

Ski-SE-Dit

.info

L'INFORMATION DURABLE

Le journal communautaire de Val-David et ses environs
FÉVRIER 2019 - Vol. 46, n° 2 - 32 pages



Le coin d'œil municipal
Lire page 19

Depuis 46 ans avec passion



Sonia Lupien est LA référence quand il s'agit des connaissances sur le stress. Elle nous aide à comprendre le nôtre, avec ses livres *Pour l'amour du stress* et, à paraître en mars : *Chacun son stress*. Elle nous en parle (lire p. 29)

Emmanuelle Miron, fille de Gaston, et **René Derouin** : une histoire de famille qui remonte aux années soixante-dix. Lors de l'inauguration de la murale de René Derouin à la nouvelle bibliothèque de Sainte-Agathe-des-Monts, ils se sont retrouvés. (lire p. 14)



NOUVELLE ÉCOLE :
La mairesse
Kathy Poulin dessine
le tableau (lire p. 5)

La marmotte,
le 2 février, a dit :
attachez vos
tuques!



Notre dossier SANTÉ :
Le chemin le plus court pour obtenir de l'aide (lire p. 9)



Carole B.A., L.L.B.
Ringuette inc.

Courtier immobilier, Remax bonjour inc.

EXPÉRIENCE, ÉNERGIE, DÉVOUEMENT



bonjour
Agence immobilière

819 507-0297
bur. : 450 229-6666



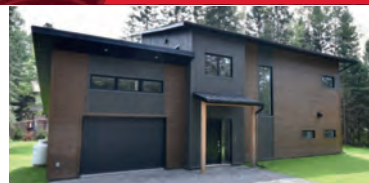
SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES - 189 000 \$
Charmante maison située dans un secteur recherché de Ste-Lucie, avec accès au lac Sarrazin à quelques pas de là. Magnifique cour aménagée, plein soleil et quietude assurée. Tout près des sentiers pour la randonnée, raquettes ou ski de fond. Un endroit idéal pour les amoureux de la nature et de plein air! Belle opportunité! MLS 28403900



SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES - 149 000 \$
Jolie maison lumineuse, bien entretenue, bordée par la rivière Doncaster, sise sur un très beau terrain paysager, et à 10 minutes de Val-David. Située sur une rue sans issue, secteur tranquille. Parfait comme première maison ou comme maison secondaire. Un pied à terre dans les Laurentides bordée par l'eau, et à peu de frais! Une belle clé en main! MLS 25824316



SAINTE-MARGUERITE-DU-LAC-MASSON - 147 000 \$
Jolie maison de campagne en rondins avec foyer au gaz, grand terrain intime de 35,981 p.c., bien aménagé. Beaucoup de rénovation effectuée; toiture, drain français, fosse septique, isolation, cuisine, salle de bains et sous-sol. Belle demeure avec beau cachet rustique! MLS 25108300



VAL-DAVID - 399 000 \$ +TPS/TVQ
Magnifique maison de prestige contemporaine, construite avec des matériaux de haut de gamme. 3 chambres à coucher, 2 salles de bains complètes et salle de lavage à l'étage. Au RDC, le salon avec foyer au gaz, salle à manger et cuisine à aire ouverte. Garage chauffé attaché. Situé sur une rue tranquille à distance de marche du coeur de Val-David! MLS 23065544



VAL-MORIN - 199 900 \$
Belle propriété de style "Suisse", bien entretenue, située dans un petit domaine de maisons homogènes, avec une vue époustouflante sur le lac Raymond et les montagnes. Grande galerie pour profiter de cette vue! Ce domaine inclut l'accès à une piscine chauffée, le déneigement et l'entretien du gazon. Accès au lac Raymond. Une vraie clé en main! MLS 10076741

Joindre chaque mois nos 7 000 lecteurs pour 1 cent par lecteur, c'est payant. C'est aussi une façon de faire savoir à la communauté de Val-David que vous êtes là pour tout un chacun.

LES ENTREPRISES PERRIER
Nettoyage de conduits secs

FCAQ

Technicien spécialisé en
NETTOYAGE DE CONDUITS SECS

RAMONAGE DE CHEMINÉE

- Conduits d'aération (duct de chauffage)
- Échangeurs d'air ■ Sortie de sècheuse

450 565-2641 ■ www.LesEntreprisesPerrier.com

RE/MAX
bonjour
Agence immobilière

France ST-ONGE
Courtier immobilier

C 819 323 8557
www.francestonge.com
F immofrancestonge

Que VOTRE maison soit celle où l'amour habite vos coeurs.
Foyeuse St-Valentin

Tranquilli-T **Securi-T** **Intégri-T**

Catherine Bénard
Diplômée en Technique Podologique

SOINS DE PIEDS
REÇUS ASSURANCE **10 ans**

Mycose Construction ongle au gel Callosités

Coupe ongles épais • Ongles incarnés
Talons fissurés • Cors
Ongles mycosés (champignons)

SUR RENDEZ-VOUS UNIQUEMENT
Sainte-Agathe-des-Monts | 819 507-0165
www.pedipodo.ca

Révision
Correction d'épreuves
Traduction

Maryse Froment-Lebeau
www.revisiondetextes.ca
fl.maryse@gmail.com
514 347-8634

CPA ORDRE DES COMPTABLES
PROFESSIONNELS AGRÉÉS DU QUÉBEC

Anne Monette, CPA

États financiers • Impôts • Tenue de livres

1271, rue Lavoie, Val-David (Québec) J0T 2N0
Tél/télec.: 819 322-7247

Touche d'Éveil **AwakeningTouch**

NATURELLEMENT VRAIE SIMPLY RAW NATURE

UNE PEAU EN SANTÉ • Crèmes • Lotions • Onguents

www.awakeningtouch.ca

YOGA
CLASSES BILINGUES | VAL-MORIN

Au cœur de soi, à son rythme
RESPIRATION, ÉTIREMENTS, POSES

Satya 514-626-6684
Enseignante et thérapeute depuis 1989 - POLARITÉ & CRANIOSACRAL

RC3
ARPENTEURS GÉOMÈTRES
RADO • CORBEIL • DÉMÉREUX

PETER RADO
B. SC. A., A.-G.
prado@rcgag.net
www.rcgag.net

519, RUE PRINCIPALE SAINT-DONAT QC J0T 2C0
TÉL.: 819 424-2815
TÉLÉC.: 819 424-5478

18, RUE ST-HENRI EST STE-AGATHE-DES-MONTS QC J8C 1S9
TÉL.: 819 326-0323
1 877 226-0323
TÉLÉC.: 819 326-8157

DÉS NOUVELLES DE NOUS EN PLUS

Tapez ski-se-dit.info

L'information durable

Soli Terre
créateur de paysages

Gilbert Dionne
819-322-2876

Conception de plans et croquis
Réalisation d'aménagements paysagers
Services d'entretien horticole

www.soliterre.ca ■ info@soliterre.ca

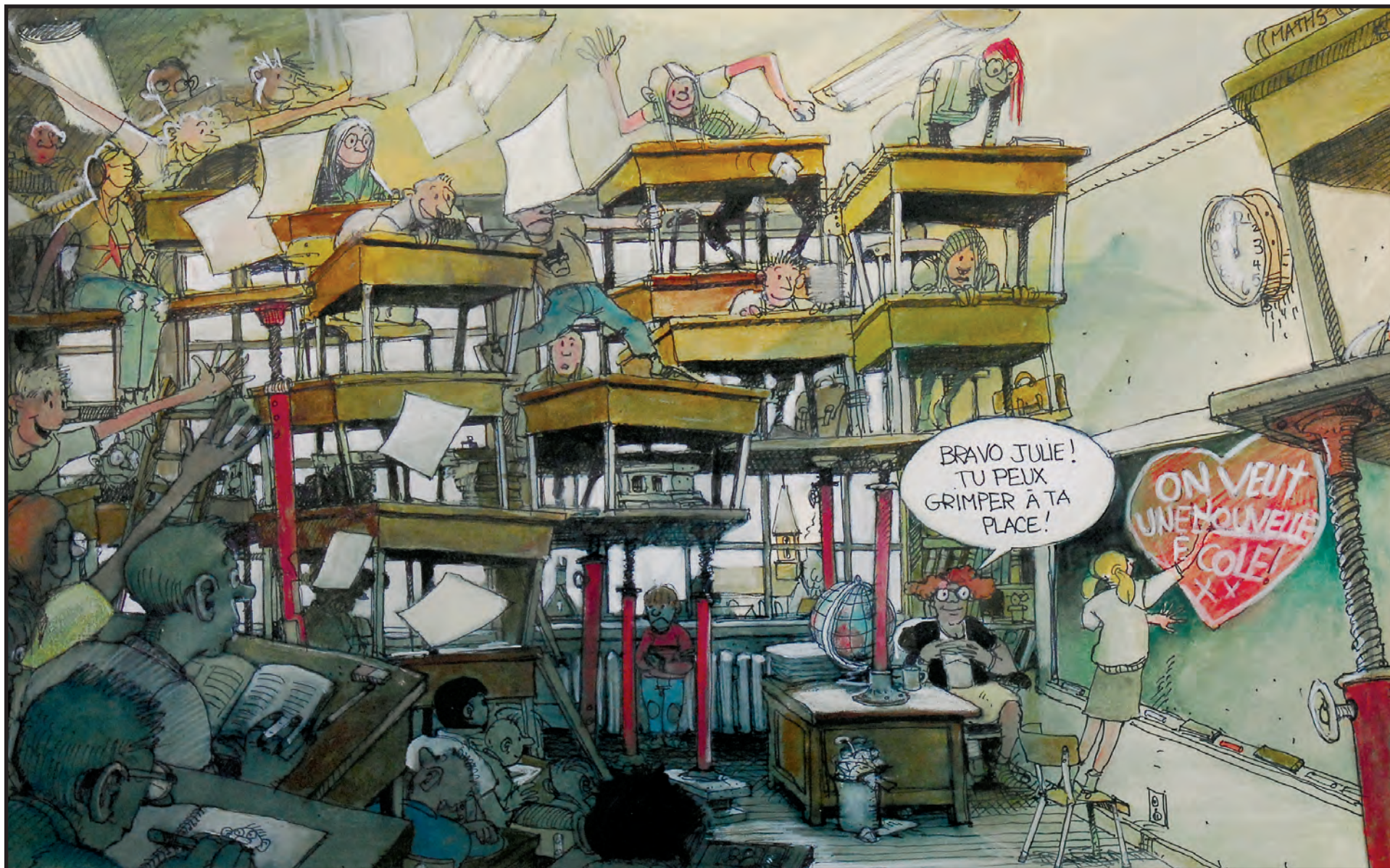
Institut Marlène
Plus de 30 ans à vous servir avec plaisir

- Soins esthétiques ■ Électrolyse
- Produits de beauté

105, Principale Est Ste-Agathe-des-Monts
819-321-7121
info@institutmarlene.com

Quand la beauté rencontre le mieux-être!

Prenez rendez-vous en ligne : www.institutmarlene.com



LE JOURNAL Ski-SE-Dit

DEPUIS 46 ans avec PASSION

Le journal communautaire de Val-David et ses environs

2496, rue de l'Église, suite 200
Val-David (QC) J0T 2N0
Téléphone : 819 322-7969
Courriel : redaction@ski-se-dit.info

LISEZ VOTRE **SKI-SE-DIT** EN LIGNE!

TAPEZ : ski-se-dit.info

Lisez « Entre les lignes », une page exclusive sur le site Internet.



Année de fondation du journal **Ski-se-Dit** : 1973
Premier rédacteur en chef : Guy Leduc

Conseil d'administration :

Nathalie Cauwet, présidente
Jocelyne Aird Bélanger, vice-présidente
Raymond Cardinal, trésorier
Richard Marleau, administrateur
Louise Duhamel, administratrice

Chroniqueurs et invités dans cette édition :

Jocelyne Aird-Bélanger	Marlène Gosselin
Michel Allard	Lorraine Hamel
Gilles Bourret	Yvan Lapointe jr
Suzanne Clairoux	Judith Lavoie
René Derouin	Lynne Lauzon
Louise Duhamel	Richard Claude Lauzon
Jacques Dufresne	Cyril Lepage
ouise Duhamel	Sonia Lupien
Patrice Féarès	Kathy Poulin

Collaboration spéciale au dessin : Cédric Loth et Robert Lafontaine

Merci à nos collaborateurs, à nos reporters et à nos membres de soutien.

Rédacteur en chef : Michel-Pierre Sarrazin
Adjointe à la rédaction : Maryse Froment-Lebeau
Responsable des comptes : Francis Hamel
Révision linguistique : Maryse Froment-Lebeau
Mise en page : Pixel Créatif
Impression : Hebdo Litho
Représentante publicité : Isabelle Monette
Livraison commerciale : Ginette Durand et Jean-Marc Richard

Webmestre : Jean-Patrice Desjardins
TIRAGE 6 500 exemplaires.

PROCHAINE DATE LIMITE POUR ENVOYER PHOTOS ET TEXTES : 25 février 2019

Note : la date de tombée est la date limite pour nous faire parvenir vos textes et photos (ne pas envoyer de courriels plus lourds que 3 meg, ils seront automatiquement rejetés).

PROCHAINE PARUTION : 14 mars 2019

ATTENTION | ATTENTION | ATTENTION

Pour toute réservation publicitaire
Isabelle Monette : 819 323-6417
isabelle@ski-se-dit.info

DATE LIMITE POUR LES RÉSERVATIONS PUBLICITAIRES POUR NUMÉRO DE MARS 2019 : 8 MARS 2019

ATTENTION : Ne pas envoyer de courriels de plus de 3 meg S.V.P.

À CHAQUE PARUTION, GINETTE ET JEAN-MARC VOUS LIVRENT LE JOURNAL.
Si vous souhaitez en recevoir quelques exemplaires à votre commerce, en faire la demande à : redaction@ski-se-dit.info

Val-David : Pharmacie Familiprix - Bistro Plein air - Centre d'exposition - Resto Station B - La MIE Richard - Resto Jack Rabbit - Magasin Général - BMR Eugène Monette - Mairie - Bistro C'est la vie - Accueil touristique - Auberge Le Baril Roulant - Auberge du Voeux Foyer - Metro - Bibliothèque - Le Mouton Noir - Couche-Tard - Subway - Fruits & Légumes 117 - Chalets Chanteclair - Kia - Toyota - Honda ste-agathe - Tim Horton's - Bio Sattva - Ultramar - Resto Le Villageois - Cal's pizza - Resto Au Petit Poucet - Sous toutes les coutures - Kilomètre 42 - Caisse Desjardins - Chalet Anne-Piché - **Val-Morin :** Hôtel de Ville - Bibliothèque - Marché Val-Morin - Théâtre du Marais - Boulangerie Les trois levains - Resto En faim chez nous - **Sainte-Agathe-des-Monts :** Bibliothèque Gaston Morin - Bureau de la CAO - Uniprix - Pharmacies Jean Coutu - Clinique Médicale - Ville Sainte-Agathe-des-Monts - Chambre de Commerce - Lortie et Martin - BMR Eugène Monette - St-Hubert - Volvo - Alliance Ford - Subaru - Table ludique - Resto des Monts - Pharmacie Uniprix - Caisse Desjardins - Resto Julio - Institut Marlène - Garage Hyundai - La Jardinière - Metro - Couleur café - Clinique médicale - Bourassa - IGA Bouchard - Mitsubishi Giroux - Bureau touristique - TACL - Transport adapté - Pavillon Philippe-Lapointe - **Sainte-Adèle :** IGA - Metro Ste-Adèle - John Le Grec - St-Hubert - La Parandole - Métro Chevreuil - John Le Grec - Nickel's - Place des citoyens - Gare de Mont-Rolland - Quilles Sainte-Adèle - Clinique médicale - Fiona Riopel

Fonds de stabilisation et de consolidation des arts et de la culture du Québec

Le **Ski-se-Dit** reçoit l'appui du ministère de la Culture et des Communications.

Journal membre de

AMECQ ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

Tirage certifié **AMECQ**

DROITS DE REPRODUCTION : Les articles de ce journal peuvent être reproduits à condition de l'être intégralement et sous réserve que leur provenance soit indiquée. Toute autre forme d'utilisation du contenu de ce journal est interdite sans autorisation expresse de la rédaction.

LE JOURNAL EST MIS EN LIGNE À SKI-SE-DIT.INFO. IL EST INSÉRÉ DANS LE PUBLISAC SUR LES TERRITOIRES DE VAL-DAVID, VAL-MORIN ET SAINTE-AGATHE-DES-MONTS AUX DATES INDICUÉES CI-DESSOUS. LA LISTE DES COMMERCES ET LIEUX PUBLICS OÙ LE JOURNAL EST DISTRIBUÉ EN VRAC PEUT ÊTRE CONSULTÉE CI-HAUT. L'HORAIRE EST SUJET À CHANGEMENTS.

DATE LIMITE POUR ENVOYER TEXTES ET VISUEL	DISTRIBUTION EN KIOSQUE	DISTRIBUTION DANS LE PUBLISAC
25 février 2019	14 mars 2019	21 mars 2019
25 mars 2019	11 avril 2019	18 avril 2019
22 avril 2019	9 mai 2019	16 mai 2019
27 mai 2019	13 juin 2019	20 juin 2019
24 juin 2019	11 juillet 2019	18 juillet 2019
29 juillet 2019	15 août 2019	19 août 2019
26 août 2019	12 septembre 2019	19 septembre 2019
23 septembre 2019	10 octobre 2019	17 octobre 2019
28 octobre 2019	14 novembre 2019	21 novembre 2019
25 novembre 2019	12 décembre 2019	19 décembre 2019

Si vous désirez que vos communiqués ou annonces soient publiés dans notre journal, vous devez tenir compte des dates de tombée (date limite pour nous envoyer votre matériel, toujours indiquée en page 2 du journal). Certains frais peuvent être exigibles (voir grille de tarification).

UNE NOUVELLE ÉCOLE POUR NOS ENFANTS Sans elle, pas d'avenir pour Val-David

Nos écoles primaires débordent. Elles sont vieilles, inadaptées et ne peuvent plus suffire aux besoins incontournables d'éduquer nos enfants comme du monde. Val-David se mobilise pour que le ministre de l'Éducation garantisse le financement de bâtiments adéquats pour accueillir nos enfants. Voici quelques témoignages essentiels sur le sujet. Le journal Ski-se-Dit publiera chaque mois un dossier sur l'avenir de nos écoles. Votre témoignage est le bienvenu.

Pourquoi Val-David est-il devenu le village unique qu'il est aujourd'hui?

Kathy Poulin

Mairesse de Val-David

Sûrement grâce à une combinaison de quelques facteurs. Mais principalement grâce à sa communauté innovante, créative, engagée. Et les réalisations déterminantes de celle-ci, souvent soutenues par la Municipalité.

Que l'on pense à la notoriété et la prospérité de nos organismes, institutions et événements culturels, de plein air et communautaires, à la création du Parc régional ou à des décisions structurantes comme l'interdiction des motoneiges sur le parc linéaire et la réglementation favorisant le développement des commerces de proximité et l'interdiction des grandes surfaces.

Un village construit sur des valeurs, porté par ses citoyens. Voilà ce qui définit Val-David. Et voici ce qu'est notre projet pour nos enfants : une nouvelle école construite sur des valeurs, portée par un village.

Pourquoi une nouvelle école publique alors que nous en avons déjà deux? Parce que notre population est en constante augmentation (de 4999 en 2017, nous sommes maintenant 5209) et que nous attirons les jeunes familles. Plus précisément, les données de la Commission scolaire démontrent l'augmentation importante du nombre d'élèves depuis plusieurs années et pour celles à venir. Bref, les classes débordent! Et la démonstration fut faite qu'il est impossible d'agrandir les écoles actuelles.



L'an dernier, la Commission scolaire a donc approché la Municipalité pour présenter le projet de construction. Et depuis lors, nous travaillons en collaboration. Nous avons offert le terrain de la mairie, car il correspond à la meilleure combinaison possible pour le bien-être de nos enfants : la proximité de l'autre école et du cœur du village.

Ce qui impliquera, dans quelques années, le déménagement de la mairie, que nous commençons à planifier. Soyons sincères, cette perspective semble affolante. Plusieurs sont attachés à cette jolie maison. Mais elle est vieille (ce n'est toutefois pas un bâtiment patrimonial) et de moins en moins adaptée et performante pour nos besoins administratifs. La plus grande appréhension demeure évidemment les coûts liés à cette transition. Le conseil et l'équipe municipale

sont conscients qu'il faudra être judicieux et prudents dans nos choix. La dernière hausse de taxes est là pour nous rappeler l'impact de ceux-ci.

Quoi qu'il en soit, nous ne pouvons pas passer à côté de ce projet d'école. C'est une rare occasion et un investissement incontournable. La remarquable mobilisation citoyenne en cours depuis plus d'un an prouve à quel point la communauté soutient ce projet.

Certains s'inquiètent de « voir disparaître le Val-David qu'ils aiment » sous le rouleau compresseur du développement, de l'urbanisation et de l'embourgeoisement. L'une des meilleures façons de préserver notre essence et de nourrir l'âme de Val-David est de transmettre nos valeurs aux nouveaux résidents et aux enfants en impliquant notre communauté, afin de toujours renforcer notre identité, notre solidarité et notre sentiment d'appartenance.

SUITE EN PAGE 6 ->

TÉMOIGNAGES de résidents

« Il faut construire l'école au cœur du village. Il faut se concentrer dans les villages! Parce que depuis 50 ans, on a détruit les villes et les villages du Québec à cause de l'étalement urbain. »

René Derouin

VOUS MAGASINEZ? AVEZ-VOUS PENSÉ À LA

KIA FORTE LX BM 2019

BIEN ÉQUIPÉE
POUR **18 245 \$**



LOUEZ À PARTIR DE **44\$** /SEMAINE **1,99%** POUR **60** MOIS*
ACOMPTE DE 650 \$

INCLUT LE BONI DOMPTEZ L'HIVER DE 500 \$¹

OFFRE EXCLUSIVE PRIMÉE
1% RÉDUCTION SUR TAUX FINANCEMENT
AUX CLIENTS ADMISSIBLES²

AJAC

AUTOMOBILE JOURNALISTS
ASSOCIATION OF CANADA
ASSOCIATION DES JOURNALISTES
AUTOMOBILE DU CANADA

« MEILLEURE
VOITURE COMPACTE
2019 AU CANADA »³

CARACTÉRISTIQUES DE SÉRIE

APPLE CARPLAY® / ANDROID AUTO^{MC2}
SIÈGES AVANT CHAUFFANTS
VOLANT CHAUFFANT
CAMÉRA DE RECU^{L3}
CLIMATISEUR

**DOMPTEZ
L'HIVER**

- OBTENEZ -
**500 \$
EN BONI
DOMPTEZ L'HIVER**

KIA DESROSIERS

2348, ROUTE 117, VAL DAVID | 819 326-3232



Le pouvoir de surprendre

5 ANS / GARANTIE 100 000 KM
/ ASSISTANCE ROUTIÈRE KM ILLIMITÉS⁴

GARANTIE COMPLÈTE • GARANTIE
SUR LE GROUPE MOTOPROPULSEUR •
100 % TRANSFÉRABLE • ASSISTANCE
ROUTIÈRE PARTOUT EN AMÉRIQUE
DU NORD

montreal.kia.ca

Special Olympics
Olympiques spéciaux
Canada

Rendez-vous chez votre concessionnaire
Kia de la grande région de Montréal.

