladies, Blanche. Lors des représentations à Saint-Jean-sur-Richelieu, ces rôles étaient respectivement interprétés par Anne-Élisabeth Bossé, Olivier Morin et Danièle Lorain. Ne reste plus qu'à mentionner l'assistante du docteur Stern, rôle joué par Amélie Dallaire, pour compléter le tableau.

MEILLEURS MOMENTS

La pièce *Toc Toc*, une production Juste pour rire, débute somme toute assez tranquillement. Les personnages font leur entrée l'un après l'autre, et se dévoilent petit à petit. Arrive le moment où ils décident de jouer au Monopoly. Les folies commencent! Jamais une partie de Monopoly n'aura été aussi intéressante, croyez-moi. Il suffit de voir Marie refuser d'acheter l'avenue New York parce que cela contrevient à ses principes religieux (il y a trop de prostitution dans cette ville, dit-elle), ou encore Vincent qui désire à tout prix mettre la main sur les quatre chemins de fer, pour comprendre. On voudrait se joindre à eux tellement c'est drôle à regarder.

Puis, à l'annonce du retard plus important du docteur, les six comparses entreprennent leur propre thérapie de groupe. Encore une fois, il est hilarant de les voir tenter de combattre leur toc à tour de rôle alors que tous les autres s'allient pour les faire échouer. Vincent se tortille sur sa chaise, Bob se maintient les pieds dans le vide et Blanche passe son temps à faire l'aller-retour entre la salle de bain et la salle d'attente, incapable ne serait-ce que d'imaginer des microbes sur ses mains. Un moment magique!

Il faut d'ailleurs le mentionner, la distribution de cette pièce livre une performance remarquable. Les comédiens savent rendre la couleur de leur personnage avec brio, ce qui ajoute évidemment aux textes déjà très drôles de l'auteur, mais également à la mise en scène dynamique et colorée de Carl Béchar. La combinaison est parfaite.

La pièce se termine alors qu'on découvre que tous ont réussi à combattre leur toc au moins une fois, sous nos yeux. Pourtant, le docteur Stern ne s'est jamais présenté. Du moins, c'est que l'on croit...

Toc Toc était la dernière pièce offerte cette saison dans le cadre des Soirées théâtrales. Pour connaître la programmation 2010-2011, visitez le www.spec.qc.ca



Alors qu'il tente de combattre son toc d'arithmomane, Vincent (Marcel Leboeuf) a du mal à rester en place et se tortille de toutes les manières possibles sur sa chaise. Sur la photo, on reconnaîtra aussi le comédien Edgar Fruitier.

THÉÂTRE DES DEUX RIVES

Ces voix oubliées fête ses cinq ans

L'activité de rétablissement en santé mentale du Centre de santé et de services sociaux Haut-Richelieu-Rouville (CSSS), *Ces voix oubliées*, célèbre son 5^e anniversaire. Afin de célébrer l'évènement, un spectacle sera présenté le 29 avril au Théâtre des Deux Rives.

Depuis la première édition tenue en 2006, 69 personnes ont pris part à *Ces voix oubliées*. Cette année, l'ensemble vocal est composé de 13 artistes qui performeront, toujours sous la direction de Serge Vincent, en compagnie de la chorale de l'école Aux-Quatre-Vents. De plus, le projet de rétablissement en santé mentale jeunesse, qui s'est joint à *Ces voix oubliées* en 2008, se poursuit. Des élèves du primaire de l'école Saint-Lucien, accompagnés par Serge Vincent, ont participé à la démarche de composition d'une chanson en créant leur propre pièce qu'ils interpréteront. Autre invitée, la chorale Les coeurs légers, formée d'anciens participants de *Ces voix oubliées*, participera au spectacle.

«Mis sur pied dans le but d'offrir un

modèle de rétablissement en santé mentale basé sur la réalisation de soi et non seulement sur l'intervention proprement dite, nous sommes très heureux de voir que *Ces voix oubliées* amène les participants à avoir un regard différent de leur état, souligne Christine Laliberté, directrice Réseau Santé mentale du CSSS. Le fait qu'ils acceptent de présenter un spectacle de chant à la population vient aussi démystifier la perception de la maladie reliée à la santé mentale dans la communauté. Nous sommes fiers du cheminement des participants et de l'évolution de cette activité depuis cinq ans», conclut-elle.

C'est donc une invitation, le jeudi 29 avril, à 19 heures, au Théâtre des Deux Rives. Le coût du billet est de 15\$ pour les adultes et de 10\$ pour les 17 ans ou moins. Les billets seront en vente à la porte le soir du spectacle. Il est possible de réserver au 450 346-2222. Rappelons que cette activité est présentée dans le cadre de la Semaine nationale de la santé mentale qui a lieu du 3 au 9 mai. ■

**Avec 5 vingt, venez DON
déguster nos vins!**

Coût du billet 100 \$



DÉGUSTATION
2010 VINS &
FROMAGES

20^e édition Sous le thème : Les olympiques

Le jeudi 29 avril 2010 18 h 30

Relais Gouverneur, 725, boulevard du Séminaire Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu

Pour plus de renseignements ou pour vous procurer un billet, veuillez contacter Mme Lisa Charest au 450 348-6121, poste 2201

lerenfort.com

LA CHUTE DU MUR

Chronique du temps arrêté

JEAN-FRANÇOIS CRÉPEAU



Les premières œuvres d'un auteur sont des rites initiatiques que les lecteurs et la critique jugent sévèrement. Ainsi, un premier roman estimé excellent crée une attente que le second ne comblera pas toujours. C'est, je crois comprendre, l'expectation prudente qui guettait *La chute du mur* (Triptyque), le nouveau roman d'Annie Cloutier dont *Ce qui s'endigue* (Triptyque, 2009) est considéré comme «un premier roman solide». N'ayant aucune expectation, j'ai abordé *La chute du mur* l'esprit tout dégaï, et ce fut bien ainsi.

La romancière nous invite à suivre deux avenues narratives, l'une menée par une voix hors champ, l'autre par une narratrice dont l'identité se précise au fur et à mesure que la trame se déroule sous nos yeux. Cette mécanique du roman est renforcée par l'alternance d'une narration à l'autre jusqu'à ce que les personnages d'une histoire se confondent à ceux de l'autre et forment une trame unifiée. Cette façon de faire ne complice en rien la vie du lecteur, les temps de l'histoire balisant très bien les voies qu'Annie Cloutier veut lui faire emprunter.

Le premier temps, c'est celui de la fille unique d'un couple petit-bourgeois habitant une localité cossue de la Capitale nationale. Liv, prénom emprunté à la comédienne fétiche du cinéaste Ingmar Bergman, traverse une adolescence dorée dont la langueur finit par l'ennuyer. Son cercle d'amis est restreint, Katinka étant la seule pour laquelle elle éprouve une amitié sincère; Liv aimerait mieux connaître Philippe, le frère de son amie, mais les compétitions sportives auxquelles il participe le tiennent au loin.

Pour chasser sa morosité, l'adolescente s'inscrit à un programme d'échanges qui va l'amener en Allemagne pour une année scolaire. La famille chez qui elle s'installe, un couple de musiciens, a un régime de vie austère et pratique la simplicité volontaire. Liv s'y ennue, malgré une bonne relation avec la mère. Elle en viendra à se lier d'amitié avec une étudiante états-unienne qui l'entraînera dans une aventure dont Liv ne sortira pas intacte. Cet incident scellera son intention de rentrer à Québec urgemment.

Le deuxième temps dans lequel *La chute du mur* nous plonge, c'est celui d'une traductrice installée à New York avec sa fille Sabine. Mère et fille verront s'écrouler une des deux tours victimes du 11 septem-

bre 2001. Sabine aura peine à oublier cette vision apocalyptique, cet événement squattant tout l'espace de son souvenir. L'univers hyperprotégé dans lequel la mère et la fille sont encloses a sa raison d'être qui n'a rien à voir avec la métropole où elles sont installées. En découvrant petit à petit de quoi est faite leur existence, ce qui semblait d'abord mystérieux devient limpide et, ce faisant, imbrique leur histoire à celle de Liv dont la trame complète le tableau précédemment ébauché.

Annie Cloutier mène bien l'organisation de son projet d'écriture et la trame du récit se déroule sans coup férir. Entre la chute du mur de Berlin et celle des tours du WTC, la symbolique que ces événements représentent s'intègre bien aux épisodes qui traversent la vie de Liv, en 1989 et en 2001. Un seul bémol: le passage d'une adolescence protégée à la vie d'une jeune femme avisée que Liv emprunte est si soudain que son discours passe trop rapidement d'une étape de la vie à l'autre pour être totalement crédible.

Cela dit, *La chute du mur* représente bien les aléas auxquels est soumise la génération actuelle des trentenaires qui n'a rien à envier à celle des baby-boomers. Cela rappelle que du cocon familial à la mondialisation, il n'y a plus de véritable distance. ■



CONTINUITÉ

(no 124, printemps 2010) sur le thème

«Il était une fois demain», ce numéro de *Continuité* s'interroge sur la récupération d'anciens bâtiments à des fins contemporaines. Est-ce un choix raisonnable d'investir dans de vieilles usines, d'anciennes églises ou des édifices patrimoniaux autrement qu'en les détruisant? Poser la question, c'est initié des éléments de réponses. On n'a qu'à penser récupération et protection de l'environnement. Les six articles analysent et discutent le sujet sous divers points de vue, dont «le patrimoine dans la mouvance environnementale», l'une et l'autre de ces préoccupations n'étant pas antinomiques. Il est souvent fait référence à l'expérience des pays d'Europe, la France notamment, qui ont développé une philosophie architecturale et d'ingénierie qui marient l'ancien et le nouveau. On lit par exemple l'article «Mieux former pour mieux agir» qui porte sur «la formation Patrimoine et énergie, offerte dans trois départements français, qui vient au secours des professionnels chargés de cette tâche délicate.»

JOURNÉE MONDIALE DU LIVRE ET DU DROIT D'AUTEUR

livre droit d'auteur

23 avril 2010

Cette 15^e Journée mondiale du livre et du droit d'auteur s'inscrit au cœur d'une trilogie qui met l'accent sur la diffusion du livre. Après avoir exploré les lieux et les espaces, tant physiques que virtuels, l'édition 2010 mettra en valeur les personnes qui y travaillent.

Il est question ici des enseignants et des professeurs, des bibliothécaires et des libraires ainsi que des professionnels du milieu du livre. Parce qu'ils forment et informent, leur mission est essentielle à la diffusion du livre. Les mots de Stéphane Dompierre, porte-parole de l'événement, décrivent très bien les qualités dont ils doivent faire montre: «L'amour des livres devrait toujours être accompagné du désir d'en parler au plus grand nombre, de transmettre ses découvertes. C'est un art. Il faut savoir suggérer les bons livres, en faisant abstraction de ses goûts personnels. C'est aussi un exercice d'ouverture, d'écoute de l'autre.» ■

Une superbe performance de Sandra Bullock

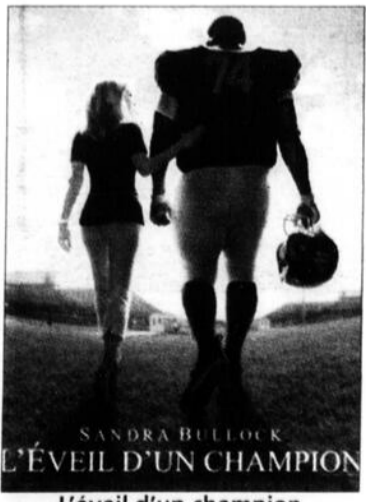
PASCAL CLOUTIER



L'éveil d'un champion

Sandra Bullock, depuis ses débuts au cinéma, a connu beaucoup de succès. La plupart des personnages qu'elle a incarnés étaient soit maladroits, soit sarcastiques, soit les deux à la fois. Rares sont les moments touchants que l'actrice américaine nous a donnés.

