Cahier C LE CANADA FRANÇAIS
Le Mercredi 8 octobre 2003

WEEK-END

(Photo Jacques Paul)

Des allures d'époque pour aider le Musée!

MICHEL PHANEUF

Le souper-bénéfice du Musée du Haut-Richelieu s'est une fois de plus avéré une belle réussite, samedi soir dernier, alors que 130 personnes ont répondu à l'invitation des organisateurs. Les gens présents ont entre autres bien apprécié la portion théâtrale de la soirée avec la participation de personnalités locales comme Christiane Marcoux et Nicole Mongeon (notre photo). —• *Page C-2*

Corinne Zarzour dans un spectacle du Cirque du Soleil

MICHEL PHANEUF

Après avoir joué et chanté dans les productions musicales «Notre-Dame-de-Paris» et «Roméo et Juliette», voilà que Corinne Zarzour participe au spectacle «Zumanity» du Cirque du Soleil. La chanteuse a en effet quitté le Québec le 6 octobre dernier pour se rendre à Las Vegas où elle prête sa voix à ce nouveau spectacle. —• *Page C-4*

(Photo Archives)

Réal Fortin perce le mystère du fort Sainte-Thérèse

MICHEL PHANEUF

Son existence était connue des historiens, mais son emplacement exact demeurait un mystère. Voilà qu'au terme de longues et minutieuses recherches, Réal Fortin a finalement réussi à percer ce mystère et retrouvé l'endroit où se dressait le fort Sainte-Thérèse. Ses recherches sont contenues dans un nouvel ouvrage. —• *Page C-3*

(Photo Archives)

DISQUES

Spectacle mémorable du groupe Queen

Cette semaine, nous nous proposons quelques DVD dignes de mention, dont ce spectacle mémorable donné par le groupe Queen au Wembley Stadium en présence de 100 000 fans survoltés. —• *Page C-10*

VIDÉO

Séraphin disponible en format DVD

Après avoir connu un immense succès dans les salles de cinéma du Québec, le film «Séraphin: un homme et son péché» vient de faire son apparition dans les clubs vidéo en format DVD. À voir ou à revoir! —• *Page C-11*

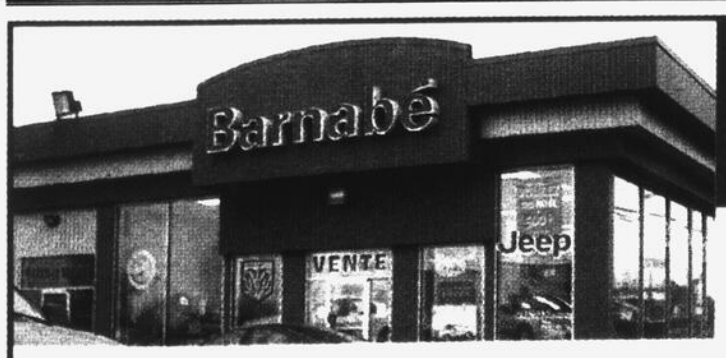
CINÉMA

Sur le seuil: l'horreur à la québécoise!

Sur le seuil est un film québécois qui n'a rien à envier aux films d'horreur américains puisqu'il propose un excellent suspense, de bons effets spéciaux... et une bonne quantité de sang pour faire peur! —• *Page C-8*

SOMMAIRE

Cinéma	C-8	Musique	C-10
Horaire Cinéma	C-9	Lecture	C-8
Horoscope	C-26	Vidéo	C-11



BARNABÉ AUTO INC.
CHRYSLER Dodge Jeep
Du jamais vu !
0% 72 mois
30 DODGE CARAVAN 2003 EN INVENTAIRE
C'est votre chance !