Ces offres sont accessibles à tout particulier qualifié qui prend possession d'un modèle Kia 2019 neuf sélectionné chez un concessionnaire participant du 1^{er} au 28 février 2019. Le concessionnaire peut vendre ou louer à prix moindre. Une commande du concessionnaire peut être requise. Des conditions s'appliquent. Visitez votre concessionnaire Kia pour tous les détails. *Le boni Domppez l'hiver est disponible du 1^{er} au 28 février 2019 chez les concessionnaires Kia autorisés au Canada et s'applique à l'achat et au financement. Le modèle Kia Forte LX BM (F54FA) 2019 neuf et non enregistré est admissible à un boni de 500 \$. Cette offre peut être combinée à d'autres offres faites par Kia lorsque applicable. Le rabais sera déduit du prix d'achat convenu avant taxes. La valeur des pneus ne peut être convertie en rabais et ne peut être appliquée sur des transactions passées. Certaines conditions s'appliquent. Visitez votre concessionnaire Kia pour tous les détails. ¹L'offre de location est disponible sur les modèles sélectionnés, sur approbation du crédit. Exemples applicables à la location: 1. Offre de location disponible sur le modèle Kia Forte LX BM (F54FA) 2019 neuf, avec un prix d'achat de 18 245 \$, incluant le boni Domppez l'hiver de 500 \$, basée sur 200 paiements hebdomadaires de 44 \$ au taux de 1,99 % pour 60 mois. Dégât de sécurité de 1 \$, acompte de 650 \$ et premier paiement exigible à la location. L'obligation fiscale de la location est de 11 201 \$ avec l'option de rachat à la fin du terme au montant de 9 222 \$. Limite de 16 000 km par année et frais de 0,12 \$ par km additionnel. ²L'Association des Journalistes Automobiles du Canada (AJAC) est une association de journalistes de rédaction et de photographes professionnels de média qui se concentrent sur l'automobile et son industrie. L'offre 1 % réduction sur le financement est disponible sur approbation du crédit du 1^{er} au 28 février 2019 chez les concessionnaires Kia autorisés au Canada et non enregistrés de Kia Forte 2019. Offre applicable à la location et au financement. Pour être admissible, un client doit être actuellement propriétaire ou locataire d'un véhicule Kia récent enregistré et immatriculé depuis au moins 90 jours. Les propriétaires ou locataires actuels de véhicules de même type et appartenant à la même catégorie de marque concurrente peuvent bénéficier de l'offre dont le montant est déterminé par Kia à son entière discrétion. Les clients fidèles admissibles bénéficieront d'une réduction de 1 % sur les taxes à la location ou au financement actuellement offerts. En aucun cas le taux d'intérêt annuel ne peut être réduit à moins de 0 %. L'offre peut être transférée à d'autres membres d'un même ménage et peut être combinée au programme de fin de location anticipée de Kia et au programme de fidélisation de location Services de Kia Motors. Limite d'une réduction par client ou ménage. La valeur de l'offre ne peut être convertie en rabais ou en remise en argent. ³QAG, le logo Apple, CarPlay et iPhone sont des marques de commerce d'Apple Inc., déposées aux États-Unis et dans d'autres pays. App Store est une marque de service d'Apple Inc. Google, Google Play, Google Maps et Android Auto sont des marques de commerce de Google Inc. Google Maps ©2019 Google. ⁴Validez votre véhicule pour ne pas être équipé de toutes les caractéristiques décrites. Cela s'applique également aux fonctionnalités et aux systèmes liés à la sécurité. Aucune caractéristique décrite n'est destinée à remplacer la responsabilité du conducteur de faire preuve de prudence en conduisant et ne peut en aucun cas remplacer une conduite sécuritaire. Certains caractéristiques pourraient être des limites technologiques. Pour obtenir de plus amples renseignements concernant les diverses caractéristiques, incluant leurs limites et leurs restrictions, veuillez consulter le Manuel du propriétaire de votre véhicule. ⁵L'assistance routière limitée est disponible sur les modèles 2017 et au-delà. Pour plus de renseignements sur la garantie sans souci de 5 ans, visitez Kia ou composez le 1-877-542-2288. Les renseignements publiés dans cette annonce sont révisés au moment de leur publication. Kia est une marque de commerce de Kia Motors Corporation.

C'est ce que permet l'école, en intégrant le meilleur du village : les activités de plein air dans notre Parc, notre bibliothèque et son personnel extraordinaire, notre programme culturel éducatif, notre village

nourricier, la mobilité active et le Trotibus, la Fondation Dufresne, toutes nos activités inter-générationnelles communautaires, etc.

TÉMOIGNAGES de résidents

PAS D'ÉCOLE, pas de vie, pas de village

Jacques Dufresne

Une école, c'est le cœur battant d'un village. Une école primaire, c'est un bouillon de culture pour l'avenir de tous, petits et grands. Pas d'école dans un village, il n'y a plus de village. Il n'y a qu'un dortoir. Quand l'école s'en va, l'épicerie déménage, la pharmacie s'en va, les services bancaires se réduisent à un petit comptoir. Le village s'éteint doucement sans les cris de joie des enfants qui jouent dans la cour de l'école.

Une école, pour un village, c'est essentiel. C'est plus important que le pavage des routes et l'internet haute vitesse. Il y a un lien direct entre la présence des enfants dans ses rues et l'avenir de celui-ci, la vraie nature de celui-ci. Une école, à Val-David, c'est l'assurance qu'il y a un avenir pour le village. Si Val-David veut rester un petit village avec une grande culture, il lui faut assurer à ses enfants un patrimoine scolaire, une patrie à aimer dès l'enfance, une histoire quotidienne à partager entre

la maison et l'école proche, comme c'est le cas depuis bientôt 100 ans. Ceux qui sont nés et qui ont grandi ici vous le diront : c'est sur les bancs de la petite école qu'ils ont commencé, avec leurs professeurs, à chérir leur village, à apprendre la fierté d'être Val-Davidois. Je fais partie de ceux qui pensent que c'est à l'école du village que j'ai appris ce qui a compté pour moi dans la vie.

L'idée de laisser nos enfants aller ailleurs pour apprendre à lire, à compter, pour apprendre à vivre avec les autres est triste et insupportable. C'est comme de dire qu'on n'a rien d'important à leur offrir ici. C'est condamner notre village à mourir, faute d'une nouvelle génération pour l'aimer et l'habiter.

Au Mali, on dit : le soleil n'oublie pas un village parce qu'il est petit. N'oublions pas, ici, que nos tout-petits ont besoin d'habiter un village qui les aime assez pour leur offrir les moyens de s'épanouir. C'est notre premier devoir de leur offrir une école, à tout prix.

Non seulement nous répondons aux critères du ministère de l'Éducation en matière de besoins, mais nous démontrons à quel point nous avons tout ce qu'il faut pour transmettre la meilleure éducation possible à nos enfants. Nous incarnons le célèbre proverbe : « Il faut tout un village pour élever un enfant »!

L'école est parfois utilisée, à tort, comme moteur d'essor socioéconomique pour le développement de nouveaux quartiers résidentiels : cela crée des collectivités désincarnées, des banlieues anonymes... Il faut considérer les impacts négatifs d'une école isolée : l'étalement urbain, peu d'élèves marcheurs, un accès difficile aux services et aux institutions (bibliothèque, patinoires, centres culturels et communautaires, etc.).

Soyons clairs : tant mieux si la région se dynamise et que de nouvelles familles viennent s'installer : nous avons tant besoin de main-d'œuvre! Mais la priorité doit demeurer le bien-être des enfants.

Les démarches de Sainte-Agathe-des-Monts pour la construction d'une nouvelle école sont sûrement valables. Mais elles ne doivent pas se faire au détriment des enfants et des familles de Val-David, Val-Morin et Sainte-Lucie. Il ne faut pas séparer les fratries ou obliger les parents à faire de longs trajets. Et elles ne doivent pas retarder le projet déposé par la Commission scolaire et accepté par le Ministère. Nous sommes prêts à démontrer au ministre Roberge la force et l'efficacité de notre communauté pour soutenir la construction d'une école exceptionnelle. Peut-on laisser les guerres de clocher de côté et penser aux enfants et à l'urgence de la situation (des parents de Val-David doivent se résigner à envoyer leurs enfants à Sainte-Agathe, faute de place)?

Val-David est le village extraordinaire que nous aimons tous parce que nous nous sommes toujours investis dans son devenir. Et tous ensemble, nous allons continuer à l'être.



Nathalie | Alexandre
BOUDRIAS
Courtier immobilier résidentiel et commercial



NOUS SOMMES FIERS de la collaboration de l'équipe Boudrias à l'émission

RÊVONS MAISONS sur la chaîne **CASA**!

VOYEZ L'ÉPISODE 39 avec notre inscription **MLS-28367946**

SI VOUS VOULEZ VENDRE, c'est le parfait moment pour mettre votre propriété sur le marché... ça s'annonce chaud pour le printemps 2019!

CONTACTEZ-NOUS POUR UNE ÉVALUATION GRATUITE!

aboudriasimmobilier@gmail.com
nboudrias@live.ca
equipeboudrias.ca

RE/MAX
bonjour
Agence immobilière

819.321.9492
450.822.2767
514.334.6666



HYUNDAI est membre
VERT




HYUNDAI
 STE-AGATHE
 Val-David

VENTE DE DÉMÉNAGEMENT

VOTRE NOUVEAU CONCESSIONNAIRE

HYUNDAI VAL-DAVID

DÈS LE 18 MARS 2019



2017 route 117, Val-David J0T 2N0
819.321.3777

hyundaivaldavid.com

Budget 2019 : VAL-DAVID HAUSSE LE TAUX DE TAXES DE 4,6 % POUR S'ATTAQUER AU DÉFICIT STRUCTUREL

Le Conseil municipal de Val-David adoptait le 18 décembre dernier son budget 2019 d'un montant de 9 487 727 \$ en réduisant de manière importante la ponction dans les surplus accumulés, marquant ainsi un virage ardu mais essentiel afin de respecter ses engagements en matière de saine gestion. Parallèlement, le Conseil consolide et augmente les services à la population, notamment en ajoutant des services aux enfants et en bonifiant la gestion du Parc régional, et ce, notamment grâce à une réduction des frais d'exploitation sans impact sur la qualité des services. La rigueur, l'équité et le souci d'offrir des services et des activités de qualité, qui font de Val-David un village d'exception, ont guidé les membres du conseil tout au long du processus de préparation budgétaire.

Les dépenses incompressibles responsables de l'essentiel de la hausse de la taxation

La hausse du taux global de taxation s'élève à 4,6 % pour la prochaine année, et ce, afin de réduire l'utilisation du surplus accumulé et de couvrir la hausse des dépenses. En effet, le budget 2019 est marqué par une hausse des dépenses incompressibles. Il s'agit de dépenses liées par exemple au service de police, au service de la dette et aux différentes quotes-parts imposées.

« Ces dépenses représentent 92 % de la hausse globale du budget pour la prochaine année », explique la directrice générale et secrétaire-trésorière, Sophie Charpentier, en poste depuis maintenant deux mois à la Municipalité de Val-David.

Ainsi, pour une résidence moyenne d'une valeur de 200 000 \$ avec deux services, l'augmentation du compte d'impôt foncier est de 97,80 \$.



Réduction de la part des surplus accumulés dans le budget

Le Conseil rectifie une pratique de gestion financière qui consistait à utiliser les surplus accumulés pour couvrir les dépenses courantes : « Nous avons constaté un déficit structurel à la Municipalité de Val-David. En clair, on pige dans notre bas de laine pour payer l'épicerie. Cette situation est intenable à long terme et c'est pourquoi nous proposons un budget de transition pour 2019, permettant un rattrapage des revenus provenant des taxes, ce qui nous permettra de terme d'atteindre l'équilibre. Alors que le statu quo risquait de précariser notre offre de services et d'activités, nous avons pris nos responsabilités pour la pérenniser en entreprenant ce virage », explique la mairesse Kathy Poulin.

Ainsi, le budget 2019 prélève 142 500 \$ de moins dans les surplus que le budget précédent, l'objectif étant de ne faire aucune ponction en 2020.

Rétablir l'équité

Le Conseil a également tenu à rétablir l'équité quant au taux de taxation afin de refléter les services qui sont offerts aux contribuables. Le taux de taxation

des résidences desservies par l'aqueduc et l'égout a conséquemment été réduit, alors que celui des résidences non desservies a été revu à la hausse pour que les taxes versées correspondent au coût réel des autres services dont bénéficient les citoyens.

Mesures d'atténuation mises en place

Conscient de l'impact que cette hausse peut avoir sur les citoyens les plus vulnérables, le Conseil a décidé d'augmenter à six le nombre de versements pour le paiement des taxes au lieu de quatre. Également, un fonds spécial pour un projet d'équité sociale, à être défini, a été créé.

Diversifier les sources de revenus

Le Conseil constate aussi une hausse des revenus provenant de la fréquentation du Parc régional et des activités de loisirs, entre autres. « En plus de poursuivre les mesures de rationalisation des dépenses, nous continuerons à travailler pour identifier de nouvelles sources de revenus, comme des subventions, des revenus liés à l'utilisation de services non essentiels et autres, afin de limiter la pression sur les contribuables », résume la mairesse Kathy Poulin.

Définir ensemble notre vision pour Val-David

« Pour la suite, nous convions la population à participer au cours de la prochaine année à un important processus de planification stratégique et de réflexion collective, au cours duquel nous discuterons ensemble de notre vision, de ce que nous voulons pour notre village », explique Mme Poulin.

De plus amples détails figurent dans la présentation complète du budget sur le site Internet de la Municipalité à valdavid.com.

COLLABORATEURS recherchés

Vous aimez écrire? Le journal *Ski-se-Dit* vous ouvre ses pages, pour quelques lignes de temps en temps, ou plus régulièrement, si le cœur vous en dit. Il suffit de prendre contact avec la rédaction, qui pourra vous suggérer des thèmes ou recevoir vos propositions de sujets,

d'objets de recherche, de textes aboutis. Vous pouvez marquer notre histoire d'un trait de plume, car les écrits (sur le papier) restent. Pourquoi pas dans vos propres mots?

info : redaction@ski-se-dit.info

Yihawawa

LA NOUVELLE
OUTBACK 2019

AWD
Traction intégrale symétrique

PZEV
PARTIAL ZERO EMISSION VEHICLE
VÉHICULE À ÉMISSIONS QUASI NULLES

Prix de détail suggéré de

31 210\$**

Transport et préparation inclus, taxes en sus

- Traction intégrale symétrique
- Moteur Boxer®
- Système EyeSight® (en option)

IHS Meilleur choix sécurité + 2018¹
avec système EyeSight®² et phares spécifiques

* Prix de détail suggéré de 31 210 \$ (taxes en sus) pour la Outback 2.5i 2019 (K02 2E), à transmission automatique. Les frais de transport et de préparation (1 800 \$), la surcharge sur le climatiseur (100 \$) et les droits spécifiques sur les pneus neufs (15 \$) sont inclus. Financement à l'achat ou à la location également offert. Le permis de conduire, l'immatriculation (prix varie selon le client) et les assurances sont en sus. Le concessionnaire peut vendre à prix moindre. Les spécificités techniques peuvent changer sans préavis. 1. Pour évaluer la résistance aux impacts, l'Insurance Institute for Highway Safety (IIHS) attribue à chaque véhicule une cote « Bonne », « Acceptable », « Moyenne » ou « Faible » selon sa performance dans des essais. Pour recevoir la mention Meilleur choix sécurité + 2019, un véhicule doit obtenir une cote « Bonne » ou « Acceptable » aux essais de collision frontale à faible chevauchement (côté passager) et une cote « Bonne » aux essais de collision frontale à faible chevauchement (côté conducteur), de collision frontale à chevauchement modéré et de collision latérale, ainsi qu'aux essais de résistance de toit et d'efficacité des appuie-tête. Le véhicule doit offrir, en équipement optionnel, un système de freinage d'urgence autonome (Subaru EyeSight®) en plus d'obtenir une évaluation « Avancée » ou « Supérieure » en matière de prévention des collisions frontales. Le véhicule doit aussi être équipé de phares spécifiques ayant obtenu une cote « Acceptable » ou « Bonne » à l'échelle en des éclairages avant. Pour plus de détails, rendez-vous au www.iihs.org. 2. EyeSight® est un système d'assistance au conducteur qui peut ne pas fonctionner dans certaines conditions. Il incombe en tout temps au conducteur d'adopter une conduite sécuritaire et prudente. L'efficacité du système dépend de nombreux facteurs, tels que l'entretien du véhicule ainsi que les conditions météorologiques et routières. Consultez le Manuel du propriétaire pour les détails de fonctionnement et les limites. Visitez votre concessionnaire Subaru participant pour tous les détails. Outback et Subaru sont des marques déposées.

155, boul. Morin, Sainte-Agathe-des-Monts - subarusteagathe.ca - 819 326-1600 - 1 800 463-1600

NOUVELLE ÉCOLE À VAL-DAVID : Où en sommes-nous?



Avec le ministère et avec la commission scolaire?

Le projet d'une nouvelle école à Val-David fut entériné l'an dernier par les commissaires scolaires parce qu'il correspond aux critères définis par le Ministère, dont la croissance de la clientèle. Comme confirmé à la séance des commissaires du 23 janvier 2019, il y a deux projets déposés au ministère de l'Éducation par la commission scolaire des Laurentides : Saint-Sauveur et Val-David. Pour celui de Val-David, le projet déposé comprend quatre esquisses différentes pour l'implantation sur le terrain de 15 570 m² de la mairie d'un bâtiment, de débarcadères et d'une cour d'école.

Les deux projets sont conformes et acceptés par le Ministère. Le gouvernement devrait confirmer une enveloppe budgétaire pour la construction et la rénovation d'écoles partout au Québec au printemps prochain : il n'y a aucune certitude que le projet de Val-David sera retenu. D'où l'idée de démontrer le soutien remarquable de la

population. Si Val-David n'est pas choisi, le projet restera sur la liste.

Est-ce que Sainte-Agathe-des-Monts est en lice?

Le développement économique n'est pas un critère pour le choix d'une nouvelle école. En ce sens, le projet proposé par Sainte-Agathe n'est pas retenu par la Commission scolaire et aucune recommandation n'est faite en ce sens au Ministère.

Qui s'occupe du dossier à la MVD?

La nouvelle directrice a pris le dossier en main et s'occupe de mobiliser l'équipe municipale en fonction des besoins. La mairesse s'occupe de la relation avec la commission scolaire et le ministère.

Le comité pour l'école existe-t-il toujours?

Le comité n'a jamais été officiellement créé, pour toutes sortes de raisons : il s'agit davantage de quelques personnes mobilisées autour du projet. M. Mathieu Bouthillette, le conseiller responsable du dossier, s'implique dans la mobilisation, tout comme la mairesse. La Municipalité souhaite effectivement créer un comité pour planifier la transition et le déménagement de la mairie. Les gens qui ont des propositions ou qui veulent s'impliquer peuvent écrire à communications@valdavid.com.

Les citoyens peuvent-ils appuyer le projet par une pétition ou en s'inscrivant à quelque chose? Quelles sont les échéances?

Tout le monde peut envoyer un témoignage ou une petite phrase d'appui, accompagné ou non d'une photo. La Municipalité est à compiler un plaidoyer (un livre imprimé et audionumérique) qu'elle souhaite remettre au ministre en mars 2019. Il y aura un autre rassemblement en février pour rencontrer les citoyens et obtenir du matériel pour le plaidoyer. Voir le site ski-se-dit.info pour en connaître la date.

Val-David

Chronique
MADA

POLITIQUE et plan d'action



La Municipalité du village de Val-David s'est engagée en 2014 dans la démarche Municipalité amie des aînés (MADA) afin d'adopter une politique et un plan d'action qui visent à adapter les services municipaux à la réalité et aux besoins de ces personnes âgées pour qu'elles demeurent actives au sein de la communauté le plus longtemps possible.

Les principes directeurs de la politique sont :

- renforcer leur sentiment de sécurité;
- favoriser leurs déplacements pour participer aux activités qui les intéressent ou pour se procurer des biens ou des services;
- les encourager à briser leur isolement et les soutenir;
- favoriser les habitudes de bon voisinage;
- stimuler la participation intergénérationnelle;
- accorder une attention particulière aux moins bien nantis et répondre à leurs besoins spécifiques.

Dans une MADA, il se développe une culture d'inclusion sociale des aînés. Les politiques, les services et les structures qui touchent les environnements bâtis et sociaux sont conçus pour soutenir les aînés et les aider à vieillir en restant actifs. Présentement, plus de 700 municipalités et MRC participent à la démarche MADA sur le territoire québécois.

Différentes actions ont été prises dans la dernière année. La mise à jour du bottin des ressources, la mise sur pied d'un plan de communication pour mieux faire connaître MADA (chroniques), agir en tant que *réseau de veille* sur les dossiers de comptoir postal, de médecin résident et des services de santé offerts aux aînés, représenter la Municipalité à la table de concertation des aînés de la MRC des Laurentides, mise à jour et bonification du site Internet de la Municipalité pour toutes les informations pertinentes pour les aînés, etc.

SONDAGE ET FORUM

Pour 2019, d'autres actions seront entreprises. Entre autres, vous recevrez par la poste un sondage vers la mi-mars. Ce sondage permettra au comité MADA de connaître les différents besoins et préoccupations des aînés en vue de l'organisation du forum prévu en octobre prochain. Les 50 ans et + seront donc invités à participer aux différents ateliers et tables d'échanges, à assister à différentes activités et conférences, etc. Nous souhaitons que les aînés de Val-David puissent bien vieillir dans leur communauté tout en ayant des services, des activités et une vie sociale dynamique. Les suites du forum nous donneront beaucoup d'informations pour des actions futures et pour la mise en place d'un milieu où il fait bon vieillir.

SOLUTION mots croisés

GRILLE DE LA PAGE 2

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

BMR

Eugène Monette Inc.

Venez rencontrer nos conseillers experts

4 SUCCURSALES pour vous servir

VAL-DAVID 2650, 1^{er} rang Doncaster | 819-322-3833

SAINTE-MARGUERITE-DU-LAC-MASSON
310, ch. de Ste-Marguerite | 450-228-2526

ST-ADOLPHE D'HOWARD 1643, ch. Du Village | 819-714-0065

STE-AGATHE-DES-MONTS 500, route 329 nord | 819-326-2299

PROBLÈME DE SANTÉ? BESOIN D'AIDE?

Voici nos petits trucs



Maryse Froment-Lebeau



D'ABORD : 8-1-1

Info-Santé est un service de consultation téléphonique gratuit et confidentiel, en fonction toute l'année, 24 heures par jour. En appelant au 8-1-1 pour un problème non urgent, on peut joindre rapidement une infirmière (en français ou en anglais). Elle prend nos renseignements personnels, évalue notre besoin actuel, y répond et, s'il le faut, nous dirige vers une ressource (clinique ou autre). Elle peut alors expliquer le problème de santé et fournir des conseils sur les mesures à prendre.



