



Cocooning, terroir et grand air!

Tourisme Lanaudière/Jimmy Vigneux

 **PLEIN AIR**

Passion verticale
à partager!
Page 4

 **BIEN-ÊTRE**

Quand le septième art s'invite
chez vous
Page 6 et 7

 **GASTRONOMIE**

Qu'est-ce qui se brasse
cet automne?
Page 10



SPÉCIAL OCOONING

Les bains à remous ont la cote!

Vous rêvez de vous détendre au jardin dans un bain à remous cet automne? Réussir l'aménagement extérieur de votre cour avec un tel équipement exige une bonne planification. N'est-ce pas un beau défi?

LES PREMIÈRES DÉMARCHES

Ne vous lancez pas dans les dépenses sans vous renseigner auprès de votre municipalité sur les règlements en vigueur. On vous demandera peut-être d'obtenir un permis, de respecter les lignes de terrain, de clôturer... Bref, plusieurs détails doivent être pris en compte.

Il est nécessaire de réfléchir sérieusement à l'emplacement. Vous vous en doutez, on n'installe pas un spa n'importe où sur le terrain! Parmi les choses à prendre en considération, il y a la place occupée par la terrasse et le cabanon, la présence de fils électriques, d'arbres et de racines, l'endroit où s'amuse les enfants et la position de l'installation électrique. La période d'ensoleillement est aussi importante.

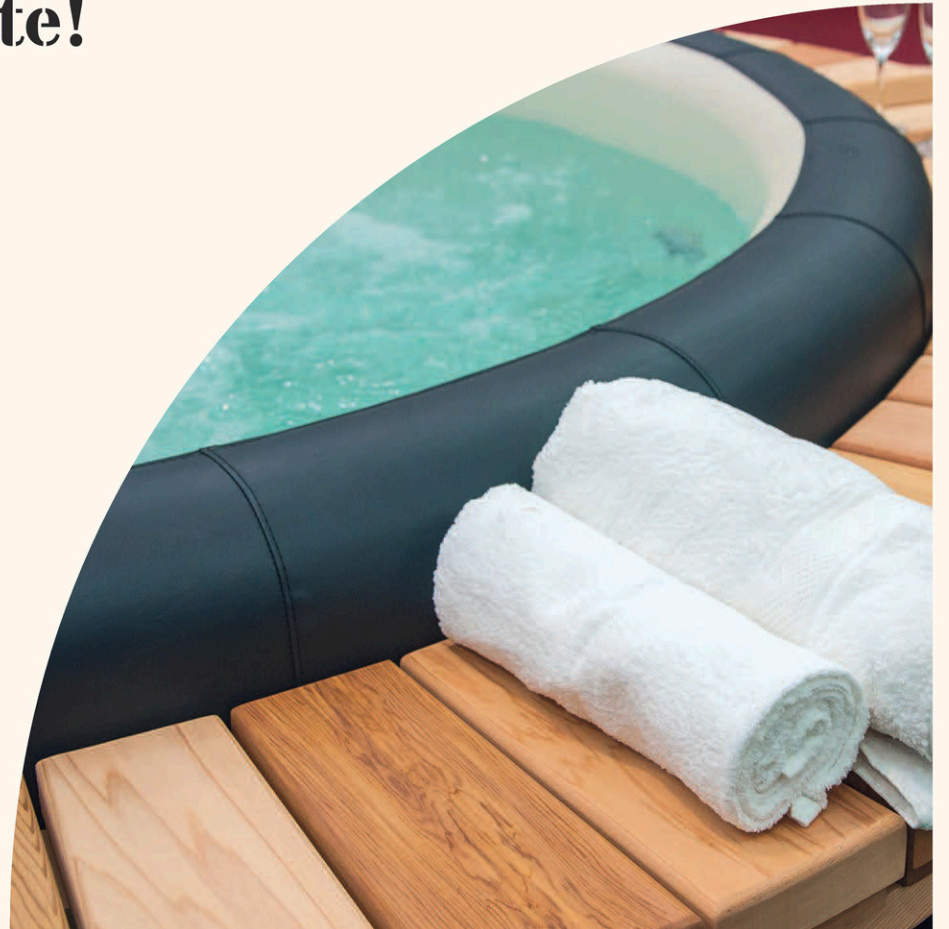
POURQUOI ACHETER UN SPA?

Les vertus thérapeutiques du bain à remous ne sont plus à prouver. Détente des muscles,

oxygénation des tissus, élimination des toxines, et amélioration de la circulation sanguine font partie des effets positifs produits par l'utilisation d'un spa. Le bien-être ressenti est incomparable! Tantôt intime, tantôt convivial, le spa sert autant d'espace privilégié pour le couple que pour les réunions en famille ou entre amis. Selon le modèle, un spa peut être utilisé même l'hiver.

LE SPA DE NAGE

Un spa de nage: le meilleur des deux mondes? Peut-être! Si vous êtes un nageur invétéré, vous apprécierez sans doute pouvoir vous en donner à cœur joie dans un tel spa. Le fonctionnement est simple: grâce à un système d'eau à contre-courant ajustable, le nageur flotte et garde le rythme qu'il désire. Ainsi, le débit peut être réglé pour un débutant comme pour un nageur expérimenté. Puis, après une bonne séance d'exercice, il ne reste plus qu'à relaxer grâce au massage prodigué par les jets multiples.



