



Chef perruquier de l'Opéra de Montréal

ISABELLE LARAMÉE Pierre Lafontaine, de Saint-Jean-sur-Richelieu, est chef perruquier de l'Opéra de Montréal depuis 15 ans. Il nous a reçus sur son lieu de travail la semaine dernière. Perruques à la main, Lafontaine et son équipe donnaient les derniers coups de brosse aux 48 choristes et aux neuf solistes qui allaient performer sur la scène de la salle Wilfrid-Pelletier pour la présentation d'*Otello*, de Verdi.

Pages C-2 et C-3

(photo TC Media - Rémy Boly)

MUSIQUE



**Michel Cusson
enfin de retour**
PAGE C-6

CINÉMA



**Les plus jeunes
vont apprécier**
PAGE C-8

DVD



**L'Everest, comme
si vous y étiez**
PAGE C-8

LECTURE



**Chroniqueur
depuis 40 ans**
PAGE C-6

SOMMAIRE

| | |
|--------------|------|
| Jeux | C-12 |
| Recettes | C-16 |
| Vétérinaires | C-16 |
| Antiquités | C-18 |
| Horoscope | C-18 |

VITRES - MÉCANIQUE - PNEUS - ACCESSOIRES

NOUVELLE SUCCURSALE



VITRES, MÉCANIQUE,
PNEUS & ACCESSOIRES

470, boul.
du Séminaire Nord,
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 376-1416

*Le docteur
vous
prescrit...*



**2 véhicules de
COURTOISIE
disponibles
pour nos clients**

AVEC TOUT
**REPLACEMENT
DE PARE-BRISE***

RECEVEZ

**2 essuie-glaces
GRATUITS**



Sous réserve de l'approbation de la Fédération
des caisses Desjardins du Québec.

Détails en magasin.
Pour une durée limitée. Photo à titre indicatif seulement.

**Changement d'huile
et filtre**

incluant une inspection
sécuritaire en 20 points

(Maximum
4.5 litres
d'huile
inclus) **39.95\$** + tx

**+ CONTENANT
de lave-glace GRATUIT**

NOUS PAYONS LES TAXES POUR VOUS



**Démarréur
à distance
330\$**
(Léger supplément pour
transmission manuelle)
Garantie à vie limitée
10,57\$/mois*
INSTALLATION INCLUSE

**Heures d'ouverture:
Lundi au vendredi
de 8 h à 17 h 30**

DANS LES COULISSES DE L'OPÉRA DE MONTRÉAL

Pierre Lafontaine, chef perruquier depuis 15 ans

ISABELLE LARAMÉE
isabelle.laramee@tc.tc



Branle-bas de combat dans les coulisses de l'Opéra de Montréal. *Otello* de Verdi débutera dans quelques instants. Perruques à la main, Pierre Lafontaine et son équipe donnent les derniers coups de brosse aux 48 choristes et aux neuf solistes qui performeront sur la scène de la salle Wilfrid-Pelletier.

Le chef perruquier de l'Opéra de Montréal des quinze dernières années est en contrôle pour la production qui prendra fin le 7 février à la Place des Arts de Montréal. Entouré de son équipe, Pierre Lafontaine compte maintenant plus de 65 opéras à son actif.

Pour ceux qui pourraient se poser la question, c'est le frère de Richard et Robert Lafontaine. Le premier a été rédacteur en chef au journal *Le Canada Français*, alors que le second a été conseiller municipal à la Ville de Saint-Jean-sur-Richelieu.

«On se sent privilégié de travailler avec les plus grands classiques du répertoire,



Marie-Michelle Taillon en coulisse lors de la générale du 27 janvier.

indique celui qui a débuté au Théâtre du Nouveau Monde à sa sortie de l'École nationale de théâtre du Canada. Chaque fois qu'on travaille sur une grande production, on se pince en se disant combien on est chanceux.»

Amoureux de musique, l'artiste coiffeur-maquilleur compare la beauté de son emploi à un *fan* de hockey qui travaillerait pour les Canadiens de Montréal. «Tu auras certainement des frissons si tu es un passionné», dit-il.

ÉQUIPE

La clé de son succès, Pierre Lafontaine la doit à son équipe de rêve (c'est lui qui le dit). Avec les années, le chef perruquier a su s'appuyer sur des coiffeuses chevronnées, dont quatre Johannaises (Jacqueline Roy Vallière, Marie-Eve Ménard, Marie-Michelle Taillon et Nathalie Perreault).

«Ce sont des amis! Ceux qu'on aime et qu'on choisit. Ce sont les amies avec qui on n'a même pas besoin d'élaborer. Je suis en confiance avec elles et cette confiance me permet de réaliser de belles choses.»

Son plus grand appui, Pierre Lafontaine le trouve auprès de Jacqueline Roy Vallière qui s'occupe des solistes avec lui pendant que les autres membres de l'équipe prennent en charge les nombreux choristes.

«C'est quelque chose de formidable et on est heureux de pouvoir continuer à travailler ensemble depuis maintenant 15 ans, affirme celle qui est aujourd'hui retraitée. On a toujours dit qu'on a commencé ensemble et qu'on va finir de le faire ensemble aussi!»

ASSISTANTES

La destinée de Marie-Eve Ménard dans les coulisses de l'opéra s'est réalisée à sa sortie de la polyvalente Marcel-Landry. Ses professeurs de théâtre André Soucy et Danielle Éthier l'ont recommandée à M. Lafontaine qui est aussitôt tombé sous le charme.

«Je suis arrivée dans l'atelier et j'ai commencé à l'aider au lieu de rester les bras croisés. Depuis 13 ans, je n'ai jamais arrêté de travailler sur les grandes productions», raconte la coiffeuse qui travaille



Pierre Lafontaine confectionne les perruques dans son atelier de la Place des Arts.

chez Coiffure Style et Passion à Iberville et qui a convaincu la propriétaire du salon de la suivre dans l'aventure.

Quatre fois par année, Marie-Michelle Taillon délaisse donc son commerce, le temps de quelques soirées, pour coiffer les chanteurs en compagnie de sa collègue.

«L'esprit créatif nous permet de sortir des demandes de nos clientes, qu'on aime bien, mais qui sont évidemment plus conventionnelles. On vient s'éclater ici», poursuit-elle.

Chaque fois qu'elles ressortent l'équipement, les cinq amies sont fébriles à l'idée de la nouvelle production. «Tu sais que tu auras du *fun* avec la gang et que tout le monde sera là, lance la Johannaise Nathalie Perreault. En plus, on vient toutes du même patelin!»

RAPIDITÉ

La plus grande prouesse technique, l'équipe l'a faite lors de la production de *Cendrillon* en 2010 dans la scène où le personnage délaisse ses haillons pour se transformer en véritable princesse.



Pierre Lafontaine est entouré de son équipe composée de Marie-Michelle Taillon, Jacqueline Roy Vallière, Nathalie Perreault et Marie-Eve Ménard.



La choriste Michèle Bolduc se maquille avant de passer à la coiffure.



Otello met en scène 48 choristes et neuf solistes, tous coiffés par l'équipe de Pierre Lafontaine.



Nathalie Perreault et Marie-Eve Ménard effectuent les dernières retouches aux choristes.

«Ç'a été le défi le plus rapide qu'on ait eu à effectuer, confie le chef perruquier. On était huit personnes (maquilleurs, coiffeurs et habilleurs) sur une passerelle sans rampes de quelques pieds de hauteur collée au décor.»

Placée sur un tourbillon, la soliste Julie Boulianne arrivait en coulisse en tournant et ne devait y rester que quelques secondes pour ensuite retourner vers le public. La rapidité était telle que la soprano ne pouvait aider de peur de mélanger l'équipe.

«Elle sautait dans ses souliers, les habilleurs tenaient la robe, moi j'arrachais la perruque et je lui en posais une autre. Deux techniciens en bas nous surveillaient pour qu'on ne tombe pas. Elle finissait de mettre ses gants dans le tourbillon. On l'avait à la perfection!»

VEDETTES

Coiffer les plus grands chanteurs d'opéra international, c'est aussi entrer dans leur intimité. Pierre Lafontaine a lié de belles amitiés dans les loges au fil du temps.

«Ailleurs, le tapis rouge leur est déroulé, mais ici on est comme une famille», confie celui qui a aussi travaillé à Radio-Canada et sur les plateaux de cinéma.

La soprano de réputation internationale Hiromi Omura n'avait que de bons mots pour son coiffeur lors du passage du *Canada Français* dans les coulisses d'*Otello* dans lequel elle interprète Desdemone.

«Pierre est une personne que j'adore, confie la soliste qui a fait sa renommée dans *Madame Butterfly*. On travaille ensemble depuis 2008 et j'ai tellement confiance en son travail et sa technique. C'est subtil et il coiffe avec tellement de

goût. De temps en temps, je me regarde dans le miroir et j'aimerais rentrer à la maison avec ces cheveux-là!»

HÉRITAGE

C'est au cinéma Capitol à Saint-Jean que l'amour pour le métier est né dans la tête de Pierre Lafontaine. Le fils de Lucien Lafontaine, alors gérant du cinéma, se glissait dans les salles pour y découvrir les films des années 50.

«Je me cachais au balcon pour regarder Elizabeth Taylor et Sophia Loren!

Mes inspirations sont très hollywoodiennes en début de carrière. J'étais fasciné par la façon de raconter une histoire et ce que la coiffure et le maquillage pouvaient apporter aux personnages.»

Encore aujourd'hui, l'artiste coiffeur-maquilleur qui a aussi étudié à l'école des Beaux-Arts parle de l'univers artistique avec une grande passion. Bien loin d'accrocher son séchoir et ses peignes, Pierre Lafontaine souhaite poursuivre son rêve encore longtemps. ■



La soprano Hiromi Omura se fait coiffer dans sa loge par Pierre Lafontaine quelques minutes avant d'interpréter Desdemone.



Pierre Lafontaine guide son équipe grâce aux croquis effectués pour chacun des chanteurs.



Hiromi Omura (Desdemone) et Kristian Benedikt (Otello) sur la scène de la salle Wilfrid-Pelletier.

Apportez votre vin!

Restaurant *Vivaldi*

FINE CUISINE ITALIENNE
Yves Monast, Chef propriétaire

OUVERT DU MARDI AU DIMANCHE
À PARTIR DE 17 H

RÉSERVATION EN LIGNE
www.restaurantvivaldi.ca

34, RUE ST-JACQUES
SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

450 347-5033
>6622633

Menu spécial
Saint-Valentin

Repas 5 services
à partir de **2595\$**

offert les 12-13-14 février *

* Veuillez noter que le 14 février, seul ce menu sera disponible.

2 SERVICES : 17 H 30 ET 20 H

Les Beatles auraient grandement apprécié

GILLES LÉVESQUE

gilles.levesque@tc.tc

Le défi à relever était immensément grand, mais force est d'admettre que le Cabaret Jazz Band a été à la hauteur des attentes, vendredi soir dernier, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, en livrant un spectacle dont on parlera sans doute longtemps. S'ils avaient pu être sur place, John, Paul, George et Ringo auraient sans doute apprécié les arrangements de Pierre-Armand Tremblay et la performance des musiciens qui l'accompagnaient sur scène.

Il faut croire que les Beatles suscitent encore un grand intérêt, puisque pas moins de 350 personnes étaient sur place pour entendre les interprétations du Cabaret Jazz Band. C'était la deuxième plus importante foule depuis le lancement de ces soirées de jazz qui seront de retour pour une autre saison en 2016-2017.

Dès l'entrée en scène des musiciens, nous avons compris que la soirée allait nous réserver des moments dignes de bien des spectacles que l'on peut voir au Festival international de jazz de Montréal. Parlez-en à ceux qui étaient sur place, et ils vous diront qu'ils n'en reviennent toujours pas du niveau d'excellence qui a marqué cette prestation.

À cet égard, nous osons croire que ce spectacle de jazz



Dans l'ordre habituel sur la photo: Pierre-Armand Tremblay, Mario Roy, Jean-François Poulin, Roberto Murray, Mario Roy, Florence Lemieux et André Lahaie.

en hommage aux Beatles aura une suite. Ici, à Saint-Jean-sur-Richelieu, ou sur d'autres scènes ailleurs en province.

MUSICIENS

Pierre-Armand Tremblay (claviers) et André Lahaie (basse et contrebasse), tous deux membres du house band, pouvaient compter sur la présence de Mario Hébert (guitare), Mario Roy (batterie), Roberto Murray (saxophone) et Florence Lemieux (violon). On parle ici de grandes pointures qui ont à nouveau impressionné la galerie.

À cette liste, il faut ajouter le

nom de Jean-François Poulin. C'était la première fois que nous avons la chance de le voir sur scène et, bien franchement, nous avons failli tomber en bas de notre chaise à quelques reprises, tellement ce gars-là chante à la manière des grands... et de Michael Frank.

Il était le chanteur rêvé pour mettre en valeur les arrangements de Pierre-Armand Tremblay. Sa performance pour l'interprétation de Blackbird, en rappel, relevait tout simplement de l'exploit.

On comprend pourquoi il a été choisi pour le premier rôle

(Bert, le ramoneur) de la comédie musicale Mary Poppins qui sera présentée, l'été prochain, au Festival Juste pour Rire. On comprend aussi pourquoi Michel Rivard a accepté de réaliser son nouvel album dont le lancement est prévu le 1^{er} mars, au Lion d'Or. Qui plus est, Jean-François Poulin est particulièrement doué pour animer un spectacle. Sachez qu'il est aussi acteur à ses heures.

MENU

Au programme de la soirée: Things We Said Today, Norwegian Wood, Eleanor Rigby, Here And There, Slumber-Carry that Way-The End (le plus beau

moment de la soirée), Got To Get You Into My Life, I've Just Seen A Face, Strawberry Fields, Here Comes The Sun, Because et Blackbird.

Tremblay a eu la bonne idée de s'éloigner du jazz aride pour mélomanes avertis. Il a plutôt opté pour du jazz éclaté, du jazz-rock, du jazz qui groove! À tour de rôle, les musiciens ont pu exprimer leur talent sans aucune retenue. Dans la salle de bain, à l'entracte, des spectateurs ne se possédaient plus. L'un d'eux a même été jusqu'à dire que c'était le plus beau spectacle de sa vie.

Un autre a fait état de la chance que nous avons de pouvoir assister à de telles soirées de jazz à Saint-Jean-sur-Richelieu. On ne peut que lui donner raison. Et c'est sans doute pourquoi Pierre-Armand Tremblay remercie si souvent Guy Boulanger, le directeur général de la SPEC.

Concluons cette critique en lançant un beau bouquet de fleurs en direction de M. Tremblay. Non seulement impressionne-t-il derrière ses claviers, mais il se distingue aussi comme arrangeur musical.

Soit dit en passant, il n'a eu que quelques semaines pour monter ce spectacle. Plus impressionnant encore est d'apprendre que le groupe n'avait répété qu'à une seule reprise avant la prestation de vendredi dernier. Incroyable, mais vrai! ■

Mario Tessier, intime, drôle et inspirant

ISABELLE LARAMÉE

isabelle.laramée@tc.tc

Le spectacle *Seul comme un grand* de Mario Tessier s'écoute comme une longue histoire. Le concept autobiographique fait découvrir le parcours d'un artiste pour arriver à bout de ses rêves et de ses ambitions.