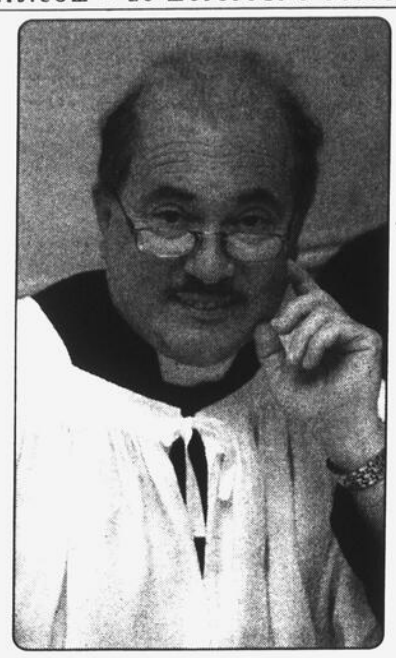
Caravan 2003
026664-3c19-r
438, rue Saint-Jacques, Napierville • (450) 245-3313 • (514) 877-4949 (Mtl)

Le souper-bénéfice du Musée amuse et régale 130 convives

MICHEL PHANEUF

Quelque 130 personnes ont répondu à l'invitation du Musée du Haut-Richelieu et ont assisté, le samedi 4 octobre dernier, au souper-bénéfice de cet organisme. Un cinquième souper annuel qui a une fois de plus répondu aux attentes de ses organisateurs en termes de participation, tout en régalant et en amusant les convives. Un événement bien réussi, indique un porte-parole du Musée.

Quelque 130 personnes ont pris part à ce cinquième souper-bénéfice annuel du Musée.



Le député Claude Bachand a changé de vocation l'espace d'une soirée...

La présidente de la commission scolaire desHautes Rivièress, Nicole Mongeon, avait elle aussi revêtu le costume d'époque.

(Photos Rémy Boily)

Historien et comédien membre du Théâtre de Grand-Pré, François Lafrenière était lui aussi de l'événement.

«Les gens ont bien apprécié la portion théâtrale de la soirée avec la participation de politiciens comme Claude Bachand, Jean-Pierre Paquin et Gilles Dolbec, relate Julien Vézina, responsable des communications au Musée. Certains débordaient de leur rôle, improvisaient et faisaient des allusions; ça a beaucoup amusé les spectateurs».

Ce volet théâtral s'inspirait des «Jaspinages de L'Acadie» de Nicole Martin-Verenka, une petite pièce à saveur historique et humoristique dont les politiciens, en costume d'époque, ont interprété quelques extraits. Le tout ponctué, entre chaque extrait, des différents services du souper gastronomique concocté par le chef Denis Noeser et inspiré des traditions culinaires de Nouvelle-France.

C'est ainsi qu'après avoir goûté les *cretons de canard au cidre de la Montagne Saint-Grégoire*, les convives ont eu droit à une première tranche des «Jaspinages», celui des «Commérages» mettant en vedette Christiane Marcoux, conseillère municipale et Nicole Mongeon, présidence de la commission scolaire des Hautes-Rivières.

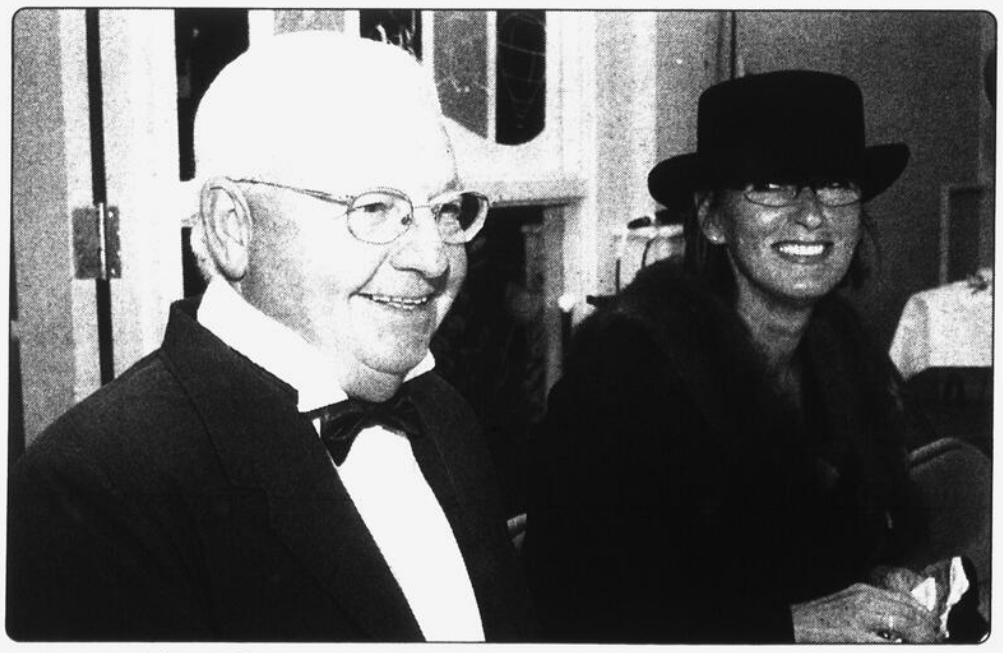
Ce cinquième souper-bénéfice du Musée était sous la présidence d'honneur de Paul Thouin, vice-président marketing de l'International de montgolfières de Saint-Jean-sur-Richelieu.

