

Week-end



Claude Legault
Un rôle à son goût
dans *Les sept jours
du talion*

E6



RITA LAFONTAINE

DE L'ART EN PARTAGE

TÉLÉVISION

Petite chronique
réservée aux
amis des animaux



joanna hall

UN MOYEN
EFFICACE
ET DURABLE
DE PERDRE
DU POIDS

mince
en
bougeant

Gay Saint-Jean

LIVRES

La forme
en prévision
du printemps

8



TOURISME

La Martinique
loin des
tout-inclus

18



E3

PHOTO: STÉPHANE LESSARD

Douleurs au dos ? Raideurs ? Tensions ?

RENSEIGNEMENTS GRATUITS. POUR VOUS INSCRIRE À NOS CONFÉRENCES : 819 378-7595 OU SUR INTERNET

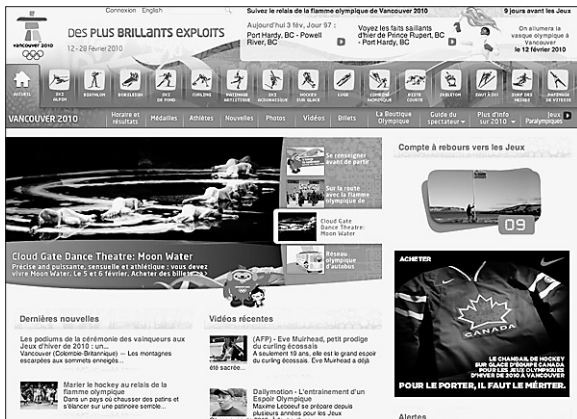
www.chirovie.com



Au jeu!

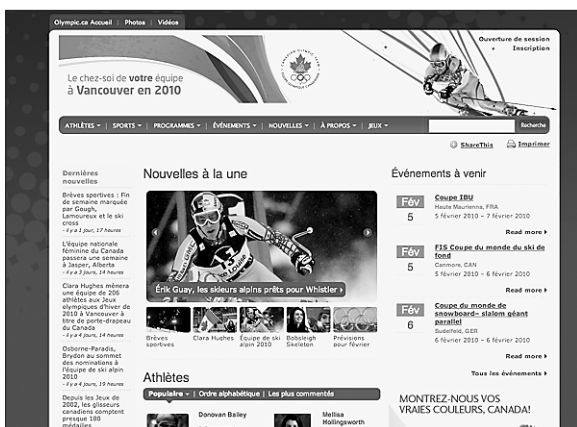
VANCOUVER 2010

Où ai-je pu me renseigner, cette semaine, sur ce qu'est un «blunt air», le point K et le caballerial (respectivement une figure de ski acrobatique, le calcul d'une distance en combiné nordique, et une prouesse de surf des neiges)? Sur le site des Jeux olympiques d'hiver 2010 (www.vancouver2010.com/fr/). Avant même le début des Jeux de Vancouver, vendredi prochain, le site permet de se familiariser avec les disciplines qui y seront présentées jusqu'au 28 février. Faute de se rendre en Colombie-Britannique pour y assister en personne, on pourra évidemment suivre les compétitions à la télévision. En préparation, on peut consulter l'information (intéressante et complète) sur chaque discipline incluant sa description, son vocabulaire et l'entraînement requis. Les dernières nouvelles du sport et l'horaire des compétitions sont aussi publiés, en attendant que les résultats y soient affichés. La section «Athlètes» est aussi à explorer; elle regroupe les fiches des olympiens par pays ou par sport, et l'onglet «Athlètes légendaires» témoigne de parcours inspirants. Un site dont le pays hôte (le nôtre) peut être fier!



NOTRE ÉQUIPE

Pour en savoir plus sur les athlètes olympiques canadiens (et pas seulement ceux qui participeront aux Jeux de 2010), on peut visiter le site du Comité olympique canadien (www.olympic.org/fr/). On y trouve notamment des références sur 4846 athlètes allant de Donovan Bailey à Alexandre Despatie en passant par Nathalie Lambert, Sylvie Bernier, Bruny Surin, Nicolas Gill et Gaétan Boucher.



RADIO-CANADA

Pour demeurer dans l'esprit olympique, on peut consulter un dossier d'archives de Radio-Canada (à l'adresse archives.radio-canada.ca/sports/olympisme/dossiers/1309/) regroupant 10 clips télé et neuf radio. Les extraits télé nous ramènent entre autres aux Jeux de Rome en 1960, à ceux de Tokyo quatre ans plus tard et aux incontournables de Montréal en 1976. Quant aux extraits radio, ils documentent notamment ceux de Mexico en 1968, de Munich en 1972, de Moscou en 1980 et de Séoul en 1988.



À SURVEILLER CE WEEK-END

- 1 Annie Villeneuve**
Aujourd'hui, 20 h, au centre des arts de Shawinigan
- 2 Richard Abel**
Demain, 14 h, à la salle J.-A.-Thompson
- 3 Valérie Milot, harpiste**
Demain, 16 h, au centre des arts de Shawinigan
- 4 Finale locale Cégeps en spectacle**
Aujourd'hui, 19 h 30, au Collège Shawinigan
- 5 Finale locale Secondaire en spectacle**
Demain, 19 h 30, à la salle Anaïs-Allard-Rousseau



Annie Villeneuve est en spectacle aujourd'hui, au centre des arts de Shawinigan.

Départager le faux du vrai



Éric Langevin

eric.langevin@lenouvelliste.qc.ca

Je suis loin d'être un amateur de hockey, ni même de télé-réalité. Mais j'ai eu beaucoup de plaisir dimanche dernier. J'ai regardé le premier match de la *Série Montréal-Québec* et j'y ai éprouvé un certain plaisir à voir ces joueurs du dimanche recevoir un traitement télévisuel digne des joueurs de la Ligue nationale. Je conviens que ce n'est d'aucun intérêt pour les amateurs de vrai hockey. Les jeux souvent décousus et les rondelles trop souvent laissées sur la glace sans que les joueurs ne soient capables de la quérir me donnent l'indice que le calibre de jeu n'est pas très relevé, sans être complètement médiocre. Je conviens aussi de l'inutilité des émissions de semaine au cours desquelles on voit les joueurs aux repas et dans leur chambre d'hôtel à discuter de n'importe quoi, en sortant de la douche, la serviette autour de la taille, tentant peu discrètement de faire disparaître la démangeaison soudaine à l'enveloppe cutanée testiculaire.

Cependant, j'ai eu beaucoup de plaisir à voir Michel Bergeron, debout sur le banc des joueurs à engueuler l'arbitre Ron Fournier à la suite de deux décisions jugées mauvaises par le coach de Québec. J'y ai revu les épisodes de la rivalité Canadiens-Nordiques alors que Bergeron était au sommet de sa fougue.

Mon père, grand partisan des Canadiens de cette époque, haïssait tellement Michel Bergeron, que mon frère, ma sœur et moi, nous l'haïssions aussi ce maudit Bergeron.

Dimanche, le tigre est ressorti du sac. Il a retrouvé son langage de l'époque et ses réactions orageuses aussi. Or, une question se pose: est-ce que tout ça était prévu d'avance? Est-ce que la

production peut avoir souhaité et provoqué toutes les frasques de Bergeron afin de mousser la popularité de la série? C'est possible.

Personnellement, je ne reconnais pas à Michel Bergeron la capacité d'être un aussi bon comédien au point qu'il puisse feindre les colères comme il l'a fait dimanche dernier. Je crois simplement que, derrière un banc des joueurs, le fougueux tigre perd toutes notions de contrôle de lui-même et se laisse emporter.

D'autres esprits plus maquiavéliques croient qu'on a pu demander à l'arbitre Ron Fournier de créer une certaine controverse, notamment en refusant un but, en plus de demander à Bergeron de ne pas se gêner pour se laisser emporter, provoquant ainsi un certain intérêt pour la série. Ça se défend. Si tel est le cas, Bergeron en aura certainement mis plus que ce que le client en voulait parce que ses propos truffés de sacres et de gros mots outrepassaient la bonne conduite.

Ce qui fait en sorte que je crois beaucoup moins à cette version, c'est que je suis certain que Bergeron ne peut pas jouer aussi bien la comédie.

J'en veux pour preuve ses discours dans la chambre des joueurs qui doivent être faits à des moments précis les diman-

SOMMAIRE

À la une	E3
Arts visuels	E13
C'était hier	E9
Cinéma	E4-E5
Disques	E16
Divertissements	E14-E15
DVD-Vidéo	E13
Entrevue	E6
Les vins	E17
Livres	E8
Mégagrille	E12
Télévision	E7
Tourisme	E18 à E20

PRIX LIMONADE

Le conseil d'administration de la Corporation des Petits chanteurs de Trois-Rivières recommandera, lundi, lors d'une assemblée générale, l'adoption d'une résolution transférant les activités de l'école des Petits chanteurs au Collège Marie-de-l'Incarnation. Je trouve dommage que l'on doive abandonner l'école publique. Les coûts, même avec l'aide de la Fondation du CMI, seront nécessairement plus élevés et cela fera en sorte de restreindre l'accès aux jeunes dont les parents sont moins aisés. Par contre, si c'est ce qu'il faut pour maintenir l'institution, je comprends qu'on en arrive à une telle décision.



RITA LAFONTAINE

Une petite mine d'art pour l'UQTR



LINDA CORBO

linda.corbo@lenouvelliste.qc.ca

Trois-Rivières — Foncièrement respectueuse des textes qui lui sont confiés, la comédienne Rita Lafontaine les adopte et les décortique de manière à en comprendre toutes les ramifications et à saisir le sens et l'utilité de chaque mot que l'auteur a choisi.

Parfois, pour les comprendre encore davantage, elle va jusqu'à déborder de son texte en répétitions, en ajoutant à haute voix un sous-texte pour appuyer encore l'émotion qui y est reliée. C'est ainsi que chaque mot qui sort de sa bouche, le soir de la représentation, prend tout son sens et que son personnage revêt toute sa pertinence.

«De me retrouver ici, dans mes pas de jeune fille, ça fait drôle et ça me réjouit en même temps»



PHOTO: STÉPHANE LESSARD

Son grand complice, le metteur en scène André Brassard, se plaît à nommer cette façon de travailler: la méthode Lafontaine. Même qu'il l'enseignait à ses étudiants l'École nationale de théâtre. Mais encore, Rita Lafontaine sait qu'un autre professeur enseigne aujourd'hui lui aussi ses trucs à l'UQAM.

Ceci dit, la vraie méthode Lafontaine, ce sont les étudiants de l'UQTR qui l'auront, puisqu'elle sera enseignée par l'auteure elle-même dès l'automne 2010 dans un tout nouveau «Certificat

Rita Lafontaine sera à Trois-Rivières le 30 mars pour la pièce *Le paradis à la fin de vos jours*, et dès septembre pour enseigner à l'UQTR.

en interprétation théâtrale». Un certificat d'un an qui sera réservé à 30 élèves seulement, pour un maximum d'efficacité.

La comédienne n'en sera pas à ses premières armes comme professeure. Rita Lafontaine a dispensé des ateliers de théâtre dans son église de Ham-Sud en 2006, puis en 2007 à Montréal. Elle a aussi déjà donné des cours privés, sans compter sept semaines à l'École nationale de théâtre, où elle enseignait l'oeuvre de son

autre acolyte de toujours, Michel Tremblay.

«J'adore enseigner, être en contact avec les gens qui s'intéressent aux grands auteurs, aux grandes pièces et à toute l'essence qu'on peut en tirer. Quand on essaie de comprendre les personnages, c'est l'humain qu'on étudie», dit-elle.

«Je trouve ça beau de voir travailler des comédiens, de voir l'intelligence et la passion qui se dégagent de tout ça.»

À Trois-Rivières, la perspective d'encadrer le tout dans un programme universitaire lui sourit d'autant plus qu'elle sera ainsi appelée à vivre trois jours par semaine dans sa ville natale, là où elle cultive de belles amitiés et retrouve sa parenté. «De me retrouver ici, dans mes pas de jeune fille, ça fait drôle et ça me réjouit en même temps.»

L'idée d'offrir un tel cours à Trois-Rivières lui est venue de son ami, l'artiste Jean Beaulieu, et tout s'est orchestré au cours de la dernière année pour concrétiser le tout. «C'est un beau rêve, un bel événement dans ma vie», dit-elle. «J'aime la vie parce qu'elle est pleine de surprises et quand elle sont bonnes, ça fait du bien...»

Un métier d'humilité

À Trois-Rivières, les élèves du nouveau programme apprendront une panoplie de notions, de l'histoire du théâtre jusqu'à la diction et le mouvement en passant par la représentation sur scène. En deuxième session, ils se produiront devant public à Trois-Rivières. Or dans ce cours, ils apprendront aussi l'humilité.

«J'ai appris que le métier de comédienne en est un d'humilité où il fait aimer et respecter les autres» dit-elle. «Dans mon métier, il y a souvent des comédiens et comédiennes qui ne sont pas simples. Chez ceux qui veulent apprendre, il y a une curio-

sité, une passion, et moins d'ego généralement.» Par ailleurs, l'apprentissage est parfois moins une affaire de talent que de confiance en soi, considère-t-elle.

Pour accéder au programme, les étudiants devront passer par une présélection, puis par une audition. Ceci dit, Rita Lafontaine estime qu'il n'y a pas d'âge pour s'y adonner. Le but de son programme n'est pas conçu spécifiquement pour diriger les étudiants vers une grande école de théâtre. «Peut-être que des gens de 50-60 ans aimeraient avoir la chance de jouer un tout petit rôle au cinéma... Ça en prend aussi.»

La comédienne a pour sa part débuté des cours de théâtre au deuxième étage de l'édifice qui abrite aujourd'hui le Café Morgane, coin Royale et des Forges, avec George Carrère, puis à Montréal auprès de l'acteur Paul Hébert, et enfin avec Paul Buissonneault, à l'Université de Montréal, où elle était secrétaire. C'est là qu'en juin 1964, elle est montée sur scène et qu'André Brassard l'a remarquée. En septembre 1964, elle rencontrait Michel Tremblay. On connaît la suite.

«Des fois, si on n'a pas la volonté féroce de réussir, on dirait que ça dégage une espèce de liberté. Prenez Fred Pellerin», donne-t-elle en exemple. «Il a commencé sans savoir où ça le mènerait. C'est souvent comme ça que ça arrive...»•

L'enseignement, en marge de la scène et du cinéma

Trois-Rivières (LC) — Si on la voit moins ces temps-ci au petit écran, Rita Lafontaine est passablement occupée sur scène. En 2006 et 2007, c'est la pièce *Oscar et la dame rose*, d'Éric-Emmanuel Schmitt, qui lui a fait faire le tour de la province. Depuis août 2008, ce sont les mots de Michel Tremblay qui l'occupent avec la pièce *Le paradis à la fin de vos jours*.

Le 1er avril prochain, elle terminera sa tournée au bout de 89 représentations en un an et demi. Or le 30 mars, elle a rendez-vous avec Trois-Rivières et son trac n'en sera que plus grand, dit-elle. Car il est toujours là, peu importe l'expérience. «Le trac en fait, c'est de vouloir toujours bien faire, être impeccable, ne pas décevoir. Quand je joue à Trois-Rivières, il y a beaucoup de gens que je connais dans la salle...»

Jusqu'en juin, la préparation de ses cours et la

sélection des étudiants occuperont son agenda, sans compter que cet été, il est possible qu'elle soit en tournage pour la suite du film familial *Noémie*.

Au cinéma, c'est toutefois dans le premier film du réalisateur Michel Monty qu'on la verra tout d'abord, possiblement à l'automne, sous le titre *Cent milliards de neurones*. Elle y sera entourée de François Papineau, Julie Le Breton, Raymond Cloutier et Charles-Antoine Perreault, un jeune homme qu'elle a trouvé admirable sur le plateau.

Le garçon incarne un enfant qui a perdu son père et qui tentera de le remplacer et d'honorer sa mémoire jusqu'à s'en faire une obsession. Rita Lafontaine incarnera sa grand-mère. Le tout est filmé dans le contexte de l'année 1964, avec les costumes de l'époque. «Ça m'a fait revivre de bien belles choses...»•

La vengeance est-elle douce au cœur du chirurgien?

Les sept jours du talion explore la vengeance en profondeur



FRANÇOIS HOUDE

francois.houde@lenouvelliste.qc.ca

Trois-Rivières — *Les sept jours du talion* n'avait même pas eu de première projection de presse au Québec qu'il faisait l'objet d'une rumeur très favorable à cause du succès connu au dernier festival de Sundance, le prestigieux événement américain de cinéma indépendant. Cumulé à la curiosité que le film suscitait déjà ici, l'équation nous indique que les attentes sont élevées.

Les 7 jours du talion les comble, ne vous en faites pas. C'est un film dur et cru mais bien maîtrisé, bien que son réalisateur, Podz (Daniel Grou), soit un nouveau venu au cinéma. Pour ceux qui n'ont pas lu le roman de Patrick Senécal, qui signe l'adaptation à l'écran de son oeuvre, on peut dire que ça traite de la vengeance, la culpabilité, la douleur en plusieurs teintes de la cruauté.

Un médecin de 38 ans, Bruno Hamel (Claude Legault), voit sa vie complètement bouleversée quand sa petite fille de 8 ans est



Claude Legault incarne un médecin de 38 ans, Bruno Hamel, qui voit sa vie complètement bouleversée quand sa petite fille de 8 ans est enlevée puis tuée par un maniaque sexuel (Martin Dubreuil). Il lui fera subir son châtiment: sept jours de tortures les plus atroces.

enlevée puis tuée par un maniaque sexuel. Fou de douleur, Hamel pète les plombs d'une façon froidement cruelle et entreprend, dans une inexorable démarche, de se faire justice à sa façon. Quand l'escouade policière menée par Hervé Mercure (Rémi Girard), un homme qui a perdu sa femme assassinée six mois plus tôt, met la main au collet du meurtrier

(Martin Dubreuil), Hamel kidnappe ce dernier et l'entraîne dans une maison au milieu de nulle part (dans le coin de Charette, en Mauricie) pour lui faire subir son châtiment: sept jours de tortures les plus atroces.

La majeure partie du film se déroule après le kidnapping du meurtrier. C'est la vengeance de Hamel à laquelle s'intéresse Podz. On plonge donc dans le délire du père, sa souffrance infinie, son insatiable besoin de réparation. Des émotions qui trouvent leur miroir dans celles du policier qui dirige l'enquête mais qui est quand même contraint de stopper Hamel. On est donc plongé dans une sorte d'étude psychologique avec la cruauté comme canevas.

Le film fait un décompte inexorable des sept jours du talion, sept horribles jours de torture. Pour la victime, évidemment, mais un peu aussi pour les spectateurs parce que le film dérange par le regard froid et un peu analytique qu'il porte sur les tortures infligées au meurtrier. Les maquillages et effets spéciaux sont particulièrement efficaces. On croit totalement aux blessures de la victime et ce n'est pas délicat.

Est-ce trop? Non, pas forcément. Que ce soit dur et dérangeant ne constitue pas un problème majeur en soi, mais il est préférable d'en être averti.

Podz et Senécal s'intéressent à ce qui se passe dans la tête et le coeur de Bruno Hamel. Ils ont truffé leur récit de symboles pour nous faire comprendre ce qui se passe dans le cerveau de cet homme dont on a toutes les raisons de croire que c'est quelqu'un de bien qui, devant une insupportable douleur, bascule dans une vengeance déraisonnable. La culpabilité? Ça pourrait être la motivation de fond qui pousse notre homme. Mais cela n'est pas bien clairement démontré. C'est peut-être la faiblesse du film, le fait qu'on n'étoffe pas davantage le propos de fond. D'accord, on comprend que la vengeance est inutile et qu'il est préférable d'assumer la souffrance. Mais encore?

D'ailleurs, on se demande: la culpabilité est-elle la source profonde de l'action de Bruno Hamel? On propose la piste sans la confirmer ni l'infirmer. Le policier Mercure et Hamel ont une relation intéressante puisque les deux ont vécu sensiblement les mêmes choses, nourrissant les mêmes sentiments mais réagissent différemment. Lequel a raison? Les deux sont des espèces de zombies du malheur. Est-ce à dire que si on souffre d'avoir perdu quelqu'un qu'on aime, on est condamné, peu importe notre réaction? Vu ainsi, la vengeance n'apparaît pas si condamnable.