Parfois intime, drôle ou inspirant, celui qui était sur la scène du Théâtre des Deux Rives, les 29 et 30 janvier, s'est dévoilé être un bon conteur, même si parfois le ton théâtral de l'humoriste détonnait avec les propos qui portaient à la confiance.

Comme spectateur, on découvre les éléments-clés qui ont mené celui qui a grandi en partie à Saint-Athanase vers ce qu'il est aujourd'hui. On comprend que parfois, le choix de carrière artistique qui peut être mal perçu collectivement peut mener au succès à condition d'y croire et de ne jamais lâcher son but du regard.

Enfant hyperactif, possiblement diagnostiqué aujourd'hui comme TDAH, Mario Tessier a toujours su qu'il voulait raconter

des histoires. Son spectacle *Seul comme un grand* lui va comme un gant. On sent qu'il est heureux sur scène et qu'il se paie l'aventure de sa vie!

THÉÂTRALE

La mise en scène de Serge Postigo est d'envergure. Il en faut des pas pour occuper une scène en étant seul dessus. Mario Tessier avait confié n'avoir que dix secondes dans tout le spectacle pour prendre une gorgée d'eau.

Difficile donc de ne pas remarquer la scénographie énergique qui met en scène déplacement par-dessus déplacement. À 44 ans, l'animateur qui a fait sa renommée grâce aux Grandes Gueules est en forme, il n'y a pas à dire.

Le support visuel du gigantesque écran à l'arrière-scène est bien utilisé. L'ajout de *Google Map*, de photos et de vidéos dynamise davantage la scénographie. Les scènes durant lesquelles l'ombre de l'humoriste derrière lui s'ajoute à celle plus grande de son père à l'écran sont porteuses de sens et font revivre le personnage central de ce qui a forgé l'artiste.

RÉFÉRENCES

Le spectacle *Seul comme un grand* est truffé de nombreuses références pour la génération des 35 ans et plus. Entre les bouffées de Craven A à la menthe, le parc Belmont et les années disco, le récit intègre des éléments communs à de nombreux spectateurs qui rient, emportés par la nostalgie.

Et puisque Mario Tessier a passé une grande partie de sa jeunesse ici, on est doublement transporté entre le cinéma Capitol, le défunt camping chez Mado, la base militaire et les chemins du territoire.

Mario Tessier aime bien comparer son spectacle aux films de la série *1981* de Ricardo Trogi. Il a bien raison.

PERSONNAGES

Après 1h40 d'histoires de jeunesse et de début de carrière, on célèbre l'arrivée du chapitre des Grandes Gueules. Même si Mario Tessier raconte les premiers temps avec beaucoup d'énergie, il y a quand même quelques longueurs.

Et puis l'humoriste a beau vouloir se détacher de cet épisode



L'utilisation de l'immense écran dynamise la mise en scène du premier *one man show* de Mario Tessier.

de sa vie et de ses personnages, il en reste qu'il s'agit de la partie la plus drôle et intéressante du spectacle. Celui qui a partagé le micro du 94,3 FM pendant 20 ans aux côtés de José Gaudet revient au naturel aussitôt qu'il commence ce segment.

Le potentiel comique explose dans le défilé des personnages qu'il a incarnés pendant si longtemps. Le public réagit pleinement à l'arrivée de Ti-Rouge, René Angelil et Sonia la coiffeuse de Jonquière. S'enchaîne une ritournelle de gags punchés qui cassent le rythme du monologue et dynamisent le contenu.

«Je me rends compte que vingt ans plus tard ce sont les personnages qui sont les vedettes. Quand on m'arrête dans la rue, on ne me demande pas: Comment ça va Mario? Non, on reprend les patois des personnages!»

Cette phrase tirée du spectacle résume bien cette relation qu'entretient Mario Tessier avec son public. Le spectacle *Seul comme un grand* est un premier pas vers le détachement artistique de l'univers des Grandes Gueules. Mais le chemin risque d'être un peu plus long. ■

Heymoonshaker, tout un phénomène!

ISABELLE. LARAMÉE
isabelle.laramée@tc.tc

C'est le sourire aux lèvres et les yeux bien écarquillés que les spectateurs des Jeudis Shows ont découvert, la semaine dernière, le duo Heymoonshaker. Les deux Anglais qui mixent le *human beatbox* et le *blues* ont donné l'un des meilleurs spectacles de la programmation de la SPEC cette année.

Andy Balcon et Dave Crowe sont de véritables bibittes de scène. Avec comme seul instrument une magnifique guitare aux sonorités *bluegrass* dans les mains d'Andy Balcon, le duo Heymoonshaker est à la fois un *band* et un DJ grâce aux prouesses inimaginables de *beatbox* de Dave Crowe.

Si les quelques riffs du guitariste du groupe né en Nouvelle-Zélande sont respectables en ouverture avec *Find Myself a Home*, on comprend l'ingéniosité de ce qu'on est venu voir lorsque son comparse prend le micro pour créer le rythme.

Notre regard se détourne alors instantanément du chanteur pour se laisser emporter dans l'univers de cet artiste qui mène le tempo de sa main droite tout en tenant le micro de l'autre.

Il devient ainsi le chef d'orchestre et l'orchestre en lui-même. Impressionnant.

PERFORMANCE

Le duo qui est présentement en tournée canadienne pour la promotion de son album *Noir* vaut le déplacement. Il est

difficile de mesurer l'ampleur du travail en écoutant simplement l'album. Il faut le voir pour le croire.

Car Heymoonshaker est bien plus qu'un spectacle de musique. C'est une performance à part entière qui présente deux amoureux de la musique au centre de leur art. Leur synergie est grande et bien équilibrée, leur donnant ainsi à tour de rôle leur petit moment de gloire.

Si le solo de *human beatbox* de Dave Crowe est probablement le moment le plus impressionnant du spectacle, le talent à la guitare et à la voix d'Andy Balcon, notamment dans *Best of my Love* et son propre solo, valent tout autant le détour.

AU-DELÀ DU RYTHME

Le duo étonne bien au-delà des habilités plus que particulières du percussionniste vocal. Car ce n'est pas la première fois qu'on utilise le *beatbox* en musique, mais c'est certainement la combinaison la plus intéressante que j'ai vue.

Souvent utilisée simplement comme élément illusoire, la percussion vocale fait ici partie prenante du répertoire. Elle se fond avec une telle agilité en synergie avec la voix et la guitare qu'on arrive à oublier que le rythme n'est en fait que le fruit d'une seule personne.

Leur performance fait alors place à un répertoire complet et très bien fait. Le mélange du folk et du *blues* avec le rythme parfois rock ou issu du *dubstep* fait naître un univers nouveau, original



Dave Crowe et Andy Balcon ont livré une performance magistrale alliant le *human beatbox* et le *blues*.

et particulièrement mélodieux.

Le public a été en mesure de constater le côté complet du groupe, notamment lors de l'enchaînement des trois chansons «sexy», dont *Amandine*. Les spectateurs se sont levés à plusieurs reprises pour danser et ont offert deux ovations à la suite du solo de Dave Crowe et à la fin du spectacle.

FRANÇAIS

Les deux musiciens anglais depuis peu installés en France ont fait la majeure partie de leur spectacle en français. Le public a donc pu tout comprendre, même si parfois les mots se conjuguèrent bizarrement dans la bouche d'Andy Balcon.

Cette ouverture et ce désir de communiquer dans la langue locale ont été soulignés par plusieurs spectateurs, dont un qui s'est écrié pour les remercier.

HEUREUX

Dave Crowe nous avait prévenus en

début du spectacle. Le but de leur prestation était de nous rendre heureux. Mission accomplie!

Car on se laisse porter par leur sonorité qui est en fait une performance des plus intéressantes, à la fois théâtrale, chorégraphique et musicale. En les regardant, on sourit inévitablement et ce n'est pas simplement dû à l'humour bon enfant de Dave Crowe qui laisse souvent filer des répliques parfois un peu bizarres.

Le spectacle d'Heymoonshaker est probablement la plus belle surprise de cette année à la SPEC. «J'aurai tout vu», s'est même exclamé Gilles Lévesque qui était à mes côtés et qui en connaît bien plus que moi sur la musique.

Ce soir-là, j'aurais aimé que tous mes proches soient avec moi dans la salle pour qu'ils comprennent et vivent ce que je venais de voir. Mes proches, tout comme vous, chers lecteurs. ■

Souffrez-vous de douleur au pied ou à la cheville ?

✓ Solution novatrice pour soulager rapidement la douleur au pied

✓ Retrouvez votre pleine mobilité et mettez fin à votre douleur aujourd'hui



Nous identifierons la cause de votre problème au pied et vous proposerons la solution optimale

Consultation Gratuite

- ✓ Évaluation avec scanner à la fine pointe de la technologie
- ✓ Analyse biomécanique de votre démarche
- ✓ Prise de rendez-vous rapide



Clinique médicale
Saint-Jean-sur-Richelieu
383, Boul. du Séminaire Nord, # 120
Saint-Jean-sur-Richelieu
Prenez un rendez-vous : 450 210-0639
www.cliniquedupied-md.com

6080184

Soirée Dégustation 2016

Corporation du Fort St-Jean

VENDREDI 11 MARS 2016

AU PAVILLON DEXTRAZE À 18 H

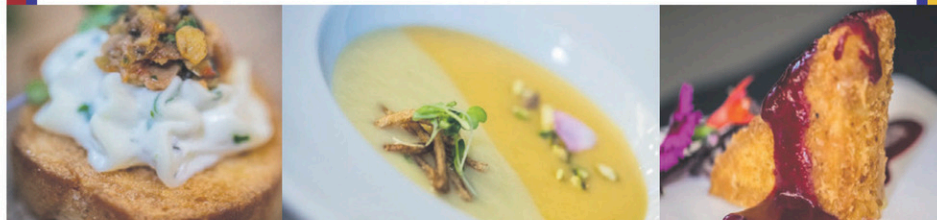
COLLÈGE MILITAIRE ROYAL DE SAINT-JEAN

35 \$/PERS. TAXES INCLUSES

SUR RÉSERVATION SEULEMENT

LES PLACES ÉTANT LIMITÉES,
NOUS SOUHAITONS UNE RÉPONSE DE VOTRE PART
AVANT LE 29 FÉVRIER 2016

ALORS NE TARDEZ PAS!!!
RÉSERVEZ VOS PLACES DÈS MAINTENANT EN
TÉLÉPHONANT AU 450 358-6600



CORPORATION DU
FORT ST-JEAN
SERVIR... NOTRE FORCE

LECTURE

VITRINE

40 ANS DÉJÀ

Il était une fois les années bonheur

JEAN-FRANÇOIS
CRÉPEAU

Le 4 février 1976, je signais ma première chronique hebdomadaire. «Arts et lettres» parut dans *Le Richelieu* alors dirigé par le regretté Pierre Turgeon qui avait accepté, sourire en coin, que j'emprunte la voie sinueuse du journalisme culturel pour parler culture.

Après deux ans, j'ai dû admettre que les arts et lettres étaient des domaines trop vastes et décidai de me concentrer sur les livres. Début 1979, je passai à l'historique *Canada Français* où, petit à petit, j'en suis venu à traiter uniquement des livres d'ici.

Ce choix semblait utopique pour certains, même si l'institution littéraire était dans une période d'essor fulgurant. Les maisons d'édition se multipliaient et le talent de nombreux jeunes auteurs était enfin reconnu.

J'ai aussi réalisé que recenser uniquement les ouvrages littéraires, incluant la littérature jeunesse et les revues culturelles, me limitait puisqu'on publie plus de littérature générale, dont les guides de toutes sortes. Mon objectif était d'informer les

lecteurs de la production québécoise en recensant des œuvres choisies. De plus, la chronique devait comporter un aspect critique, même si le choix des livres était déjà une critique implicite.

Cela dit, j'ai décidé de taire certains livres pour des raisons éthiques, notamment ceux dont le sujet semble abuser de la naïveté des gens. De plus, je parle rarement de polars et de science-fiction, car je suis incompétent pour le faire sérieusement.

Je reviens sur le fait de m'intéresser qu'aux livres québécois. J'ai fait des études classiques et universitaires en littératures française et canadienne-française. À la fin des années 1960, en pleine Révolution tranquille, cette dernière est devenue la littérature québécoise grâce à une véritable explosion du monde de l'édition et à l'émergence de nombreux jeunes auteurs. Je pense, entre autres, aux éditions de l'Homme, à Leméac ou Boréal; à la cohorte d'écrivains, dont Jacques Boulerice, Jean-Marie Poupard, Jean-Yves Thériault, Victor-Lévy Beaulieu, Réjean Ducharme, Marie-Claire Blais, Louis-Philippe Hébert, Michel Tremblay et tant d'autres.

Quand je me suis mis à faire de la chronique, j'ignorais tout de cette spécialité journalistique

et j'ai dû apprendre «sur le tas» puisqu'il n'y a pas de mode d'emploi. J'ai découvert des prérequis: conviction, rigueur, ténacité et humilité. De plus, il faut sans cesse démontrer le sérieux de la démarche aux éditeurs et entretenir leur confiance, entres autres en leur faisant parvenir les preuves que leurs livres sont recensés.

L'arrière-boutique d'un chroniqueur indépendant est remplie de listes d'éditeurs et d'attachés de presse, de communiqués, de demandes de livres, de gestion des stocks, d'attestations de diffusion, de correspondances diverses, etc.

Pour tout dire, je n'ai pas vu le temps passer. Ce qui était initialement une façon d'exprimer une passion personnelle s'est transformé en engagement indéfectible à l'endroit de notre institution littéraire et de ses artisans, envers l'hebdo *Le Canada Français* et ses lecteurs.

J'ai lu et commenté des milliers de pages, plusieurs remarquables. Je lis toujours avec un plaisir renouvelé et mets de côté les livres qui m'ennuient. J'ai aussi rencontré de grands écrivains dont quelques-uns sont devenus des amis. Quarante ans de chronique hebdomadaire, ce sont des années de bonheur



LETTRES, 1949-1965

(L'Hexagone, 2015) par Gaston Miron.

La correspondance que Gaston Miron a adressée, de 1949 à 1965, à 36 correspondants — dont Claude Haefely, Henri Pichette, Fernand Ouellette, Guy et Gilles Carles, Louis Portugais, Alain Grandbois et Rina Lasnier —, elle est constituée de 206 lettres et 14 ébauches. Le travail de recherche et leur choix ont été réalisés par Marilou Sainte-Marie. Il me semble d'ailleurs important de lire l'introduction de Mme Sainte-Marie, car elle met en contexte l'ensemble des missives et l'importance que «le poète national» accordait à ces pages de littérature du quotidien, qu'elles soient événementielles ou non. À travers ces échanges épistolaires, c'est une autre dimension de l'homme et du personnage Miron qui se révèle, notamment l'évolution de sa pensée sociale, de son rapport à l'écriture et à la création littéraire, et sa prise en main des «outils du poète». Serait-il devenu un accro du texto?