Ça prenait une histoire vraie pour nous révéler les talents beaucoup



plus larges de madame Bullock. À un point tel qu'on a crié à l'Oscar très rapidement et la cérémonie d'il y a quelques semaines a donné raison à ceux qui avaient remarqué la performance de l'actrice.

Voilà donc une production qui place une des actrices les plus populaires d'Hollywood dans ce qui aurait pu être une zone moins confortable pour elle. Pourtant, elle s'en sort à merveille parce que le réel personnage qu'elle y incarne avait déjà tout de la caricature avec un fond de réalisme et de gentillesse qui ne peut provenir que de la vraie vie.

Sandra Bullock ne méritait peut-être pas la petite statuette dorée face à Gabourey Sidibe, Meryl Streep ou Carey Mulligan mais elle s'assurait au moins une nomination, son travail impeccable donne à *L'éveil d'un champion* un distinctif de tous ces films sportifs qu'on nous offre année après année.

L'éveil d'un champion, réalisé par John Lee Hancock, n'est pas le premier film sportif qu'il dirige. En 2002, le film de baseball *La recrue*, avec Dennis Quaid, retraçait le retour d'un lanceur dans les ligues majeures malgré son âge vénérable. Cette fois, Hancock fait dans le football et les sentiments hors du terrain. Mais c'est moins un film de sport qu'une comédie dramatique où bons sentiments et adversités font

bon ménage du début à la fin.

Un jeune homme de carrure imposante fait son chemin très discret vers une carrière professionnelle de football. Sans abris, itinérant, on a longtemps cru que le jeune homme était défavorisé, intellectuellement parlant. Mais il n'en était rien, l'imposant garçon marqué par une jeunesse difficile et victime de violence, est d'une timidité maladroite et d'une discrétion sans faille. Tout ça, c'est jusqu'au jour où une femme bien nantie de Memphis au Tennessee où le garçon couche et va à l'école, le prend sous son aile. Elle sera l'ange gardien du gros Mike qui sortira de son cocon et deviendra non seulement un athlète professionnel, mais un élève réussissant tout ce qu'il entreprend en classe.

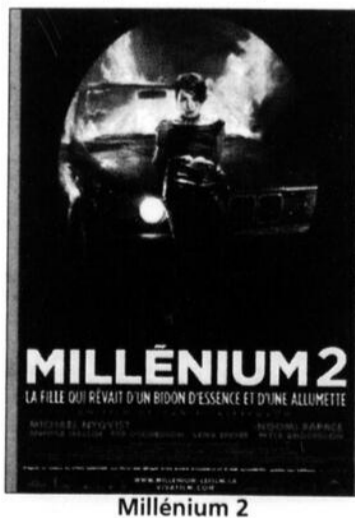
Une histoire exceptionnelle, des acteurs justes, une vedette qui se sert de ses talents à jouer les femmes fortes et voilà un très bon film de sport qui saura vous intéresser. À voir.

Millénium 2

J'ai adoré le premier film. Au final, les images, la musique, les acteurs n'y étaient pas pour grand-chose mais l'histoire était tellement bonne qu'il aurait été difficile d'en tirer une mauvaise production. Alors que le troisième et dernier film de la série trouvera le chemin des cinémas, le second est mainte-

nant offert dans les clubs vidéo.

Le film *La fille qui rêvait d'un bidon d'essence et d'une allumette* est moins surprenant, peut-être même moins réussi que le premier épisode, mais les lecteurs et ceux qui auront adoré le premier film ne pourront pas renier leur plaisir.



Millénium 2

Cette fois, le reporter du magazine *Millénium* s'embarque dans une nouvelle enquête, sans être commandité par un riche baron. Dans un contexte de trafic humain et d'abus sexuel juvénile, on apprendra plus de détails sur Lisbeth Salander et sa condition mentale. On la retrouve d'ailleurs en début de film exactement où on l'avait laissée

à la fin du premier, soit en train de profiter de l'argent sur lequel elle a mis la main à la fin du premier film. Mikael, pour sa part, continu d'entretenir sa relation avec la directrice du magazine, une femme mariée, appelée Erika Berger, quand il est mis au courant que certaines personnalités du monde politique suédois seraient impliqués dans un réseau de prostitution juvénile.

Certains seront rebutés à nouveau par la production beaucoup moins importante que ce à quoi nous a habitués Hollywood. Je ne me souviens pas avoir vu un film suédois de toute ma vie mais il y a une sincérité dans le traitement des écrits d'un concitoyen du pays d'Abba qui nous interpelle comme jamais un blockbuster américain ne l'aurait fait. Le côté scandinave des répliques, le rythme particulier de ce peuple fier qui ne traite pas avec les crimes comme si c'était chose banale, le déroulement d'une histoire presque aussi intéressante et élaborée que dans le premier *Millénium*, à nouveau le film réussira à nous séduire. Je ne sais pas trop comment le recevront les lecteurs de Larsson mais ceux qui, comme moi, n'ont pas eu le temps ou la chance de lire les bouquins, se rabattront avec un plaisir certain sur ces histoires peu banales qui nous poussent au bout de notre siège tout au long de l'enquête de Mikael et Lisbeth. ■

Gagnez un souper de filles



BISTRO MANHATTAN TERRASSE RESTAURANT

Découvrez le chef en vous!
Créez votre recette avec
Le Bar à Pasta
L'essayer, c'est l'adopter

Ouvert du mardi au dimanche dès 11 h 30
Déjeuner de 8 h à 13 h

lebistromanhattan.com
180, Place du Quai, Saint-Jean-sur-Richelieu 450 346.9955

LUX CAFE
PESTO • GRAP • CAFE

Festival de côtes levées

232, rue Richelieu, Saint-Jean-sur-Richelieu
450 347 2232

Les Doux Instants
FONDUE • RACLETTE

Ouvert du jeudi au dimanche dès 17 h

Cuisine française
Table d'hôte

242, rue Richelieu, Saint-Jean-sur-Richelieu
450 347-0108

LE CANADA FRANÇAIS

l'offre la chance de **GAGNER**

UN BON D'ACHAT DE **100\$**

POUR UN SOUPER DE FILLES
(à dépenser chez l'un des annonceurs)

COUPON DE PARTICIPATION Gagnez souper filles

NOM :

ADRESSE :

TELEPHONE :

JE VEUX DÉPENSER MON BON D'ACHAT CHEZ :

Faire parvenir ce coupon dûment complété au bureau du journal avant 12 h le 30 avril 2010. À 16 heures, un tirage au sort sera effectué et le premier coupon choisi méritera à la gagnante un bon d'achat de 100 \$.

Les employés du journal ne peuvent participer à ce concours.

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



Restaurant **Vivaldi** APORTEZ VOTRE VIN

Fine cuisine italienne

Table d'hôte à partir de **16⁹⁵\$**

OUVERT TOUS LES SOIRS
à partir de 17 h sauf le lundi

Yves Monast, chef propriétaire

Réservez-tôt
(Face au Beethoven)
34, rue Saint-Jacques,
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 347-5033

Les Freres Moreau

RESTAURANT

Lundi au vendredi midi et soir
Samedi et dimanche dès 17 h

Table d'hôte à partir de **18⁹⁵\$**

Réservez tôt!

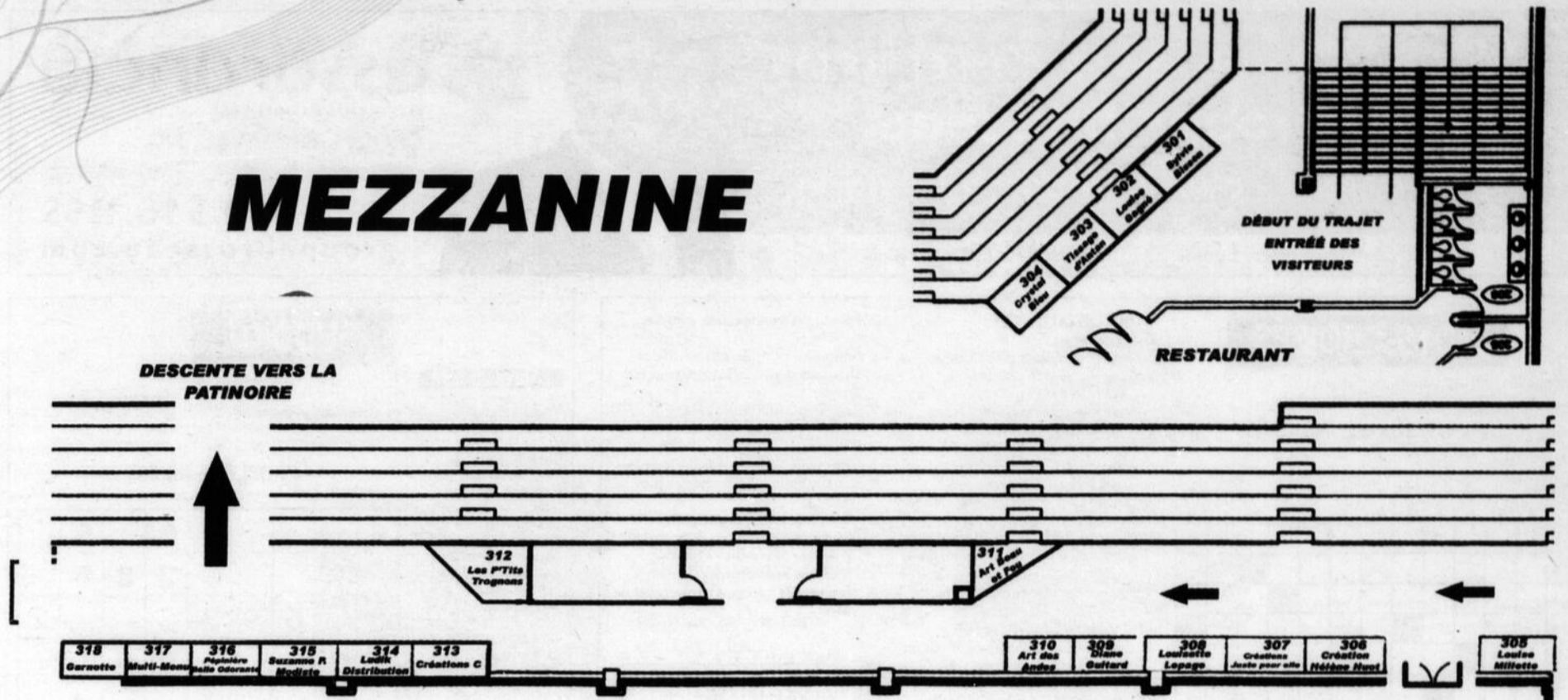
Grillades - Poulet - Fruits de mer - Rôti de bœuf
160, boul. du Séminaire Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu
Tél. : 450 347-5559