Par ailleurs, la réalisation de Podz était un élément très intrigant. Tout simplement brillant à la télévision (*Minuit le soir*, *C.A.*), comment allait-il transporter son incontestable talent au grand écran? Il le fait particulièrement bien avec le très grand mérite d'éviter de trop en faire. Sa signature s'exprime à travers ses éclairages blancs bleutés, d'une terrible froideur, et ses plans étudiés. Pour le reste, il est particulièrement sobre. Il a mis toute sa science au service de son récit sans chercher à épater la gale-

LES SEPT JOURS DU TALION

Suspense de Podz avec Claude Legault, Rémi Girard et Martin Dubreuil.

Le père d'une fillette kidnappée, violée et assassinée kidnappe le meurtrier et lui fait subir sept jours de tortures choisies.

Un film sombre, fort bien réalisé et interprété mais qui peut être trop éprouvant pour les coeurs sensibles.



rie. Dans le cadre d'une première réalisation au cinéma, c'est très méritoire.

Cette attitude peut d'ailleurs s'appliquer à ses interprètes. Claude Legault est excellent, au même titre que Rémi Girard. Quelqu'un voit-il là une quelconque surprise? Ni l'un ni l'autre ne cherche à faire un spectacle de son interprétation. Ils se confondent tout simplement avec leur personnage et c'est bien là leur très grand mérite. Legault est tout simplement remarquable. Martin Dubreuil, dans le rôle du meurtrier victime de la vengeance, paie énormément de sa personne.

Il est crédible et irréprochable dans le rôle du torturé. Malgré l'opprobre, on souffre un peu avec lui. Mais vous essaieriez de faire valoir toute votre palette d'interprétation quand vous passez tout le film nu et enchaîné à subir des sévices.

La question qui tue, maintenant: devriez-vous aller voir le film? Si vous avez la couenne dure: oui, sans aucun doute. Les coeurs légers qui palpitent à la vue de la moindre ecchymose, abstenez-vous. Attendez la sortie en vidéo alors que vous pourrez compter sur l'aide providentielle du bouton *Fast Forward*.

Le Nouvelliste folio vous lirez loin **SEVILLE**

INVITENT 100 PERSONNES À LA PREMIÈRE DE LA COMÉDIE FAMILIALE

10 livres « Le Petit Nicolas » à gagner!

Le Petit Nicolas

Un film de LAURENT TIRARD
D'après l'oeuvre de RENÉ GOSCINNY et JEAN-JACQUES SEMPÉ
Avec VALÉRIE LEMERCIER, KAD MERAD, SANDRINE KIBERLAIN et MAXIME GODARD

FILM D'OUVERTURE DU FESTIVAL INTERNATIONAL DU FILM POUR ENFANTS DE MONTRÉAL

LE JEUDI 18 FÉVRIER À 19H AU CINÉMA FLEUR DE LYS
4520, BOULEVARD DES RÉCOLLETS, TROIS-RIVIÈRES

Concours «LE PETIT NICOLAS» LE DROIT
400 boul. de Maisonneuve ouest, Bureau 1120, Montréal, QC Canada, H3A 1L4

NOM _____
ADRESSE _____
VILLE _____
CODE POSTAL _____ ÂGE _____
NUMÉRO DE TÉLÉPHONE _____
Prière d'écrire lisiblement

Pour participer: Aucun achat requis. Remplissez le coupon ci-joint et postez-le à l'adresse indiquée. L'annonce sera publiée les 4, 5 et 6 février 2010 et le tirage aura lieu le 11 février 2010. 10 gagnants recevront par la poste une invitation pour quatre personnes ainsi qu'un livre *Le Petit Nicolas* et 15 gagnants recevront une invitation pour quatre personnes. La valeur des prix est de 1100\$. Les fac-similés ne sont pas acceptés. Une seule participation par jour par adresse de résidence est acceptée. Règlements du concours disponibles chez Les Films Séville.

À L'AFFICHE DÈS LE 19 FÉVRIER 2010!
www.lepetitnicolas-lefilm.ca

3349450-P

**LOUIS MORISSETTE
PIERRE-LUC BRILLANT
MAXIM ROY**

SANDRINE KIBERLAIN

**ROMAINE
PAR MOINS 30**

UNE COMÉDIE D'AGNES OBADIA

PRODUIT PAR NICOLAS BLANC COPRODUIT PAR ROGER FRAPPIER LUC VANDAL DENISE ROBERT DANIEL LOUIS ET LAURENT BENEGUI

WWW.TVAFILMS.COM

À L'AFFICHE DÈS LE 12 FÉVRIER

«UNE BONNE COMÉDIE FAMILIALE!»

ELI FERRADAS, WSVN-TV/MIAMI

«DWAYNE JOHNSON EST LE CHAMPION DES FILMS POUR LA FAMILLE!»

GREE RUSSELL, THE MOVIE SHOW PLUS, WMYD-TV/DETROIT

LA FÉE DES DENTS

(Version Française de FOOTIT FAULT)

À L'AFFICHE!

Consultez les guide-horaires ou visitez les sites web suivants:
cinéplex.com, cinentreprise.com, enprimeur.ca

Efficace mais pas royal

Sonia Sarfati

La Presse

Après les dérapages qu'il a commis au cours des dernières années, Mel Gibson revient au jeu dans le rôle d'un homme qui n'a plus rien à perdre. Un peu comme l'acteur-réalisateur-producteur... et c'est peut-être pour cela que le personnage de Thomas Craven lui colle aussi bien à la peau. Ça, et le fait que derrière la caméra se trouvait Martin Campbell. Celui qui a réalisé *Casino Royale* et insufflé une nouvelle vie à James Bond; et qui, au milieu des années 80, a signé la mini-série britannique sur laquelle est basé *Edge of Darkness*.

Parce qu'à l'origine de ce thriller se trouvait six heures de matériel dense et sombre. On y suivait, comme on suit dans le long métrage, un détective dont la fille, Emma (Bojana Novakovic, juste), est assassinée. Il est, dans un premier temps, persuadé qu'il était la cible et qu'elle est tombée sous une balle qui lui était destinée, à lui.

Poussé par la culpabilité et la douleur, il mène l'enquête. Et découvre des pans de la vie de sa fille dont il ne soupçonnait pas l'existence.

Il comprend alors que le tueur la visait, elle. Il voudra savoir pourquoi et mettra le doigt dans un engrenage politico-financier - et sur la gâchette. Sur sa route, des alliés et des ennemis. Parmi eux, peut-être noirs peut-être blancs mais portant le «gris neutre» au départ, notons Darious Jedburgh (Ray Winstone, excellent), un agent du gouvernement qui oeuvre dans l'ombre; et Jack Bennett (Danny Huston, convaincant), la tête dirigeante de l'entreprise qui employait Emma.

Disons que les scénaristes William Monahan (*The Departed*) et Andrew Bovell, qui ont condensé la série en un long métrage, ont eu de bons réflexes. Transposer l'intrigue à Boston, ville qui a un important passé irlandais, alors

AUX FRONTIÈRES DES TÉNÈBRES

Thriller de Martin Campbell. Avec Mel Gibson, Ray Winstone, Danny Houston, Bojana Novakovic. 2 h 01

Un détective de Boston enquête sur la mort de sa fille, tombée sous une balle qui, croit-il, lui était destinée à lui.

Mel Gibson en homme qui n'a plus rien à perdre devant la caméra de celui qui a ressuscité James Bond avec *Casino Royale*. Efficace mais pas original.



On ne sent pas l'adaptation sur les fronts lieux et temps. C'est moins le cas en ce qui concerne le déroulement de l'enquête: le foisonnement de pistes, les masques qui tombent et les identités qui se révèlent, tout cela avait le temps d'être exposé et exploité en six heures. Pas en deux. Ce qui explique probablement pourquoi le film se déroule sur deux rythmes. Très lent pour les premiers actes, où les choses et les gens s'installent. Très rapide pour le dernier, où les boucles se bouclent. Le résultat, là, est moins convaincant.

Heureusement, pour lier le tout du mieux possible, la réalisation de Martin Campbell. Ses choix sont percutants et efficaces. En particulier dans cette volonté de réalisme cru (il ne fait pas dans la dentelle quand des personnages se cognent dessus ou reçoivent une balle) et de «prise par surprise»: les scènes d'action ne sont pas annoncées, le drame arrive quand on ne s'y attend pas prenant personnages et spectateurs par surprise.

Bref, un retour encourageant pour Mel Gibson. S'il peut en plus éviter les colonnes de journaux à potins, il pourrait regagner bien des points sur l'échelle de la popularité.

que l'original se déroulait dans la Grande-Bretagne de Margaret Thatcher, est une excellente idée. Les enjeux qu'ils ont trouvés pour remplacer la Guerre froide qui servait de trame de fond à l'oeuvre télévisuelle, passe sans heurt.

En fait, qui ne connaît pas le «passé» de cette histoire peut la prendre pour un récit original.

CINÉMA

À L'AFFICHE CETTE SEMAINE

Alvin et les Chipmunks ★★★

Comédie. Alvin, Simon et Théodore sont de retour. Cependant, cette fois, les Chipmunks doivent mettre de côté leur célébrité pour retourner à l'école. Pour sauver le programme de musique de leur école, ils participent à un concours mettant 25 000 \$ à l'enjeu et affrontent ainsi des rivales très séduisantes.

Avatar (3D) ★★★★★

Aventures de science-fiction. Un ancien soldat devenu paraplégique est sélectionné pour le projet Avatar devant lui permettre de marcher à nouveau. Il se rend sur la planète Pandora où règnent les Navi, une espèce humanoïde considérée comme primitive par les humains mais qui vit en harmonie avec son environnement. Quand les humains détruisent celui-ci à la recherche d'un minerai précieux, les Navi défendent brutalement leur monde.

Bons baisers de Paris ★★

Action. Une jeune employée de bureau de l'ambassade américaine et un agent secret américain doivent s'associer pour arrêter une attaque terroriste à Paris.

C'était à Rome ★★★

Comédie sentimentale. Beth est une jeune agente immobilière prisée mais très malchanceuse en amour. À Rome pour le mariage de sa soeur, elle vole des pièces de monnaie dans une fontaine d'amour et est alors poursuivie par les hommes à qui appartenaient ces pièces, devenus fous amoureux d'elle.

Cher John ★★★

Drame romantique. Durant une courte permission, un jeune soldat américain rencontre une charmante jeune femme. Les événements qui suivent obligent le militaire à faire un choix déchirant entre ses sentiments amoureux et son devoir patriotique.

La fée des dents ★★

Comédie fantaisiste. Un acte déplacé de la part d'un joueur de hockey d'une ligue professionnelle mineure conduit à une drôle de sentence: il doit incarner la fée des dents!

La frontière des ténèbres ★★★

Suspense. La fille activiste de Thomas Craven, un inspecteur de police, est assassinée. Il mène l'enquête et découvre que le meurtre de sa fille est lié à une affaire de corruption au sein de la ville. Un agent est envoyé pour effacer les preuves de l'implication du gouvernement dans l'affaire.

Légion ★★

Suspense de science-fiction. Que se passe-t-il quand Dieu perd foi en l'humanité et envoie une légion d'anges pour exterminer la race humaine? Un groupe de résistance se forme en plein désert, guidé par l'archange Michael.

La nostalgie de l'ange ★★

Drame fantastique. Une jeune fille qui a été brutalement violée puis assassinée, observe du Paradis les répercussions que sa mort cause au reste de sa famille. Ses parents s'éloignent tranquillement l'un de l'autre alors que son père est hanté par la vengeance et que sa soeur grandit comme la femme qu'elle ne sera jamais.

Les sept jours du talion ★★★

Suspense. Quand sa jeune fille est violée puis assassinée, un chirurgien sans histoire bascule dans une folie vengeresse. Il kidnappe le meurtrier arrêté par la police et l'isole dans une maison pour le torturer pendant sept jours avec l'intention de l'exécuter au terme de ses souffrances. Après quoi seulement, il se rendra à la police.

Le Nouvelliste SEVILLE INVITENT 100 PERSONNES À LA PREMIÈRE DU FILM

YVES JACQUES JACQUES GODIN ANDRÉE LACHAPPE ALIOCHA SCHNEIDER
UN FILM DE LEA POOL

La Dernière Fugue

D'APRÈS LE ROMAN «UNE BELLE MORT» DE GIL COURTEMANCHE
UNE PRODUCTION DE LYSE LAFONTAINE ET NICOLAS STEIL

FILM D'OUVERTURE DES RENDEZ-VOUS DU CINÉMA QUÉBÉCOIS

EN COMPAGNIE DES COMÉDIENS ET ARTISANS DU FILM
LE JEUDI 25 FÉVRIER À 19H30 AU CINÉMA FLEUR DE LYS (GALAXY)
4520, BOULEVARD DES RÉCOLLETS, TROIS-RIVIÈRES

Concours «La dernière fugue» - LE NOUVELLISTE
400 boul. de Maisonneuve ouest, Bureau 1120, Montréal, QC Canada, H3A 1L4

NOM _____
ADRESSE _____
VILLE _____
CODE POSTAL _____ ÂGE _____
NUMÉRO DE TÉLÉPHONE _____
Prière d'écrire lisiblement

Pour participer: Aucun achat requis. Remplissez le coupon ci-joint et postez-le à l'adresse indiquée. L'annonce sera publiée les 5 et 6 février et le tirage aura lieu le 11 février 2009. Quarante-vingts dix gagnants recevront par la poste une invitation pour deux personnes et dix gagnants recevront une invitation double, ainsi que le livre «Une belle mort».

La valeur des prix est de 1100\$. Les fac-similés ne sont pas acceptés. Une seule participation par jour par adresse de résidence est acceptée. Règlements du concours disponibles chez Les Films Séville.

À L'AFFICHE DÈS LE 26 FÉVRIER 2010!
www.ladernierefugue-lefilm.com 3349487-P

GO FILMS. ALLIANCE VIVAFILM PRÉSENTENT
CLAUDE LEGAULT
RÉMY GIRARD MARTIN DUBREUIL FANNY MALLETTE

«VIOLENT, PUISSANT, SUBTIL, UNE BELLE RÉUSSITE!»
MARC CASSIVI

«LA QUALITÉ DE LA RÉALISATION ET DU JEU EST IMPECCABLE!»
ANNE BOUCHER, CHEZ NOUS LE MATIN

SELECTION OFFICIELLE FESTIVAL DU FILM DE SUNDANCE 2010

UN FILM DE PODZ
UNE PRODUCTION DE NICOLE ROBERT
D'APRÈS LE ROMAN DE PATRICK SÉNÉGAL

LES SEPT JOURS DU TALION

WWW.GOFILMS.CA

PRÉSENTÉMENT À L'AFFICHE!

channing tatum amanda seyfried

Écrit par Nicholas Sparks, Auteur du best-seller *LES PAGES DE NOTRE AMOUR*

CHERJOHN
Version française québécoise de *DEAR JOHN*

Et si vous receviez une lettre qui changeait tout?

PRÉSENTÉMENT À L'AFFICHE!
www.vivafilm.com POUR LES HEURES DE REPRÉSENTATIONS

Place BIERMANS CINÉMA
Horaire du 5 au 11 février 2010
539.8899

LES SEPT JOURS DU TALION (16+V+HARR)
Ven. au Dim.: 13h05 - 15h20
Tous les soirs: 19h00 - 21h20
Couche-tard Vendredi & Samedi: 23h45

BON BAISSERS DE PARIS (13+V+LV)
Ven. au Dim.: 13h00 - 15h00 - 17h00
Tous les soirs: 19h00 - 21h20
Couche-tard Vendredi & Samedi: 23h20

CHER JOHN (G)
Ven. au Dim.: 12h55 - 15h15
Tous les soirs: 18h55 - 21h15
Couche-tard Vendredi & Samedi: 23h30

AVATAR 3D (G)
Ven. au Dim.: 12h30 - 15h40
Tous les soirs: 18h50 - 22h00

LA FRONTIÈRE DES TÉNÈBRES (13+V)
Ven. au Dim.: 13h00 - 15h25
Tous les soirs: 19h00 - 21h25
Couche-tard Vendredi & Samedi: 23h50

ALVIN ET LES CHIMPUNKS: LA SUITE (G)
Tous les soirs: 13h00 - 15h00 - 17h00

LÉGIION (13+V+HARR)
Tous les soirs: 19h10 (sauf Lun. et Jeu.) - 21h25
Couche-tard Vendredi & Samedi: 23h30

LA FÉE DES DENTS (G)
Ven. au Dim.: 12h50 - 15h05
Tous les soirs: 19h05 - 21h15
Couche-tard Vendredi & Samedi: 23h25

C'ÉTAIT À ROME (G)
Ven. au Dim.: 12h55 - 14h55 - 16h55
Tous les soirs: 19h05 - 21h20
Couche-tard Vendredi & Samedi: 23h20

CINÉ-CLUB TULPAN (G)
Merc.: 15h00 / Lun. et Jeu.: 19h00

Apprendre et être stimulé

Claude Legault a trouvé un rôle à son goût dans *Les sept jours du talion*

François Houde

francois.houde@lenouvelliste.qc.ca

Trois-Rivières — Il a beau être un des acteurs les plus visibles au Québec depuis quelques années, Claude Legault a quand même le luxe de choisir ses rôles. En adoptant la peau du Dr Bruno Hamel dans *Les sept jours du talion*, il a trouvé un personnage qui l'a profondément interpellé et qui lui a offert un défi stimulant.

On devine aussi, et Legault en convient volontiers, que le rôle a impliqué une certaine forme de souffrance. «C'était un défi très stimulant mais dur, aussi. Je me suis tellement demandé comment je pourrais l'interpréter. J'ai foncé et j'ai vécu de grosses angoisses. Finalement, Podz et moi, on a convenu que ça ne pouvait pas être une question technique, qu'il fallait juste être dans la vérité du personnage.»

Une vérité pas confortable du tout. Rappelons, pour ceux qui ne le savent pas, que le personnage de Bruno Hamel est un père dont la fillette a été violée et tuée par un maniaque. Quand la police met le grappin sur l'individu, Hamel trouve le moyen de l'enlever pour l'isoler et le torturer pendant sept jours avant de se rendre à la police. «C'est un film sur la vengeance et la culpabilité. Il se venge en partie parce qu'il se sent coupable de ne pas avoir été là pour empêcher



PHOTO: LA PRESSE

Dans la peau d'un médecin, père d'une fillette qui a été violée et tuée par un maniaque, Claude Legault a trouvé un rôle exigeant et confrontant qui lui a offert un défi à la hauteur de ses exigences.

ce qui est arrivé à sa fille. Il le fait aussi à cause de sa grande souffrance. Perdre son enfant de cette façon, c'est l'horreur; ça doit être épouvantable à vivre.»

«C'était intéressant, parce que Bruno Hamel est quelqu'un qui,

normalement, sauve des vies, mais dans les circonstances il traverse du côté sombre. Il pense que la vengeance va le soulager. Sauf que plus il se venge, pire est son état émotionnel. J'imagine que c'est une situation qui doit venir chercher toutes les failles morales qu'un individu peut avoir au fond de lui.»

La souffrance du personnage apparaît telle au spectateur qu'on se demande si le personnage avait vraiment le choix de se venger. Legault a son opinion sur le sujet.

«Oui, il aurait pu ne pas se venger. Malgré l'extrême douleur, la plupart des gens dans la même situation arrivent à survivre sans cette vengeance. J'imagine que chaque individu s'en sort avec les munitions intimes qu'il a. Certains tombent dans une profonde dépression. La réaction de haine est normale, mais je ne sais pas si c'est justifiable pour autant. On vit dans une société qui a ses règles, son éthique sociale. Le film remet beaucoup de choses en question

comme la justice, les peines pénales, etc. Personnellement, je trouve qu'on devrait donner des peines plus sévères et travailler davantage dans le sens de la réhabilitation des criminels dangereux. Ceux qu'on ne peut réhabiliter, il faut faire en sorte qu'ils ne puissent pas nuire. Il faut mettre plus d'argent dans notre système carcéral pour protéger les gens.»

Les spectateurs trouveront sans doute que Legault atteint une vérité troublante dans son interprétation. Le truc? «Avant chaque scène, Podz (le réalisateur) me disait de me rappeler ce que ce pervers avait fait subir à ma fille. Je me mettais en tête ce qu'ont dû être les derniers moments de cette fillette et j'étais toujours dans cette émotion-là. J'ai appris à travers les années que quand je nourris bien mon personnage au niveau émotionnel, ça se manifeste d'une certaine façon dans mon visage.»

«Ce qui m'intéresse d'abord et avant tout au bout du compte, c'est le public et je pense qu'il va

embarquer. Je suis satisfait du travail qu'on a fait. Ça a été un rôle compliqué et j'ai appris des choses à travers ça. C'est ça que je recherche dans mon métier.»