L'HOMME RAPAILLÉ

(L'Hexagone, 2015) par Gaston Miron.

En 1994, pour clôturer les activités du 40^e anniversaire de l'Hexagone, on remit aux invités une édition «exclusive» de *L'homme rapaillé*, annotée par le poète, préfacée par Pierre Nepveu et illustrée par une œuvre originale de René Derouin en couverture. Quelques exemplaires de cette édition furent

plus tard mis en vente pour le plus grand plaisir des admirateurs du grand poète et des bibliophiles. Depuis, ce dernier est décédé, des œuvres posthumes sont parues et les spectacles *Douze hommes rapaillés* ont connu le succès que l'on sait. Il semble aller de soi que l'Hexagone publie une nouvelle édition «de luxe» de la version annotée de cette œuvre phare de la littérature québécoise. L'ensemble du travail est de qualité. La mise à jour nécessaire des notes et de la préface mérite qu'on s'y attarde. Quant à l'édition elle-même, il faut en souligner la sobriété. ■

indicable qu'on souhaite éternel, même si toute bonne chose a une fin. Mais, ce jour-là n'est pas encore arrivé. NDLR. Pause hivernale, de retour dans l'édition du 17 mars. ■

WEEK-END

MUSIQUE

Encore très inspiré, Michel Cusson

GILLES LÉVESQUE
gilles.levesque@tc.tcSOLO
MICHEL
CUSSON

CHANSONS: 9

GENRE: musique
instrumentaleÀ TÉLÉCHARGER:
Drowning Memories

de la présente décennie. Mieux encore, ce virtuose de la guitare remontera sur scène après plusieurs années d'absence. Sachez qu'il se produira au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, le 9 avril prochain.

Cusson a réalisé plusieurs projets au cours des dernières années, mais tous étaient liés à une série télévisée ou à une œuvre cinématographique. Il avait ainsi mis sa propre carrière en quarantaine, trop occupé qu'il était par toutes ces réalisations qui nous l'ont fait découvrir sous un autre jour.

Peut-être ne le saviez-vous pas, mais c'est lui qui est l'auteur des trames sonores d'Omerta, la loi du silence, Tag, Légendes fantastiques, Maurice Richard, Un homme et son péché, Cavalia et bien d'autres. Les plus vieux savent qu'il a œuvré durant plus de deux décennies pour le groupe Uzeb et qu'il a joué avec Joe Satriani et Steve Vai dans le cadre d'une tournée du G3. On parle ici de guitaristes qui ont la particularité de jouer plus vite que leur ombre!

Pour sa nouvelle création, Michel Cusson dit s'inspirer d'une histoire vraie, celle d'une

femme désespérée qui a jeté ses photos de famille à la mer pour marquer un trait sur son passé. Il les a récupérées pour ensuite les oublier dans une boîte. Quelques années plus tard, en les revoyant, il a eu l'idée de s'en inspirer.

Avec ses guitares et ses nombreuses pédales, Cusson tisse des pièces musicales qui auraient tout aussi bien pu être utilisées pour la bande sonore d'un film. Par l'entremise de boucles superposées, il laisse aller son imagination, seul, sans aucun collaborateur. La première écoute surprend, les suivantes nous envoûtent littéralement.

Lors de sa visite à Saint-Jean-sur-Richelieu, on peut penser qu'il sera seul sur scène pour reproduire cet album, mais aussi pour interpréter quelques-unes de ses plus belles compositions. Espérons qu'il puisera dans ce merveilleux album ayant pour titre Camino. Son meilleur, selon nous.

RITUAL SPIRIT
MASSIVE
ATTACK

Ceux qui lisent cette chronique de façon assidue savent que j'ai un faible pour Massive Attack, les rois incontestés du trip-hop. Or voilà qu'après une trop longue attente de six ans (Heligoland a été lancé en 2010), ce trio britannique vient tout juste de lancer un EP de quatre chansons (16 minutes). En fait, il ne reste plus que deux membres de la formation originale, soit 3D Del Naja et Grant Daddy G Marshall.

Pour l'une de ces pièces, Take It There, ils ont fait appel à Tricky, lequel n'avait pas travaillé avec eux depuis Protection, un album produit en 1994.

Les fans de la première heure ne seront pas déçus. Massive Attack a déjà fait mieux, mais on tombe à nouveau sous son emprise à l'écoute de cette musique avant-gardiste qui est à la fois sombre, planante et mystifiante.

Un autre EP de quatre chansons sera lancé au printemps. Plus tard, au cours de l'année, ce groupe de Bristol nous offrira un album complet. Présentement en tournée

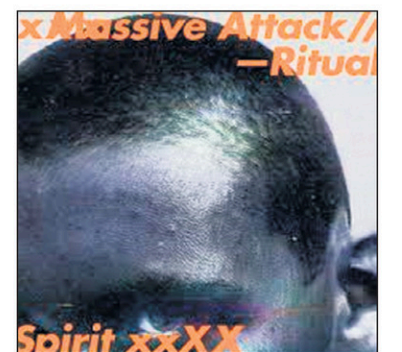
en Europe, on peut penser que cette formation s'arrêtera à Montréal. Si c'est le cas, nous y serons.

Cela dit, plusieurs albums intéressants ont été lancés la semaine dernière. On pense entre autres à Dream Theater, Bloc Party, Simon Kingsbury et Cécile Doo-Kingué.

Cette semaine, on aura droit aux nouveaux CD d'Elton John, The Cult, Bill Frisell et Lucinda Williams. On s'en reparle. ■

CHANSONS: 4

GENRE: trip-hop

À TÉLÉCHARGER: Dead
Editors

Michel Cusson a créé une certaine surprise, la semaine dernière, en lançant un premier album personnel depuis le début



Photo TC Media - Jessyca Viens-Gaboriau

Les musiciens de B-SIDE entourent Jim Zeller et Denis Rufiange, plus connu localement pour ses talents en arts visuels, mais qui se débrouille bien dans le rock.

L'inoubliable Pointe aux cafés

GILLES BÉRUBÉ
gilles.berube@tc.tc

Soir de Pointe, samedi dernier, au bar Le Nautique. Plus d'une centaine d'anciens clients de La Pointe aux cafés se sont retrouvés pour se rappeler les beaux jours de l'établissement.

Ouverte en 1959, La Pointe a fermé ses portes en 1997. 37 ans, c'est deux générations. La Pointe, ç'a aussi été deux époques. Celle de la boîte à chansons, longtemps la plus vieille au Québec. On y jouait aux échecs, on y discutait de politique et de philosophie. Le soir, on y voyait défilier sur scène les Leclerc, Vigneault, Calvé et Léveillé en sirotant un café expresso, une tisane, un Moustique ou un Métis. Deux des propriétaires de cette époque, Georges Coulombe et Pierre Payette, sont passés faire un tour, samedi dernier.

AUTRE PÉRIODE

C'était avant le permis d'alcool, obtenu en 1976, à l'amorce de la deuxième période, La Pointe plus bar rock que boîte à chansons. C'est en 1979 que Luc Jarry et Jocelyne Demers ont acquis l'établissement pour en confier la gérance à Robert Jarry, alias Pipi, l'âme dirigeante de la place.

Il avait un flair indéfectible pour faire découvrir des artistes avant qu'ils ne deviennent des vedettes. La Pointe a été



Photo TC Media - Jessyca Viens-Gaboriau

Les derniers propriétaires de La Pointe, Jocelyne Demers et Luc Jarry en compagnie de leur fils, Guillaume.

une rampe pour plusieurs grands noms, mais c'était aussi une scène ouverte aux talents locaux.

Samedi, sur un écran, on voyait défilier les photos de plusieurs d'entre eux. La liste aurait pu être beaucoup plus longue. Les photos rappelaient aussi que La Pointe n'était pas qu'un bar; c'était aussi une sorte de club social avec ses nombreuses

activités sportives et sociales. La Pointe avait son équipe de hockey, son équipe d'improvisation, ses tournois, ses rallyes de vélos Magloose et de nombreuses autres activités.

RETROUVAILLES

Samedi dernier, ce sont surtout les clients de la deuxième période qui se sont retrouvés au Nautique. Le tour de taille un peu plus arrondi, les cheveux grisonnants ou clairsemés, un peu plus de verres d'eau sur les tables, mais pas plus sages pour autant. Les mêmes infatigables danseurs et danseuses face au mur comme à La Pointe et au Richelieu.

Une ambiance de fête plus que de nostalgie. En somme, un bon samedi soir traditionnel de La Pointe avec un orchestre de rock. Musiciens polyvalents, infatigables et généreux, les membres du groupe B-SIDE n'hésitaient pas à laisser à un Jim Zeller fidèle à lui-même tout l'espace qu'il peut prendre. Quelques clients ont même pu s'aventurer sur scène pour montrer leur talent vocal.

L'événement était à guichets fermés. Il aurait facilement pu attirer le double, pense Pierre Sénécal, propriétaire du Nautique. «On aurait pu réserver le Cabaret-Théâtre», pense-t-il en comptant le nombre de demandes de billets qu'il a dû refuser. ■



Photo TC Media - Jessyca Viens-Gaboriau

Deux décennies plus tard, les mêmes infatigables danseurs.

 Desjardins

présente

SAINT-JEAN-
SUR-
RICHELIEU
1666
2016

FORT
DEPUIS
350
ANS

LA GARNISON SAINT-JEAN

La longue tradition militaire de Saint-Jean n'est pas un secret, et vous connaissez assurément cette mégastructure de près d'un demi-kilomètre située à proximité de l'aéroport ... Or, savez-vous réellement ce qu'est la « Base militaire », comme on l'appelle communément ?

La Garnison Saint-Jean, de son vrai nom, loge les Forces canadiennes. Construite durant la Seconde Guerre mondiale, elle a d'abord été une école d'entraînement, avant d'être vendue à l'Université McGill. En 1951, la Défense nationale reprend possession des lieux, qui accueillent aujourd'hui des milliers de recrues venues de partout au Canada pour y entamer leur carrière dans l'armée.

En 2016,
on fête
en grand!



LES FÊTES DU 350^e SONT POSSIBLES
GRÂCE À

 BANQUE NATIONALE  transdev
INVENTIONS VOTRE MOBILITÉ

 SAINT-JEAN HYUNDAI  boom
La radio des légendes

tc • MEDIA

FIÈRE PARTENAIRE

 VILLE DE SAINT-JEAN-SUR RICHELIEU

POUR EN SAVOIR PLUS

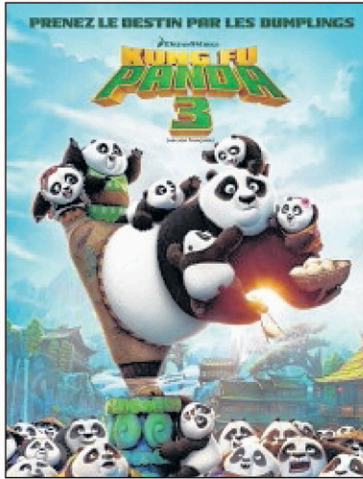
mon350e.com

f mon350e

#mon350e

Une histoire de Kung Fu et de panda qui se répète

ISABELLE LARAMÉE
isabelle.laramee@tc.tc



Kung Fu Panda 3

Coup de tonnerre dans la Chine ancestrale alors que le méchant général Kai revient du monde des esprits pour devenir le maître suprême du territoire et détruire le palais de Jade. Le tyran aux traits du Minotaure verra sa croisade être mise

à l'épreuve grâce aux talents du maître de Kung Fu, Po.

Le panda lourdaud et fort sympathique, qui rappelle les traits psychologiques d'un certain ourson jaune qui aime le miel, s'embarque ainsi pour une troisième aventure dans *Kung Fu Panda 3* de DreamWorks Animation. Accompagné des *Cinq cyclones* – Tigresse, Vipère, Mante, Singe et Grue – et de Maître Shifu, celui qu'on surnomme aussi le Dragon guerrier tentera de protéger leur fief et ses habitants.

Malheureusement pour eux, la puissance de Kai est grandissante. À chaque bataille qu'il remporte, il obtient le Chi du combattant. Contrecarrer son invasion devient alors de plus en plus difficile. Po et Tigresse devront alors mettre leurs efforts en commun pour combattre l'ennemi et délivrer leurs amis, dont leur Chi aura aussi été subtilisé par Kai.

Pour remporter la mise, les deux combattants useront de sagesse, de force et de

ruse. Encore une fois, *Kung Fu Panda 3* vante la vertu du respect et du travail d'équipe auprès du jeune auditoire.

PÈRE

Si la troisième épopée du sympathique panda est quelque peu redondante dans l'histoire chevaleresque qui se répète cette fois-ci contre un nouvel ennemi, la nouveauté du récit réside dans les retrouvailles père-fils de Po et de son père panda Lee-Shan Ping.

Le père emmène alors son fils au village secret des pandas au grand dam de l'oie qui l'a élevé et qui craint de perdre son fils adoptif. S'ensuit une série de scènes durant lesquelles Po découvre la réalité d'être un panda.

Au-delà de ces retrouvailles inespérées, on peut facilement y voir une fable sur l'adoption et la quête constante de ces enfants à la recherche de leurs origines. La relation père-fils qui tombe quelque peu dans le pathos reste attendrissante.

PHILOSOPHIE

Kung Fu Panda 3, qui

s'adresse cette fois-ci à un auditoire un peu plus jeune que ses prédécesseurs, tombe dans la facilité moraliste. Po doit trouver qui il est afin de débloquent son Chi intérieur.

Cette morale, qui enseigne aux enfants qu'il suffit de se connaître réellement pour vaincre les plus grandes épreuves de la vie, laisse un goût de déjà vu et le sentiment de quelques raccourcis intellectuels. Le film utilisant l'univers chinois rempli à souhait de proverbes et de belles vertus aurait pu broder une histoire autour de morale plus profonde.

Les enfants en bas âge sont capables d'assimiler bien des éléments. Le troisième épisode de leur héros aurait eu profit à leur inculquer davantage de connaissances et laisser quelque peu tomber les violons sirupeux de la psychologie à cinq sous.

ANIMATION

Le fer de lance de ce long-métrage produit par Guillermo del Toro réside dans la grande qualité de l'animation. Les scènes de combats sont réellement bien

réalisées et l'utilisation des dessins de 2D et de 3D se mélange à la perfection. Il est fortement recommandé de voir le film en 3D.

L'univers chinois en est un de couleurs et de vivacité. La réalisatrice Jennifer Yuh Nelson, qui avait épaté lors de la deuxième épopée de Po, récidive cette fois-ci avec un long-métrage d'animation dont le visuel hypnotise le spectateur à plusieurs reprises.

Les prouesses technologiques qui s'inscrivent dans l'instantanéité ne réussissent pas à faire oublier le faible scénario qui tient en quelques lignes. Comme spectateur, nous aurions aimé avoir en tête une histoire plus fournie à la sortie de la salle.

Une fois l'animation enlevée, ne reste que l'impression d'avoir assisté à un film d'une série qui a un peu de difficulté à se renouveler. Il le faudra puisque DreamWorks souhaite produire au total six chapitres des aventures de Po et sa bande. ■

DVD

Everest: à voir pour les images impressionnantes

PASCAL CLOUTIER



Everest



En 1996, des entreprises qui organisent l'escalade du mont Everest s'engagent dans une ascension longue et ardue. Quarante jours de marche, d'acclimatation, d'efforts physiques particulièrement demandants en altitude, c'est tout un exploit.