LE GROUPE

Maître Piscinier

À partir de

4 150\$

VENTE - PIÈCES - SERVICE - PRODUITS - ACCESSOIRES - ANALYSE D'EAU

1054, boul. A-Paquette
Mont-Laurier

819.623.6722

f t i g+

Aquanord
Piscines Et Spas
Mont-Laurier

>T00125-1

L'aventure à échelle humaine

SANDRA MATHIEU

Partir à l'aventure, c'est loin d'être réservé exclusivement aux adeptes d'adrénaline en plein air. L'aventure, c'est aussi se lancer en affaires et/ou suivre une passion, peu importe le domaine, et persévérer malgré les

imprévus, les obstacles et les défis en tout genre. Dans cette édition, nous avons envie d'aller à la rencontre d'êtres humains qui ont osé foncer et aller au bout d'un rêve! Ils partagent avec grande générosité leur quotidien et leurs réalités.

Sans plus tarder, nous vous invitons à plonger dans l'univers de :

- Paul Laperrière qui raconte des anecdotes et revient sur les quatre décennies de son école d'escalade Passe-Montagne à Val-David;
- Plusieurs microbrasseurs de chez nous qui dévoilent leurs nouveautés brassicoles de l'automne;

- Des chefs locavores qui nous font entrer dans les coulisses des produits du terroir et qui se confient sur leur cuisine de saison;

- André Trottier qui propose une balade remplie de souvenirs dans le verger familial des Basses-Laurentides (depuis 1925!).

À découvrir également : notre chronique vin, notre dossier cocooning, ainsi que la première chronique d'une toute nouvelle collaboration avec les explorateurs de l'Académie Vaolo!

Ne vous reste plus qu'à vous installer confortablement avec un café ou une tisane au son du feu qui crépite pour entamer la lecture de nos offrandes d'octobre! **zn**

À LIRE SUR LE WEB :

- Fred Belval, responsable du développement à la station Belle neige à Val-Morin, qui nous fait découvrir ses nouveaux sentiers de vélo de montagne;
- Bernadette Rey et ses acolytes Les Félicitées qui transmettent leur amour pour le Shinrin Yoku (immersion en nature thérapeutique);





La Presse Touristique

PROCHAINE
ÉDITION
**MERCREDI
4 NOVEMBRE**



Réservez votre espace publicitaire
avant jeudi le 29 octobre 16 h
Approbation votre espace publicitaire
avant vendredi le 30 octobre à 12 h

**CONTACTEZ VOTRE
STRATÈGE MÉDIA
DÈS AUJOURD'HUI**



UN HIVER ÉPOUSTOUFLANT

à la Station de Sports
MONT AVALANCHE!
de Saint-Adolphe-d'Howard

Procure-toi ta
passé de saison

**Ski alpin
Fatbike
Randonnée alpine
Location d'équipement**



STATION DE SPORTS MONT AVALANCHE
1657, chemin de l'Avalanche, Saint-Adolphe-d'Howard
819 327-3232 | www.mont-avalanche.com

>T00082-2

Petite Nation

Revenez sur terre



Rivière de la Petite-Nation



Chutes de Plaisance



Parc Oméga



Les Produits David



Pourvoirie de la Lièvre

PetiteNationOutaouais.com

PLEIN AIR CHRONIQUE VAOLO

Connaître pour mieux protéger : une expédition au lac des 31 Milles

CAMILLE COURNOYER,
EXPLORATRICE VAOLO
JOURNAL DE BORD, 25/08/2020

À 5 h 50, le corps se lève juste à temps pour se réveiller avec le soleil. Les paupières encore un peu alourdies, le canot est mis à l'eau et quitte la berge de la presqu'île sur laquelle on joue à Robinson Crusoé. Les pagaies créent des vaguelettes sur le lac des 31 Milles alors que débute la recherche des premiers rayons. Des lambeaux de brume dansent sur l'eau, s'élèvent sereinement, tel un rideau de scène dévoilant le spectacle du jour.

« Avez-vous déjà entendu les oiseaux voler? C'est si silencieux à l'aube qu'on entend le sifflement de leurs ailes dans la distance, bien avant qu'ils ne soient au-dessus de nos têtes... »

Si on a la chance inouïe de profiter d'une connexion privilégiée avec cet espace naturel grandiose, c'est grâce à l'ambition d'un petit groupe de riverains ainsi qu'aux individus qui leur ont succédé. En effet, afin de protéger le lac des 31 Milles et les îles qui le parsèment, un groupe de bénévoles a commencé à organiser des corvées de nettoyage. Vieux matelas, barbecues et autres objets



désuets faisaient autrefois partie du paysage. Heureusement, le projet de conservation a pris son envol et, en 2002, la Société d'aménagement et de gestion environnementale (SAGE) a été créée. À la tête de cet organisme à but non lucratif, on retrouve la cheffe d'équipe Kimberley Mason qui m'a raconté son parcours avec enthousiasme sur le bord de l'eau. Inspirante de par son leadership et son esprit rassembleur, Mme Mason a précédemment dédié 10 ans de sa carrière à la MRC de la Vallée-de-la-Gatineau. C'est elle, d'ailleurs, qui a instauré le programme de recyclage dans la MRC.

Aujourd'hui, SAGE et une corporation formée des cinq municipalités entourant le lac ont uni leurs forces afin de valoriser et protéger le territoire. Le lac des 31 Milles est maintenant en processus de devenir un parc régional! Il s'agit d'un exemple extraordinaire du pouvoir rassembleur de la conservation environnementale.

Camper sur l'une des îles et presqu'îles du lac est une aventure en soi. L'eau remplace les routes et la voiture est échangée pour le canot ou le kayak. Sac à dos dans l'embarcation, on se rend à destination un coup de pagaie à la fois. On s'échoue (volontairement) sur le rivage au milieu de cette immense étendue claire; l'eau cristalline accueille bienveillamment celle ou celui qui y plonge; l'île devient un refuge.