RESTAURANTS **CASA GRECQUE**

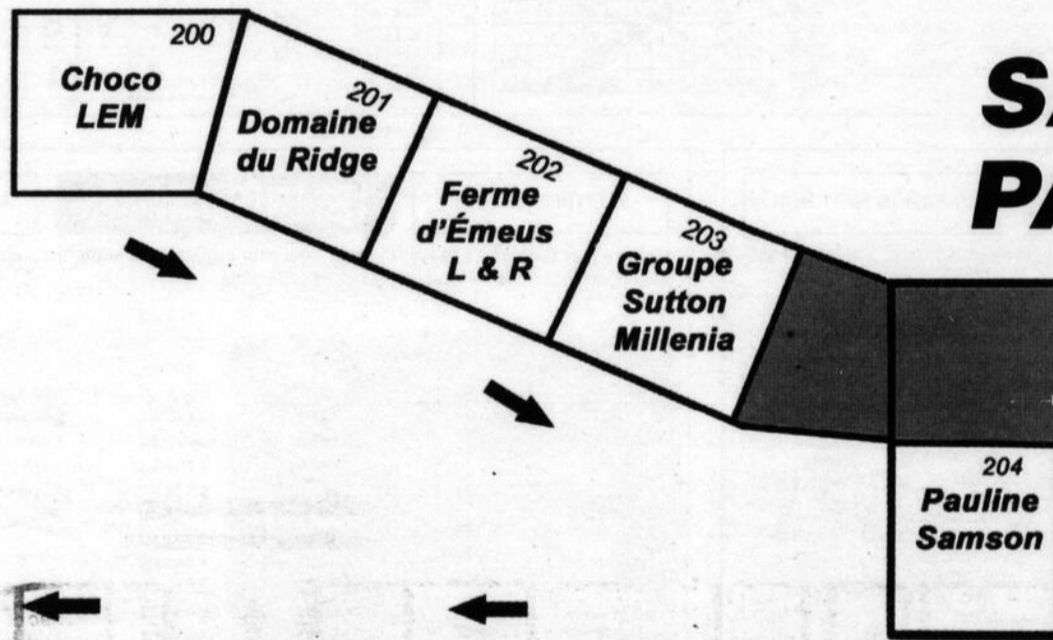
grillades et fruits de mer

315, rue MacDonald, # 114, Saint-Jean-sur-Richelieu
450 359-4066

MEZZANINE



Trajet:
En provenance
de la patinoire

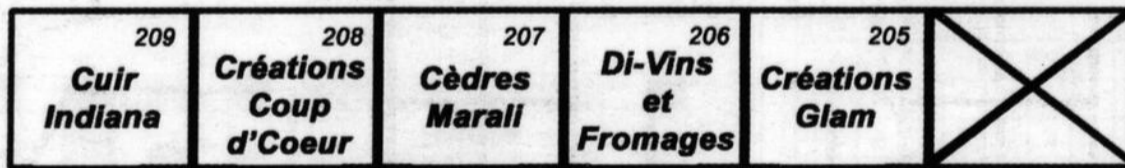


Heures d'ouverture

Vendredi 23 avril : 12 h à 21 h
Samedi 24 avril : 9 h à 20 h
Dimanche 25 avril : 9 h à 16 h

Prix d'entrée : 3 \$
Moins de 12 ans : Gratuit

Sortie
Fin du trajet



COLISÉE ISABELLE BRASSEUR
965, rue Choquette (coin Pierre-Caisse)
Saint-Jean-sur-Richelieu

Un *salon* pour tous les goûts...

HABITATION DÉCO SERVICES
LOISIRS TOURISME PRODUITS DU TERROIR

Une présentation



Une réalisation

LE CANADA FRANÇAIS

La seule façon de se casser la tête avec le **Groupe Brosseau**, c'est ici dans cette page.



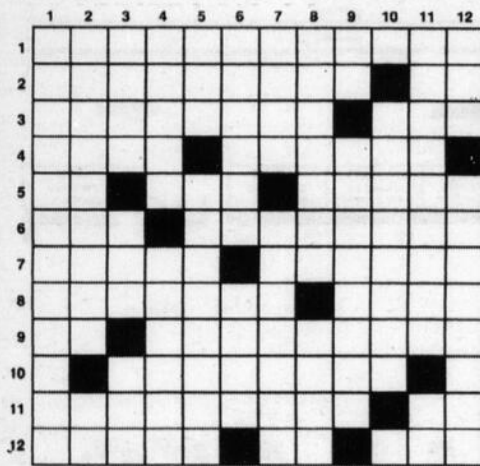
ASSURANCIA
vos maîtres courtiers
GROUPE BROUSSEAU INC.

450.346.1155
groupebrosseau.com

383, boul. du Séminaire Nord, bureau 211, Saint-Jean-sur-Richelieu (Cours Singer)

MOTS-CROISÉS

Problème No 56



HORIZONTALEMENT

- 1- Belles-mères.
- 2- Qui a de l'attrance pour quelque chose. - A eu la faculté de (a...).
- 3- Qui a la forme d'une bosse. - Unité de fluidité dans le système C.G.S.
- 4- Consommai. - Pas beaucoup.
- 5- Sièges. - Personnage biblique. - Pin cembro (pl.).
- 6- Cap d'Espagne. - Rendit tiède.
- 7- Qui ont une certaine fortune. - Mesure propre à diminuer un danger.
- 8- Phosphate hydraté naturel d'uranium. - Son ancêtre éponyme était un fils de Jacob.
- 9- Préposition. - Donne une forme allemande à.
- 10- Qui provoque des caries.
- 11- Remplacement d'un minéral par un autre au sein d'une roche (pl.). - Particule d'insistance.
- 12- Qui exigent de la résistance. - Personnel. - Confiance en quelqu'un.

VERTICALEMENT

- 1- Arbrisseau à gousses renflées en vessie et à fleurs jaunes.
- 2- Cours d'eau qui prend naissance dans un lac. - A été capable de (a...).
- 3- Trompa par un lob. - Eut le courage de. - Tragi-comédie de Corneille.
- 4- Caprice extravagant. - Exhorte, excite quelqu'un à.

- 5- Époque. - Étendue côtière couverte de vase (pl.).
- 6- Seul. - Qui est triple (en parlant de Dieu considéré dans le mystère de la Trinité).
- 7- Actrice italienne (1858-1924). - Filet de pêche formé de trois nappes superposées.
- 8- Lieu planté d'osiers. - Charge d'un âne.
- 9- Démonstratif. - Vin de champagne (pl.).
- 10- Région de l'Afrique orientale.
- 11- Petites taches jaunâtres se trouvant à la surface de la peau. - Gamme.
- 12- Se donne beaucoup de peine. - Évaluerai le volume d'une quantité de bois.

Solution du dernier problème



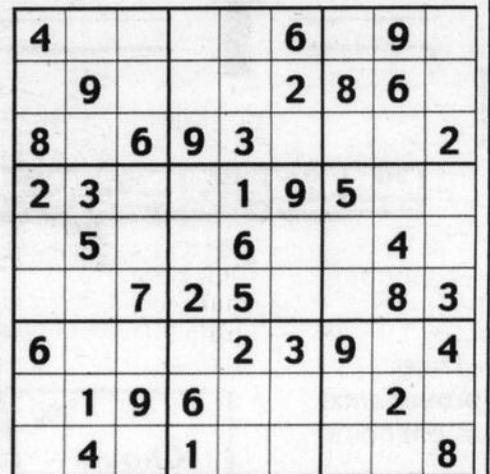
SUDOKU

RÈGLES DU JEU :

Vous devez remplir toutes les cases vides en plaçant les chiffres 1 à 9 qu'une seule fois par ligne, une seule fois par colonne et une seule fois par boîte de 9 cases.

Chaque boîte de 9 cases est marquée d'un trait plus foncé. Vous avez déjà quelques chiffres par boîte pour vous aider. Ne pas oublier : vous ne devez jamais répéter plus d'une fois les chiffres 1 à 9 dans la même ligne, la même colonne et la même boîte de 9 cases.

PROBLÈME NO 209



RÉPONSE DU NO 208

6	5	7	3	8	4	1	9	2
3	8	4	1	9	2	5	6	7
1	9	2	5	6	7	3	4	8
7	4	6	2	1	8	9	3	5
5	3	8	7	4	9	6	2	1
9	2	1	6	3	5	8	7	4
8	1	9	4	2	3	7	5	6
2	7	3	8	5	6	4	1	9
4	6	5	9	7	1	2	8	3

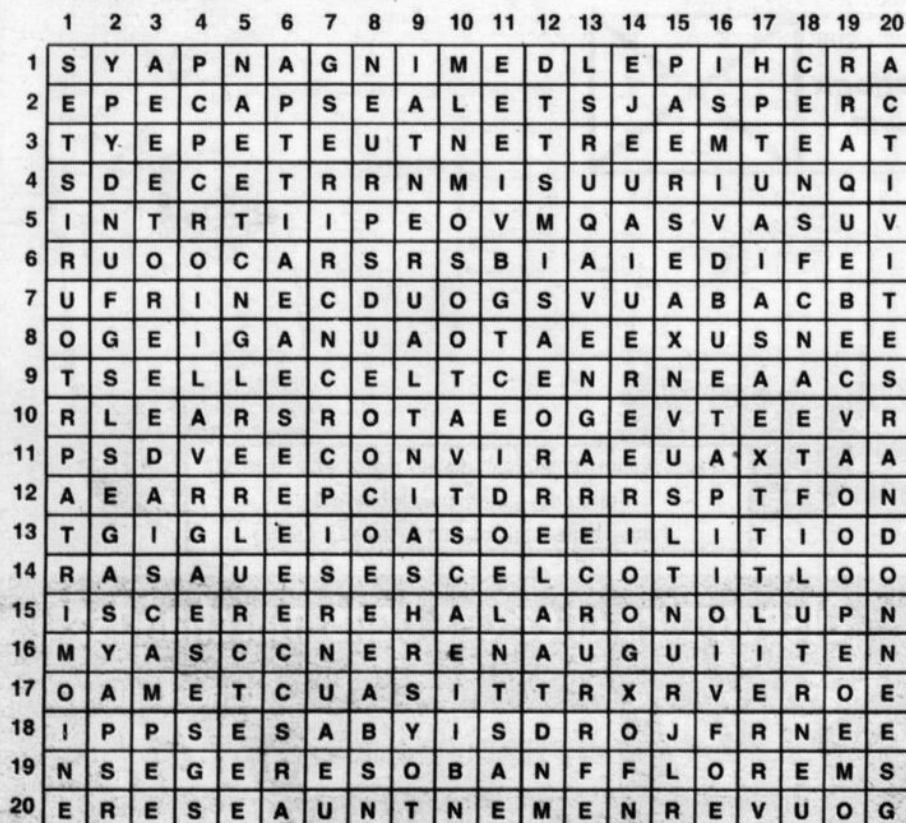
11 LETTRES CACHÉES

MOT-MYSTÈRE

LES PARCS NATIONAUX

Lorsque tous les mots ci-dessous auront servi pour encercler ces lettres, il ne vous restera que les lettres servant à révéler le mot mystère.

