



Chef propriétaire

Chloé Ouellet

**AU PÂTURAGE –
ESPACES GOURMANDS**

à Sainte-Perpétue

Plaisirs pour les papilles

TERRE PROMISE

L'art de produire ses
propres semences



Des produits
Winterproof™
pour tous vos besoins

Pourquoi
rêvons-nous
de vivre près
d'un lac?

WINTER PROOF®

ANTIGEL POUR SYSTÈMES D'EAU



MULTIFONCTIONS

Garantie BurstGuard^{MC} -50 °C

- Gardez vos tuyaux à l'abri de la fissuration et de l'éclatement à des températures aussi basses que -50 °C.
- Formulation haute performance sans danger pour de nombreux types de tuyaux, y compris le plastique et le métal.
- Une application facile et votre chalet est protégé pendant toute la saison.
- Prêt à l'emploi



FABRIQUÉ PAR RECOCHEM INC.
ALLIÉ DE VOTRE PARCOURS



Disponible chez
Canadian Tire
ou visitez
winterproofprotects.ca



Diversification des cultures et conservation de semences anciennes

L'automne et le temps plus froid sont maintenant à nos portes. Prenez le temps de vous détendre en lisant ce nouveau numéro du magazine numérique *Vivre à la campagne*. Voici un résumé du contenu que nous avons préparé pour vous, chères lectrices et chers lecteurs!

La chef Chloé Ouellet, ayant participé à l'émission *Les Chefs!* en 2019, a ouvert il y a quatre ans *Au Pâturage - Espaces Gourmands* à Sainte-Perpétue, un village du Centre-du-Québec d'environ 1000 habitants. Morgane, la chef des cultures, y fait pousser plus de 300 variétés de végétaux et de plantes comestibles. La salle à manger du restaurant compte 55 places, tout comme la nouvelle terrasse. Volubile et passionnée, Chloé ne manque pas d'idées pour faire évoluer son restaurant, que vous découvrirez **en cliquant ici**.

Lyne Bellemare a publié son premier livre, *Terre Promise – L'art de produire ses propres semences*. Fondatrice de Terre Promise et conférencière, elle a été coordonnatrice du volet francophone des **Semences du patrimoine Canada** durant 10 ans. Passionnée de permaculture et de maraîchage écologique, elle s'intéresse à la conservation des semences de variétés anciennes, patrimoniales et rares. Vous aimez le jardinage? Ne manquez pas l'intéressante entrevue que nous avons effectuée, vous y trouverez une mine d'or d'informations et d'excellents conseils!

Denise Cloutier, présidente - directrice générale d'**Arrimage.com** - La voix de l'eau et vice-présidente de la Coalition Navigation, tente de répondre à la question « pourquoi rêvons-nous de vivre près d'un lac? ». Ensuite, Réal Larose vous a préparé un article pour profiter de la pêche cet automne afin de vous aider à capturer quelques espèces, dont le bar rayé, le doré, le brochet et l'achigan.

Vous pourrez vous familiariser avec la magnifique Montérégie en lisant quelques extraits choisis du guide *Ulysse Le Fabuleux Québec*. Vous en apprendrez notamment sur Chambly, Saint-Jean-sur-Richelieu et le Mont-Saint-Hilaire. **Cliquez ici pour participer au concours et courir la chance de le gagner.**

Nous avons testé quatre produits YETI qui pourraient vous intéresser : le sac à dos étanche Panga d'une capacité de 28 litres, la glacière solide Tundra 35, la chaise de camping Trailhead ainsi que la tasse Rambler de 414 ml. Vous souhaitez préparer pour l'hiver votre chalet, votre piscine creusée ou hors-sol, votre véhicule récréatif ou votre bateau, **découvrez les antigels Winterproof™** pour protéger vos systèmes d'eau.

N'oubliez pas de jeter un œil aux ruralités ainsi qu'aux suggestions de lecture. Je vous souhaite un bel automne ainsi qu'un bel hiver!

Bonne lecture!

Joani Hottel-Jean

{ Veuillez noter qu'à partir de 2023, le magazine numérique *Vivre à la campagne* sera publié deux fois par année. }



ZONE

ADRENALINE

La référence en sports motorisés

En ondes dès novembre sur

RDS

Zone Adrénaline met de l'avant
les 4 sports motorisés
les plus populaires au Québec!



MOTO



NAUTISME



QUAD



MOTONEIGE



Propulsée par



zoneadrenaline.ca





**LE LEADER EN PROTECTION
MÉCANIQUE DEPUIS 30 ANS**

**DEMANDEZ-LA À VOTRE CONCESSIONNAIRE
DÈS MAINTENANT**



WWW.GARANTIEAVANTAGEPLUS.CA



Lyne Bellemare. Crédit photo : Terre Promise.

Sommaire

VOL. 12 NO. 2

Mot de la rédactrice

3 Respecter la terre tout en diversifiant son alimentation

9 **Ruralités**

Suggestions de lecture

17 Livres à consulter sans modération

Gastronomie

22 Plaisirs pour les papilles

Un repas gastronomique
cinq services

Au Pâturage - Espaces Gourmands

Protéger

30 Des produits Winterproof™
pour tous vos besoins



Crédit photo : LuckyBusiness, iStock.



Crédit photo : Denise Cloutier.

Jardiner

- 38 Terre Promise
L'art de produire ses propres semences

Produits à découvrir

- 50 Voici quelques produits YETI pour les amateurs de plein air

Nature

- 60 Pourquoi rêvons-nous de vivre près d'un lac?

Pêche

- 68 Profiter de la pêche d'automne!

Tourisme

- 72 Magnifique Montérégie



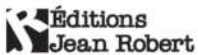
Mont Saint-Grégoire. Crédit photo : Tourisme Montérégie.

Service à la clientèle : Pour toutes questions concernant votre abonnement, veuillez contacter notre service aux abonnés : info@editionsjeanrobert.com

Président et éditeur	Jean Paré jpare@editionsjeanrobert.com
Directrice de publication	Renée Langlois rlanglois@editionsjeanrobert.com
Rédactrice en chef	Joani Hotte-Jean joani@editionsjeanrobert.com
Collaborateurs	Collectif d'auteurs Ulysse Denise Cloutier Réal Larose Winterproof™
Conception artistique	Marie-Claude Dubé
Infographie	Sandra Davidson
Correction-révision	Denis Dionne
Représentant des ventes	Jean Paré jpare@editionsjeanrobert.com

Exclusivité: Toute reproduction intégrale ou partielle du contenu éditorial de *Vivre à la campagne* est formellement interdite sans l'autorisation de l'éditeur.

Le magazine numérique *Vivre à la campagne* est publié deux fois par année par



50, boulevard Taschereau, local 140
La Prairie, Québec J5R 4V3
info@editionsjeanrobert.com

Dépôt légal
Bibliothèque et Archives nationales
du Québec
Bibliothèque et Archives Canada
ISSN 1923-1539

Photo en couverture : © Virginie Landry.



Vous souhaitez
annoncer dans
le magazine
*Vivre à la
campagne* ?

Contactez :

Jean Paré
jpare@editionsjeanrobert.com

Forêt nourricière au parc Lachance à Saint-Damien

La Municipalité de Saint-Damien et le comité Saint-Damien Territoire Nourricier ont inauguré le 23 juillet 2023 la forêt nourricière du parc Lachance.



Parc Lachance. Crédit photo : Joani Hotte-Jean.

Ce parc municipal est maintenant devenu un lieu éducatif, nourricier et récréatif. Le projet, débuté en juillet 2022, comprend plusieurs installations et deux aménagements paysagers comestibles :

- Le jardin d'Or comprend quatre carrés avec plus d'une trentaine de plantes vivaces et comestibles ainsi qu'une terrasse en pierres naturelles. Au centre, vous pouvez faire de la musique avec le tambour à main créé avec des matériaux recyclés.
- Le Jardin du Bord de l'Eau est agrémenté par un tunnel de kiwis nordiques qui sera magnifique dans quelques années. Vous pouvez vous promener dans les chemins afin d'explorer les différentes sections de plantes vivaces et comestibles ainsi que des plantes favorables aux berges.

Des panneaux informatifs permettent d'identifier les 40 plantes comestibles qui poussent dans le parc. Des modules de jeux en bois durables permettent aux petits comme aux grands de s'amuser. Le mobilier est composé quant à lui de plastique recyclé et de bois, cela inclut deux tables à pique-nique et une balancelle placée devant le lac Lachance.

Informations : www.facebook.com/stdamien.nourricier et st-damien.com

Expositions au Centre des sciences de Montréal

Deux nouvelles expositions, sur le thème de la nature, font leur entrée au Centre des sciences de Montréal, du 27 septembre 2023 au 24 mars 2024.

NATURE INSPIRANTE, TECHNO INSPIRÉE - Le biomimétisme et le transport est interactive, ludique et scientifique. Elle permet de découvrir comment les animaux et les plantes influencent la science et font avancer les technologies du transport. Lorsque les rêveurs, les créateurs et les chercheurs observent la nature et s'en inspirent, des concepts prometteurs, des idées fascinantes et des projets inspirants voient le jour. Une occasion unique de découvrir une dizaine de principes tirés de la nature et appliqués au monde du transport, présentés de façon dynamique par une trentaine de spécimens naturels et d'objets technologiques.

Une première au Canada : **Prix de la photographie humoristique sur la faune - l'exposition**. Il s'agit de 60 photographies tirées du concours annuel des Prix de la photographie humoristique de la faune qui prend forme avec une galerie photos par type d'habitat. Du loir d'Italie jusqu'au lion du Botswana, vous serez autant charmé que stupéfait. Le Canada possède également une faune très riche, car trois clichés gagnants d'animaux ont été pris en Ontario et au Manitoba. Saurez-vous les trouver?

Informations : www.centredessciencesdemontreal.com



Lancement des expositions en septembre 2023.
Crédit photo : Victor Diaz Lamich.

Succès pour la 19^e édition des Portes ouvertes Mangeons local



C'est dans une atmosphère chaleureuse qu'ont eu lieu le 10 septembre 2023 les Portes ouvertes Mangeons local un peu partout au Québec. De Saint-Narcisse en Mauricie jusqu'à Papineauville en Outaouais, environ 36 000 personnes ont visité l'une des 53 fermes participantes à l'événement. Ce chiffre porte à près de 2,6 millions le nombre de personnes ayant profité des Portes ouvertes depuis la toute première édition en 2003. De retour dans sa formule originale avec une date unique, cette activité a été un franc succès grâce au public qui était au rendez-vous.

Le reste de l'année, n'hésitez pas à utiliser l'application ***Mangeons local***, téléchargée plus de 57 000 fois jusqu'à maintenant, pour planifier des activités à la ferme. La carte géolocalisée propose 1 700 points de vente : marchés publics, kiosques à la ferme, bonnes adresses de restaurants Aliments du Québec au menu, microbrasseries, distilleries et vignobles. Un calendrier des événements agroalimentaires complète l'offre de sorties gourmandes. Les familles peuvent aussi poursuivre leur expérience avec le jeu vidéo ***Kasscrout***, créé par l'UPA, qui permet d'en apprendre davantage sur le chemin que parcourent les aliments, de la ferme à la table.

Informations : mangeonslocal.upa.qc.ca/portesouvertes



Portes ouvertes Mangeons local. Crédit photo : Simon Rancourt, UPA.

Protéger des espèces menacées dans les montagnes Vertes du Nord

Le 5 septembre 2023, l'honorable Steven Guilbeault, ministre de l'Environnement et du Changement climatique, a annoncé que **Corridor appalachien** recevra 2,19 millions de dollars au cours des trois prochaines années. Ce financement favorisera la protection et le rétablissement d'espèces en péril en réduisant les menaces qui pèsent sur elles et en améliorant leur habitat dans la région des montagnes Vertes du Nord, située dans le sud du Québec. Cet investissement, versé dans le cadre du programme des lieux prioritaires désignés par les collectivités, vient presque doubler le financement de 2,4 millions de dollars initialement octroyé entre 2019 et 2023 pour la première phase de ce projet.

Le projet consistera à faire de la protection et de la conservation d'habitats, à réduire les menaces qui pèsent sur la faune (dont des espèces en péril) et à accroître la collaboration avec les acteurs du milieu. L'aire naturelle des montagnes Vertes du Nord fait partie de l'une des plus grandes étendues de forêt tempérée relativement non perturbée au monde et abrite 26 espèces en péril, dont la grive de Bicknell, la tortue des bois, la salamandre pourpre, le monarque et le noyer cendré.



Mont Éléphant. Crédit photo : Charles Dion.

Votre lait : une nouvelle campagne à l'image des consommateurs du Québec

Pour souligner la qualité de la production laitière d'ici et ses standards de renommée internationale, Les Producteurs de lait du Québec (PLQ) dévoilent ***Votre lait : une nouvelle campagne***, mettant de l'avant les goûts et les valeurs des Québécois et Québécoises.

L'offensive propose de véritables commentaires d'amateurs inconditionnels du lait. Les Québécois et Québécoises pourront également retrouver le porte-parole Laurent Duvernay-Tardif, qui se manifeste par son apparition caméo sous le couvert de trois personnages surprenants.

Alors que les enjeux de société changent et que les choix des consommateurs évoluent, Les Producteurs de lait du Québec adaptent leurs pratiques de production pour répondre aux attentes et aux valeurs des consommateurs. Ils se sont d'ailleurs fixé une cible de carboneutralité ambitieuse ralliant l'ensemble des producteurs québécois. Sur le site web bonifié de la ***Famille du lait***, vous trouverez le plan d'action destiné à la qualité du produit, le respect de l'environnement et l'éthique qui façonne le travail des producteurs de lait au quotidien.



Crédit photo : Les Producteurs de lait du Québec.

Le Marché de Noël de L'Assomption soulignera en grand son 15^e anniversaire



L'édition 2023, qui se déroulera du 24 novembre au 23 décembre 2023, promet d'être festive à souhait! Ce sont 70 exposants, dont 25 % feront acte de présence pour la première fois au centre-ville de L'Assomption, qui seront présents ainsi que le porte-parole Stéphane Richard, qui sera de retour!

Délices de l'érable, spiritueux aromatiques, fromages fins, biscuits nappés de glaçage savoureux sont seulement quelques-uns des produits alimentaires de choix qui vous seront proposés! Sans oublier les livres inspirants, les vêtements et accessoires pratiques pour la famille, les objets de décoration, etc. Vous trouverez de tout pour vos cadeaux de Noël ou pour vous faire plaisir.

Cliquez ici pour savoir quand auront lieu les marchés de Noël 2023 au Québec!