Au nord du lac se trouve le Pont de pierre, œuvre de la nature conçue millimètre par millimètre au fil des années par la dissolution de roches carbonatées, peu résistantes à l'érosion. Un flot incessant y rugit, créant de l'écume autour des roches et y donnant un côté féérique. Des panneaux explicatifs permettent d'en apprendre davantage sur ce phénomène impressionnant et les sentiers de randonnée donnent l'occasion d'en explorer les racoins.

La rencontre se retrouve souvent au cœur du voyage. Ici, la nature en elle-même est un personnage avec une personnalité propre. Interagir avec elle permet à la fois de se recentrer et de s'ouvrir au monde naturel si complexe et fascinant. Sa voix est composée de



clapotis, de concerts de huards alors que le soleil tire sa révérence, du sifflement de l'air sur les ailes des oiseaux. De plus, le lac des 31 Milles peut compter sur une équipe extraordinaire au sein de laquelle chacun utilise sa propre voix pour vulgariser l'importance de la conservation. Parmi eux, il y a Jocelyn. Patrouilleur depuis 3 ans, il navigue chaque jour afin de fournir glace, bois de feu et bonnes histoires aux campeurs. Assis à la table de pique-nique, trop grande pour une seule personne, il me racontait ses récits de pêche et de patrouille entre deux tournées:

« C'est ma troisième saison. C'est... j'adore ça. Tous les matins, je remercie quelqu'un quelque part de pouvoir naviguer ce beau lac: le majestueux lac 31 Milles », m'a-t-il confié alors que son regard s'illuminait.

Séjourner au lac des 31 Milles, c'est se permettre de vivre une expérience en nature extraordinaire, mais aussi de se laisser sensibiliser à la dualité entre fragilité et vigueur infaillible de l'environnement.

Connaître nous permet d'aimer davantage, et aimer davantage permet de mieux protéger.

Info : sage31-milles.ca
En apprendre plus sur Camille : academievaolo.com/finalistes-2020/camille-cournoyer.

La Presse Touristique

195, rue Brissette, local 72,
Sainte-Agathe, QC J8C 3S4
lapresstouristique.ca
450 425-8658

4 RÉGIONS

LAURENTIDES	30 000
HAUTES-LAURENTIDES	19 000
OUTAOUAIS	30 000
VALLÉE DE LA GATINEAU	11 000

Directeur administratif
Sylvain Lacasse
slacasse@inmedias.ca

Directrice développement
Chantal Roussel
croussel@inmedias.ca

**Directeur finances/
ressources humaines**
Alain Cousineau
acousineau@inmedias.ca

Technicienne comptable
Dominic St-Hilaire
dst-hilaire@inmedias.ca

Rédactrice en chef
Sandra Mathieu
smathieu@inmedias.ca

Collaborateurs/trices
Marilyn Séguin
Véronique Piché

Camille Cournoyer
Gabriel Lachaine et
Valérie Charette, sommeliers

Stratèges médias
Élise Léonard
Jacinthe Fortier
Sabrina Desjardins
Stéphanie Lomas
Fannie Carrière
Mario Legault
Sara Bouliane

Graphistes
Julie Leclerc
Émilie Constantineau
Martine Cotton
Marc Cadieux
Jessica Lacroix

**Directrice web
et médias sociaux**
Mélodie Rivest

TIRAGE : 90 000 EXEMPLAIRES

Imprimé par
Transcontinental Transmag

Propriété de
In Médias inc.

PLATEFORME COLLABORATIVE VAOLO

Vaolo est une plateforme collaborative d'innovation sociale déjà instaurée dans plus de 60 pays. Elle vise à devenir la référence du voyage d'expérience à impact local grâce au développement du tourisme hors sentiers battus et aussi un exemple dans la formation d'explorateurs. Par son programme d'exploration et son Académie des Explorateurs, Vaolo forme explorateurs et voyageurs afin d'encourager le développement de l'entrepreneuriat local, faire la promotion d'initiatives créatrices de richesse et favoriser les rencontres authentiques. Vaolo offre des expériences de voyage hors sentiers battus préalablement validées par nos Explorateurs.

PASSE-MONTAGNE

Passion verticale à partager!

SANDRA MATHIEU

La passion de Paul Laperrière pour l'escalade va beaucoup plus loin que la pratique du sport. Il est au fil des décennies devenu un mordu invétéré et reconnu par ses pairs, autant au niveau du développement de la discipline que de la formation ici et ailleurs. C'est dans le parc régional de Val-David, son terrain de jeu de prédilection, qu'il a accepté de dévoiler quelques secrets, et de partager sa vision et son amour inconditionnel pour tous les aspects de la grimpe.

Le fondateur de l'école d'escalade Passe-Montagne, qui célèbre sa 40e saison d'activité, est tombé dans cette potion verticale à l'âge de neuf ans, alors qu'il explorait les environs du chalet familial à Val-David avec un ami de la famille. « J'avais un scrapbook dans lequel je collectionnais des photos et des images d'escalade. Val-David a toujours représenté mon deuxième chez moi et je savais que je m'y installerais un jour. »

Aujourd'hui âgé de 64 ans, Paul grimpe depuis 55 ans et enseigne depuis 46 ans. Celui qui a été juge au niveau international (il est le premier non-européen à avoir été président du jury pour le Championnat du Monde) salue l'arrivée de l'escalade aux Jeux Olympiques et, bien que la réglementation se soit standardisée, il

LE SAVIEZ-VOUS?