VOUS DEVEZ VOIR UN MÉDECIN le jour même ou le lendemain

Idéalement, vous avez un médecin de famille. « Communiquez avec la clinique ou le groupe de médecine de famille (GMF) où vous consultez habituellement votre médecin pour savoir si des consultations médicales le jour même ou le lendemain sont offertes. Si votre médecin ou un autre médecin de son groupe ne peuvent pas vous recevoir¹, vous pourrez peut-être être redirigé.



PRÈS DE CHEZ NOUS, le GMF des Sommets réunit la Clinique médicale 201 et la Clinique médicale des Sommets, toutes deux à Sainte-Agathe-des-Monts. La fin de semaine elles sont ouvertes en alternance toutes les deux, pour un service continu. Le GMF de Mont-Tremblant compte 4 points de services : 2 cliniques, CLSC et Coop santé de Montcalm.

Si vous n'avez pas de médecin de famille, vous pouvez inscrire votre nom sur la liste d'attente du guichet d'accès à un médecin de famille (GAMF). Vous pouvez aussi, moyennant une contribution annuelle, devenir membre d'une coop santé, comme celle de Val-Morin (coopsantevm.org).



POUR CONSULTER un médecin spécialiste

Il faut d'abord consulter un médecin de famille, qui évaluera votre état de santé et jugera si le spécialiste est nécessaire. S'il vous faut une consultation en urgence, il veillera à vous trouver le rendez-vous. « Le centre de répartition des demandes de services (CRDS) initiera les démarches pour un rendez-vous non urgent. Le médecin de famille transmettra la demande de consultation au CRDS de votre région. Celui-ci a le mandat de trouver un rendez-vous pour vous tout en respectant le délai associé à votre état de santé. Ces délais peuvent varier de 3 jours à 12 mois². » Si un suivi est nécessaire avec le médecin spécialiste, la suite se fera avec lui (nul besoin de retourner au médecin de famille).



Qui peut vous éviter d'attendre à la clinique? VOTRE PHARMACIEN

Le pharmacien est effectivement un professionnel accessible et un vrai expert des médicaments. Son rôle de première ligne est en évolution. Il peut ajuster ou prolonger une ordonnance, prescrire certaines analyses, prescrire un médicament pour certaines conditions mineures (ex. : eczéma, acné mineure, érythème fessier...) ou lorsqu'aucun diagnostic n'est requis (ex. : poux, cessation du tabac, prévention en cas de voyage...). Et bien sûr, on peut le rencontrer pour un conseil sur place ou de l'information sur tout ce qui est en vente libre à la pharmacie. monpharmacien.ca

À Val-David, chez Familiprix, on peut rencontrer une infirmière sur place. Les mercredis, elle les consacre aux soins des pieds, et les jeudis, elle fait la vaccination contre la grippe ou pour les voyages, les suivis pour le diabète ou la pression artérielle, ainsi que le lavage d'oreilles. Il faut prendre rendez-vous avec elle en appelant à la pharmacie : 819 322-3232.



POUR LES URGENCES et trouver un expert

Bien sûr, il y a également le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides. Pourquoi « intégré »? Parce qu'il « regroupe des hôpitaux, des CLSC, des centres d'hébergement, des centres de protection et de réadaptation pour les jeunes en difficulté d'adaptation, des centres de réadaptation en déficience

intellectuelle et en trouble du spectre de l'autisme, des centres de réadaptation en déficience physique et des centres de réadaptation en dépendance ». Plusieurs des ressources du CISSS des Laurentides se retrouvent près ou dans l'hôpital de Sainte-Agathe-des-Monts, lequel regroupe un grand nombre de services : urgences, prélèvements, imagerie médicale, accouchement, soins palliatifs, cardiologie, oncologie, etc. Le CISSS est également responsable du soutien à la déficience physique ou intellectuelle, de la DPJ et de bien d'autres services présents dans les Laurentides.

Info : santelaurentides.gouv.qc.ca



BESOIN D'AIDE EN PLUS

Vous traversez une période difficile, trop difficile, et vos ressources habituelles ne suffisent plus? Peut-être avez-vous besoin de rencontrer un psychologue. Cet expert en santé mentale saura faire une évaluation psychologique avec vous et vous offrir la psychothérapie dont vous avez besoin. L'Ordre des psychologues du Québec sera votre ressource pour trouver votre psychologue. Sur son site web (ordrepsey.qc.ca), vous pourrez vérifier le droit d'exercice (permis) des membres et trouver le professionnel qui répondra le mieux à vos demandes. Aussi, l'Ordre s'assure de la qualité des services rendus tout en défendant leur accessibilité. Les ressources publiques (gratuites) en psychothérapie, quant à elles, sont disponibles notamment en CLSC, mais il faut s'attendre à des listes d'attente. Les autres psychothérapeutes en pratique privée (hors de l'assurance maladie) sont rapidement accessibles et annoncés sur internet.

N'hésitez pas à fouiller sur le web, on trouve souvent un ordre ou une association qui peut guider nos recherches vers un professionnel. Entre autres, citons l'Ordre des dentistes du Québec et l'Ordre des optométristes du Québec.

¹ <http://sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/consultations-medicales-sans-rendez-vous/>

² <https://www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/consulter-un-professionnel/consulter-un-medecin-specialiste/>

SUITE AU VERSO

MÉDECINE ALTERNATIVE :

d'autres pistes de solutions



Le Réseau des **massothérapeutes** du Québec offre un répertoire détaillé par région : rmpq.ca



La **Clinique Vitalité** offre des soins adaptés d'acupuncture, d'ostéopathie et de massothérapie sportive en plein cœur du village : clinique-vitalite.com



Ordre professionnel de la physiothérapie du Québec

À tout âge, en prévention ou en guise de soin, la **physiothérapie** est une discipline permettant

de retrouver les capacités physiques perdues, souvent par des techniques manuelles et des exercices. Consultez le répertoire des thérapeutes sur le site de l'Ordre professionnel de la physiothérapie du Québec : oppq.qc.ca



Pleine Lune est un centre de ressources en **périnatalité**, soit tout ce qui vient avant et juste après la naissance (formations, cours prénataux, accompagnement, etc.) : centrepleinelune.com



Chez St-Pierre **Chiropratique**, le Dr Charles St-Pierre cherche la cause de la douleur afin d'optimiser la santé et corriger la situation : stpierrechiropratique.com



Pour toute personne concernée de près ou de loin par la **toxicomanie**, il y a le service Drogue : aide et référence, qui est un service téléphonique bilingue et gratuit en fonction en tout temps : **1 800 265-2626**, drogue-aiderreference.qc.ca



Les **soins des pieds** sont nombreux (mycose, cors, ongles incarnés, callosités), et c'est précisément la spécialité de Catherine Bénard : pedipodo.ca



Sujati a plusieurs cordes à son arc : techniques de méditation, ateliers de croissance personnelle, thérapie psychocorporelle, yoga hormonal, divers types de massages : sujati.com



Le **Temple d'O** offre diverses thérapies, comme Aqua-Vie (massage et étirements en eau chaude), du yoga, de l'aromathérapie, le massage TuiNa ou Thai, ostéodynamie : letempledo.com



Movéo, sur la route 117, réunit plusieurs professionnels de la santé offrant divers soins : ostéopathie, coaching PNL, acupuncture, massokinésithérapie et RMT (consultation en Mouvements rythmiques) : moveolaurentides.com



Si vous êtes inquiet à propos de votre consommation d'alcool, les **Alcooliques Anonymes** forment un grand regroupement de gens de tous horizons qui ont réussi ou qui désirent cesser de boire et qui se rencontrent régulièrement lors de réunions : aa.org

Le Guide 2019 : LA BIBLE CANADIENNE DES ALIMENTS CHANGE DE PERSPECTIVE

En général, cette nouvelle édition du *Guide alimentaire canadien* reçoit des commentaires plutôt favorables. Les professionnels qui conseillent les hôpitaux, les écoles, les centres de la petite enfance et les centres pour personnes âgées dans leurs choix alimentaires semblent ravis du résultat. Car on ne parle plus de portions qu'il faut calculer, on dit plutôt aux Canadiens d'examiner leur assiette. Le guide met maintenant de l'avant une assiette dont une moitié est constituée de légumes et de fruits, et une autre moitié comportant, d'une part, des aliments protéinés – comme de la viande, du poisson, du tofu, des œufs, du yogourt, des légumineuses et des amandes – et, d'autre part, des aliments à grains entiers – comme du pain, des pâtes et du riz. En abandonnant le principe des grands groupes alimentaires et de la taille des portions pour s'attarder à des directives plus générales, comme manger plus de protéines végétales, boire davantage d'eau et... faire des repas un moment agréable, cette version reflète une nouvelle approche de Santé Canada, qui vise à



promouvoir un mode de vie plus sain et de meilleurs choix alimentaires.

Le nouveau guide montre du doigt les aliments qui sont nocifs pour la santé et qui pourraient

entraîner des maladies chroniques : les aliments transformés et préparés dont la composition est élevée en sel, en sucre et en gras saturés. On fait aussi une mise en garde sur la consommation d'alcool. Les risques alimentaires constituent

l'un des trois principaux facteurs des maladies chroniques au Canada.

Par ailleurs, en éliminant certaines recommandations concernant les aliments et les portions, le guide ne répertorie plus le lait et les produits laitiers en tant que groupe alimentaire distinct. Il cite des exemples de produits laitiers faibles en gras, en sodium et non sucrés figurant dans d'autres catégories d'aliments qui sont recommandés, y compris les protéines et les boissons saines. Le nouveau guide, au lieu d'indiquer uniquement ce que les Canadiens devraient manger, insiste surtout sur *comment* ils devraient manger, selon Nathalie Savoie, des Diététistes du Canada.

Un rapport rédigé par des professionnels de la santé et des décideurs politiques doit être rendu public plus tard cette année et contiendra plus de détails pour créer des menus ou des diètes dans les hôpitaux, les écoles et les résidences pour personnes âgées. (SSD info)

Une première pour Val-David : UNE PHARMACIE ÉCO+RESPONSABLE AVEC MAILLON VERT



C'est avec grande fierté que la pharmacie Maxim Charland et Véronique Segard-Roussel, affiliée à la bannière Familiprix, devient une *Pharmacie éco+responsable^{MC}* avec Maillon Vert. Unique en Amérique du Nord, le programme aide les pharmacies à se démarquer par la mise en œuvre de mesures écologiques, sociales et économiques concrètes.

« En tant que pharmaciens, notre souci premier est la santé et le bien-être des gens. Être écoresponsable, c'est prendre soin à la fois de notre communauté et de notre planète. Depuis longtemps, nous souhaitons contribuer davantage en ce sens, explique Véronique Segard-Roussel, pharmacienne copropriétaire. D'ailleurs, les résultats d'un sondage maison indiquent que 100 % de nos clients souhaitent que la pharmacie se distingue en adoptant des comportements écoresponsables. L'engagement avec Maillon Vert nous permettra de relever ce défi avec enthousiasme et détermination. »

La première étape pour rendre la pharmacie écoresponsable a consisté en un diagnostic de l'entreprise par Maillon Vert. Ensuite, un plan d'action spécifique à la pharmacie et valorisant l'implication des employés a été élaboré.

Pour la pharmacie Maxim Charland et Véronique Segard-Roussel, la démarche *Pharmacie éco+responsable* combinera des actions sociales, comme des visites personnalisées dans les maisons de retraite de la région, à des actions environ-

nementales, telles l'amélioration de la gestion des médicaments résiduels et la diminution des sacs et du papier.

La pharmacie s'est également engagée à poursuivre ses efforts pour valoriser les produits écoresponsables ayant un meilleur impact sur l'environnement.

« En plus de faire rayonner Val-David, la démarche de Maillon Vert nous permettra de mieux répondre aux besoins de notre clientèle et nous en sommes très fiers », a conclu la pharmacienne.

À propos de Maillon Vert

Fondé par un pharmacien, Marc-André Mailhot, Maillon Vert a pour mission de promouvoir le virage des pharmacies afin qu'elles soient écoresponsables et socialement solidaires, tout en améliorant nettement leur performance économique. Depuis plus de cinq ans, cette approche repose sur quatre piliers : l'implication sociale, les produits et services, les matières résiduelles ainsi que l'énergie et les transports. En 2014, Maillon Vert lançait le *Guide des meilleures pratiques en développement durable (DD)*, appuyé par plusieurs organismes tels l'Ordre des pharmaciens du Québec, l'Association québécoise des pharmaciens propriétaires et la Fondation David Suzuki. Aujourd'hui, Maillon Vert accompagne plus d'une soixantaine de *Pharmacies éco+responsables* et compte étendre sa démarche à l'ensemble du Québec.

<http://maillon-vert.com/>

Club Richelieu de SAINTE-AGATHE-DES-MONTS



Comme chaque année depuis 1991, le Club Richelieu de Sainte-Agathe-des-Monts honorerait au printemps prochain sa personnalité de l'année.

Cette distinction est remise à une personne s'étant distinguée au fil des ans par son humanisme et sa grande implication dans la collectivité de la région.

Le Club annonçait récemment, en sa présence, la nomination à ce titre de Monsieur Claude Cousineau,

qui a consacré plus de 30 ans au service de la population régionale ainsi que dans le monde de l'éducation des jeunes.

Monsieur Cousineau sera honoré lors du Gala Personnalité-Richelieu, qui se tiendra le samedi 27 avril 2019 à l'Auberge du Vieux Foyer de Val-David.

Les billets pour cette importante activité sont disponibles auprès des membres du Club : Il est possible pour tous de nous signifier leur intérêt d'y participer par courriel à clubrichelieusteagathedesmonts@gmail.com ou sur les pages Facebook du Club.

Source : Michel Vallières, président
819 324-1528

L'INTELLIGENCE artificielle :

Nous reprendrons
le dossier ouvert
en janvier en mars
ou avril prochain,
selon l'espace
disponible.

Merci!

**Lorraine
HAMEL**
Courtier immobilier
C 450 436 0206
info@lorrainehamel.com
lorrainehamel.com
217, rue Principale, bureau 201
Sainte-Agathe-des-Monts
819 326.6860

POUR TOUTE RÉSERVATION PUBLICITAIRE

Isabelle Monette

819 323-6417 | isabelle@ski-se-dit.info

bonjour
Agence immobilière
Tranquill-T
Franchisé, indépendant et autonome
de RE/MAX Québec Inc.

MAMAN! J'veux mes céréales!

protégezvous

Ce mois-ci Protégez-Vous a analysé 371 céréales à la loupe. Qu'a-t-on découvert? Qu'une bonne majorité d'entre elles vous permettent de faire le plein... de sucre. Heureusement, certaines se démarquent et sont nutritives. Voici les meilleures parmi les bons et meilleurs choix.



En 2017, les ventes de céréales au Canada se chiffraient à 1,7 milliard de dollars. Si les barres protéinées et smoothies semblent prendre le dessus sur le déjeuner traditionnel, les céréales

restent populaires auprès des familles québécoises. La rangée des céréales dans les épiceries est interminable et offre sans cesse de nouvelles saveurs. Les consommateurs y gagnent-ils? Selon l'enquête de Protégez-Vous, celles qui ont le mérite

d'avoir moins de 8 g de sucre, 6 g ou plus de fibres, et qui n'ont aucun édulcorant sont les championnes. À noter : aucune des céréales pour enfants n'a obtenu la note de passage. Il faut donc bien lire les informations sur les boîtes, en considérant comme

premier critère « le moins de sucre possible ». S'il y a des fibres en quantité, c'est bien. Mais la plupart n'en contiennent pas assez pour satisfaire les besoins d'un adulte (25 g/jour pour les femmes, 38 pour les hommes). Pour les protéines, certaines en renferment vraiment plus que d'autres, comme les Granola miel et amandes de marque Vector (Kellogg). Les bons gras (provenant souvent des noix et des graines, qui fournissent en plus fibres, vitamines et minéraux) sont présents dans le tableau des céréales sous « lipides » et n'entrent pas dans le critère d'évaluation de cette enquête, puisque les céréales en contiennent très peu. Ainsi donc, dans les emballages de 500 g ou moins, les meilleurs choix de céréales à déjeuner sont : Love Grown, Nature Path, Post Shredded Wheat, Quaker Muffets, Swissli, Food for Life, Weetabix, Kashi.

Pour les formats de 700 g : Le Choix du Président, Menu bleu, flocons de son et les Carrés de blé.

(Pour les Top 100, voir Protégez-Vous, février 2019).

ÉPARGNE PLACEMENTS QUÉBEC

PRÉSENTE

LE RISQUE




Risque n° 6

SORTIR APRÈS UNE PLUIE VERGLAÇANTE

Il y a des petits risques que l'on aime prendre.
Mais pour vos projets, **ne prenez aucun risque.**

Découvrez notre CELI et notre REER garantis à 100 %

Communiquez avec l'un de nos agents d'investissement

1 800 463-5229 | epq.gouv.qc.ca | Retrouvez-nous sur 



Épargne
Placements

Québec 

PEAU D'HOMME

Les besoins spécifiques des hommes en cosmétique

Marlène Gosselin

Institut Marlène

Messieurs, votre peau est exposée aux mêmes agressions et conditions climatiques que celle des femmes, vous avez autant besoin de soins quotidiens adaptés aux particularités de votre peau que nous. Vous pouvez facilement remédier aux inconforts que cela vous cause. Voyons d'abord quelles sont les caractéristiques de votre peau :

- Une des particularités physiologiques de la peau des hommes est l'action des hormones masculines (androgènes), qui accroît l'activité des glandes sébacées. Votre peau en contient plus et elles sont plus volumineuses. Ainsi, la production de sébum est plus importante que chez les femmes. Ce qui explique qu'en général, la peau des hommes demeure plus grasse que celle des femmes et donc plus à risque de développer des pores dilatés, des poils incarnés et de l'acné.
- Votre première couche de peau, l'épiderme, est aussi plus épaisse (+1,5 %) et dans le derme, vous avez plus de fibres d'élastine et de collagène (+22 %), ce qui retarde l'apparition des rides. Par contre, une fois le processus enclenché, le vieillissement est plus important, plus rapide et les rides, plus profondes.



- Votre peau présente une fréquence accrue des cancers cutanés en raison du comportement vis-à-vis du soleil, c'est-à-dire pas ou très peu de protection solaire avant les sorties à l'extérieur, été comme hiver.
- Autre point vous différenciant : vous vous raserez en moyenne 16 000 fois dans votre vie. Soumise quotidiennement à cette épreuve, la peau s'irrite par altération de la barrière cutanée, se dessèche et se déshydrate. Des rougeurs et des sensations d'inconfort peuvent apparaître, ainsi que des problèmes cutanés spécifiques liés au rasage et à la nature grasse de la peau qui, ainsi agressée quotidiennement, se fragilise. Elle est également sujette à un risque d'affection bactérienne, en raison d'entailles et de microcoupures.

Il existe deux types d'inflammation causée par le rasage :

- La folliculite de la barbe est une inflammation localisée autour d'un poil qui repousse sous la peau (poil incarné), le plus souvent due à la présence d'une bactérie;
- La pseudofolliculite de la barbe est une affection mécanique non infectieuse, qui peut toutefois s'infecter par la suite. C'est ce qu'on appelle communément « le feu du rasoir » : on voit apparaître des petits boutons autour du poil au moment de la repousse.

Pour retrouver confort et hydratation et éviter ces désagréments, voici les solutions qui s'offrent à vous :

Évitez :

- tous les produits à base d'alcool, choisissez un gel à raser plutôt qu'un savon, trop asséchant, qui favoriserait la déshydratation et la folliculite;
- d'aller à l'extérieur sans une crème de protection solaire.

Privilégiez :

- une routine beauté avec des produits spécifiquement adaptés à la peau des hommes : elle doit être simple, rapide et efficace!
- un produit nettoyant doux, apaisant, qui rééquilibre la flore cutanée de votre peau;
- un baume hydratant, apaisant et matifiant pour le jour;
- un soin régénérant, revitalisant et réparateur pour la nuit;
- un gel contour des yeux pour prévenir et traiter les petits ridules, poches et cernes;
- un gommage 1 fois/semaine pour faciliter le rasage et pour lisser la peau en gommant les cellules mortes pour optimiser l'action de vos produits de soin.

Voilà, il n'en tient qu'à vous, messieurs, de prendre bien soin de vous. Et je peux vous assurer que lorsque vous retrouverez le confort d'une peau bien hydratée, vous souhaiterez le ressentir chaque jour!

Un dentiste dans les Laurentides
FIER DE VOUS OFFRIR,
en plus des traitements
conventionnels,
des traitements spécialisés
tel les implants dentaires.

Prenez rendez-vous
dès maintenant,
mon équipe et moi
prendrons soin de vous.
À bientôt!

Dr Simon Grondin



DENTISTERIE GÉNÉRALE • PROTHÈSES • IMPLANTOLOGIE
TRAITEMENT DE CANAL • ESTHÉTIQUE • URGENCE



Simon Grondin
— CHIRURGIEN-DENTISTE —

PRISE DE RENDEZ-VOUS :

819 320-0265 | dentistesimongrondin.com

2510, rue de l'Église, bureau 7 | Val-David (Québec) J0T 2N0



MICRO MAISON DISPONIBLE



Réalisation Amico
realisationamico.com

PROJET DOMICILIAIRE
AU LAC AMICO

*le plus inspirant
à Val-David*

MAISON
à partir de **199 000\$**
+ taxes

UN PROJET DOMICILIAIRE
AU COEUR DE LA NATURE

Découvrez un petit coin de paradis à Val-David

À 20 minutes de Saint-Sauveur et
de Sainte-Agathe-des-Monts

CHOIX DE TERRAINS <
MAISONS EN CONSTRUCTION <

CONTACTEZ-NOUS AU
514 917-4554
info@leshabitationsvac.com



INAUGURATION DE LA MURALE *J'avance en poésie*

René Derouin et Gaston Miron, c'est une longue histoire. Longue comme un pays immense, habité par des hommes rapaillés autour d'une foi en eux-mêmes et autour d'une nation en devenir, une nation qui, elle, est encore le fantôme d'elle-même. Conscients que les hommes passent et que les nations restent, ils ont fait, chacun à sa manière, avec des images et des mots, le portrait d'un destin commun, autour d'une idée qui est si naturelle qu'elle est comme les herbes coupées : elle repousse toujours. Lors de l'inauguration de sa murale circulaire intitulée *J'avance en poésie*, René Derouin a dit quelques mots de cette longue route où le poète et l'artiste ont cheminé côte à côte par des voies différentes, dans la même direction. En voici des extraits :

Gaston Miron était un perfectionniste, reprenant cent fois le même poème pour « avancer en poésie ». La murale est un cercle d'aluminium symbolisant l'universalité de la poésie de Gaston Miron et les oiseaux, le mouvement : j'avance en poésie. Dans les années soixante-dix, au carré Saint-Louis, nous étions voisins de palier, avec d'autres, comme Fernand Dansereau, Claude Jutra, Yolande Rossignol, Pauline Julien, Gérald Godin, Claude Gingras, André et Lise Payette... et bien d'autres. Voisins de palier, quelle communauté! au moment des mesures de guerre de Pierre Elliott Trudeau. Gaston et moi allions nous asseoir au Carré pour surveiller nos filles, Emmanuelle et Julie, nous étions devenus des pères et nous sommes devenus des amis. En 1975, j'ai annoncé à Gaston que je quittais le carré Saint-Louis pour construire ma maison-atelier à Val-David. Gaston m'a dit : je vais aller vous voir, c'est mon coin de pays. Il venait les fins de semaine, il mangeait à la maison, il allait visiter sa famille à Sainte-Agathe-des-Monts. Et visiter le cimetière pour saluer son père menuisier. Le grand-père de Gaston disait : « Tu sais, je suis dans la noirceur, je ne sais pas lire. » Cette seule phrase justifie la bibliothèque. Sortir de la noirceur : nous devrions l'écrire sur la porte. La culture est un facteur



de développement économique. Il faut dans l'avenir concentrer nos forces, entre les municipalités, il faut éviter l'étalement urbain et consolider nos centres-ville et nos cœurs villageois. Cette bibliothèque en est un bel exemple : elle protège un bâtiment historique, innove par une architecture nouvelle et consolide le centre de Sainte-Agathe comme un lieu de culture. Désormais, il faut éviter les erreurs des cinquante dernières années, qui ont détruit les villages et les villes du Québec avec l'étalement urbain, détruisant du même coup le patrimoine et une part de notre culture. La bibliothèque Gaston-Miron est un bel exemple de ce qu'il faut faire. Faire en sorte que le patrimoine et l'histoire soient au cœur des villes et villages, comme le dit le nouveau slogan de Sainte-Agathe, le cœur des Laurentides. Il faut le conserver vivant.