- | | | | | | |
|---|--|---|--|--|---|
| A
ACCÈS
ACTIVITÉS
AIRES
AMUSE
ANIMAUX
ARCHIPEL-
DE-MINGAN
B
BANFF
BASÉS
BEAUTÉ
C
CAMPÉ
CANADA
CANOT | CRÉATION
D
DÉCOUVRE
DOTÉ
E
ÉCOLOGIQUES
ÉMET
ENDROITS
ESCALADE
ESPACE
ESPÈCES
EXPLORATION
F
FAUNE
FJORDS
FLORE | FORÊTS
FORILLON
FUNDY
G
GÉRÉS
GOUVERNEMENT
GROTTE
I
ÎLES
J
JASPER
L
LAC
M
MAURICIE
MER | N
NATURELLES
O
OBSERVATION
OISEAUX
OPTE
P
PATRIMOINE
PAYS
PAYSAGES
PLEIN AIR
PROTÉGÉS
Q
QUÉBEC
R
RAFTING | RANDONNÉES
RÉGIONS
RÈGLES
REPOSANT
RÉSEAU
RÉSERVES
ROCHEUSES
RÔLE
S
SAGUENAY
SAINT-LAURENT
SERVICES
SÉVÈRE
SITE
SITUÉ
SPECTACULAIRE | T
TERRITOIRE
TOURISTES
V
VACANCIERS
VAS
VISITÉ
VIVENT
VUE |
|---|--|---|--|--|---|



SOLUTION DE CE MOT CACHÉ: OBSERVATION

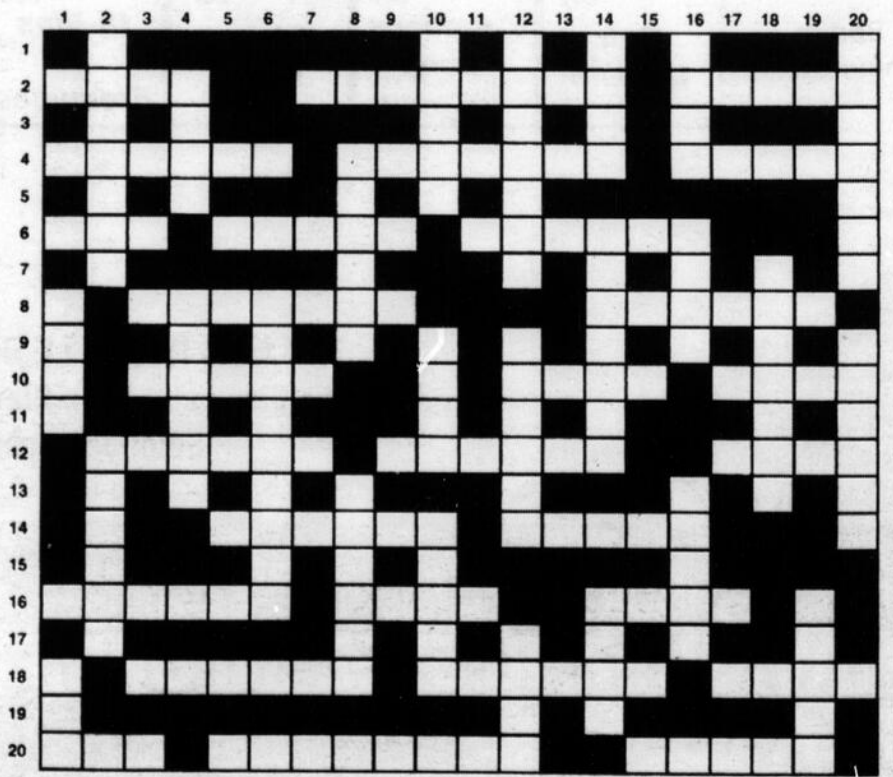
6 LETTRES CACHÉES

LES ENTRECROISÉS

UN VILAIN DÉFAUT

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

- | | | | | | | |
|------------------------|--|---|---|--|---------------------------|---|
| 3
les
mal
peu | cran
faux
fini
gros
naïf
prêt
rôle
rude
rusé
snob | 5
avare
blasé
brute
élevé
hardi
lâche
ladre
léger
rogne
tiqué | 6
altier
bavard
brutal
cireur
cochon
couard
écarté
féroce
goujat
jaloux | maraud
pédant
raseur
rustre
vipère
voleur | 8
tapageur
vaniteux | 9
obstiné
pervers
rebelle
révéler |
|------------------------|--|---|---|--|---------------------------|---|



SOLUTION DE LES ENTRECROISÉS: RASEUR

WEEK-END

MUSIQUE

L'un des meilleurs albums de Jeff Beck

GILLES LÉVESQUE
gilles.levésque@canadafrancais.com



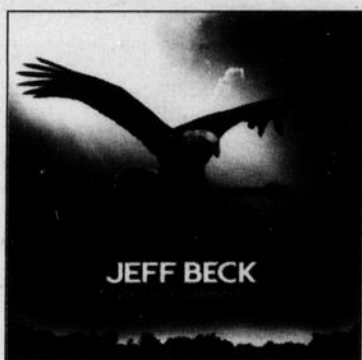
EMOTION & COMMOTION JEFF BECK

PERFORMANCE: 8 1/2 SUR 10

Sept ans après la sortie de son dernier album enregistré en studio, Jeff Beck lance *Emotion & Commotion*. Ce qui n'aurait pu être qu'un disque de plus dans la discographie de cette légende vivante s'avère être un grand cru qui témoigne du jeu exceptionnel de ce brillant guitariste que nous avons eu la chance de voir, l'an dernier, au Festival international de jazz de Montréal.

C'est toute une leçon de guitare que nous sert cet ex-Yardbirds. À son âge (il aura 66 ans en juin), Jeff Beck n'a plus besoin d'impressionner la galerie. Sur *Emotion & Commotion*, il mise sur la subtilité et la maîtrise de son art, d'où la présence d'un orchestre de 64 musiciens. C'était sans doute un pari risqué pour un guitariste dont

le jeu est aussi hallucinant, mais il s'en tire de brillante façon. D'un côté comme de l'autre, on joue en parfaite symbiose, ce qui donne un cachet particulier au menu proposé pour l'occasion, à savoir un heureux mariage de rock et de pièces classiques, dont *Nessun Dorma*, un air pour ténor tiré de l'opéra pour Turandot de Giacomo Puccini.



S'il joue avec une belle retenue pour susciter l'émotion, Jeff Beck n'hésite pas à faire hurler sa guitare à l'occasion. Il le fait toutefois avec modération. À cet égard, les contrastes sont saisissants. C'est d'ailleurs ce qui rend cet album si intéressant.

Comme cela lui arrive à l'occasion, Beck a fait appel à quelques voix féminines, ce qui nous vaut la présence de Imedla May, Olivia Safe et Joss Stone. Cette dernière est tout simplement sublime pour l'interprétation de *There's No Other Me*, une pièce rock qui déménage. Quelle énergie! Quelle voix! C'est en quelque sorte le plat de résistance de cet album que nous avons écouté à une dizaine de reprises le week-end dernier.

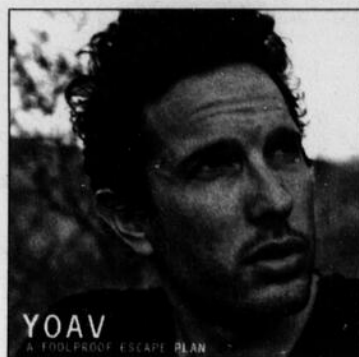
Nous sommes définitivement en présence d'un grand cru qui a la particularité de pouvoir plaire à un plus large public. Cet homme est un génie. Un génie de la guitare!

A FOOLPROFF ESCAPADE PLAN YOAV

PERFORMANCE: 7 1/2 SUR 10

Il y a deux ans, nous avons eu l'occasion de découvrir Yoav au Festival de jazz de Montréal. Cet homme-orchestre de 29 ans qui est né en Israël mène une vie

de nomade pour mieux découvrir le monde qui l'entoure. Il a entre autres vécu en Afrique du Sud, à Londres, à New York et à Montréal, d'où ses textes engagés et cette musique qui s'inspire du folk, du rock, du hip-hop et de l'électro.



Son premier album, *Charmed & Strange* avait été bien accueilli par les critiques pour les airs accrocheurs qu'on y retrouvait. C'est la même chose pour *A Foolproff Escapade Plan*. Yoav sait concocter des chansons qui séduisent instantanément. Des pièces simples que l'on se surprend à fredonner après quelques écoutes.

S'il chante fort bien, Yoav se

distingue aussi à la guitare. D'autant plus que celle-ci est reliée à une quincaillerie électronique qui lui permet de réaliser certaines prouesses en spectacle. L'enregistrement de ce deuxième album a d'ailleurs été fait en conséquence. Ça manque parfois d'un peu de chaleur. Il faut le dire.

Ce chansonnier des temps modernes propose des textes un peu plus sombres. Il est clair que l'amour lui a fait mal. L'amour, mais aussi d'autres problèmes qu'il préfère fuir pour ne pas affronter la réalité. Cet aspect sombre de sa vie n'affecte toutefois en rien le plaisir que l'on éprouve en l'écoutant chanter à la manière de ces musiciens que l'on peut entendre dans de petits bars enfumés, tard dans la nuit.

On ne sait pas ce que l'avenir réserve à cet artiste au talent certain, mais il apparaît clair que les Québécois l'aiment beaucoup. Ça se constate sur la liste de spectacles qu'il doit donner dans les semaines et les mois qui viennent. C'est d'ailleurs sur une scène qu'il est à son meilleur. À découvrir ■

Jean-Pierre Zanella chez art[o]-jazz

Le saxophoniste Jean-Pierre Zanella sera le prochain invité des Soirées art[o]-jazz, le 22 avril, à 20 heures. Le coût d'entrée est fixé à 7\$.

Jean-Pierre Zanella est un artiste très recherché sur la scène musicale québécoise. Il a eu l'occasion de travailler avec des musiciens aussi prestigieux que Red Mitchell, Bob Brookmeyer, Chuck Israels, Al Cohn, Michel Legrand, Kenny Wheeler et Gino Vannelli.

Artiste international, M. Zanella a aussi joué dans le cadre de l'Europa Jazz Festival du Mans en France en plus de participer au Mulhouse Jazz Festival de St-Malo. Du côté du Canada, il a participé à une panoplie de festivals de jazz dont celui de Montréal, Toronto, Ottawa, Winnipeg, Calgary et Vancouver. Plus au Sud, il a également pris part aux festivals de Rio de Janeiro et São Paulo.

À l'occasion de son passage aux Soirées art[o]-jazz, le musicien sera accompagné de Pierre-Armand Tremblay au piano, d'André Lahaie à la contrebasse et de Claude Gauthier à la batterie. Pour connaître la programmation complète des spectacles qui y sont présentés, visitez le www.cooparto.com ■



Jean-Pierre Zanella est un saxophoniste et un compositeur primé.