Ce fut ensuite le *brouet de légumes de l'habitant aux pommes de Rougemont*, suivi, sur scène, de deux autres extraits des «Jaspinages», «Le sermon» et «L'assemblée contradictoire» interprétés par Claude Bachand, député fédéral du comté de Saint-Jean, Jean-Pierre Paquin, député provincial du comté de Saint-Jean, et Alain Paradis, conseiller municipal qui au pied levé a remplacé le député du comté d'Iberville, Jean Rioux.

Après la *volaille farcie à la pomme Cortland de l'éleveur Joseph-Marie d'Amour de Marieville*, le public a pu assister à «La soupirance», un troisième et dernier extrait de la pièce de Mme Verenka, mettant en vedette le maire de Saint-Jean-sur-Richelieu, Gilles Dolbec, et sa conjointe, la conseillère municipale Colette Magnan. Le repas, lui, s'est terminé avec les *feuilles des jardins de Napierville aux copeaux du fromage gré des champs d'Iberville*, et pour couronner le tout, les *gourmandises au chocolat de nos îlesantillaisese et des pommes de nos vergers*.

Tous ces mets raffinés ont beaucoup plu aux personnes présentes, souligne M. Vézina. Servi au Musée même, le souper a fait salle comble ou presque, ce qui ajoute au succès de l'événement. ■

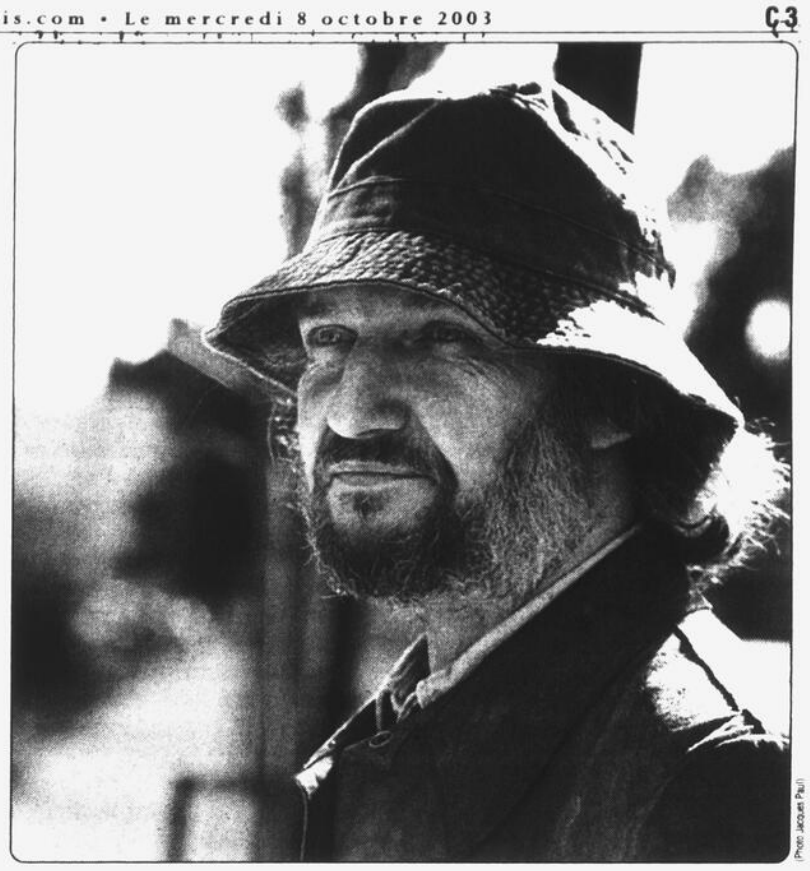
Comme l'a démontré Jean-Pierre Paquin, un député doit savoir porter plusieurs chapeaux différents...