Par ailleurs, Claude Legault a pris une certaine pause dans son métier de comédien. Un besoin de se ressourcer après avoir été présent de façon constante pendant près de huit ans à la télévision. «J'ai refusé de belles offres mais je n'étais pas là dans mon cheminement. Par honnêteté, j'ai préféré décliner.»

Il a pris de longues vacances l'été dernier et il est présentement à l'écriture de quelques projets dont un de série pour la télé mettant en vedette des policiers dans le cadre de leurs patrouilles quotidiennes.

«Écrire est plus épuisant que de tourner. Les journées sont lourdes, c'est confrontant mais en même temps, je me dis que j'ai la chance d'avoir un crayon avec lequel je pourrai, éventuellement, créer de la job pour 150 personnes. Ça me valorise.»

À la Saint-Valentin, dites-le en spectacle



Entre le 1^{er} et le 14 février

Achetez une paire de billets d'un spectacle inscrit au calendrier Temps SHOW et obtenez gratuitement une paire de billets* pour le spectacle d'un artiste québécois de la relève (chanson, musique et humour).

Faites vite! Les quantités sont limitées!

Détails sur adisq.com

Le calendrier Temps SHOW est disponible dans les salles de spectacles et chez les disquaires participants.

*Dans les billetteries des salles participantes.

ADISQ
Association québécoise de l'industrie du disque, du spectacle et de la vidéo

Québec

musicaction
Canada

Le Nouvelliste

LE NOUVELLISTE
VOTRE
QUOTIDIEN...
CULTUREL

Le Nouvelliste
LEADER DE L'INFORMATION RÉGIONALE

Éric
Langevin

eric.langevin@lenouvelliste.qc.ca

François
Houde

francois.houde@lenouvelliste.qc.ca

Linda
Corbo

linda.corbo@lenouvelliste.qc.ca

Marie-Josée
Montminy

mariejosee.montminy@lenouvelliste.qc.ca

Petite chronique réservée aux amis des animaux



LINDA CORBO
linda.corbo@lenouvelliste.qc.ca

Trois-Rivières — Il y a un peu plus d'un an, j'ai réalisé une entrevue avec Jacinthe Bouchard, une spécialiste du comportement animal qui publie des livres sur son art, qui dispense des cours, qui présente quelques chroniques ici et là au petit écran et à la radio, et qui habite une petite maison à Cap-de-la-Madeleine.

Sa demeure lui sert de pied-à-terre puisqu'en réalité, elle passe beaucoup de son temps à travers le monde, à côtoyer les lions, les tigres, les éléphants, les hippopotames, les loups, les girafes, les primates, les ours et les dauphins. Je l'avais trouvée tout bonnement fascinante, d'autant plus qu'elle a étudié en gestion des entreprises et qu'elle a tout laissé de côté pour se vouer à sa

passion, celle des animaux.

Si je vous en parle aujourd'hui, c'est que vous aurez une petite chance de la voir à l'œuvre ce soir à 19 h sur les ondes de TV5, dans le cadre de la très belle émission *Humanima*. Jacinthe Bouchard y fera l'objet d'un reportage de 30 minutes qui nous permet de la voir évoluer dans son élément naturel, parmi les animaux qu'elle étudie et qu'elle affectionne.

Car si au Québec on fait appel à elle pour des conseils adaptés aux chiens ou aux chevaux, la donne change sur d'autres continents où on la réclame pour des services tout autres, que ce soit pour un exercice de désensibilisation auprès de quelques primates, pour faciliter certains contacts entre les animaux sauvages et les humains, ou pour aider les animaux à recevoir des soins et des médicaments sans être obligés de subir de contention ou d'anesthésie.

Au cours de cette émission, on la retrouve notamment à Bangkok, dans un zoo où elle



Jacinthe Bouchard, une résidente de Cap-de-la-Madeleine, fait l'objet d'un reportage intitulé «Entraîneuse sans frontière», ce soir 19 h sur les ondes de TV5.

modifiera l'environnement de certains ours pour un meilleur bien-être, et où elle se retrouve-

ra bien émue devant une lionne en cage, totalement apeurée par les gens de notre race. C'est

que Jacinthe Bouchard est bienveillante à l'égard des animaux, comprend une bonne part de leur langage non-verbal, souhaite bâtir avec eux une relation de confiance et peut du coup aisément s'en émouvoir.

Toujours en Thaïlande, vous pourrez la voir aussi à l'œuvre avec un groupe de tigres du Bengale recueillis par des moines d'un monastère bouddhiste. Cette fois, elle tentera de faire comprendre aux moines que ces tigres en captivité ont beau ne pas attaquer les humains, ils ont aussi besoin de s'en éloigner un peu, histoire de développer leurs propres instincts naturels.

Le seul défaut de ce reportage de 30 minutes est d'être trop court. Personnellement, j'en aurais pris le double. Pour ceux qui aiment aussi ce type de document, sachez qu'au-delà de la diffusion de ce soir, cet épisode d'*Humanima* sera également diffusé en reprise demain à 8 h 30 et 23 h 35, de même que jeudi soir à 22 h. •

D'UN CANAL À L'AUTRE

TLMEP

Trois-Rivières (LC) — Demain soir 20 h à Radio-Canada, l'équipe de *Tout le monde en parle* aura sur son panel le comédien Antoine Bertrand, l'humoriste Gad Elmaleh, les chanteuses Chloé Sainte-Marie et La Roux (britannique), de même que la fondatrice du Festival international du film *Black* de Montréal, Fabienne Colas. Sur une note plus sociale, Guy A. Lepage recevra aussi le président de la Fédération des médecins spécialistes du Québec, Gaétan Barrette, et un enseignant de niveau primaire qui a été blanchi d'accusations d'agressions sexuelles, Henri Fournier.

Place au hockey chez les jeunes Inuits

RDI présentera mardi à 21 h le documentaire intitulé *Les vrais gagnants*, qui suit le parcours de jeunes Inuits inscrits à un programme de hockey qui dépasse largement le sport, et qui a été créé par l'ancien joueur de la



LNH Joé Juneau.

On les suit une saison durant (2008-2009) alors qu'ils se retrouvent au sein de l'équipe Pee-Wee Sélect et ce, du camp d'entraînement jusqu'au Tournoi international de Québec. On y voit du coup comment le hockey peut être utilisé pour contrer le décrochage scolaire et réduire la criminalité. C'est présenté dans le cadre de l'émission *Les Grands reportages*.

Égyptair, la catastrophe

Lundi soir à 20 h, la chaîne Historia

diffusera un documentaire sur le terrible écrasement d'avion du Vol 990 d'Égyptair, survenu dans la nuit du 31 octobre 1999. Dans cet avion, parmi 217 passagers, se trouvaient 14 Québécois dont Claude Masson, alors éditeur-adjoint de *La Presse* et ancien président-éditeur du *Nouvelliste* apprécié de tous, et son épouse Jeannine Bourdages.

Encore aujourd'hui, quelques mystères subsistent autour des causes de cette catastrophe. Il en sera question lundi soir dans cette émission où l'on entendra des

entrevues réalisées avec le pilote de ligne et enquêteur d'accident, Marc Bélanger; avec Roger D. Landry (éditeur de *La Presse* de 1980 à 2000), et avec les deux fils de M. Masson, Bruno et Philippe Masson.

Nelson Mandela: au nom de la liberté

RDI et ses *Grand reportages* nous donneront l'occasion cette semaine de suivre le parcours du très respecté Nelson Mandela, qui a été incarcéré pendant 27 ans pour sa cause, la lutte contre l'apartheid en Afrique du sud. C'est le parcours touchant d'un homme d'exception qui nous est ici offert, mercredi et jeudi à 20 h.

Mad Men au programme ce printemps

Télé-Québec a déjà annoncé cette semaine sa programmation pour la saison printemps-été. Juste un petit mot pour vous dire que la chaîne diffusera dès juin la très populaire série *Mad Men*, considérée comme l'une des meilleures

séries américaines jamais écrites. Cette opinion semble du moins partagée par les bonzes de la télé si l'on considère que cette série a été abondamment récompensée aux Golden Globes, dont le titre de la meilleure série télévisuelle dramatique, récolté en 2007, 2008 et 2009 à ces mêmes Golden Globes.

On pourra donc ce printemps apprécier la version française de cette série qui se déroule dans le New York des années 1960, et plus précisément dans les coulisses de l'industrie publicitaire, là où manipulation et exploitation sexuelle règnent au moment même où s'effritent les valeurs familiales traditionnelles.

Génération Y

Vous pourrez voir dès mardi soir, 22 h, des documentaires sociaux réalisés par des étudiants de première année du baccalauréat en communication sociale de l'UQ-TR (session automne 2009), sur les ondes du Canal Savoir. Cette nouvelle série d'émission s'intitule *Génération Y*. •

UNE SAINT-VALENTIN AVEC DOROTHÉE BERRYMAN

Dimanche 14 février 2010 à 14 h 30 | Salle J.-Antonio-Thompson

Orchestre symphonique de Trois-Rivières • Jacques Lacombe, chef d'orchestre
Dorothee Berryman, voix • Marc-André Gautier, violon

Au programme, *Les feuilles mortes*, *Night and Day* et autres grands classiques du répertoire jazz. En levée de rideau, Marc-André Gautier présentera en primeur des oeuvres inédites de son nouvel album à paraître, dont *Arabesque* d'André Gagnon.

Billetterie : 1 866 416-9797 • www.ostr.ca



La forme en prévision du printemps

Linda Corbo

linda.corbo@lenouvelliste.qc.ca

Trois-Rivières — À quelques mois du printemps, une remise en forme constitue l'objectif de plusieurs. Pour que le tout ne demeure pas qu'au chapitre des souhaits, les maisons d'édition offrent ces temps-ci certains ouvrages particulièrement bien faits pour cibler les efforts et éviter la perte de temps.

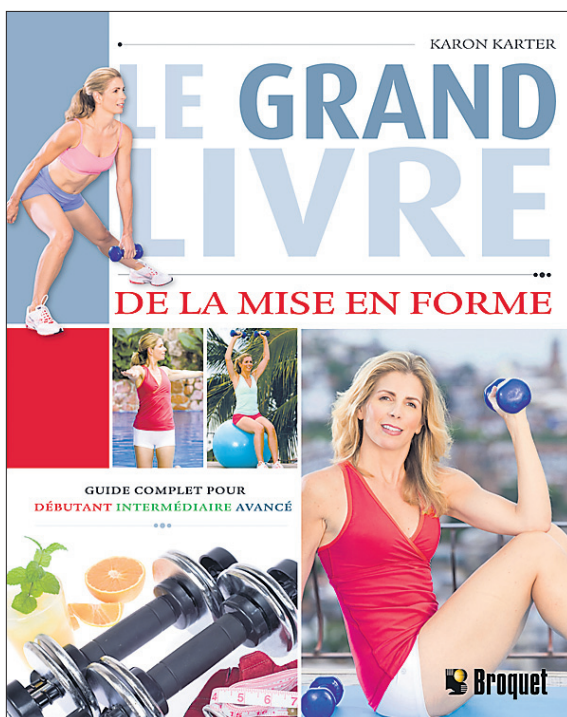
C'est le cas notamment du *Grand livre de la mise en forme*, paru ces derniers jours aux Éditions Broquet, une maison qui ne lésine pas sur la facture visuelle de ses bouquins.

On en retrouve un autre exemple avec cet ouvrage de fort belle qualité, doté d'une mise en page aérée et d'illustrations abondantes pour traiter le sujet comme il se doit.

Le *Grand livre de la mise en forme*, signé Karon Karter, est une véritable encyclopédie pour laquelle on veut s'y mettre.

La lectrice (on s'adresse à la gent féminine d'abord et avant tout dans cet ouvrage) y retrouvera un programme conçu pour chaque femme, qu'elle veuille travailler sur l'ensemble de son corps ou, de manière plus ciblée, sur quelques zones plus spécifiques.

On parle ici de séries d'exercices simples à faire chez soi, avec un minimum d'objets requis.



Tous les exercices sont classés selon sa condition de base, que l'on se considère débutant, intermédiaire ou avancé, et visent aussi bien le cardio que le raffermissement musculaire.

Le tout est présenté clairement à l'aide de quelque 300 photos.

Les programmes sont conçus par l'auteure Karon Karter, une collaboratrice spécialisée en entraînement physique pour Google Docs.



Mince en bougeant

Dans un autre genre, *Mince en bougeant* cible encore plus spécifiquement la perte de poids, par le biais d'une augmentation de

l'activité physique de manière à ce qu'elle soit bien intégrée à sa routine quotidienne et à son style de vie.

L'ouvrage fait un inventaire des exercices pratiques à faire au

quotidien, sans avoir à se rendre dans un gym.

Il guide l'utilisateur pour trouver l'intensité à atteindre pour obtenir de véritables résultats, pour cibler les équipements à prévoir selon l'exercice choisi, voire pour bien déterminer les exercices à privilégier selon votre type de morphologie.

Quant à l'alimentation, on table ici sur deux points: bannir les féculents après 17 h et surveiller ses portions.

Le tout est suivi de plans d'action bien spécifiques pour quiconque souhaite perdre 5, 10, 20, 30 ou 40 livres, avec le nombre de semaines à prévoir pour atteindre le tout. Autant d'informations rassemblées en 111 pages bien illustrées.

L'auteure se nomme Joanna Hall, une spécialiste en forme physique, alimentation et style de vie, et son ouvrage est publié chez l'éditeur Guy Saint-Jean.

À la même maison d'édition, elle signe aussi *Mince en mangeant*, qui se concentre sur les bons choix nutritionnels, et *Mince pour la vie*, qui vise l'élimination des ennemis de la perte de poids.

TOP LIVRES

MEILLEURS VENDEURS

du 25 au 31 janv. 2010

1	Les héritiers d'Enkidiev tome 1 Renaissance Anne Robillard	Éditions Wellan Inc.
2	Le symbole perdu Dan Brown	Éditions J.C. Lattès
3	Avec style: les secrets d'une garde-robe bien pensée Louise Labrecque	Éditions La Presse
4	La première nuit Marc Lévy	Éditions Robert Laffont
5	Les carrières d'avenir 2010 Collectif	Éditions Jobboom
6	L'énigme du retour Dany Laferrière	Éditions du Boréal
7	Les chroniques d'une mère indigne Caroline Allard	Éditions du Septentrion
8	Le why café John P. Strelecky	Éditions Le Dauphin blanc
9	Reconnaître les personnalités en 7 secondes Michel Rouillard	Éditions Québecor
10	Millénium tome 1,2 et 3 Stieg Larsson	Éditions Actes Sud

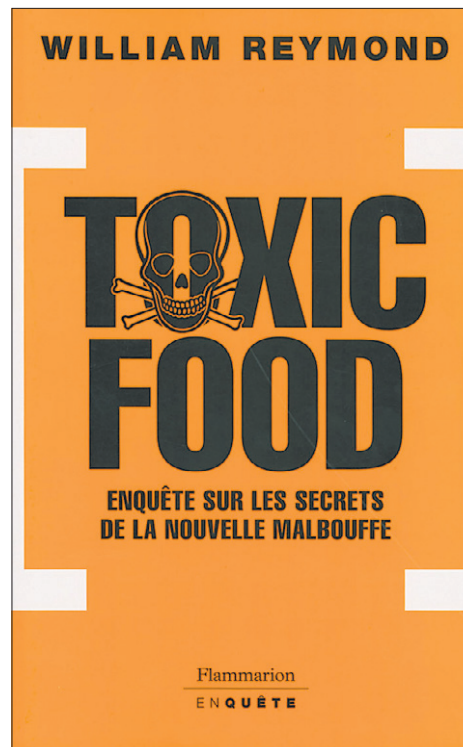
Collaboration de la librairie Clément Morin de Trois-Rivières

À lire absolument avant de manger

Trois-Rivières (LC) — C'est la mise en garde que Flammarion présente en bandeau du nouveau livre *Toxic Food*, de William Reymond. Ce dernier est un journaliste français qui vit aux États-Unis et qui a écrit un premier best-seller sur le sujet de l'alimentation intitulé *Toxic* (2007), qui ciblait spécifiquement les causes de la crise mondiale de l'obésité.

Avec *Toxic Food*, il récidive aujourd'hui en explorant les conséquences de l'alimentation industrielle sur la santé, et nous alerte surtout sur les modifications que l'industrie agroalimentaire a effectuées en douce sur la nature des aliments que nous consommons.

Assez subtilement en fait pour qu'aujourd'hui, nous nous retrouvions à ingurgiter des aliments qui, croit-on, sont bons pour la santé, alors qu'il en est tout autre. Car on ne parle pas ici de Big Mac, mais plutôt d'une nouvelle malbouffe, de ces aliments qui intoxiquent de manière plus insidieuse, sous de fausses présentations. Au menu, manipulation de l'information et



contrôle de l'image pour que les risques de ces aliments sur notre santé restent cachés.

L'auteur n'établit pas de liens de cause à effets directs entre cette nourriture et l'expansion sans précédent des cancers et de la maladie de l'Alzheimer mais peu s'en faut. D'ailleurs, il ne se gêne pas pour étaler les études qui vont dans cette voie.

William Reymond ouvre son livre en effectuant un petit retour en arrière pour expliquer comment modernité et malbouffe ont été étroitement associées au fil des dernières décennies.

Lors de la promotion de son premier livre, il avait dit sur le plateau de l'émission *Tout le monde en parle*, version québécoise, à quel point son sujet traité avec *Toxic*, pour expliquer la pandémie d'obésité, ne représentait que la pointe de

l'iceberg. Avec le présent ouvrage, il plonge plus profondément au coeur de son sujet, et suscite amplement la réflexion. C'est très intéressant.

Le livre compte 316 pages et est en librairie depuis jeudi.

CLÉMENT
MORIN

Livres - Café
Magazines - Papeterie fine

TROIS-RIVIÈRES

4000, boul. des Forges
819 379.4153

SHAWINIGAN

Plaza de la Mauricie
819 539.8326

Activités à venir

Dimanche 14 février 2010 à 11 h
nous recevrons **M. Jean-Sébastien Marsan** pour le livre
« **Les Québécois ne veulent plus draguer et encore moins séduire** »

aux Éditions de l'Homme

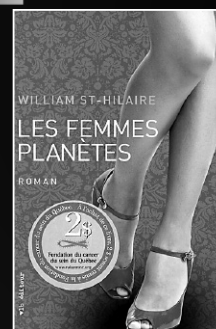
Dimanche 21 février 2010 à 11 h

Lancement du roman de **M^{me} Johanne Pothier**
« **1779, trois bêtes à sept têtes tome 2** »

et « **Papa pure laine** »
de **M. Martin Larocque**
aux Éditions de la Bagnole

LES RENCONTRES SERONT ANIMÉES PAR M^{me} PATRICIA POWERS

Promotions de la semaine

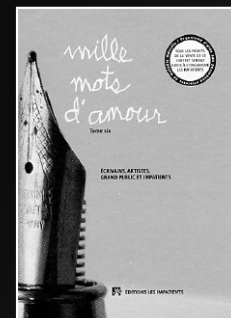


LES FEMMES PLANÈTES
William St-Hilaire
vib éditeur

15⁹⁵\$

MILLE MOTS D'AMOUR TOME SIX
Écrivains, artistes, grand public et Impatients
Éditions Les Impatients

31⁹⁵\$



C'était hier

APPARTENANCE
MAURICIE
Société d'histoire régionale



Vers 1940, la présence de nombreux commerces sur la 6^e avenue à Grand-Mère, désignée auparavant la rue Sainte-Catherine, offre un large éventail de produits pour les citoyens.

Source: Appartenance Mauricie Société d'histoire régionale



En 1949, on retrouve au centre de la municipalité de Saint-Jean-des-Piles l'usine de fabrication de canots de Moïse Cadorette.

Source: Fonds Roland Lemire



Cette photographie prise le 5 février 1926 nous montre le village de la Baie de Shawinigan juste avant l'agrandissement de l'usine Belgo au cours de la même année. Un nouveau bâtiment sera érigé pour permettre l'installation des machines à papier numéros 7 et 8.

Source: Appartenance Mauricie Société d'histoire Régionale

Ces photographies sont tirées du calendrier historique édition 2010 sur le tourisme en Mauricie qui contient plus de 50 photographies réparties sur 40 pages. Les calendriers sont en vente au coût de 10 \$. Disponibles dans les librairies et bibliothèques de la Mauricie. N'hésitez pas à communiquer avec nous au (819) 537-9371 poste 1937 ou par courriel à info@appartenanceauricie.net.