Jus 100% naturel

Double Pasteurisation Pas filtré

POMOLOGIE Paradis
1977a rang Kempt
Saint-Alexandre
450-296-4403

Jus de pommes 100% naturel
Jus de pommes et poires 100% naturel

1 Litre
POMOLOGIE PARADIS
100, 8e rang, Saint-Alexandre
Québec, J0J-1S0 450 296-8240
Peut se conserver plusieurs années. Agitez avant d'utiliser.
Si vous utilisez des glaçons vous pouvez doubler ce jus par
Une fois ouvert garder au réfrigérateur

Peut se conserver plusieurs années. Agitez avant d'utiliser.
Utilisez des glaçons pour le boire froid.
Peut se boire chaud comme du thé à 75° Celcius.

Disponibles chez ces bons marchands:

Marché L'aplante

Marché L'aplante



420 2e Avenue
Saint-Jean (secteur Iberville)

145, boul. Saint-Joseph
Saint-Jean-sur-Richelieu

435 9e Avenue
Saint-Jean (secteur Iberville)

TOUS LES JOURS
**NAVIGUEZ, RESTEZ INFORMÉ,
RÉAGISSEZ**

www.canadafrancais.com LE PARFAIT COMPLEMENT A VOTRE JOURNAL!

L'effet apaisant et irritant de la menthe

SYLVIE LAROCHE
NUTR.D.T.P.



Cette plante de la Méditerranée possède des propriétés digestives très intéressantes. Fraîche, séchée, infusée, la menthe ravive les papilles. Il existe de nombreuses variétés mais les plus communes sont la verte, la poivrée et l'aquatique. La menthe poivrée serait un hybride de la menthe verte et de la menthe aquatique.

Son huile essentielle est très précieuse pour la confection de bonbon, de liqueur et de menthol pour l'industrie pharmaceutique. En santé, on a surtout fait des recherches avec l'huile essentielle plutôt qu'avec la plante fraîche. Consumée en petite quantité dans les plats, il est difficile d'obtenir des bienfaits de la menthe.

DYSPEPSIE ET INTESTIN IRRITABLE (SII)

La feuille et la plante de menthe poivrée sont utilisées pour aider à la digestion, pour la dyspepsie et la perte d'appétit. Des études ont démontré que la menthe peut soulager les douleurs abdominales de 95% des patients qui étaient traités avec un médicament classique pour troubles digestifs. Une synthèse d'études publiée en 2002 indiquait que le mélange de menthe et carvi est aussi efficace et sécuritaire que les médicaments courants pour traiter les dyspepsies.

Pour le SII, on pense que l'huile essentielle de menthe poivrée bloque l'influx du calcium vers le

muscle intestinal, empêchant alors les spasmes et les crampes abdominales. En 2008, une méta-analyse sur l'effet de l'huile essentielle de menthe poivrée et le SII soulignaient que celle-ci était assurément efficace et moins dispendieuse pour réduire les symptômes de l'intestin irritable.

Les infusions de feuille de menthe poivrée fournissent 75% des composés phénoliques (antioxydants) de la plante. Toutefois, on a constaté que pris avec les repas, les composés de la tisane à la menthe pouvaient diminuer l'absorption du fer. Il est donc préférable de prendre la tisane une heure avant ou après les repas. Ce conseil est important principalement pour les gens souffrant d'anémie, les femmes enceintes ou allaitant. Dans l'intestin, les composés phénoliques de la menthe se lieraient au fer, l'empêchant ainsi d'être absorbé. L'acide rosmarinique et des flavonoïdes sont les principaux composés antioxydants de la menthe poivrée.

CONTRE-INDICATION

Malgré ses bienfaits pour améliorer la digestion, la menthe n'est pas recommandée lors de reflux gastrique et d'hernie hiatale. Ses acides volatils diminueraient la tension du muscle sphincter inférieur de l'œsophage favorisant ainsi le reflux. Il est préférable de ne pas consommer de tisane à la menthe avant, pendant et après les repas. De plus si vous souffrez d'ulcère d'estomac, la menthe peut augmenter l'irritation et la douleur. Éviter de la consommer.

Pour les femmes enceintes, on conseille de consommer modérément les tisanes à la menthe lors

de nausées. Par manque de données scientifiques, il est conseillé de ne pas consommer la tisane de menthe durant le premier trimestre.

DANS LE POTAGER

Au supermarché, on retrouve principalement la menthe verte. Si vous désirez profiter des bienfaits de la menthe poivrée, vous pourrez agrémentez votre potager de cette magnifique plante. Soyez vigilant en lui offrant suffisamment d'espace car elle se propage très facilement et peut même devenir envahissante. Pour ceux qui disposent d'un espace plutôt restreint, il est suggéré de placer les plants de menthe dans des pots et de les laisser à l'extérieur pendant toute la belle saison. Ainsi, elles resteront sagement à leur place et vous pourrez en apprécier toutes les qualités.

QUELQUES IDÉES CULINAIRES

La menthe poivrée aromatise nos tisanes et nos desserts, confiseries et petites gâteries, alors que d'autres variétés ont un goût tirant vers la pomme ou le citron. La menthe accompagne à merveille, le gibier, les viandes, les poissons, les sauces, les légumes, les trempettes, les vinaigrettes, les salades et les desserts. Elle rehausse le goût des vinaigrettes, des mayonnaises et des trempettes. Conservez-la dans un papier essuie-tout humide et placez-la ensuite dans un sachet de plastique au réfrigérateur. Elle se conserve environ sept jours.

Pour des informations, contactez-moi au 450 358-2002 ou sur www.infobouffe.com. Source : passeportsanet.net. ■



Raïta de concombre

Préparation: 10 min - Cuisson: 0 - Portions: 4

INGRÉDIENTS

- 1 de tasse de yogourt grec
- 1/4 de tasse de concombre haché sans pépin
- 2 c. à table d'échalote hachée finement
- 1 gousse d'ail haché
- 1 branche de menthe fraîche hachée
- 1/2 c. thé de cumin grillé
- Sel et poivre moulu
- Piment fort au goût

MÉTHODE

Peler le concombre et hachez-le en petits cubes. Saler le concombre et mettez-le dans une passoire. Laisser égoutter. Hacher l'échalote, l'ail et la menthe. Faire griller le cumin dans un poêle sans corps gras et en remuant constamment. Mélanger dans un bol tous les ingrédients. Ajuster la trempette au goût. Servir la trempette avec les brochettes de bœuf, de l'agneau, du saumon ou des crudités.

Source : Sylvie Laroché Nutr.Dt.P. infobouffe.com



Taboulé

Préparation : 20 minutes - Cuisson : 5 min - Portions 4

INGRÉDIENTS

- 1 tasse de couscous au blé entier
- 1 tasse d'eau
- 10 tomates cerises coupées en quartier
- 1 petit oignon haché finement
- 3 tasses de persil frais haché
- 2 branches de menthe fraîche hachée
- 1/2 lime pressée
- 1/4 de tasse d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail haché
- Sel et poivre au goût

MÉTHODE

Faire bouillir l'eau dans une casserole. Verser le couscous. Fermer le feu puis couvrir et laisser reposer 15 minutes. Réserver. Dans un saladier, mélanger les tomates cerise, l'oignon, le persil, la menthe, le jus de lime, l'huile et l'ail. Assaisonner. Ajouter le couscous et bien mélanger la salade. Réfrigérer 1 heure avant de servir.

Source : Sylvie Laroché Nutr.Dt.P. infobouffe.com

VOTRE QUALITÉ DE VIE PASSE PAR
vosre nutrition!





Contre toute attente, les différents modèles de la gamme Escalade de Cadillac sont devenus parmi les véhicules les plus volés au pays. Bref, ils sont les cibles préférées du crime organisé selon le Bureau d'assurance du Canada.



La carrière de la Honda Civic SiR fut brève, soit de 1999 à 2004. Néanmoins, même si elle a été vendue au compte-gouttes, elle demeure la voiture plus convoitée des voleurs.

Les dix véhicules les plus volés

JEAN-FRANÇOIS
GUAY



Même si le vol des voitures est à la baisse selon le Bureau d'assurance du Canada, il semble que l'implication du crime organisé, lui, soit à la hausse dans ce secteur d'activité criminelle.

D'année en année, les véhicules d'entrée de gamme comme la Honda Civic continuent d'occuper la première place du palmarès canadien des véhicules les plus souvent volés. Toutefois, l'apparition cette année de véhicules haut de gamme comme le Cadillac Escalade dans le «top 10» témoigne de l'implication accrue du crime organisé dans le vol de voitures.

Bien que de nombreux véhicules à quatre roues motrices haut de gamme tels que le BMW X6 et le Lexus RX350 ne figurent pas dans le palmarès, ils sont de plus en plus la cible des voleurs.



Même s'il en existe peu sur nos routes, la Buick Roadmaster est l'un des véhicules les moins susceptibles d'être volés.

Bref, voici le palmarès des dix véhicules les plus volés: 1) la Honda Civic SiR 2000, 2) la Cadillac Escalade ESV 2003,

3) la Honda Civic SiR 1999, 4) le Chevrolet Trailblazer SS 4X4 2006, 5) la Cadillac Escalade EXT 2002, 6) la

Cadillac Escalade ESV 2005, 7) la Mitsubishi Eclipse Synder 1997, 8) l'Audi S4 Quattro 2000, 9) le Hummer H2 2006, 10) la Cadillac Escalade 2005.

MOINS VOLÉS

Quant aux véhicules les moins volés, le classement n'a jamais été aussi serré entre la première et la vingtième position. Pour ce faire, nous vous présentons dans l'ordre les 20 véhicules les moins susceptibles d'intéresser les voleurs, selon le Bureau d'assurance du Canada: la Volvo S60 AWD 2007, la Saturn LW2 familiale, 2004, l'Oldsmobile Eighty Eight 1999, les Mercedes-Benz E320/E500, la Matic familiale 2004, la Lincoln Continental 2002, la Lexus LS 460 2007, la Hyundai Elantra 5 portes 2003, la Ford Taurus familiale 2005, la Ford Fusion AWD 2008, la Ford Five Hundred 2007, les Ford Crown Victoria et Mercury Grand Marquis 2006-2007, les Ford Contour et Mercury Mystique 1999, la Chevrolet Malibu Maxx 2004, la Chevrolet Corvette cabriolet 2002, la Cadillac Fleetwood 1996, la Buick Terraza 2007, la Buick Roadmaster familiale 1996, la Buick Lucerne 2008, la Buick Le Sabre 2004, et la BMW Z3 M 2000. ■



Il est surprenant de constater que la Chevrolet Corvette cabriolet de l'année 2002 est boudée par les voleurs. C'est à croire qu'il s'agit d'un mauvais cru par rapport aux autres millésimes! Pour ma part, je crois que l'explication est due au fait que ce modèle est plutôt rarissime sur nos routes.

Luoyang, une ville chinoise au riche patrimoine

ROBERT LANCIAULT



Le 24 décembre dernier, nous partions en train pour Luoyang. Après une attente interminable à la gare de Pingyao et un froid sibérien (- 20 degrés Celsius), nous sommes venus en aide à une mère écossaise et à ses deux enfants qui n'avaient pas la bonne date sur ses billets de train. La contrôleuse ne comprenait rien de rien des explications de l'infortunée.