Informations : www.marchedenoeldelassomption.ca



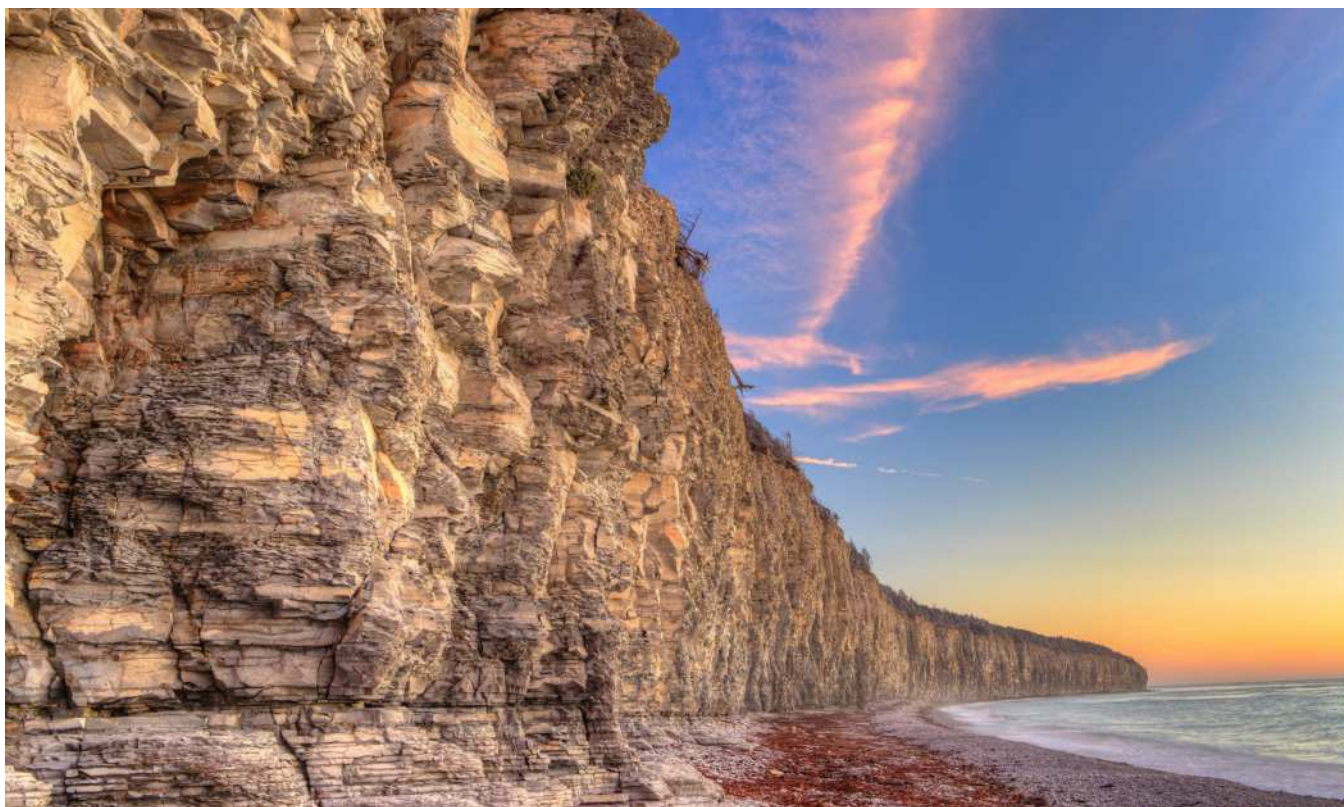
Crédit photo : Marché de Noël de L'Assomption.

Anticosti inscrite sur la Liste du patrimoine mondial de l'UNESCO

Le 19 septembre 2023, le Comité du patrimoine mondial de l'UNESCO a inscrit Anticosti, une île située dans le golfe du Saint-Laurent, au Québec, sur la Liste du patrimoine mondial. Avec une superficie totale de plus de 9 200 kilomètres carrés et un littoral qui s'étend sur plus de 550 kilomètres, Anticosti représente l'une des plus importantes successions stratigraphiques en épaisseur et le témoignage fossile le plus complet de la vie marine de l'époque qui s'étend sur plus de 10 millions d'années de l'histoire de la Terre il y a entre 447 et 437 millions d'années. Cet intervalle de l'histoire de la Terre n'était pas représenté, à ce jour, au patrimoine mondial de l'UNESCO.

L'inscription d'Anticosti en tant que site du patrimoine mondial comprend l'ensemble des couches fossiles exposées le long du littoral et des rivières Vauréal et Jupiter. L'ensemble est protégé de tout développement et d'activité industrielle, car il se trouve dans son intégralité dans un réseau d'aires strictement protégées constitué d'une réserve de biodiversité proposée, un parc national du Québec et deux réserves écologiques.

Informations : <https://whc.unesco.org/fr/list/1686>



Cap Ottawa, rivière Jupiter, municipalité de L'Île-d'Anticosti. Crédit photo : René Bourque.

Bilan de saison estivale 2023 : une bonne saison touristique qui reprend les allures de 2019 en Montérégie!

Tourisme Montérégie a dressé le bilan de sa saison touristique estivale 2023 qui s'est étendue du 1^{er} mai au 5 septembre. Selon les données recueillies, on observe un retour à la normale, avec des statistiques similaires à celles de 2019, une année qui avait été favorable. Du côté du taux d'occupation dans les hébergements de la région, les chiffres sont très positifs, avec une augmentation par rapport à 2019. Les mois de juin et de juillet ont notamment enregistré une hausse de 3 %. **[Cliquez ici pour consulter leur bilan estival.](#)**

Informations : www.tourisme-monteregie.qc.ca



Mont Saint-Hilaire. Crédit photo : Tourisme Montérégie.

Suivez-nous sur facebook!



DISPONIBLE MAINTENANT !

vivre à la campagne
Vivre à la campagne
@vivrealacampagneca · Magazine

[Afficher la boutique](#)

Accueil À propos Plus

J'aime Envoyer un message

À propos Tout afficher

Le magazine pour les gens qui vivent à la campagne ou qui aspirent à y vivre. Une mosaïque de la vie rurale mais aussi un guide pratique pour

Créer une publication

Photo/Vidéo Je suis là Identifier des amis

 facebook.com/vivrealacampagneca

Suggestions de lecture

Voici des suggestions de lecture diversifiées qui plairont à ceux qui souhaitent quitter la ville pour la campagne, en savoir davantage sur les champignons sauvages, les épices, les plantes, les forêts, les oiseaux, le jardinage en sacs ainsi que goûter à de nouvelles recettes de saumon.

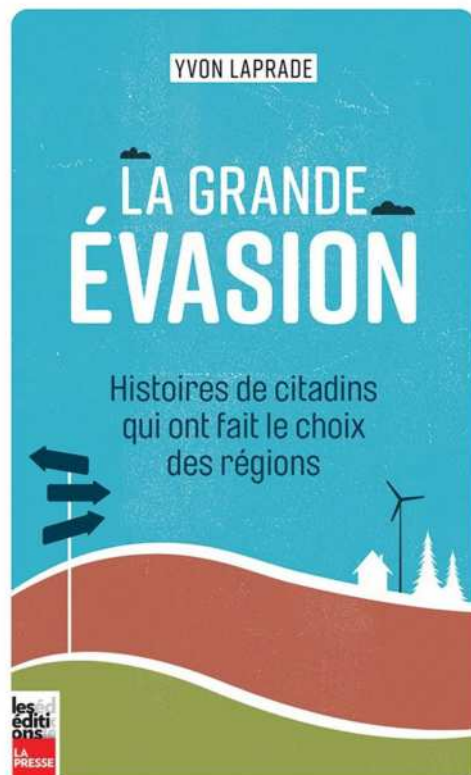


LA GRANDE ÉVASION

Histoires de citadins qui ont fait le choix des régions

Yvon Laprade, Les éditions La Presse, mars 2023, 240 pages, 29,95 \$ (papier) et 19,99 \$ (numérique)

Qui ne connaît pas un ami, un voisin, un proche parent qui a quitté la ville pour expérimenter un nouveau mode de vie au quotidien, hors des grands centres urbains? Qui n'a pas rêvé, un jour, de s'acheter un chalet au bord d'un lac, pour tendre sa ligne à pêche ou écouter le chant des oiseaux? L'auteur est allé à la rencontre d'une vingtaine de personnes ayant pris la clé des champs, dont MC Gilles, Richard Séguin, Marc Fournier et Fred Pellerin, pour comprendre ce qui les anime, tout en interrogeant des élus municipaux et des courtiers immobiliers pour mieux saisir ce phénomène migratoire.



Connaître, cueillir et cuisiner LES CHAMPIGNONS SAUVAGES DU QUÉBEC, 4^E ÉDITION

Matthieu Sicard et Yves Lamoureux, FIDES, août 2022,
448 pages, 29,95 \$ (papier)

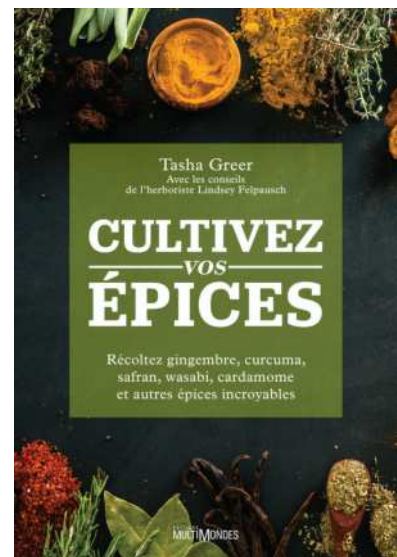
Ce guide, fruit d'une quarantaine d'années d'observations et d'études passionnées, vise à permettre l'apprentissage des rudiments de la mycologie afin de faciliter l'identification d'espèces parmi les plus communes et les plus appréciées pour leurs qualités gastronomiques. L'ouvrage est structuré selon trois grands thèmes : connaître, cueillir et cuisiner. Vous y trouverez, notamment, des nouvelles espèces et des descriptions détaillées ainsi qu'un palmarès des meilleurs champignons comestibles. Une bande élastique a été ajoutée pour garder le livre bien fermé ou pour l'utiliser comme marque-page.



CULTIVEZ VOS ÉPICES

Tasha Greer, Éditions MultiMondes, février 2023, 200 pages, 21,95 \$

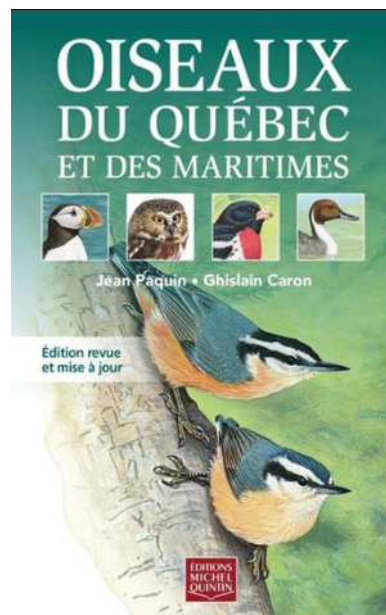
Cet ouvrage illustré vous accompagne pas à pas vers la création de votre propre jardin d'épices. Amateurs de gingembre, de poivre noir ou de paprika, connaissez-vous le wasabi, le tamarin ou le rocouyer? Apprenez à cultiver et à récolter vous-mêmes ces aromates. Une quarantaine d'épices du monde entier sont présentées avec des fiches détaillées vous expliquant comment les cultiver, les transformer et les consommer.



OISEAUX DU QUÉBEC ET DES MARITIMES, édition revue et mise à jour

Jean Paquin, illustrations de Ghislain Caron, Éditions Michel Quintin,
mars 2023, 280 pages, 34,95 \$ (papier, souple), 39,95 \$ (papier, carton)
et 24,99 \$ (numérique)

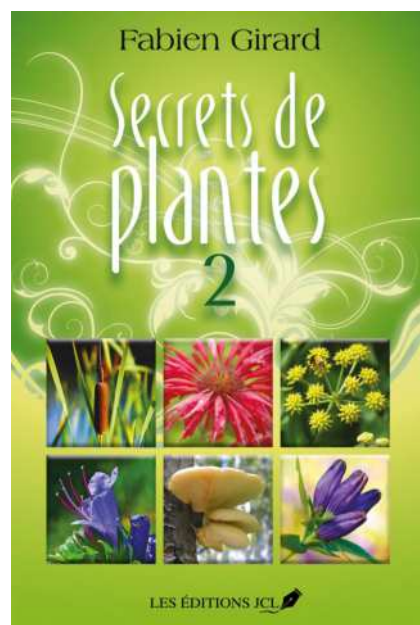
Voici une nouvelle édition pratique du compagnon essentiel pour l'identification des oiseaux. Rédigé par Jean Paquin, ancien rédacteur en chef du magazine *QuébecOiseaux*. Vous pourrez y dénicher toutes les espèces présentes au Québec et dans les Maritimes. Les illustrations de Ghislain Caron sont fascinantes de réalisme et permettent de bien identifier les oiseaux grâce à leur plumage. Les fiches d'identification sont claires et concises (plumage, vol, voix, habitat). De plus, la nomenclature et les cartes de répartitions ont été mises à jour.



SECRETS DE PLANTES 2

Fabien Girard, Les éditions JCL,
août 2022, 216 pages,
29,95 \$ (papier) et 21,99 \$ (numérique)

Passionné de la nature et communicateur averti, Fabien Girard possède l'art de transmettre les multiples secrets des plantes, des arbres et des arbustes de la forêt boréale. Biologiste de formation, ce chercheur ne cesse d'observer l'infinie richesse végétale du Québec dans le but de lui soutirer ses mystères les mieux gardés. Dans ce livre, il démystifie notamment la benoîte des ruisseaux, la quenouille à larges feuilles, la némopanthe mucroné, le sapin baumier et la savoyane.

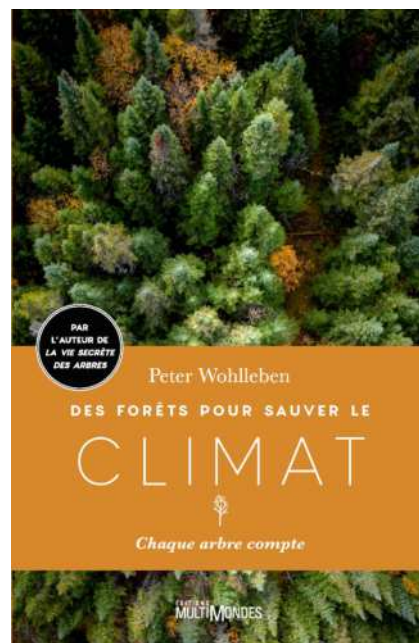


DES FORÊTS POUR SAUVER LE CLIMAT

Chaque arbre compte

Peter Wohlleben, Éditions MultiMondes,
avril 2023, 272 pages, 24,95 \$ (papier)

L'auteur de *La vie secrète des arbres* écrit sur l'avenir des forêts au temps du réchauffement climatique dans son plus récent livre, dans lequel il effectue une déclaration d'amour aux arbres et aux forêts de la Terre. Depuis des millions d'années, les espèces d'arbres ont réussi à traverser tous les changements climatiques qu'a subis la planète, incluant des sécheresses et des épisodes de chaleur intense. Ce n'est malheureusement pas le cas des forêts aménagées. Leur gestion actuelle, conjuguée à des pratiques de reboisement inappropriées, vise uniquement à augmenter la récolte de bois et il est impératif de repenser cette façon de faire.