**AUBERGE
DU VIEUX FOYER
VAL-DAVID**

Spa • Fine Cuisine • Villégiature

**Brunch les
DIMANCHES**
2 services :
10 h 30 ou 12 h 30

22⁵⁰\$
par personne
service et taxes
en sus

**Moules et
frites maison
À VOLONTÉ**
les mardis soirs




SPA de l'auberge
Massothérapie ouvert tous les jours
Appelez pour réserver
et détails sur nos différents forfaits

Réservations : 819-322-2686 | 3167, 1^{er} rang Doncaster, Val-David (Qc) J0T 2N0
www.aubergeduvieuxfoyer.com

**Votre
village
est mon
village**



ROYAL LEPAGE
HUMANIA
AU-DELÀ D'UNE TRANSACTION,
UNE RELATION



Anita Choquette
819-324-7017 | 819-322-9911

Votre complice immobilier | anitachoquette.ca



PROCHAINEMENT au Marais !

FÉVRIER

Judi 14 / vendredi 15, 20 h - **JEAN-FRANÇOIS MERCIER** | Humour



Samedi 16, 20 h - **ANDREA LINDSAY** | Chanson

Mercredi 20, 19 h 30 - **Ciné-Marais : NUMÉRO UNE**, de Tonie Marshall

Vendredi 22, 20 h - **DAVID GOUDREULT** | Théâtre



MARS

Vendredi 1^{er}, 20 h - **AMSTERDAM** | Théâtre musical

Samedi 2, 20 h - **MISC + JALBERT-BEAULIEU** (plateau double) | Découverte

Mercredi 6, 19 h 30 - **Ciné-Marais : QUAND LES POUVOIRS S'EMMÈLENT**, d'Yvonne Defour

Vendredi 8, 20 h - **YANNICK DE MARTINO** | Humour



Samedi 9, 20 h - **BRUNO PELLETIER** | Chanson

Mercredi 13, 19 h 30 - **Ciné-Marais : LES SALOPES OU LE SUCRE NATUREL DE LA PEAU**, de Renée Beaulieu

Informations et réservations au 819 322-1414, au www.theatredumarais.com ou à la billetterie du Marais. Suivez-nous également sur les réseaux sociaux! Facebook, Twitter, Instagram et +

LA CÉRAMIQUE, ça vous tente?



Lisa Zucker, céramiste exposante aux 1001 Pots depuis plusieurs années, vous propose de vous inscrire à son cours particulier de 10 semaines, à raison de 3 heures par semaine. Les cours ont lieu le dimanche, de 14 h à 17 h. Chaque classe regroupe cinq élèves au maximum.

Les outils sont fournis au studio. Coût de la formation : 325 \$

Renseignements : Lisa 819 321-2817 • lisazucker@hotmail.ca

Lisa's ceramic formation

The course runs 10 weeks, 3 hours per session, Sundays 2-5 pm beginning in mid-February. The price is \$325 which includes the courses and a block of clay. You may use my tools in the studio. Class sizes are under 5 people. Hope to hear from you soon!

Info : Lisa 819 321-2817 • lisazucker@hotmail.ca

CLUB DES VAL-HEUREUX DE VAL-DAVID (AFFILIÉ À LA FADOQ) : Activités de février et mars 2019



Souper cabane à sucre et soirée dansante le samedi 16 mars à 17 h 30 à la salle communautaire. Le coût est de **25 \$ pour les membres** et de 30 \$ pour les non-membres. Le Club aura un permis d'alcool, ce qui vous permettra d'apporter votre vin ou bière. S'il vous plaît, apportez aussi votre coupe à vin pour éviter

des frais au Club. Il faut réserver votre place, que vous pouvez me confirmer par courriel (gbourretqc@yahoo.ca), et payer au plus tard le 6 mars. Vous pouvez passer au local du Club le lundi 4 mars entre 12 h 30 et 13 h 30 ou à la salle communautaire le mercredi 6 mars de 13 h à 13 h 30 pour le paiement.

Dîner du Club le mardi 16 avril à midi à la salle communautaire (arrivée à 11 h 30).

Le coût est de **14 \$ pour les membres** et de 16 \$ pour les non-membres. Il faut réserver votre place au plus tard le 11 avril pour nous permettre d'aviser le traiteur. Le dîner sera suivi d'une **session d'information donnée par l'Agence du revenu du Canada sur les crédits d'impôt pour les aînés.** Mon courriel pour réserver est : gbourretqc@yahoo.ca

Les mardis avant-midi, au local du Club, il y a des cours de tricot et d'artisanat à compter de 9 h 30.

Jeux de société et cartes les mercredis après-midi à 13 h 30 au local du Club. Nous pourrions aussi offrir le bridge s'il y a des personnes intéressées.

Les cours de danse se poursuivent les mercredis après-midi à la salle communautaire à 13 h 30 et à 15 h pour les débutants. Le coût est de 6 \$ par cours.

Le yoga sur chaise est donné le **lundi de 11 h 30 à 12 h 30** au local du Club, au 2602, rue Maurice-Monty, du **14 janvier au 18 mars.**

Chorale

Cette activité reviendra à l'horaire le vendredi après-midi à compter du 8 mars.

La personne à joindre est Ginette Hamel au 819 322-6592 ou par courriel à yhamel23@hotmail.com. Les répétitions sont de 13 h à 14 h 30 au local du Club. Le coût est de 13 \$ par semaine ou de 120 \$ pour les 12 semaines, si la totalité est payée en un seul versement.

Whist militaire les jeudis 28 février, 28 mars et 25 avril à 13 h 30 à la salle communautaire. Coût 3 \$.

Gilles BOURRET, président
Club des Val-Heureux de Val-David
Téléphone : 819 322-5800

HOMMAGES BIEN MÉRITÉS pour l'artiste graveure BONNIE BAXTER de Val-David

Nicole Deschamps

HOMMAGES BIEN MÉRITÉS pour l'artiste graveure **BONNIE BAXTER** de Val-David et généreux don de son œuvre *Soy la Serpiente* au profit de l'Atelier de l'île de Val-David.

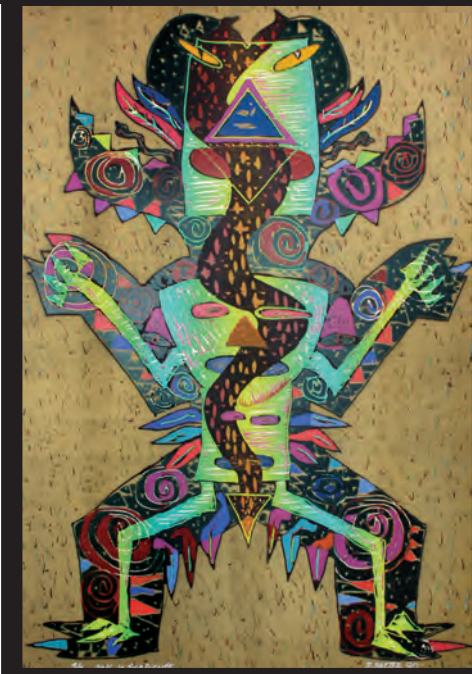
En 2018 et en ce début 2019, des hommages bien mérités ont été rendus à l'artiste graveure Bonnie Baxter, de Val-David.

Mme Baxter s'est vu décerner le Grand Prix Soleil de la 29^e édition des Grands Prix de la culture des Laurentides 2018, prix remis tous les cinq ans à un artiste de premier plan pour l'ensemble de sa carrière nationale et internationale (ses prédécesseurs étant Gilles Vigneault et Robert Charlebois).

Dans le cadre de son 40^e anniversaire, le Musée d'art contemporain des Laurentides (MAC LAU), sous le commissariat de Jonathan Demers, présentait du 25 novembre 2018 au 27 janvier 2019 l'exposition *Bonnie Baxter - PRÉSENT PASSÉ FUTUR*, regroupant trois de ses séries réalisées depuis dix ans - « Jane's Journey » (2008), « The Tragic and Premature Death of Jane » (2016) et « RatKind » (2018).

Du 8 décembre 2018 au 10 février 2019 ici, à Val-David, l'Atelier de l'île présentait **BONNIE BAXTER**, collection des archives de l'Atelier de l'île - 1977-1998, gravures réalisées par l'artiste à l'Atelier durant cette période. Et jusqu'au 2 mars 2019, l'atelier-galerie A. Piroir de Montréal présente « **BONNIE BAXTER RATKIND** ».

C'est lors de sa récente exposition à l'Atelier de l'île que Mme Baxter a offert généreusement une de ses œuvres imprimée sur bois gravé et réalisée en 1990 : *Soy la Serpiente* (1990, 100 cm x 75 cm) mise en vente au montant de 1 600 \$ au profit de l'Atelier. La mise en vente se poursuivra jusqu'à trouver preneur.



L'artiste graveure Bonnie Baxter offre généreusement son œuvre **Soy la Serpiente** (1990, gravure sur bois, 100 cm x 75 cm), mise en vente au profit de l'Atelier de l'île de Val-David pour la somme de **1 600 \$**.

Bonnie Baxter fut parmi les premiers artistes membres de l'Atelier de l'île en 1975, lieu où elle a amorcé sa carrière en arts imprimés (à ses côtés sur la photo : Jocelyne Aird-Bélanger, la première membre de l'Atelier). En 1982, Bonnie Baxter fonde son propre studio d'impression dans sa résidence, **l'atelier du Scarabée**, et peut acquérir une presse American French Tool grâce au soutien des membres de l'Atelier de l'île. Elle leur sera toujours reconnaissante. Elle y réalisa entre autres l'impression de corpus majeurs, dont l'entièreté des œuvres imprimées de Jean-Paul Riopelle (1985-1993). Les œuvres de Bonnie Baxter ont mené à de nombreux prix internationaux, et en plus du Grand Prix Soleil en 2018, elle reçut en 2017 le prix Excellence in Teaching de l'Université Concordia, où elle est professeure en arts visuels depuis 1984, ainsi que le prix



BONNIE BAXTER (au centre), entourée d'artistes lors du vernissage de son exposition le 8 décembre 2018 à l'Espace Atelier. À l'arrière : de gauche à droite : Paul Ballard, Nathalie Levasseur, Michel Depatie, Michel Beaudry, entouré par son épouse, l'artiste exposante Bonnie Baxter, Jocelyne Aird-Bélanger et Claudette Domingue. À l'avant : Nicole Deschamps, Gaëtan Monette, Normand Ménard, Christine Rolland, Michèle Campeau et Olga Inés Magnano.

Charles-Biddle, du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI).

Lors de la récente exposition à l'Atelier, le film *Le 18 juillet 2015 - Faire impression au rouleau compresseur* de la cinéaste Nicole Deschamps accompagnait l'exposition. Le film relate les préparatifs, la formation et la réalisation de 40 gravures sculptées sur bois sous la direction artistique de Bonnie Baxter et imprimées le 18 juillet 2015 (dans le cadre des festivités du 40^e anniversaire), sur la place publique à Val-David, à l'aide d'un véritable rouleau compresseur.

Le travail exceptionnel de l'équipe de l'Atelier de l'île pour l'organisation des événements de son 40^e anniversaire, de cet événement et des expositions qui en ont résulté au cours des

dernières années à travers le Québec a été récompensé par l'obtention du prix Ambassadeur en 2018 du Conseil de la culture des Laurentides. L'Atelier de l'île a donc aussi eu cette année sa part du gâteau et maintenant reçoit cette belle reconnaissance de Mme Baxter avec son don d'œuvre en guise d'encouragement et de soutien à ses activités.

L'Atelier invite la population à venir visiter les expositions et à découvrir ses activités d'impression et formations (10 h à 16 h du lundi au vendredi). C'est au 1289, rue Jean-Baptiste-Dufresne, 2^e étage, à Val-David (au cœur du village, près de la piste cyclable).

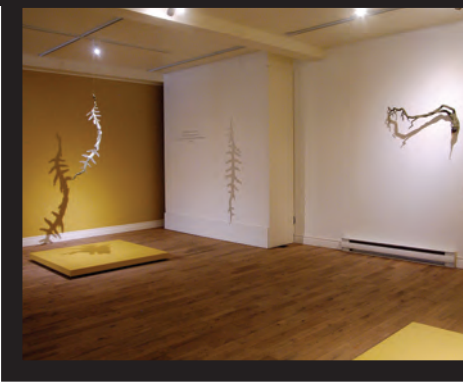
Pour informations : art@atelier.qc.ca, 819 322-6359, www.atelier.qc.ca

RENDEZ-VOUS AU CENTRE D'EXPOSITION DE VAL-DAVID Exposition en cours jusqu'au 5 mai 2019 - Entrée libre

Voir : c'est sentir que quelque chose inéluctablement nous échappe, autrement dit : quand voir : c'est perdre. Tout est là.

— Georges Didi-Huberman

Dans la froidure hivernale, laissez-vous prendre par l'harmonisation des expositions *TÉMOINS* d'Hélène Brunet Neumann et *ALTÉRATIONS FÉCONDES* de Carole Pilon qui tendent chacune à leur façon à rééquilibrer les rapports tendus entre les humains et la nature. Vous en ressortirez éblouis, apaisés et intrigués tout à la fois. Vous



Vue partielle d'*ALTÉRATIONS FÉCONDES* de Carole PILON



Vue partielle de *TÉMOINS* d'Hélène BRUNET NEUMANN

aurez envie d'y revenir, de voir à nouveau ces sculptures et ces tableaux afin de vous y plonger encore, pour profiter de leur éclatante présence, mais aussi pour témoigner du mal de la terre. Pour mieux saisir la démarche des artistes :

Rencontres et échanges

- Hélène BRUNET NEUMANN : **le dimanche 7 avril** de 14 h à 17 h;
- Carole PILON et Hélène BRUNET NEUMANN : **le samedi 23 mars** à 15 h;
- Hélène BRUNET NEUMANN : **le dimanche 5 mai** à 15 h 30, accompagnée du musicien Uwe NEUMANN (sitar, ektara et douggi)

ALBUM souvenir VAL-DAVID

LES SCROGGIE et Val-David

Paul Carle : président, Société d'histoire de Val-David

Michel Allard : docteur en histoire, historien des Laurentides

Pierre Dumas : responsable de la banque de données, Musée du ski des Laurentides

La famille et le magasin Scroggie

William Scroggie est originaire de Rawdon. Au recensement de 1881, il demeure dans le quartier Saint-Antoine de Montréal (à l'ouest de Bleury et au nord de Notre-Dame) et a trois filles et quatre garçons, dont Ernest Burns (13 ans) et Frederick Alexander (6 ans). En 1883 il exploite un magasin de *dry goods* sur la rue Notre-Dame et vers 1895, il déménage son commerce sur la rue Sainte-Catherine et ses enfants y sont associés. D'agrandissements en déménagements, *W.H. Scroggie Ltée* devient le plus grand magasin à rayons de Montréal, distribue des timbres-primés, développe un vaste réseau de ventes par catalogue dans tout le Dominion et organise les premiers défilés du Père Noël dans les rues de Montréal. Il déménage en novembre 1913 dans les six étages du nouvel édifice Belgo (côté sud de la rue Sainte-Catherine, entre Bleury et Saint-Alexandre). Mais les dépenses de son déménagement et le climat relié à la déclaration de la guerre entraînent sa faillite en novembre 1914.

Frederick et Ernest dans les Laurentides

À la fin du XIX^e siècle, plusieurs familles bourgeoises montréalaises trouvent de bon goût de posséder dans le « Nord » une résidence secondaire. On peut en effet, à cette époque, acquérir à bon prix des terres certes incultes, mais de grandes superficies. Les Scroggie ne sont pas en reste.

Dès 1910, Frederick Alexander achète sur le territoire actuel de Val-Morin un domaine au lac Long, qu'il renomme Scroggie, et

le mont le surplombant deviendra le mont Scroggie. Il agrandit une petite auberge construite en 1904, l'*Highland Inn*, qui sera une destination de prestige dans les Laurentides. Après la mort de Frederick en 1935, la propriété est vendue aux Frères des Écoles Chrétiennes et le lac devient le lac La Salle, du nom du fondateur de la communauté.

Le 22 août 1913, c'est Ernest Burns qui achète le lot 34 du 10^e rang du Canton Morin, à Val-David, en face du lac Méduse. Les transactions sur cette propriété entre 1915 et 1938 ne sont pas claires, puisque les Scroggie père et fils ont été présents à Val-David durant toute cette période. S'agissait-il de ventes à des prête-noms pour soustraire la propriété de la faillite de l'entreprise familiale ? Ses fils en sont redevenus pleinement propriétaires de 1938 à 1947.

Ernest et son frère Frederick ont été parmi les premiers à signer en 1921 la requête demandant la création de la municipalité du village de Saint-Jean-Baptiste-de-Bélisle. Ernest et son épouse ont aménagé dans leur maison privée, dans le dixième rang Morin, un salon de thé, *The Yellow Tea Room*, ouvert de 1925 à 1939 environ, qui aurait été le premier restaurant de Val-David. Signalons aussi qu'à deux occasions, en 1927 et en 1928, le Conseil municipal de Val-David vote à l'unanimité une résolution à l'effet que des affiches de chemin privé doivent être posées aux deux extrémités de la montée Scroggie. Il n'a pas été possible de situer exactement cette montée.

En janvier 1938, à l'âge de 71 ans, Ernest chausse les skis pour la première fois et se joindra souvent à la famille Clouthier, avec ses fils, pour parcourir les pistes des Laurentides. À une occasion, il fera à ski toute la piste de Sainte-Agathe à Lachute. Ernest Burns Scroggie décède en janvier 1946 dans sa résidence de Wetsmount, à l'âge de 79 ans.

En novembre 2018, la Municipalité de Val-David a demandé à son comité consultatif de toponymie de renommer des rues dans le secteur de Val-David-en-haut. Le nom « Scroggie » est souvent apparu lors des recherches, sans que nous sachions exactement à quoi il correspondait. Le présent article est le résumé d'un document visant à examiner cette question et qui précise les nombreuses sources d'information qui ont été consultées. On peut consulter le document complet de 20 pages sur le site de la Société d'histoire et du patrimoine de Val-David : <https://histoirevaldavid.com/les-scroggie-a-val-david/> ou sur le site du journal Ski-se-Dit.

Les fils d'Ernest, Ernie et Ronnie

Ernest Scroggie jr avait étudié à l'École des Beaux-Arts et est entré au département des relations publiques du Canadien Pacifique en 1923. Dans les années 1930, il était directeur artistique de l'atelier de sérigraphie chargé de la production des fameuses affiches de la compagnie. Puis à titre de directeur de la section des étalages, il avait conçu la décoration intérieure du train intercontinental *The Canadian*, des salles publiques de la nouvelle aile du Royal York à Toronto et de plusieurs bureaux du CP au Canada et aux États-Unis.

En 1933, on voit Ernie à la défense et Ronnie à l'aile dans l'équipe de hockey de Val-David. Plus tard, Ernie sera arbitre dans les parties inter-villages. En 1934 et 1935, probablement à l'instigation de Ernie qui agit comme arbitre, il y a plusieurs matches entre Val-David et le *C.P.R. Ambassador*.

Ernie joue un rôle très actif dans le développement des sports d'hiver dans les Laurentides et tout particulièrement dans la région de Val-David, où il est en 1945 président du comité du ski. Jean-Louis Dufresne, gérant-général de l'hôtel La Sapinière, ne tarissait pas d'éloges à son endroit : « Comme organisateur, il n'a pas son égal. C'est un type qui s'y connaît dans le métier et qui travaille sans cesse pour faire de Val-David un centre de ski des plus importants dans nos Laurentides. » Jusqu'en 1957, il œuvre au développement du ski à Val-David et il succombe au cancer en 1959.

Conclusion

Une question en apparence anodine nous a fait découvrir des pans plus ou moins oubliés de l'histoire de Val-David, de Val-Morin et par ricochet des Laurentides. Elle permet aussi d'aborder des problématiques plus larges qui ont trait à l'histoire du commerce, du ski, des grands domaines, de la mutation d'une société qui se voulait centrée sur l'agriculture, mais qui peu à peu s'axe autour de l'exploitation touristique de son territoire. Bref, l'histoire des Scroggie, comprise sous différents angles, peut servir de cas d'espèce. Toutefois, nous sommes conscients que notre recherche demeure incomplète. Il ne semble plus y avoir de descendants des Scroggie à Val-David ou dans les Laurentides. Nous serions heureux de recevoir des compléments d'information ou encore des commentaires. L'histoire des hommes et d'une communauté n'est pas statique, elle évolue selon les questions que l'on pose au passé à partir de préoccupations contemporaines.



Ernest Burns Scroggie



Ernie Scroggie



Ronnie Scroggie



Frederick Alexander Scroggie

REINE LAPOINTE

In memoriam

Le journal *Ski-se-Dit* est en deuil d'un de ses collaborateurs de la première heure. Reine Lapointe (née Verdon) est décédée le 17 janvier 2019 à l'âge de 89 ans.

En effet, Reine et son conjoint, Yvan Lapointe, avec le premier rédacteur en chef, Guy Leduc, ont participé à la création du *Ski-se-Dit* en 1973 alors que le journal était intimement lié avec les opérations de la station de ski du mont Plante.

Reine Lapointe a toujours été très impliquée dans sa communauté. Récemment, en 2014, c'était en tant que membre du comité Municipalité amie des aînés (MADA) de Val-David qu'elle a participé à la création de la Politique des aînés de Val-David.