Ma compagne a donc servi d'interprète et elle est venue à bout d'expliquer que cette dame avait demandé la date du 24 décembre pour se déplacer, mais qu'on lui avait donné des billets pour le 23. Donc, les billets n'étaient plus valides et elles devaient en acheter trois autres si elle voulait prendre le train, ce qui fut fait après maints arguments dans la gare de Pingyao qui était, soit dit en passant, chauffée à seulement 8 degrés Celsius (une belle façon de passer un réveillon de Noël).

Cinq minutes avant que le train arrive, on a fait sortir tous les passagers de la gare parce que le train n'arrêtait que deux minutes pour faire le plein de ces nouveaux clients. Le vent était vigoureux et froid et la jeune fille de la dame écossaise pleurait comme un bébé sur les quais. Elle n'était pas habillée pour un froid pareil. Nous lui sommes venus en aide en lui passant mon foulard et en essayant de la protéger le plus que possible de ce vent mordant.

PAYSAGE

À une heure du matin, le train est arrivé et nous avons enfin pu aller nous installer dans notre couchette à la chaleur confortable du wagon. Le coût du billet était de 163 yuans par personne (près de 25 dollars canadiens) pour un trajet qui dure dix heures et 30 minutes en tout, ce qui est une aubaine par rapport aux tarifs en vigueur au Québec.

Après une bonne nuit de sommeil, je me suis réveillé assez tôt pour contempler le paysage de la province du Henan qui est parsemé de plusieurs grottes taillées dans le roc et qui sert, encore aujourd'hui, aux paysans comme lieu de résidence.



Comme en témoigne cette photo, la ville de Luoyang a beaucoup à offrir aux visiteurs.

Situé à l'ouest de la province, Luoyang occupe une situation géographique importante. Elle est dans la portée moyenne du fleuve jaune et elle est encerclée par des montagnes et des plaines. La culture religieuse du passé a été riche et le taoïsme qui a été lancé dans cette région de la Chine a vu naître sa première installation de temples taoïstes et bouddhistes.

Le temple du cheval blanc est le premier temple bouddhiste et il est honoré comme le berceau du bouddhisme en Chine. Le temple de Shaolin, quant à lui, est le point d'origine du Bouddhisme de Zen et le berceau des arts martiaux.

Enfin, les grottes de Longmen, dont je vous parlerai dans une prochaine chronique, sont un exemple frappant de la spiritualité religieuse des Chinois de ce coin de pays.

PATRIMOINE

La ville de Luoyang est également un bel exemple de la protection du patrimoine

chinois et offre aux visiteurs l'opportunité de visiter une forteresse très bien préservée et restaurée. Elle était effectivement l'une des sept capitales qui a vu passer quelque 70 empereurs et neuf dynasties différentes. La ville doit son nom principalement à sa situation géographique. Luoyang se trouve en effet au nord de la rivière Luo, un affluent du fleuve Jaune. Son nom a changé à plusieurs reprises au cours du temps mais à l'origine c'était bel et bien Luoyang.

La ville est aussi connue comme étant la capitale des poètes car nombre d'entre eux ont pris l'habitude de s'y rassembler, d'où plusieurs travaux littéraires sont issus. Enfin, la ville de Luoyang a largement contribué au développement des inventions scientifiques de la Chine ancienne.

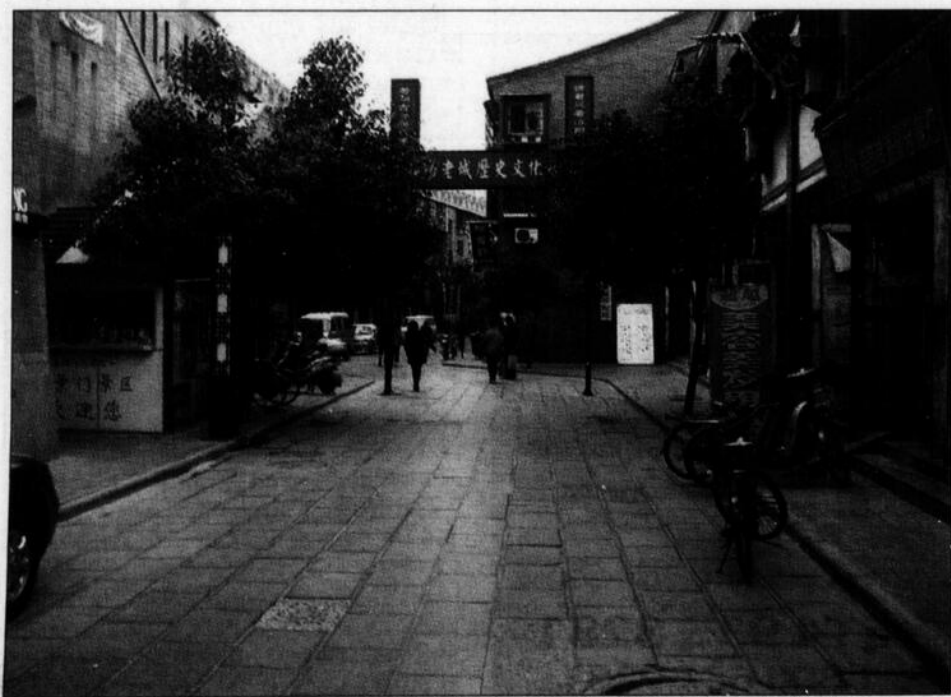
Quand elle était la capitale de la Chine en 192, elle était réputée pour être imprenable, mais malgré cela, elle a été détruite et la population fût décimée par des

armées qui sont venues du Nord.

Luoyang n'est plus qu'une petite cité d'un million et demi d'habitants avec, enclose dans une muraille de 4,5 kilomètres de pourtour. Elle a néanmoins conservé une atmosphère pittoresque. Il est très agréable d'aller se promener dans le quartier des marchands de lanternes et de céramiques parce qu'on y retrouve tout de l'artisanat local.

Aussi, Luoyang est restée la ville de la pivoine, fleur emblématique de cette dynastie. Les anciens textes précisent qu'il existait 90 variétés de pivoines. En 1949, une quarantaine seulement s'étaient perpétuées, mais aujourd'hui les responsables des jardins en présentent 110 variétés dont la plus précieuse est de couleur violet noir. Chaque année, en avril, les visiteurs se pressent dans les jardins publics pour en admirer la floraison.

La semaine prochaine: le Temple Shaolin. Mon adresse Internet est la suivante: RobertLanciault@gmail.com ■



La ville de Luoyang porte une attention particulière à son patrimoine.



Une scène de vie d'une autre époque!

WEEK-END

AUTOUR DU MONDE

Du vent dans les voiles et dans les oliviers

RAYMOND MARIER



Pourquoi sur mer se donner rendez-vous à terre? J'ai beau me dire que c'est difficile à respecter, que les éléments de la nature sont imprévisibles, que la mer, le vent et le temps ne se commandent pas, eh bien, nous avons quand même un rendez-vous à terre.

Nous devons aller chercher la fille de Pauline et son copain à l'aéroport d'Athènes. Nous n'avons pas assez de temps pour naviguer jusqu'à Athènes, à 300 Km de Koukounaries où nous nous trouvons actuellement. Nous choisissons de naviguer jusqu'à un port, d'y laisser le bateau et de louer une auto pour nous rendre à Athènes. Comme nous disposons de quelques jours de battement, nous en profiterons pour visiter la partie continentale du nord de la Grèce. Nos cartes marines nous suggèrent un endroit, Volos à 60 milles nautiques de notre baie bruyante.

Nous traversons le détroit de Stenon Skiatho, puis nous longeons la côte continentale jusqu'à l'entrée du golfe de Volos. Un bon petit vent trois quart arrière nous accompagne jusque dans le golfe de Volos où nous changeons de direction.

DE LA VOILE SPORTIVE

Le vent forcé on navigue au près serré avec une gîte de 35 degrés. On peut dire que ça, c'est de la voile sportive. Pauline adore et insiste pour barrer, ce qui demande de la concentration et de l'audace. Nous sommes surveillés et le bateau a tendance à partir au lof. La barreuse Pauline est très vigilante, elle anticipe les bourrasques et les vagues de différentes hauteurs. À l'occasion, elle se bat avec la barre pour



Pauline aime bien tenir la barre quand il vente assez fort et que le bateau gîte.

empêcher le bateau de partir au lof. Elle abat souvent pour mieux repartir. Les yeux fixés sur l'horizon, les bras tendus, les mains rivées à la barre, une jambe bien calée au fond du cockpit et l'autre sur le bord du banc bâbord, elle s'essuie rapidement les yeux pleins d'eau salée, elle sourit, elle jouit. Trop, c'est trop. Il faut prendre un ris dans la grand-voile et un autre dans le génois. Je pars le moteur, Pauline place directement le bateau dans la direction du vent et je winche pour faire rentrer une partie de la grand-voile sur son enrouleur. Pour le génois, Pauline, de sa main droite, laisse glisser doucement l'écoute et tient la barre de la main gau-

che pendant que je winche pour faire tourner l'enrouleur et rentrer une partie de la voile. Ouf! Les ris sont pris, c'est fait.

Le bateau s'installe, se redresse, devient plus confortable, gîte moins et garde la même vitesse. Nous contournons l'île de Trikeri, faisons le tour de la péninsule de Kotti et arrivons à Ormos Vathoudhi. Le mouillage est protégé des vents et des vagues par une île, une péninsule et la côte. Nous y découvrons un vrai petit lac, une protection totale avec des fonds de vase et sable entre 10 et 15 mètres. Nous trouvons facilement une place à l'ancre à travers les nombreux bateaux attachés à des «moorings».

Maintenant, il faut replacer le bazar à l'intérieur du bateau. Tout ce qui n'avait pas été bien calé se retrouve sur le plancher: cartes, livres, crayons, napperons, vêtements. Rien de cassé.

Nous devons faire sécher les coussins extérieurs, car les embruns et les déferlantes nous ont copieusement arrosés. On peut dire qu'on s'est amusés. À l'occasion, nous recherchons ces sensations produites en tentant d'utiliser les forces de la mer et du vent et tester notre résis-

tance et celle du bateau. C'est de la voile de gars, comme on le dit au Québec sur le lac Champlain. Dans cette baie, maintenant tout au repos, nous avons le temps d'entendre souffler le vent au-dessus de nos têtes et de regarder, fascinés, le paysage.

DES VAGUES DANS LES OLIVIER

J'adore ce paysage de montagnes plantées d'oliviers en bord de mer. Les oliviers sont placés en rangées assez espacées entre elles et en droite ligne. Dessous, la terre est nettoyée. Il n'y a pas d'herbe, pas de mauvaises herbes. Les arbres ne dépassent pas quatre mètres de hauteur et sont taillés en forme de parasol pour permettre à tous les fruits de mûrir. Je vois le reflet de la mer dans les branches des oliviers qui frémissent au vent. Plusieurs collines avec des orientations et des hauteurs différentes ressemblent fortement à la mer agitée que nous venons de quitter.

Ces montagnes d'oliviers tachetées de petites maisons blanches cubiques à toits et décorations rouge brique fascinent et hypnotisent. Vous voyez la couleur des feuilles d'oliviers au vent, c'est vert, avec un ton de vert-de-gris, reconnaissable parmi toute la gamme des coloris. Si vous avez en mémoire la couleur des feuilles de bouleaux au vent qui annoncent la pluie, c'est un peu comme ça. Un très beau paysage: une belle carte postale imprimée dans ma mémoire et non sur la pellicule. ■

WEEK-END

ALCOOL

Ne prends pas ton premier verre!