Les derniers mètres avant

d'atteindre le plus haut sommet de la planète sont terriblement difficiles. Certaines équipes considérées comme compétitrices uniront leur travail pour attaquer le sommet ensemble et la température environnante.

La bande-annonce ne nous disait rien de bon. Les films qui insistent sur les sports extrêmes nous racontent souvent la même chose. On devine la moitié du temps comment ça commence et comment ça finit.

Everest, du réalisateur islandais Baltasar Kormakur, ne surprendra personne. Le scénario a beau s'inspirer d'une histoire vraie et la distribution remplie de noms connus (Jake Gyllenhall, Emily Watson, Josh Brolin, Keira Knightley, Robin Wright), l'histoire est ultra prévisible.

Nous regrettons de ne pas avoir vu ce film de deux heures en version IMAX et 3D. Parce qu'au final, le film de Kormakur a beau ne pas être très original quant à l'histoire qu'il décrit, le jeu des acteurs et les décors font en sorte que le mont devient la vedette incontestée de son film.

La liste des acteurs

mentionnée précédemment pourrait vous inciter à louer le film, mais sachez que ces vedettes n'ont pas un très grand rôle, mis à part Josh Brolin. Le personnage sur lequel on insiste le plus est interprété par Jason Clarke (*Zero Dark Thirty*).

N'ayez pas la même réticence à louer ce film que nous avons avant de le faire. Franchement, l'effort de passer outre ces préjugés en vaut la peine. Ceux qui ont la télé 3D devraient certainement en profiter.

Straight Outta Compton



En 1987, cinq jeunes afro-américains se sortent du ghetto de Compton à Los Angeles. La manière de le faire, c'est la musique. Mais pas n'importe laquelle. Pour se sortir de cette vie de misère où les dangers sont constants, ils inventent le «gansta rap». Une forme de hip-hop qui décrit, par ses paroles crues et parfois vulgaires, la situation intenable des ghettos de la côte Ouest.

C'était la fin des années 80 et l'atmosphère mérite d'être décriée. Parmi ceux qui étaient les mieux placés pour le faire, les membres de N.W.A. (une abréviation de «Niggaz Wit Attitudes») allaient le faire haut et fort. L'histoire de N.W.A. n'est pas rose, autant par ce qui entoure le groupe qu'à l'intérieur de la formation elle-même.

À l'instar de la plupart des groupes de rock ou de rap, la chicane n'est jamais bien loin. Les compromis trop nombreux, l'argent mal réparti, les égos démesurés et gonflés par la popularité ont souvent raison de la cohésion de tels groupes. N.W.A. n'y fait pas exception.

Le gérant Jerry Heller (Paul Giamati) tentera de contenir ses protégés de 1986 à 1991. Eazy-E (Jason Mitchell), propriétaire de la maison de production qui mettra les deux albums du groupe sur le marché, faisait aussi partie de la formation. Fraude, mauvaises décisions d'affaires, chicanes puériles auront raison de N.W.A. Dr. Dre (Corey Hawkins), MC Ren (Aldis Hodge), DJ Yella (Neil Brown

Jr.), D.O.C. (Marlon Yates Jr.) et Ice Cube (O'Shea Jackson Jr.) ont connu la gloire durant ces années difficiles à Los Angeles et ont été souvent muselés par les autorités et les promoteurs de leurs spectacles.

Justement, l'interprète d'Ice Cube, O'Shea Jackson Jr., s'avère à être le fils de celui-ci. La ressemblance est frappante et, comme le paternel, il a du talent, c'est indéniable. Si les Oscars sont empreints cette année de cette controverse avec l'absence de sélectionnés afro-américains, sachez que «Straight Outta Compton» était certainement le film qui aurait pu procurer des nominations aux gens de couleur cette année. ■



Pour la *Saint-Valentin*

gagnez une sortie pas comme les autres!

Nous avons toutes pris un plaisir à lire le livres à grands succès des « 50 nuances de Grey » ... et nous avons toutes rêvé que notre amoureux était Grey!



Je vous invite à participer à notre concours pour courir la chance de gagner une des **10 PAIRES DE BILLETS** pour la comédie musicale de « 50 SHADES ». Une soirée inoubliable pour fêter la Saint-Valentin. De plus, parmi les **10 FINALISTES, UN COUPLE CHANCEUX** se verra remettre une **NUITÉE** dans **UNE SUITE** à l'Hôtel Relais des Gouverneurs.

Nancy St-Jean
Directrice stratégie média

Meilleure forme. Meilleure vie.™

30% à 50%

SUR MANTEAUX D'HIVER *Détails en magasin.

sports experts CARREFOUR RICHELIEU
450 348-0937
Saint-Jean-sur-Richelieu

Foyers et poêles au gaz / bois

GRANDE LIQUIDATION
Surplus d'inventaire
Jusqu'à 50% de rabais

confort Elite
div. Plomberie Carillon

LES SPÉCIALISTES du confort au foyer

Votre spécialiste du poêle et foyer
actions multi flammes *Détails en magasin.
SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

485, rue Saint-Jacques Saint-Jean-sur-Richelieu
450 347-0380

concours

« 50 Shades »

Nom : _____
 Adresse : _____
 Téléphone : _____
 Courriel : _____

Faites parvenir votre coupon de participation au bureau du journal Le Canada Français, 84 rue Richelieu, Saint-Jean-sur-Richelieu, Québec J3B 6X3, avant le vendredi 12 février à 12 h. Les tirages au sort auront lieu le vendredi 12 février à 14 h. Les participants doivent être âgés de 18 ans et plus. Les employés du journal et leur famille ne peuvent participer à ce concours.



provigo
ALIMENTATION
MICHEL MILOT

Avez-vous votre carte?

Êtes-vous membre?
Inscrivez-vous à pcplus.ca



43 340 \$

Montant total échangé l'an dernier d'épicerie remis GRATUITEMENT en 2015 avec la carte de points PC



Michel Milot
propriétaire

SERVICE DE LIVRAISON
PROVIGO ST-JEAN

429, rue Saint-Jacques, Saint-Jean-sur-Richelieu

www.provigo.ca

450-347-6811

Table d'hôte du dimanche au jeudi pour seulement **19\$** avec nos frites belges à volonté... apportez votre vin!

950, boul. du Séminaire N., 450 359-4999 steakfrites.ca

Le **Steak frites**
So Paul
- St-Jean-sur-Richelieu -

CONCOURS PASSEPORT POUR L'AMOUR

« QUI SONT LES MEILLEURS TYPIQUES D'AMOUR ? »
ET VOUS ÊTES ?

Répondez au quiz avant le 14 février 2016!
passeportpurlamour.ca

Nos **IDÉES CADEAUX** POUR LA SAINT-VALENTIN

On vous donne des idées... et la chance de gagner!

nosidees-cadeaux.com/carrefourrichelieu.com et sur notre borne ipad

2 CARTES-CADEAUX À GAGNER

Carrefour Richelieu.com

UNIPRIX
Pharmacie L. F. Paquette et L. Germain

Faites lui plaisir en lui offrant plus qu'une fleur!

Certificats-cadeaux disponibles sur place
Plusieurs coffrets de parfum pour elle et lui
Comptoir cosmétique offrant plusieurs idées cadeaux

400, boul. du Séminaire Saint-Jean-sur-Richelieu **450-348-3787**

Peintures **California Paints**

60 ANS de plaisir... & ÇA CONTINUE!

Série Pacific
Coquille d'œuf et perle
41.95\$

Durée limitée. Détails en magasin.

Mercier&Mercier PEINTURE
1075, boul. Séminaire Nord St-Jean-sur-Richelieu (Québec) J3A 1R2
peinture-mercier.ca 450 348-2323

Un nouveau regard sur la **Saint-Valentin**

PLUSIEURS SPÉCIAUX SUR PLACE.

OPTOMÉTRISTES
S. Mongeon Ferland O.D.
J. Tougas O.D.
V. Guillemette O.D.
G. Bruneau O.D.

705, boul. d'Iberville, St-Jean-sur-Richelieu **450 346-7318**

FRAGRANCES BIJOUX ET MONTRES CHOCOLATS ET BONBONS

DU FOND DU COEUR à prix que vous aimerez

... et tout pour une soirée parfaite!

Walmart Économisez plus. Vivez mieux.
100, rue Omer-Marcil (secteur Saint-Luc) 450 349-0666

QUEL TYPE D'AMOUREUX VOUS?

À GAGNER
Un voyage en amoureux d'une valeur de **10 000 \$**

+ de nombreux chèques-cadeaux de 250 \$ chez vos marchands locaux participants

tc • MEDIA

CANADIAN TIRE

Vous trouverez de tout pour l'être aimé

855, boul. Séminaire Nord, St-Jean-sur-Richelieu 450 348-3851

Bijouterie **Victor** 450 348-2953

Bijouterie **Aline** 450 348-7980

SURPLUS D'INVENTAIRE

60% de rabais sur **TOUS** nos bijoux en magasin

Participez à notre **tirage** de la **Saint-Valentin!**

À GAGNER! Un cœur en or blanc serti de diamants véritables

Valeur de 300\$

Nous achetons votre vieil or et diamants

CARREFOUR RICHELIEU • 600 PIERRE-CAISSE

La Normandise

En amour un jour... en amour toujours!

- CHOCOLATS ARTISANALS
- BIJOUX CRÉ.ART
- BIJOUX CAROLINE NÉRON
- CADEAUX ET DÉCORATIONS
- PRODUITS FINS

CERTIFICATS-CADEAUX

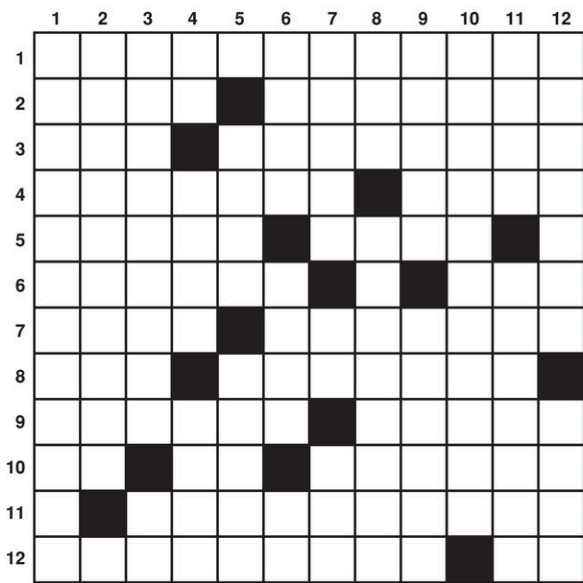
CARREFOUR LAPLANTE: 420, boul. d'Iberville, coin 2^e Avenue 450 542-9626

CARREFOUR LAPLANTE

Un amour de Carrefour

Boulevard d'Iberville, coin 2^e Avenue, Saint-Jean-sur-Richelieu 450 346-1420 www.carrefourlaplante.com

MOTS-CROISÉS



HORIZONTALEMENT

- 1- Accoutumée, habitué.
- 2- Mère de Philippe Auguste. — Conformément à.
- 3- Démonstratif. — Exposer quelque chose à un danger.
- 4- Se dit d'organes de contrôle d'une machine à planter les betteraves. — Ville du Cameroun.
- 5- Qui est profitable. — Dans une locution prépositive voulant exprimer «sans qu'il s'en doute».
- 6- Psychopédagogue américain (1902-1987). — Compagnie.
- 7- Irlande. — Principaux dialectes de la langue grecque.
- 8- Mouvement intérieur spontané. — Imbibées d'eau, elles peuvent être façonnées.
- 9- Mouche. — Morceau qui termine un acte d'opéra.
- 10- Notre-Seigneur. — Elle faisait du bruit avec ses sabots. — Possessif.
- 11- Qui ont les penes rompues.
- 12- État au cours duquel un sujet vit des scènes de son passé comme si elles étaient présentes (pl.). — Personnel.

Problème No 374

VERTICALEMENT

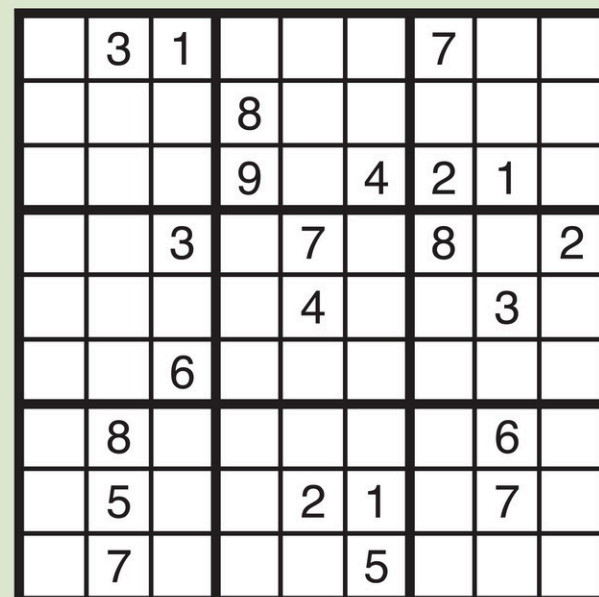
- 1- Titre de mouvement des boissons.
- 2- Problématiques.
- 3- Valets de trèfle. — Huguette Massé.
- 4- Neuf. — Ville d'Italie. — Grand plat en terre.
- 5- Siffler. — Pin cembro.
- 6- Affluent du Danube. — Triste, c'est un individu peu recommandable. — Vit pauvrement.
- 7- L'égalité. — Odile Gingras. — Triage.
- 8- Partie aval d'une vallée encaissée, envahie par la mer. — Se dit d'une plante traitée de manière à l'empêcher de grandir.
- 9- Exaltés par une passion. — Insulaires.
- 10- Membre d'une secte juive rivale des pharisiens.
- 11- Prince légendaire. — Fous.
- 12- Pièces massives qui forment la limite avant de la carène d'un navire. — Fais tort à quelqu'un.