Le Journal souhaite offrir ses condoléances à toute la famille Lapointe. (Jean-Patrice Desjardins)



toutes les pentes possibles et imaginables, encore hier, eux qui ont donné au mont Plante, jadis, ses lettres de noblesse. Depuis que le marché d'été existe, Yvan et Reine y sont venus tous les samedis, ou presque. Ils aimaient discuter avec les gens et les producteurs, comme ils l'ont fait toute leur vie, au pied des pentes, sur le parvis de l'église, dans la rue. Reine Lapointe était une femme dont la mémoire sera gardée dans le cœur de beaucoup de Val-Davidois, parce qu'elle a su, d'un geste, d'un mot, souvent, y planter un peu de bonheur. L'autre jour, pour la première fois depuis que je le connais, soit depuis plus de 50 ans, j'ai vu Yvan en arracher à sourire. Il y avait de quoi. Elle laisse aussi dans le deuil son fils Yvan (Kathleen), son petit-fils Gabriel, sa sœur Lise, ses beaux-frères et belles-sœurs, ses neveux et nièces, ainsi que plusieurs autres parents et amis... et tout un village qui vient de perdre un peu de sa majesté. (MPS)

Reine, la si bien nommée

À Val-David, depuis plus de 50 ans, elle a été de tous les mouvements qui comptent : pour les enfants, pour le plein air, pour le Parc, pour la liberté d'expression et la liberté du commerce, pour la liberté de l'information. Reine portait son nom comme une couronne, souriante et fière dans sa tendresse pour les autres, dans sa ferme exigence

pour que la vérité soit honorée. Elle parlait rarement d'elle, mais elle était là pour tous les autres, et elle savait où vous toucher pour vous faire du bien. Son chum Yvan l'adorait. Ensemble, ils ont glissé sur

HOMMAGE
DE RENÉ DEROUIN
à Reine Lapointe

(extrait)

Le 26 janvier 2019

Faire son deuil, ce n'est pas facile. C'est toujours difficile de voir disparaître une présence comme Reine, une personne que l'on aimait. Les gens qui l'ont bien connue découvraient chez cette femme sensible, attentive, un regard rayonnant de lumière. Toujours le sourire pour vous demander : comment ça va... L'intérêt pour les autres.

Comme le disait mon ami Dominicain Benoît Lacroix, l'altruiste : « Aimez les autres, nous ne naissons pas avec ça, nous le développons. » Je pense que Reine et Yvan avaient ce don, mais ils l'ont développé. Ils se sont intéressés à tout, ils ont été de tous les événements, ils avaient une curiosité pour tout découvrir.

Je crois qu'en premier lieu, c'est l'amour des autres, et aussi de vivre dans une communauté comme Val-David, qui fait qu'on a eu la chance d'avoir Reine comme citoyenne et comme amie.

Naturellement, nous ne pouvons pas parler de Reine sans parler d'Yvan. Ils

étaient ensemble à tous les rassemblements publics, festifs, sociaux ou politiques. Ils sont nos voisins depuis 45 ans dans la montée Gagnon. Et quand je descendais au village, je regardais vers leur maison en passant et je me disais : encore sur la trotte, ils sont en ski ou partis voir des amis. Là où il y avait du monde, il y avait Reine et Yvan, et c'est le deuil qui va être difficile à vivre. [...]

Reine était une femme avec une forte présence. Elle se présentait à nous toujours bien mise, bien coiffée, élégante, comme si chaque sortie était d'une importance majeure. Elle savait bien se présenter et c'était sa manière de nous dire qu'elle nous aimait.

Nous allons l'apercevoir au centre d'exposition, travaillant comme bénévole, à l'épicerie Dufresne, à l'église, au centre du village, au théâtre du Marais. Nous allons la voir parce qu'elle a marqué de sa présence notre communauté. Elle sera toujours là, rendant ce deuil supportable. Merci, Reine, et nos amitiés à ce cher Yvan, l'ami de tous.

REGARD SUR UNE VIE
bien remplie

Née à Montréal le 15 juin 1929, elle est l'aînée des quatre enfants d'Élise Granger et Arthur Verdon. Elle épouse Yvan Lapointe le 7 octobre 1961. Ils ont eu deux fils, Yvan « Junior » et Marc. Ce dernier est décédé à 3 ans et demi. Ils ont également un petit-fils Gabriel. Jeune, Reine apprend le piano, et elle en jouera toute sa vie. À l'instigation de son père, Reine s'initie au ski alpin sur le mont Royal. Ce sport déclenche chez elle une telle passion qu'elle s'y adonnera toute sa vie durant, accompagnée par un mari tout aussi passionné. Par ailleurs, Reine transmettra son amour de la musique à son petit-fils, Gabriel, qui a développé très jeune un goût pour la guitare, qu'il cultive toujours aujourd'hui.

Jeune, notre skieuse a travaillé pour Bell Canada. Curieuse de nature, avec une personnalité forte et très sociable, elle démontre de grandes qualités pour le service à la clientèle. Ces qualités seront un atout remarquable par la suite, quand, en 1974, Reine appuie Yvan dans son rêve d'opérer un centre de ski. Ce sera le Mont-Plante, un des premiers

grands projets sportifs qui ont fait de Val-David un carrefour des sports de plein air dans les Laurentides. C'est aussi au Mont-Plante qu'est né le journal *Ski-se-Dit* et dont le titre perpétue la mémoire. Puis, après le Mont-Plante, Reine travaillera à l'accueil du Rouet et chez Bell jusqu'à sa retraite. Incapable de demeurer inactive, elle entreprendra alors un projet qui est à l'origine du bureau d'information touristique que le village de Val-David mérite. Femme cultivée, elle s'intéresse à tout, particulièrement au domaine culturel, aux arts visuels, au théâtre, à l'opéra, au cinéma, en plus de rester fidèle à la musique. Elle occupe les dernières années de sa vie au Centre des arts de la Maison du village. Toujours curieuse de découvrir et d'apprendre, elle fait partie d'un club de lecture, s'occupe avec les « femmes actives », fait du bénévolat avec le Club optimiste. Jusqu'au bout, Reine aura été une femme d'action, généreuse et enthousiaste, toujours prête à aider les autres. (Infos biographiques fournies par la famille.)



BILLET DE LA *maire* - PROJETS 2019

Cette année, en plus de reconduire le budget des opérations nécessaires aux activités et services usuels de la Municipalité, le conseil municipal a prévu réaliser quelques projets. Rappelons qu'à Val-David, un cent d'augmentation du 100 \$ d'évaluation de la taxe foncière génère un revenu de 67 000 \$. Accepter d'investir au-delà des dépenses courantes fut une décision difficile à prendre étant donné la hausse de taxes. Nous avons toutefois décidé d'aller de l'avant et de consacrer 80 000 \$ sur notre budget de 9 487 727 \$ pour réaliser certaines initiatives structurantes. Lesquelles? Ce fut un choix déchirant, car comme vous le savez, les projets ne manquent pas, à Val-David!

Justement, puisqu'il y a trop de projets pour nos ressources et moyens limités, c'est dans l'objectif de consolider nos priorités et de mobiliser l'équipe municipale autour de celles-ci que le conseil a décidé d'entreprendre un exercice de planification stratégique. Une démarche que nous souhaitons terminer en septembre et pour laquelle un montant de 25 000 \$ a été réservé.

Deuxième nécessité administrative choisie : pour finaliser une fois pour toutes la question du ponceau fermé sur le chemin de la Rivière, nous

allons faire l'étude de circulation et de mobilité, demandée par le ministère des Transports, au coût estimé de 25 000 \$, pour démontrer la nécessité de réparer cette infrastructure. Bonus : nous déciderons enfin, grâce à cette étude, l'emplacement d'une piste cyclable au cœur du village.

Une autre analyse technique, pour laquelle 21 000 \$ furent mis de côté, nous permettra de statuer sur le déménagement du site de dépôt de neiges usées, actuellement situé en bordure de la rivière du Nord. L'objectif est de nous assurer de bien protéger ce patrimoine naturel qui traverse notre village.

Finalement, nous irons de l'avant avec l'aménagement d'une descente d'embarcations nautiques puisque la réparation du ponceau ne se fera pas avant quelques années et une formation sur l'organisation d'événements éco-responsables pour nos employés et les organisateurs de nos grands événements.

Évidemment, parallèlement à ces projets, nous poursuivons l'entretien de nos infrastructures municipales, la prise en charge des problèmes d'eau jaune dans certains secteurs, la gestion des

eaux de ruissellement, la mise en place de mesures d'atténuation de la circulation et autres actions prévues dans notre plan triennal d'immobilisation.

Nous planifions également la relocalisation de notre bibliothèque dans l'ancienne caserne, financée par une subvention gouvernementale, des commandites (à confirmer) et un règlement d'emprunt. Et nous demeurons confiants que la construction de la nouvelle école se fera à Val-David. Nous travaillons en ce sens et considérons ce projet comme étant essentiel à la vitalité de notre village.

Comme vous pouvez le constater, une grosse année de planification s'annonce. Et nous travaillerons fort, dans les prochaines années, pour concrétiser toutes les décisions qui en découleront.

L'HABITATION À VAL-DAVID

Depuis le 1^{er} janvier, suite à la demande de la Société d'habitation du Québec (SHQ), tous les OMH de la MRC des Laurentides, dont celui de Val-David, sont regroupés au sein du nouvel Office municipal d'habitation des Laurentides, dont le siège social est situé à Mont-Tremblant. L'objectif principal de cette convergence est d'optimiser la

gestion et les ressources de ces résidences. Au printemps dernier, étant donné tout l'argent investi par la Municipalité dans le Havre, une demande pour retirer cette résidence du regroupement fut déposée à la SHQ. Cette requête est toujours à l'étude et nous poursuivons les efforts pour arriver à nos fins.

D'autre part, les besoins de logements sont grands à Val-David, autant pour nos aînés que pour toute la population. Un projet de résidence intergénérationnelle est en gestation au sein de la communauté. On parle aussi de coopérative d'habitation depuis longtemps. Un mécène dans la salle?

LE CENTENAIRE EN PRÉPARATION

Simplement vous rassurer que la préparation du centenaire de 2021 est prise en charge par un comité d'organisation et de planification, composé d'élus et d'employés, qui coordonnera efficacement les groupes et citoyens impliqués, afin d'arrimer les projets et activités et d'aller chercher toutes les subventions et commandites possibles.

Kathy Poulin
Mairesse

DE L'AIDE POUR VOS IMPÔTS - LUNDI 11 MARS

Salle communautaire (église) 13h30-16h

Ce service gratuit du Centre d'action bénévole des Laurentides s'adresse aux personnes aînées et aux personnes à revenu modeste de la MRC des Laurentides. Critères d'admissibilités et informations sur : valdavid.com. Détails : 819 326-0819

NOUVEAU SYSTÈME DE GÉOLOCALISATION MOBILE AU PARC RÉGIONAL VAL-DAVID - VAL-MORIN



La carte d'hiver du Parc régional est maintenant disponible sur l'application Ondago. Cette application pour téléphones intelligents permet de vous géolocaliser dans le Parc. Il devient donc presque impossible de se perdre dans les sentiers. Évitez d'apporter vos cartes papier en téléchargeant l'application gratuitement : igloocreations.com

NOURRIR LE CHEVREUIL L'HIVER EST UNE PRATIQUE DANGEREUSE

Le ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs répète aux personnes qui s'adonnent au nourrissage de s'abstenir. Nourrir ce magnifique animal nuit à sa santé. De plus, la proximité des chevreuils en milieu rural a des répercussions sérieuses sur la sécurité routière. Les risques de collisions sont bien réels et certaines peuvent même coûter la vie. Soyez vigilants!



Le samedi 16 février, nous profiterons de l'événement *Patin et chocolat* pour recueillir les commentaires des citoyens concernant le projet de construction de la nouvelle école.

Venez patiner, vous trémousser au son de la musique et déguster du bon chocolat de 17h à 20h au Parc Léonidas-Dufresne.

Patin et chocolat!



Parc Léonidas-Dufresne (petite gare)
Sam. 16 Fév. | 17 h à 20 h | DJ Miss G

SÉANCE ORDINAIRE DU CONSEIL MUNICIPAL

Mardi 12 mars 19h30

Salle communautaire (église) 2579, rue de l'Église, Val-David

ÉCHÉANCES DU 1^{ER} VERSEMENT DES TAXES MUNICIPALES

Jeu. 21 février 2019



ESPACE BIBLIO

Bibliothèque | 1355, rue de l'Académie | 819 324-5678, poste 4233



TOUT SUR LE CACA ET LES TRACES LAISSÉES PAR LES ANIMAUX
Andy Seed



LES DIY DE MAÉLIE DES PAPILLONS DANS LE VENTRE
Marilou Addison



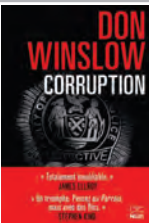
ABIGAELE MESSAGÈRE DES ANGES TOME 5
Marie-Bernadette Dupuy



DAVE MORISSETTE ARRÊTER LE TEMPS
Geneviève Papineau



À MÊME LA PEAU
Lisa Gardner



CORRUPTION
Don Winslow



PETER MAC LEOD L'HOMME DE MA VIE
Samuel Laroche



FÉLIX ET LA SOURCE INVISIBLE
Éric-Emmanuel Schmitt

EXPOSITIONS THÉMATIQUES

Février : Art & biographies d'artistes

Mars : Jardins & potagers à planifier

CONFÉRENCE

Back to Bach ou l'influence de la musique classique sur la musique populaire.

Dimanche 17 février | 16h-17h30

Avec Catherine Mathieu, violoncelliste et musicologue.

On a tendance à faire une coupure nette entre la musique classique et la musique populaire. Or, beaucoup de chansons pop ont été écrites à partir d'œuvres ou de procédés d'écriture classiques. Dans cette conférence, nous verrons, entre autres, comment le même prélude de Chopin a pu donner naissance à une chanson du groupe Radiohead, une bossa nova brésilienne, un rap français et le thème d'un film des années 80. Surprises garanties!

LES GÉNIES EN HERBE - Tous les mercredis | 13h-14h45

Bienvenue aux nouveaux participants!

ACCUEIL DES NOUVEAUX RÉSIDENTS

Voici l'occasion pour tous ceux qui sont devenus propriétaires ou locataires à Val-David au cours de la ou des dernières années de venir rencontrer des membres du Conseil municipal, de l'administration et des groupes communautaires pour échanger de façon informelle et s'informer sur tous les aspects de la vie à Val-David.

LE SAMEDI 16 FÉVRIER 2019

10 h à midi | Café, brioches et prix de présences

Salle communautaire (église), 2490, rue de l'Église, Val-David

CONFÉRENCE

Prévenir ou régler ses conflits... c'est gagnant!

Par Lili Monier et Carole Brideau (MAVN)

Samedi 30 mars 10h à midi
Salle communautaire (église)



STATIONNEMENT INTERDIT SUR RUE DE MINUIT À 7H JUSQU'AU 15 AVRIL

PLACEZ LES ROUES VERS LA MAISON



ÉVÉNEMENTS



CENTRE D'EXPOSITION DE VAL-DAVID HÉLÈNE BRUNET NEUMANN (TÉMOINS) CAROLE PILON (ALTÉRATIONS FÉCONDES)

Jusqu'au 5 mai

Entrée libre du merc. au dim.
11h à 17h | 2495, rue de l'Église
culture.val-david.qc.ca



METS LE NEZ DEHORS

17 février | 11h à 15h

Parc Léonidas-Dufresne
Tire sur la neige, danse, BBQ, spectacles et animation.
valdavid.com



MARCHÉ DE SORCIÈRES

1^{er} mars | 16h à 18h

Grande vente de produits d'herboristerie
Salle communautaire (église)
2490, rue de l'Église
clefdeschamps.net



MARCHÉ D'HIVER

2 mars | 10h à 13h

École Saint-Jean-Baptiste
2580, rue de l'Église
marchesdici.org



LES LUNDIS DU CITOYEN CENTRE DE SKI VALLÉE BLEUE

Tous les lundis | Jusqu'au 25 mars (sauf le 4 mars)

13 \$ le billet journalier (preuve de résidence exigée)
1418, Chemin Vallée Bleue
vallee-bleue.com

Saison estivale 2019



APPEL DE DOSSIERS

Jusqu'au 15 avril

Les artistes en arts visuels sont invités à soumettre un projet d'exposition au comité de sélection de la **Galerie de la petite gare de Val-David**.



APPEL AUX ARTISTES

Jusqu'au 1^{er} avril

La communauté artistique est invitée à soumettre des propositions d'ateliers d'arts plastiques pour **Les Beaux dimanches à Val-David**.



APPEL AUX CRÉATEURS

Jusqu'au 11 avril

Les artistes et artisans désirants occuper un espace dans **l'Allée des créateurs** sont invités à soumettre leur dossier.

Formulaires disponibles sur www.valdavid.com | Informations : Daphnée Cyr culture@valdavid.com 819 324-5678, poste 4243

CHRONIQUE MAISONS DANS LE NORD**L'IMMOBILIER, ÇA VOUS INTÉRESSE?**
Moi aussi... et depuis très longtemps!**Lorraine Hamel**

Courtier immobilier
Remax bonjour
450 436-0206
info@lorrainehamel.com

Une maison, pour moi, c'est un endroit où l'on s'enracine. On y vit des moments importants. On s'y dépose, y élève nos enfants. On y prend de grandes décisions et on y fait la fête. Parfois, nous sommes obligés de la quitter et de laisser derrière tous nos souvenirs. Nous y sommes de passage et donnons les clés au suivant, pour que d'autres y laissent leur empreinte. L'achat ou la vente d'une propriété, c'est beaucoup plus qu'une simple transaction!

Démystifier le milieu en éduquant sans prétention est prioritaire dans mon travail : je le fais tous les jours avec mes clients. Et j'apprends continuellement, comme tous mes collègues courtiers.

Le but de cette chronique est de vous informer à propos de différents sujets qui touchent l'immobilier et qui, conséquemment, touchent aussi nos vies. Je parlerai d'aspects légers, tels que la mise en marché d'une propriété et l'entretien intérieur et extérieur. J'aborderai aussi des points plus sérieux, soit l'inspection prévente et préachat, les problèmes de structure et le financement.

J'ai le privilège d'accompagner acheteurs et vendeurs dans la transaction la plus importante de leur vie. Je ferai donc référence à différents cas vécus par des clients. Mais tout d'abord, laissez-moi vous raconter une histoire. Mon histoire.



Ulysse Lemerise Bouchard • Construction Maison Intégrale

Diplômée du Collège de l'immobilier en janvier 2010, j'ai suivi cette formation pour parfaire mes connaissances et apprendre comment bien choisir une propriété pour créer un portefeuille intéressant. J'ai vite réalisé qu'aider d'autres personnes à faire

de bons investissements me motivait énormément. Pendant plus de 15 ans, j'ai administré des immeubles à revenu pour des firmes de gestion immobilière à Montréal ainsi que sur la Rive-Nord et la Rive-Sud. Ces immeubles comprenaient de

16 à 200 logements de différentes catégories et offraient des particularités telles que piscine, ascenseur et stationnement intérieur ou extérieur. Je m'occupais donc de la gestion de la location, des cas de Régie du logement, du personnel et des achats. J'ai adoré cette période de ma carrière et j'aspirais déjà à acquérir mon premier plex.

Native de Montréal, j'habite les Laurentides depuis 2001. Après avoir vendu la propriété préfabriquée Trudeau située à Laval, qui était notre première maison à mon partenaire de l'époque et moi, nous avons autoconstruit à Sainte-Lucie-des-Laurentides. Quelle belle aventure! Je réalisais un rêve. Peu de temps après mon arrivée dans la région, je me suis impliquée au comité d'urbanisme pendant quelques années pour ensuite devenir membre du conseil. Mon implication municipale est un atout intéressant que je peux utiliser afin de guider encore mieux ma clientèle dans certaines transactions.

J'ai finalement acquis un duplex à Lantier, dans un secteur paisible au bord d'une petite rivière, avec des locataires très charmants. J'ai aussi acheté une maison à Val-David que j'ai d'abord offerte en location. Bien que j'aie depuis vendu la propriété de Lantier, ce fut une très belle expérience. Si belle que j'ai décidé d'emménager dans ma maison de Val-David. J'adore mes Laurentides!

Je vous invite à m'écrire pour me faire part des sujets qui vous intéressent. Je me ferai un plaisir de vous lire.

C'est avec détermination que je veillerai à bâtir avec vous un Québec fort pour un avenir meilleur.

Joyeuse St-Valentin

Nadine Girault
Députée de Bertrand
Ministre des Relations Internationales et de la Francophonie

ASSEMBLÉE NATIONALE
QUÉBEC

**LA BOULANGIE
AUX TROIS LEVAINS**

**Boulangerie artisanale
Farines biologiques**

6262, rue Morin
Val-Morin, Qc J0T 2R0
819-322-3839

pixel
Créatif

INFOGRAPHIE | IMPRIMERIE
NUMÉRIQUE | LETTRAGE
T-SHIRTS | PRODUITS PROMO

1332, BOUL. DE SAINTE-ADELE
SUITE 100, SAINTE-ADELE
T : 450 229-0395
pixelduocreatif.com

« MOTEUR! »

Patrice Féarès

« Nous n'héritons pas la terre de nos aïeux, nous l'empruntons à nos enfants... »
(origine incertaine)

Les lecteurs habitués à ma « petite chronique cinéma » vont sans doute penser que le titre de ce texte fait référence au mot prononcé par les réalisateurs de films lorsqu'ils tournent une scène; mais non, aujourd'hui les « moteurs » qui m'interpellent sont ceux des véhicules, plus particulièrement lorsqu'ils tournent inutilement, soit parce que personne ne se trouve dans la voiture (le camion ou l'autocar), ou bien que la personne qui y est assise attend sans rien faire... Si au moins elle lisait le *Ski-se-Dit*!

En tant que cinéophile, mais aussi (et surtout) en tant qu'habitant de cette planète très soucieux de l'environnement, j'aurais bien envie de vivement recommander à ces gens-là de sortir de leur bulle, d'aller (idéalement à pied...) à notre cinémathèque préférée et de louer notamment ces trois documentaires : *Une vérité qui dérange* (É.-U., 2006), *An Inconvenient Sequel: Truth to Power* (É.-U., 2017) (suite du précédent) et *Demain* (Fr, 2015). Parce qu'au cas où vos occupations vous auraient jusque-là empêché d'en entendre parler, ces films vous apprendront (de manière intelligente et documentée) que le climat est dérégulé et que la planète se réchauffe tout aussi anormalement que dangereusement, même en plein hiver!...



Dans les deux premiers documentaires, l'ex-vice-président des États-Unis Al Gore nous démontre en quoi l'être humain est lui-même responsable de ce dérèglement climatique et que c'est nous qui pouvons (et devons) réagir pour éviter une catastrophe (certains disent même «apocalypse») autrement inéluctable... Si vous ne voulez pas tout écouter, regardez au moins les 10 minutes que dure le supplément (bonus) du deuxième DVD (qui s'intitule « La vérité en 10 minutes ») : c'est un excellent résumé qui vulgarise de manière précise et concise la question et qui ne devrait pas manquer d'interpeller toute personne sensée...