Paul et son frère André ont été figurants cascadeurs dans de nombreux films. André a d'ailleurs poursuivi une carrière dans le milieu cinématographique.

conçède qu'il y a encore à faire au niveau de la sensibilisation et de la sécurité.

« On voit beaucoup d'improvisation, déplore-t-il. C'est un sport qui s'est démocratisé et qui évolue constamment, autant au niveau du matériel que de la mentalité et de l'engagement. C'est primordial de toujours questionner et de faire attention aux faux experts qui sévissent entre autres sur les médias sociaux. Je reste ouvert d'esprit, car il y a toujours du nouveau à apprendre et à expérimenter. Le Québec n'a rien à envier aux autres pays, on est très avancé en termes de normes et de sécurité. »

En plus du côté sécuritaire, lors de ses formations, Paul priorise l'efficacité. « Quand j'enseigne, la pédagogie est primordiale. Je simplifie au maximum pour que les néophytes apprennent les bonnes manœuvres, étape par étape, ensuite j'ajoute des détails pour qu'ils puissent se perfectionner à leur rythme. J'aime inclure des éléments historiques et géologiques à mon enseignement parce que ce parc est très riche. »

PASSIONNÉ COMME AU PREMIER JOUR

Paul passe tranquillement le flambeau de son école, mais il restera bien présent pour offrir de la formation et partager ses idées de développement.

Il caresse également le rêve de

participer à la création d'un centre d'escalade intérieur dans la région.

« Je me sens encore comme un enfant quand je suis sur les parois et je ne me lasse pas de la beauté des paysages. Je m'amuse autant quand je grimpe que quand j'enseigne. Je n'arrêterai jamais de grimper, aussi longtemps que mon corps me le permettra. » Quelques blessures et opérations au fil des ans n'ont pas eu raison de sa pratique.

« Le parc régional est certainement le site québécois le plus agréable pour l'enseignement : un terrain compact et accessible, au cœur du village. Lorsqu'on a commencé, le site était peu développé. J'ai probablement ouvert environ la moitié des voies », confie Paul.

UN 2E TERRAIN DE JEU

Depuis une vingtaine d'années, Paul se rend à Cuba où il développe la grimpe, principalement dans la Vallée de Viñales : ouverture de voies, formation, etc. Il travaille à la création d'une fondation, en collaboration avec des avocats américains et des guides cubains, pour aider le développement de l'escalade à Cuba. Il est devenu une référence de l'escalade dans ce coin de pays qu'il visite chaque année (il devra malheureusement faire relâche cette année).

Plus récemment, il a aussi eu un coup de cœur pour l'Équateur où il a ouvert des voies et assisté à une compétition de grimpe féminine.

Plus d'infos:
Site Web : www.ecole-escalade.com

LIGNE DU TEMPS

Instructeur FQME depuis 1976 et détenteur du brevet ACMG depuis 1980, Paul Laperrière fonde une PME en 1981 sur la rue Saint-Denis à Montréal, avec son frère et sa conjointe de l'époque. Au départ, l'entreprise se concentre dans les cours d'escalade et la location de matériel d'escalade et de plein air. Ils ajoutent ensuite le volet voyage jusqu'à la fin des années 90. Il a d'ailleurs participé à 14 expéditions en région arctique.

En 1989, le premier projet de mur d'escalade intérieur voit le jour à l'Université de Montréal, en collaboration avec Passe-Montagne, La Cordée, Patagonia et Merrell. Le Cégep André-Laurendeau emboîte le pas.

L'entreprise s'installe officiellement à Val-David au début des années 90. Le volet production de prises et de murs prend de l'ampleur et devient le cheval de bataille de l'entreprise. Paul se souvient des débuts, alors qu'il produisait chaque prise à la mitaine, sur son balcon.

Le volet production a été vendu en 2007 à des amis américains et Paul revient alors à ses premières amours : l'enseignement!

L'année 2015 marque la sortie de la nouvelle version du Guide des parois de Val-David. La dernière édition datait de 1994. 7n



photo Courtoisie Passe-Montagne



Photo : Sandra Mathieu


JEUX VIDÉO À LA MAISON

Conseils pour gérer l'utilisation des enfants

Jouez un rôle actif dans le choix des jeux vidéo et montrez à vos enfants que vous vous intéressez vraiment en y participant de façon active! Voici quelques astuces pour y arriver!

Jouez à des jeux vidéo avec les enfants aussi souvent que possible. Vous saurez ainsi à quoi ils jouent, en particulier lorsqu'ils sont plus jeunes. Vous serez également plus en mesure de poursuivre des conversations à propos des jeux vidéo et d'établir les jeux vidéo comme activités familiale amusante.

Achetez des jeux que plusieurs membres de la famille apprécient. Vous les habituerez ainsi à l'idée du jeu en tant que passe-temps en compagnie plutôt qu'en solitaire et encouragez le jeu en tant qu'activité familiale. Prenez toujours le temps d'essayer un nouveau jeu dès que vous l'achetez, surtout si vous n'êtes pas certain de son contenu. Soyez conscient du fait que certains jeux deviennent plus intenses au fur et à mesure qu'on avance dans le jeu donc il se peut que vous ayez à y investir plus de temps et d'y jouer avec vos enfants. Parlez à vos enfants dès leur plus jeune âge du contenu qui est pour vous inadmissible et des raisons pour lesquelles certains jeux ne sont pas pour eux. Lorsque vous vous trouvez face à un contenu qui ne convient pas, discutez-en avec vos enfants.