CRÉEZ UN POTAGER EN SACS

Spécial balcon, terrasse et ruelle

Kevin Espiritu, Éditions MultiMondes, mars 2023, 176 pages, 23,95 \$ (papier)

Vous avez peu d'espace pour aménager un potager? Cultivez en sac! Cela optimise la production potagère en permettant d'obtenir une récolte abondante et savoureuse. Économique, écologique, pratique et décoratif, ce mode de culture facilite le jardinage et le rend accessible à tous. Dans ce livre rempli d'images inspirantes, l'auteur vous guide étape par étape depuis le choix du sac jusqu'à la cueillette, en passant par la plantation, la fertilisation et l'entretien. Vous y trouverez de multiples projets à réaliser vous-même, comme la couture d'un sac de culture et la construction de supports pour les plants.



PASSION SAUMON

Geneviève Everell, Goélette, janvier 2023, 224 pages, 29,95 \$ (papier) et 20,99 \$ (numérique)

Avec audace et créativité, la cheffe Geneviève Everell propose près d'une centaine de recettes savoureuses et originales à partir d'un ingrédient vedette : le saumon. Rassemblant des tartares, des soupes, des rouleaux, des dumplings, des salades et bien plus encore, il y en a pour tous les goûts. Réparties dans plusieurs sections, nommées de manière humoristique et amusante, telles que Bouchées de l'Atlantique, Saummum de ton matin et Saumon du réconfort, les recettes réinventent les classiques du saumon tout en suggérant des recettes inédites et hautes en couleur!

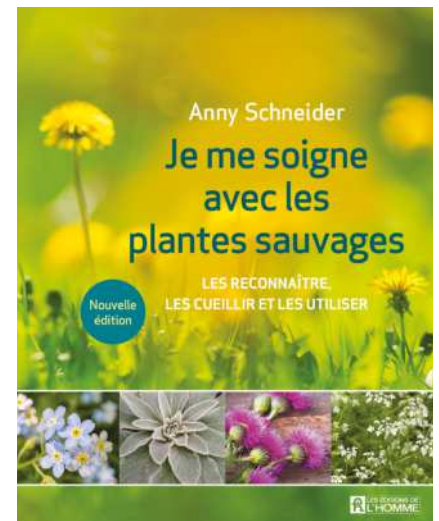


JE ME SOIGNE AVEC LES PLANTES SAUVAGES

Les reconnaître, les cueillir et les utiliser

Anny Schneider, Les Éditions de l'Homme, mai 2023, 304 pages, 32,95 \$ (papier) et 23,99 \$ (numérique)

La médecine avec les plantes connaît actuellement un renouveau. Saviez-vous que vous pouvez les utiliser pour traiter des blessures et des infections, calmer les douleurs et renforcer votre système immunitaire? Dans ce livre mis à jour abondamment illustré, l'herboriste-thérapeute Anny Schneider vous apprendra à les reconnaître, à les cueillir et à conserver leurs principes actifs pour en faire des remèdes naturels, simples, efficaces et peu coûteux. Vous y trouverez les portraits de 80 plantes sauvages médicinales naturalisées les plus répandues dans le sud-est du Canada, comme l'achillée millefeuille, l'euphrase et le pourpier.



PLAISIRS POUR LES PAPILLES



Chef propriétaire Chloé Ouellet,
Au Pâturage – Espaces Gourmands.

Un repas gastronomique cinq services
Au Pâturage – Espaces Gourmands

PAR JOANI HOTTE-JEAN

Le 14 juin 2023, je me suis rendue à Sainte-Perpétue au Centre-du-Québec en autobus scolaire à partir de Montréal (que de souvenirs, merci à Danielle, la chauffeuse) avec un groupe de journalistes pour découvrir Au Pâturage – Espaces Gourmands! Ce restaurant, anciennement un théâtre d'été, existe depuis quatre ans dans ce village comptant environ 1000 résidents grâce à la chef propriétaire Chloé Ouellet. Ce prénom et ce nom vous disent quelque chose? Elle a participé à l'émission *Les Chefs!* en 2019. Originaire de la Gaspésie, celle-ci a commencé sa carrière à Matane à la plonge dans un restaurant avec une poissonnerie affiliée, puis elle a travaillé en cuisine où elle a eu la piqûre. Cela l'a poussée à entreprendre des études à l'École Hôtelière, puis à travailler à Québec, dont Chez Boulay. Ensuite, elle a quitté le pays pour travailler en France. À son retour, elle a créé sa propre entreprise de traiteur, puis ouvert une poissonnerie à Drummondville qui fut un succès. Elle l'a d'ailleurs vendue dernièrement.





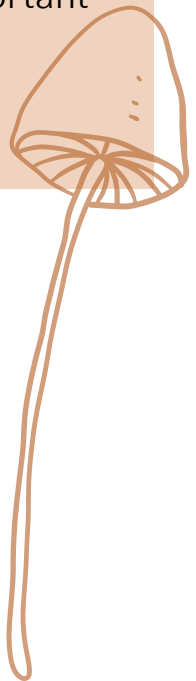
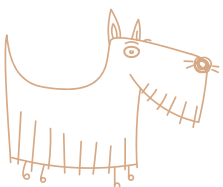
L'équipe du restaurant Au Pâturage – Espaces gourmands à Sainte-Perpétue. De gauche à droite : Victor Dass, Michael Lambert, Raphaël Oudet, Chloé Ouellet, Édouard Mesadieux, Jade Bouchard, Julien Papineau et Morgane Clément.

Très humble, Chloé a rapidement expliqué que sans son équipe (habillée de beaux chandails avec des champignons), le restaurant Au Pâturage – Espaces Gourmands n'existerait pas, puisqu'il est impossible de tout faire seul : être à la cuisine, servir les clients, s'occuper du potager, etc. Elle nous a présenté Mike, qui y travaille depuis trois mois et qui partage sa vision de la gastronomie. « Nous souhaitons démocratiser et *dépincer* la haute gastronomie, s'amuser, transmettre notre plaisir aux gens, tout en les sortant de leur zone de confort. » En effet, l'équipe met de l'avant des produits québécois, dont des vins, que sa clientèle diversifiée n'est pas nécessairement habituée de goûter.

Pourquoi choisir le nom *Au Pâturage*?

Au printemps, lorsque les vaches sortent à l'extérieur pour se rendre au pâturage, elles sont contentes et surexcitées. En choisissant ce nom, Chloé souhaitait que ses clients vivent une expérience similaire en prenant un repas à son restaurant : qu'ils aient le sourire, qu'ils relaxent... et qu'ils aient envie de revenir!

Chloé et son équipe adorent les chiens et ceux-ci sont les bienvenus sur la terrasse!





La salle à manger du restaurant compte 55 places, tout comme la nouvelle terrasse qui comprend un four au bois traditionnel qui permet de cuisiner à l'extérieur quand la température est clémente. Les gens peuvent prendre place dans la salle à manger à l'intérieur OU à l'extérieur. La terrasse donne sur un magnifique terrain avec un coin pour se rassembler autour d'un feu et prendre un digestif, vous pouvez aussi y observer les plates-bandes comestibles avec notamment de l'oseille et du romarin ainsi que des jardinières de fraises blanches, les vignes qui poussent et la serre. En marchant un peu, vous apercevrez les jardins qui s'étendent sur trois acres où plus de 300 variétés de végétaux et de plantes comestibles poussent cette année. Il y a peu de temps, ils ont installé



des tunnels, notamment pour cultiver des cucurbitacées, comme les melons et les concombres. Tous ces efforts leur permettront d'être autonomes en fruits et légumes pour une bonne partie de l'année (l'objectif serait d'éventuellement de l'être pour toute l'année).

La serre a été montée l'année dernière. Elle sert notamment à cultiver en serre froide au printemps et à l'automne. Il s'agit donc de la deuxième année de culture en serre et l'équipe est en recherche et développement pour savoir comment tout transformer pour conserver ses récoltes (fermentations, conserves, etc.). La saisonnalité implique de créer des menus rapidement





selon les disponibilités. Morgane est la chef des cultures. Dans la serre, il y a des tomates, des aubergines, des poivrons, des fines herbes et des fleurs pour éloigner les insectes nuisibles. Des champignons sont aussi cultivés pour la première fois, dont des pholiotas adipeux, des pleurotes jaunes, des crinières de lion et des shiitakes, pour éventuellement les déshydrater, puis du safran sera aussi séché à l'automne. Chaque parcelle du jardin peut servir à deux cultures. Il s'agit de bien planifier les implantations pour ne pas que toutes les récoltes arrivent au même moment.

Voici le menu de cinq services,

qui était en fait de sept services, qui nous a été présenté :

1 Huître Belle du jour du Nouveau-Brunswick et mignonnette à l'argousier de Les baies de l'amour de Saint-Edmond-de-Grantham.

2 Gravlax d'omble chevalier de la Gaspésie, crème d'épinards, vinaigrette avec sept herbes et chips de pommes de terre du jardin.

Alcool : Aube à l'Est, Domaine L'Espiegle, Dunham.

3 Salade de rabioles et légumes du jardin, pesto de roquettes avec des fraises provenant de la Fraisière Sainte-Perpétue.

Alcool : Force Céleste, Johan H. Meyer, Afrique du Sud

4 Tartare de Wapiti provenant de la Ferme le Roy du Cerf à Sainte-Perpétue, champignons marinés, ricotta maison, estragon et tuile de tournesol.

Alcool : Achillée #7, Robin - Bière Naturelle, Waterloo.





5 Focaccia maison confectionnée au four à pain au kimchi (choux récoltés l'année dernière), beurre aux champignons lactaires et beurre à la fleur de ciboulette.

6 Flétan de la Gaspésie, crème d'asperges de Sainte-Brigitte-des-Saults, vierge rhubarbe et argousier, tatsoi du jardin et livèche.

Alcool : Old Vine Rosé, Stirm Wine, États-Unis.

7 Parfait glacé aux camerises (Les baies de l'amour à Saint-Edmond-de-Grantham), confiture de camerises fraîches, fleur de sauge et caramel d'érable.

Alcool : Je suis bleu-tiful, Cidre Maline, Dunham.



Tout était délicieux, savoureux et harmonieux. Les présentations étaient magnifiques, les accords mets et vins ont été savamment choisis pour titiller les papilles. Manger Au Pâturage - Espaces Gourmands, c'est une expérience à vivre au moins une fois dans sa vie... et possiblement que vous voudrez y retourner si votre portefeuille vous le permet!

Volubile et passionnée, Chloé ne manque pas d'idées pour faire évoluer son restaurant. Accessible, elle adore discuter avec ses clients. Dans le futur, elle aimerait même offrir de l'hébergement aux personnes qui voudraient prolonger leur séjour à Sainte-Perpétue. Je lui souhaite bonne chance dans tous ses projets futurs!

TERRASSE OUVERTE À COMPTER DE LA MI-MAI,
SALLE À MANGER OUVERTE À L'ANNÉE.

HORAIRE

Jeudi soir pour l'apéritif et menu à la carte (20 à 40 \$)
ou 3 services pour 40 \$.

Vendredi et **samedi** soir pour le menu 5 services à 85 \$ avec accords alcoolisés + 55 \$ (menu végétarien disponible).

Samedi, dimanche dès 10h pour le brunch entre 20 \$ et 30 \$.

*Possibilité de prendre l'apéro et des bouchées dans le champ en déboursant un surplus de 25 \$.



Au Pâturage
- Espaces Gourmands
2581, rang Saint-Joseph,
Sainte-Perpétue,
QC J0C 1R0
Site internet :
www.aupaturage.com

À lire en lien avec cette nouvelle : **[Au Pâturage - Espaces gourmands - Quand la ferme et la table s'assemblent : la table gastronomique hyperlocale qui fait briller le Centre-du-Québec](#)**

Des produits Winterproof™ pour tous vos besoins



Crédit photo : LuckyBusiness, iStock.

Que vous soyez propriétaire d'une maison à la campagne, d'un chalet, d'une piscine creusée ou hors-sol, d'un véhicule récréatif ou d'un bateau, il existe un antigel Winterproof™ pour protéger vos systèmes d'eau. Cette marque canadienne existe depuis près de sept ans et souhaite vous offrir une paix d'esprit pour protéger le rêve de votre vie.

PAR WINTERPROOF™



**WINTER
PROOF.**

ANTIGEL POUR SYSTÈMES D'EAU

La formule de l'antigel pour systèmes d'eau multifonctions WinterProof™ est conçue pour de multiples applications, capables de protéger plusieurs types de tuyaux, comme les tuyaux en métal et en plastique, et offre un pouvoir lubrifiant amélioré.



Crédit photo : CatLane, iStock.

Cependant, si vous souhaitez une protection optimale pour un bien particulier, WinterProof™ offre différentes solutions d'antigel conçues spécifiquement pour les piscines avec des agents antimicrobiens, pour les bateaux avec une formule ininflammable à base de glycol ou pour les VR avec des agents anticorrosion.

Les produits Winterproof™ ont été fabriqués et testés au Canada, ils sont donc conçus pour affronter nos hivers rigoureux et leurs extrêmes. Toutes les formules sont prêtes à l'emploi et ne doivent pas être diluées avec de l'eau.



Crédit photo : AleksandarNakic, iStock.

MULTIFONCTIONS

Protégez votre maison ou chalet contre l'éclatement de tuyaux et de conduites d'eau afin de pouvoir profiter de votre feu de camp, et non de payer des factures coûteuses.

- Protection totale du système d'eau.
- Prévention contre l'éclatement des conduites d'eau.
- Sans danger pour les tuyaux en plastique et en métal.
- Lubrifie les conduites d'eau, les tuyaux et les joints.

Comment préparer votre chalet pour l'hiver?

1. Vidangez complètement le système d'eau.
2. Commencez avec la plomberie intérieure.
3. Ouvrez les robinets de vidange et assurez-vous que tous les robinets (à l'intérieur et à l'extérieur) sont ouverts.
4. Fixez un compresseur d'air à la vanne de vidange.
5. Vidangez le réservoir sous pression / à gravité et le réservoir d'eau chaude.
6. Versez le produit dans les conduites d'eau douce à travers le système de pressurisation ou en retirant les tiges de robinet.
7. Si vous avez une pompe submersible, laissez-la dans l'eau pendant l'hiver.
8. Préparez la toilette pour l'hiver.
9. Préparez la douche pour l'hiver.





Crédit photo : Orbon Alija, iStock.

PISCINE CREUSÉE

Rien ne ruine plus les plans de fête dans la piscine que des fissures dans vos conduites d'eau, vos drains et votre filtre de piscine. L'antigel pour systèmes d'eau WinterProof™ pour piscines offre une protection complète.

- Protection totale du système d'eau.
- Prévention contre l'éclatement des conduites d'eau.
- Prévention contre la rouille ou la corrosion des tuyaux et du matériel de piscine.
- Sans danger pour les tuyaux en plastique et en métal.
- Lubrifie les conduites d'eau, les tuyaux et les joints.



Comment préparer votre piscine creusée pour l'hiver?