Solution du dernier problème



SUDOKU

Problème No 400



RÉPONSE DU NO 399

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

RÈGLES DU JEU :

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

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

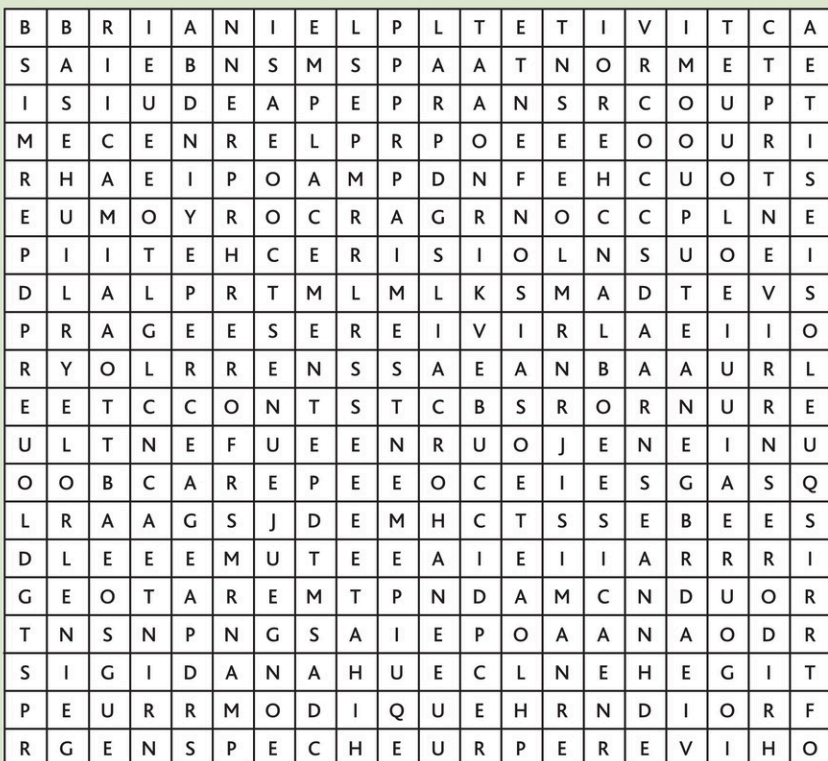
12 LETTRES

MOT-MYSTÈRE

LA PÊCHE SUR LA GLACE

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

- | | | | | |
|--|--|--|--|---|
| A ACTIVITÉ ADONNÉ AGRÉABLE AIME AMUSANT APPÂT APPRÉTER APTE | D DÉSIR DORÉS DURÉE | H HAMEÇONS HÂTE HIVER | M MANGER MASKINONGÉ MÉNÉS MODIQUE MORDRE | PRUDENCE |
| B BAIE BASE BÂTONS BLANCHE BROCHETS BÛCHE | E EAU ECHE EMPLACEMENT ENNUIS ENROULÉ ÉPAISSEUR ÉQUIPEMENTS ESTURGEONS ÉTENDRE | I INITIERA ISOLÉ | N NORME NUIT | R RECORD RELAYÉ RISQUE RIVIÈRES RÔLE ROUTE |
| C CABANE CHENAL CORDE COUP CÔUT | F FORER FROID | J JEUNES JOURNÉE | O ORGANISE | S SAISON SITE SPORT |
| G GAIE GENS GLACE GROUPE | L LAC LIEU LIGNES LOISIR LOUER | P PÊCHE PÊCHEUR PERCE PERMIS PISTE PLEIN AIR PLIOIR POÊLE À BOIS PRENDRE PROFONDEUR | T TIGE TIRE TOUCHE TYPE | V VENT VOIR |



5 LETTRES CACHÉES

LES ENTRECROISÉS

LES INONDATIONS

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

- | | | | | | |
|-----|------|-------|---------|----------|-------------|
| 2 | ont | rare | 6 | barrage | parterre |
| es | ôte | sera | causer | décidai | possible |
| et | rue | soir | dégâts | extrême | secourir |
| in | son | tien | devant | régions | surprend |
| ne | 4 | trop | élever | risques | 9 |
| sa | aide | type | maison | saisons | important |
| 3 | aidé | 5 | passer | trempés | principal |
| ans | crue | avoir | piéton | village | privation |
| eue | date | biens | rivage | 8 | 11 |
| eus | eaux | dégel | 7 | attendra | inondations |
| ici | fera | roule | arrangé | déborder | printanière |
| île | opta | temps | assurer | lointain | réparations |

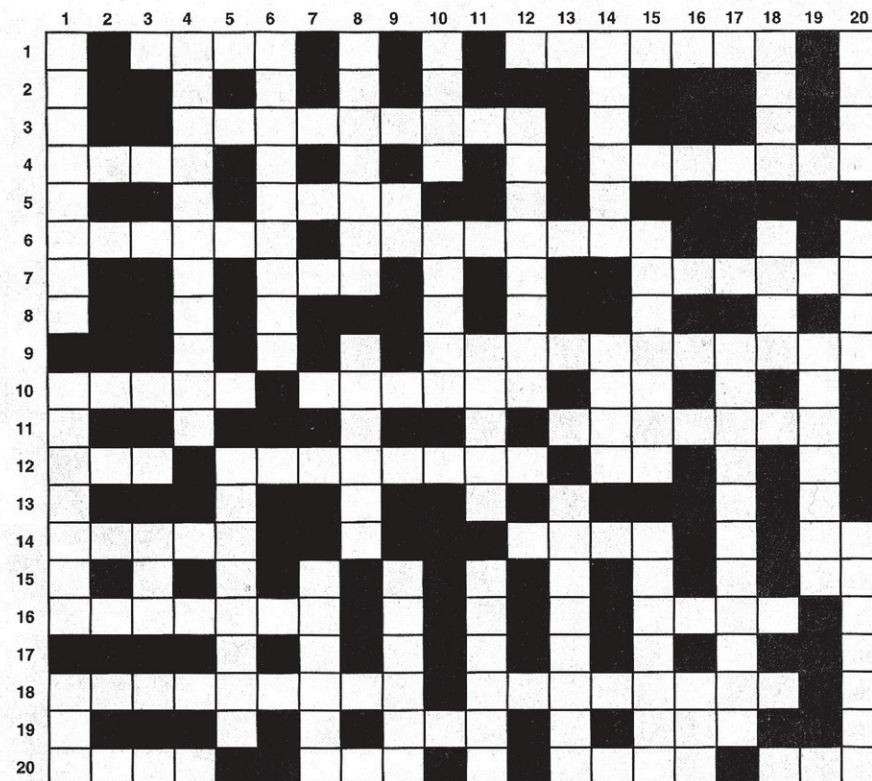




Photo TC Media - Jessyca Viens-Gaboriau

Les acteurs Patrick Bérubé, Patrick Gérard, Marie-Claude Blanchet et Stéphanie Boileau sont de la distribution de *Deuil ou Délices? Du sexe entre les tombes*.

Conte coquin à LHOTEL 54

ISABELLE LARAMÉE

isabelle.laramee@tc.tc

Un conte coquin et séduisant se déroulera en février sur la scène de LHOTEL 54. La salle de spectacle qui présente habituellement des scènes d'horreur prête ses installations pour la pièce *Deuil ou Délices? Du sexe entre les tombes*. Pour public averti.

«L'histoire se déroule dans un cimetière du temps de la Rome antique, raconte l'auteur Mathieu Quirion qu'on a connu grâce au *Cabaret des morts*. S'y retrouvent deux gardes qui doivent surveiller un crucifié. Arrivent alors deux veuves d'une grande beauté qui se languissent sur la tombe de leur défunt mari.»

Le récit inspiré d'un court passage de *Satyricon* de Pétrone relate les méthodes de séduction des deux gardiens qui tenteront coûte que coûte de séduire les jeunes femmes. Déguisements, travestissement et sexualité serviront la cause.

L'auteur johannais, qui signe également la mise en scène, y voit une réflexion sur la vie en opposition à la mort. La pièce ne s'inscrit pas dans une longue continuité temporelle, mais fait plutôt état d'une anecdote.

La pièce de 90 minutes avec entracte met en scène les comédiens Patrick Bérubé (Sinatrus), Patrick Gérard (Dinus), Marie-Claude Blanchet (Agassya) et Stéphanie Boileau (Chastonia). La scénographie a été conçue par la Johannaise Valérie Campbell.

SEXE

Précision: personne ne se trouvera en costume d'Adam sur la scène. La production mise plutôt sur la suggestion et sur un discours osé pour faire vivre le côté séduisant de la pièce qui parle de délices sensuels.

«On va oser aller au maximum d'où on peut aller, précise l'acteur Patrick Gérard qui interprète un soldat romain passionné de la vie, des femmes et des voyages. Les suggestions vont mener à l'univers sensuel et sexuel. C'est plutôt léger et rigolo.»

L'auteur Mathieu Quirion abonde dans le même sens en indiquant que même si les personnages «parlent de sexe tout le long, la pièce ne tombe pas dans le porno».

Le Johannais est même allé puiser dans les convenances dans le royaume de César pour y camper les pratiques sexuelles de l'époque.

COMMEDIA DELL'ARTE

La pièce *Deuil ou Délices? Du sexe entre les tombes* est issue du grand référencement de la commedia dell'arte, cet art italien du 16^e marqué par la naïveté, la ruse et l'ingéniosité.

En plus de l'histoire d'amour qui se retrouve au centre de tant d'histoires d'Arlequin et de sa belle Colombine, le récit de M. Quirion est truffé de jeux d'acteurs pour le moins loufoques.

«Le jeune amoureux essaie de séduire sa belle avec toutes sortes de péripéties qui n'ont pas d'allures», poursuit l'auteur ajoutant que sa création met aussi en scène un côté très épicurien qui invite à profiter de la vie.

BILLETTS

Deuil ou Délices? Du sexe entre les tombes sera présentée les 11, 12, 13 et 18, 19, 20 février à 21 heures à LHOTEL 54 (5, rue du Royal 22^e Régiment). Les portes ouvriront à 20 heures.

Les billets sont en vente au coût de 15\$ à la porte. Pour information, on visite le www.laboitesurprise.ca. On peut réserver les billets en appelant au 450 577-1548. ■

AU CLAVIER

Théâtre

La pièce Commissaire Badouz sera présentée au Théâtre de Grand Pré les 5-6, 12-13 et 19-20 février à 20 heures. Les billets sont en vente via le site Internet de l'organisme au <http://theatregrandpre.ca> au coût de 17\$ pour l'admission générale et de 14\$ pour les étudiants. Plus de détails au 450 348-8494

Improvisation

Les matchs d'improvisation de la CLIC ont repris les mardis soirs, à 20 heures, au deuxième étage du restaurant Le Dorchester Cuisine et Complicités (232, rue Richelieu). L'entrée est gratuite et accessible pour tous, même pour les 18 ans et moins. Pour information, on visite la page Facebook de la ligue à l'adresse www.facebook.com/clicsaintjean.

Cinéma

La réalisatrice Renée Beaulieu sera au Théâtre des Deux Rives le lundi 8 février, à 15h15, pour la projection de son film *Le Garagiste*. Elle en profitera pour discuter avec les spectateurs. Ce long-métrage québécois sera présenté également à 19h30. Les billets sont en vente à la SPEC au coût de 5,75\$.

Dédicaces

L'auteur Yannick Boudreau sera à la Librairie Moderne le 6 février, dès 13 heures, pour présenter son livre de croissance personnelle intitulé *Vivre dans la joie... un jeu d'enfant*. Il en profitera pour y tenir une séance de dédicaces. Publié aux éditions Le Toucher de l'Ange, le livre sorti en octobre dernier est en vente au coût de 24,95\$. ■

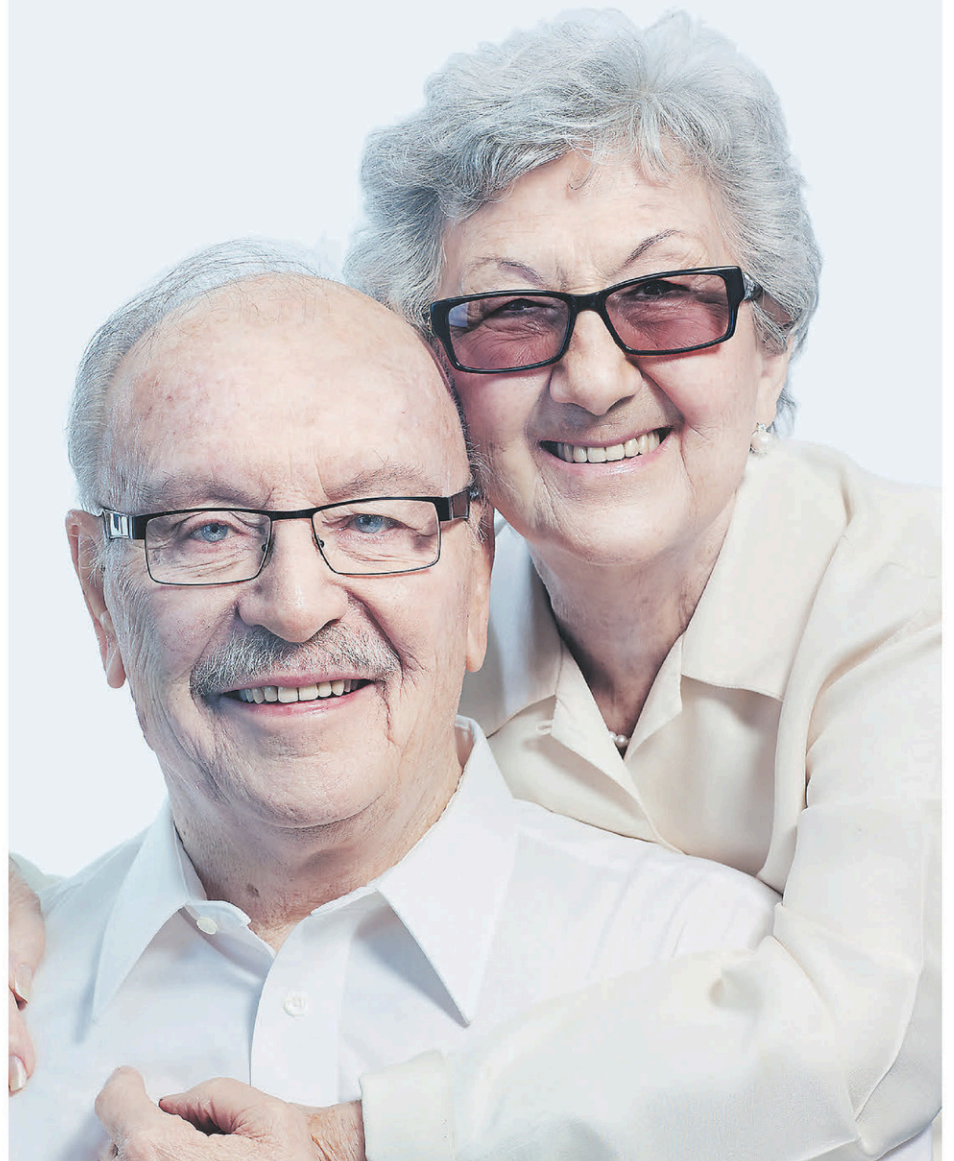
Le 7 février, on vous invite.

**LOUISE ET CLAUDE NORMANDEAU,
CHEZ CHARTWELL DEPUIS 2013.**

Si vous êtes comme Louise et Claude, vous aimez vous réunir entre amis pour avoir du bon temps. Voilà pourquoi vous êtes invités à célébrer notre **portes ouvertes** sous le signe de l'amour! Café rencontre, musique, chocolat et mousseux seront au rendez-vous. Joignez-vous à nous et découvrez pourquoi nos résidents se sentent à la maison chez Chartwell.

CHARTWELL.COM

**PORTES
OUVERTES**
Sous le signe
de l'amour!
7 février, 13h à 16h
Gratuit




CHARTWELL

**OASIS
SAINT-JEAN**
résidence pour retraités

1050, rue Stéfoni
Saint-Jean-sur-Richelieu

Laissez-nous faire partie de votre histoire. **514 940-3532**

Certaines conditions s'appliquent.