Des médecins spécialistes en alcoolisme nous affirment que l'effet du premier verre repose sur un fondement médical réel. C'est le premier verre qui déclenche, immédiatement ou plus tard, l'obsession de boire de plus en plus jusqu'à connaître à nouveau les problèmes causés par l'alcool.

«Si tu prends pas ce premier verre, tu pourras pas t'enivrer», et «un verre c'est trop mais vingt, n'est pas assez»: ce sont des expressions courantes chez AA.

Lorsque nous avons commencé à boire, nous ne prenions qu'un verre ou deux. Mais avec le temps, nous avons augmenté la quantité. Puis, plus tard, nous buvions de plus en plus, jusqu'à nous enivrer et pour certains d'entre nous, au point d'être toujours ivres. Si l'alcool nous affectait trop, nous tentions de réduire notre consommation ou de substituer des alcools forts à la bière ou au vin. Nous essayions de ne pas nous saouler et nous dissimulions aux autres la quantité consommée. Certains ont réussi à arrêter de boire pour un certain temps ou à ne prendre qu'un seul verre; ils se sont fait prendre au piège; car ce n'était qu'une illusion de croire pouvoir boire socialement en toute sécurité.

L'alcoolique, sous l'effet de l'euphorie provoquée par un, deux ou trois verres d'alcool, se croit capable d'en absorber un ou deux de plus sans danger. Et sans aucune intention d'en arriver là, il recommence à nouveau à abuser de l'alcool. De telles expériences répétées nous ont amenés à cette inévitable conclusion: si nous ne prenons pas ce premier verre, jamais nous ne nous enivrons. Maintenant nous savons que c'est cette solution-là qui est la bonne: «Ne prends pas ce premier verre».

RÉUNIONS

Si tu bois et veux continuer de le faire, c'est ton affaire! Si tu bois et veux arrêter, Alcooliqes anonymes peut t'aider. Compose le 450 347-6580 (ligne téléphonique des AA). L'adresse Internet du site officiel des AA du Québec est la suivante: <http://www.aa-quebec.org/>

Il y aura des réunions ouvertes le mardi à 12 heures, à Saint-Jean-sur-Richelieu, 200 A, rue Saint-Louis, suite 300; à Hemmingford, à 20 heures, 505, rue Frontière, entrée arrière; à Saint-Jacques-le-Mineur, à 20 heures, rue Renaud, au sous-sol de l'église; à Bedford, à 20 heures, au 14, rue Philippe Côté. ■

Merci de votre fidélité

SECURITE 180 INC.
COURTIER EN ASSURANCE-VOYAGE

Votre assurance voyage, nous la magasinons pour vous.

Marianne Maltais PRÉSIDENTE
Dany Maltais REPRÉSENTANTE

WWW.SECURITE180INC.COM
MONTREAL ET LES ENVIRONS
514 935 8281
CANADA ET PROS-LINES
1 800 681 9881

VOYAGES
Gohanne Rawson
Permis du Québec

224, rue Jean-Talon, Saint-Luc
450 359-1166

TOSCANE ET CROISIÈRE EN MER ADRIATIQUE
Départ : 12 septembre
Combiné 14 jours : circuit et croisière
Itinéraire de croisière : Venise, Dubrovnik, 1 journée en mer, Athènes, Ethèse, Naples, 1 journée en mer
Accompagné de Montréal
Inclus : tous les repas durant la croisière, 9 repas durant le circuit, plusieurs visites
Tarif «Réservez tôt» avant le 2 mai **3 889\$**

GRÈCE ANTIQUE AUX CYCLADES
Départ : 10 septembre
17 jours
28 repas
Tarif «Réservez tôt» avant le 2 mai **3 939\$**

FORT LAUDERDALE
Départ : 22 mai
Avion, hôtel, voiture 1 semaine **523\$**

ESPAGNE (COSTA DEL SOL)
Départ : 6 juin
Tout inclus
1 semaine **1 489\$** 2 semaines **2 039\$**

COSTA DEL SOL
COMBINÉ SÉJOUR ET CROISIÈRE
Du 5 septembre au 27 septembre
13 nuits d'hôtel en studio à Torremolinos
8 nuits de croisière (du 10 au 18 septembre)
en cabine intérieure
Navire de luxe, magnifiques ports d'escale
Tarif «Réservez tôt» avant le 31 mai **2 899\$**

LES ESCAPADES DE FRANCINE
450 347-9428
Tous les départs de Saint-Jean

LES MISÉRABLES
19 juin en soirée
Rangées J et K (parterre)
Billet pour les Misérables et autobus inclus
Réservé avant le 5 mai **135\$**

BATEAU MOUCHE
23 juillet
Croisière, souper 5 services et autobus inclus
Réservé avant le 5 juillet **135\$**

NEW YORK - FÊTE DU TRAVAIL
Du 4 au 6 septembre
Occ. double **379\$**
Occ. quad **329\$**

NEW YORK
Week-end de la Saint-Jean-Baptiste
25 juin
Occ. double **320\$**
Occ. quad **265\$**

Les prix n'incluent pas le fonds d'indemnisation des clients de 0,35% (ex. : 3,50\$/franche de 1 000\$) selon l'Office de Protection du Consommateur. Tarifs disponibles au moment de la publication.

ASTROLOGIE

WEEK-END

Les prévisions de la semaine avec
MADAME MINOU
514 521-8745

SEMAINE DU 22 AVRIL
AU 28 AVRIL 2010

BÉLIER

21 MARS AU 20 AVRIL

Vous vous rapprochez des gens qui ont compté beaucoup dans votre vie. Cela a beaucoup d'importance pour vous. Vous êtes très sensible à ce que l'on peut vous raconter.

TAUREAU

21 AVRIL AU 20 MAI

La planète Mars fait que vous êtes capable de mieux vivre et de mettre en évidence vos ambitions personnelles. Vous allez vers des choses extraordinaires.

GÉMEAUX

21 MAI AU 21 JUIN

Vous êtes sur le point de mieux pouvoir organiser votre vie au plan financier. Cela vous demande beaucoup de réflexion. Cependant, sachez que vous pouvez le faire avec succès.

CANCER

22 JUIN AU 23 JUILLET

La planète Vénus vous apporte beaucoup de bonheur et un grand désir de stabilité. Vous allez vers des choses qui vous placeront en évidence. Cela aura beaucoup d'impact sur vous.

LION

24 JUILLET AU 23 AOÛT

Vous aimez particulièrement votre vie à la maison. Vous voulez vivre dans un climat de douceur. Cela a beaucoup d'importance pour vous.

VIERGE

24 AOÛT AU 23 SEPTEMBRE

Vous êtes capable de mieux faire valoir vos opinions, surtout lorsque vous parlez avec la personne que vous aimez. Cela vous demande une grande rapidité au plan mental.

BALANCE

24 SEPTEMBRE AU 22 OCTOBRE

Vous savez ce que vous désirez accomplir et vous prenez les moyens pour que cela puisse se faire. Vous avez beaucoup d'amour dans votre personne.

SCORPION

23 OCTOBRE AU 22 NOVEMBRE

Vous pouvez être très aimé dans tout ce qui peut se présenter à vous. Vous êtes dans une période qui demande une attention particulière dans le domaine de vos amitiés.

SAGITTAIRE

23 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE

La planète Saturne vous apprend à mieux faire la part des choses pour ne pas vous blesser moralement. Vous pensez à des changements d'ordre professionnel.

CAPRICORNE

22 DÉCEMBRE AU 20 JANVIER

Dans un moment de grande hésitation, plusieurs choses ne se passent pas comme vous l'auriez désiré. Cependant, ne paniquez pas.

VERSEAU

21 JANVIER AU 18 FÉVRIER

Vous êtes très apprécié de ceux avec qui vous travaillez. Vous aurez un projet en commun et cela vous apportera beaucoup de réussite.

POISSONS

19 FÉVRIER AU 20 MARS

Vous pouvez aller vers des situations où vous aurez beaucoup à apprendre. Vous aimez constater que vous faites des progrès extraordinaires dans ce que vous vivez.

WEEK-END

PROFESSION: VÉTÉRINAIRE

À propos de la castration...

MARIE-CLAUDE DUVAL

veterinaire@canadafrancais.com



J'hésitais. Est-ce que j'allais m'embarquer, oui ou non, dans la rédaction d'un texte à caractère philosophique pour ma chronique de cette semaine. Dans la rédaction d'un article dont la teneur serait discutable. Eh bien, si vous lisez ces lignes, c'est que je l'ai fait.

Tout part d'un très récent séjour dans les Caraïbes. J'y ai fait la connaissance d'un charmant matou. Vous connaissez le bon vieux Tom O'Malley, des Aristochats? Le gentleman? C'était un chat de la même trempe. Bon, évidemment, j'en mets un peu mais somme toute, un bon chat, bien docile. Notre Tom avait un seul problème, et de taille, il n'était pas castré. Alors, à première vue, on pouvait croire qu'il était vieux ou qu'il souffrait de bien des maux: un œil vitreux, la peau galeuse, boiteux, les flancs creux...

En fait, l'unique source de tous ses symptômes était la trop grande quantité de testostérone dans son sang. Toutes ces traces étant des vestiges de combats avec d'autres vaillants mâles. Je pensais même qu'en castrant Tom, on arriverait à soigner indirectement toutes ses blessures puisque son style de vie se sédentariserait et que ses lésions pourraient enfin cicatriser et guérir.

CASTRÉ

Ayant quitté la maison depuis déjà plusieurs jours, je m'ennuyais pas mal de mes chats. Malgré cela, je n'envisageais pas prendre Tom dans mes bras; vous vous souvenez de sa peau galeuse? Et c'est un peu au courant de cette période que je suis arrivée à la réflexion suivante: je suis chanceuse de pouvoir vivre avec des chats castrés en compagnie desquels j'ai l'espoir de partager plus que deux ou trois belles années de vie.

Je suis pas mal certaine de ne pas les retrouver le visage démolé comme celui de Tom et de ne pas les savoir disparus un bon matin. Les chattes ayant leurs chaleurs de façon continue entre les mois de février et de juillet (pour la plupart), je crois qu'il est réellement utopique de penser domestiquer un chat non stérilisé allant à l'extérieur. Inévitablement, il disparaîtra pour conquérir une nouvelle femelle. En 14 ans de pratique, je n'ai souvenir d'aucun patient félin de dix, six ou même juste quatre ans n'étant pas castré; je ne sais pas si ça existe...



Tom, un chat que j'ai rencontré lors d'un récent voyage à Cuba. La castration lui aurait été d'une grande utilité.

RÉFLEXION

Ma réflexion déviait ensuite un peu. Je me sentais privilégiée de pouvoir leur appliquer régulièrement un produit contre les puces et ne pas avoir à me soucier de partager mon lit avec une de ces petites bêtes. Et ensuite de leur administrer un vermifuge et avoir la garantie de ne jamais faire de face à face avec un ver d'une des nombreuses familles de parasites que l'on rencontre au Québec. Les animaux qui vont à l'extérieur et qui chassent sont vraiment exposés à toute une gamme de bestioles que je souhaitais laisser à l'extérieur.