1. Nettoyez toutes les surfaces de la piscine.
2. Vérifiez la chimie de l'eau et équilibrez le pH.
3. Faites un lavage à contre-courant du filtre pour le nettoyer.
4. Vidangez le système d'eau et de plomberie complètement. Assurez-vous de vidanger aux deux bouchons sur les pompes (un sur la passoire et un sur l'impulseur).
5. Abaissez le niveau d'eau sous les retours.
6. Soufflez toute l'eau des tuyaux à l'aide d'un compresseur d'air ou de l'aspirateur côté soufflage.
7. Après le drainage des conduites, bouchez les ouvertures d'entrée dans la piscine (des bouchons sont vendus dans les magasins de piscine).



8. Versez le produit dans la conduite d'eau de la piscine. Ajoutez le produit jusqu'à ce que la couleur soit visible aux points de remplissage. (Utilisez le même processus pour les conduites d'écumoire.)
9. Fermez le système de filtrage.
10. Vidangez le chauffe-eau.
11. Couvrez la piscine.

VÉHICULE RÉCRÉATIF

Reprenez la route plus rapidement! Protégez votre VR contre l'éclatement de tuyaux et de conduites d'eau avec WinterProof™.

- Protection totale du système d'eau.
- Prévention contre l'éclatement des conduites d'eau.
- Sans danger pour les tuyaux en plastique et en métal.
- Sans danger pour les systèmes d'eau portables.
- Lubrifie les conduites d'eau, les tuyaux et les joints.



Comment préparer votre véhicule récréatif pour l'hiver?

1. Vidangez le système d'eau complètement.
2. Retirez le bouchon ou le robinet de vidange pour vider le réservoir d'eau douce.
3. Ouvrez les robinets pour drainer l'eau des éviers de la cuisine et de la salle de bain, de la baignoire et des toilettes.
4. Assurez-vous de fermer le chauffe-eau.
5. Vidangez le chauffe-eau. Relâchez la pression et retirez la poignée d'anode.
6. Appliquez du ruban teflon sur le filetage. Réinsérez la tige d'anode.
7. Raccordez le tuyau d'égout. Vidangez les réservoirs d'eau noire et d'eau grise.
8. Repérez le chauffe-eau et retirez les panneaux d'accès.
9. Fermez les vannes d'eau froide et d'eau chaude.
10. Repérez le réservoir d'eau douce et le tube d'aspiration de la pompe.
11. Fermez la vanne du réservoir d'eau douce. Ouvrir la valve d'aspiration du tuyau de la pompe.
12. Allumez la pompe pendant 15 secondes.
13. Fermez tous les robinets dans la cuisine et la salle de bain.
14. Versez le produit dans la conduite d'eau à travers le système de mise sous pression ou en enlevant les tiges du robinet. Ajoutez le produit jusqu'à ce que la couleur apparaisse aux points de vidange. Assurez-vous que tous les tuyaux de branchement sont traités.
15. Activez les robinets jusqu'à ce que l'antigel apparaisse.
16. Versez l'antigel pour systèmes d'eau de VR Winterproof™ dans les drains de cuisine et de douche/baignoire.



Crédit photo : Skynesher, iStock.

BATEAU



Maintenez votre bateau à flot avec l'antigel pour systèmes d'eau WinterProof™, une solution spécialement formulée pour les bateaux.

- La formule ininflammable vous protège, vous et votre bateau, même pendant que le moteur tourne.
- La formulation haute performance maintient vos conduites d'eau et vos tuyaux lubrifiés et à l'abri de la condensation.
- Des inhibiteurs de corrosion de qualité supérieure éloignent la rouille et prolongent la durée utile des conduites d'eau de votre bateau.
- Polyvalent et efficace pour une utilisation dans des tuyaux en plastique et en métal.
- Une seule application et votre bateau est protégé contre la fissuration et l'éclatement pour la saison hivernale.



Comment préparer votre bateau pour l'hiver?

1. Nettoyez votre bateau.
2. Vidangez et changez l'huile ainsi que le filtre à huile.
3. Changez l'huile pour engrenages de l'unité inférieure.
4. Stabilisez votre carburant.
5. Utilisez une huile de remisage sur les cylindres et appliquez votre antigel Winterproof pour systèmes d'eau pour bateau.
6. N'entreposez pas vide.



Crédit photo : Jacoblund, iStock.

Garantie

Tous les produits Winterproof™ comprennent la technologie de garantie BurstGuard™ -50 °C qui offre une formulation de pointe avec une protection supérieure contre la rouille, la corrosion, la fissuration et l'éclatement.

Vous obtiendrez jusqu'à un an de protection à partir de la date d'achat contre tout éclatement et toute fissuration de tous les systèmes de tuyauterie jusqu'à -50 °C lorsque l'antigel est utilisé selon le mode d'emploi sur l'étiquette. Celui-ci fonctionnera comme promis ou votre achat sera remboursé.



Bon à savoir

Votre bouteille d'antigel WinterProof™ est restée dans votre garage alors que la température a baissé sous zéro degré Celsius et le produit a épaissi et ressemble à de la *slush*? Cela est tout à fait normal puisqu'il effectue son travail, soit de ne pas geler; il redeviendra liquide lorsque la température se réchauffera.

Pour en savoir davantage au sujet des produits Winterproof™, visitez le <https://winterproofprotects.ca/fr/>.



TERRE PROMISE

L'art de produire ses propres semences

PAR JOANI HOTTE-JEAN

Lyne Bellemare. Crédit photo : Terre Promise.

Lyne Bellemare publie son premier livre, *Terre Promise — L'art de produire ses propres semences*. Elle est la fondatrice de Terre Promise, conférencière et a été coordonnatrice du volet francophone des *Semences du patrimoine Canada* durant 10 ans. Passionnée de permaculture et de maraîchage écologique, elle s'intéresse à la conservation des semences de variétés anciennes, patrimoniales et rares.



Vous souhaitez vous rapprocher de l'autosuffisance alimentaire? Vous y trouverez des techniques pour prélever et conserver vos propres semences pour le potager, de l'extraction des graines à l'art de la pollinisation manuelle, en passant par l'entreposage et la conservation des semences artisanales. Une quarantaine de fiches techniques ont été créées; celles-ci sont agrémentées de tableaux et d'informations pour tout savoir sur la variété choisie, soit sur son origine, sa description, sa maturité, sa récolte, son séchage, son nettoyage et son entreposage, sans oublier le truc de la semencière. Celui-ci inclut également les histoires du pois Saint-Hubert, de la sarriette Ancienne d'Acadie, des tomates Petit moineau et Mémé de Beauce ainsi qu'un aide-mémoire des variétés, un calendrier des récoltes et un glossaire pour vous familiariser avec le vocabulaire horticole. Le tout est complété par les magnifiques illustrations botaniques de l'artiste Laucolo, engagée dans la souveraineté alimentaire. La préface de l'ouvrage est signée par l'horticultrice Mélanie Grégoire. Comme elle le mentionne si bien : « Les informations contenues dans cet ouvrage sont précieuses. À ce jour, peu de livres offraient une connaissance aussi technique et *terrain* de la culture des semences. »

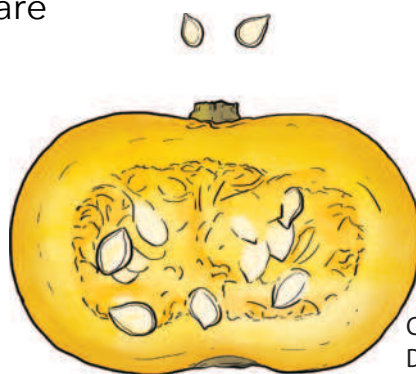


Mélanie Grégoire.
Crédit photo : Studio
Anne Image.

75 % des variétés de plantes qui servaient à notre alimentation ont disparu au cours du dernier siècle. Il est donc le temps de refaire de la récolte des semences une priorité afin d'assurer sa survie alimentaire et de résister contre l'industrie qui cultive souvent des variétés bien adaptées au transport, mais moins goûteuse.

« Comme la plupart de nos variétés ancestrales ont disparu au fil du temps, j'ai compris qu'il était important de faire en sorte de les partager afin d'éviter qu'elles ne sombrent dans l'oubli. J'ai aussi réalisé que cultiver des variétés ancestrales permettait de développer des variétés plus résistantes aux aléas climatiques et aux maladies. De plus, des variétés plus adaptées demandent moins d'arrosage et moins d'intrants chimiques comme les engrais de synthèse et de pesticides. » – Lyne Bellemare

Entrevue avec Lyne Bellemare



Crédit photo : Laurence Deschamps-Léger (Laucolo).

VALC : Auriez-vous des conseils à donner aux jardiniers débutants qui souhaitent commencer à récolter leurs propres semences ?

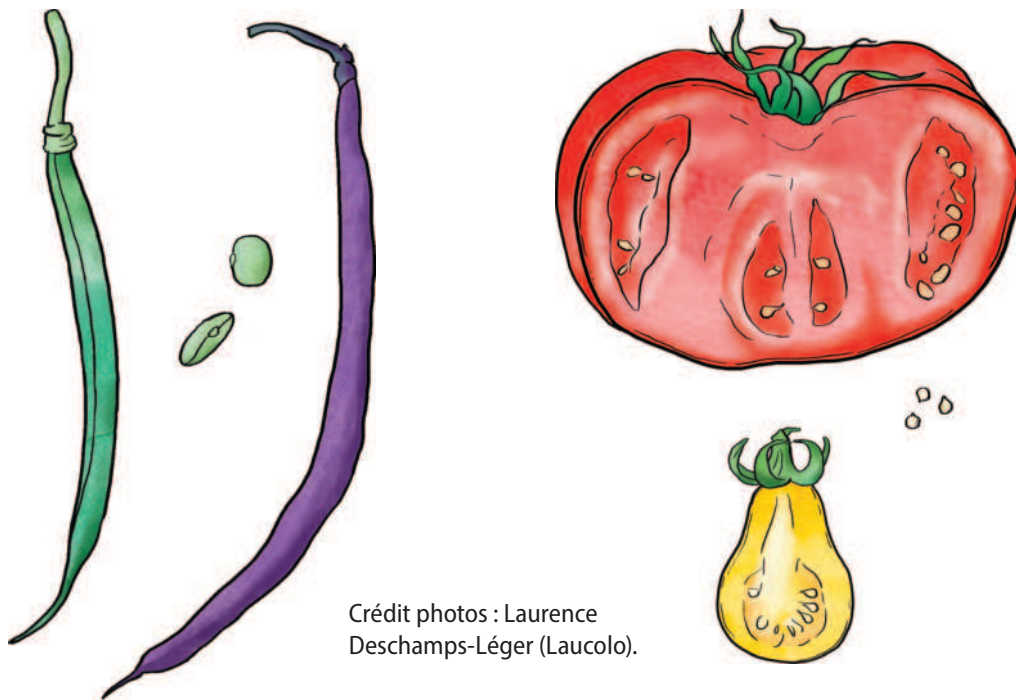
LB

1 Observer. L'observation du cycle de reproduction, du moment où la graine pousse sur la plante, du moment où elle est mature et où elle tombe naturellement... chaque variété possède ses propres caractéristiques et une observation terrain est essentielle afin de bien réussir.

2 La conservation de ses propres semences n'est pas une activité dispendieuse et ne

requiert presque pas de matériel. De simples tamis, un ventilateur, des gants et des taies d'oreiller ou des sacs en papier sont les outils principaux pour la récolte de semences. Un endroit sec pour les faire sécher aussi.

3 Ne pas tenter l'expérience avec des variétés difficiles qui se croisent et peuvent donner un résultat décevant, comme les courges ou les melons.



Crédit photos : Laurence Deschamps-Léger (Laucolo).

VALC : Parmi les espèces présentées dans les fiches du livre, quelles sont les semences les plus faciles à récolter au jardin?

LB

1 Les variétés les plus faciles sont les laitues, les haricots et les tomates. Ces végétaux ne demandent pas de très grandes distances d'isolement afin de ne pas se croiser. De plus, elles sont faciles d'extraction.

2 Les semences les plus faciles à extraire sont celles des laitues (on les bat dans une taie d'oreiller, puis on les tamise simplement ou on les souffle pour enlever les cosses et autres déchets organiques) et celles des haricots (très ludiques pour les jeunes et les moins jeunes; on les laisse pousser et sécher tout l'été sur le plant en buvant un mojito et à l'automne, on les piétine lorsqu'ils sont bien secs sur un drap étendu par terre. Toute la famille peut s'y mettre - à l'extraction, pas au mojito!). Les tomates sont un peu plus complexes car elles sont dites humides; il faut enlever les graines et les faire fermenter. C'est une étape qui en rebute certains, mais quand on maîtrise la technique, c'est très simple et facile.



Crédit photo : Laurence Deschamps-Léger (Laucolo).

Quelles sont les plus difficiles?

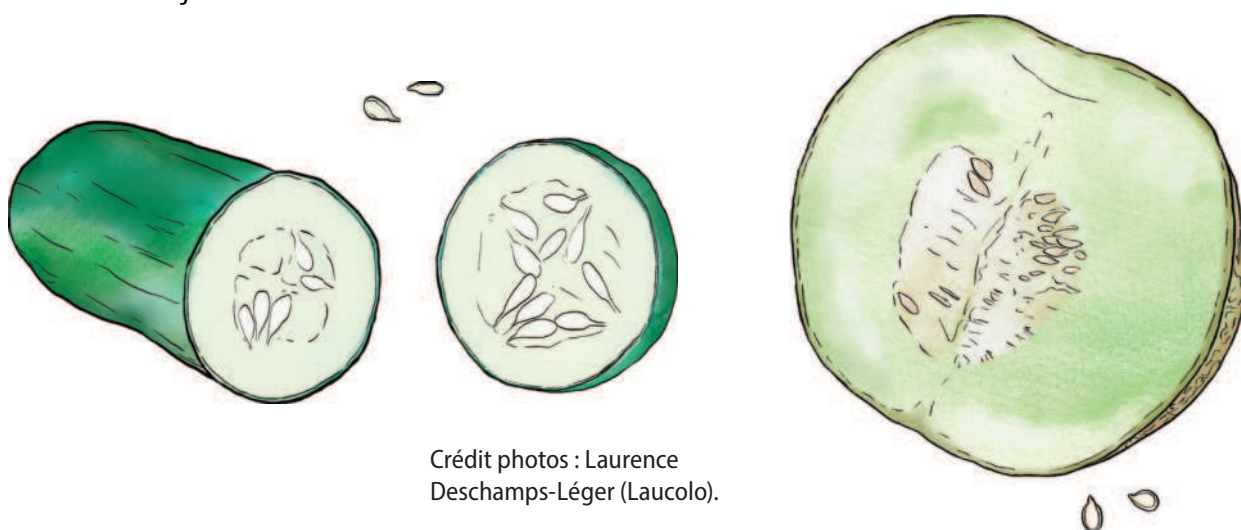
LB

1 Courges, melons et concombres, parce qu'au cours de la pollinisation, c'est-à-dire tout au long de l'été et de la floraison des fruits, les insectes butinent et échangent le pollen d'une variété à l'autre, et donc nos courges peuvent se mélanger avec d'autres courges ou nos melons avec d'autres melons d'une variété différente. La prochaine génération ne sera donc pas pareille, et on sera déçu... Si on se lance là-dedans, on devra cultiver une seule variété chaque année...