Bien manger sans se ruiner

SYLVIE LAROCHE



En décembre 2015, l'Université de Guelph a publié son rapport sur les prix alimentaires à la consommation 2016 et dévoilait une hausse de 350\$ du panier d'épicerie, soit une augmentation de 2 à 4%.

Voici donc 6 astuces pour vous aider à réduire le prix de votre panier sans en négliger la qualité.

1. Planifiez d'abord votre menu hebdomadaire en fonction des aliments disponibles dans le frigo, le congélateur et le garde-manger ainsi qu'avec les spéciaux des circulaires. Dressez ensuite une liste des aliments nécessaires en fonction des recettes choisies pour la semaine.

À l'épicerie, inutile de parcourir chacune des allées. Ne faites que celles des aliments qui se trouvent sur votre liste. Les petits extras seront beaucoup moins tentants et vous réduirez le gaspillage.

2. L'achat de repas ou collations déjà préparés contribue à faire augmenter le coût de votre panier. Remplacer donc les barres tendres ou les biscuits par une recette maison. Faites-la en double et congelez-en une douzaine pour la semaine suivante. Faites votre propre compote avec vos fruits abîmés ou qui sont moins croquants (pommes, fraises, prunes, poires...).

Plutôt que d'opter pour une pizza congelée, préparez une pizza maison sur un pain pita ou naan en y ajoutant vos restants de légumes avec des morceaux de poulet ou de tofu garnis de fromage râpé.

3. Utilisez la mijoteuse. Elle vous permettra de tirer profit des viandes moins dispendieuses, mais plus coriaces qu'il faut laisser mijoter doucement. Idéal pour sauver du temps durant la semaine, on met tous les ingrédients dans la mijoteuse et, au retour du travail, le repas est servi.

4. Selon les prévisions, on pourrait voir le prix de la viande grimper de 4,5% alors que celui des œufs devrait subir une augmentation modeste.

Remplacez donc à l'occasion un repas de viande par une *frittata*, une omelette, une quiche ou une salade avec des œufs pochés.

Optez aussi pour les légumineuses et le tofu qui sont très peu dispendieux. Apprivoisez-les en remplaçant une partie de la viande par des lentilles ou du tofu haché dans vos recettes (ex: pâté chinois, sauce à spaghetti,

boulettes de viande).

5. Limitez les aliments pré-préparés et transformés. La transformation ou préparation des aliments implique des coûts supplémentaires qui se reflètent dans le prix du produit. Vous économiserez donc plusieurs dollars en les préparant vous-même.

Râpez vous-même votre fromage (vous pourrez ensuite le congeler pour prolonger sa conservation) ou coupez-le en cubes au lieu d'acheter les bâtonnets emballés individuellement.

Achetez une laitue romaine plutôt que les mélanges déjà lavés.

Achetez un sac de gruau nature auquel vous ajouterez des fruits séchés plutôt que d'opter pour les sachets aromatisés.

Versez le jus ou l'eau dans des gobelets réutilisables plutôt que d'acheter les boîtes ou bouteilles individuelles.

Faites vous-même vos marinades pour la viande.

Préparez vos propres mélanges d'épices ou assaisonnements (vous trouverez plusieurs recettes sur le Web).

Optez pour les herbes fraîches en pot plutôt que celles déjà cueillies et emballées. Placées sur le rebord de votre fenêtre, vous pourrez les conserver plusieurs semaines.

6. Mangez les fruits et légumes de saison. Le prix des fruits et légumes varie beaucoup selon les saisons. Il faut donc adapter nos choix en fonction de la disponibilité des produits.

À l'hiver, optez pour les agrumes, les bananes, les pommes et les poires ainsi que pour le navet, la courge, le chou, la laitue, la betterave et la carotte. Vous pouvez aussi opter pour les fruits et légumes congelés qui sont tout aussi nutritifs. Profitez de l'été pour faire des réserves dans votre congélateur et pour encourager nos producteurs locaux.

Chaque année, le dispensaire diététique de Montréal (DDM) fait une révision des prix repères pour chaque catégorie d'aliments. Analysez donc les spéciaux et visez un prix maximum de 3,48\$/kg pour les fruits (2,41\$/kg pour les agrumes) et 3,81\$/kg pour les légumes. Pour la liste complète, visiter le site Web du DDM: <http://www.dispensaire.ca/a-propos/publications-rapport-annuel/> Bonne épicerie!

Sources: uoguelph.ca/foodinstitute, *Bien manger à bon compte de l'association coopérative d'économie familiale de Lanaudière*.

Pour des informations, contactez-moi au 450 358-2002. Chronique en collaboration avec Audrey Caron Dt.P. ■



Nids aux œufs, au jambon et au Suisse

Préparation: 10 min • Cuisson: 30 min • Donne 12 nids

INGRÉDIENTS

- 12 tranches de pain
- 1/3 tasse (80 ml) de beurre fondu
- 2/3 tasse (160 ml) de jambon haché
- 6 oz (180 g) de Suisse canadien râpé
- 1/4 tasse (60 ml) d'oignons verts hachés
- 12 œufs moyens
- Sel et poivre, au goût
- 2 oz (60 g) de Suisse canadien râpé

ÉTAPES

1. Enlever les croûtes des tranches de pain.
2. Aplatir les tranches au rouleau à pâte.
3. Badigeonner de beurre fondu des deux côtés et presser chacune d'elles dans 12 ramequins ou petits bols de 6 oz (180 ml) allant au four.
4. Déposer les ramequins ou petits bols sur une tôle à biscuits et cuire au four à 350 °F (180 °C) pendant 12 minutes.
5. Répartir le jambon, le Suisse canadien et les oignons verts dans les ramequins ou petits bols.
6. Faire un puits au centre de chacun et y casser délicatement un œuf. Saler, poivrer et répartir les 2 oz (60 g) de fromage Suisse dans les ramequins.
7. Remettre au four et cuire 18 minutes ou jusqu'à ce que les œufs soient cuits, au goût. ■

Source : www.plaisirlaitiers.ca



Potage au brocoli, chou frisé et lentilles

Préparation: 20 min • Cuisson: 35 min • 4 portions

INGRÉDIENTS

- 1 c. à soupe (15 ml) de beurre
- 1 oignon moyen haché
- 3 gousses d'ail émincées
- 1/8 c. à thé (0,5 ml) de flocons de piment fort ou de paprika fumé
- Sel et poivre
- 1/2 tasse (75 ml) de lentilles rouges sèches rincées
- 2 1/2 tasses (625 ml) de bouillon de poulet ou de légumes à faible teneur en sodium
- 4 tasses (1 l) de brocoli coupé grossièrement (tiges et bouquets séparés)
- 4 tasses (1 l) de chou frisé haché tassé sans les tiges
- 2 tasses (500 ml) de lait réchauffé
- 2 c. à soupe (30 ml) de jus de citron fraîchement pressé ou de vinaigre de vin blanc

ÉTAPES

1. Dans une casserole, faire fondre le beurre à feu moyen. Faire revenir les oignons, l'ail, les flocons de piment fort et 1/4 c. à thé chaque de sel et de poivre pendant à peu près 5 minutes ou jusqu'à ce que le tout s'affaisse et commence à dorer.
2. Incorporer les lentilles, le bouillon et les tiges de brocoli. Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
3. Ajouter les bouquets de brocoli, le chou et le lait. Réduire le feu à moyen-doux, couvrir et laisser mijoter en brassant à l'occasion et en ajustant la température pour éviter que le mélange ne bouille, de 15 à 20 minutes, ou jusqu'à ce que les lentilles et les légumes soient tendres.
4. Réduire en purée à l'aide d'un mélangeur à main directement dans la casserole ou en transférant le potage dans un mélangeur ou un robot culinaire, en plusieurs fois, soit en y laissant des morceaux ou jusqu'à ce que la consistance soit lisse, au choix.
5. Remettre dans la casserole si nécessaire. Faire chauffer à feu moyen jusqu'à ce que de la vapeur apparaisse, sans laisser bouillir.
6. Ajouter du lait si le potage est trop épais. Ajouter lentement le jus de citron en brassant. Pour l'assaisonnement, ajouter jusqu'à 1/4 c. à thé (1 ml) de sel et de poivre, au goût. ■

Pour des recettes savoureuses, www.ledindon.qc.ca.



Depuis sa refonte en 2013, le Range Rover est devenu un véhicule moderne avec sa structure tout en aluminium et son V6 suralimenté de 3,0 l.



La Classe S est le vaisseau amiral de Mercedes-Benz. À part la berline, la gamme est désormais constituée d'un coupé et d'un tout nouveau cabriolet.

Des taux de fidélité élevés envers certaines marques

JEAN-FRANÇOIS
GUAY



Ford, Honda, Toyota/Lexus et Hyundai. Mais qu'en est-il de la fidélisation des consommateurs envers un modèle?

LE TOP 10

Depuis l'avènement de la location automobile, il semble que la valeur de revente d'un véhicule est de moins en moins prise en considération par les automobilistes pour décider s'ils restent fidèles à une marque.

Par contre, l'agrément de conduite et l'image «glamour» associée à un produit sont devenus des critères de plus en plus populaires pour qu'un consommateur poursuive ou non son aventure avec un constructeur automobile.

Parmi les autres critères, les acheteurs vont évaluer le service après-vente d'un concessionnaire, la qualité d'un produit, les coûts d'utilisation d'un véhicule et la présentation du site Internet d'un constructeur pour déterminer s'ils vont répéter l'expérience.

En Europe, les trois marques qui obtiennent le plus haut taux de fidélité sont, dans l'ordre, Audi, BMW et Volvo. En Amérique du Nord, les constructeurs qui obtiennent les meilleurs résultats sont

Le magazine Forbes a réalisé une étude aux États-Unis pour déterminer quels sont les véhicules qui ont la clientèle la plus fidèle. Le véhicule qui termine bon premier n'est pas d'origine américaine, japonaise ou allemande. Il s'agit d'un modèle britannique et non le moindre: le Range Rover avec un taux de rachat de 48,2%. Une statistique qui veut dire qu'un propriétaire sur deux de Range Rover rachètera à nouveau un Range Rover!

Au deuxième rang, on trouve la Mercedes-Benz Classe S avec un taux de rachat de 46,6%, suivie par les Lincoln MKZ et Mercedes-Benz Sprinter (fourgon) finissant ex aequo en troisième position avec un taux de 44,8%. Par la suite, on trouve dans l'ordre les modèles Nissan Leaf (44%), Ram 1500 (42,9%), Lexus RX (42,7%), Hyundai Genesis berline (42,5%), Kia Soul (42%) et Subaru Forester (41%).

Et vous, resterez-vous fidèle à votre modèle de véhicule quand le moment sera venu de le changer? ■



Malgré sa silhouette controversée, la Lincoln MKZ a son lot d'adeptes. Malgré tout, cette berline américaine sera entièrement redessinée pour 2017.



Qui disait que les véhicules électriques n'avaient pas d'avenir à cause du prix de l'essence? Pourtant, la Nissan Leaf pourfend ses détracteurs avec un haut taux de fidélité.



On aurait pu croire que le F-150 terminerait bon premier. Mais non, le Ram 1500 cause la surprise de cette étude en devançant l'icône de Ford qui est absente de ce palmarès.



La Soul est le modèle qui a le plus bénéficié de la créativité du designer allemand Peter Schreyer qui a complètement transformé la gamme Kia.



Depuis son introduction en 1994, la familiale tout-terrain Subaru Outback possède l'une des clientèles les plus fidèles de l'industrie.



Le Lexus RX s'est bâti une solide réputation en matière de fiabilité et de confort. Compte tenu de l'évolution constante du modèle, il réussit à conserver sa clientèle.

Médillons de filet d'orignal sauce au cidre

JEAN-PAUL GRAPPE



A une dizaine de jours de la Saint-Valentin, nous vous proposons cette recette pour le moins étonnante. Que ce soit des muscles d'animaux sauvages (orignal, caribou,

chevreuil, bison, wapiti) ou d'élevage (cerf rouge, caribou du Nunavut, bison, bœuf, veau, agneau), ce plat sort de l'ordinaire.

Pour y donner du goût, vous pouvez y ajouter du cidre québécois. On peut d'ailleurs s'en procurer dans la région. Bref, voilà une bien belle recette pour célébrer la Saint-Valentin. ■

Préparation: 30 minutes / Cuisson: 4 à 5 min Portions: 4 Difficulté: Assez facile

INGRÉDIENTS

| | |
|--|---|
| 8 médaillons de filet d'orignal de 60 g chacun | 1/4 c. à café (1/4 c. à thé) de poivre du moulin |
| 500 ml (2 tasses) d'eau bouillante | 1 feuille de laurier |
| 25 g (1/3 tasse) chacun: carotte, céleri, poivron rouge et courgette en brunoise | 1/4 c. à café (1/4 c. à thé) de thym haché |
| 15 g (1/4 tasse) d'aubergine en brunoise | 1 échalote, hachée |
| 15 g (1/4 tasse) d'oignon haché | 120 g (1/2 tasse) de beurre |
| 1 c. à soupe d'huile végétale | 300 ml (1 1/4 tasse) de cidre du Québec |
| 15 g (1/4 tasse) de tomate épluchée, broyée | 250 ml (1 tasse) de fond brun de gibier ou de veau (demi-glace) |
| 15 g (1/4 tasse) de champignons hachés | 1 c. à café (1 c. à thé) de miel |
| 1/4 c. à café (1/4 c. à thé) d'ail dégermé, haché | 1/4 c. à café (1/4 c. à thé) de crème à 35 % |
| 1/2 c. à café (1/2 c. à thé) de base de bouillon de poulet en poudre | 3 c. à soupe de sel |
| | 1/4 c. à café (1/4 c. à thé) de poivre |

Insérer la lame d'un couteau d'office au centre des médaillons, de façon à former une poche dans la viande, en découpant l'intérieur, mais en ne formant qu'un petit trou à l'extérieur; prendre soin de laisser les parois des

médillons intacts.

Faire blanchir la carotte, le céleri, le poivron, la courgette, l'aubergine et l'oignon dans l'eau bouillante pendant quelques minutes; les égoutter.



Faire chauffer l'huile dans une poêle à revêtement antiadhésif et y faire suer les légumes blanchis, c'est-à-dire les faire cuire à feux doux et à couvert.

Ajouter la tomate, les champignons,

l'ail, la base pour bouillon de poulet, le poivre, la feuille de laurier et le thym.

Mettre cet appareil dans une poche à pâtisserie et farcir les médaillons, puis les réserver.

PROFESSION: VÉTÉRINAIRE

Une diète pour résoudre un problème d'oreilles

MARIE-CLAUDE DUVAL



Tom est suivi à la clinique depuis 2010. Il est un gentil mélange chocolat de shih tzu et de caniche. Il avait trois ans lorsque son problème d'oreilles a commencé. Ce qui semblait n'être au début qu'une simple accumulation de cérumen dans les conduits auditifs a pris de l'ampleur au fil du temps.

C'est à la fin de l'année 2014 que nous avons pu constater le sérieux du problème: une sténose importante s'était installée au niveau des conduits auditifs de Tom, c'est-à-dire que l'espace où pouvait circuler l'air était très diminué, pour ne pas dire presque absent à gauche. S'ajoutait à cela la présence d'une odeur rance et de sécrétions cérumineuses. Tom souffrait d'une otite chronique.