Encouragez vos enfants à faire preuve d'esprit critique quant au contenu des jeux vidéo. Demandez-leur si les événements ou la trame du jeu seraient crédibles dans la vraie vie. Remettez en question les stéréotypes lorsqu'il y en a et encouragez vos enfants à en faire autant.

Si vos enfants jouent trop et que cela devient un problème, contrôlez leur temps de jeu. Leur interdire carrément de jouer n'est pas une solution, car le jeu représente une partie importante de la vie des enfants. (Si vous décidez d'imposer une limite de temps pour une session de jeu, notez bien que plusieurs jeux prennent un certain temps à compléter.) Si possible, installez l'ordinateur ou la console de jeu dans une pièce commune de la maison de façon à pouvoir surveiller de près les jeux qu'utilisent vos enfants.

AVANT D'ACHETER UN JEU VIDÉO:

- Lisez les évaluations et commentaires;
- Apprenez à déchiffrer les indications sur la boîte (à qui le jeu s'adresse, signification des codes, contrôles parentaux, etc.)

BONNES RESSOURCES

Les sites Web de l'Entertainment Software Rating Board (ESRB) www.esrb.org et de l'association canadienne des producteurs de logiciels theesa.ca/fr/

Reconnaître la source de son stress pour mieux le gérer

Il est souvent difficile de mesurer son stress, au point où il devient facile de sous-estimer son importance. Pour garder l'équilibre et conserver une bonne santé mentale, il est essentiel de connaître sa source pour ensuite travailler les éléments appropriés. Alors que plusieurs d'entre nous devons depuis quelques temps apprivoiser le télétravail, c'est un bon moment pour s'arrêter et faire le point!

- Augmentation ou diminution de l'appétit;
- Fatigue générale;
- Humeur instable;
- Manque de concentration;
- Maux de tête;
- Irritabilité ou agressivité;
- Troubles de sommeil.

SOURCES POSSIBLES

Dès lors que vous reconnaissez vivre du stress, il vous faut trouver son origine. Essayez de découvrir d'où il provient en vous questionnant, par exemple, sur vos situations professionnelle et familiale, sur votre horaire ou sur la quantité de tâches que vous avez à accomplir régulièrement. Repérez les petits irritants quotidiens qui, en s'additionnant, ont des répercussions sur votre état d'esprit.

MESURES EFFICACES

Vous avez localisé la ou les sources de votre stress? Vous voilà prêt à prendre des mesures pour améliorer votre bien-être et votre santé mentale. Vous pourriez notamment vous inscrire à des cours de méditation, suivre une thérapie, modifier votre alimentation ou — pourquoi pas? — engager une entreprise pour effectuer l'entretien ménager de votre propriété!

Un thérapeute peut également apporter une écoute active et vous permettre de développer vos capacités et des outils que vous pourrez appliquer au quotidien.

SIGNAUX ÉVOCATEURS

Les signaux suivants sont tout à fait normaux lorsqu'ils apparaissent occasionnellement. Toutefois, s'ils s'intensifient ou que d'autres signes s'accumulent, c'est que votre corps veut vous avertir. Voici quelques symptômes à surveiller :



VIDÉOTRON

le superclub

- Cellulaire • Télé • Internet
- Nouveau produit HELIX disponible en magasin
- Microplay
- Superclub

FILMS À LOUER

À PARTIR DE **0.99\$**

FILMS ET JEUX VIDEO

À LOUER OU ACHETER

Mont-Laurier

819-440-2928
437, RUE DU PONT MONT-LAURIER

“Trouver un équilibre de vie, résoudre des problèmes, atteindre des objectifs, se dépasser, voilà ce que je peux vous aider à réaliser.

Consultations à distance par téléphone ou vidéoconférence.

En personne sous certaines conditions*

- Crise existentielle
- Dépression
- Gestion du stress et de l'anxiété
- Gestion des émotions
- Estime et confiance en soi
- Motivation et réhabilitation professionnelle
- Épuisement professionnel
- Conflits dans les relations de travail
- Gestion de crise

Et autres, selon vos besoins*

Services à distance et en entreprise

Sylvie Major

Travailleuse sociale | Coach certifiée professionnelle

Coaching
Thérapie
Ateliers

Contact

tél: 819-616-9416
sans frais: 1 855-616-9416
info@sylviemajor.com

www.sylviemajor.com

Visitez ma page facebook
Sylvie Major TS & CCP

Services adaptés
Horaires flexibles
Prise en charge rapide

gē-vert

TECHNOLOGUE PROFESSIONNEL

Une entreprise expérimentée dans l'analyse des sols pour vous!



- * Tests de sol
- * Lever topographique
- * Inspection d'installations septiques
- * Étude et caractérisation de sites
- * Plan et devis pour les installations septiques



819 623-3190
435-5 de la Madone,
Mont-Laurier
geovert.reception@gmail.com

SERVICE PROFESSIONNEL
À VOTRE SERVICE DEPUIS 2007
Sébastien Jacques T.P.

Étude et caractérisation de site pour installation septique Q,2-R,22



Les couleurs !

Est-ce nous, ou les couleurs cette année sont plus explosives et électrisantes qu'à l'habitude? Un vrai spectacle! Je parle ici de nos belles montagnes bien sûr.

Voir que la vie, la nature, suit son cours normalement c'est rassurant, en particulier cette année! Les changements de saison sont simplement toujours au rendez-vous. Quand on connecte avec la nature, qu'on prend le temps de l'observer, on ne peut que s'émerveiller! En forêt on se rend compte que tout est calme et lent et bien équilibré!