Le maire Gilles Dolbec et sa conjointe, Colette Magnan, n'ont pas fait que prendre part au souper; ils ont aussi tenu un rôle dans la portion théâtrale de la soirée.

Pierre Baillargeon avait invité un membre de sa famille qui était de passage dans la région. Il s'agit de Pierce Loughan, avocat à Londres.

Réal Fortin retrouve le fort Sainte-Thérèse!



Réal Fortin a consacré plusieurs années de travail et de recherches au fort Sainte-Thérèse.

(Photo: Jacques Paul)

MICHEL PHANEUF

Son existence était connue des historiens, mais son emplacement exact demeurait un mystère. Voilà qu'au terme de longues et minutieuses recherches, Réal Fortin a finalement percé ce mystère et retrouvé l'endroit où se dressait le fort Sainte-Thérèse il y a plus de deux siècles. Il livre le fruit de ses recherches dans un ouvrage qu'il vient de publier intitulé «Le fort Sainte-Thérèse et la Nouvelle-France».

Ce n'est pas d'hier que Réal Fortin s'intéresse au fort Sainte-Thérèse. Déjà, il y a plusieurs années, il avait entrepris certaines recherches à ce sujet, mais ne les avait pas poussées très loin, se promettant d'y accorder davantage de temps et d'énergie ultérieurement.

Ces recherches, il les a effectivement reprises, il y a un peu plus de deux ans, en 2001. Avec l'aide de deux autres personnes, Thérèse Ladouceur et Noël Guimont, il a fouillé les archives, les greffes de notaires et la correspondance générale des gouverneurs et intendants de 1666 à 1760 afin de trouver des documents et des informations sur le fort, son histoire et bien sûr son emplacement.

À sa grande satisfaction, un document est finalement venu apporter réponses à ces questions: un acte notarié qui date de 1750 et qui fait état de la concession d'une terre à un dénommé Étienne Davignon. *Une terre et concession de la contenance de quatre arpents de front par vingt-cinq de profondeur sise et située au fort Ste-Thérèse, au milieu de laquelle se trouve la goudronnerie*, peut-on y lire.

En plus de préciser l'emplacement du fort, c'est-à-dire sur la rive ouest du Richelieu, en face de l'île Sainte-Marie, cet acte passé devant le notaire Hodiesne apporte aussi des informations sur la localisation du «four à goudron» qui fut sans doute la première industrie du Haut-Richelieu, souligne l'historien.

D'autres documents feront à leur tour état du hangar érigé non loin par le sieur de Bleury pour y entreposer les bateaux du Roy, ajoute-t-il. Ensemble, ces constructions formaient donc un petit complexe qui servait au transport des marchandises et au ravitaillement le long du Richelieu: le fort pour y entreposer les différentes denrées et pour servir de point de ralliement, le hangar pour y loger les bateaux servant au transport et le goudron du four pour imperméabiliser les coques des bateaux.

Comme l'indique Réal Fortin, il n'a pas toujours été facile de recueillir les informations pertinentes, notamment sur les lots et leurs propriétaires au fil des ans. Par exemple, certaines terres ont été vendues par des personnes autres que leurs propriétaires, soit parce que ceux-ci sont décédés, soit parce qu'ils ont quitté le pays sans se départir de leurs biens fonciers. Ceci a passablement compliqué les recherches, particulièrement au chapitre des actes notariés, fait-il valoir.

Mais en fin de compte, ces efforts auront donné des résultats inespérés. «Non seulement, cela m'a permis de le localiser de manière exacte, mais la quantité des renseignements accumulés m'a appris qu'il y avait eu trois constructions différentes du fort Sainte-Thérèse, qu'il avait été le lieu de rendez-vous de nombreuses expéditions plus ou moins connues (particulièrement au cours de la guerre de la succession d'Autriche) et, qu'en fin de compte, ses rares moments d'activités correspondaient à des événements tragiques de l'histoire de la Nouvelle-France, écrit-il.