2 Certaines fleurs, par exemple l'échinacée, ont des semences bien cachées dans une cosse piquante. Les enlever n'est pas de tout repos. Même avec des gants, ça pique. On doit faire preuve d'ingéniosité et les frotter entre deux morceaux de caoutchouc, ou les écraser avec de bons vieux souliers. Cela n'abîmera pas les semences.

Certaines fleurs que l'on retrouve au jardin, comme la bourrache, font des semences qui... tombent immédiatement, aussitôt qu'elles sont prêtes! Difficile dans ce cas de trouver le bon moment de les récolter. Il faut observer et y aller avant une forte pluie ou des vents violents.

Personnellement, je trouve que les gourganes sont très difficiles : les faire pousser, ça va. Les extraire, ça va. Les faire sécher, ça va. Mais les cueillir AVANT que les tamias rayés ne les mangent, ça on n'y arrive jamais.



Crédit photos : Laurence Deschamps-Léger (Laucolo).

VALC : Vous écrivez dans votre livre : « *Certaines semences sortent difficilement de leur dormance et demandent des méthodes plus spectaculaires : certaines doivent geler, transiter dans le système digestif d'un animal, succomber à la putréfaction du sol ou même être exposées au feu!* » Bien que celles-ci soient rares, auriez-vous quelques exemples?

LB

Plusieurs végétaux poussant sous nos latitudes nordiques ont besoin de vivre l'hiver pour germer l'année suivante. La plupart des plantes sauvages québécoises ne germent pas sans cela. L'asclépiade, par exemple, germera beaucoup mieux si elle fait un petit tour au frigo. Les semences à cosse plus dure, comme le chou maritime ou la roquette turque, devront putréfier avant de germer, ce qui abîmera leur cosse et donc leur permettra de pousser. Plus loin du potager, on connaît bien les conifères qui ont besoin d'avoir un petit coup de feu pour que leurs semences germent!



Crédit photo : Terre Promise.

Qu'est-ce que Terre Promise?

LB Il s'agit d'une entreprise semencière artisanale locale, existant depuis 2014, qui produit des semences écologiques de variétés potagères rares ou en voie d'extinction. En visitant le <https://terrepromise.ca/>, vous pouvez découvrir sa boutique en ligne ainsi que vous inscrire à des conférences. Les semences disponibles sont à pollinisation libre, cela signifie que vous pourrez les récolter pour les semer l'année suivante.

VALC : Quelles sont les variétés québécoises qui ne se trouvent pas ailleurs?

LB Nous avons le maïs Canadien Blanc, la tomate Frontenac, la tomate Minuit à Montréal, le haricot grimpant violet Jean-Léo Collard, la laitue Grosse Dodue, la tomate cerise Mon Plaisir entre autres choses. Et une trentaine de variétés qui ne sont vendues que par un ou deux autres semenciers, ce qui met en péril la préservation de ces précieux légumes.



Maïs Canadien Blanc
(*Zea mays*). Source :
<https://terrepromise.ca/>.



Tomate Frontenac (*Solanum lycopersicum*). Source :
<https://terrepromise.ca/>.



Haricot grimpant Jean-Léo Collard (*Phaseolus vulgaris*).
Source :
<https://terrepromise.ca/>.

VALC : Quelles sont les plus vendues?



Laitue Grosse Blonde Paresseuse (*Lactuca sativa*).
Source :
<https://terrepromise.ca/>.



Tomate Mémé de Beauce (*Solanum lycopersicum* 'Mémé de Beauce'). Source :
<https://terrepromise.ca/>.



Tomate Savignac (Dufresne) (*Solanum lycopersicum* 'Savignac'). Source :
<https://terrepromise.ca/>.

LB

Laitue Grosse Blonde Paresseuse, non ce n'est pas nous qui l'avons nommée. Elle est délicieuse, et le nom doit faire rigoler les jardiniers... c'est toujours bon un peu de rigolade au jardin.

Les tomates sont les numéros un au Québec pour la vente. Avant on voulait des tomates rondes et régulières, mais il y a de plus en plus d'engouement pour les tomates côtelées, inégales et plus... ancestrales, qui goûtent vraiment la tomate de nos grand-mères. Mémé de Beauce et Savignac ont la cote présentement.



LB

Certaines curiosités, comme le cucamelon ou l'oignon vivace (catawissa ou cébette), vivent aussi leur moment de gloire.

Concombre Cucamelon (*Meloithria scabra*). Source :
<https://terrepromise.ca/>.

VALC : Quelles sont les variétés qui mériteraient d'être davantage connues?

LB

Le chervis est un légume tellement délicieux, vivace et facile de culture. Je comprends qu'il soit négligé par son aspect un peu rebutant, mais il en vaut vraiment la peine!

La courge Canada Crookneck est l'ancêtre des Butternut. Elle gagnerait à être connue car elle est non seulement délicieuse, mais elle est aussi résistante au nouvel insecte que l'on trouve au jardin depuis 2019 au Québec, le perceur de la courge.



Chervis (*Sium sisarum*). Source : <https://terrepromise.ca/>.



Courge Canada Crookneck (*Cucurbita moschata*). Source : <https://terrepromise.ca/>.

VALC : Quelles variétés potagères disparues aimeriez-vous revoir au potager (même si cela n'est pas possible)? Et pourquoi?

LB

LB : Comme plus de 75 % des variétés ont disparu depuis un siècle, le choix est grand... Nos ancêtres faisaient pousser des tonnes de pois, et plusieurs variétés québécoises étaient typiques du terroir. Elles n'existent plus. Même pas dans les banques de gènes. Si on veut créer d'autres variétés résistantes aux aléas d'aujourd'hui, on ne peut plus « fouiller » dans ce patrimoine génétique disparu. La sécurité alimentaire est donc diminuée.

LB

Le lin textile aussi, les variétés québécoises avec lesquelles nos ancêtres s'habillaient, littéralement, ont disparu puisque la durée de vie des semences n'est que de deux ans. Ces variétés ne reviendront jamais. Leur génétique est disparue.

Et par curiosité, j'aimerais bien retrouver des maïs à farine québécois afin de goûter à ce que mangeaient nos arrière-grands-parents. Il n'en reste que quelques-uns, dont le maïs Canadien Blanc, mais chaque maïs a un goût différent!

ACTUALITÉ

Le projet Semence Terre promise verra le jour afin d'accroître la production de semences de qualité et écologiques aux Serres St-Élie grâce à une association entre Mélanie Grégoire et Lyne Bellemare. Un total de trois acres pourra être cultivé à Sherbrooke et à Montréal, soit plus de 300 plantes potagères, fines herbes et fleurs.

Source : **Serres St-Élie et Semence Terre promise : s'unir pour mieux partager une passion commune!**

BON À SAVOIR



COMMENT OBTENIR DES SEMENCES?

- Visitez des entreprises semencières locales.
- Effectuez des échanges de semences avec vos amis jardiniers.
- Visitez la Fête des semences près de chez vous. Celles-ci ont habituellement lieu de janvier à mars.
- Faites partie de l'initiative citoyenne de boîte de semences voyageuses. Plusieurs groupes Facebook existent, dont **Groupe Seedbox du Québec.**

COMMENT ÉVITER D'OBTENIR DES COURGES DIFFORMES?

Si vous conservez vos graines de courges et que vous en cultivez plusieurs de la même espèce, celles-ci pourraient se mélanger entre elles et donner des courges différentes l'année suivante. Pourquoi? Parce que les pollinisateurs auront visité des fleurs femelles et mâles de plusieurs plants. Si vous cultivez des courges Canada Crookneck (*moshata*) et des zucchinis Cocoselle (*pepo*), elles ne pourront pas se mélanger puisqu'elles ne sont pas de la même espèce. Par contre, si vous cultivez une Courge Trimable et une courge Turban Turc, comme elles sont de l'espèce *Cucurbita maxima*, celles-ci pourraient se croiser.

Source : **Série « Mais comment diable? »**

UNE RÉSERVE MONDIALE!

Dans l'archipel de Svalbard en Arctique se trouve la Réserve mondiale de semences. Celle-ci sert à sauvegarder des doubles des variétés de chaque pays dépositaire, dont ceux de la Banque de gènes du Canada, s'il survenait un désastre, une crise ou une guerre qui aurait un impact négatif sur l'agriculture.



Crédit photo : Theerasak Namkampa, Shutterstock.



De gauche à droite : Vincent Marcoux, Dany Bouchard, Cinthia Duchesne-Trétreault.
Crédit photo : L'Académie Potagère.

CONNAISSEZ-VOUS L'ACADÉMIE POTAGÈRE?

Vous avez envie d'apprendre davantage au sujet du jardinage écologique? L'Académie potagère offre diverses formations dont *La micro-agriculture familiale*, *Serres et structures potagères*, *Produire ses propres fines herbes*, *Les pleurotes au potager* et *Cultiver le gingembre frais*. Des mini-cours gratuits sont aussi parfois offerts.



Les formateurs de l'Académie, Dany Bouchard, Cinthia Duchesne et Vincent Marcoux, cumulent plus d'une vingtaine années d'expérience en jardinage et en maraîchage biologique sur petite surface.

Vous pouvez d'ailleurs voir Dany dans les trois saisons de l'émission ***C'est plus qu'un jardin*** diffusée sur ***Unis TV***.

Informations : www.academiepotagere.com

Voici quelques produits **YETI** pour les amateurs d'activités de plein air



Crédit photo : Matt Quérée, YETI.

Que vous prévoyez une randonnée dans votre région préférée du Québec, une fin de semaine de camping ou tout simplement vous retrouver dans la cour arrière de vos amis pour un barbecue ou une épluchette, les produits YETI pratiquement indestructibles sont conçus pour durer toute votre vie.

PAR JOANI HOTTE-JEAN

L'entreprise propose :

- Des dizaines de glacières rigides, en modèle coffre, sur roues ou à ganse. Prisées des plaisanciers et des pêcheurs, mais aussi des chasseurs et des campeurs. Prix : À partir de 250 \$.
- Des glacières souples de plusieurs formats qui vous suivront dans vos activités de tous les jours. De type sac à dos ou sac à main, vous pouvez les transporter facilement pour votre dîner à bord ou pour un pique-nique. Prix : À partir de 100 \$.
- Des contenants pratiques et aux designs du jour pour garder vos breuvages chauds ou froids : des gourdes, des tasses isothermes et des verres à vin incassables, offerts dans une grande variété de formats et de coloris. Prix : À partir de 25 \$.
- La collection d'accessoires pour l'extérieur de YETI compte des produits pratiques et durables tels que des chaises, des couvertures et des seaux, qui vous suivront sur la plage ou sur le quai, en randonnée, en camping ou au chalet.
- Sans oublier des produits offerts en éditions limitées, des collections éphémères, des coloris variés et des produits créés pour la fête des Pères, la fête des Mères, la LNH ou la Saint-Jean-Baptiste.

Site internet : www.yeti.ca

Voici quatre produits que Vivre à la campagne a testés!



Sac à dos étanche Panga.
Crédit photo :
YETI.



Le sac à dos étanche Panga de 28 litres

Vous passez beaucoup de temps sur l'eau (ou dans l'eau à pêcher à la mouche) ou vous effectuez souvent des activités extérieures? Le sac à dos Panga d'une capacité de 28 litres a été conçu pour garder votre équipement au sec afin de vous éviter des soucis en navigation ou lorsque vous effectuez une randonnée et qu'une averse arrive à l'improviste.

Vous n'avez pas besoin de le cacher des intempéries ou de le laisser sur le bord du lac puisqu'il est fabriqué d'un matériau étanche à 100 %. Il s'agit de la coquille *ThickSkin* qui est faite de nylon haute densité et d'une lamination en TPU épaisse pour être résistante aux perforations et à l'abrasion. Celle-ci correspond à la norme IPX7, l'eau n'entrera donc pas à l'intérieur s'il est immergé pendant 30 minutes à une profondeur d'un mètre, quand il est bien fermé.

À l'intérieur, la poche de rangement en maille garde vos objets de valeur en sécurité et au sec tandis qu'un séparateur permet d'organiser vos incontournables lors de vos déplacements.



Vous pouvez utiliser le sac à dos étanche Panga à la pêche à la mouche. Crédit photo : Tyler Roemer, YETI.



Sac à dos étanche Panga.
Crédit photo : Philippe Lavoie.

J'aurais aimé

- ✓ Une pochette pour transporter une gourde d'eau, mais c'est possible de l'accrocher avec un mousqueton aux supports *Hitchpoint* sur le devant du sac.

Dimensions : 31,8 cm de largeur x 17,8 cm de profondeur x 50,8 cm de hauteur (12,5 po x 7 po x 20 po)

Poids vide : 1,8 kg (3,9 lb)

Couleurs : gris tempête ou beige sable

Garantie : trois ans

Prix : 400 \$

J'ai aimé

- ✓ Ses bretelles ergonomiques *DryHaul* sont confortables, puis les sangles de poitrines et la ceinture amovibles permettent de bien maintenir le sac à dos en place et réduisent le risque d'inconfort lors d'une utilisation prolongée.
- ✓ Sa fermeture à glissière imperméable *Hydrolock* ainsi que l'extrémité *U-Dock* en font un produit totalement hermétique à l'eau. Elle peut être difficile à fermer, mais vous n'avez qu'à ajouter le lubrifiant YETI pour en faciliter l'ouverture et la fermeture.
- ✓ Le fond est moulé en EVA, ce qui fait en sorte qu'il tient debout.
- ✓ Les poignées *Quickgrab* sur le dessus et les côtés permettent de le transporter aisément.



Vous pouvez utiliser le sac à dos étanche Panga en randonnée. Crédit photo : J. Koreski, YETI.

Glacière solide Tundra 35

La glacière solide Tundra 35 permet de transporter de la nourriture pour un petit équipage pour la journée avec sa capacité de 25,4 litres (21 canettes de 355 ml ou 11,8 kg - 26 lb de glace). Elle s'apporte aisément dans un bateau et sur la plage ainsi qu'en camping ou sur un quatre-roues.



Glacière solide Tundra 35.
Crédit photo : Joani Hotte-Jean.



Glacière solide Tundra 35.
Crédit photo : Joani Hotte-Jean.

Sa conception *FatWall* très épaisse et son isolation *PermaFrost* font en sorte que la glace restera froide plus longtemps pour conserver vos aliments au frais. Sa construction par rotomoulage la rend robuste et pratiquement indestructible. La glacière respecte d'ailleurs les normes de l'*Intergovernmental Grizzly Bear Committee (IGBC)* puisqu'elle résiste aux ours lorsque vous l'utilisez avec des cadenas *Master Lock* avec des tiges extralongues. Le système de couvercle *InterLock* crée une barrière étanche contre les températures extrêmes et le joint d'étanchéité *ColdLock* encercle le couvercle pour conserver le froid ou le chaud à l'intérieur. Le système de charnières *Neverfail* comprend deux axes d'articulation et une structure imbriquée rendant le tout incassable. Votre nourriture restera près de vous en raison de ses pieds antidérapants *Bearfoot*.