En ce temps des récoltes, on a que de belles pensées à l'égard du travail essentiel des agriculteurs, mais également de celui des vignerons qui travaillent d'arrache-pied en ce moment pour nous préparer des flacons de qualité millésime 2020!

Merci et longue vie à toutes nos traditions et à la vie!

À VOTRE SANTÉ

En collaboration avec:
GABRIEL LACHAINE ET
VALÉRIE CHARETTE, SOMMELIERS



En blanc

CHÂTEAU DE LA ROULERIE, ANJOU,
2018
Loire, France
Biologique
Prix:23,40\$
1,2 g/l de sucre, 13% d'alcool

Code SAQ: 12571610

Un super Chenin Blanc pour vos plus beaux plats d'automne. Le Domaine de la Roulerie travaille ses vins en bio. Pour cette cuvée, l'élevage en fût et sur lie donne une belle profondeur. Nez sur la pomme, la cire d'abeille et la crème pâtissière. En bouche, une attaque tranchante et minérale qui évoque encore la touche de pomme avec une belle texture en finale. Ce blanc pourrait vieillir quelques années ou une bonne heure en carafe pour qu'il s'exprime à fond! Pleins d'idées pour les accords, entre autres un canard à l'orange, une superbe fondue au fromage ou encore un beau poisson grillé sauce au beurre blanc!



En rouge

ADEGAMÊ, PINOT NOIR,
LISBOA, 2018
Lisbonne, Portugal
Prix:23,40\$
2,4g/l de sucre, 13,5% d'alcool

Code SAQ: 13568455

Ça prenait bien des Français pour nous apporter un Pinot Noir portugais ;) Très beau Pinot; canneberges, cerises et une belle touche fumée au nez. La bouche quand même charpentée pour un Pinot Noir, on sent bien le 10 mois d'élevage en fût français, donc on a affaire à un vin moyennement corsé avec une belle persistance qui nous permet un éventail d'accords mets et vin; entre autres un poulet heureux aux champignons sauvages, vos perdrix aux lardons ou encore un succulent tartare de cerf rouge.



En rouge

LANGHE NEBBIOLO, 2017, JOSETTA SAFFIRIO
Piémont, Italie
Biologique. Prix: 28,05\$
2,1g/l de sucre, 14,5% d'alcool

Code SAQ: 13478281

WOW! Nous pourrions arrêter-là! Mais ce sera un plaisir de vous parler de cette super cuvée. Bien sûr nous adorons les vins à base de Nebbiolo; LE grand cépage du Piémont. Ici la famille Saffirio, vignerons depuis quatre générations, réussi particulièrement bien sur ce 2017. La cerise, la prune et une touche de tabac au nez. Tandis qu'en bouche le léger grain de tanin, la cerise et surtout l'équilibre entre le fruit et le bois nous donnent un vin qui a du caractère, mais tout en souplesse. Idéal pour vos mijotés, osso buco, navarin d'agneau, ou avec une belle lasagne à l'aubergine. N'hésitez pas à acheter quelques flacons pour la garde; pour ce prix-là c'est du grand jus!

MON RESTO



✓ En salle
✓ à la maison

L'automne est une saison parfaite pour se gâter et encourager nos restaurateurs locaux, que ce soit en salle ou en optant pour un menu prêt-à-manger pour emporter.

Offrez-vous un congé de popotte et laissez-vous tenter par les saveurs régionales et les créations colorées et délicieuses des talentueux chefs de chez nous.

50\$

à dépenser chez l'un des marchands participants!



Inscrivez-vous en ligne sur facebook.com/LaPresseTouristique

COMMENT PARTICIPER: Inscrivez-vous en ligne sur notre page facebook avant 23h59 le JEUDI 30 OCTOBRE 2020, en remplissant les conditions établies sur notre page, et courez la chance de remporter 50\$ applicable à chez un marchand participant. Le tirage aura lieu le VENDREDI 31 OCTOBRE 2020 sur la page Facebook de la Presse Touristique. Les participants doivent être âgés d'au moins 18 ans. Les employés du journal et leur famille immédiate ne peuvent participer à ce concours. 1 INSCRIPTION COURRIEL PAR PERSONNE.



COMMANDES POUR EMPORTER ET LIVRAISON SEULEMENT

LIVRAISON DU MARDI AU DIMANCHE DE 16H À LA FERMETURE

101, Avenue de l'Église LAC-DES-ÉCORCES
819 585.4242

MANGER DE LA PIZZA FAIT DU BIEN AU MORAL!

- ✓ Service de livraison
- ✓ Commandes à emporter

50% de rabais sur la deuxième pizza, moyenne ou grande



141, Boul. Albiny-Paquette
819-623-7900 • bostonpizza.com

NOUVEAUTÉS BRASSICOLES

Qu'est-ce qui se brasse cet automne?

L'ÉQUIPE DE RÉDACTION

Les microbrasseries québécoises ont le vent dans les voiles et les maîtres brasseurs de chez nous rivalisent de créativité pour concocter aux amateurs des recettes originales, surprenantes et souvent même collaboratives! Découvrez sans plus tarder quelques nouveautés brassicoles de l'automne et quelques classiques d'Halloween!

LAURENTIDES

COOP BRASSICOLE DES LAURENTIDES



La Coop propose son premier brassin collaboratif brassé par: Le Baril roulant, La Veillée, Saint-Arnauld et Camp de base. Une bière de récolte (Harvest Ale) avec les houblons Triple Pearl, Chinook et Cascade biologiques de la

Ferme Chlodowig Farm Inc - All natural Hops de l'Outaouais cueillis le jour même. Elle est disponible au pub Le Baril roulant et en quantité limitée en épicerie.