Du pain et des jeux pour la capitale régionale

François
Roy

Collaboration spéciale

VOYAGE DANS LE TEMPS

Quand la grosse *Presse* de Montréal s'intéresse à nous, c'est souvent parce que ça va très mal. Mais enfin, une fois n'est pas coutume, le 15 juin 1971, la grosse *Presse* nous ouvre ses pages «Économie et Finance», pour témoigner du nouveau dynamisme de notre région.

La manchette, bizarre, se lit

comme suit: «La ville de Trois-Rivières se cherche une nouvelle vocation: devenir une véritable capitale régionale». Je dis que la manchette est bizarre, parce qu'à l'époque, cette notion de «véritable» capitale régionale revient souvent, comme s'il existait de «fausses» capitales régionales...

Chose certaine, 1971 se situe au sortir d'un cycle de grandes réalisations. En cinq petites années, Trois-Rivières a marqué des points très importants sur la scène québécoise. D'abord, lors du découpage de 1966, elle obtient le titre de capitale d'une région administrative qui va jusqu'à Drummondville et Victoriaville. Puis, elle gagne le pont Lavolette et un accès direct avec Bécancour et son parc industriel. Un autre point est

en construction, celui-là sur le Saint-Maurice, pour recevoir un jour une autoroute. Enfin, la ville se dote de deux collèges et d'une université. À propos de l'UQTR, justement, le journaliste de *La Presse* commente: «La masse salariale qu'elle représente est loin d'être négligeable, à une époque où les usines de pâtes et papiers ne fonctionnent que cinq jours sur sept. Plus important peut-être est l'effet d'attraction. Des Trifluviens qui avaient quitté le Canada reviennent au bercail, maintenant que des postes leur sont offerts».

Le journaliste enchaîne ensuite sur les conséquences de «cette soudaine accélération» au plan de l'économie, principalement ces «deux investissements majeurs dans le domaine des

centres commerciaux... Le Centre des Rivières coûtera 8 millions et celui des Galeries du Cap, 3 millions».

Quant à l'industrie, on la courtise en vantant les nombreux avantages de la région, dont «sa main d'œuvre abondante et sûre». Et le journaliste cite le commissaire industriel: «Les grèves sont plus rares dans la région de Trois-Rivières que partout ailleurs au Canada».

La journée où paraît cet article de *La Presse*, *Le Nouvelliste* publie une sorte d'information complémentaire qui démontre que nos dirigeants se préoccupent non seulement d'obtenir du pain, mais aussi des jeux. On rapporte les détails d'une conférence de presse du président de la toute nouvelle Corporation des jeux

du Québec, qui est de passage à Trois-Rivières-Ouest.

Attentifs aux propos du président des jeux, on reconnaît les maires Gilles Beaudoin de Trois-Rivières et Dominique Grenier de Shawinigan, de même que les conseillers Jean-Guy Roy de Trois-Rivières-Ouest et Rodrigue Lepage de Cap-de-la-Madeleine. Et le journaliste du *Nouveliste* de conclure: «la cité de Lavolette pourrait dès 1972 avoir les Jeux d'été dans son territoire».

Cette conférence de presse avait attiré beaucoup de monde dans la salle de réception de la brasserie Molson, boulevard Jean-XXIII. Il faut dire qu'à cet endroit-là, quel que soit le prétexte, on faisait toujours salle comble pour une raison très simple: la bière était gratuite! •



juste pour vous

SALLE J.-ANTONIO-THOMPSON

Alcoa et Bell vous invitent à voir...

Sauf indication contraire, les spectacles débutent à 20 h.
 Programmation complète sur www.sallethompson.com

- 6 février **Martin Matte** « Condamné à l'excellence » (dernière supplémentaire)
- 7 février, 14 h **Richard Abel** « Plus de 25 ans de musique » (nouveau spectacle)
- 9 février **Sacré Cœur** (théâtre)
- 11 février **Best of Broadway** « La magie de Broadway » (supplémentaire)
- 12-13 février **Ça se joue à deux** (théâtre)
avec Guylaine Tremblay et Denis Bouchard
- 14 fév., 14 h 30 **OSTR – Série Beaux dimanches**
« Une Saint-Valentin avec Dorothee Berryman »
- 17 février **Zachary Richard** « Trio » (nouveau spectacle)
- 18 février **Quand le country dit bonjour...** « La Tournée » (supplémentaire)
- 19 février **François Léveillé** (nouveau spectacle)
- 20 février **Les Grands Explorateurs** 13 h 30 | 16 h | 19 h 30
« La Loire, Grand fleuve de France »
- 26 février **Marie-Élaine Thibert** « Pour cet amour... » (nouveau spectacle)
- 27 février **François Massicotte** « Massicotte N° 5 » (nouveau spectacle)
- 5 mars **Gary Kurtz** « Kurtz² » (nouveau spectacle)
- 7 mars, 11 h **Muffins aux sons** La Chamaille
- 9 mars **Le Bourgeois gentilhomme** (théâtre)
- 11 mars **Kate Ryan** « The French Connection Tour » (nouveau spectacle)
- 12 mars **Kevin Parent** (nouveau spectacle)
- 13 mars **Clash** Une comédie de Daniel Lemire
- 14 mars **Michel Barrette** « Drôle de journée » (nouveau spectacle)
- 18 mars **Éric Lapointe** « Ma peau » (nouveau spectacle)
Invités spéciaux : ART-GO – Projet Répercussion
- 19 mars **Cathy Gauthier** « Cathy Gauthier décoiffe » (nouveau spectacle)
- 20 mars **Les Grands Explorateurs** 13 h 30 | 16 h | 19 h 30
« Népal, De Katmandu au Mustang »
- 24 mars **Suzanne Vega** « Close Up » (nouveau spectacle)
- 26 mars **Annie Villeneuve** (nouveau spectacle)
- 27 mars **OSTR – Série Grands Concerts**
« Lefèvre et Mathieu : une rencontre »
- 30 mars **Le Paradis à la fin de vos jours** (théâtre) avec Rita Lafontaine
- 1 avril **Paul Piché** (nouveau spectacle)
- 2 avril **Marie-Mai** « Version 3.0 » (nouveau spectacle)



Théâtre du Cégep de Trois-Rivières

Pavillon des humanités 3175, boul. Lavolette

- 27 fév. **La Boîte à Chansons** (nouveau spectacle)
avec Pierre Calvé, Claude Gauthier, Pierre Létourneau
et Jean-Guy Moreau. Mise en scène de Robert Charlebois
- 6 mars **Philippe Bond** (nouveau spectacle) *série Découvrir*
- 12 mars **Vincent Vallières** « Le monde tourne fort » (nouveau spectacle)
- 13 mars **The Box** « Le Horla » (nouveau spectacle)
- 20 mars **Taktika** « Le cœur et la raison » (nouveau spectacle)
L'Assemblée « Persona non grata » (nouveau spectacle)
- 27 mars **Pierre Hébert** (nouveau spectacle) *série Découvrir*
- 3 avril **Martin Dubé** « Par la voix des airs » (nouveau spectacle)
- 10 avril **Alex Perron** « Un gars c't'un gars »
- 17 avril **Philippe Laprise** (nouveau spectacle) *série Découvrir*
« Je peux maintenant mourir »



À moins d'avis contraire, les spectacles débutent à 20 h. Billets également en vente à la porte, le soir du spectacle



BILLETTERIE TROIS-RIVIÈRES
819 380-9797
 Sans frais : 1 866 416-9797





Nanette Workman



Yann Perreau



NOUVEAU

Elisapie Isaac

Salle Anaïs-Allard-Rousseau

6 février	20 h	Montréal Danse « Sur les glaces du Labrador » <i>Série Danse</i>
11-12-13 février 18-19-20 février	20 h	« Jacques et son maître » Milan Kundera Théâtre des gens de la place
21 février	15 h	« Une histoire pour Édouard » 7 ans et + Théâtre des Confettis <i>Théâtre-Enfance-Jeunesse</i>
25 février	20 h	Nanette Workman « Intime et personnel »
26 février	20 h	Angel Forrest « Here for you » <i>Série Jazz / Blues</i>
27 février	20 h	Yann Perreau
28 février	20 h	La ligue des champions la LIM reçoit la CIA (Montréal)
7 mars	14 h	« Variations mécaniques » 5 ans et + <i>Le fis d'Adrien Danse</i>
9 mars	19 h 30	« Ralentir pour réussir » <i>Conférence avec David Bernard</i>
12 mars	20 h	Suzie Arioli « Night Lights » <i>Série Jazz / Blues</i>
13 mars	20 h	Catherine Durand
14 mars	19 h	Andrew Wan , violon et Philip Chiu , piano <i>Centre JMC / Trois-Rivières</i>
18, 19, 20, 25, 26 et 27 mars	20 h	« La visite des sauvages et l'île en forme de tête de vache » Anne Legault <i>Le Théâtre des Nouveaux Compagnons</i>
21 mars	14 h	« L'ombre de l'escargot » 5 ans et + <i>Les nuages en pantalon</i> <i>Série Théâtre-Enfance-Jeunesse</i>
28 mars	14 h	« L'ombre de l'escargot » 5 ans et + <i>Les nuages en pantalon</i> <i>Série Théâtre-Enfance-Jeunesse</i>
1 ^{er} avril	19 h 30	Le Grand orchestre de la Mauricie et Gaétan Leclerc <i>Grand orchestre de Trois-Rivières</i>
2 avril	20 h	Elisapie Isaac NOUVEAU
3 avril	20 h	Tricot Machine
9 avril	20 h	The Girly Show Humour
15 avril	20 h	« Le bruit des os qui craquent » <i>Le Carrousel</i> Théâtre

Programmation complète disponible dans la brochure et au www.maisondelaculture3r.ca



Montréal Danse

Salle Louis-Philippe-Poisson Formule cabaret

COMPLET

18 FÉVRIER 20H
Marie-Pierre Arthur
1^{ère} partie : Kevin Thompson
SÉRIE DÉCOUVERTE 15\$

25 MARS 20H
Nicolas Pellerin
SÉRIE DÉCOUVERTE 15\$

13 MARS 20H
Marie-Luce Béland
et Steve Veilleux
20\$

SUPPLÉMENTAIRE
16 AVRIL 20 H

15 AVRIL : COMPLET : 20H
16 AVRIL : SUPPLÉMENTAIRE : 20H
High-Shop : QWARTZ
SÉRIE DÉCOUVERTE 15\$

6 MAI 20H
Magali et les
Tuxedos voyageurs
SÉRIE DÉCOUVERTE 15\$

SUPPLÉMENTAIRE

7 MAI 20H
Ian Kelly
18\$
SUPPLÉMENTAIRE

Les soirées de la LIM à 20H
TOUS LES DIMANCHES JUSQU'AU 18 AVRIL

ÉTUDIANT : 5\$ ADULTE : 6\$

SEMAINE DES DÉCOUVERTES CULTURELLES
22 AU 25 AVRIL

*Taxes et frais de service inclus

DVD-VIDÉO

THRILLER
5150, RUE DES ORMES

D'Éric Tessier. Avec Marc-André Grondin, Normand D'Amour, Mylène St-Sauveur, Sonia Vachon.



Éric Tessier sait comment installer d'entrée de jeu un climat anxieux dont le spectateur aura bien du mal à se sortir. Portant à l'écran le premier roman de Patrick Senécal, le réalisateur de *Sur le seuil* prend plaisir à explorer des avenues peu souvent empruntées dans le cinéma québécois. Même



si des écueils viennent ponctuer son film, il se tire honorablement d'un exercice périlleux. On suit ici un étudiant en cinéma trop curieux qui

devient l'otage d'une famille de cinglés. Tessier a su réunir devant sa caméra des acteurs remarquables. De la petite Élodie Larivière jusqu'à Sonia Vachon, étonnante dans le rôle de l'épouse soumise, les actrices modulent leurs partitions avec virtuosité. La rencontre au sommet a toutefois lieu entre Normand D'Amour, hallucinant dans le rôle du père, un illuminé

obsédé par l'idée du combat entre le bien et le mal; et Marc-André Grondin, éblouissant dans la peau de l'otage.

Marc-André Lussier, *La Presse*

COMÉDIE D'HORREUR
ZOMBIELAND
(V.F.: ZOMBIELAND)

De Ruben Fleischer. Avec Woody Harrelson, Jesse Eisenberg, Emma Stone.



Zombieland est un sac à surprises bourré de sucreries. Comédie horrifique dans la lignée de *Shaun of the Dead*, à la fois pastiche et parodie, ce film emprunte aussi à l'univers rugueux et poussié-

reux de Rob Zombie, renvoyant aussi à Tarantino et, par ce détour, à une foule de classiques du cinéma de genre. Ainsi, les hordes de revenants ont envahi l'Amérique. Les derniers humains, de plus en plus rares, doivent s'arranger avec ces créatures et s'organiser pour survivre. Un ado timide et maladroit mais bien avisé tâche de s'en sortir avec l'aide d'un voyou au look de cow-boy et deux jeunes sœurs



délinquantes. Ils prendront ensemble la route à la recherche d'un refuge providentiel. *Zombieland* tient ainsi à la fois de la comédie, du gore et du road movie. Ruben Fleischer le tient en équilibre sur le mince fil qui sépare le vrai cinéma de la bouffonnerie. Il y a fort à parier que *Zombieland* deviendra un film culte.

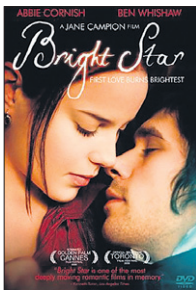
Aleksis K. Lepage, *collaboration spéciale*

DRAME BIOGRAPHIQUE
BRIGHT STAR
(V.F.: MON AMOUR)

De Jane Campion. Avec Ben Whishaw, Abbie Cornish, Paul Schneider.



Après nous avoir servi une leçon de piano inoubliable, Jane Campion nous offre une leçon de poésie avec *Bright Star*. Une femme a inspiré à John Keats le poème dont le film emprunte le titre. Jane Campion est devenue amoureuse de leur histoire d'amour. Elle a voulu le porter à l'écran, cet amour entre le



poète anglais mort à Rome en février 1821, à 25 ans, persuadé que sa vie était un échec et que son oeuvre disparaîtrait avec lui; et Fanny Brawne, dont

l'histoire se souvient peu mais qui possédait ardeur et créativité, mais aussi un désir de rébellion (dans les limites de ce que permettait l'époque). Pour dire leur relation, où les mots avaient poids et beauté, la réalisatrice a opté pour un rythme lent, pour un rythme très intérieur qui bat la mesure de l'intime. C'est peut-être pour cela que, malgré la beauté des images et la grande qualité d'interprétation, le spectateur reste, lui, à l'extérieur de cette relation. Et de ce film.

Sonia Sarfati, *La Presse*

DRAME BIOGRAPHIQUE
AMELIA
(V.F.: AMELIA)

De Mira Nair. Avec Hilary Swank, Richard Gere, Ewan McGregor.



Amelia Earhart rêvait de voler. Elle est devenue aviatrice. Amelia Earhart voulait traverser l'Atlantique en avion. Elle l'a fait. Amelia Earhart avait besoin d'argent. Son mari lui en a trouvé. Amelia Earhart est tombée amoureuse d'un pilote. Son mari a fermé les yeux. Amelia Earhart a voulu faire avancer la cause des femmes... et la cause des femmes s'est mise à avancer. C'est merveilleux. Mais c'est aussi le principal problème d'*Amelia* de Mira Nair: une absence totale de conflits. Dommage

parce que les images de Mira Nair sont magnifiques et parce qu'Hilary Swank incarne Amelia Earhart avec conviction et justesse. De cela, on a la preuve dans le dernier acte du film. Celle où l'aviatrice fait face à son destin, disparaissant dans le Pacifique Sud en juillet 1937. Mais cela ne donne pas des ailes à une oeuvre jusqu'à plombée par le factuel, qui oublie l'humain au profit des dates et des accomplissements.

Sonia Sarfati, *La Presse*

**Autres sorties**

■ *Love Happens*: comédie romantique de Brandon Camp, avec Jennifer Aniston en fille bohème et Aaron Eckhart en auteur de best-sellers de psycho pop. Ils n'ont rien en commun, parions qu'ils sont faits l'un pour l'autre au moins le temps d'un film. (S.S.)

■ *The Boys Are Back*: drame de Scott Hicks, avec Clive Owen dans la peau d'un homme ordinaire qui, devenu veuf, se retrouve seul avec ses deux fils pour lesquels il n'a jamais été très présent. Une histoire inspirée d'un fait vécu qui, pour une fois, ne donne pas dans le sentimentalisme et le «je veux vos larmes et je les aurai». (S.S.)

**Arts visuels**
Week-end**ATELIER PRESSE PAPIER**

Jusqu'au 7 février: Suzie Bergeron. «300 minutes/mois.»

BIBLIOTHÈQUE ALINE PICHÉ

Les oeuvres de l'artiste-peintre paysagiste, Pierre Thibault, seront exposées pendant tout le mois

de février à la Bibliothèque Aline Piché de Trois-Rivières.

BIBLIOTHÈQUE DE ST-BONIFACE

Jusqu'au 27 mars: dernière chance d'apprécier l'exposition des travaux réalisés par les élèves de l'école Ste-Marie. Entrée libre.

Info: 819-535-3330

CAFÉ-BAR LE ZÉNOB

Jusqu'au 6 mars, exposition de Julie Blanchard. Vernissage le 7 février à 16h. Info: 819-378-9925 ou 819-373-2271.

CENTRE D'EXPOSITION RAYMOND-LASNIER

Jusqu'au 21 février. Dans le cadre de Trois-Rivières Capitale culturelle du Canada, le Centre d'exposition Raymond-Lasnier a rassemblé 35 artistes trifluviens dans une exposition s'appliquant au repérage d'oeuvres d'art.

GALERIE D'ART LUMIÈRE AU PINCEAU

Exposition en permanence de 24 artistes professionnels du Québec. Plus de 200 tableaux riches en couleur et lumière.

Heure d'ouverture: lundi, mardi sur rendez vous. Mercredi, dimanche de 14h à 18h. Jeudi et vendredi de 14h à 21h. Samedi 14h à 20h. Info: 819-729-1421.

GALERIE D'ART MAURICIE

Jusqu'au 14 mars, «Les lieux du cœur», exposition d'une dizaine d'artistes locaux, au 273 Boul. Sainte-Madeleine, secteur Cap-de-la-Madeleine. Info: 819-376-1108.

LA DISPARITION

Du vendredi 12 février au 14 mars au Centre de diffusion Presse Papier, 73 rue St-Antoine, Trois-Rivières. Exposition de l'artiste montréalaise Maria Chronopoulos. Sa pratique est multidisciplinaire et se manifeste sous forme de dessins, de photographies, de vidéos, d'installations, de sculptures et

d'estampes. Info: 819-373-1980. Vernissage, mercredi le 12 février à 17h.

MUSÉE DES RELIGIONS DU MONDE

Dès le mardi 9 février, le Musée dévoilera quelques trésors appartenant à sa grande collection d'objets religieux. Nouvelle exposition intitulée «Trésors cachés», présentée jusqu'au 25 avril. Info: 819-293-6148.

MUSÉE PIERRE-BOUCHER

Jusqu'au 28 février: Lévis Martin et ses crayons. Rétrospective de 60 ans de carrière.

À L'APPART

Jusqu'en avril, exposition de Josiane Saucier. Info: 819-379-6442. •

Martha continue !

Dès janvier 2010, le personnage de **MARIE LABERGE** revient avec 26 nouvelles lettres

Abonnez-vous à l'an 2 ! Achetez l'an 1 !

Date limite: 1er mars

www.marielaberge.com

Inscription

- Je m'abonne à l'an 2 ■ J'abonne quelqu'un à l'an 2
Abonnement d'un an : **34,00 \$** + taxes = **38,38 \$**
■ Chèque de **38,38 \$** à l'ordre de **Éditions Martha**

Le Nouvelliste

- J'achète l'an 1 ■ J'achète l'an 1 pour quelqu'un
Achat de l'an 1 : **33,00 \$** + taxes = **37,25 \$** expédié en deux envois groupés
■ Chèque de **37,25 \$** à l'ordre de **Éditions Martha**

Inscrire les coordonnées de l'abonné(e) en lettres moulées s.v.p. :
■ L'abonnée est une femme ■ L'abonné est un homme

Prénom : Nom :

Adresse : App. :

Ville : Code postal :

Téléphone :

Pour plus d'une option, copier les coordonnées sur une autre feuille

Faire votre chèque au **montant total** de votre (vos) choix

Poster à : **Éditions Martha**, C. P. 83616, succ. Garnier, Montréal (Québec) H2J 4E9

LA PHRASE SECRÈTE

Thème : Citation de Louis Scutenaire

J	N	S	N	E	S	O	A	T	L	M	S	S	N
T	E	A	R	T	U	E	E	S	I	E	A	I	P
O	E		R	Q		P	S		O				

Placez les lettres de chaque colonne dans la case appropriée de manière à former une phrase complète. Les mots sont séparés par une case noire.