J'ai aimé

- ✓ Le panier pour produits secs.
- ✓ Les loquets de couvercle T-Rex qui permettent d'ouvrir et de fermer aisément la glacière.
- ✓ Les deux poignées semblent résistantes et permettent de bien la transporter.
- ✓ Sa robustesse, vous pouvez vous en servir comme banc sans problème.
- ✓ Il est possible de l'utiliser avec de la glace, de la glace sèche ou des blocs réfrigérants (*ice pack*).
- ✓ Il n'est pas nécessaire de vider l'eau en renversant la glacière, vous n'avez qu'à ouvrir le système de vidange *Vortex*.
- ✓ Se nettoie facilement avec un savon et de l'eau tiède.

Dimensions extérieures :
53,6 cm de largeur x 40,4 cm de profondeur x 39,1 cm de hauteur (21,1 po x 15,9 po x 15,4 po)

Dimensions intérieures :
35,1 cm de largeur x 23,9 cm de profondeur x 27,4 cm de hauteur (13,8 po x 9,4 po x 10,8 po)

Poids vide : 9,7 kg (21,4 lb)

Couleurs : Charbon, bleu marine, blanc et beige sable.
Édition limitée : *rescue* rouge.

Garantie : Cinq ans

Prix : 375 \$

* La glacière Tundra est aussi offerte en format de 45 litres et de 65 litres ainsi qu'en version *Haul* sur roues.



Chaise de camping Trailhead

La chaise Trailhead de YETI s'apporte facilement à la plage, sur un sentier, en camping ou pour admirer un magnifique paysage.



Chaise de camping Trailhead. Crédit photo : YETI.



Sac de transport de la chaise de camping Trailhead. Crédit photo : Joani Hotte-Jean.

Le sac de transport inclus vous permet de l'apporter où vous le souhaitez comme un sac à dos ou sur l'épaule. De plus, le tissu respirant *FlexGrid* offre un bon soutien puisqu'elle s'adapte à vos courbes et élimine les points de pression afin que vous vous y assoyiez en tout confort. Elle résiste à une charge allant jusqu'à 227 kg (500 lb). Conçue pour durer, elle résiste aux rayons UV et au fil des années, la peinture ne devrait pas écailler.

Les tendeurs à code de couleur à l'arrière et sur les accoudoirs se fixent en position pour optimiser la force, l'extensibilité et le confort du tissu. Les pieds *Groundgrip* sont résistants et construits sur une base extralarge pour garantir une stabilité maximale sur tous les terrains.

J'ai aimé

- ✓ Le porte-boisson peut se placer à droite ou à gauche et n'enlève pas d'espace sur l'accoudoir.
- ✓ Son confort. Je suis restée assise pour lire plusieurs heures et je n'ai pas eu mal au dos ou aux fesses.
- ✓ Elle s'ouvre et se referme facilement grâce au cadre croisé pliant.

Dimensions pliées : 109,2 cm (hauteur) x 24,1 cm (largeur) x 26,7 cm (profondeur) (43 po x 9,5 po x 10,51 po)

Dimensions dépliées : 92,7 cm (hauteur) x 63,5 cm (largeur) x 78,7 cm (profondeur) (36,5 po x 25 po x 31 po)

Poids : 6 kg (13,3 lb)

Couleurs : Charbon et bleu marine

Garantie : Cinq ans

Prix : 400 \$

Tasse Rambler de 414 ml

La tasse Rambler de 414 ml sera bien utile pour ne rien renverser en bateau ou en camping. Polyvalente, elle est assez grande pour servir de bol.

Son isolation sous vide à double paroi protège vos mains tout en conservant votre boisson au chaud ou au froid. Conçue en acier inoxydable de qualité alimentaire, elle résiste aux perforations et à la rouille.



Couvercle de la tasse Rambler de 414 ml.
Crédit photo : YETI.



Tasse Rambler de 414 ml. Crédit photo : Philippe Lavoie.

J'ai aimé

- ✓ La tasse et le couvercle sont résistants au lave-vaisselle.
- ✓ Sa poignée soudée résistante.
- ✓ Sa conception *NoSweat* qui évite la condensation sur la paroi afin de conserver les mains au sec.

* La tasse Rambler est aussi offerte en format de 295 ml et de 710 ml.

Dimensions : 13 cm de largeur x 10,2 cm de hauteur (5,1 po x 4 po)

Poids vide : 0,4 kg (1 lb)

Couleurs : Charbon, noir, bleu marine, turquoise écume de mer, blanc, acier inoxydable. Éditions limitées : *rescue* rouge et rose grès.

Garantie : Cinq ans

Prix : 40 \$

J'ai moins aimé

- ✓ Le contenu refroidit rapidement en l'utilisant sans couvercle. Il est donc conseillé d'utiliser le couvercle *MagSlider*.
- ✓ La languette noire du couvercle à aimant n'est pas étanche et n'empêche pas les déversements. Vous avez envie de personnaliser votre tasse? Deux ensembles de trois couleurs de languettes sont proposés.

L'HISTOIRE DE YETI

En grandissant, les deux frères Roy et Ryan Seiders ont développé une véritable passion pour le plein air. Chasse, pêche, visites de salons professionnels de l'industrie du plein air avec leur père enseignant devenu entrepreneur. Ils ont été élevés en appréciant le gibier sauvage, à vouloir découvrir des territoires inconnus et en utilisant des équipements de haute qualité.

Mais les glacières disponibles à l'époque n'étaient tout simplement pas à la hauteur de leurs aventures : les poignées et les loquets se cassaient et les couvercles s'effondraient. Non seulement c'était compliqué de remplacer les glacières après chaque saison, mais elles ombrageaient leurs bons moments en famille.

Les frères Roy et Ryan Seiders, fondateurs de la compagnie YETI. Crédit photo : YETI.



Cette frustration les a conduits à une solution. En 2006, YETI a été fondé à Austin, au Texas, afin de remplir la mission suivante : construire la glacière que vous utiliseriez tous les jours si elle existait. Celle-ci était destinée aux passionnés de plein air sérieux, plutôt qu'à être vendue chez les détaillants à rabais, et pourrait supporter les chocs subis pendant les expéditions et sur l'eau. Une glacière qui ne se briserait tout simplement pas.

YETI

Ses valeurs

L'entreprise prône des valeurs environnementales à travers la durabilité de ses produits. Elle propose aussi des produits reconditionnés à neuf avec son programme *Rescue*, en plus d'offrir une remise en échange de votre gourde *Rambler* usagée qui sera recyclée.



Pourquoi rêvons-nous de vivre près d'un lac?

L'eau, les plans d'eau procurent des bienfaits exceptionnels à ceux qui ont la chance d'y vivre à proximité ou d'y avoir accès à l'occasion. Pas étonnant que de nombreuses publicités liées aux vacances évoquent avec bonheur le calme d'un bord de lac et le chant du huard.

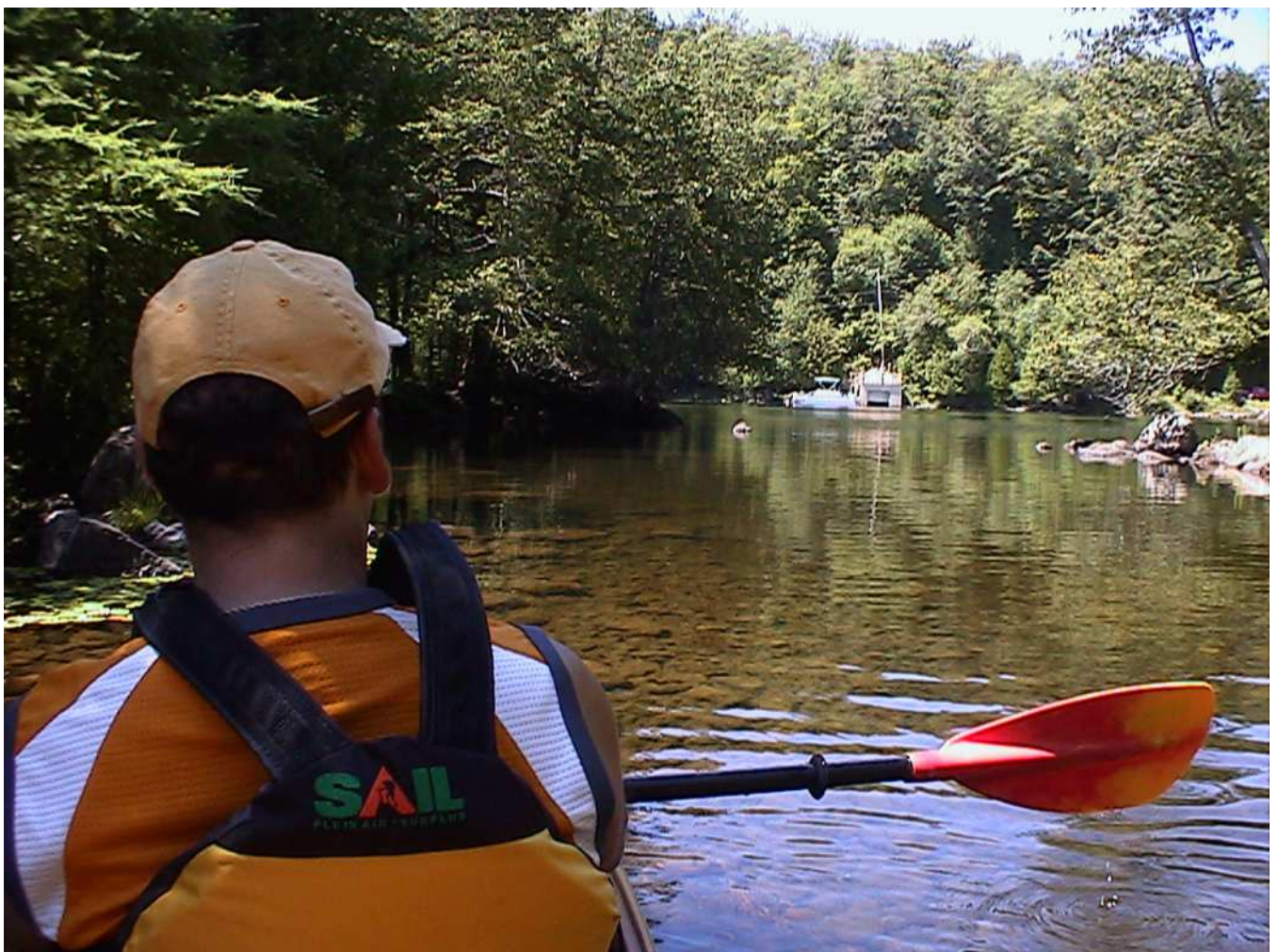
PAR DENISE CLOUTIER, B.A.A., M.ENV.

PRÉSIDENTE - DIRECTRICE GÉNÉRALE ARRIMAGE.COM - LA VOIX DE L'EAU

VICE-PRÉSIDENTE DE LA COALITION NAVIGATION

On ne s'ennuie jamais près d'un lac. La faune et la flore s'y donnent constamment en spectacle pour faire vibrer nos cinq sens. Ce miroir du ciel nous crée des paysages époustouflants dont on veut garder des souvenirs photographiques qu'on se plaît à contempler encore et encore pour se détendre. Même lorsqu'il devient blanc et immobile en hiver, le lac nous stimule vers l'action. Il devient alors un lieu de rencontre à pied, en ski de fond ou en raquette.

Pas étonnant non plus que tout le monde veuille y avoir accès. Le Québec compte **plus de trois millions de plans d'eau** qui abritent une biodiversité essentielle à leur santé. Lorsqu'on choisit un coin de paradis sur le bord d'un « lac », il importe de s'informer sur de nombreux facteurs qui peuvent affecter cette biodiversité, la qualité de l'eau et les usages que l'on veut y pratiquer.



En kayak près de la décharge du lac Laurel.



La qualité de l'eau

Un lac est un réservoir d'eau qui reçoit toute l'eau de son bassin versant. Les activités anthropiques en amont du bassin versant constituent donc un facteur déterminant pour **protéger ce patrimoine lacustre**. Est-ce que les eaux de ruissellement apportent beaucoup de phosphore ou autres contaminants? L'eau provenant de l'agriculture, des rejets urbains (eaux usées municipales ou industrielles), des routes, des fosses septiques, etc., est-elle filtrée adéquatement avant son arrivée dans le lac? Si l'apport de phosphore et de contaminants est grand, il y a des chances que les plantes aquatiques et les algues prolifèrent et contribuent à l'eutrophisation (vieillesse prématurée) du lac. Dans ce cas, la baignade et la navigation de plaisance seront grandement compromises.

La superficie, la bathymétrie et le temps de renouvellement de l'eau du lac constituent d'autres facteurs clés à considérer. Est-ce un lac profond? Est-ce que l'eau se renouvelle à une fréquence régulière? Un lac profond qui est desservi par plusieurs sources d'approvisionnement non polluées a plus de chances d'être en bonne santé qu'un lac peu profond qui aurait peu de sources d'approvisionnement ou dont les sources d'approvisionnement seraient polluées. Les lacs de tête en amont du bassin versant, en milieu forestier naturel, possèdent généralement une bonne qualité d'eau.

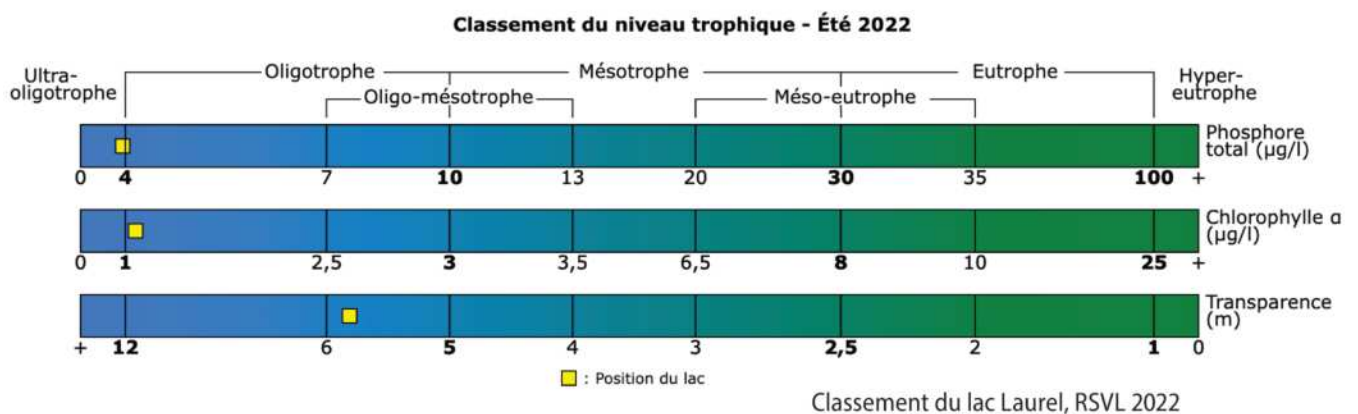
La navigation de plaisance qui se pratique sur le lac peut également avoir un impact considérable sur la qualité de l'eau. En effet, les **études réalisées par l'UQAM et l'Université Laval** indiquent qu'un bateau de type *wakeboat* devrait circuler à 300 mètres de la rive et à une profondeur minimale de 7 mètres pour minimiser son impact sur l'érosion et la mise en suspension des sédiments du fond dans la colonne d'eau et donc, sur la vie aquatique. On sait que les sédiments issus de l'érosion ou du brassage par les embarcations-moteur contiennent du phosphore qui, en grande quantité, peut accélérer l'eutrophisation du lac.