«Relais important entre Montréal et les postes avancés du lac Champlain, sa remise en fonction s'imposait faute de meilleures solutions qui viendront plus tard: la stabilisation de la chaussée du chemin Saint-Jean vers La Prairie et le creusage du canal. On se trouve en présence de l'un des rares sites privilégiés qui a été témoin d'événements majeurs de notre histoire régionale mais aussi nationale.»

«Cet ouvrage a été conçu pour différents types de lecteurs, ajoute-t-il. Le grand public et l'amateur d'histoire régionale y trouveront de nombreux événements de l'histoire de la Nouvelle-France qui ont marqué ce site de la municipalité de Carignan. Divers détails pourront faciliter le travail de l'archéologue, de l'arpenteur ou même de l'animateur désirant mettre ce site en valeur. Le généalogiste appréciera, quant à lui, les nombreux détails de la vie quotidienne des premiers habitants du lieu-dit Sainte-Thérèse.»

Présenté une première fois le 27 septembre dernier à Carignan dans le cadre des Journées de la culture, le livre «Le fort Sainte-Thérèse et la Nouvelle-France» compte 210 pages reliées à la main par l'atelier de reliure Micheline L.-Fortin.

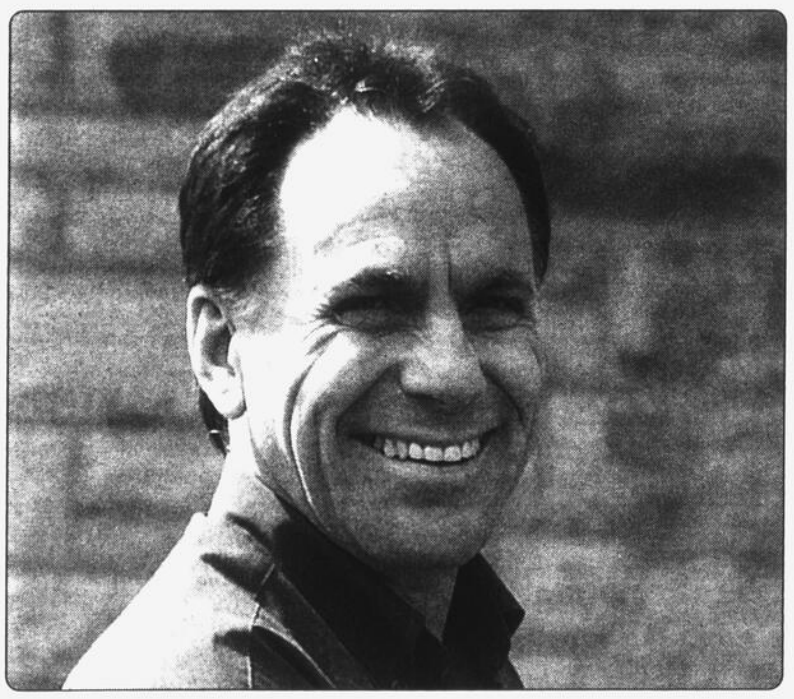
Le lancement officiel de l'ouvrage aura lieu le mercredi 15 octobre prochain entre 17 heures et 19 heures au Musée du Haut-Richelieu (182, rue Jacques-Cartier Nord à Saint-Jean-sur-Richelieu) où l'on peut d'ailleurs voir, dans l'exposition «Carrefour, le Haut-Richelieu des origines à nos jours», des maquettes du fort Sainte-Thérèse et du four à goudron. ■

Claude Lefebvre à la présidence de la SPEC

La Société pour la promotion d'événements culturels du Haut-Richelieu (SPEC) a un nouveau président. Claude Lefebvre succède en effet à Jean Rivard qui a quitté la présidence et le conseil d'administration de la SPEC le 23 septembre dernier.

Le départ de M. Rivard est motivé par le fait qu'il prévoit s'absenter de la région à de nombreuses reprises au cours des deux prochaines années, explique le directeur général de l'organisme, Guy Boulanger. La SPEC étant rendue à une étape cruciale de son développement avec la mise en branle du projet de rénovation du Théâtre des Deux Rives, M. Rivard préfère laisser les rênes de l'organisme à une personne pouvant consacrer au projet le temps requis à sa réalisation.