SOLUTION
du dernier numéro

Il faut juger les sentiments par des actes plus que par des paroles.

MOT MYSTÈRE

POILS - Un mot de 7 lettres

F	R	E	U	M	U	B	E	S	U	E	N	I	A	L
E	I	T	R	O	E	B	I	C	R	E	P	U	U	I
B	U	L	B	E	L	R	H	G	H	O	B	R	B	V
O	R	E	I	O	S	E	L	O	O	E	U	D	U	R
U	N	U	N	E	N	I	U	A	R	U	V	A	R	E
R	A	D	N	U	E	P	L	E	N	A	D	E	N	E
I	Z	S	A	N	P	U	U	L	E	S	S	I	L	R
F	E	V	I	E	I	S	A	B	E	L	L	E	E	E
F	L	C	L	S	N	O	N	A	E	O	R	L	N	R
E	A	A	A	I	G	U	G	C	E	S	L	A	T	D
R	G	N	I	I	L	P	O	A	C	I	C	M	E	N
E	T	I	I	N	E	L	R	N	A	T	T	E	R	I
T	O	T	O	M	E	E	A	T	B	A	I	C	N	E
I	N	I	R	C	A	U	S	E	E	N	G	I	E	T
F	M	E	C	H	E	L	X	S	S	P	E	L	E	E

ALEZAN
ANGORA
ANIMAL
AUBERE
AUBURN
BACANTES
BAI
BIGOUDI
BLOND
BRUN
BULBE
CANITIE
CHENU
CIL
CREPU
CRIN
DRU
EBOURIFFER
ECHEVELE
EPINGLE
HOUPPE
ISABELLE
LAINEUSE
LAINEUX
LAME
LENTE
LISSE
LIVREE

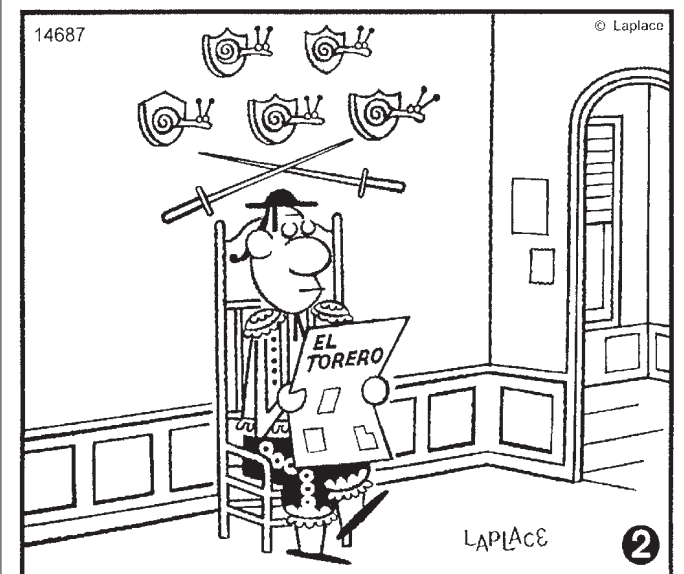
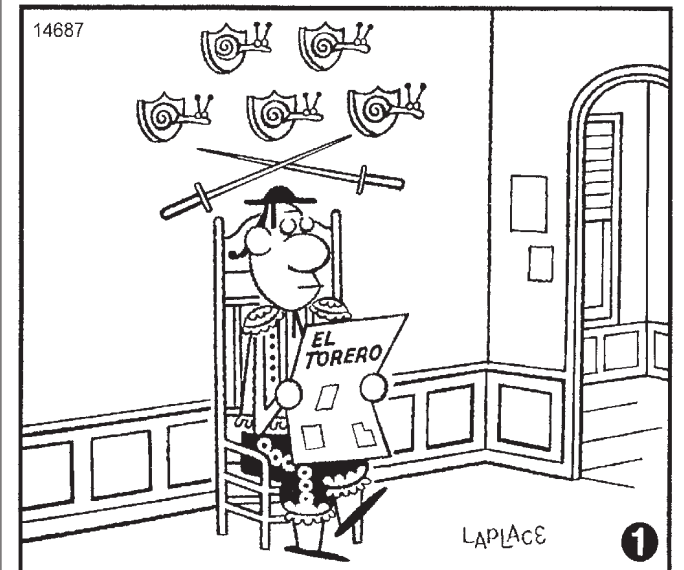
LUISANT
MECHE
MERLAN
MUER
NATTER
ORTIE
PELAGE
PELEE
PLI
PUBESCENT
RACINE
RASE
RESILLE
ROUAN
SEBACEE
SEBUM
SENS
SOIE
SOUPLE
TAILLER
TEIGNE
TEINDRE
TIF
TOTO

Solution du dernier problème : **CULBUTER**

MM2771

ÊTES-VOUS OBSERVATEUR

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



1 Main droite du toréador. 2 Haut du dossier de chaise incomplète. 3 Pied gauche de la chaise déplacé. 4 Forme du trophée de gauche modifiée. 5 Épaisseur du trophée du haut à droite. 6 Les cornes de l'escar-got de droite. 7 Coin de la boiserie à gauche de la porte. 8 Boiserie incomplète sous la fenêtre.

NOIUTOS

HOROSCOPE

6 février 2010



Bélier

(21 mars au 19 avril)

Pour transmettre de l'énergie positive aux autres et parvenir à les stimuler, il faut commencer par vivre pleinement en accord avec soi-même. Rien ne vous oblige à endurer un contexte qui vous brime et qui ne correspond plus à vos aspirations profondes. Il n'y a aucun mal à apporter des changements à votre situation; il s'agit plutôt d'un signe positif de cheminement spirituel.



Taureau

(20 avril au 20 mai)

Vous risquez de recevoir davantage d'attention maintenant que la Lune se trouve sur le dernier décan de votre Signe opposé. Cela peut même vous donner l'occasion de faire valoir vos mérites en société. Ce n'est pas le moment de laisser passer une belle opportunité en espérant recevoir mieux. Si une proposition représente une amélioration par rapport à votre situation actuelle, pourquoi ne pas l'accepter?



Gémeaux

(21 mai au 21 juin)

Les autres peuvent inventer toutes sortes de prétextes pour revenir sur une décision et pour briser un engagement. Il serait dommage de vous laisser influencer par quelqu'un qui n'est pas capable de demeurer fidèle à une bonne résolution. En vertu de votre pouvoir de persuasion, c'est plutôt le contraire qui devrait se produire. Ne sous-évaluez pas le pouvoir que vous exercez sur vos proches.



Cancer

(22 juin au 22 juillet)

Voici un samedi qui ne devrait pas vous déplaire. C'est le temps d'accepter les bonnes choses que la vie vous offre. Saisissez l'occasion de vous rapprocher des gens que vous aimez ou de quelqu'un qui vous intrigue. Profitez du bonheur dans le moment présent sans appréhender la suite des événements. Si un problème survient par la suite, vous vous en occuperez en temps voulu.



Lion

(23 juillet au 22 août)

La fin du cycle Lunaire en Scorpion pourrait nuire à votre sens de l'humour, mais mieux vaut conserver votre calme face à quelqu'un qui s'amuse à vous agacer. N'oubliez pas qu'une personne qui se permet de vous taquiner éprouve suffisamment d'aisance à votre endroit pour se permettre de le faire. Rassurez-vous, la Lune en Sagittaire remettra votre humeur au beau fixe dès demain.



Vierge

(23 août au 22 septembre)

Il faudrait probablement passer moins de temps à analyser une situation et davantage à en profiter. Si quelque chose vous fait plaisir et ne nuit à personne d'autre, pourquoi vous interroger? Les situations devraient tomber en place d'elles-mêmes sans que vous n'ayez à faire des pieds et des mains pour les contrôler. Amusez-vous aujourd'hui!



Balance

(23 septembre au 23 octobre)

Celui qui souffle sur la poussière s'en remplit les yeux. Il n'est pas recommandé d'amener une affaire controversée sur le tapis si plus personne n'en parle. Après tout, bon silence vaut mieux que mauvaise dispute. Situés au trigone de votre Signe, le Soleil et Vénus en Verseau font leur possible pour essayer de vous charmer. Profitez de ce samedi pour vous distraire en bonne compagnie.



Scorpion

(23 octobre au 21 novembre)

La gêne a le don de faire stagner les choses. Il est toutefois probable que vos intentions soient réciproques et que l'autre espère les mêmes choses. Pour en avoir la certitude, il serait pratique de lire entre les lignes et de comprendre le sens profond des sous-entendus. Avec la Lune encore en Scorpion, ce premier samedi de février se prête aux réceptions et aux réunions entre amis. Profitez-en!



Sagittaire

(22 novembre au 21 décembre)

Le bonheur n'est pas dans la recherche de la perfection, mais dans la tolérance de l'imperfection. Il y a de ces choses que vous n'êtes pas en mesure de changer, et il suffit de les accepter comme telles pour que la vie semble plus douce et agréable. Certains concepts utopiques peuvent donner l'impression que la félicité se trouve au loin, alors qu'il suffit de regarder droit devant vous.



Capricorne

(22 décembre au 19 janvier)

Aux questions indiscrètes, nul n'est tenu de répondre la vérité absolue. La présence de Mercure dans votre Signe vous permet de manier les mots avec une certaine adresse, vous aidant à ne pas dire vrai sans forcément mentir. Cette même influence astrale fait également de votre discours un véritable divertissement pour vos interlocuteurs. Échanges palpitations en perspective.



Verseau

(20 janvier au 18 février)

Il y a des gens qui n'entendent que ce qui leur convient, et qui omettent tous les autres détails. En cette étape anniversaire, avec la Lune encore en Scorpion, vous devrez probablement insister davantage sur les points qui importent, histoire de vous assurer que personne ne puisse faire la sourde oreille. S'il le faut, poser des questions directes pour vous assurer que votre message a bien été compris.



Poissons

(19 février au 20 mars)

Sous l'influence de la Lune encore en Scorpion, Signe d'Eau ami du vôtre, l'heure est au rapprochement et à l'approfondissement de vos relations. Peu importe vos appréhensions, le niveau de cordialité de vos entretiens devrait dépasser vos attentes. Quelqu'un pourrait même vous proposer exactement ce que vous désirez sans que vous n'ayez à y faire la moindre allusion. Jupiter est en Poissons...

MOTS FLÉCHÉS

ENTER- REMENT TOUJOURS EN FORME	DIRIGÉE GRAND VÉHICULE	PRÉNOM FÉMININ	TROP GRAS À CE MOMENT-LÀ	L'HOMME DES NEIGES MIS EN PIÈCES	SINGE DU CAMEROUN	LOI DU SILENCE CERCLE PIGMENTÉ
					MÉMOIRE VIVE COR DU MOYEN ÂGE	
DÉTESTÉ PUTOIS ALBINS		QUI RELEVÉ DU HASARD GRAVE DÉFAUT				
		CHANCELER BLAZER				
CHÂTRÉS	DÉSOLÉE MOUVEMENT BRUSQUE			MASSIF MAROCAIN TOUFFUE	GROUPE DE MAISONS POISSON ROUGE	MARQUE LE LIEU MOCHE
ABATTUES DÉVOILER			LABYRINTHE HONNÊTE			SANS DÉTOUR
		SALVE VILLE DU JAPON		ÉCOLE FRANÇAISE IMPULSION		OS DE LA JAMBE
CLAVICULE ILS SONT LENTS	MAINTIEN RELATIF AU RAISIN			TENTE CONIQUE CAPITALE D'ALBANIE		
		PLAQUE D'OURSIN UNITÉ DE LONGUEUR			TERME DE BELOTE ONY MET LES DÉCHETS	
MAUVAIS RAGOÛT	LUETTE BAIE ROUGE		STUPÉFAIT			
		NE SAIT PAS IL N'A PAS ÉTÉ INVITÉ			ANCIEN OUI ALLONGÉ	
PÂTURAGE	JOINDRE COMPACT		GRATTENT DES CHEVEUX			
		GROS NUAGE POINTU		INSCRITE DONATION		
ÉBAHI ÉVIDENT			QUI A PEU DE RELIEF LETTRE GRECQUE			SANS BOUGER NI PARLER
		PERSONNE BAVARDE		1/16e DE LIVRE VIEILLE NOTE		
ALLIANCES LE MESSIE			PARTIE DE VÉLO			
		CULTIVÉ				

No 401

MOTS CROISÉS

www.hannequart.com

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												

No 2690

HORIZONTALLEMENT

- Qui exprime la manière d'être.
- Vexé - L'onyx en est une.
- Cuve de cuisine - S'abstenir de.
- Venu au monde - Partie dure des dents.
- Manquant - Abject.
- Boyaux d'un animal de boucherie - Décapite.
- Possessif - École d'administration.
- Du verbe être - Indique une addition - Luth iranien - Gallium.
- Son bois sert en sculpture - Grillons domestiques.
- Police des USA - Découpant.
- État d'Afrique - Espadon.
- Un petit cadeau pour un golfeur - Mettre les points sur les i.

VERTICALEMENT

- Dent de lait - Personnage vaniteux.
- Laitue de mer - Ridicule.
- On y produit un alliage - Prend au hasard.

- Il commandait le Sud - Arrêt de respiration.
- Mettent en colère - Sélection.
- Fer - On peut y mettre des fleurs - Il tua son frère par jalousie.
- Agent de Louis XV - Rayés.
- Partie creuse d'un objet - Piqué dans le gigot.
- Exercer une influence - Groupements de personnes réunies pour un but particulier.
- Pipette pour déguster - Kidnapping.
- Allez, en latin - Inventée.
- Plante odorante - Petite fleur.

■ SOLUTION AU PROCHAIN NUMÉRO

1	B	E	N	I	O	U	I	O	U	I	A
2	A	G	E	N	T	L	U	R	O	N	S
3	G	A	G	E	S	E	R	I	N	E	S
4	A	L	L	A	N	T	S	N	O	B	E
5	R	I	C	T	U	S	A	N	O	N	
6	R	A	G	E	C	O	P	I	E	E	
7	E	M	E	R	I	T	O	R	G	R	
8	U	N	E	M	E	T	T	E	U	R	
9	R	E	G	A	X	E	E	S	A	M	
10	S	O	M	M	E	N	O	N	N	E	
11	D	I	N	E	A	C	C	U	E	I	L
12	R	E	G	R	E	T	E	T	E	T	E

SOLUTION DU DERNIER NUMÉRO

LA SOLUTION DANS L'ÉDITION DE LUNDI

ÉPHÉMÉRIDES

6 février

1998 - Hydro-Québec rebranche les derniers foyers privés de courant par le verglas de janvier.

1979 - Fin d'une grève de huit mois au quotidien *Montreal Star*; il ne s'en remettra pas et fermera le 25 septembre suivant.

1977 - Rentrant de chez son ami Yves Michaud, le premier ministre René Lévesque heurte mortellement le clochard Edgard Trottier, couché sur la chaussée, la nuit, chemin de la Côte-des-Neiges, à Montréal.

1918 - Une loi adoptée à Québec rattache Maisonneuve à Montréal. - En Grande-Bretagne, le droit de vote est étendu aux hommes de 21 ans et aux femmes de 30 ans.

1899 - À Washington, le Sénat ratifie le traité par lequel l'Espagne cède, pour 20 millions \$, Cuba, Porto-Rico, Guam et les Philippines.

1897 - Libérée des Turcs, la Crète se rattache à la Grèce.

7 février

2006 - La police du New Jersey met au jour un réseau de paris illégaux, impliquant le hockeyeur Rick Tocchet et l'épouse de Wayne Gretzky.

2002 - La Cour suprême valide la destitution de la juge Jocelyne Moreau Bérubé qui a tenu des propos injurieux à l'endroit des Acadiens.

1986 - Il pleut des sardines à Ipswich, en Australie; une tempête avait provoqué de violents courants ascendants sur la mer, soulevant même la faune.

1984 - L'astronaute américain Bruce McCandless devient le premier homme à se déplacer librement dans l'espace, sans aucune attache à la navette «Challenger».

1973 - À Washington, le Sénat nomme un comité présidé par Sam Ervin, de la Caroline du Nord, pour tirer au clair l'affaire d'espionnage des démocrates au complexe Watergate.

1964 - Aux JO d'Innsbruck, le Canada gagne l'or au bobsleigh à quatre.

Sudoku

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

Niveau de difficulté : MOYEN

1416

Placez un chiffre de 1 à 9 dans chaque case vide.

Chaque ligne, chaque colonne et chaque boîte 3x3 délimitée par un trait plus épais doivent contenir tous les chiffres de 1 à 9. Chaque chiffre apparaît donc une seule fois dans une ligne, dans une seule colonne et dans une boîte 3x3.

Solution du dernier sudoku

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

Par Fabien Savary 1415

Ce jeu est une réalisation de Ludipresse. Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site www.les-mordus.com ou écrivez-nous à info@les-mordus.com

CHANSON
Le clan des miroirs
RENAN LUCE



Joyeux

Le jeune Français Renan Luce a connu la gloire avec son premier album en 2006: *Repenti* s'est vendu plus de 400 000 fois. Certains lui voyaient des affinités avec Thomas Fersen, sans doute à cause de ses airs joyeux et de son appétit pour les thèmes; j'ar-

rêterais là les comparaisons. Car avec ce deuxième disque, joliment arrangé, Renan Luce apparaît encore comme un mélodiste et un interprète assez limité. Il emprunte presque toujours le même ton léger pour chanter le quotidien sur des rimes bien tournées, mais des paroles sans substance (contrairement à Fersen qui peut faire rire et pleurer presque en même temps). Ça finit par faire une chouette musique d'ambiance, mais à part la chanson titre, rien qui vous reste, rien qui bouleverse, rien qui transporte. Il paraît que sur scène, Renan Luce brille; on aura l'occasion d'en juger le 22 février prochain au Capitole. *Valérie Lesage, Le Soleil*



rer presque en même temps). Ça finit par faire une chouette musique d'ambiance, mais à part la chanson titre, rien qui vous reste, rien qui bouleverse, rien qui transporte. Il paraît que sur scène, Renan Luce brille; on aura l'occasion d'en juger le 22 février prochain au Capitole. *Valérie Lesage, Le Soleil*

Sensuel

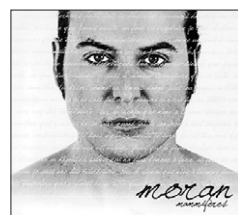
Tabac, l'envoûtant premier album de Moran, paru en 2006, est resté assez confidentiel; *Mammifères* devrait le révéler à un public plus large. Pas de changement de cap, Moran ne cherche pas à

FOLK
Mammifères
MORAN



faire pop, mais il a maintenant derrière lui une équipe solide pour promouvoir son talent. Voix grave et enrôlée, sensuelle comme les confidences sur l'oreiller, Moran distille sa poésie en douceur sur des ambiances folk feutrées. Deux fois, il invite la voix de son amoureuse, Catherine

Major: le mariage est superbe. Moran a un univers bien à lui et il faut se donner le temps d'écouter attentivement cette écriture très belle, quoique parfois hermétique. Pour éviter une certaine impression de monotonie et toucher plus profondément, il ne manque sur *Mammifères* que quelques titres qui ont le caractère plus mélodique de *Los Angeles* ou *Lies*. *Valérie Lesage, Le Soleil*



Trait d'union Le plus grand réseau de rencontres par téléphone!

Pour répondre aux annonces publiées
1-900-830-0303* OU #7979*
Bell mobilité Fido Rogers Nouveau!

Publiez votre annonce **Gratuitement!** 819-379-7979
Gratuit pour tous!
> Écoutez les descriptions des membres
> Créez votre liste d'annonces favorites
Gratuit pour les femmes!
> Récupérez tous vos messages
> Dialoguez en direct!