Un long traitement débuta. Une solution d'un mélange d'antibiotique, d'antifongique et de cortisone fut appliquée dans les deux oreilles de ce petit patient. À chaque traitement, un massage des conduits auditifs devait être effectué pour une bonne distribution du médicament dans les oreilles.

ALLERGIE

Malheureusement, malgré un traitement d'un mois, le problème ne semblait pas vouloir guérir. Déjà, au début de 2015, on suspectait un éventuel problème d'allergie

(parce qu'il faut savoir que 50% des chiens qui ont des problèmes d'allergie ont des otites). Le symptôme le plus fréquent lors d'allergies alimentaires consiste en la présence de démangeaisons, ce dont Tom ne souffre pas, mais cela n'est pas essentiel pour qu'on soupçonne une telle pathologie.

On persista néanmoins dans le traitement de l'otite externe. Dix mois plus tard, tout était à nouveau à refaire malgré un soin rigoureux des oreilles de la part de sa propriétaire. Un traitement différent fut proposé.

On combina une pommade d'un agent anti-infectieux à des gouttes de corticostéroïdes pour diminuer plus efficacement l'enflure dans les oreilles de Tom. Cette fois était la bonne. On put arrêter le premier pour ensuite traiter et sevrer graduellement le deuxième. Mais toute bonne chose a une fin et le produit qui fonctionnait si bien pour entretenir le confort dans les oreilles de cette petite bête fut mis en arrêt de production.

On devait chercher une solution ailleurs. On essaya bien quelques produits pour les oreilles avec plus ou moins de succès, mais la propriétaire de Tom accepta de lui faire compléter un test d'allergie alimentaire.

NOURRITURE

L'hiver est le meilleur moment de l'année pour faire un tel test à un animal puisqu'aucun allergène extérieur comme le pollen ne viendra interférer avec les résultats. En effet, un animal pourrait

continuer d'avoir des symptômes malgré une diète hypoallergène, simplement parce qu'il est allergique aussi à autre chose qu'à son alimentation.

Le test d'allergie alimentaire consiste à offrir à notre animal une nourriture contenant une protéine nouvelle à laquelle l'animal n'a jamais été exposé ou des protéines ne stimulant pas son système immunitaire.

La liste des ingrédients rapportés comme ayant produit des signes d'allergie alimentaire chez le chien et le chat est longue: poulet, bœuf, produits laitiers, porc, œufs, soja, poisson, viande chevaline, avoine, riz, agneau, certaines fèves et lapin. Le test durera dix à douze semaines. Seulement 25% des animaux souffrant d'allergies alimentaires vont voir leur condition s'améliorer dans les trois premières semaines. Si aucun changement n'est observé dans les six premières semaines, il est peu probable qu'on ait affaire à un cas d'allergie alimentaire.

PAS SIMPLE

Dans un récent article publié dans le Veterinarius, le Dr Frédéric Sauvé, dermatologue vétérinaire, rappelle qu'il n'est pas simple de choisir une diète d'éviction (la nourriture qui servira à faire le test). On peut d'abord cuisiner pour notre animal. De cette façon, on contrôle complètement ce que notre compagnon va recevoir.

Par contre, ce type d'alimentation n'est pas nutritionnellement complet

et ne devrait pas être offert aux animaux en croissance, âgés ou malades. Heureusement, il ne semble pas que ce choix amène de carences alimentaires nuisibles à long terme si elle n'est offerte que sur une courte période de temps.

Plusieurs diètes hypoallergéniques commerciales sont aussi offertes sur le marché. Ce choix d'alimentation est balancé d'un point de vue nutritionnel et est facile d'utilisation. Les sources nouvelles de protéines que nous retrouvons sont très variées comme le canard, le kangourou ou la venaison (gibier). Il faut être certain que l'animal qui complète le test d'allergie n'a jamais reçu la protéine qui se retrouve dans la diète d'éviction.

Il existe aussi des diètes qui possèdent des protéines qui stimulent peu le système immunitaire de par leur faible poids moléculaire. Ces protéines sont trop petites pour être reconnues comme menaçantes. Plus les protéines sont petites, plus grand sera son taux de succès à reconnaître un animal allergique. La grande meneuse de ce côté sera la nourriture Royal canin Anallergénique.

Tom a commencé sa première diète d'éviction la semaine dernière. Ce n'est pas un grand succès puisqu'il ne semble pas beaucoup l'aimer. On fera un changement de compagnie pour voir s'il aimera davantage une recette différente. C'est une période ingrate pour un animal puisqu'il ne doit recevoir aucune gâterie pour toute la durée du test. ■



Nos pas sur la plage de sable fin entourant l'îlot Kouaré.

À voile dans le lagon de Nouméa à l'île des Pins

PAULINE CLOUTIER ET
RAYMOND MARIER



Installés confortablement, un mince drap de coton suffit pour nous couvrir à une température oscillant entre 20 et 25 degrés la nuit. Une légère brise s'infiltré par les deux hublots de la cabine.

En Nouvelle-Calédonie, dès le premier jour, nous retrouvons l'immense plaisir de la navigation à voile. Partis du port de Nouméa à 14 heures, cap vers le sud, puis vers l'est, jusqu'au canal Woodin, nous jetons l'ancre six heures plus tard dans la baie de Prony.

Des bancs de coraux protègent le mouillage de tous les côtés. Sans le capitaine, nous n'aurions pas osé nous y aventurer. Cinquante-cinq milles nautiques sont inscrits au livre de bord, principalement à voile. La vitesse moyenne de neuf nœuds à l'heure montre la navigabilité du catamaran qui glisse sur l'eau en symbiose avec son maître, Richard Audoly.

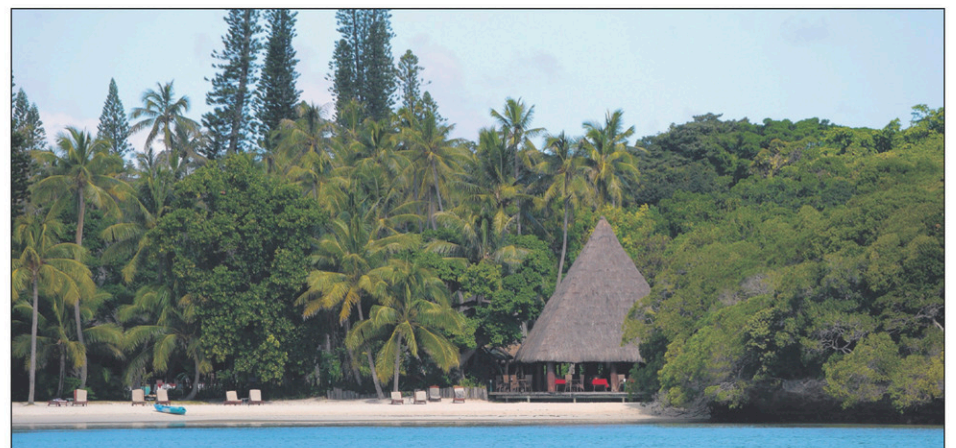
Nous savourons le calme de la nuit, couchés dans la cabine avant, côté bâbord.

ÎLOT KOUARÉ

Le deuxième jour, nous atteignons rapidement l'îlot Kouaré où le capitaine veut nous faire découvrir les fonds marins: de magnifiques coraux, des poissons multicolores et, avec un peu de chance, quelques requins. Cette dernière annonce ne nous réjouit pas particulièrement. Oui, pour les coraux et les petits poissons, mais pour les requins, on hésite.

Juste à entendre le mot prononcé, Gérard a la chair de poule; il déclare qu'il gardera le catamaran pendant la sortie en dinghy.

Allez hop! Faisons confiance au capitaine. Si lui n'a pas peur, on n'a qu'à rester près de lui, d'autant plus qu'il apporte



Restaurant terrasse de l'Ouré Tera Beach Resort dans la baie de Kanumera, île des Pins. Quelques grands pins colonnaires s'élèvent au-dessus de la végétation. Ils peuvent atteindre jusqu'à 50 mètres de haut.

fusil et flèches pour chasser et rapporter des poissons. On embarque donc, tous les deux, avec Brigitte et lui. Il conduit le dinghy jusqu'à un banc de corail. Une fois l'ancre posée, il saute à l'eau et part chasser. Inutile de penser à le suivre. Sans nous presser, nous mettons palmes, masques et tubas et plongeons avec l'intention de ne pas nous éloigner du dinghy.

Raymond, insatisfait de son équipement, remonte presque tout de suite dans la petite embarcation. Pauline suit Brigitte, nageuse experte. Elles se régalaient à la vue de ces merveilles sous-marines, mais reviennent au bout d'une demi-heure, un peu trop préoccupées par la possibilité de rencontrer le fameux poisson mangeur d'hommes... et peut-être de femmes.

REQUINS?

Tous les trois dans le dinghy, nous attendons le retour du capitaine qui se laisse désirer. On essaie de ne pas penser aux histoires de requins. Lorsqu'il revient, il demande si on les a vus. Peut-être, oui, de loin. Lui les a vus de près. Il en a même piqué un avec la pointe de son fusil pour l'écarter.

Il n'est pas satisfait de sa pêche: après avoir fait mouche, la flèche s'est fichée dans le corail. Il n'a pas réussi à la retirer et le poisson est resté prisonnier. Il embarque, nous ramène au bateau et repart seul avec burin, couteau et marteau. Une heure plus tard, on commençait à s'inquiéter, il revient avec sa flèche. Le poisson avait disparu, sans doute bouffé par un requin. Pour le souper, il ramène deux autres poissons, un picot et un dawa, en plus de deux gros bénéitiers, magnifiques coquillages qu'il apprête avec du jus de citron.

En fin d'après-midi, nous allons marcher sur la magnifique plage de sable blanc qui fait le tour de l'îlot. Richard repère les trous et les marques indiquant

la présence de crabes, de bernard-l'hermite, de serpents de mer... Il s'approche d'un groupe d'oiseaux perchés dans un arbre et en attrape un pour nous le montrer. Sur cette île déserte, les oiseaux ne craignent pas l'homme.

ÎLE DES PINS

Tôt le lendemain matin, à marée haute, nous levons l'ancre en direction de l'île des Pins, l'un des sites touristiques les plus connus et fréquentés par les plaisanciers en Nouvelle-Calédonie. Surnommée l'«île la plus proche du paradis», elle présente 152 km² de végétation magnifique, notamment les grands pins colonnaires, variété indigène de la Nouvelle-Calédonie.

Nous trouvons un beau mouillage dans la baie de Kuto, à côté de quelques autres bateaux. Brigitte crie: «Regardez, là!». Deux requins de deux mètres passent, à fleur d'eau le long de la coque, côté bâbord. On reporte au lendemain matin la baignade qu'on rêvait de faire. Le capitaine a beau affirmer qu'ils sont inoffensifs, on n'ose pas.

Sur l'île, un sentier mène à la montagne sacrée de la baie de Kanumera. Personne n'est autorisé à l'escalader. Le capitaine raconte le drame survenu il y a quelques années: une jeune japonaise de 25 ans s'y était risquée. Elle a été retrouvée morte, immolée sur la montagne sacrée. Sur l'île, personne ne veut en parler. Le capitaine nous fait comprendre qu'il ne faut pas insister. Les Kanaks ne partagent pas tous leurs secrets. ■



Baie de Kanumera sur l'île des Pins. À droite: la montagne sacrée.



Le bénéitier, gros coquillage cueilli près de l'îlot Kouaré. On mange la chair blanche, hachée, arrosée de jus de citron. Pas de place dans les bagages pour le coquillage.



NOUMÉA

- Population : 100 000
- Plus grande ville de Nouvelle-Calédonie

ASTROLOGIE

WEEK-END



Les prévisions de la semaine avec
ALEXANDRE AUBRY
514 640-8648

SEMAINE DU 4 AU 10 FÉVRIER 2016

BÉLIER

21 MARS AU 20 AVRIL

Il y aura quelques amis qui vous proposeront de les accompagner dans un voyage. Rien ne vous fera plus plaisir que d'avoir les pieds dans le sable chaud afin de couper l'hiver en deux.



TAUREAU

21 AVRIL AU 20 MAI

Vous passerez à travers toute la gamme des émotions. Vous ferez un grand ménage parmi votre cercle d'amis, car certains d'entre eux ne méritent pas votre amitié : ils ne sont que des parasites.



GÉMEAUX

21 MAI AU 21 JUIN

On pourrait vous presser pour prendre une importante décision, mais vous aurez besoin de réunir toutes les bonnes informations avant d'être en mesure de peser le pour et le contre.



CANCER

22 JUIN AU 23 JUILLET

Au travail, vous vous retrouverez avec une montagne de boulot à accomplir de toute urgence. Bien qu'il s'agisse d'une situation stressante, elle sera profitable pour la suite de votre carrière.



LION

24 JUILLET AU 23 AOÛT

Alors que vous auriez préféré rester dans l'ombre, on vous placera sur un piédestal. Il s'agira d'une situation où il faudra vaincre votre timidité en affrontant les foules, par exemple.



VIERGE

24 AOÛT AU 23 SEPTEMBRE

Si vos enfants ont quitté le nid familial depuis un moment déjà, vous pourriez décider de vendre la maison et jouir d'une plus grande liberté. Attendez-vous aussi à une proposition de mariage.



BALANCE

24 SEPTEMBRE AU 22 OCTOBRE

Vous aurez beaucoup de conversation. Au travail, vous agrandirez votre clientèle et vous réussirez à rassembler vos troupes pour améliorer les affaires. Vos ordres et vos conseils seront bien accueillis.



SCORPION

23 OCTOBRE AU 22 NOVEMBRE

L'aspect financier est trop souvent une source de stress. Prenez le temps de communiquer avec les bonnes personnes pour trouver des solutions convenables afin de vous accorder un petit répit.



SAGITTAIRE

23 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE

Vous aurez probablement l'intention de conquérir le monde! Vous aurez l'inspiration nécessaire pour entreprendre une activité professionnelle ou personnelle des plus stimulantes.



CAPRICORNE

22 DÉCEMBRE AU 20 JANVIER

Vous aimez la bonne compagnie et vous vous dévouerez corps et âme à l'endroit de ceux que vous aimez. Certains auront tendance à abuser de vos bons services et vous les laisserez faire un temps.



VERSEAU

21 JANVIER AU 18 FÉVRIER

Ce sera une semaine passablement stressante pour une raison ou pour une autre. Vous devriez réussir à trouver la motivation nécessaire pour investir davantage dans votre santé.



POISSONS

19 FÉVRIER AU 20 MARS

Au travail ou à la maison, quelques imprévus risquent de vous retarder. Il serait bon d'espacer vos rendez-vous pour éviter le stress s'il y a un peu de retard dans vos affaires.



WEEK-END

TRÉSORS DE FAMILLE

Un lit de chêne d'une autre époque



MARIO WILSON

Rarement lors de mes évaluations depuis les 25 dernières années il m'a été donné d'avoir la chance d'examiner un aussi beau lit de chêne que celui de cette semaine. Acheté d'une dame qui a vécu toute sa vie dans la même maison (construite à la toute fin des années 1870), on peut affirmer que ce lit y a passé toute sa vie.