Même chose avec les 5 premières minutes de *Demain* (gagnant de nombreux prix, dont le César du meilleur documentaire en 2016); les conclusions de l'étude scientifique qui y est évoquée donnent froid dans le dos (même dans une auto arrêtée et chauffée...), mais le bon côté de ce (magnifique) documentaire social est que les 110 minutes suivantes montrent, de manière très positive, qu'il existe des solutions pour réinventer notre univers... Mais comme le dit la coréalisatrice : « Pourquoi on le fait pas?... » Parce qu'il faut d'abord une volonté individuelle (et, j'avoue, à l'image d'Al Gore, que je suis parfois bien découragé

lorsque je regarde autour de moi...), mais aussi une volonté politique de la part de ceux qui nous dirigent et qui prennent notre bien, pardon, je voulais dire « des décisions pour notre bien... ». Or, il semble que pour plusieurs d'entre eux, tels les Doug Ford et autres Donald Trump de ce monde, l'écologie et l'environnement ne soient visiblement pas une priorité. Je leur dédie alors ce proverbe indien : « Lorsque l'homme aura coupé le dernier arbre, pollué la dernière goutte d'eau, tué le dernier animal et pêché le dernier poisson, alors il se rendra compte que l'argent n'est pas comestible. »

Puisque l'on a maintenant (la chance d'avoir?) une résidente de Val-David devenue ministre (des Relations internationales, qui plus est), on peut espérer qu'elle lise encore notre journal et on peut donc imaginer qu'elle transmette ce proverbe aux plus hauts niveaux, même si elle laisse apparemment tourner le moteur de son auto pendant qu'elle accorde des entrevues (voir *Ski-se-Dit* de décembre, page 6)...

Pour les personnes qui préfèrent les fictions aux documentaires, plusieurs films parlent d'environnement (ou abordent le sujet); ce n'est (malheureusement) pas toujours de la fiction, mais on passera tout de même un bon moment à regarder : *La belle verte* (Fr, 1996), *Local Hero* (G.-B., 1983), *Soleil vert* (É.-U., 1973), *La forêt d'émeraude* (G.-B., 1985), *Erin Brockovich* (É.-U., 2000), *Terre promise* (É.-U., 2012), *Zone rouge* (Fr, 1986), *Le jour d'après* (É.-U., 2004), *Night Moves* (É.-U., 2013), *Chloe et Theo* (Can.-É.-U., 2015), *Gorilles dans la brume* (É.-U., 1988), sans oublier *L'homme qui plantait des arbres* (Can, 1987)...



bonjour
Agence immobilière

LOUISE BELLEROSSE 819-324-7780

CAROLINE MAGNAN-DAVID 819-421-1414



LAC-SUPÉRIEUR - 269 000 \$

Vous désirez une maison de 3 chambres sur terrain de plus de 2 acres avec un magnifique bord de rivière? Et bien la voici! Voisinage des plus paisibles! Collé sur le parc du Mont-Tremblant cet environnement charmera les amateurs de grande nature. De la maison, vous aurez une belle vue sur le terrain, la rivière et la montagne! Un produit rare!!! MLS 13427750



SAINTE-AGATHE-DES-MONTS - 160 000 \$

Libre immédiatement !! Vous cherchez depuis longtemps un chez vous avec garage et grand terrain à un prix raisonnable? Voici ce qu'il vous faut : Plain pied, 2 chambres à coucher, terrain de plus de un acre, toiture refaite en octobre 2018. Salon avec joli foyer de pierre, grand sous-sol que vous pourriez terminer selon vos besoins, etc... Venez voir! MLS 16986432

URGENT
on recherche
pour un acheteur
spécifique.

- VAL-DAVID
- MAISON REVENU
- OCCUPATION PRINTEMPS/
ÉTÉ 2019

CONTACTEZ-NOUS !

SAINTE-AGATHE-DES-MONTS - 239 000 \$

Wow! Elle offre beaucoup pour son prix : Piscine creusée, spa, deux Gazebos, bel aménagement paysager, bar au sous-sol, foyer. 4 chambres à coucher. Cuisine refaite... etc. Ne cherchez plus cette propriété à tout pour vous plaire! Prenez vite un rendez-vous! MLS 19903959



SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES - 174 000 \$

VUE !!!VUE !!!VUE!!! Sur un grand terrain de plus de 2 acres, presque au bout du chemin du Vieux 7^e Rang (anciennement 69^e Avenue), cette propriété de 3 chambres bénéficie d'une vue spectaculaire et d'une tranquillité remarquable. Prenez votre café sur la galerie en écoutant le chant des oiseaux. Terres de la Couronne à proximité. MLS 21362668

L'EFFET « village »

Jocelyne Aird-Bélangier

Ça prend un village pour être heureux (nos amis virtuels ne comptent pas), selon Susan Pinker, psychologue.

« La technologie remplace de plus en plus les interactions humaines, alors que des recherches témoignent des conséquences de cette absence de réel contact. Actuellement, les recherches nous confirment que l'interaction en personne représente la plus importante forme de contact social, car elle procure des bienfaits physiques et psychologiques. Selon des études récentes [...] les gens qui font l'expérience de formes diversifiées de contact social – intime ou plus distant, comme le contact avec des voisins et des collègues – mènent une meilleure vie lorsqu'on les compare à ceux essentiellement solitaires et isolés ou ceux dont le contact social est presque exclusivement numérique. De plus, à mesure qu'ils vieillissent, ceux qui connaissent un plus haut taux d'interactions sociales en personne subissent deux fois moins de détérioration cognitive que ceux moins actifs socialement. »

L'effet « village », qu'est-ce au juste?

Il s'agit d'une recette éprouvée pour augmenter notre indice de bonheur personnel en rencontrant le plus souvent possible des gens face à face, en personne, comme cela se produit tout naturellement dans un village comme le nôtre. On favorise ainsi

notre santé physique et mentale et on vit plus heureux. Susan Pinker présente des preuves évidentes de la nécessité d'un certain type de contact social pour survivre et prospérer – le bonheur et la longévité peuvent être déterminés et prédits avec plus de précision en examinant notre vie sociale (plutôt que d'autres facteurs

Claude Savard



Il s'agit de profiter des avantages de la vie dans un village ou de se créer tout un village de relations personnelles en favorisant des échanges avec notre communauté et en parlant avec nos voisins. Les obsédés du numérique gagneraient à incorporer des contacts humains dans leur journée de travail et à s'efforcer de réserver les courriels pour planifier leur temps ou leurs rendez-vous. Pour des interactions plus subtiles, délicates ou nuancées, le téléphone ou les rencontres face à face seraient plus appropriés.

Question de vivre longtemps et en forme, que l'on soit extraverti ou, au contraire, réservé, il est capital de créer dans son village personnel des relations diversifiées et de privilégier des occasions de contacts sociaux avec les autres de manière régulière, que ce soit pour une randonnée de ski ou de vélo hebdomadaire ou pour une réunion avec un groupe social, une promenade rapide à l'heure du déjeuner avec un collègue, un dîner avec un ami, un parent, un enfant ou un partenaire – ou tous ces éléments. Tout le monde a besoin de contacts sociaux rapprochés, c'est inscrit dans l'ADN des humains. Il s'agit en fait d'ajuster le ratio de nos rencontres face à face à nos contacts numériques selon notre tempérament, de la même façon que nous adaptons nos repas à notre appétit.

Et qu'en est-il des enfants, natifs de l'ère numérique? Pour les enfants d'âge préscolaire et les jeunes enfants, on devrait s'organiser pour prioriser l'interaction entre les profs, les parents et les autres enfants. Pour ceux qui sont plus âgés et les ados, on tente de combiner l'enseignement face à face avec les outils numériques. Bien sûr, ça prend un village pour élever des enfants, et ça prend des enfants pour faire un village. Mais encore faut-il s'assurer qu'ils échangent et communiquent entre eux et avec les adultes qui les entourent afin que les enfants et les adolescents qui en sont encore à absorber des compétences sociales, émotionnelles et sociales puissent acquérir les dynamiques et les processus de mise en réseau qu'ils utiliseront plus tard, lorsqu'ils construiront et entretiendront leurs propres villages relationnels.

L'interaction sociale authentique est une force de la nature. De la même manière que nous devons manger chaque jour, nous avons besoin d'interactions quotidiennement. Ce n'est pas si difficile d'intégrer ces contacts de valeur dans nos vies, il suffit d'imaginer notre propre vrai village personnel d'interactions face à face et de faire l'effort de le réaliser. Susan Pinker nous rappelle que de la naissance à la mort, les êtres humains sont « câblés » pour se connecter à d'autres êtres humains. Le contact face à face est important : des liens étroits d'amitié et d'amour nous guérissent, aident les enfants à apprendre, prolongent notre vie et nous rendent heureux. Le « village » est une métaphore du monde social dans lequel nous construisons, vivons et prospérons. À nous de profiter de l'opportunité de vivre dans notre village bientôt centenaire!

Pinker, Susan : *The Village Effect: How Face-to-Face Contact Can Make Us Happier, Healthier, and Smarter*. Vintage, Canada, 2014. Psychologue et journaliste reconnue au Canada et aux États-Unis, Susan Pinker vit à Montréal. www.susanpinker.com

de santé qui sembleraient avoir plus d'importance, comme le régime alimentaire, le tabagisme ou l'alcoolisme).

Des villages, il y en a partout dans le monde depuis qu'un petit groupe de familles a convenu de vivre côte à côte pour se protéger, partager des services, des informations et des expériences. Il en existe aussi parfois même dans des villes, comme dans le quartier de mon enfance, où l'on connaissait des gens sur chaque rue, où on allait à l'école ou à l'église ensemble, quand ce n'était pas au cinéma du coin, à la bibliothèque ou à la pharmacie. Dans nombre de villes, on tente aujourd'hui de recréer un village, ce type de milieu si vivant.

Dans un village, parce que la population est limitée, que tout le monde se connaît plus ou moins et se rencontre souvent, il est aisé d'échanger face à face avec des gens, de remarquer leur fatigue ou leur humeur, de se voir à l'épicerie ou à la poste (???), aux réunions du conseil municipal ou lors d'activités bénévoles pour défendre une cause ou soutenir une école ou un parc, ou encore se divertir. L'effet « village », qui contribue à notre survie, est accru par la proximité.

Mais dans le monde numérique dans lequel nous évoluons maintenant, on peut passer des jours sans voir personne, rivés à nos écrans, à nos téléphones ou à la télévision. La solitude et l'isolement vont fréquemment de pair avec l'usage de ces nouvelles technologies, qui supposent aussi de moins en moins d'activité physique. Assis devant nos petites machines, nos corps et nos âmes dépérissent, se rétractent, se recroquevillent...

C'est là que l'effet « village » vient à notre secours!

Cotiser à son REER ou à son CELI, c'est maintenant!



Prenez le temps de trouver votre bonne combinaison d'épargne dès aujourd'hui.

Date limite pour cotiser au REER : 1^{er} mars 2019

819-326-2883

1 800 CAISSES | desjardins.com/reer-celi

Desjardins

Caisse de Sainte-Agathe-des-Monts

LE BLOC-NOTES de Nadine

Nadine Girault, notre députée du comté de Bertrand, est aussi ministre des Relations internationales et de la Francophonie. Parmi ses objectifs économiques, elle s'emploie à tisser des liens avec des entreprises susceptibles de venir au Québec et créer de l'emploi chez nous. Nous allons suivre ses activités et vous tenir au courant du chemin, souvent étonnant, qu'elle parcourt pour le pays et pour les Laurentides.

Renforcement du lien économique avec la Bavière :

- Réputée pour la qualité de ses études supérieures, la formation continue, la promotion intensive de la recherche et des technologies, la Bavière est aussi chef de file national et international dans beaucoup de secteurs technologiques, notamment en transport, en télécommunication et en technologies médicales. L'Allemagne est actuellement le premier partenaire commercial du Québec en Europe et le quatrième au monde, derrière les États-Unis, la Chine et le Mexique;
- Fin janvier, la ministre a rencontré plusieurs acteurs politiques influents ainsi que de nombreuses personnalités du milieu des affaires dans le but de renforcer la relation économique avec ce partenaire européen;
- À la suite de son entretien avec le ministre d'État des Affaires fédérales et européennes et des Médias, Florian Herrmann, il y a eu lancement d'un appel à projets spécial. Les projets porteront sur des thèmes chers aux deux gouvernements, soit l'innovation et les hautes technologies, l'identité et la culture. Une



Madame Girault en compagnie du ministre du gouvernement de la région de Bruxelles-Capitale, chargé des Finances, du Budget et des Relations extérieures, il y a quelques jours.

attention particulière sera portée aux projets qui incluent une dimension régionale et numérique;

- M^{me} Girault s'est également entretenue avec le vice-ministre-président et ministre d'État de l'Économie, du Développement régional et de l'Énergie de la Bavière, Hubert Aiwanger, et la présidente du Landtag de Bavière, Ilse Aigner. La ministre a ensuite rencontré le directeur général et vice-président du Conseil du patronat de la Bavière, Bertram Brossardt;
- Parmi les activités auxquelles M^{me} Girault a

participé, notons le prestigieux Séminaire franco-allemand de Fischbachau, au sein duquel les organisateurs ont accordé une place de choix au Québec. La ministre y a réitéré l'importance que le Québec accorde à sa relation stratégique avec la Bavière. En outre, elle a pris part à une table ronde avec des acteurs économiques québécois et bavarois ainsi qu'à une rencontre avec des entreprises bavaroises qui participeront au Sommet mondial de la mobilité durable Movin'On qui se tiendra à Montréal pour une troisième année en juin prochain.

UTA
LAURENTIDES

Art, histoire, et culture ibérique : **L'Espagne**.
Avec Sylvie Coutu, M. en histoire de l'art

De sa puissance historique aux attraits touristiques qui font aujourd'hui sa renommée, l'Espagne impressionne, attire, séduit. Avec ses artistes légendaires, son architecture fascinante, ses musées parmi les plus intéressants au monde, elle est un véritable paradis culturel. Mais tout en perpétuant ses racines traditionnelles, l'Espagne n'hésite pas aujourd'hui à embrasser les avenues de la modernité. Madrid, Barcelone, Salamanque, Séville, Tolède, Valence font rêver... même si des joutes politiques et identitaires s'y déroulent actuellement.

Une série de 4 rencontres : Les vendredis de 9 h 30 à 12 h, du 8 au 29 mars, à la Salle municipale de Val-Morin (mairie). Droits de scolarité : 60 \$

Inscription en ligne :
www.usherbrooke.ca/uta/laurentides
Inscription par téléphone :
Lorraine Clément **819 322-1262** ou
Micheline Pichette **450 432-4343**
Prière de communiquer avec ces personnes bénévoles entre **9 h et 17 h**.

www.usherbrooke.ca/uta
info.uta.laurentides@gmail.com

TAILLER SES ARBRES FRUITIERS...
Quand faut-il le faire?

Charles Gauthier nous revient en mars avec sa chronique sur les arbres. Car c'est en mars, malgré le froid éventuel, qu'il faut tailler... pour récolter plus tard. À suivre dans notre prochaine édition!

ROYAL LEPAGE
HUMANIA
Agence immobilière

AU-DELÀ D'UNE TRANSACTION,
UNE RELATION

Fred Fortier
Courtier immobilier

VAL-DAVID - 420 000 \$ MLS 11464501
Bord de Lac Doré Val-David! Charmante propriété unique à aires ouvertes, avec cachet exceptionnel! Fenestration abondante vous donnant une magnifique vue sur le lac et les montagnes. Sise sur un joli terrain plat avec 42pi sur le lac. Bien aménagé d'arbres matures et d'ôturer vous laissant intimité. Pres de tout! Qualité de vie assurée!

VAL-DAVID - 229 000 \$ MLS 18382615
Maison charmante et chaleureuse, au coeur de la nature à Val-David et près de tous les services! Vous serez enchantés par le paysage composé d'arbres matures et d'un beau ruisseau longeant le terrain. Idéale pour les amoureux de la nature! Vous serez comblé par les trois chambres, le foyer au bois et le plafond cathédral aux poutres apparentes!

Bur. 819 326-2244 | Cell. 514 707-8855
www.fredfortier.ca

MARCHE GARIÉPY

BIÈRE ET VIN
FRUITS & LÉGUMES
DÉPANNEUR
METS PRÉPARÉS

SERVICE DE LIVRAISON
1417, route 117, Val-David, QC | 819-320-0182

REMORQUAGE VAL-MORIN

40 ANS D'EXPÉRIENCE
REMORQUAGE ET AUTRES PÉPINS
24H/24, 7 JOURS SUR 7

5892, boul. Labelle (route 117), VAL-MORIN
T. 819-322-2201 | Télécopieur : 819-322-2209
www.remorquagevalmorin.com

« Dis-moi, grand-papa... » DIALOGUE N° 20

Anaïs, notre petite-fille, avec la candeur de sa tendre enfance, mais déjà curieuse et précoce pour son âge, s'interroge ici sur les mystères de la vie et questionne son grand-père...

Richard Claude Lauzon

Le mois dernier, grand-papa enseignait un grand mot à sa petite-fille adorée, celui de RE-CON-NAIS-SAN-CE, car il était lui-même très reconnaissant envers toutes celles et tous ceux qui avaient pu l'aider à passer à travers un arrêt cardiaque. Aujourd'hui, il s'attarde avec elle à un mot plus court, mais bien plus grand encore... alors qu'Anaïs est en visite chez ses grands-parents. En arrivant...

– Tiens, grand-papa et grand-maman, j'ai fait un beau dessin parce que je suis votre amoureuse.

– Ah oui?

– Oui! J'ai fait un cœur autour de vous deux dans mon dessin et je vous ai mis dedans, comme maman m'a dit.

– WOW! Pourquoi ce beau ♥ autour de nous deux? (Comme s'il ne le savait pas...)

– Parce que c'est la Saint-Badentin, dit-elle d'un ton assuré.

– C'est la quoi?

– La Saint-BA-LAN-TIN! (ça s'améliore...). C'est la fête des amoureux parce que tout le monde s'embrasse, comme papa dit.

– Viens qu'on t'embrasse, ma belle. Nous aussi on est amoureux de toi, choupette. Tu es notre « amour » à tous les quatre.

– C'est quoi l'amour?

– Oups! Comment te dire... C'est la plus grande question du monde que tu poses là. Quand les

grandes personnes comme nous et les plus petites comme toi se donnent des câlins, se prennent dans leurs bras, se tiennent par la main, s'aident entre elles pour se consoler si elles ont de la peine, veulent avoir des enfants comme toi qui dessinent des beaux ♥♥♥ autour de leurs amis, et même quand des enfants et des parents se regardent dans le miroir et se trouvent beaux et belles, on dit que ces personnes s'aiment, qu'elles ont de l'amour pour elles-mêmes et pour celles qui les entourent. L'amour, c'est le plus beau sentiment du monde.

– Même quand je trouve beau mon chat Maya?

– Oh oui. Même quand tu trouves beaux le sapin qui se tient fièrement debout dans ta cour et la grosse roche couchée tout près de lui. L'amour, c'est comme un cœur que tu dessinerais autour de tout ce que tu peux aimer. Et rappelle-toi toujours que la toute première personne que tu as le devoir d'aimer, c'est toi-même. Quand tu te sens bien, c'est comme si tu dessinais un beau ♥ bien rouge autour de toi. C'est important que tu t'aimes beaucoup toi-même si tu veux donner de l'amour aux autres.

– Oh oui, je m'aime beaucoup, beaucoup souvent (un peu trop parfois, chuchote la maman...).

Et le grand-papa de conclure :

– Anaïs, on dit la Saint-WWWalentin.

– Oui, grand-papa, la Saint-Vadentin!

C'est ainsi qu'un fou rire général mit fin aux présentations du jour, celui de l'anniversaire de tous les amoureux du monde. ♥♥♥♥♥♥♥♥
À suivre...

LE CENTENAIRE S'en vient...



Au mois de juin dernier, vous avez été invités à participer à une première consultation à la salle communautaire pour le centenaire de Val-David. Cette rencontre a permis de réunir d'abord les acteurs du milieu afin d'établir une programmation qui soit à l'image de notre communauté. Il en est ressorti une série de belles idées et des projets très intéressants.

Nous voulons vous informer que la Municipalité met actuellement sur pied un comité municipal composé d'élus et de fonctionnaires. Ce comité prendra en charge l'organisation du centenaire et établira le cadre à l'intérieur duquel la coordination, la logistique et la programmation seront établies. Nous vous écrirons à nouveau au printemps pour rendre compte des différentes démarches

entreprises. Aussi, **nous vous demandons d'attendre** avant d'entreprendre quelque démarche (subvention) que ce soit en lien avec un projet que vous souhaiteriez voir concrétiser. Nous voulons que les projets et les demandes financières soient intégrés dans une vision et fassent l'objet d'une concertation.

Vous serez bien évidemment invités à contribuer à ce projet, qui sera certainement très rassembleur pour notre communauté. En ce sens, une rencontre aura lieu au printemps prochain avec tous les partenaires intéressés.

Pour toute question, n'hésitez pas à joindre Lynne Lauzon, Directrice des loisirs et de la culture : 819 324-5678, poste 4231, loisirs@valdavid.com

S.O.S. Fondue

CHOCOLAT
Smilly
Créations artisanales

**DEUX PLAISIRS,
UNE SEULE ADRESSE!**

1785, ROUTE 117 • VAL-DAVID • 819 216-7000

**CINÉMATHÈQUE
MÉLIÈS**

VAL-DAVID

**LOCATION FILMS RÉPERTOIRES
ET POPULAIRES**

OUVERT 14 H À 19 H - 7/7 JOURS

2501, de l'Église, Val-David | 819 322-2741
cinemathequemelies.wordpress.com

**PROFITEZ DE
NOS DÉJEUNERS**

JUSQU'À 14 H TOUS LES JOURS!
WEEKEND JUSQU'À 15 H

Mikes
TOUJOURS
SINCE 1967

SAINTE-AGATHE

621, RUE PRINCIPALE | 819 326-5311

LAVABO, MÉDISANCE et rutabaga

Judith Lavoie

Résidente de Val-David et professeure de traduction à l'Université de Montréal

Je ne sais pas quel âge j'avais le jour où mon père m'a appris que le récipient rectangulaire que j'appelais *lavabo* était en fait un évier. Pour moi, le lavabo et l'évier menaient le même combat : accueillir l'eau sale (ou pas) et la laisser couler par un trou situé au fond de leur cavité. Les deux mots étaient parfaitement interchangeables, synonymes, amis dans la vie et au delà (*and beyond*, comme dirait Buzz Lightyear).

Je dis ça, mais je mens un peu, pour dire la vérité. Je n'utilisais PAS les deux mots de la même façon. J'en avais choisi un au détriment de l'autre, je le privilégiais, je le chouchoutais, je lui disais des mots doux, « ah, mon précieux, mon précieux... *lavabo* » (oh boy). Quant à l'autre, l'évier, je le rejetais, le dédaignais. Je crois bien que le mot m'écorchait les oreilles : deux syllabes inégales (une courte, une longue), une voyelle seule au monde en début de mot (é), suivie d'un son parfaitement désagréable (*vier*), *é-vier*, un *né-vier*, *lé-vier*, pouah!; je devais le trouver laid, ce mot-là.