FEMME CHERCHE HOMME

LILI RÈVE DE RENCONTRER L'HOMME DE SA VIE. Louiseville, 60aine, 5'3", 130 lb, brunette, belle, jeune de coeur, cherche bel H 62-68 ans, poids et taille moyens, doux, ayant belles valeurs humaines, pour amour. **267688**

LA BONNE PERSONNE, TOUT SIMPLEMENT! Femme de 3Riv, 44 ans, pas compliquée, manuelle, autonome, a passé bien réglé, souhaite connaître H, ayant mêmes qualités. **266256**

PARTAGER DE BONS MOMENTS AVEC NANCY. Portneuf, 47 ans, autonome, vit à la campagne, aime plein air, cherche ami-amoureux, pour se rencontrer, voir si affinités et partager bons moments de vie ensemble. **260352**

ANNONCE DE LA SEMAINE :

TENDRES MOMENTS AVEC UNE SENSUELLE. Mauricie, 47 ans, 5'4", 170 lb, cheveux châtain clair, yeux bruns foncés, belle et fière, aime recevoir, les randonnées en forêt, la motoneige et les tête-à-tête, recherche un Homme, ouvert aux discussions. **267618**

EN QUÊTE DE ROMANTISME ET D'AFFECTION. dame de 3Riv, 5'3", 155 lb, châtain, yx bruns, désire H 64 ans et plus, propre, tendre, chaleureux, romantique, ayant bonne éducation et affection à donner. **260367**

UN ÊTRE AFFECTUEUX POUR CETTE DAME. Louiseville, 72 ans, désire bel H, gentil, tendre et autonome, pour relation amoureuse. **263758**

BELLE CÉLIBATAIRE FÉMININE. 32 ans, positive, aime la vie, cherche à rencontrer H, bien dans sa peau et indépendant, pour moments intimes et sans attache. **238053**

ELLE A UN FAIBLE POUR LES SPORTIFS. Mauricie, 50 ans, cherche à rencontrer H, même région ou pouvant se déplacer, grand, d'app jeune et en forme physiquement. **265202**

BRUNETTE AUX PETITES POIGNÉES D'AMOUR. 3Riv, 20ans, 4'9", 145 lb, yx pers, forte poitrine 42D, à enfant, cherche bel H, même région et environs, généreux. **264847**

PARTAGER DE BELLES CHOSSES À DEUX. femme de Shawinigan, début 60aine, 5', poids prop, châtain, yx pers, aime marche, jeux de société, cocooning, désire H 60 ans et plus, ayant affinités, pour amitié d'abord. **264614**

BRILLANTE, SENSIBLE ET ROMANTIQUE. 46 ans, 5'6", chev et yx bruns, n-fum, app agréable, a bon sens humour, aime camping, arts, désire H 45-50 ans, chev poivre et sel et yx bleus un atout, n-fum, doux, fidèle. **261456**

ON DIT QU'ELLE EST TOUJOURS DE BONNE HUMEUR. 44 ans, 5'2", 130 lb, pas compliquée, à 2 filles (15 et 17 ans), passé réglé, aime la vie, sports, moto, VTT, motoneige et animaux, recherche H. **266112**

ISABELLE, UNE AMIE, VOTRE AMOUREUSE. 39 ans, timide, a humour, beaucoup d'amour à offrir, ne peut avoir d'enfants mais les adore, recherche H, pour se soutenir l'un l'autre en amitié comme en amour. **260286**

ON DIT QU'ELLE EST DE BELLE APPARENCE. 3Riv, 43 ans, 5'4", 145 lb, chev bruns longs, yx pers, veut H, distingué, doux, romantique, respectueux, fidèle, sachant ce qu'il veut, ayant valeurs et passé réglé. **193143**

NATHALIE RAFFOLE DES HOMMES AFFECTUEUX. 39 ans, 5'3", 105, chev châtain, yx bleus, aime quilles, ciné, marche, vélo, recherche H 39-45 ans, simple, honnête et respectueux, pour relation amoureuse. **262002**

ELLE CROIT EN LA VIE DE COUPLE ENRICHISSANTE. 3Riv, 58 ans, 5', poids prop, douce, active, sociable, sincère, cherche H, n-fum, sportif, ayant joie de vivre, pour vivre relation chaleureuse remplie d'amour. **262660**

JULIE, AMOUREUSE DES BALADES À LA CAMPAGNE. 28 ans, 5'5", 165 lb, châtain, yx bleus, aime billard, ciné, resto, chevaux et motocross, recherche H 20-35 ans, pour vivre relation stable. **265814**

DENISE, BELLE VEUVÉ ENJOUÉE ET TRÈS SOCIABLE. Mauricie, 66 ans, 5'5"/12, 135 lb, prend soin d'elle, a humour, aime musique, soupers tête-à-tête, veut compagnon 60-70 ans, pour marcher ensemble côte-à-côte. **262361**

COQUINE ET FEMME À LA FOIS. 3Riv, 51 ans, 5'4", 125 lb, châtain, yx pers, belle app, spontanée, compréhensive, cherche H 45-55 ans, pour partager amitié, plaisir, échanges et rigolade. **3874001**

BLONDE AUX YEUX BLEUS VOULANT AVOIR DU FUN. 37 ans, 210 lb, cherche H, demeurant dans région de Shawinigan, pour vivre relation amicale à long terme si possible. **262191**

FIÈRE RETRAITÉE ÉTANT BIEN DANS SA PEAU. 3Riv, fin 50aine, 5'3", taille forte, chev et yx bruns, a belle personnalité, aime spectacles et voyages, cherche H, 3Riv, n-fum, libre, pour amitié et amour. **226120**

DIANE EST EXCELLENTE EN CUISINE. St-Louis-de-France, 60 ans, aime voyages, resto, marche, cherche à rencontrer H, ayant affinités, pour parler, faire activités et plus. **262664**

BELLE BLONDE ÉLÉGANTE ET DOUCE. Sexagénaire épiciurième, allure jeune, sensible, généreuse, franche, aime voyages, grand air, resto, désire H 57-62 ans, n-fum, passé réglé, pour partager temps qui nous reste. **261888**

AVEC ELLE SUR UN BASS RÉGULIÈRE. 3Riv, 32 ans, cherche à rencontrer bel H 23-31 ans, stable et ayant voiture si possible, pour relations occasionnelles sur base régulière. **258587**

BELLE TRIFLUVIENNE AIMANT RIRE ET TAQUINER. 60 ans, 5'6", 140 lb, sobre, très grande forme, sociable, aime musique, festivals, spectacles, voyages, cherche H, ayant affinités, pour grande amitié d'abord. **63626**

JOLIE, FÉMININE ET SIMPLE, AS-TU LE DÉLIC? 40 ans, 5'8", poids prop, n-fum, paraît jeune, aime sports, nature, recherche H, n-fum, ayant affinités, pour loisirs. **235709**

SYLVIE EST SOCIABLE ET RESPECTUEUSE. Shawinigan, 51 ans, 5'3", chev blonds, yx bruns, autonome, aime balades, voyages, danse, cherche H, de 3Riv ou St-Tite, honnête, pour sorties, amitié ou amour. **265401**

JOHANNE UNE DYNAMIQUE ADORANT DANSER! Divorcée de Cap-de-la-Madeleine, 44 ans, 5'1", brune avec mèches, a fille (18 ans), désire H, travaillant, ayant humour, pour amitié qui pourrait aller plus loin. **262314**

VENEZ JASER AVEC LOUISE! 3Riv, 53 ans, chev châtain, yx verts, aime camping, moto, marche et vélo, cherche H, sérieux tout comme elle, pour jaser ensemble d'abord. **177730**

SI LE DESTIN LE VEUT BIEN, belle femme de 3Riv, 61 ans, 5'5", 130 lb, chev bruns, yx pers, compréhensive, généreuse, aime rire et s'amuser, désire H 55 ans et plus, pour partager affection et plus. **3264761**

BRUNETTE FRANCHE, FIDÈLE ET HONNÊTE. Shawinigan, 65 ans, 5'5", yx bruns, app jeune, aime danse, petits voyages et marche, recherche H 61-72 ans, sobre, n-fum, pour relation amicale et plus si affinités. **176499**

BELLE PROFESSIONNELLE CHARISMATIQUE ET ENJOUÉE, divorcée de 54 ans, a beaux yx verts, app jeune, vraie, positive, sincère, authentique, aime la vie, cherche H, actif et passionné, pour partager activités. **262688**

DYNAMIQUE, SPONTANÉE ET ÉQUILBRÉE. 3Riv, 38 ans, 5'10", 160 lb, chev noirs, yx verts, belle, positive, drôle, aime ski alpin et voyages, désire connaître H 36-42 ans, 5'9" et plus, n-fum, pour belle complicité. **3879978**

CÉLINA EST DOUCE, SINCÈRE ET SENSIBLE. St-Maurice, 5'5", 150 lb, blonde, yx bleus, jolie, a enfants, aime chevaux, cherche H 30-60 ans, 200 lb et moins, 6', doux, fiable et généreux, pour relation durable. **262667**

TRIFLUVIENNE LIBRE ET SOCIABLE. 65 ans, 5'4", 120 lb, sans enfants, aime la vie, spectacles, voyages, bonne bouffe, recherche H, n-fum, sobre, app soignée, un peu cultivé, pour relation amicale d'abord et plus. **261788**

QUI SE RESSEMBLE S'ASSEMBLE! Brunette de Shawinigan, 47 ans, 5'3", 126 lb, yx bruns, simple, réaliste, sait s'amuser, a valeurs honnêteté et fidélité, aime voyages dans le sud, cherche H, demeurant dans même région. **3854145**

ENJOUÉE, DYNAMIQUE ET SOURIANTE. 49 ans, 5'6", poids santé, yx bleus, n-fum, aime plein air, moto, soupers, cherche H, intègre, aimant s'amuser sans se prendre au sérieux, pour activités d'abord menant but sérieux. **229646**

JOSÉE RÈVE D'INTIMITÉ COMPLICE. entre 3Riv et Drummond, 44 ans, 5'5", 145 lb, belle, en forme, spontanée, a 1 fille (8 ans), aime sorties entre amis, raquette, patin, désire rencontrer vrai H, capable d'être en relation. **260393**

DOUCE ET DYNAMIQUE. 3Riv, mi 60aine, 5'4", 118 lb, n-fum, belle app, autonome, aime la vie, resto, danse et petits voyages, souhaite connaître H 62-72 ans, pour but sérieux. **262843**

POUR VOUS MESSIEURS... Femme de 68 ans, 5'4", chev blond-châtain et yx bleus, cherche H de la 60aine et intéressé. **267327**

JOUER AVEC LES LETTRES DE TON NOM... Jolie femme de 3Riv, 51 ans, 5'8", 151 lb, châtain, yx bruns, originale, aime jeux de table et voyages, cherche H 45 ans et plus, pour amour. **3876656**

RICANEUSE AYANT UNE BELLE JOIE DE VIVRE! 56 ans, 5'5", yx bleus, grassette, spontanée, jeune de coeur, aime horticulture, bowling, recherche H, sobre, n-superficiel, pour vivre relation à long terme. **263071**

SENSUELLE ET ENJOUÉE. Mauricie, 56 ans, 5'7", poids prop, n-fum, autonome, aime nature, canot, kayak et spectacles, cherche compagnon, 5'10" et plus, n-fum, en forme, positif et drôle, pour amour. **251991**

ÉNERGIQUE BRUNETTE SOUHAITANT S'AMUSER! 3Riv, 61 ans, cherche H 55-65 ans, n-fum, ayant sens humour, aimant bouger et s'amuser, pour activités plein air, danse sociale et but sérieux si affinités. **265554**

FIÈRE ET JOLIE AUX YEUX CHARMEURS. Shawinigan, 46 ans, 5'4", 140 lb, chev noirs, yx noisette, fum, spontanée, sans enfant, a chat et humour, aime natation, désire H, même coin et colleux, pour bon temps. **259654**

ATTRAPER UNE ÉTOILE! Jolie femme de 3Riv, 51 ans, 5'2", chev bruns, yx bleus, attentionnée, authentique, cherche H 45 ans et plus, honnête, intégrè, généreux et ayant mêmes buts, pour s'aimer. **3864825**

POUR VOUS, AMATEUR DE RONDEURS! Femme de 48 ans, 5'8", chev bruns mi-longs, yx bruns, aime nature, balades en auto, camping, recherche H 40-50 ans, pour vivre relation sérieuse à long terme. **260185**

BONNE VIVANTE AIMANT DANSER LE COUNTRY. St-Tite, 64 ans, 5'6", 140 lb, châtain, yx bleus, fum, jolie, fidèle, souhaite connaître H 60-70 ans, poids prop et aimant la vie, pour but sérieux. **260166**

AS-TU DES AFFINITÉS AVEC LINE? Mauricie, 48 ans, un peu grassette, bruns, yx bleus, aime ciné, resto, hockey, marche, désire H, sobre, fidèle, honnête, sincère, franc et ayant affinités. **199526**

RETRAITÉE AIMANT LA VIE. 70 ans, 170 lb, chev châtain, recherche H 65-75 ans, aimant la vie, balades auto, bon repas et campagne, pour but sérieux. **261760**

CAROLE CHERCHE UN HOMME SIMPLE AYANT TOUT. Rive-Sud, 40 ans, 5'5", grassette, chev blonds longs, a enfants, aime s'entraîner, recherche H, gentil, aimable et aimant enfants, pour vivre relation amoureuse. **203134**

DÉTERMINÉE ET TERRE-À-TERRE. début 50aine, 5'4", poids prop, n-fum, aime la vie, danse et plein air, cherche à rencontrer H, n-fum, fidèle, pour relation amicale et amoureuse. **263243**

PROFITES DE LA VIE AVEC CHANTALE! 50 ans, cherche H, bien dans sa peau, joyeux, aimant la vie, enfants et tout ce qui s'ensuit. **267328**

LOUISELLE ADORE DIALOGUER. Parisville, 61 ans, douce, fidèle, aime partager et marche, souhaite H 60 ans et plus, n-fum, ayant affinités, pour relation amicale et amoureuse. **234872**

LES PETITES JOIES DE JOHANNE... 3Riv, 49 ans, aime la vie, souhaite H, intéressé, honnête, fidèle et romantique, pour partage. **3349582**

OISEAU DE NUIT DÉSIRANT UN COMPAGNON COMPATIBLE. femme de 3Riv, 32 ans, désire bel H 24-32 ans, ayant poids prop, sans enfants, aimant plusieurs activités, pour amitié d'abord et long terme si affinités. **258593**

IRRÉSISTIBLE AMATRICE DE KARAOÏE. Shawinigan, 51 ans, sérieuse, aime danser, chanter, spectacles d'humour, soupers et soirées entre amis, cherche bel H 52-59 ans, aimant sortir s'amuser et ayant affinités. **267073**

CONFIDENCES MUTUELLES AVEC MARIE-SOLEIL. de la Mauricie, 46 ans, 5'7", chev blonds, yx bleus, est à l'écoute, cherche à contacter H, pour conversations. **190372**

ES-TU CELUI QU'ELLE RECHERCHE? Femme de la Mauricie, 65 ans, 5'4", 150 lb, yx verts, cherche à rencontrer H 60 ans et plus, pour vivre relation amicale et plus. **264856**

SURPRENEZ-LA AVEC UN VOYAGE IMPRÉVU! Veuve de 68 ans, 5'2", sociable, aime bouger, plein air et théâtre, désire H, honnête, sincère, positif, un brin raffiné et ayant passé réglé, pour continuer ensemble. **265962**

AUTANT ATTRAYANTE QUE D'AGRÉABLE COMPAGNIE. 3Riv, 61 ans, 5'7", léger surplus poids, n-fum, féminine, intello, éduquée, romantique, aime discussions, fous rires, désire H, 5'11" et plus, pour amour. **2520400**

PASCAL A UN PETIT GARÇON QU'IL ADORE. 3Riv, 31 ans, 190 lb, paraît très bien sans prétention, désire F, avec il s'adonnera bien, pour passer bons moments et peut-être aller plus loin. **267245**

UNE BONNE BOUFFE MAISON CHEZ MICHEL! 47 ans, 5'11", 180 lb, a beaux yx bleus, aime resto, sorties et cuisiner, cherche à rencontrer F, ayant affinités. **264326**

UNE HISTOIRE D'UN SOIR AVEC STEVE... 37 ans, 5'11", 175 lb, chev bruns et yx pers, de très belle app, aimerait contacter F 25-40 ans, pour relations intimes occasionnelles. **125996**

ANNONCE DE LA SEMAINE :

DOUX, SINCÈRE, AFFECTUEUX ET TRAVAILLANT. Mauricie, dans la 50aine, 5'7", a un poids proportionné, cheveux brun-gris, yeux bruns, honnête, à le sens de l'humour, aime la nature, le ski de fond, la raquette et les petits voyages, recherche une Femme, ayant des affinités. **159337**

ROGER DÉSIRE UNE FEMME AU COEUR JOYEUX. Ste-Eulalie, 46 ans, 5'9", 170 lb, a fille (12 ans), souhaite découvrir belle F, aimant la vie, enfants, animaux et chevaux. **265478**

POUR MAXIME, L'IMPORTANT C'EST CEUX QUI NOUS ENTOURENT. 3Riv, 24 ans, 5'11", 140 lb, chev châtain et yx pers, beau, attentionné, direct, aime plein air, pêche, cherche à rencontrer F 25 ans et moins, pour vivre relation sérieuse. **3873569**

LES PLAISIRS DE LA VIE AUX CÔTÉS DE PETER! 40 ans, 6'2", 175 lb, chev bruns courts, cherche à rencontrer F, simple, aimant nature, sports, pêche et camping. **265526**

SIMPLE ET DE NATURE AMOUREUSE? GUY TE CHERCHES! 63 ans, 5'11", 188-195 lb, gentille, cherche F 50-70 ans, rondelette, agréable et sans problèmes. **265749**

UN FAMEUX CUISINIER! 3Riv, 32 ans, 6'1", 225 lb, grand, bâti simple et a bon sens de l'humour, aime rire, s'entraîner et marcher, cherche F, pour échanger et s'amuser ensemble. **201383**

EN TOUTE FIDÉLITÉ AVEC RÉJEAN. 55 ans, belle app, fidèle, cherche à rencontrer F, ayant mêmes qualités, pour vivre relation à long terme. **266933**

UNE AMITIÉ AVEC PIERRE ET... QUI SAIT? 37 ans, Rive-Sud de 3Riv, aimerait rencontrer F 30-40 ans, poids prop, bien dans sa peau, aimant choses simples de la vie, pour amitié d'abord et plus si affinités. **265716**

AFFECTUEUX, SINCÈRE ET HONNÊTE. 45 ans, 5'11", yx bleus, n-fum, respectueux, aime ski alpin, sorties au ciné, bon repas, tête-à-tête et autres choses simples, souhaite connaître F 42-52 ans, ayant affinités. **265440**

IL CRAQUE POUR LES BELLES COURBES FÉMININES. 60aine, 5'9", 198 lb, chev poivre et sel, yx bruns, aime marche, balades auto, sports, ciné, resto, recherche F 66-74 ans, de 3Riv, honnête, franche, pour amitié et plus. **266987**

RENÉ VEUT PRENDRE SOIN DE VOUS. 3Riv, 47 ans, 5'8", 175 lb, très sportif, a passé bien réglé, souhaite connaître F, sportive, aimant bouger, nature et tête-à-tête. **267717**

FRANÇOIS EST PRÉSENTÉMENT À TROIS-VIVIÈRES! Shawinigan, 31 ans, 5'10"-5'11", 190-195 lb, aime raquette, motoneige et camping, cherche à contacter F, honnête, fidèle, passionnée et aimant la vie, pour partager belles activités à deux. **266878**

TU VIENS ME REJOINDRE? Homme de 47 ans, 5'5", 165 lb, n-fum, cherche à rencontrer F, ayant affinités, pour relations intimes et peut-être à long terme. **268091**

DE BELLES SOIRÉES D'HIVER EN COMPAGNIE DE KEVIN. Mauricie, 27 ans, 5'9", 175 lb, beau, en forme, se déplace, veut jolie F, passionnée, sensuelle, ayant belle personnalité, beau sourire, pour intimité. **235247**

TRAVAILLEUR AUTONOME AUX MULTIPLES INTÉRÊTS. Rive-Sud de 3Riv, début 50aine, 5'8", 160 lb, chev rasé, aime vélo, course automobile, cherche à rencontrer F 45-55 ans, mince, pour loisirs, sorties et vivre relation amoureuse si affinités. **264240**

IRRÉSISTIBLE CÉLIBATAIRE DOUX ET RESPECTUEUX. Mauricie, 55 ans, 5'6", aime marche, soirées romantiques, cherche à connaître F 53 ans et moins, 5'7" et moins, 130 lb et moins, douce, affectueuse, pour relation amicale et plus si affinités. **267476**

CLAUDE EST TRÈS SPORTIF! St-Georges-de-Champplain, 24 ans, 5'8", chev et yx bruns en amandes, aime bouger, resto, ciné, randonnées et bien d'autres activités, veut connaître F, ayant mêmes intérêts. **266596**

IL EST ATTENTIONNÉ DE NATURE. homme de 3Riv, 27 ans, chev et yx bruns, recherche F, intéressée, pour faire connaissance. **267107**

IL POSSÈDE UNE TRÈS BONNE LIBIDO! Mauricie, 45 ans, 5'11", 200 lb, de belle app, souhaite connaître F, célibataire, pour rencontres intimes occasionnelles et plus. **263906**

VEUX-TU MARCHER AUX CÔTÉS DE FRANÇOIS? 46 ans, 5'8", 180 lb, en forme, mature et fidèle, aime nature, activités extérieures, bonne bouffe, désire rencontrer F, équilibrée, dynamique et ayant valeurs, pour du long terme. **3890045**

CHÂTAIN DÉSIRANT ÉLARGIR SON CERCLE D'AMIS. 3Riv, 35 ans, 6', 200 lb, yx bleus, sans enfants, cherche à rencontrer F, pour activités, amitié et intimité. **266742**

FRANÇOIS A UN PETIT CÔTÉ BAD BOY. 3Riv, 34 ans, chev châtain, yx verts, a enfants et passé réglé, désire rencontrer F, ouverte d'esprit, sachant ce qu'elle veut et n'ayant pas peur de discuter ouvertement. **268045**

DÉCOUVREZ MARCO! St-Tite, 40aine, 5'7", cherche à rencontrer F, ayant bon sens de l'humour, aimant tête-à-tête et plaisirs, pour vivre agréable expérience. **267391**

ENSEMBLE, INCOGNITO... Homme de 40 ans, recherche F 25 ans et moins, intéressée, pour relations intimes et discrètes. **267956**

BEL ÉTUDIANT DRÔLE ET SYMPATHIQUE. 3Riv, 23 ans, 5'5", 170 lb, châtain, yx pers, aime week-ends en moto, marche en forêt, vélo et nature, cherche à connaître F 25 ans et moins, pour amour. **3874042**

IRRÉSISTIBLE CÉLIBATAIRE DOUX ET RESPECTUEUX. Mauricie, 45 ans, 5'11", poids prop, simple, aime tranquillité, plein air, soirées romantiques, désire douce F, affectueuse, pour amitié et plus si affinités. **257753**

DOUX, AFFECTUEUX ET GÉNÉREUX. 40 ans, 5'11", 150 lb, belle et jeune app, propre, cherche à contacter F, pour avoir conversations chaudes d'abord et peut-être relations intimes occasionnelles. **267546**

JJEAN-LUC DEMEURE À LA CAMP

Vins doux naturels 101

Jacques
Benoît

Collaboration spéciale

LES VINS

Vins mutés, auxquels on ajoute par conséquent de l'alcool, les portos ont une teneur alcoolique de 20 %... ce qui peut être un frein à leur consommation.