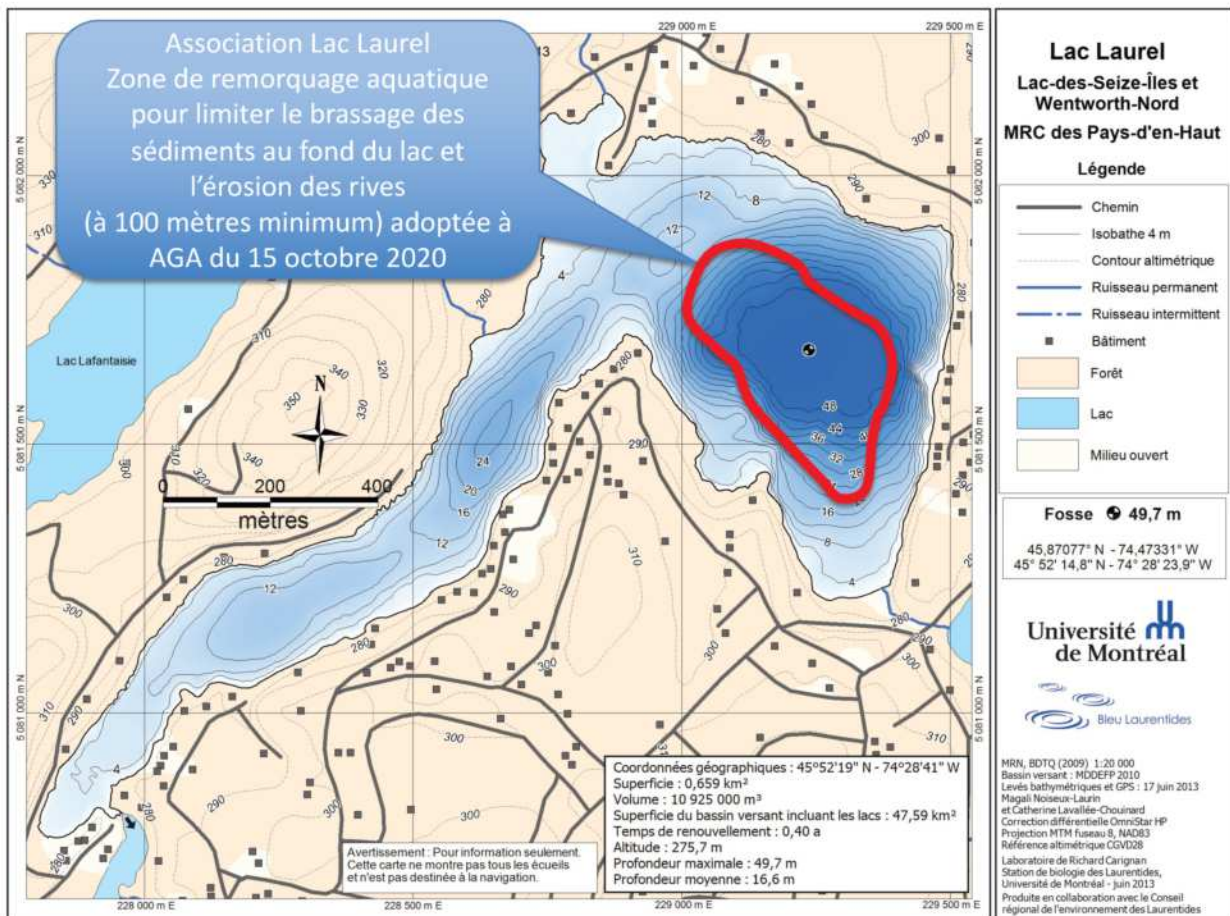
Lorsqu'on veut choisir un coin de paradis ou s'informer sur celui où nous vivons, il est intéressant de consulter la **carte interactive de l'Atlas de l'eau** du gouvernement du Québec ou encore l'**Atlas des lacs**, du Conseil régional de l'environnement des Laurentides. Ils contiennent une foule d'informations qui permettent de connaître les indicateurs de la qualité de l'eau de nombreux lacs du Québec. Ils indiquent également les résultats du suivi de l'état trophique du lac, réalisé par des bénévoles locaux en collaboration avec le **Réseau de surveillance volontaire des lacs** (RSVL) du ministère de l'Environnement du Québec. De plus, les cartes bathymétriques de ces lacs qu'on y trouve permettent une navigation responsable et durable en évitant les zones sensibles.

État trophique de certains lacs

Prenons l'exemple du **lac Laurel**, qui chevauche les municipalités de Lac-des-Seize-Îles et Wentworth-Nord et où mon mari et moi nous impliquons comme bénévoles depuis 2008 : avec plus de 49,7 mètres de profond à la fosse et une profondeur moyenne de 16,6 mètres, le lac Laurel est un lac **oligotrophe** à protéger comme on le voit au schéma produit par le RSVL.



Sa profondeur, malgré sa petite superficie de 0,659 km², permet tout de même une navigation de plaisance bien contrôlée. À cet effet, l'Association de Lac est très active avec son code d'éthique qui restreint la navigation avec remorquage dans une zone profonde bien définie et entre 10 h et 19 h seulement.



Le lac Laurel reçoit son eau de quatre sources en amont, toutes situées en zone forestière naturelle. Toutefois, il est vulnérable à la plante exotique envahissante, le myriophylle à épis, puisque son principal lac de tête, le lac des Seize-Îles, en contient beaucoup malgré les efforts déployés pour l'arracher. L'Association Lac Laurel a été très active entre 2015 et 2019 pour arracher de façon contrôlée cette plante du lac Laurel à l'aide de plongeurs expérimentés et de cueilleurs. Elle a réussi à tout arracher en 2019, mais les bénévoles restent vigilants pour arracher les nouvelles pousses.

Le **lac des Sables de Sainte-Agathe**, quant à lui, possède une superficie de 2,96 km², mais une profondeur maximale de 23,6 mètres et une profondeur moyenne de 7,1 mètres. Les données du suivi réalisé entre 2008 et 2010 avec le Réseau de surveillance volontaire des lacs indiquent un état **oligo-mésotrophe**. De plus, une étude de capacité portante du lac en 2016 indiquait qu'il pouvait accueillir un maximum de 39 bateaux moteurs à la fois. En 2023, c'est plus de 600 bateaux moteurs qui possèdent une vignette pour y naviguer. Selon les riverains, la transparence de l'eau s'est grandement dégradée. Malheureusement, aucun suivi RSVL n'a été réalisé depuis 2010.

De nombreux lacs au Québec se situent à un stade plus élevé d'eutrophisation. Par exemple, les données du RSVL révèlent que le **lac Aylmer de Beaulac-Garthby** présente un profil mésotrophe, le **lac Victor de Saint-Sauveur**, un profil méso-eutrophe et le **lac Boivin de Granby**, un profil eutrophe. Une comparaison des différents paramètres (phosphore, chlorophylle, transparence, profondeur, qualité de l'eau de ruissellement, etc.) permet de comprendre pourquoi un lac est plus en santé qu'un autre, soit d'ultra-oligotrophe à hyper-eutrophe selon son classement trophique.



Myriophylle à épis.

Rôle des bénévoles

Au Québec, le suivi de la qualité de l'eau de nos lacs repose sur le travail des bénévoles (des riverains le plus souvent) qui réalisent l'échantillonnage et qui sont soutenus par le ministère de l'Environnement pour l'analyse. Le rôle que jouent les villégiateurs ou les résidents permanents autour d'un lac pour la protection de ce patrimoine lacustre est primordial. Leur implication peut faire toute la différence pour conserver et même améliorer la qualité de l'eau du lac.

Certains organismes, comme les **Organismes de bassins versants**, les **Conseils régionaux de l'environnement**, le **RAPPEL**, la **Fédération québécoise pour la défense des lacs et cours d'eau** et la **Coalition Navigation**, aident les associations de lac qui en sont membres à mieux comprendre les phénomènes qui affectent leurs lacs, ou donnent une voix aux demandes d'actions de la part des gouvernements, notamment concernant les espèces exotiques envahissantes et la navigation de plaisance.

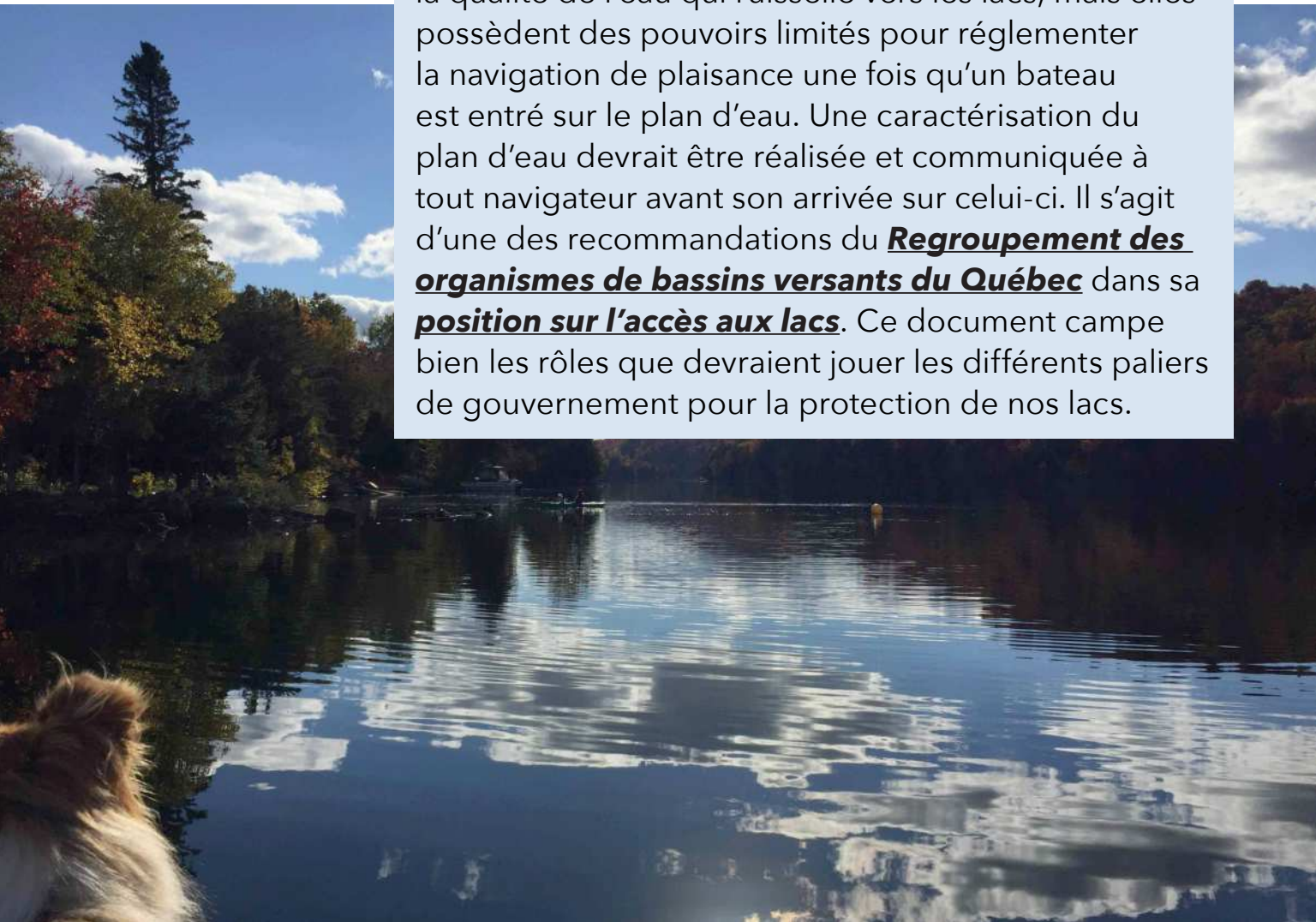


Rôle des instances gouvernementales

La sensibilisation à une navigation de plaisance responsable et durable comme celle qui est décrite dans la **campagne de la Coalition Navigation** restera nécessaire tant que la navigation de plaisance sera régie par la **Loi sur la marine marchande** du gouvernement fédéral. En effet, celle-ci ne tient pas compte des facteurs environnementaux pour réglementer la navigation de plaisance, qui y est considérée comme un « droit » plutôt qu'un « privilège ».



Les municipalités jouent un rôle majeur pour assurer la qualité de l'eau qui ruisselle vers les lacs, mais elles possèdent des pouvoirs limités pour réglementer la navigation de plaisance une fois qu'un bateau est entré sur le plan d'eau. Une caractérisation du plan d'eau devrait être réalisée et communiquée à tout navigateur avant son arrivée sur celui-ci. Il s'agit d'une des recommandations du **Regroupement des organismes de bassins versants du Québec** dans sa **position sur l'accès aux lacs**. Ce document campe bien les rôles que devraient jouer les différents paliers de gouvernement pour la protection de nos lacs.



CONCLUSION



Le contrôle des contaminants dans le bassin versant, les activités nautiques responsables pratiquées par les villégiateurs et les riverains, le respect des zones sensibles identifiées avec la bathymétrie du lac, le contrôle des plantes exotiques envahissantes et, surtout, l'acquisition de connaissances quant aux facteurs clés pour la santé du lac constituent des actions importantes qui sont à la portée de tous les résidents qui ont du temps pour s'impliquer dans leur coin de paradis.

Réaliser son rêve de vivre près d'un lac nous ouvre des horizons insoupçonnés qui peuvent se transformer en passion. La beauté d'un lac se trouve dans les yeux de la personne qui le regarde, dans le sentiment de bien-être qu'il lui procure, mais aussi sous la surface, là où la **vie aquatique** a tellement à nous apprendre.

N'hésitez pas à suivre les liens hypertextes de cet article pour parfaire vos connaissances. Nous espérons vous avoir donné le goût d'en connaître davantage et de vous impliquer pour votre coin de paradis.

Vous avez quitté
la ville pour déménager
en campagne?

Vous avez réalisé un
projet d'agriculture?

**Faites-nous
parvenir votre histoire et
peut-être serez-vous publié.**



Envoyez-nous votre texte accompagné de photos à : joani@editionsjeanrobert.com

Profiter de la

PÊCHE D'AUTOMNE!



L'automne est une magnifique saison au Québec.

Nombreux sont ceux qui voient la pêche comme une activité qui débute avec le printemps et s'achève en septembre. Si vous êtes un pêcheur de salmonidés, il est vrai que la réglementation vous oblige à mettre votre canne de côté. Mais si vous êtes prêt à faire des découvertes, il existe de nombreuses autres espèces au Québec qui peuvent être capturées durant la période automnale.