Stop. On arrête. Excusez-moi de vous interrompre dans votre élan de lecture, mais il le faut. C'est capital, vital, fatal.

J'ai jugé un mot. J'ai médité. C'est pas beau, la médisance. (C'est une bonne amie à moi qui m'a dit ça un jour : « il ne faut pas médire, Judith ». Elle a raison, la maudite.)

Ce n'est pas ça le pire. Le pire, c'est que je ne suis pas seule. (En tout cas, je l'espère.) Ne possédez-vous pas, vous aussi, bien pliée et enfouie dans une petite

pochette de votre portefeuille, entre votre carte-soleil et votre permis de conduire, une liste (courte ou longue, ça dépend, tsé), mais une liste, tout de même, de mots pas beaux, de mots que vous n'aimez pas, de mots dont la sonorité vous fait littéralement souffrir?

Non? Pas de liste? Pas de mot?

Ben voyons donc! Forcez-vous un peu!

Ru-ta-ba-ga. Vous trouvez ça beau, vous, *rutabaga*?

Qu'importe. J'ai fait ma petite enquête, et figurez-vous que l'Internet regorge, oui, regorge!, de listes de mots laids (de mollets?).

Je sais bien que les mots de ces diverses listes ne sont pas objectivement laids, qu'ils ne sont pas laids par nature. La laideur, c'est une perception, n'est-ce pas. Voyons comment le *Trésor de la langue française informatisé* définit l'adjectif « laid » : « Qui, par sa forme, sa couleur, son aspect, son manque d'harmonie, est désagréable à voir et heurte l'idée que l'on se fait du beau ». *L'idée que l'on se fait du beau*. C'est exactement ça, une idée. Rien qu'une idée. Et cette idée (du beau comme du laid, d'ailleurs) varie d'une personne à l'autre, d'une culture à l'autre, d'une époque à l'autre. Les mots ne seraient ni laids ni beaux par essence, c'est vous (oui, vous) et moi qui leur attribuons de telles qualités.

Alors, rutabaga ou navet (ma mère appelait *navet* ce qui serait du *rutabaga*, ben moi itou), les deux sont bien corrects (du point de vue phonétique, s'entend), mais l'odeur, celle qui s'échappe de la casserole une fois que ces légumes-racines ont fini de cuire dans votre soupe chaude d'hiver frette, l'odeur forte qui nous saute au nez, cette odeur-là, vous en faites quoi?

GILLES DUGUAY :
Du monde à Val-David

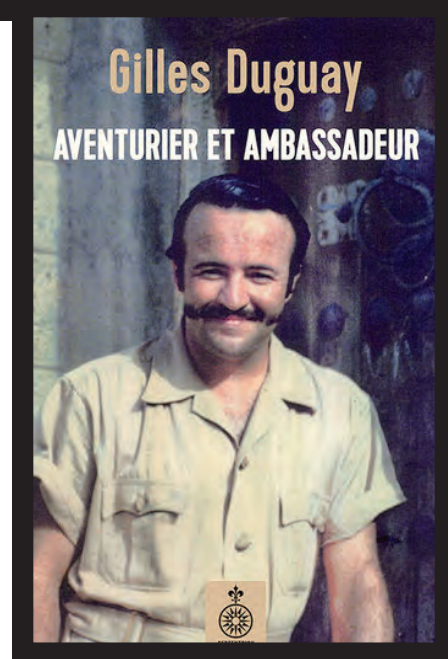
Michel Allard

Jeune, Gilles Duguay rêvait de devenir écrivain. Mais les circonstances de la vie, ou plutôt sa faculté à tirer parti des circonstances de la vie en a décidé autrement. Après avoir exercé en Afrique, en Asie, en Europe, au Canada et au Québec plusieurs fonctions qui tiennent à la fois du diplomate et de l'aventurier, Gilles Duguay s'est établi à Val-David, où, écrit-il : « je me réfugie dans mon travail d'écrivain, au Trou du siffleux, mon cabanon, pour essayer de retrouver un semblant de paix intérieure » (p. 522-523). On ne saura jamais s'il l'a retrouvée.

Toutefois, à l'image de l'homme qui a bourlingué dans les arcanes des grands de ce monde, son ouvrage est difficilement définissable. Duguay fait œuvre tantôt de mémorialiste en découvrant de l'intérieur des événements dont il a été à la fois témoin et acteur, entre autres l'affrontement Canada-Québec portant sur la reconnaissance internationale du Québec (chapitres 19 et 20).

Par son approche chronologique des événements (voir la table des matières), il s'inscrit aussi dans la lignée des rédacteurs d'annales qui, d'année en année, parfois de mois en mois, notent scrupuleusement les faits et gestes de leur monde.

En émaillant son récit d'informations et d'anecdotes sur sa vie personnelle et professionnelle, Duguay devient enfin biographe, ou plutôt autobiographe.



Bref, le livre de Duguay peut être abordé sous différents angles, mais toujours il nous informe et nourrit la réflexion.

Si nous ajoutons que Duguay ne s'encombre pas d'un charabia de rond de cuir, qu'il écrit à la fois justement et harmonieusement, la lecture de son œuvre chante agréablement à notre oreille intérieure.

Duguay, Gilles. *Aventurier et ambassadeur*. Québec, Septentrion, 2018, 555 pages.

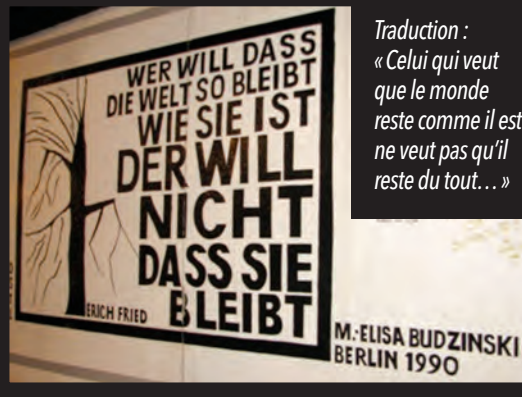


MURMURES**Patrice Férarès**

« On bâtit des murs pour se protéger et ce sont ces murs qui un jour deviennent une prison... »
– Frédéric Beigbeder (*L'amour dure trois ans*)

Janvier 2019. Dans quelques mois nous allons célébrer le 30^e anniversaire de la chute du mur de Berlin; pendant ce temps, à Washington, des employés du gouvernement états-unien commencent à se taper la tête contre les murs...

Voilà en effet déjà presque un mois que la signature du budget est bloquée à cause de leur employeur, le président républicain des États-Unis, qui veut obtenir plus de 5 milliards de dollars pour financer la construction d'un mur le long de la frontière mexicaine, argent que refuse de lui accorder le Congrès à majorité démocrate... Et à force de ne rien faire, il va finir par se retrouver au pied du mur, car les conséquences sont que 800 000 employés fédéraux n'ont pas de salaire depuis 4 semaines (au moment où j'écris ces lignes), « record battu »! Pour eux, cette histoire commence à ressembler de plus en plus à un mur des Lamentations... Et elle pourrait se terminer en déconfiture (de mur...): 5,7 milliards de dollars! Imaginez ce que l'on pourrait faire avec cet argent si on l'injectait plutôt dans un système de santé ou bien dans le système éducatif!



Traduction :
« Celui qui veut que le monde reste comme il est ne veut pas qu'il reste du tout... »



Cela pourrait par exemple servir à expliquer aux jeunes états-unis qu'il est préférable de voter pour le représentant d'un parti dont le symbole est un âne (les démocrates) plutôt que de voter pour l'âne lui-même...

La sagesse n'atteint visiblement pas tous les hommes d'âge mûr, parce qu'à voir son comportement et à entendre ses déclarations, m'est avis que la vitesse de son esprit ne franchira jamais le mur du son...

On a beau le lui crier, il ne veut rien entendre et reste entêté; il s'en va droit dans le mur mais ne s'en rend même pas compte... Parfois, les murs ont des oreilles (en attendant, on dirait plutôt que ce sont ses oreilles qui ont des murs...), mais je ne suis pas sûr que, même si l'on construisait son mur, il finirait par entendre... raison...

Un de mes professeurs avait pour habitude de parler (volontairement) doucement, il fallait donc tendre l'oreille pour l'écouter; on pourrait peut-être essayer cette technique avec M. Trump. Au lieu de lui crier dessus, il faudrait qu'on lui murmure... que « l'homme n'est pas fait pour construire des murs mais pour construire des ponts » (Lao Tseu).

**DES NOUVELLES**

• C'est avec reconnaissance que la direction de l'école secondaire Augustin-Norbert-Morin et le conseil d'établissement se sont vu remettre récemment une subvention de 25 000 \$ par le conseil des maires de la MRC des Pays-d'en-Haut. Ce montant permettra la poursuite du projet de diffusion de spectacles à la salle ANM. Cette salle présente des spectacles dont tous les profits générés sont versés au Fonds réveille-matin destiné aux élèves de la région ayant des besoins ponctuels.

• Fin janvier dernier, Monsieur Claude Beaulac a été nommé commissaire de la circonscription no 4

au sein du conseil des commissaires. Actuellement vice-président ventes et marketing dans une entreprise manufacturière dans les Laurentides, monsieur Beaulac possède une large expérience en relations interpersonnelles, ainsi qu'en analyse et en résolution de problèmes. Durant de nombreuses années, il s'est également impliqué dans les conseils d'établissement des écoles que ses enfants ont fréquentées. Il désire maintenant jouer un rôle plus important au sein du milieu scolaire et mettre son expertise au service des élèves et des parents de sa communauté.



Cyril Lepage, astrologue
819 322-2152 | cyril.lepage@hotmail.fr

FÉVRIER 2019

BÉLIER

À compter de la deuxième partie de ce mois, vous allez devoir «slacker» la pédale dans vos déplacements, car vous êtes sous les aspects négatifs de la planète Mars, celle de l'énergie, de la vitesse, et ce, tant sur la route que dans vos occupations à la maison : zéro risque! Dans le domaine des affaires, la planète Uranus peut vous apporter autant de chance que de revers financiers, soyez donc vigilant dans vos dépenses et vos transactions.

TAUREAU

La santé, l'amour et les affaires vous donnent un rendez-vous galant : profitez-en! De plus, un peu d'exercice vous ferait grand bien si vous voulez retrouver la forme. Vers la mi-février, attendez-vous à un surplus d'énergie qui pourrait vous rendre hyperactif et non négociable avec vos proches...

GÉMEAUX

Le transit de la planète Jupiter dans le secteur de vos relations, contrats et associations peut créer des tensions dans ces domaines si vous acceptez tout ce qui vous est offert pour ne rien perdre : à vous de bien gérer votre soif et votre appétit... Sur la fin du mois, un brin de solitude vous attend, mais il faut savoir qu'un Gémeaux s'adapte à toutes situations...

L'ASTROLOGIE EST UN ART, l'horoscope, une fantaisie de l'artiste!

CANCER

Ce février risque de vous faire ombrager dans presque tous les domaines, mais vous aurez réponse aux espoirs que vous nourrissez, sur la fin du mois. Nous reviendrons sur le sujet pour l'horoscope de mars. D'ici là, les voyages à l'étranger sont à bannir de votre agenda.

LION

Vous êtes sous les feux de la rampe pour une partie de ce février, après, ça se complique sur le plan santé, et si vous voulez garder la forme, on vous recommande de consulter votre médecin, si besoin est. Par ailleurs, le temps est propice aux voyages même si vous devez y rencontrer quelques obstacles, car vous avez Jupiter comme garde du corps pour le reste de l'année!

VERGE

En général, la vie est bonne pour vous, mais attendez-vous à quelques fluctuations en cette période Valentine du fait que vous avez tendance à exulter et à déprimer en même temps. La planète Vénus vous donnant un besoin de beauté qui vous plonge dans le narcissisme, vous réussissez à faire abstraction de tout ce qui cloche dans les autres domaines de votre vie, et c'est bien comme ça!

BALANCE

Il y a du ménage à faire dans presque toutes les sphères de votre vie. Vous avez probablement fait confiance à des entités qui ne vous méritaient pas, mais avec lesquelles vous avez partagé et l'argent et l'amour. Ce qui fait qu'aujourd'hui, vous vous retrouvez solitaire, méditatif et quelque peu frustré. Par contre, il faut s'attendre à une renaissance de votre identité fondamentale, une fois que vous aurez intégré ce nouveau pays en vous qui ne saurait tarder, une fois de plus, à vous accueillir : heureuse renaissance!

SCORPION

Votre planète Mars est dans une position qui vous aidera à carburer à Éros pour pallier votre quotidien qui frise les

travaux d'Hercule! Oui! L'amour viendra panser vos petits bobos égotiques qui vous éloignaient de ceux et celles qui vous aiment. Par contre, cette planète Mars s'oppose à votre Soleil natal (votre identité), dès le 14 de ce mois; il est donc préférable de laisser tomber les armes avant qu'elles ne se retournent contre vous...

SAGITTAIRE

Tout le monde sait que les Sagittaire sont joviaux, agréables de compagnie et expansifs. Ils aiment l'activité communautaire et l'association avec d'autres personnes et se lient assez facilement. Mais en ce février, la confusion les guette, car ils sont – comme on dirait – « en relation d'aide » avec des gens assez perturbés et ils n'ont pas la formation nécessaire pour répondre à leurs besoins. Bien sûr, je parle de ces Sagittaire qui croient dur comme fer que sans formation ils ont tout ce qu'il faut pour aider n'importe qui. Mais on ne peut trouver meilleur enseignant, meilleur psychologue et meilleur aidant qu'un Sagittaire qui a fait ses classes!

CAPRICORNE

De nouvelles avenues se dessinent tant dans le domaine de votre vie privée que dans celui du travail et des affaires. Au cours de février, si vous avez eu des problèmes de santé, vous referez le plein d'énergie. Par ailleurs, la tension règne dans votre vie familiale et sentimentale, mais avec un peu

de patience et de tact, vous y ramènerez sûrement l'harmonie. Au mois de mars, on vous retrouve donc quasi invincible et pétant de santé!

VERSEAU

Vous avez toutes les chances de réussir ce que vous entreprenez avant la fin du mois, qui s'avère quelque peu tordu au travail. Il est donc probable que vous aurez tendance à changer d'air dans ce domaine si l'atmosphère s'appesantit davantage. Mais si vous en avez la patience, attendez avril avant de prendre une décision, car c'est là que le ciel vous jettera toutes les chances dans de nouveaux horizons des plus prometteurs! Entre-temps, la planète Mars vous a à l'œil dans vos déplacements et voyages, surtout en fin de février et tout le mois de mars. Prudence...

POISSONS

La chance vous tend le flanc, chers Poissons, et ce, en amour, en santé et en affaires. Février est une phase pour vous refaire une santé et une beauté : vous le méritez! Le temps est donc à l'action et non à la parlotte, car votre tête s'est vidée de toutes idées négatives ainsi que de projets farfelus et utopiques. Comme chantait Brel, et je cite : « Voici venu le temps de vivre, voici venu le temps d'aimer! » Vous voilà le Valentin rêvé en ce magique février!

Heureuse fête à tous les Valentin et Valentine!

CLINIQUE
VITALITÉ

POUR UN HIVER EN SANTÉ !

ACUPUNCTURE
OSTÉOPATHIE
MASSOTHÉRAPIE

VOTRE ÉQUIPE VITALITÉ

Sophie Soliman	Julien Rivard
Amélie Benoit	François Aubry
Christopher Garbrecht	

CLINIQUE VITALITÉ

1288, rue Jean-Baptiste Dufresne,
Val-David

819-322-3081

clinique-vitalite.com

POUR TOUTE
RÉSERVATION
PUBLICITAIRE

Isabelle Monette

819 323-6417

isabelle@ski-se-dit.info

DECOUVREZ L'APPLICATION
VAL-DAVID PLUS

ÉVÉNEMENTS

CULTURE

RESTAURANTS

HÉBERGEMENT

ET BIEN PLUS!

Téléchargez
maintenant

Présenté par **IMAGE MOBILE.ca**

Pour plus d'info : www.valdavidplus.com • 514 242-2699

ÉDITIONS VA SAVOIR : À CHACUN SON STRESS, ET la santé de tout le monde sera bien gardée

Michel-Pierre Sarrazin

Sonia Lupien n'a pas la langue dans sa poche et c'est tant mieux pour nous. Native de Sainte-Agathe-des-Monts, cette scientifique de haut vol¹ lance d'ici quelques semaines son deuxième ouvrage sur le stress, sous l'étiquette des Éditions Va Savoir, une maison d'édition qu'elle a créée récemment pour s'assurer de la rigueur des contenus publiés. Elle a aimablement amputé son agenda de ministre pour parler de son projet aux lecteurs du journal *Ski-se-Dit*.

MPS – Pourquoi créer une maison d'édition?

SL – Je trouvais qu'il y avait de la place pour une maison d'édition qui s'assure que ce qui est publié est validé par des scientifiques et qu'on ne tourne pas les coins ronds. Je n'avais pas envie de publier un deuxième ouvrage sur le stress² sans cette condition. Lorsque les gens achètent le livre, ils ont besoin de savoir que les infos qu'il contient sont validées scientifiquement et font état de la recherche actuelle véritable.

MPS – Pourquoi l'avoir située à Mont-Tremblant?

SL – C'est là que j'écris et travaille sur mes publications, mais c'est surtout parce que... j'aimais le nom de la rue : impasse des Bourons, ça fait un peu Hobbit, maison en forme de champignon... j'aimais ça!

MPS – Comment vous est venue l'envie de travailler sur le stress?

SL – Au moment de faire mon doctorat, je cherchais un sujet qui me passionnerait assez pour engager toute ma vie et je suis tombée sur une étude qui parlait du stress chez les personnes âgées. Je me suis sentie alors comme Obélix qui tombe dans la potion magique : j'avais trouvé! Je le dis souvent à mes étudiants : pour faire un travail de chercheur, il faut trouver sa « passion dévorante ». Sinon, on laisse tomber, c'est trop dur.

MPS – Quel est votre projet pour la maison d'édition Va Savoir?

SL – Mon but dans la vie est que ce qu'on découvre serve à quelque chose. Sinon, ça ne m'intéresse pas. Après le succès de mon premier livre *Par amour du stress*, et parce que vous m'avez dit que vous aviez appris beaucoup de choses qui vous ont aidés, j'ai décidé de poursuivre l'écriture d'ouvrages de vulgarisation scientifique. Notre maison d'édition propose trois collections : de grands essais de vulgarisation scientifique comme ce qui va paraître en mars, *À chacun son stress*; une collection qui s'appelle « Bain de science », soit de petits livres « qui se lisent (en une heure) dans le bain avant que l'eau soit froide, ou au milieu d'un bain de foule... »; et finalement, pour les enfants, une collection en développement, nommée « 15 minutes de science svp! », des albums illustrés et rédigés pour aider les enfants à comprendre divers phénomènes scientifiques (à paraître prochainement : *À la recherche de la mémoire de grand-maman*).



Sara Maude Ravenelle

MPS – Vous avez aussi un superbe site internet...

SL – Oui, pour ceux qui n'ont pas les moyens d'acheter mes livres, ça s'appelle www.stresshumain.ca. Il y a là plein, plein d'informations faciles d'accès pour tout le monde. On peut aussi y télécharger notre magazine d'information gratuit le **Mammoth Magazine**, qui propose des articles sur des sujets reliés à nos recherches. Sur notre site, souvent donné en référence par les médecins, on peut trouver des articles faciles à lire sur des sujets qui touchent tout le monde, comme : « Humour, stress et épuisement professionnel »; « Votre chien peut-il vous aider à combattre votre stress? »; « Ne pas pouvoir répondre à son téléphone cellulaire quand celui-ci sonne génère de l'anxiété et diminue la performance cognitive »; ou encore : « l'odeur corporelle de votre partenaire amoureux peut-elle réduire votre stress? ». Et voici un « scoop » sur notre prochain numéro du *Mammoth Magazine* : il portera sur le thème « stress et sommeil ». Beaucoup de gens ont besoin d'information sur ce sujet. Dans tous les cas, notre approche consiste à donner une information de qualité, scientifique tout en étant accessible au grand public. Au début de nos activités de vulgarisation scientifique, on demandait même à nos grands-mères de lire nos textes pour être sûr qu'ils étaient clairs! Et croyez-moi, quand ça n'est pas clair pour grand-maman, elle vous le dit clairement!

MPS – Que prévoyez-vous comme développement pour les Éditions Va Savoir?

SL – Vous savez, je suis chercheuse avant tout, alors comme j'ai déjà pas mal de travail, l'idée est de publier quand nous sommes vraiment prêts. Quand un livre va sortir, il va être bon!

Aujourd'hui, personne n'est indifférent à une meilleure connaissance du fonctionnement humain. Le stress est, comme beaucoup d'autres choses dans la vie, responsable aussi bien de ce qui peut nous

arriver de mieux comme de ce qui peut se produire de pire. Derrière ce petit mot se cache un univers de réactions devant une situation changeante, perçue soit comme une agression, soit comme un défi. L'attitude des humains face à ce moment impromptu est la même aujourd'hui qu'il y a 45 000 ans, quand le chasseur de mammoth devait prendre la décision entre faire face à la menace ou fuir. Mais désormais, les recherches de Sonia Lupien et des chercheurs qui l'accompagnent dans ce long voyage de la connaissance du stress sont d'autant plus utiles que la chercheuse se donne la peine de les vulgariser au fur et à mesure de ses découvertes. C'est offrir là une arme formidable à qui doit affronter ses mammoths intérieurs au quotidien.

¹ Sonia Lupien est directrice du Centre d'études sur le stress humain de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal et professeure titulaire au Département de psychiatrie de l'Université de Montréal. Elle a récemment été élue par ses pairs présidente de l'International Society of Psychoneuroendocrinology (ISPNE). Excellente vulgarisatrice, chroniqueuse à l'émission *Médium Large* de Radio-Canada, elle est l'une des figures de proue du transfert des connaissances scientifiques auprès du public. De nombreux prix pour la qualité de ses travaux scientifiques et pour son travail de vulgarisation lui ont valu une réputation internationale.

² *Par amour du stress*, son premier livre sur le sujet, s'est vendu à plus de 25 000 exemplaires. Il fait autorité dans le domaine.

LA FERME et son État
un film de **MARC SÉGUIN**

avec la participation de
Jean-Martin Fortier – André Desmarais – Dominic Lamontagne – Fernande Ouellet
Joël Salatin – Benoît Girouard – Marcel Groleau – Jean Pronovost – Dr Martin Juneau
Maude-Hélène Desroches – Aurélien Pochard – Amélie Bourbonnais

image: Claudine Saucé
montage: Alain Baril
production déléguée: Kimberlee Clarke
directrice de production: Gabrielle Bouchard
montage: Isabelle Hébert-Gauthier
avis de son: Martyna Morin
scénariste: Martine Leclerc
design graphique: Denise Dubois

Le Comité consultatif en environnement (CCE) de Sainte-Lucie-des-Laurentides, en collaboration avec l'Association récréative, organise une projection gratuite du film de Marc Séguin *La Ferme et son État*. La projection aura lieu à la salle communautaire, située au 2059, chemin des Hauteurs, à Sainte-Lucie-des-Laurentides, le **16 février prochain à 13 h 30 (ouverture des portes à 13 h)**.