Après ces simples réflexions, j'en suis arri-

vée à faire une conclusion et c'est là que j'arrive sur un terrain glissant, surtout pour un vétérinaire. Ça m'amène à penser qu'avoir un animal de compagnie, dans un contexte chat mâle québécois qui va dehors, peut amener des dépenses à considérer dans un budget annuel. Et c'est un petit «luxe» de pouvoir intégrer cela dans notre budget. Voilà. Un luxe qui n'est pas donné à tous, surtout à nos presque voisins cubains. Bonne semaine.

Vous pouvez rejoindre mon équipe de la Clinique vétérinaire Mont-Saint-Grégoire et moi-même par téléphone au 450-347-7070. ■

WEEK-END

L'ÉGLISE D'ICI

Merci à tous nos bénévoles

Merci à tous les bénévoles de Saint-Jean-sur-Richelieu. Grâce à vous, la société se porte mieux. À la paroisse Saint-Jean-l'Évangéliste, nous comptons des centaines de personnes dévouées: aux comités de soutien, au conseil d'orientation pastorale, à l'assemblée de fabrique, au comité de liturgie et chorales, aux catéchètes bénévoles, à l'accompagnement des catéchumènes, à la formation des futurs mariés, à l'organisation de sessions de formation et des événements de spiritualité, à la vérification des textes à publier, à l'accueil des gens pour les référer, à l'animation d'une soixantaine de personnes inscrites à la Vie

Montante, au ménage et à l'entretien des lieux de culte, à la préparation des envois postaux, à la visite des malades en résidence et à domicile.

IMPLICATION

La majorité des résidences de la Ville de Saint-Jean-sur-Richelieu reçoivent des services pastoraux (30 résidences). Sachez que 250 personnes sont visitées en résidence (25 résidences de moins de 12 personnes) ou à domicile, que 875 personnes sont invitées à des célébrations eucharistiques, toutes les semaines ou presque et sur place, par les prêtres de l'équipe pastorale.

Avez-vous du temps? Pouvez-vous vous joindre à l'équipe qui rend service aux personnes à domicile dans le secteur de Saint-Gérard-Majella et de l'hôpital?

N'hésitez pas à me transmettre vos coordonnées en téléphonant au 450 346-8771, car quelqu'un vous attend.

Sylvie Brodeur, agente de pastorale sociale, familiale et aux aînés. ■



Ambulance, police, pompiers :	911
Sûreté du Québec (urgences) :	310-4141 (*4141 cellulaire)
Info-Santé :	811
CLSC-CHSLD Champanet de la Vallée des Forts :	450 358-2572
Croix-Rouge (urgence sinistres) :	1 877 362-2433
La ligne parents :	514 288-5555
Info-dépression :	1 800 268-0999
Tel-Jeunes :	514 288-2266
Protection de la jeunesse :	1 800 361-5310
Drogue - aide et référence :	1 800 265-2626
Centre de prévention du suicide du Haut-Richelieu :	450 348-6300
Maison Hina (femmes victimes de violence) :	450 348-1645
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
Gamblers Anonymes (GA) :	514 484-6666

EN CAS D'URGENCE

TOUS LES JOURS
NAVIGUEZ
RESTEZ INFORMÉ
RÉAGISSEZ

www.canadafrancais.com
LE PARFAIT COMPLÉMENT À VOTRE JOURNAL!

WEEK-END

NOS AÎNÉS

L'alimentation au coeur des préoccupations

MARIE-NOËLLE
L. PAQUETTE



La question est de plus en plus abordée dans les médias: l'alimentation pose souvent problème dans les centres hospitaliers de soins de longue durée du Québec. Trop peu d'aliments, trop peu de variété... Dans bien des cas, les repas proposés aux personnes hébergées en CHSLD ne répondraient pas adéquatement à leurs besoins nutritionnels. Nous en avons d'ailleurs déjà parlé à quelques reprises dans cette chronique.

Les journalistes de l'émission J.E. ont ramené la question à l'ordre du jour en présentant, la semaine dernière, un reportage sur les sommes consacrées quotidiennement à l'alimentation des aînés hébergés dans les centres du Québec. Ces sommes, qui varient considérablement d'un centre à l'autre, peuvent descendre aussi bas que 0,78\$ par repas (dans un centre de Lévis).

Le reportage de J.E. nous a appris qu'aucun prisonnier du Québec n'était nourri pour moins cher. En effet, les budgets alimentaires les plus bas en milieu carcéral se retrouvent à la Maison Tanguay et se chiffrent à 1,04\$ par

repas. Si on compare le CHSLD et la prison présentant les coûts de repas les plus bas, on note un avantage de 0,26\$ pour le milieu carcéral. 0,26\$, c'est, par exemple, un berlingot de lait ou un yogourt de plus par repas.

Les personnes en charge de l'élaboration des menus en CHSLD doivent faire preuve de beaucoup d'ingéniosité pour garnir adéquatement un plateau-repas avec des budgets aussi bas. Dans bien des cas, ils arrivent à jongler plutôt bien avec les imposantes contraintes qui sont les leurs. Toutefois, considérant le coût élevé, par exemple, de plusieurs aliments frais, il est évident qu'il faut couper quelque part.

HAUSSE DU BUDGET

Plusieurs spécialistes revendiquent une hausse de l'enveloppe budgétaire accordée à l'alimentation en CHSLD de même que l'instauration d'un système de vérification par lequel l'État pourrait s'assurer de la qualité de cette alimentation dans les différents centres.

Denise Ouellet, une professeure de l'Université Laval qui se spécialise dans la question de la malnutrition chez les personnes âgées hébergées, rappelle dans le reportage de J.E. que les administrateurs de CHSLD n'ont actuellement à rendre compte que des coûts. «Ils n'ont aucune obligation de résul-

tat, ils n'ont pas à démontrer qu'ils nourrissent bien leur clientèle», précise-t-elle. Nos voisins ontariens, eux, ont certaines obligations quant à l'évaluation périodique de l'état nutritionnel des aînés hébergés, et les centres doivent consacrer un minimum de 7,31\$ par personne et par jour à l'alimentation.

Différents organes du gouvernement doivent en principe travailler sur ce qu'ils ont nommé le Programme d'amélioration de l'alimentation dans les CHSLD, qui s'articule autour de deux axes, selon le cadre normatif: la formation du personnel des services ali-

mentaires et l'amélioration des services de nutrition clinique.

En principe, une amélioration de l'état nutritionnel des personnes hébergées devrait se traduire en une meilleure santé générale. Peut-on penser qu'un investissement majoré dans l'alimentation de ces personnes pourrait vite se rembourser à même les économies générées dans le système de santé?

Pour nous joindre: Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées (AQDR), téléphone: 450 357-9545; courriel: projet.aqdrhr@live.ca ■

WEEK-END

TRÉSORS DE FAMILLE

Les meubles venant d'ailleurs

MARIO WILSON



Dans l'ouvrage de Michel Lessard et Huguette Marquis Encyclopédie des antiquités du Québec (produit en 1971, quand même, on parle d'un classique ancien), plusieurs textes démontrent bien que certaines pièces de vaisselle venues d'ailleurs sont considérées comme faisant partie de notre patrimoine.

On invoque plusieurs raisons, notamment que les pièces de céramique produites en Écosse arborent des scènes québécoises, telles les chutes Montmorency ou la porte St-Louis de Québec.

Ces nombreuses importations des différentes parties de la Grande-Bretagne auraient pu envahir notre marché local depuis 1760, date de la Conquête, mais c'est véritablement la production industrielle de la fin du 19^e siècle qui favorisa cet arrivage massif sur notre continent et particulièrement chez nous, pays du Commonwealth. Les bateaux qui nous apportaient des produits de bonne qualité, prêts pour la clientèle du Nouveau monde, repartaient évidemment avec de la matière première afin de compléter cette boucle mercantile.

C'est ainsi que notre beau bois de chêne quittait le pays pour ensuite y revenir sous forme de meubles aux allures, disons-le, pas nécessairement de style québécois. Voyez cette table produite en Angleterre, très probablement avec notre chêne local et vendu ici pour les bourgeois qui avaient de belles grandes maisons à meubler. Cette table de travail, admirablement bien conservée jusqu'à aujourd'hui a subi une restauration mineure lorsque récemment, on solidifia par le dessous les différentes pièces de bois du dessus de la surface de travail.

C'est la planche de traverse, étant donné sa grande profondeur, qui nous permet de classer cette table à titre de table de travail et non de table console.



Pour un tel meuble, on peut espérer obtenir 800\$.

VALEUR

Les très importants renflements des supports de la table constituent des éléments qu'il est possible de retrouver aussi loin qu'en 1650 alors qu'un ébéniste du nom de Vredeman de Vries popularisa ce type de patte tournée si exubérante. Les menuisiers de tous les pays reprirent le modèle à titre d'ajout complétant une multitude de styles, particulièrement en Angleterre avec les pièces victoriennes de la fin du 19^e siècle.

Cette lourde pièce au teint foncé, bien caractéristique de cette époque, aura avantage à se retrouver dans une grande pièce comprenant des éléments de décoration quelque peu austère afin d'assurer un mariage cohérent avec l'époque de fabrication de la table de travail.

Malheureusement, ce meuble n'est pas nécessairement très en demande à cause de ses dimensions, de son origine et de son poids. Les antiquaires offrent ce type de meuble à des prix avoisinant les 800\$. Intéressant pour le clavier, l'écran et l'imprimant qui s'entassent peut-être actuellement sur un meuble de contre-plaqué, sans aucun style, au fond du sous-sol. ■

Pour célébrer

25 ans de
VISION

Montures
GRATUITES

Chaque semaine,
un nouvel
arrivage de
styles variés.



Lunettes solaires
à partir de:

49\$

sans prescription**

149\$

avec prescription***

lunetterie
NEWLOOK



25 ans de
VISION

St-Jean-sur-Richelieu
949, boul. du Séminaire N.
450 348-1155

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

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

*Cette offre est valide pour un temps limité sur une sélection de montures et s'applique à l'achat de lunettes complètes incluant des verres optiques avec traitement résistant aux rayures. **Taxes non incluses ***Cette offre s'applique à l'achat de lunettes solaires complètes avec des montures d'une valeur de 99\$ et moins incluant des lentilles optiques polarisées avec traitement résistant aux rayures. Elle est valide pour un temps limité et ne peut s'ajouter à tout autre rabais ou promotion. Montures à titre indicatif seulement. Détails en magasin. Michel Laurendeau, opticien

D^{re} Brigitte Martel et D^{re} Yen Vo, optométristes

- Grande disponibilité d'examen de la vue avec ou sans rendez-vous
- Salle d'optométrie dotée d'équipements des plus modernes



Contactez-nous
450 348-1156

En avril

CONCOURS JEUNES REPORTERS

ÇA BOUGE DANS MA RÉGION!

SPORTS . LOISIRS . PLEIN AIR . ETC.**3 IPOD TOUCH
À GAGNER!****3 MOIS
3 THÈMES
3 GAGNANTS****Participe en réalisant****un reportage photo ou vidéo****sur le thème proposé****LE CANADA
FRANÇAIS**
ÉDITION INTERNETTROUVE TOUS LES DÉTAILS SUR LE SITE INTERNET
CANADAFRANCAIS.COM