Les vins doux naturels (VDN), de France, qui sont aussi des vins mutés -malgré leur nom!-, en renferment rarement plus de 16 %, certains de ces vins titrant 15 % seulement.

Le Roussillon est la principale région de production de ces vins (environ 80 %), à boire par exemple avec les fromages, certains desserts et, bien rafraîchis, en digestif.

On compte cinq appellations (AOC), les plus importantes étant Rivesaltes, Maury, Banyuls et Muscat de Rivesaltes.

Mais... rien n'est vraiment simple. Car, sauf le Muscat de Rivesaltes (vin blanc jeune, sucré,

LA RECOMMANDATION DE LA SEMAINE

Vin de Pays d'Oc 2007 Syrah-Merlot Sainte-Croix

Vin rouge du Languedoc, de Syrah et de Merlot, au plus moyennement corsé, aux saveurs franches, de fruits noirs, et qui, élevé six mois en fûts, se présente avec une texture veloutée, et même soyeuse, qui étonne dans un vin à prix si doux. Le bouquet, que domine la Syrah, ne manque pas de charme. À servir assez frais, ce qui en rehaussera le fruité. Étonnant. 13,5 % (1453 caisses).

11,25 \$ (10915239), ★★★, \$, 2010-2011.

non oxydé), les trois autres AOC élaborent chacune trois types de vin, tous sucrés.

Premier type: les vins rouges jeunes, genre jeune porto rouge, tout en fruit, élaborés avec du Grenache (aussi parfois du Grenache gris), sont mis en bouteilles rapidement ou gardés, avant embouteillage, dans des

cuves pleines, afin d'éviter l'oxydation. (J'en donne deux exemples plus bas.)

Deuxième type: les vins qu'on élève très longtemps (30 mois à... plus de 20 ans), dans divers contenants (foudres, barriques, bonbonnes de verre à l'air libre, etc.), afin d'en favoriser l'oxydation.

Trois mentions possibles dans ce cas: «ambré» indique qu'il s'agit d'un vin qui a été élaboré avec uniquement des raisins blancs (Grenache blanc, Macabeo, Malvoisie du Roussillon et Muscat); «tuilé» qu'il n'y entre que des raisins rouges (Grenache noir et Grenache gris).

Enfin, «hors d'âge», sans millésime, signifie qu'on a là un assemblage de vins d'une moyenne d'âge de cinq ans, pouvant provenir de raisins blancs et rouges. Aberration appelée à disparaître: certains viticulteurs millésiment leur hors d'âge! Seul problème: beaucoup de VDN sont trop chers...

Quatre VDN

■ Banyuls Hors d'Âge Domaine de Valcros, 16,15 \$ les 500 ml (855056), \$\$ 1/2, 2010-2015? Brunâtre, très coloré, son bouquet de fruits cuits, genre vieux Grenaches, est intense. Bien

sucré quoique sans excès, ses saveurs sont tout aussi relevées que l'annonce le bouquet. «Sur un foie gras, des fromages bleus, du melon, des desserts au chocolat», selon la contre-étiquette. Il peut faire aussi, manifestement, un bon digestif. 16 % (366 caisses).

■ Maury 2007 Mas Amiel, 19,85 \$ les 375 ml (733808), ★★★, \$\$\$\$, 2010-2016?

Changement radical de style... Vin de Grenache noir, très coloré, quasi opaque, son bouquet embaume, avec des arômes comme de bleuets. Beaucoup d'éclat, de matière, et même de tannins. Tout à fait savoureux... même les amateurs de porto se régaleront. 16 % (88 caisses).

■ Maury 2006 Vendange Domaine Poudroux, 26,40 \$ (10811018), ★★★, \$\$\$, 2010-2013. Un peu moins coloré que le Mas Amiel, son généreux bouquet est dominé par des nuances de fruits noirs très mûrs, un peu fruits cuits. De corps moyen, fort bon, bien qu'il n'ait pas le panache du Mas Amiel. 15,5 % (72 caisses).

■ Muscat de Rivesaltes 2008 Dom Brial, 16,65 \$ (892455), ★★★, \$\$, 2010-2011? Vin blanc doux, sucré donc, au bouquet typé, mais sans... ce côté trop aromatique, outrancier, de certains

vins de ce cépage. Les saveurs sont relevées, avec l'impression de boire... du fruit liquide! En digestif, ou avec un dessert, «tartes, fruits ou sur un fromage bleu ou un foie gras». 15,5 % (883 caisses).

D'autres vins...

Après des vins doux, on a soif... soit de bière, soit de vins secs! En voici deux.

■ Bourgogne Aligoté 2008 Louis Roche, 16,25 \$ (240382), ★★★, \$\$, 2010. Vin blanc d'Aligoté, plutôt léger, sans prétention, dont les saveurs sont rehaussées par une certaine quantité de gaz carbonique. Peu aromatique (c'est de l'Aligoté), il a néanmoins toute la netteté qu'on attend de tels vins, et plaira aux amateurs de vins peu alcoolisés. 12 % (963 caisses).

■ Côte Rôtie 2007 Pierre Gaillard, 72,50 \$ (731133), ★★★, \$\$\$\$\$, 2010-2015. Vin tendre, aux tannins de velours, ce vin de Syrah, avec 10 % de Viognier, d'une appellation prestigieuse, de corps moyen, au boisé bien présent -peut-être même un peu trop- surtout dans l'après-goût (élevage en fûts dont 50 % de neufs), se signale avant tout par sa finesse. 12,5 % (59 caisses).

Les vins du Québec bientôt certifiés

Annie Morin

Le Soleil

Les vigneron du Québec ont élaboré une certification afin d'attester la qualité et l'origine de leurs vins, dont l'authenticité est encore remise en doute par les consommateurs. Les premières bouteilles produites en fonction d'un cahier de charges commun seront mises en vente ce printemps.

Superficiés plantées, cépages utilisés, pratiques environnementales, méthodes de fabrication, règles d'hygiène et de salubrité... La certification ne laisse rien au hasard, forçant les producteurs à documenter autant la culture du raisin - au plant près! - que sa transformation en alcool et son embouteillage. Dans le cas du vin de glace, par exemple, il est spécifié que le fruit doit geler sur la

vigne et non pas transiter par un congélateur. C'est un détail qui a toute son importance quand on sait qu'il a fallu des années pour uniformiser la fabrication du cidre de glace.

Le quart des vigneron du Québec, soit 19 sur un total d'environ 80, ont déjà demandé la nouvelle certification pour une bonne partie de leurs créations. Entre le 1^{er} février et le 15 mars, ils recevront la visite des inspecteurs d'Écocert Canada, entreprise québécoise chargée de vérifier le respect des normes de production et de délivrer les certificats de conformité.

Pour Charles-Henri de Coussergues, président de l'Association des vigneron du Québec (AVQ) et propriétaire du vignoble l'Orpailleur, en Estrie, c'est plus d'adhérents qu'il n'en faut pour

rendre la certification incontournable. Il rappelle que la certification VQA Ontario, qui fait aujourd'hui la force des vins ontariens, n'avait rallié que cinq producteurs à ses débuts en 1990. Aujourd'hui, une centaine de vignobles parmi les plus influents au Canada adhèrent à ses standards de qualité.

M. de Coussergues croit que la nouvelle certification «envoie un message» à la petite industrie québécoise pour qu'elle mette de l'avant la qualité des vins du terroir. «Malheureusement, quand c'est bon, les gens doutent que ce soit québécois», raconte-t-il. Même les chroniqueurs de vins, qui dicent les tendances de consommation, sont sceptiques et demandent des garanties sur l'origine des raisins et les méthodes de fabrication. Ils craignent que des vigneron sans scrupules n'embouteillent des vins

d'ailleurs, puis les drapent d'une fleur de lys.

Il faut dire qu'actuellement, il est permis d'ajouter jusqu'à 15 % de vin étranger dans les vins locaux, mais personne ne s'assure du respect de la règle. Désormais, les vins certifiés pourront contenir un maximum de 15 % de vin provenant du Canada. Et dans cinq ans, tous les ingrédients dans la bouteille devront être québécois. «On va franchir tout un pas en crédibilité avec les chroniqueurs de vin», croit le président de l'AVQ, qui rêve de décrocher une appellation réservée dans quelques années.

«Avec le temps, ceux qui n'embarquent pas vont devoir répondre. On va séparer la crème des délinquants», insiste Louis Denault, du vignoble de Sainte-Pétronille, qui fait partie des premiers à demander la certification.



POULETS DE GRAIN

Poulets de grain frais ou congelés directement du producteur.

Inspection fédérale.

Produits emballés sous vide.

- Poulets entiers de 6 à 9 livres
- Poitrines entières
- Poitrines désossées
- Cuisses
- Abats

Passez votre commande pour des produits frais au plus tard le 12 février 2010.

Louis Turner, Saint-Paulin, 819 268-2140

3351319



Le magazine complet de la cuisine

EN KIOSQUE MAINTENANT

RICARDO media

Pour une Saint-Valentin coquine

Tourisme

La Martinique loin des tout-inclus

Le nord de l'île antillaise veut devenir une destination écologique

André Désiront

Collaboration spéciale

«Nous aussi, nous faisons du "tout-compris", non pas dans un hôtel, mais sur un territoire: le nord de la Martinique!» Patrick Duchel se montre sarcastique à l'égard de ces vacanciers qui «s'enferment» dans un tout-inclus où ils n'ont que des contacts superficiels avec la population locale. Pour lui, le voyage doit se traduire par une immersion dans une autre culture, ce que ne permet pas le confinement dans le vase clos du tout-inclus.

Patrick Duchel est l'animateur du réseau Tak-Tak, une association formée de petites entreprises actives dans le tourisme: restaurants, gîtes touristiques, écomusées, artisans, promoteurs de produits du terroir... Lui-même exploite un gîte, Les Z'amandines au Morne des Esses, une petite commune agrippée aux flancs d'une de ces montagnes arrondies qui façonnent le paysage accidenté du nord de l'île.

Pour arriver ici, il faut emprunter une route étroite qui s'incurve entre collines et pitons depuis Sainte-Marie, sur la



PHOTO ANDRÉ DÉSIRONT, COLLABORATION SPÉCIALE

La montagne Pelée, masse émeraude presque toujours coiffée d'un panache de brume, est assoupie depuis la dernière éruption survenue en 1932.

côte Atlantique. Au milieu du XVII^e siècle, les Indiens caraïbes qui avaient échappé au massacre ont longé la rivière Bambou pour se réfugier dans ces replis montagneux reculés. Des esclaves «marrons», ces Africains qui parvenaient à s'échapper des plantations, les ont rejoints pour fonder une communauté que Patrick Duchel qualifie de «jardin de résistance».

«Jardin» parce que, ici, la nature est luxuriante et généreuse. «Résistance» parce qu'on y a perpétué des coutumes et des savoirs de la culture des Caraïbes. C'est le cas dans cette vannerie du

Morne des Esses, à l'enseigne de La paille Caraïbe. Des artisanes aux traits amérindiens y tressent la paille de cachibou et d'aroman, ces plantes qui poussent sur les flancs des mornes, pour en faire des chapeaux, des paniers, ou même des assiettes. C'est aussi le cas de Fideline 2000, une entreprise de biopharmacie qui fabrique des produits à base de plantes, à l'aide de recettes héritées des Caraïbes et des ancêtres africains.

Développement harmonieux

Le réseau Tak-Tak a été constitué pour promouvoir le tourisme

dans la partie nord de l'île, gâtée par la nature, mais boudée par les grands groupes hôteliers. C'est que tous les grands hôtels sont installés dans la partie sud de l'île: au Diamant, à Sainte-Anne et surtout aux Trois-Îlets et à l'Anse-Mitan qui fait face à Fort-de-France, de l'autre côté de la baie des Flamants. «Les gens du Sud n'ont pas participé à l'essor touristique: ils l'ont subi», ironise Patrick Duchel. «Nous, ici dans le Nord, nous préférons gérer un développement plus harmonieux.»

Vous pouvez utiliser des certificats de récompense Air Miles pour réserver votre voyage : 385 milles Air Miles vous donnent un certificat de 50 \$ de Club Voyages

VACANCES Avec les partenaires participants : **Transat** **NOLITOURS** **AIR CANADA** **TMR** **Sunquest**

<p>VARADERO QUATRO PALMAS 18 mars / 2 semaines 1798\$ tout inclus taxes incluses</p>	<p>HOLGUIN PLAYA PESQUERO 4,5**** 18 mars / 2 semaines Accompagné par Bernard et Clarisse Blouin</p>
--	---

DESTINATIONS SOLEIL
Même prix que sur Internet avec service en plus

HEURES D'OUVERTURE :
Du lundi au mercredi de 9 h à 17 h 30
Jeudi et vendredi de 9 h à 21 h
Samedi : 9 h 30 à 16 h

En dehors des heures d'ouverture, vous pouvez joindre **Lisette Durocher** au 819 532-2464

NON INCLUS : 3,50 \$/1000 \$ Office protection consommateur

clubvoyages Le conseiller **Durocher** 819 539-6943

1592, 41^e Rue Centre commercial SUPER C Shawinigan G9N 7Y9 Interurbain gratuit : 1 800 401-7709 Permis du Québec

Les amoureux dans le Sud

<p>799\$ PUERTO PLATA Allegro Puerto Plata 4* 7 nuits tout inclus Chambre 18 février</p>	<p>899\$ CAYO COCO Oasis Playa Coco Cameleon 3+* 7 nuits tout inclus Chambre 22 février</p>	<p>999\$ LA ROMANA Catalonia Gran Dominicus Cameleon Select 4* 7 nuits tout inclus Chambre 22 février</p>	<p>1089\$ ACAPULCO Ritz Acapulco 4* 7 nuits tout inclus Ch. vue mer 21 février</p>
--	---	---	--

Économisez jusqu'à 1460\$ par couple!*

NOLITOURS
C'est tout inclus.

COMMUNIQUEZ AVEC VOTRE AGENCE DE VOYAGES OU WWW.NOLITOURS.COM

clubvoyages 1 866 777-0608
CAA Voyages 1 888 549-5559
Carlson Wagonlit Voyages 1 800 227-5766
Voyages Sears Chaque voyage apporte une récompense. En magasin 1 866 359-7327

Départs de Montréal. Prix par personne en occupation double, incluant les taxes et rabais applicables. Prix en vigueur au moment de l'impression et valables pour les nouvelles réservations individuelles effectuées du 6 au 8 février 2010, sous réserve de disponibilité. *L'économie de 1460\$ par couple est basée sur le prix régulier d'un séjour d'une semaine à l'hôtel Catalonia Gran Dominicus Cameleon Select à La Romana pour un départ le 22 février 2010. Pour les détails et conditions générales, veuillez vous référer à la brochure Sud 2009-2010 de Nolitours. Vols effectués sur les ailes d'Air Transat ou CanJet. Nolitours est une division de Transat Tours Canada inc. et est titulaire d'un permis du Québec (n° 825121). Ses bureaux sont situés au 300, rue Léo-Pariseau, bureau 500, Montréal (Québec) H2X 4C2.

Prix excluant le 3,50\$/1000\$ de services touristiques achetés représentant la contribution des clients au Fonds d'indemnisation des clients des agents de voyages.

LA MARTINIQUE: SUITE DE LA PAGE E18

Ce qui signifie des petits établissements bien intégrés à l'environnement et dont les exploitants adhèrent aux principes du tourisme durable. Comme Léon Tisgra, alias Tonton Léon, qui gère un gîte à l'enseigne du Hameau du Morne des Cadets, à Fonds-Saint-Denis.

La propriété est composée de trois bungalows et de quelques chambres dans le bâtiment principal. On mange et on se détend sur la grande terrasse d'où on bénéficie d'une vue saisissante sur la montagne Pelée, juste en face, et sur la ville de Saint-Pierre, alanguie au bord de la mer des Antilles, en contrebas.

Le jour, on se balade dans les champs en compagnie de Léon Tisgra qui, passionné d'agriculture biologique, cultive des fruits et des légumes comme le giromon, la cristophine, le chou chinois ou le ti-nain (une variété de banane) sur les terres pentues qui entourent la propriété.

Exploration

Mais surtout, on se livre à cette occupation qui justifie le choix de la Martinique plutôt que d'une autre destination antillaise plus populaire comme Cuba ou la République dominicaine: on explore l'île.

Saint-Pierre, ce «petit Paris des Antilles», comme on surnommait la ville jusqu'à ce qu'une éruption de la montagne Pelée la raye temporairement de la carte en 1902, n'est qu'à une vingtaine de minutes de route. Avec 5000 habitants six fois moins qu'à la fin du XIX^e siècle, la ville n'est plus ce qu'elle a été, mais on reconstitue des lambeaux de son histoire en visitant le petit musée Franck Perret et en arpentant ses rues étroites jalonnées de sites en ruine: le théâtre, l'église du Fort, les ruines du figuier...

À l'extérieur de la ville, le Centre de découverte des sciences de la terre consacre deux de ses quatre salles aux éruptions de la montagne Pelée. Les plages du Carbet, cette petite aggloméra-



PHOTO ANDRÉ DÉSIRONT, COLLABORATION SPÉCIALE

À côté des cases, Gilbert Larose a aménagé un jardin d'herbes médicinales et un potager.

tion qui a donné son nom au massif volcanique qui lui sert de toile de fond les pitons du Carbet, sont juste à côté.

Et le musée de la Nature n'est qu'à quelques kilomètres. Le bâtiment principal, qui a ouvert ses portes le 31 janvier, est incrusté dans une forêt pluviale où un sentier «d'interprétation» permet de découvrir quelques-unes des 3200 espèces de plantes et d'arbres, dont près de 200 sont endémiques à la Martinique. À l'intérieur, une exposition interactive dispense des commentaires sur le relief, la flore et les écosystèmes de l'île.