CAMP DE BASE, SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD



La brasserie éducative Camp de base est en transition vers la canette pour ses classiques. À surveiller, la dernière nouveauté : le brassin ponctuel la Schwarz KAFFEE, une lager noire forte brassée avec des grains de café (de Liqd café, torréfacteur de Sainte-Adèle) et café infusé à froid,

sortie dans la vague de dénonciation de racisme, 50 sous par bouteille sont remis à Hoodstock, un organisme qui aide à combattre les inégalités dans Montréal-Nord. brasseriecampdebase.com

SAINT-ARNOULD, SAINT-JOVITE

Saint-Arnauld, l'une des premières microbrasseries au Québec, célèbre bientôt ses 25 ans et prépare plusieurs nouveautés dont une bière anniversaire, une Stout Impériale, vieillie en fût de chêne de Whisky Canadien. Cette réserve spéciale sera disponible fin 2020 en quantité très limitée dans un emballage prestigieux. Au pub, c'est le retour de la NEIPA, North East IPA. Au niveau distribution, l'équipe lance bientôt un quatre pack économique et écologique de la Muchacha. Finalement, un nouvel emballage cadeau sera disponible fin octobre. Ce coffret nouveau style permettra d'offrir un beau cadeau tout en faisant découvrir les bières. www.saintarnould.com

BORÉALE, BLAINVILLE

Dans le cadre du projet collectif, l'équipe de Boréale (Les Brasseurs du Nord) a eu la chance de travailler avec des entreprises et des artistes de chez nous qui ont bien voulu croire en l'entreprise, au projet et aux idées innovantes. Le résultat : sept bières brassées avec la passion et l'expertise des gens d'ici. Un projet qui permet d'encourager les entreprises locales et de vous faire découvrir la richesse de nos talents québécois. Boreale.com



SHAWBRIDGE, PRÉVOST



Depuis l'automne 2018, l'Usine brassicole du bon vivant de la microbrasserie Shawbridge a brassé plus d'une dizaine de créations dans ses cuves. Voici quelques nouveautés!

La sour aux fruits de saison Es-tu ben sure?, qui est un peu d'un style smoothie donc on aime bien la boire en Beermosa. C'est également le retour de La Blanche aux Fruits de la saison. La bière d'automne par excellence faite avec la croûstade aux pommes du Chef, mélangée avec de la poire & des citrouilles, le tout avec des notes de vanille, cannelle et cardamome & un arrière-goût d'écorce d'orange.

La recette de La Black IPA s'est pour sa part raffinée. Une bière de choix pour se réchauffer sur une terrasse avec un temps un peu plus frais. Elle est brassée en collaboration avec la Brûlerie des Monts à Saint-Sauveur. Une petite nouveauté fera son entrée dans la famille en octobre: La Märzen! Cette lager avec du corps

reste fraîche en bouche avec son deuxième et troisième goût de céréales, tout en étant légère mais chaude. Tout comme les autres nouveautés, on la retrouve en fût à Shawbridge, au Saint-Sau Pub Gourmand et en cruchon au P'tit Magasin Shawbridge.

Un scoop! Cet hiver, vous pourrez vous procurer la bière de collection, La Cuvée de l'Année (2021). C'est une bière offerte en bouteille et en quantité limitée. shawbridge.ca

BRASSERIE SIR JOHN BREWING CO., LACHUTE



Cette microbrasserie de Lachute carbure aux projets! Des nouveautés sortent toutes les semaines et la majorité des bières sont fidèles au style brassicole de l'endroit, soit des IPAs ou des DIPAs. Les petites dernières : Alors ce hamburger? (DDH DIPA - 8.2% alc/vol - Citra, Galaxy et Hallertau Blanc) et Steamé all dressed (DDH Oatcream DIPA - 8.4% alc/vol - Azacca, Columbus, Citra, Sabro, Motueka, Galaxy et lactose). Sans oublier, Les Bips, Les Zips et Le Trip, une double IPA doublement houblonnée à froid composée des houblons Simcoe, Cashmere, Galaxy et Citra. Cette combinaison offre des arômes floraux et des touches d'agrumes. Restez à l'affût : l'équipe travaille sur une bière pour l'Halloween! brasseriesirjohn.com

MICROBRASSERIE DU LIÈVRE, MONT-LAURIER

La microbrasserie sort cet automne les versions canette de ses classiques. Le propriétaire Danny Filion explique la transition. « À la suite d'une demande de la part des détaillants, on savait que la canette était plus appropriée pour une région qui est entouré par la nature comme la nôtre. C'est en effet plus facile de transporter une canette qu'une bouteille, que ce soit pour la pêche, la chasse, la plage ou tout autre activité en plein air. » www.microdulievre.com



OUTAOUAIS

À LA DÉRIVE, BRASSERIE ARTISANALE, GATINEAU

La mission première de la brasserie artisanale À La Dérive? Collaborer avec les agriculteurs de la région afin d'offrir des bières au goût local qui



mettent en valeur le terroir, favoriser l'économie circulaire et réduire l'empreinte environnementale. Comme toujours, ils proposent des bières inspirées par la flore et le terroir de la région. Voici sans plus attendre leur nouvelle offrande pour l'automne : La Grisetette d'épeautre. Légèrement voilée, cette bière à l'épeautre développe de subtils parfums floraux. On lui a offert une belle rondeur en y ajoutant du miel non pasteurisé de la ferme Bee Api de Val-des-Monts. Cette grisette délicieusement complexe vous offre une finale sèche qui vous incite à récidiver! Elle est disponible en fût sur place. www.aladerivebrasserieartisanale.ca