PAR RÉAL LAROSE

Le bar rayé

Parmi les espèces intéressantes, le bar rayé figure en tête de liste. Ce n'est que depuis 2013 que la pêche sportive pour cette espèce est de nouveau permise au Québec. En plus, c'est exclusivement dans la zone 21 qui s'étend du fleuve Saint-Laurent à l'est de Forestville et de Rimouski jusqu'à la partie qui couvre l'estuaire et le golfe du Saint-Laurent. **(Voir la carte qui accompagne les règlements de pêche.)** Cette pêche peut être pratiquée du 15 juin au 31 octobre sur les magnifiques plages de la Gaspésie situées dans cette zone. *(Bien consulter les règlements de pêche au bar rayé pour l'année en cours, car les dates d'ouverture et les limites de prises peuvent varier.)*



Le bar rayé est une espèce très intéressante à capturer.

Côté équipement, vous pouvez utiliser ce que vous possédez déjà. Une canne pour le lancer léger sur laquelle est monté un moulinet rempli de tresse de 15 ou 20 lb de résistance convient parfaitement pour pêcher de la plage ou à gué. Rien de compliqué pour les leurres non plus. Un assortiment de leurres en plastique souple imitant un petit poisson et quelques têtes plombées de ½ oz vous permettront de vous tirer d'affaire.

Le doré

Si la Gaspésie est le royaume du bar, la zone entourant le lac Saint-Pierre est celui du doré. Toutes les municipalités régionales de comté, telles que Nicolet-Yamaska et Maskinongé, sont d'excellents points de départ pour accéder à ce plan d'eau. Et l'automne est particulièrement propice, car le refroidissement des eaux stimule l'appétit de ce prédateur. Que vous pêchiez à partir de la berge ou en embarcation, le même style d'équipement suggéré pour le bar peut servir pour le doré. La seule différence, c'est que les leurres en plastique souple utilisés pour garnir les têtes lestées doivent être de plus petit format. Des *swimbait*s de huit à dix centimètres sont idéals pour le doré d'automne que l'on retrouve souvent à des profondeurs variant de trois à cinq mètres.



Un leurre en plastique souple de plus petite dimension convient bien pour le doré.

L'automne, on retrouve souvent le doré dans des profondeurs de trois à cinq mètres.

Le brochet

Là aussi, les températures plus froides de l'automne font sortir les gros spécimens de leur léthargie estivale. Et pour les capturer, on se dirige vers le bassin hydrographique de la rivière Saint-Maurice en remontant jusqu'au réservoir Gouin. Toute cette région fourmille d'endroits où *Esox lucius* règne en maître. Que vous pêchiez de la berge ou en embarcation, les zones d'eau peu profondes où on retrouve un peu de végétation aquatique attirent ces grands prédateurs. Puisque les poissons sont plus gros, l'équipement doit être plus solide. Un robuste ensemble pour le lancer léger ou, encore mieux, un ensemble pour le lancer lourd sera à la hauteur. Pour ce qui est des leurres, il est difficile de trouver mieux qu'un *spinnerbait* blanc ou un poisson nageur pour faire réagir le brochet.



Le spinnerbait est un excellent leurre pour le brochet.

L'achigan

L'ouest de la province est le paradis de l'achigan et c'est encore plus vrai l'automne. Les zones qui englobent la partie amont du fleuve Saint-Laurent, de la rivière des Outaouais et du Richelieu sont toutes propices. On parle ici des zones 5, 6, 8, 9 et 10 sur la carte des zones de pêche au Québec. En septembre et en octobre, rien de plus simple que de trouver un tas de roches, sous un ou deux mètres d'eau, pour localiser la « demeure » de l'achigan. Quelques lancers dirigés vers ces roches vous feront rapidement savoir si l'achigan est à la maison.



L'ouest de la province est le paradis de l'achigan.

**Oui, l'automne est une magnifique saison au Québec.
À vous d'en profiter encore plus en allant à la pêche.**

MAGNIFIQUE MONTÉRÉGIE

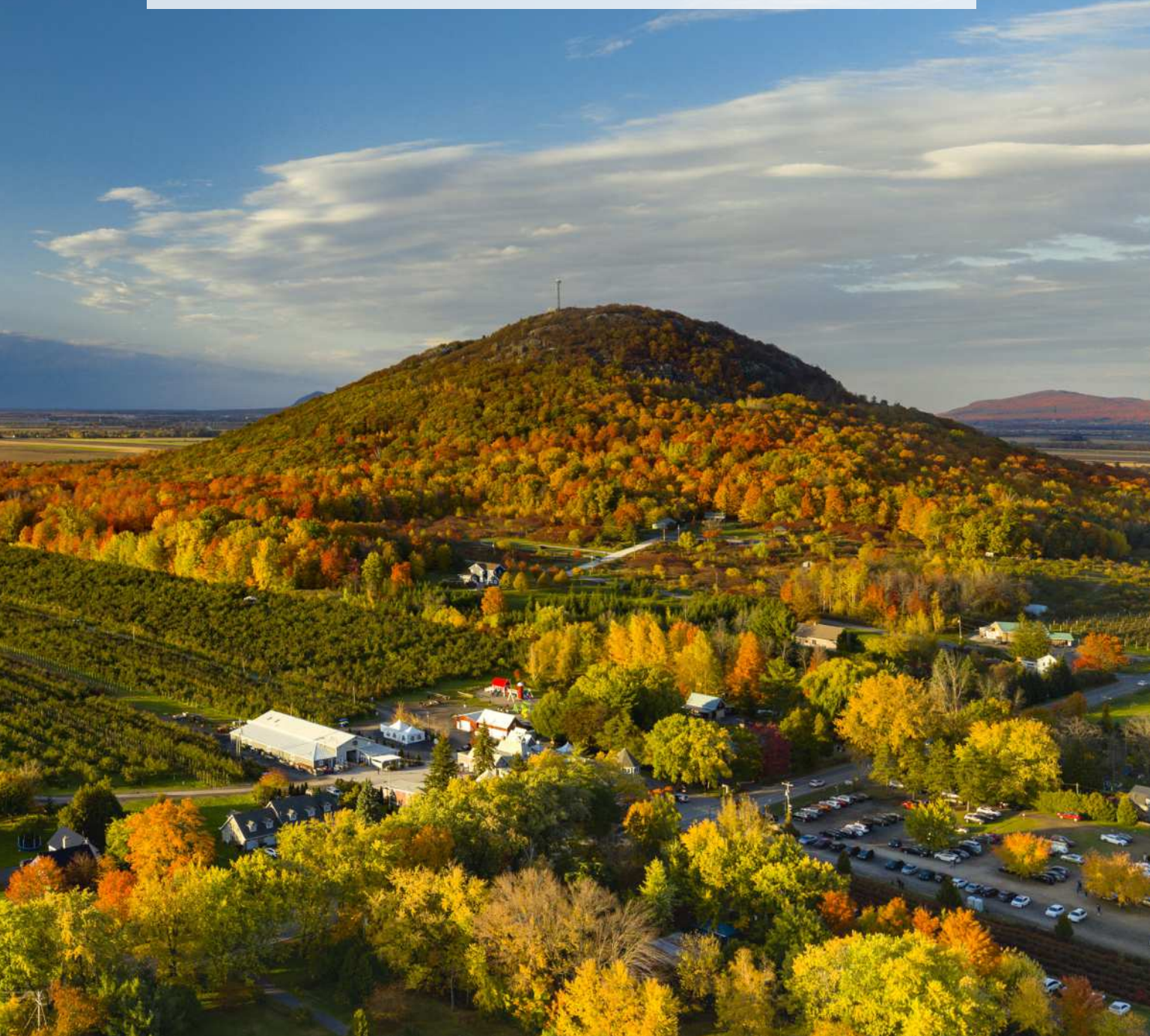
Riche d'histoire et recelant de nombreux bâtiments patrimoniaux, la Montérégie est d'abord et avant tout une belle plaine très propice à l'agriculture, située entre l'Ontario, la Nouvelle-Angleterre et les contreforts des Appalaches. Sa situation géographique et ses multiples voies de communication naturelles, notamment la majestueuse rivière Richelieu, lui octroyèrent longtemps un rôle militaire et stratégique d'importance.

PAR UN COLLECTIF D'AUTEURS ULYSSE

**Extraits
du guide Ulysse
Le Fabuleux
Québec**



Les Montérégiennes de la région, soit les monts Rougemont, Saint-Bruno, Saint-Grégoire, Saint-Hilaire et Yamaska, et la montagne de Rigaud constituent les seules dénivellations d'importance de la Montérégie. Disposées ici et là sur le territoire, ces collines massives, qui ne s'élèvent qu'à environ 400 m, furent longtemps considérées comme d'anciens volcans. En réalité, ce sont plutôt des roches métamorphiques qui devinrent apparentes à la suite de la longue érosion des terres avoisinantes.



Ouvertes au public, les anciennes fortifications qui se dressent dans la région furent des avant-postes servant à protéger la colonie française contre les Anglais puis la colonie britannique contre les Américains. La nation américaine connut d'ailleurs dans la région, en 1813, la première défaite militaire de sa jeune histoire. Les Patriotes et les Britanniques s'affrontèrent aussi, à Saint-Charles-sur-Richelieu et à Saint-Denis-sur-Richelieu, lors des rébellions de 1837-1838.

Il est agréable de se promener à vélo ou en voiture dans les rangs de la Montérégie agricole, tant pour admirer le paysage que pour s'arrêter pour faire la cueillette de fruits ou faire des visites agrotouristiques.



La Route des Champs. Crédit photo : Tourisme Montérégie.

CHAMBLY

L'agréable ville de Chambly occupe un site privilégié en bordure du Richelieu, qui s'élargit à cet endroit pour former le bassin de Chambly.

Principal attrait du Lieu historique national du Fort-Chambly, le fort Chambly est le plus important ouvrage militaire du Régime français qui soit parvenu jusqu'à nous. Il a été construit entre 1709 et 1711 et devait protéger la Nouvelle-France contre une éventuelle invasion anglaise.



Canal-de-Chambly.
Crédit photo : Tourisme
Montréal.

Le Lieu historique national du Canal-de-Chambly protège le site de l'ancien chemin de halage, très important au XIX^e siècle. À cet endroit et sur tout le parcours de cet étroit canal de 19 km de longueur, vous pourrez observer les éclusiers actionner les portes et les ponts des neuf écluses qui correspondent à une dénivellation graduelle de 22 m entre Chambly et Saint-Jean-sur-Richelieu. Le canal, inauguré en 1843, est exclusivement consacré à la navigation de plaisance depuis 1973. La piste cyclable qui longe le canal est des plus agréables.

SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

Saint-Jean-sur-Richelieu a grandi autour du fort Saint-Jean, dont l'établissement remonte à 1666. En 1775, celui-ci fut attaqué à plusieurs reprises par l'armée des insurgés américains, qui durent finalement battre en retraite à l'arrivée des troupes britanniques.

Le Musée du Haut-Richelieu est aménagé à l'intérieur de l'ancien marché public construit en 1859. On y présente différents objets et maquettes liés à l'histoire du Haut-Richelieu.

L'ACADIE

En 1755, lors du Grand Dérangement, les Acadiens qui occupent les meilleures terres sont déportés par les Britanniques vers de lointaines contrées, principalement vers le sud des États-Unis, dans l'actuelle Louisiane. Entre 1764 et 1768, certains d'entre eux, de retour d'exil, viennent s'établir au bord de la « Petite rivière de Montréal », aujourd'hui la rivière de L'Acadie. Ils formeront la « Petite Acadie », à l'origine du village de L'Acadie.

L'église Sainte-Marguerite-de-Blairfindie, le presbytère et la vieille école de L'Acadie forment l'un des ensembles conventuels les plus pittoresques et les mieux conservés de toute la Montérégie.

SAINT-PAUL-DE-L'ÎLE-AUX-NOIX

Le Lieu historique national du Fort-Lennox englobe toute l'île aux Noix. Le fort, qui couvre quant à lui environ le tiers de l'île, en a transformé la configuration. Il a été construit entre 1819 et 1829. Parcs Canada y présente une intéressante reconstitution de la vie militaire au XIX^e siècle ainsi que deux expositions retraçant l'histoire du fort.



Lieu historique national du
Fort-Lennox. Crédit photo : Bernard
Brault, Tourisme Montérégie.





Maison Ozias Leduc. Crédit photo : Tourisme Montérégie.



Église Saint-Hilaire. Crédit photo : Tourisme Montérégie.

MONT-SAINT-HILAIRE

L'église Saint-Hilaire devait à l'origine arborer deux tours en façade surmontées d'autant de flèches. À la suite de disputes internes, seule la base des tours fut érigée vers 1830, et un seul clocher, disposé au centre de la façade, fut finalement installé. À l'intérieur, c'est surtout l'œuvre du peintre Ozias Leduc (1864-1955), exécutée à la fin du XIX^e siècle, qui attire l'attention. Cet artiste, originaire de Saint-Hilaire-sur-Richelieu, aujourd'hui Mont-Saint-Hilaire, est l'auteur de l'ensemble des belles toiles marouflées aux tons pastel qui ornent l'église, de même que des dessins des vitraux et des lampes de la nef.

Le Musée des beaux-arts de Mont-Saint-Hilaire a pour objectifs de promouvoir et diffuser les arts visuels contemporains, mais aussi de mettre en valeur des œuvres d'artistes célèbres qui ont vécu dans la municipalité, entre autres Ozias Leduc et Paul-Émile Borduas. La mission de la Maison amérindienne est de mieux faire connaître les premiers habitants du Québec. La Maison organise de nombreuses expositions et activités pour se familiariser avec les racines et les traditions amérindiennes.

Il faut prévoir au moins 3h pour visiter le Centre de la Nature du mont Saint-Hilaire. On y fait de la recherche scientifique et on y permet les activités récréatives à longueur d'année sur la moitié du domaine. Du sommet baptisé « Pain de sucre », les randonneurs bénéficient d'un panorama exceptionnel sur la vallée du Richelieu.



Musée des beaux-arts de Mont-Saint-Hilaire.
Crédit photo : Tourisme Montérégie.



Musée des beaux-arts de Mont-Saint-Hilaire.
Crédit photo : Tourisme Montérégie.



Jugement Holstein. Crédit photo : Exposition agricole de Saint-Hyacinthe.



Exposition agricole de Saint-Hyacinthe. Crédit photo : Tourisme Montérégie.

SAINT-HYACINTHE

Saint-Hyacinthe est surnommée la « capitale agroalimentaire du Québec ». Chaque année, on y tient en juillet une importante foire agricole régionale. Les rues du vieux Saint-Hyacinthe sont par ailleurs sympathiques et agréables à parcourir à pied, son marché, ses cafés et ses bistros baignant dans un cadre sans prétention.



Le Jardin Daniel A. Séguin, un magnifique parc floral, comprend de nombreux jardins thématiques et se targue de posséder l'une des plus grandes collections d'annuelles au Québec (plus de 350 variétés).

Fabuleux Québec

CONCOURS
Collaboration entre

vivre à la campagne

et **ULYSSE**
le plaisir de mieux voyager

Canal-de-Chambly.
Crédit photo : Tourisme Montérégie.

**LE CONCOURS PRENDRA FIN LE 17 DÉCEMBRE 2023
À MINUIT ET LE TIRAGE AURA LIEU LE 18 DÉCEMBRE 2023**

Encouragez vos magazines québécois!



Abonnez-vous à Moto Journal



Abonnez-vous à Québec Yachting



Abonnez-vous à Vivre à la campagne