Cela explique sans doute pourquoi ce meuble se retrouve en si bonne condition. Mon copain qui m'a invité à venir le voir se disait lui-même étonné de la beauté de la pièce et de son merveilleux état de conservation.

Il me fallait le voir, puisque je suis curieux et toujours à la recherche de pièces intéressantes pour mes chroniques. Je ne suis pas déçu d'être passé chez lui. D'abord, l'âge du lit. Il n'y a rien de compliqué de ce côté puisqu'il apparaît dans un catalogue de vente de meubles de chêne paru aux États-Unis en 1897.

La Montgomery Ward Furniture Company affichait un ensemble comprenant un lit exactement semblable à celui-ci avec une commode et un petit bureau pour y déposer l'ensemble de pot à eau pour la toilette du matin, le tout pour 27,50\$.

On insistait pour bien mentionner que les trois pièces de mobilier étaient faites de chêne, un bois bien américain et surtout d'une solidité à toute épreuve.

VALEUR

En 1981, Michel Ste-Marie nous présente un lit tout aussi semblable dans un de ces ouvrages concernant les antiquités nord-américaines à un prix de 900\$. Aujourd'hui, on parlera de 1200\$, ce qui en fait un placement intéressant puisque ce lit commence à se faire vieux, très vieux.

À l'âge de 120 ans, on peut dire qu'un meuble commence à faire partie d'une catégorie de vieux meubles qui méritent le respect. Bien qu'à l'époque l'ère industrielle battait son plein, il n'est pas faux de croire qu'une petite pensée pour les travailleurs de l'époque, qui ne bénéficiaient pas du tout de conditions de travail semblables à celles



Vieux de 120 ans, ce superbe lit en chêne a aujourd'hui une valeur d'environ 1200\$.

d'aujourd'hui, serait de mise.

TOUJOURS À LA MODE

Un tel lit à très haute tête de 190 centimètres trouvera sa place dans une maison plus que centenaire, mais, vous savez, c'est aussi une belle pièce qui contrasterait très bien dans une habitation plus moderne.

Elle est passée la mode de la décoration complète de la maison avec des antiquités. Même constat pour les collectionneurs de céramique qui aligneront sans complexe des poteries plus que centenaires avec des œuvres de céramique très contemporaines comme celles de Jacques Marsot, de Sarah Mills ou encore de Tommy Zen, qui est sans nul doute le plus international de tous.

SALON

C'est avec beaucoup d'enthousiasme que je vous mentionne, en passant, la tenue d'un grand salon des collectionneurs au Colisée Isabelle Brasseur, les 14 et 15 mai prochains. Ce sera une belle occasion de constater la fébrilité de ce joyeux monde de la collection, des antiquités et de l'amour pour les années 1950-1975.

Pour certains, ce sera une découverte de la Révolution tranquille, pas si reposante du côté de l'art du mobilier et de la décoration. Pour les plus âgés, un retour au cœur de notre jeunesse au cours de laquelle l'Expo 67 a permis l'abandon du repli sur notre pauvre sort de simples Canadiens-français. ■



| | |
|---|------------------------------------|
| Ambulance, police, pompiers : | 911 |
| Sûreté du Québec (urgences) : | 310-4141 (*4141 cellulaire) |
| Info-Santé : | 811 |
| CLSC de la Vallée-des-Forts : | 450 358-2572 |
| Croix-Rouge (urgence sinistres) : | 1 877 362-2433 |
| La ligne parents : | 514 288-5555 |
| Info-dépression : | 1 800 268-0999 |
| Tel-Jeunes : | 514 288-2266 |
| Protection de la jeunesse : | 1 800 361-5310 |
| Drogue - aide et référence : | 1 800 265-2626 |
| Centre de prévention du suicide du Haut-Richelieu : | 450 348-6300 |
| Maison Hina (femmes victimes de violence) : | 450 346-1645 |
| Centre de référence du Gand Montréal : | 450 527-1375 |
| Centre de référence du Centre d'action bénévole de Saint-Jean-sur-Richelieu : | 450 347-7527 |
| Gamblers Anonymes (GA) : | 514 484-6666 |

EN CAS D'URGENCE



Prête pour vivre une grande aventure



MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@tc.tc

Il y a cinq mois, j'ai tout quitté pour voyager. Mon appartement, mon poste de journaliste au Canada Français, mes amis, ma famille. L'envie de découvrir le monde me tirait depuis trop longtemps.

J'ai emballé quelques vêtements dans un sac à dos et je suis partie. Mon amoureux, Jeff, a choisi de vivre l'aventure avec moi. Je me plais à dire que c'est un nomade des temps modernes.

Ensemble, nous avons choisi de voyager sans destination précise. Tout ce que nous savions, c'est que notre budget nous permettrait de survivre pendant une année. Si nous étions conservateurs.

LA VIE SUR L'EAU

Question d'ajouter un peu de piquant à notre projet, nous avons choisi de faire du bateau notre moyen de transport de prédilection. La voile est une passion que nous partageons.

Ceci dit, ni lui ni moi ne possédons de voilier. Personnellement, j'ai suivi des cours théoriques auprès de l'Escadrille Fort Saint-Jean. Je connais les règles de base de la navigation.

Jeff possède un peu plus d'expérience. Au cours de la dernière année, il a navigué

à Boston et aux Bahamas en tant que membre d'équipage du Liberty Clipper, une goélette de 125 pieds.

Notre objectif est donc de dénicher des emplois rémunérés ou non sur des voiliers ou des yachts de luxe afin de traverser d'un pays à l'autre. Les bateaux de croisière ne nous intéressent pas.

SORTIR DES SENTIERS BATTUS

Nous espérons que notre choix nous permettra de découvrir des endroits inaccessibles à la majorité des touristes. Vous savez, ces villages reclus qui ne sont accessibles que par la mer?

Nous aimons sortir des sentiers battus. À nos yeux, il n'y a rien de mieux pour découvrir la véritable identité d'un pays que de s'éloigner des métropoles et des destinations dites incontournables où tout est mis en œuvre pour plaire aux habitudes des Nord-Américains.

Il y a fort à parier que nous aurons l'occasion d'ajouter quelques séances de camping à notre aventure. Ou alors qu'on utilisera quelques-unes des méthodes de voyage alternatives à la mode sur le Web tel que le *couchsurfing*.

LIBRES COMME L'AIR

C'est merveilleux de se sentir aussi libre, mais il y a un prix à payer. Nous savons pertinemment que notre voyage comportera des hauts et des bas.

Nous savons aussi que nous serons à



Pendant un an, je voyagerai en compagnie de mon amoureux, Jeff.

la merci des opportunités qui se présenteront à nous et surtout, de Dame Nature. Le phénomène El Niño nous inquiète. Il pourrait nous empêcher de réaliser l'un de

nos souhaits: traverser l'océan Pacifique.

Car même si j'ai dit plus tôt que nous n'avons aucune destination précise en tête, il va de soi que nous avons quelques rêves. Pour ma part, les îles du Pacifique piquent ma curiosité.

Des eaux cristallines, des plages immaculées, des chambres d'hôtel à quelques pieds au-dessus de l'eau... il y a de quoi rêver! Et puis, il y a l'Australie et la Nouvelle-Zélande. L'autre bout du monde.

HEBDOMADAIRE

Alors, ça vous intéresse de suivre notre aventure? Au cours des prochaines semaines, je ferai un retour chronologique sur les premiers mois de notre voyage avant de vous proposer un résumé à jour de nos nouvelles péripéties.

L'aventure débutera à Los Angeles où nous attend un capitaine pour le moins coloré, son épouse au grand cœur et un troisième membre d'équipage aussi novice que nous.

Je vous promets quelques-unes de mes plus belles photos et vous invite à consulter le site Internet du Canada Français où sera également publiée ma chronique avec davantage d'images.

Voici, en terminant, quelques liens pour me suivre: Facebook: Our World; Twitter: mariepier87; site Web: www.ourworldblog.com

À la semaine prochaine. ■

QUOI FAIRE EN MONTÉRÉGIE

Quelques suggestions d'activités hivernales



FRANÇOIS TRÉPANIÉRIER

Cette semaine, je vous donne quelques suggestions d'activités hivernales en Montérégie susceptibles de combler vos attentes.

Le Parc régional Saint-Bernard offre des sentiers entretenus mécaniquement pour le ski de fond et des sentiers pour la raquette et la randonnée. On peut aussi y trouver des glissades à tube sur neige artificielle, une patinoire entourée d'une forêt pour le patinage libre et une autre pour le hockey.

Un chalet d'accueil doté d'un casse-croûte pour refaire le plein et s'y détendre est également accessible. Au même titre qu'un parcours de Disc-Golf.

Le Parc Régional des Grèves, situé à Contrecoeur, est un lieu naturel d'exception où la forêt et le fleuve se côtoient. L'offre d'activités pour toute la famille comprend des réseaux de sentiers de plus de 20 kilomètres pour la marche, le ski de fond et les randonnées en raquettes. Observation de la faune et beaucoup d'autres services disponibles sont offerts sur le site.

AUTRES ENDROITS

Situés en pleine zone urbaine, à



Le Parc régional Saint-Bernard a beaucoup à offrir aux familles à la recherche d'activités hivernales.

quelque trente minutes de Montréal, les sites naturels gérés par Héritage Saint-Bernard, à Châteauguay, connaissent une popularité grandissante.

Des balades au clair de lune sont offertes dans les sentiers spécialement éclairés du refuge faunique Marguerite-D'Youville et au centre écologique Fernand-Séguin. À faire en ski de fond, à pied ou en raquettes, cette randonnée nocturne permet de découvrir autrement ce territoire naturel remarquable.

SKI SAINT-BRUNO

Ski Saint-Bruno est la destination

idéale pour skier en famille et apprendre à skier. La montagne, qui est éclairée à 100% jusqu'à 22 heures tous les soirs, permet aux amoureux du ski de la grande région métropolitaine de pratiquer leur sport d'hiver les soirs de semaine sans devoir se déplacer bien loin.

La station a une des plus importantes écoles de ski au Canada avec plus de 565 moniteurs et 32 000 élèves par année. Avec sa pente-école, ses tapis magiques, tapis d'embarquement et ses moniteurs qualifiés, Ski Saint-Bruno offre des prix très compétitifs pour les cours de groupe ou individuels.

Les cours d'initiation incluent le billet remonte-pente et la location de l'équipement pour quatre heures, dont une heure de cours.

Pour les skieurs ou planchistes en quête de sensations fortes, Ski Saint-Bruno a un des meilleurs Snopark au Québec.

MONT-RIGAUD

De son côté, Ski Mont-Rigaud est reconnu comme étant la «maternelle» du ski au Québec et un centre familial pour tous ceux qui souhaitent s'initier au ski alpin et à la planche à neige. Un choix de pistes pour débutants, intermédiaires et avancés, un entretien et une qualité de neige exceptionnels ainsi qu'un personnel qualifié sauront rendre votre visite des plus agréables.

Mont Rigaud est une montagne idéale pour la famille, car vous allez y retrouver un défi pour tout le monde avec les neuf pistes et les deux parcs à neige pour petits et grands. Toutes les pistes retournent vers le chalet et vers la remontée mécanique quadruple.

Profitez du grand air!

François Trépanier, Directeur des communications – Tourisme Montérégie

Pour me rejoindre : ftrepanier@tourisme-monteregie.qc.ca ■



4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 2016
Février



SANDWICH CHAUD PITA SOUVLAKI (POULET)

349 ch.

Prunes rouges ou noires Gr. 60 É.U. **199** lb 4.39 kg

Citrons Gr. 140 É.U. **10/299**

Mineolas Gr. 100 É.U. **99¢** lb 2.18 kg

Courgettes blanches Baladi Mexique

Boîte d'épinards É.U. **99¢** ch.

Celeri Gr. 24 É.U. **199** ch.

Échalotes É.U. **2/100**

Menthe Maroc

POISSONNERIE

Filet de truite arc en ciel **799** lb 17.61 kg

Dorade royale **649** lb 14.30 kg

Crevettes crues **1299** lb 28.63 kg

Palette de veau de lait **499** lb 10.89 kg

Veau haché **465** lb 10.25 kg

Hauts de cuisse de poulet désossé **325** lb 7.17 kg

Bout de longe de porc avec os **99¢** lb 2.18 kg

VIANDES FRAÎCHES

Fromage gouda, doux, moyen, fumé ou cumin **899** lb 19.81 kg

Fromage feta canadien **359** lb 7.82 kg

Mortadelle San Daniele **589** lb 12.99 kg

Fromage Havarti reg. ou/ou jalapeno **679** lb 14.37 kg

Pains Villaggio Ultra-Moelleux **99¢** ch.

Pain au chocolat Miila **199** ch.

hamburger 6-8 un Pom **99¢** ch.

CHARCUTERIE DE QUALITÉ

Yogourt Smart-Pack iögo **499** ch.

Yogourt à boire Kik Astro **2/100**

Lait au chocolat Beatrice **299** ch.

Tartinade Earth Balance **349** ch.

Yogourt Silhouette Danone **3/500**

Fromage rapé mozzarella 15% **1099** ch.

Saputo **1099** ch.

Côte de dos de porc BBQ PG **999** ch.

FRAIS DU JOUR

Boisson gazeuses Coca Cola **149** ch.

Chips tortilla 230-320 g **299** ch.

Sauce 423 ml ou salsa 413 ml **299** ch.

Tostitos **299** ch.

ÉPICERIE UNIVERSELLE

Huile de grignons Mama Rosa **1199** ch.

Pâtes alimentaires Fidelini Valdigrano **79¢** ch.

Gâteau Alpella **99¢** ch.

Cornichons marinés Cedar **249** ch.

Thon pâle en morceaux dans l'huile végétale Cedar **59¢** ch.

Biscuits Balocco **2/500**

Riz basmati Adora **1099** ch.

Thon pâle en morceaux dans l'huile végétale Cedar **59¢** ch.

Biscuits Balocco **2/500**

Riz basmati Adora **1099** ch.

Thon pâle en morceaux dans l'huile végétale Cedar **59¢** ch.

Biscuits Balocco **2/500**

Riz basmati Adora **1099** ch.

LES SURGELÉS

Okra Zero Montana **199** ch.

Poulet ou poisson James **549** ch.

Saumon fumé norvégien Royal Harbour **599** ch.

DE NOS RÉFRIGÉRATEURS

Yogourt à boire Kik Astro **2/100**

Lait au chocolat Beatrice **299** ch.

Tartinade Earth Balance **349** ch.

Yogourt Silhouette Danone **3/500**

Fromage rapé mozzarella 15% **1099** ch.

Saputo **1099** ch.

Côte de dos de porc BBQ PG **999** ch.

Boisson gazeuses Coca Cola **149** ch.

Chips tortilla 230-320 g **299** ch.

Sauce 423 ml ou salsa 413 ml **299** ch.

Tostitos **299** ch.

Produits sélectionnés

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités *ou jusqu'à épuisement de la marchandise. Le texte prévaut sur la photo.