LES BRASSEURS DU TEMPS, GATINEAU

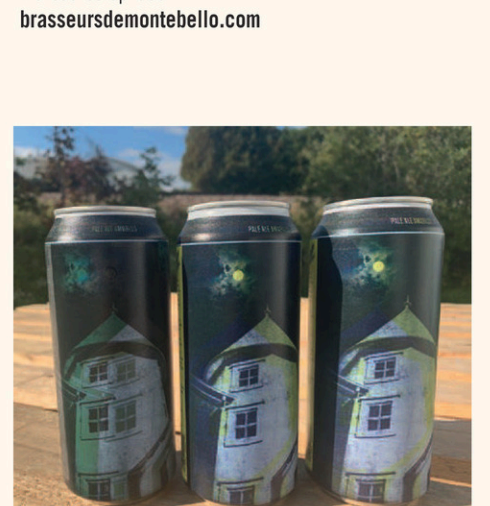


Les Brasseurs du temps passent en mode automne avec leur ale à la citrouille : la Scie trouillard! Nez de muscade et de cannelle aux notes légères de citrouille. Alcool 5 %, IBU 35. Aussi, La Framboyanse et la Nuit des temps sont de retour sur les pompes et en boutique! www.brassieursdutemps.com

LES BRASSEURS DE MONTEBELLO

À chaque fois qu'Alain maître brasseur prépare cette bière, le Fantôme rôde autour.

Elle est née par erreur, elle devait être une autre bière, la Reine du Mont-Vinoy. Mais la lecture du taux de sucre avec un appareil défectueux imposa une nouvelle «recette» pour épargner le brassin. Encore cette fois-ci, le Fantôme d'Ézilda s'est manifesté! Vous êtes curieux? Parlez-en au maître brasseur et osez vous laisser bercer par l'arôme floral laissant percevoir de doux effluves légèrement fruités et épicés. brassieursdemontebello.com





SPÉCIAL **ing** OCOON

SI BIEN CHEZ SOI !

Quand le septième art s'invite chez vous

Des soirées télé dignes d'un grand film? C'est possible en aménageant une salle de cinéma maison pour une expérience cinématographique de choix dans le confort de votre petit nid. Que ce soit au salon ou au sous-sol, une salle de cinéma maison doit idéalement être aménagée dans un endroit assez vaste où il sera facile de reproduire l'ambiance assombrie d'un cinéma, et qui pourra être insonorisé au besoin.

Au rayon des composantes électroniques, ce n'est certainement pas le choix qui manque. Écrans plats de diverses tailles, systèmes avec projecteur, meubles multimédias, systèmes audio avec enceintes ambiophoniques: choisissez l'équipement en fonction de vos goûts et de votre budget, bien sûr, mais aussi de la qualité du son et de l'image. N'oubliez surtout pas de tenir compte de la profondeur de la pièce, question d'épargner les yeux des spectateurs.

CRÉER UNE AMBIANCE RECHERCHÉE

Le choix du mobilier ne rime qu'avec une chose: top confort. Les inconditionnels du cinéma apprécient les sièges individuels qui ressemblent à ceux des vraies salles de cinéma. Pour leur part, d'autres amateurs du 7^e art affectionnent les divans modulaires pour leur plus grande polyvalence.

Pour une salle de cinéma maison au style intemporel, évitez les décorations associées à une époque précise. Faites preuve de prudence en misant sur des couleurs et accessoires classiques, sans pour autant sombrer dans la banalité. Pour une ambiance feutrée, vous pouvez également recouvrir les murs ou des pans de murs de tissus de velours ou de rideaux — effet théâtral assuré! Certains cinéphiles iront encore plus loin en aménageant un coin minibar pour vivre pleinement leur passion.

LES RÈGLES DE BASE

Pour un visionnement optimal et sécuritaire, les spécialistes recommandent que l'écran soit éloigné

des spectateurs à une distance représentant deux fois la mesure diagonale de celui-ci. De plus, les haut-parleurs avant devraient être situés à la hauteur des oreilles du spectateur en position assise. Le caisson de basse se trouve sous l'écran, qui doit être placé à une distance minimale de 60 centimètres du plancher.

En un mot, faites vos choix selon la sensation et l'expérience immersives que vous souhaitez reproduire de façon à créer une atmosphère qui incite à l'évasion et à la détente... puis sortez le maïs soufflé et les croustilles!

Bon cinéma!



Pour des moments en famille

stereo+
Mont-Laurier
Franchise opérée par GLC Audio Vidéo
stereoplus.com stereoplusmontlaurier

- Téléviseurs
- Tablettes numériques
- Liseuses
- Ordinateurs
- Haut-parleurs bluetooth
- Barres de son
- Cellulaires
- Ordinateurs portables
- GPS

249 rue de la Madone, Mont-Laurier
819 623-1330 • 819-623-7414

Chez nos distributeurs et en boutique

MICROBRASSERIE DU LIÈVRE

Vos préférées sont maintenant disponibles en canettes !

N'oubliez pas que notre ÉTABLISSEMENT EST RÉSERVÉ AU 18+ *SAUF SUR LA TERRASSE

819 440.2440 p.224
131, boul. A-Paquette, Mont-Laurier

ENFIN DÉVOILÉ!

LE TOUT NOUVEAU

49X



Venez nous rencontrer!

CENTRE
du
AMION
MONT-LAURIER 2009 INC.

W
WESTERN STAR


VENTE - PIÈCES - SERVICE
819-623-3433
1-866-623-3433
630, boul. des Ruisseaux, Mont-Laurier