Le visionnement sera suivi d'une période d'échange animée par Dominic Lamontagne, un des protagonistes du film.

FESTOUILLE ET OASIS DE saveurs sur la neige

Louise Duhamel

Cuisinière et résidente de Val-David

F comme dans février, froid, faim, freneuse, fane, fettunta, farlouche, frichtouiller, fricassée, frisée, fromage fermier, vin fruité, farigoule, féca, fenouil, festin, festouille, faïence, famille, festoyer... facile mais pas fade!

Nous voici en plein dans l'hiver froid et rigoureux de février. Pour apaiser sa faim après avoir passé un bon moment dehors à se rougir les joues en patinant, en skiant, en faisant de la raquette ou de la planche à neige... quoi de mieux qu'un potage brûlant? Je vous suggère le potage freneuse, composé de navets et de pommes de terre, des légumes racines bien de saison auxquels on ajoute de l'oignon et/ou du poireau. Comme garniture, vous pourriez utiliser les tiges et les feuilles de navet (communément appelées fanes) ainsi que quelques minuscules perles de navet. J'accompagnerais ce potage de *fettunta*. Petite tranche de pain suffisamment épaisse pour qu'elle conserve son moelleux, la *fettunta* est grillée ou poêlée puis frottée d'ail et nappée d'huile d'olive, traditionnellement *del frantoio*, c'est-à-dire du pressoir. Elle est très populaire en Toscane, voire partout en Italie, alors pourquoi ne le serait-elle pas ici aussi? Je profite souvent d'une baguette un peu rassie pour faire de telles tartines.

Pour dessert, je vous suggère la tarte à la farlouche (ou ferlouche) « revisitée ». Cette tarte à base de mélasse, de cassonade et de raisins secs est un classique de notre cuisine traditionnelle québécoise. J'adore transformer les classiques, et cette tarte, de prime abord peu réjouissante, pourrait devenir le clou de votre repas! Il suffit de la parfumer autrement : ajoutez du zeste d'orange dans le



mélange mélasse-raisins et un concassé d'orange sur la tarte cuite, puis garnissez le tout d'une chantilly parfumée à la vanille et à la cardamome. Vous verrez, c'est surprenant et très bon.

Si, en plus, l'envie vous prend de frichtouiller un peu, offrez-vous une petite fricassée. Pour quelque chose de plus léger, une salade à base de frisée fera probablement l'affaire. Cette jolie salade légèrement amère est aussi appelée chicorée frisée. Agrémentée de quelques lardons sautés, d'un œuf poché et assaisonnée d'une vinaigrette à base de

vinaigre de Xérès, elle s'accompagne bien d'un fromage frais ou d'un fromage fermier. Et arrosez joyeusement votre repas d'un vin fruité éclatant!

Pour aider à digérer le tout et ajouter une note festive à votre repas, servez une once de farigoule, liqueur provençale à base de thym. Mais certains préféreront peut-être un féca (café en verlan) ou une tisane de fenouil, qui sait?

Voilà une festouille qui sera facile à préparer mais qui ne sera certainement pas fade. De plus, ce repas

prendra des allures de grand festin si vous sortez la soupière en faïence, cet héritage familial qui traîne dans votre armoire.

Bon appétit!

POTAGE FRENEUSE

pour 4 à 6 personnes

500 g	de navets
300 g	de blanc de poireau
200 g	de céleri-rave
100 g	de pommes de terre
1,5 litre	de bouillon de volaille ou de légumes
60 g	de beurre
Au goût	sel et poivre
100 ml	de crème 35 %

- Épluchez et lavez tous les légumes.
- Prélevez 100 g de perles (petites boules) de navet pour la garniture.
- Émincez les oignons et les poireaux et faites-les suer dans du beurre.
- Émincez les navets et les pommes de terre et ajoutez-les aux oignons.
- Ajoutez le bouillon et assaisonnez. Faites cuire environ 20 à 25 minutes.
- Passez au mélangeur puis au chinois ou dans un tamis.
- Remettez le potage sur le feu et ajoutez la crème. Donnez un bouillon puis servez en soupière. Garnissez de perles de navet suées au beurre et/ou de fanes émincées, blanchies puis elles aussi suées au beurre.

Note de la chroniqueuse : parfois, je remplace le bouillon par du jus de pomme et j'assaisonne les perles de navet avec de la poudre de cari. C'est délicieux!

L'armoire du chef

Pour vous réchauffer ce mois-ci, épicez vos plats.

À vos œufs brouillés, ajoutez des oignons et des poivrons verts taillés en petits dés et sués dans de l'huile d'olive. Puis ajoutez de la crème ou du yogourt, du curcuma, du gingembre, du sel et du poivre. Quand vos œufs sont cuits mais crémeux, servez-les avec de la coriandre fraîche.

Parfumez votre salade de fruits en préparant un sirop avec du sucre et de l'eau dans lequel vous ferez infuser un bâton de vanille coupé sur le long, un bâton de cannelle, des graines de fenouil et de cumin, du poivre noir concassé. Arrosez votre salade de ce sirop et d'un peu de jus de citron ou de lime. Miam!

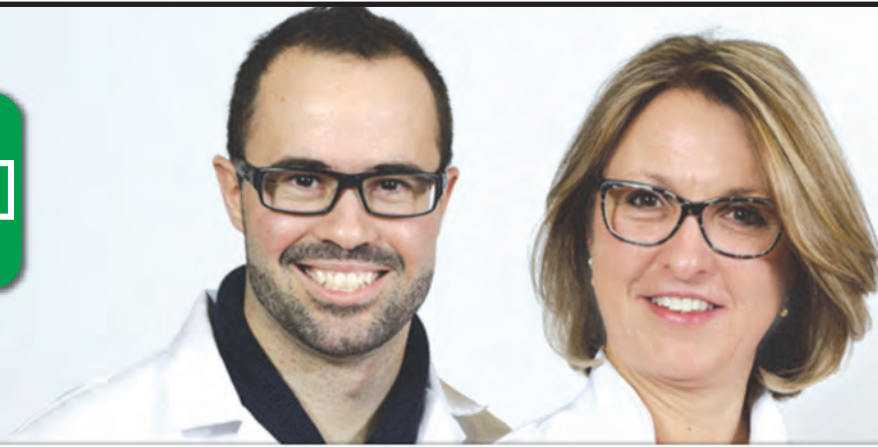
Dans votre thé noir, ajoutez de la racine de gingembre, un bâton de cannelle, des graines de cardamome, un clou de girofle puis, au goût, sucrez et déposez-y un nuage de lait chaud.

À défaut de vous réchauffer, ces trucs vous feront explorer l'art des épices!





affiliées à :



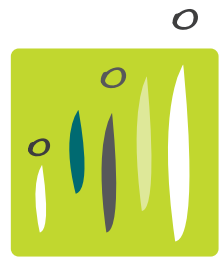
- SANTÉ VOYAGE
- VACCINATION
- HYPERTENSION
- DIABÈTE
- CHOLESTÉROL
- NETTOYAGE D'OREILLE (AVEC PRESCRIPTION)
- SOINS DES PIEDS

LUNDI AU VENDREDI
9 h à 20 h
SAMEDI
9 h à 17 h
DIMANCHE
10 h à 17 h

 **Familiprix**

Maxim Charland
et **Véronique Segard**
PHARMACIENS

1291, rue J-B Dufresne, Val-David, Qc J0T 2N0
T **819 322.3232** F **819 322.6434**



clinique
DENTAIRE
VAL-DAVID

DR JEAN-FRANÇOIS PITT
Chirurgien-dentiste

Heures d'ouverture
Lundi - mercredi : 8 h 30 à 19 h
Mardi : 8 h 30 à 16 h
Jeudi : 8 h 30 à 16 h 30
Vendredi : 8 h 30 à 15 h (1 sur 3)

Dentisterie familiale - Esthétique - Chirurgie - Ponts - Traitement de canal
Service d'implants et denturologie Benoît Hébert

2350, rue de l'Église, Val-David 819 322-9999

Avec plus de quinze ans d'expérience, M. Hébert offre ici même à Val-David une gamme complète de services en denturologie.

Consultation, fabrication, réparation et entretien de prothèses.



BENOÎT HÉBERT, D.D., DENTUROLOGISTE

CLINIQUE DENTAIRE VAL-DAVID
DR JEAN-FRANÇOIS PITT, chirurgien-dentiste

2350, rue de l'Église, VAL-DAVID | 819 322-9999

WINDOWS - MAC - LINUX
IPHONE - IPAD - ANDROID



CTRL-ALT-MAT
Services informatiques

info@ctrl-alt-mat.com
450-675-4693

f g+ t

céramiques . marbres . ardoises . mosaïques

cera-mosa
COMPTOIR DE GRANIT

R.B.Q. : 8280520118

Michel Lavallée
1615, Rte 117, Val-David (Québec) 819-322-3332

L'ACHAT LOCAL EST PROFITABLE À TOUS!

CLOUTIER & FILS EXCAVATION

1310, route 117, Val-David, 819 322-1421

PIZZA NIKO'S

950, Route 117, Val-David, 819 322-3422

Faites-vous connaître avec **Ski-se-Dit**.
7000 lecteurs assidus, chaque mois. 819 323-6417 • isabelle@ski-se-dit.info

MARCHÉS D'ICI
VAL-DAVID

RENDEZ-VOUS D'HIVER

Produits fermiers et plats cuisinés pour la famille

École Saint-Jean-Baptiste à Val-David (face à la mairie)

SAMEDI DE 10 H À 13 H | 2 mars • 20 avril 2019

marchesdici.org | f Marchés d'ici | @marchesd'ici



bonjour
Agence immobilière

LOUISE BELLEROSE 819-324-7780 | CAROLINE MAGNAN-DAVID 819-421-1414



Etienne SAVARD inc.

Société par actions d'un courtier immobilier

819 322 3666

etienne.savard@remax-quebec.com
www.etiennesavard.com



bonjour

Agence immobilière

Le seul courtier
RE/MAX
avec bureau situé
à Val-David

2515, rue de l'Église
VAL-DAVID



VAL-MORIN - 145 000 \$

Plain-pied lumineux avec un palier, 3 CAC, 1 bureau, 2 salles de bain. Grande chambre des maîtres avec porte patio donnant sur la cour. Foyer au salon. Garage. Remise. Terrain de 13 609 PC. MLS 27021099



VAL-DAVID - NOUVEAU PRIX 279 900 \$

Grande propriété de 74 466 PC paysagée, traversée par le ruisseau Doncaster avec petit pont. Cottage de 2 CAC, Étage des maîtres avec immense CCP offrant une belle vue du ruisseau et salle de bain attenante. CAC du rez de chaussée avec foyer. Salon et SAM avec boiseries, foyer au propane. Directement sur la piste cyclable menant au village, ski, etc. MLS 26704193



VAL-DAVID - 259 000 \$

Plain-pied 2003 bien entretenu. Grand terrain boisé de 43 276 PC, très intime et entretenu annuellement. Tout près du village. Plancher de bois franc partout et céramique dans les salles de bain. Plafond cathédrale en bois au salon et foyer de brique. CCP avec porte patio + balcon donnant sur la cour et grand walk-in 5x14. Grand Garage. A voir! MLS 22271437



SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES - 325 000 \$

Bord du lac Dufresne (navigable/moteur avec restrictions). Terrain privé, paysagé et boisé de 47 890 PC ayant façade de 178 pieds sur le lac avec barrière en fer forgé à l'entrée. Plain-pied de 2 chambres. Grande aire ouverte (salon, SAM et cuisine) avec vue sur le lac et les montagnes. MLS 27237410



VAL-DAVID - 225 000 \$

Vue panoramique des montagnes. Lumineux plain-pied de 3 chambres, 2 salles de bain, 2 foyers, salle familiale en rez-de-jardin. Grande terrasse avec vue. A proximité du cœur villageois, et du réseau de plein air. Terrain boisé de 21 710 PC. Plancher de bois franc et céramique. MLS 22938353



SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES - 205 000 \$

Maison à étages lumineuses de 3 chambres à coucher. Grand terrain 50 687 PC, intime et privé, entouré d'arbres matures. Belle vue des montagnes. Grande terrasse ensoleillée, orientation sud. Garage détaché/chauffé, entrée électrique indépendante et deuxième étage offrant du rangement supplémentaire ou espace de travail. ± 7 min du village de Val-David. MLS 10642633



VAL-MORIN - 50 000 \$

Maison mobile sise au pied des pentes de ski du Mont Belle-Neige. Grandes pièces à aire ouverte, 2 chambres, grand hall d'entrée, cuisine et salle de bain en céramique. Grande fenestration récente. Terrain loué 265\$/mois. Ski in/Ski out. Idéal comme pied à terre ou à l'année. Accès à la piscine creusée du domaine et déneigement inclus dans le bail. MLS 15305033



VAL-DAVID - 449 000 \$

Domaine de prestige. Élegante et lumineuse propriété au pied du Mont Plante, adossée au parc régional et au cœur des activités de plein air. Accès direct au ski de fond, piste cyclable menant au village à ± 1km. 3 CAC. Un grand bureau. Cuisine avec beaucoup d'espace de travail et de rangement. Salon avec foyer combi lente. Terrain 28 949 PC. A Voir! MLS 22304738



VAL-MORIN - 174 000 \$

Emplacement privé avec vue panoramique des montagnes et des environs. Charmante propriété à aire ouverte, 2 chambres, magnifique et spacieux quartier des maîtres au sous-sol avec chambre, foyer au gaz, salle d'eau, sortie extérieure. Belle cave à vin de vos rêves pouvant aussi servir de chambre froide. Spa avec abri, piscine hors-terre et terrasse. MLS 11601425



VAL-DAVID - 310 000 \$

Grand plain-pied lumineux de 4 CAC + 1 bureau. Offrant plusieurs possibilités, intergénérationnel ou grande famille avec 2 cuisines, 2 SAM, 2 salons, 3 SDB, 2 foyers, etc. Agrandi et rénové en 2016 "toiture de tôle, revêtement extérieur, galerie, intérieur, etc. A proximité des services et cœur villageois. Accès notarié à la plage du Lac Bleu. MLS 21032731



VAL-DAVID - 339 000 \$

104 PIEDS SUR LE BORD DE LA RIVIÈRE (CANOT/KAYAK). Emplacement privé et paysagé. Spacieuse et lumineuse propriété 4 CAC + un bureau. + un logement/loft entièrement refait 2013. Grand patio et plus. Distance de marche du village et ses activités. A VOIR!!! MLS 23113084



VAL-MORIN - 99 500 \$

Beau bord de la Rivière du Nord. Accès direct pour canot/kayak. Chalet habité à l'année présentement. Lumineux, vue sur la rivière, 2 chambres, 2 vérandas, salle de bain et armoires de cuisine rénovées, bardeaux de toiture 2015. A été raccordée aux égouts municipaux en septembre 2018. Terrain plat de 12 052 PC. Proximité du parc linéaire. MLS 27596863



VAL-DAVID - 395 000 \$

Domaine du cerf, pour amant de la nature. Cottage offrant beaucoup de cachet avec poutres apparentes et plancher de pin de 6 à 8 pouces de large, moulures de pin. Armoires de cuisine en pin avec îlot. 3 CAC, 1 bureau et sous-sol aménagé offrant la possibilité d'une CAC de plus. Immense terrasse avec piscine chauffée. Terrain boisé 32 333 PC. MLS 15401452



VAL-DAVID - 215 000 \$

Secteur recherché du Domaine de l'air pur. Propriété de style Suisse. 3 chambres + mezzanine, 2 SDB. Grande fenestration offrant une bonne luminosité avec une vue sur les montagnes, très privé. Près du village, parc linéaire et pistes de ski. Proximité des sentiers de plein air. MLS 23580017



VAL-DAVID - 335 000 \$

Secteur recherché du Mont Césaire. Grand plain-pied de 3 CAC et 1 bureau. Aire ouverte, plafond cathédrale au salon et SAM. Cuisine 2017 (armoire et comptoir de granite) et les 2 salles de bain 2018 refaites entièrement. Garage. Au cœur des activités de plein air, ski de fond, raquette, vélo, sentiers pédestres. A environ 1 km du village. Et plus! MLS 25746198



VAL-DAVID - 169 000 \$

Projet rénovation, pour contracteur ou rénovateur averti. Beau potentiel. Plusieurs travaux commencés, non fini. Maison de style suisse. Garage. Domaine Chantclair. Terrain 33 879 PC. Proximité du village, du parc régional et linéaire, etc. MLS 19372531



SAINTE-ADELE - 208 000 \$

Maison style Canadienne offrant beaucoup de cachet. Immense salon avec foyer de pierre et poutres apparentes. Grande salle à manger, cuisine avec îlot et porte patio donnant sur la cour. 3 CAC à l'étage et une SDB. A proximité de tous les services et avec accès facile. Emplacement privé et intime, sur un bout de chemin privé à l'abri des regards. MLS 26447066



VAL-DAVID - 295 000 \$

À distance de marche du cœur villageois, parc linéaire et régional. Grand plain-pied lumineux de 3 chambres + beau grand bachelors offrant la possibilité de relier facilement les deux logements ensemble selon vos besoins. Entièrement rénové en 2015. MLS 20373411



VAL-DAVID - 375 000 \$

Construction de qualité. Spacieux plain-pied de 3 CAC, bureau, 2 SDB, grande aire ouverte. Grande salle familiale au sous-sol. Véranda grillagée avec plancher d'ardoise. Garage chauffé 18x28. Chambre froide 10x14. A proximité de plusieurs stations de ski, village et ses activités, parc linéaire et régional. Secteur paisible. Accès au Lac Bleu. MLS 22978438



VAL-DAVID - 538 500 \$

Accès notarié au lac Doré. Duplex de style contemporain. Construction 2014. Fenestration abondante, belle terrasse au deuxième étage. Chacune des unités est équipée d'une belle cuisine avec armoires en bois, comptoir de granite, planchers de bois et céramique et foyer au gaz. Secteur paisible à proximité du village, du parc régional et linéaire. MLS 27032963



VAL-DAVID - 42 000 \$

Maison mobile avec agrandissement. Plusieurs rénovations et améliorations depuis 2013. Terrain loué 190\$/m dans le Domaine Vallée bleue au pied des pentes de ski, accès au lac Bleu et au tennis. Inclus l'internet, l'entretien du gazon, des rues et des entrées l'hiver. A proximité du village, du parc linéaire et régional. MLS 28318410



SAINTE-MARGUERITE-DU-LAC-MASSON 299 000 \$

Domaine des 4 Collines. Endroit paisible et privé. Propriété lumineuse de 4 CAC et 2 SDB. Salon, SAM et cuisine à aire ouverte, foyer au salon et sous-sol en rez-de-jardin avec grande fenestration, possibilité d'intergénérationnel. Grande terrasse avec vue sur les montagnes et coin spa. Grand terrain boisé et paysagé de 43 087 PC. MLS 27401460



VAL-DAVID - 257 000 \$

Accès notarié à la plage du Lac Doré. Maison à palier de 2 chambres, possibilité de 2 autres chambres. 2 salles de bain, armoire de cuisine en chêne. Garage détaché de 23,6x15,5 + atelier de 9x15,9 pieds. Beau grand terrain plat, paysagé, clôturé et terrasse 16 x 24 à l'arrière. Endroit paisible, rue sans issue, proximité du village et parc régional. MLS 19533158



VAL-DAVID - 235 000 \$

Partez directement en ski de fond, vélo ou marche juste en face de votre propriété sur le parc linéaire. En plus d'un accès à la plage du Lac Doré. Endroit paisible sur une petite rue sans issue à proximité du village et du parc régional. Grande maison de 4 chambres, immense salle à manger vitrée sur 3 faces. 2 salles de bain. Véranda 18x9 pieds. MLS 22479997



VAL-DAVID - 299 000 \$

Cottage lumineux, pièces spacieuses. Cuisine refaite en 2013 avec îlot et cuisinière au gaz, immense salon, 4 CAC, 2 foyers au gaz. Sous-sol aménagé avec porte patio donnant sur la cour. Terrain aménagé de 17 455 PC. Secteur paisible à proximité du village et activités de plein air. Installations sont en place pour remettre un logement au sous-sol. MLS 13820895

TERRAINS À VENDRE

VAL-DAVID Prix demandé : 150 000 \$ - MLS 16296650

Beau secteur recherché en développement depuis 2004 environ. À distance de marche de tout (parc linéaire et régional, cœur villageois, etc.) Terrain de 15 263 PC, bordé à l'arrière par le ruisseau Doncaster. Facile à construire, desservi par les services d'aqueduc et égouts municipaux. Faites vite! De plus en plus rare à Val-David.

SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES Prix demandé : 15 000 \$ - MLS 12662221

Grand terrain de 28 411 PC. À ± 8 minutes du village de Val-David et ses activités.

SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES Prix demandé : 17 000 \$ - MLS 16656009

Terrain de 32 656 PC, à ± 5 minutes de Val-David, de ses services et activités de plein air et culturelles. Avec pente légère vers le plein sud. Façade de 193 pieds sur le chemin municipal. Service d'hydro et de téléphone directement accessible. Évaluation municipale 28 500\$. Terrain à gauche du voisin du 1633 1^{er} rang.

VAL-DAVID Prix demandé : 299 000 \$ +TPS/TVQ - MLS 21316111

Grand terrain de 181 909 PC pour développeur ou pour un petit domaine. A proximité de tout. Zonage résidentiel unifamilial. Zone h-11. Desservi par l'aqueduc municipal.

VAL-DAVID Prix demandé : 54 000 \$ - MLS 11005046

Occasion rare à Val-David à ce prix (±1.75\$/pc). Desservi par l'aqueduc et les égouts municipaux. Possibilité de construire un unifamilial ou duplex. Grand terrain de 30 415 pieds carrés. Zone H-28 (possibilité unifamiliale/bi-familiale, isolée ou jumelée) voir urbaniste de la municipalité pour les détails selon vos projets.

SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES Prix demandé : 12 900 \$ - MLS 18144672

Beau terrain plat et boisé de 39 883 PC (200x200). Près de la rivière Doncaster en cascade juste en face. Endroit paisible, idéal pour habiter à l'année ou résidence secondaire. A proximité des activités de plein air (motoneige, ski, raquette, etc.) et ± 8 min du village de Val-David et ses activités (vélo, marche en montagne, resto, épiceries, etc.)

VAL-DAVID Prix demandé : 49 900 \$ +TPS/TVQ - MLS 21906579

Grand terrain de 95 099 pieds carrés, 164 x 581 pieds. Boisé. À proximité du village, ses activités de plein air et culturelles, centre de ski alpin, etc.

VAL-DAVID Prix demandé : 989 000 \$ - MLS 9247205

Superbe emplacement donnant la possibilité de vue panoramique. Terrain de 23,6 acres au bout d'une rue sans issue, à ± 3 km, au cœur du village de Val-David et ses activités. Proximité des sentiers de plein air. Il y a présentement un sentier traversant le terrain. Idéal pour un domaine ou quelques maisons.

VAL-MORIN Prix demandé : 55 000 \$ - MLS 19501961

Terrain de 22 492 PC. Desservi par l'aqueduc municipal. Beau secteur au bout d'une rue sans issue.