Et, bien sûr, il y a la montagne Pelée, cette masse émeraude presque toujours coiffée d'un panache de brume. Elle se réveillera peut-être un jour, mais elle est assoupie depuis la dernière éruption survenue en 1932. À partir du terrain de stationnement de l'aïlaron, à 822m d'altitude, un sentier de randonnée qui, mis à part l'effort physique, ne présente aucune difficulté particulière, permet d'atteindre la caldeira (le bord du cratère) 400m plus haut, en un peu moins de trois heures d'ascension.

En reprenant la voiture pour regagner le bord de la mer, on



PHOTO ANDRÉ DÉSIRONT, COLLABORATION SPÉCIALE

Les huttes de la Savane sont à l'image de celles construites par les esclaves libérés en 1848.

s'engage dans des routes sinueuses bordées de cordylone et de champs de cannes, qui traversent des villages aux noms qui chantent: Morne-Rouge, Fonds-Saint-Denis, Ajoupa Bouillon...

«Nous voulons que le nord de l'île devienne une destination écologique, comme le Costa Rica, qui attire des visiteurs soucieux d'y laisser une empreinte écologique réduite à sa plus simple expression», rêve Patrick Duchel.

NOS DÉPARTS GROUPES ACCOMPAGNÉS



NEW YORK À PÂQUES

2 au 5 avril À partir de **289\$ / occ. quadruple**

BOSTON

15 au 17 mai incluant lunch à la John Havard Brewery / **occ. quadruple** À partir de **319\$**

ITALIE (2 départs)

Circuit : Venise, Florence, Montecatini, Rome et séjour à Agropoli
21 mai au 5 juin et 8 au 23 octobre
Départs garantis : le nombre de places est très limité

2899\$ RABAIS 50 \$
si réservé avant le 27 février

ESPAGNE (long séjour)

Espagne, Costa Del Sol - Torremolinos
Séjour en studio au Bajondillo
17 septembre au 10 octobre
Accompagné par Claude Lahaie

Prix : **1949\$**

FÉRIE DE NOËL

Prague et Budapest

1^{er} au 12 décembre
Accompagné par Rina Hetsrony

CROISIÈRE COSTA VICTORIA

Italie - Îles Grecques - Croatie et 1 nuit à Venise

24 septembre au 3 octobre
Accompagné par Nathalie Lahaie et André Clément
Prix à compter de **2199\$**
cabine intérieure
Départ garanti, le nombre de places est très limité

PÉTRA ET L'ÉTERNELLE ÉGYPTE

29 octobre au 15 novembre
Culture et histoire : enrichissant!

CROISIÈRE MSC FANTASIA MÉDITERRANÉE AU DÉPART DE BARCELONE

19 septembre au 3 octobre
4 nuits à Madrid et 2 nuits à Barcelone
Accompagné par Léonne Veillette Hamelin

1 FOIS TOUS LES 10 ANS...

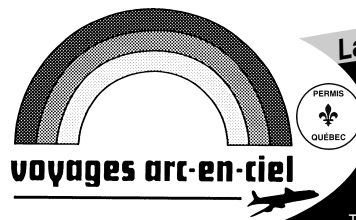
OBERAMMERGAU

Notre spécialiste en histoire et culture Rina Hetsrony vous invite à découvrir « Le Jeu de la Passion », combiné aux plus beaux circuits d'Europe et du Moyen-Orient.

L'EUROPE DE L'EST TOUT EN MUSIQUE

Hongrie - Slovaquie - Autriche et Allemagne
22 mai au 6 juin

— Réservez dès maintenant —
auprès de votre conseillère Christine
819 373-4411



La plus grande agence en Mauricie
www.voyagesarcenciel.com



Regardez Justin tous les mercredis à 13 h 30 dans « La vie en Mauricie »

Toutes les succursales sont ouvertes le samedi de 9 h à 16 h.

Trois-Rivières (Ouest)
5449, boul. Jean-XXIII
819 373-2747

Shawinigan (Sud)
2075, 5^e Avenue
819 537-5757

Trois-Rivières
4350, boul. des Forges
819 373-4411

Secteur Cap-de-la-Madeleine
765, boul. Thibeau
819 374-0747

N'inclut pas la contribution des clients au fonds d'indemnisation de 3,50 \$ par 1000 \$.

PRÉSENTATIONS

10 FÉVRIER
18 h 30 LA LOUISIANE
19 h 30 L'OUËST CANADIEN



15 FÉVRIER
18 h 30 ANGLETERRE - ÉCOSSE - IRLANDE
19 h 30 PORTUGAL

À la Résidence du Manoir
4355, boul. Rigaud
Trois-Rivières
Réservation obligatoire,
le nombre de places est limité.

819 374-1050 ou 819 379-7661

Présentations à venir :
**DUBROVNIK, TURQUIE
ET BORDEAUX FÊTE DU VIN**

NOS DÉPARTS GARANTIS Accompagnés en français

LES CIRCUITS

BORDEAUX FÊTE LE VIN Du 24 juin au 2 juillet	ISLANDE Du 3 au 13 août	GRAND TOUR D'ISRAËL Du 19 octobre au 2 novembre 2^e départ
ÎLES DE LA MADELEINE Du 30 juillet au 5 août, accompagné par Denyse Drainville.	ANGLETERRE - ÉCOSSE - IRLANDE Du 9 au 24 septembre, accompagné par Hélène Morissette	LA TURQUIE ET SES MONDES Du 13 septembre au 30 septembre
AFRIQUE DU SUD - NOVEMBRE 2010 21 jours - circuit exclusif - maximum 16 passagers	NEW YORK À PÂQUES 3 1/2 JOURS Du 2 au 5 avril	DETROIT ET CHICAGO Du 5 au 20 juin, accompagné par Denyse Drainville
SÉJOUR À DUBROVNIK ET SUR LA RIVIERA ADRIATIQUE Du 9 au 23 avril	LA CHINE D'HIER À AUJOURD'HUI Du 27 avril au 12 mai SUPER PRIX	NEW YORK À PÂQUES 4 1/2 JOURS Du 1 ^{er} avril au 5 avril
CIRCUIT OUEST CANADIEN Du 26 juin au 10 juillet, accompagné par Mireille Mongrain	LES PLUS BEAUX SECRETS DE LA GRÈCE Du 14 du 29 septembre	YUKON, ALASKA PAR LA ROUTE Du 11 au 28 juin

LES CROISIÈRES

CROISIÈRE EN ALASKA Du 19 au 27 juin, accompagnée par Denyse Drainville	SÉJOUR À LONDRES ET CROISIÈRE EUROPÉENNE À BORD DU CELEBRITY ECLIPSE Du 30 août au 18 septembre, CROISIÈRE DE LUXE	CROISIÈRE FLUVIALE RUSSIE Deuxième départ Du 3 au 15 septembre Premier départ COMPLET
---	---	---



Cet endroit dont vous rêvez. Nous vous y conduirons.

À votre service depuis 1984

LUNDI AU MERCREDI : DE 9 h À 17 h 30 • JEUDI ET VENDREDI : DE 9 h À 21 h • SAMEDI : DE 10 h À 16 h

Club Voyages Super Soleil

Trois-Rivières
4190, boul. des Forges **819 374-1050**
(face au Centre commercial Les Rivières)

Galerias du Cap
300, rue Barkoff **819 379-7661**
www.clubvoyages-supersoleil.com



Cuba, au-delà des plages

Sylvain Desmeules

Collaboration spéciale

Les Canadiens, et particulièrement les Québécois, aiment bien Cuba. Des 2,3 millions de touristes qui s'y sont rendus en 2008, plus de 820 000 étaient Canadiens, dont 450 000 Québécois.

Qu'est-ce qui nous attire? Les plages, bien sûr. Mais il y a plus à voir.

Les villages patrimoniaux, par exemple. Voici donc un aperçu de villes qui valent le détour, classées au patrimoine mondial par l'UNESCO.

San Pedro de la Roca et la patronne de Cuba

Un peu à l'extérieur du périmètre urbain de Santiago, une visite au château de San Pedro de la Roca et à la basilique où l'on vénère la Vierge de la Caridad d'El Cobre (patronne de Cuba) est un attrait qui permet en même temps d'apprécier la riche faune de ce pays.

Remedios: des traditions

Remedios, huitième ville fondée par les Espagnols en sol cubain en 1512, est une cité de traditions. La

place centrale déborde de cette joie de vivre villageoise. Le El Louvre, à lui seul, évoque les traditions. Cette cafétéria construite en 1866 a été le théâtre des débats de plusieurs grands personnages du pays.

Toutes deux dans la province de Santa Clara, à 50km l'une de l'autre, les villes de Santa Clara (250 000 habitants) et de Remedios (47 000) ont du charme. La première abrite le monument à Ernesto Che Guevara, où est inhumée cette icône du mouvement révolutionnaire de 1959. Véritable lieu de pèlerinage, le site surplombe Santa Clara.



PHOTO ARCHIVES LA PRESSE

Le château de San Pedro de la Roca, à Santiago, offre une vue splendide sur la mer des Caraïbes.

Santiago de Cuba, mélange des cultures

Santiago de Cuba (1,4 million d'habitants) est la figure de la mixité ethnique et culturelle qui règne à Cuba.

Santiago de Cuba est située à l'extrémité est de l'île. Dans cette ville construite en 1511 à travers les vallons, les traditionnels vélos et taxis-vélos ont fait place aux motos et aux voitures. La place Carlos Manuel de Cespedez, occupée notamment par la Catedral Metropolitana et le centre historique, est un bon commencement, mais le meilleur conseil pour découvrir cette ville est de s'y perdre.

Cienfuegos à la française

Difficile pour cette ville fondée en 1819 par Fernandina de Jagua de renier ses influences architecturales françaises. L'arc de triomphe qui domine la place José Martí fut, érigé en 1902, le montre bien. Les édifices n'hésitent pas non plus à arborer le style art déco et néoclassique, un caractère éclectique qui lui vaut le surnom de «Perle du Sud». La place José Martí offre une vitrine de choix sur cette ville dont le modernisme contraste avec bien d'autres contrées cubaines. Le théâtre Tomas Perry, baptisé en hommage à un riche vénézuélien à l'origine de sa construction

en 1887, peut contenir près de 1000 personnes.

Un verre au El Palatino, plus vieux bâtiment de l'endroit, est un bon moyen d'apprécier la ville. De ce point, vous apercevrez d'un côté la cathédrale Nuestra Señora de la Purísima Concepcion, construite en 1819 et déclarée monument national, puis de l'autre le Palacio Ferrer, érigé en 1918 et aujourd'hui la maison de la culture.

La clé pour charmer les touristes européens

Les villes de Trinidad, Sancti Spiritus, Bayamo et l'incontournable capitale, La Havane, font aussi partie des villes patrimoniales désignées par l'UNESCO. Elles sont habitées par une majorité des 11,4 millions de Cubains.

Pour attirer de nouvelles clientèles, en provenance de l'Europe notamment, Cuba fait désormais largement la promotion de ses 10 villes patrimoniales. Le gouvernement a aussi commencé la mise en oeuvre d'un vaste plan de réfection des centres historiques de ces villes.

D'ailleurs, la capitale fait aussi l'objet de travaux de restauration. Le réseau routier s'améliore. Un plan de réparation et de récupération des établissements hôteliers est également en marche.



Économisez jusqu'à **1540\$*** par couple



CIRCUITS GUIDÉS • DÉPARTS GARANTIS*

PARFUMS DE TUNISIE

Hammamet - Circuit Grand Sud - Séjour balnéaire
Hôtels 3 à 4+*
Départs 20 février et 20 mars

À PARTIR DE **2039\$**
13 jours / 22 repas
ROYAL AIR MAROC

PANORAMAS DE LA GRÈCE

Athènes - Circuit (12 nuits) - Mykonos - Croisière (3 nuits)
Hôtels 3 et 4* / Croisière en cabine intérieure
Départ 15 mai

À PARTIR DE **3899\$**
17 jours / 27 repas
AIR FRANCE

TRAFALGAR > Plusieurs 2^e départs nouvellement garantis. Renseignez-vous!

DOLCE VITA

Rome - Florence - Venise - Naples - Sicile - Côte amalfitaine
Hôtels 3+ et 4* / 24 inclusions et visites
Départ 6 mai

À PARTIR DE **3049\$**
16 jours / 25 repas
AIR TRANSAT

ACCENT FRANÇAIS

Paris - Lyon - Côte d'Azur - Lourdes - Bordeaux - Vallée de la Loire - Mont Saint-Michel
Hôtels 3* / 26 inclusions et visites
Départ 1^{er} mai

À PARTIR DE **3199\$**
14 jours / 20 repas
AIR TRANSAT

ITALIE - FRANCE

Riviera française - Riviera Italienne - Milan - Venise - Florence - Rome - Nice - Lyon - Paris
Hôtels 3 et 4* / 17 inclusions et visites
Départ 6 mai

À PARTIR DE **3409\$**
14 jours / 18 repas
AIR TRANSAT



819 376-9394
www.caaquebec.com
4085, boul. des Récollets, Trois-Rivières

RECEVEZ 100\$ de réduction (par couple) à l'achat d'excursions optionnelles.*

Départs de Montréal. **Certains départs requièrent un minimum de participants. Prix par personne en occupation double, incluant les taxes et toutes les promotions calculées, ainsi que la prime de fidélité. Prix en vigueur au moment de l'impression et valables pour les nouvelles réservations individuelles effectuées du 6 au 8 février 2010, sous réserve de disponibilité. *Le rabais de 1540\$ par couple s'applique au produit Dolce Vita. †Offre applicable sur les circuits Trafalgar. Pour les détails et conditions générales, veuillez vous référer aux brochures Révateurs 2009-2010 et Circuits Trafalgar 2010. Révateurs est une division de Transat Tours Canada inc. et titulaire d'un permis du Québec (n° 825121). Ses bureaux sont situés au 300, rue Léon-Pariseau, bureau 500, Montréal (Québec) H2X 4C2. Voyages CAA-Québec est titulaire d'un permis du Québec.

Prix excluant le 3,50\$/1000\$ de services touristiques achetés qui représente la contribution des clients au *Fonds d'indemnisation des clients des agents de voyages*.

3350056-P

Vacances Sinorama

www.vacancesinorama.com

SUPER PROMOTION POUR 2010 (incroyable!)

Meilleure croisière sur le Fleuve Yangtze - Century Sky (cabine avec balcon privé) premier arrivé, premier choisi

<p>LA CHINE AUX MULTIPLES VISAGES + FLEUVE YANGTZE (3 GORGES) 21 JOURS Visites: Beijing - Xi'an - Suzhou - Shanghai - Wuhan - Yichang - Fleuve Yangtze (Trois Gorges) - Chongqing - Guilin - Yangshuo - Guangzhou - Hong Kong Départs Garantis (2010): Le 01 mars (Complet), Le 22 mars, Les 6/7/13/14/20/21 juin, Les 1/7/8/14 nov. Le 29 mars, Les 27/28 juin, Les 4/5/11/12/18/19/25/26 juillet, Les 1/2/8/9/15/16/22/23/29/30 août Les 4/5/11/12/18/19/25/26 avril, Les 2/3/9/10/16/17/23/24/30/31 mai, Les 5/6/12/13/20/26/27 sept., Les 4/17/18/25/31 oct. Le 19 Sept., Les 3/10/11 Oct. CAD 2999/p.p. CAD 3099/p.p. CAD 3199/p.p. CAD 3499/p.p.</p>	<p>LA CHINE FANTASTIQUE + SUPER CROISIERE (3 GORGES) 15 JOURS Visites: Beijing - Xi'an - Chongqing - Croisière 3 Gorges - Wuhan - Guilin - Yangshuo - Shanghai Départs Garantis (2010): Les 06/13/20/27 avril, Les 04/11/18/25 mai, Les 01/08/15/22/29 juin, Les 06/13/20/27 juillet, Les 03/10/17/24/31 août, Les 07/14/28 sept., Les 05 oct. CAD 2399/p.p. CAD 2599/p.p.</p>	<p>Thaïlande + Singapour + Malaisie + Bali & Hongkong 22 JOURS Visites: Bangkok - Pattaya - Kanchanaburi (River Kwai) - Ayutthaya - Phitsnuloke - Sukhthai - Singapour - Malacca (Malaisie) - Genting Highlang - Kuala Lumpur - Bali - HongKong Départs Garantis (2010): (Par United Airline) Le 23 fév., (complet), Le 12 juillet Le 8 nov., Le 15 nov. (complet) CAD 5580/p.p. CAD 4780/p.p.</p>
<p>LA CHINE IMPERIAL+DELUXE CROISIERE (3 GORGES) 14 JOURS Visites: Beijing - Chongqing - Fleuve Yangtze (3 Gorges) - Yichang - Wuhan - Hangzhou - Wuzhen - Suzhou - Shanghai Départs Garantis (2010): Les 4/5/11/12/18/19/25/26 mars, Les 4/5/11/12/18/19 nov. Les 1/2/8/9/15/16/22/23/29/30 avril, Les 6/7/13/14/20/21/27/28 mai, Les 3/4/10/11/17/18/24/25 juin, Les 1/2/8/9/15/16/22/23/29/30 juillet, Les 5/6/12/13/19/20/26/27 août, Les 2/3/9/10/16/17/24/30 sept., Les 1/8/21/22/29 oct. Le 23 Sept. 2010, Les 7/15 Oct. 2010 CAD 1899/p.p. CAD 1999/p.p. CAD 2099/p.p.</p>	<p>LA CHINE D'HIER, D'AUJOURD'HUI ET DEMAIN 17 JOURS Visites: Beijing - Xi'an - Shanghai - Suzhou - Wuzhen - Hangzhou - Canton (Guangzhou - Zhongshan - Zhuhai) - Macau - Hongkong Départs Garantis (2010): Les 16/23 mars, Les 02/09 nov. CAD 2399/p.p. Départs Garantis (2010): Les 06/13/20/27 avril, Les 04/11/18/25 mai, Les 01/08/15/22 juin, Les 06/20 juillet, Les 03/17 août, Les 07/14/21/28 sept. Les 05/12/19/26 oct. CAD 2599/p.p.</p>	<p>Inde (Nord+Sud) + Népal 17 JOURS Visites: Delhi - Jaipur - Agra - Khajuraho - Varanasie - Kathernandu - Mumbai Départs Garantis (2010): Le 21 oct. (Continental Airline) CAD 5580/p.p.</p>
<p>LA CHINE AUX MULTIPLES VISAGES + (3 GORGES) + JAPON 27 JOURS Visites: Beijing - Xi'an - Suzhou - Shanghai - Wuhan - Yichang - Fleuve Yangtze (Trois Gorges) - Chongqing - Guilin - Yangshuo - Guangzhou - Hong Kong - Osaka - Nara - Kyoto - Mt.Fuji - Tokyo (Hôtel 4 étoiles au Japon) Départs Garantis (2010): Le 22 mars, Le 1 Nov. Départs Garantis (2010): Le 26 avril, Le 05 juillet Le 23 août, Le 06 sept., Le 4 oct. CAD 4999/p.p. CAD 5099/p.p.</p>	<p>Le Japon Pays du soleil levant 14 JOURS Visites: Tokyo - Nikko - Mont Fuji - Hakone - Nagoya - Gifu - Takayama - Shihakawa - Kanazawa - Kyoto - Nara - Toba - Osaka Départs Garantis (2010): Le 12 avril, Le 15 sept., Le 05 oct. [Par Air Canada] CAD 5780/p.p.</p>	<p>Splendide Vietnam + Cambodge tour Luxueux de 20 Jours Visites : Hanoi - Ha long - Hué - Hoian - Danang - Nhatrang - Hochiminh City - Seam Reap - Phnom Penh Départs Garantis (2010): Le 08 nov 2010, le 17 fév 2011 (korea airline) CAD 4580/p.p.</p>

Nous offrons également les billets d'avions aux prix spéciaux: 514-866-0888 (la contribution des clients au fonds d'indemnisation des clients des agents de voyages)
Tous internationaux par Continental Airline et vols domestiques (taxes incluses)
*Tous les transports en autocar. *Tous les frais d'entrée pour les visites indiquées dans le programme.
**Hôtel 5/4 étoiles. *Repas indiqués dans le programme. *Services de guides francophones.

Tél. : 514-866-6888 / 514-866-1888 Tél. sans-frais: 1866-810-0888
Fax : 514-866-3388 / 514-866-1866 E-mail: sinorama@bellnet.ca
BUREAU 1 : 1088, Rue Clark, Suite 108, Montréal, QC H2Z 1K3 BUREAU 2 : 99, Avenue Viger Ouest, G16-18-19, Montréal, QC. H2Z 1E9