Cette personne, Claude Lefebvre, a oeuvré durant 34 ans au Cégep de Saint-Jean-sur-Richelieu à titre de directeur du Service des ressources matérielles et financières. Outre sa vaste expérience en gestion, ses fonctions l'ont notamment amené à s'impliquer dans la réalisation de plusieurs projets liés aux infrastructures de l'institution. M. Lefebvre se dit très heureux de pouvoir mettre son expérience et son expertise au service de la SPEC. Il vient de prendre sa retraite du Cégep; il peut ainsi se consacrer davantage à l'organisme. Le dossier de rénovation du Théâtre des Deux Rives fait évidemment partie de ses priorités et il souhaite contribuer au développement de la corporation selon les orientations prises par ses prédécesseurs. Les autres membres de l'exécutif de la SPEC sont Nicole Mongeon, vice-présidente, et Richard Ouellet, secrétaire-trésorier.



Claude Lefebvre.

Jean Rivard a été membre du conseil d'administration depuis 1992 et président depuis 1998. Sous sa présidence, la SPEC a connu une progression fulgurante, souligne M. Boulanger. Ainsi, le nombre de représentations professionnelles a progressé de 85 en 1998-1999 à 162 en 2002-2003. Par ailleurs, le chiffre d'affaires de l'organisme est passé de 750 000 $ en 1998 à plus de 1,8 million en 2003. C'est sous sa présidence que la SPEC a pris en charge la gestion de la salle de spectacles du Centre culturel Fernand-Charest maintenant nommé le Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean. Durant ces années, la SPEC a été en nomination à quatre reprises à titre de diffuseur de spectacles de l'année (ADISQ) et a remporté le Félix de cette catégorie à deux occasions (1998 et 2001). Au cours de son mandat la SPEC a mené à terme l'important montage financier du projet de rénovation du Théâtre des Deux Rives. M. Rivard laisse à son successeur une solide organisation qui a en main les outils nécessaires à l'accomplissement de sa mission culturelle, conclut-il. ■

SPECTACLE-BÉNÉFICE LES 17 ET 18 OCTOBRE

La magie des contes et de la musique pour aider la Fondation Marcel-Landry

MICHEL PHANEUF

La magie des contes et celle non moins évocatrice de la musique seront au coeur du grand spectacle-bénéfice de la Fondation Polyvalente Marcel-Landry les 17 et 18 octobre prochains à 20 heures. C'est en effet le conteur François Lavallée, lui-même un ancien élève de la polyvalente ibervilloise, et le quatuor de saxophones Nota Bene, un ensemble dont une des membres, Isabelle Choquette, a elle aussi étudié à Landry, qui seront les invités de ce grand spectacle qui sera présenté à l'auditorium Lucienne B. Perreault de cette institution.

En plus d'aider la Fondation à amasser l'argent nécessaire à la poursuite de ses activités, ces deux soirées offriront au public une rare occasion de voir et d'entendre des artistes dont la réputation d'excellence s'étend bien au-delà du Haut-Richelieu et même du Québec.

Conteur depuis maintenant huit ans, dont quatre à titre professionnel, François Lavallée s'est produit en spectacle plus de 800 fois au cours des dernières années. Aux quatre coins du Québec, mais aussi chez les Inuits du Grand Nord, en France, en Belgique et même en Amérique du Sud.

S'il est donc avantageusement connu dans plusieurs pays du monde, il n'a que très rarement eu l'occasion de se produire dans sa région natale. «Je suis déjà venu raconter à la Trinquette il y a deux ou trois ans, indique-t-il, mais je pense que c'est la seule fois ici».

Pour sa prestation des 17 et 18 octobre à Marcel-Landry, François Lavallée puisera dans son répertoire qui compte une trentaine d'histoires et en tirera certains «classiques» qu'il offrira à ses auditeurs. Des classiques comme *Rose Latulippe*, *La Chasse-Galerie* et quelques autres, avec aussi au moins un conte à saveur plus contemporaine.

Car bien qu'il puise une partie de son matériel dans le répertoire traditionnel, François Lavallée ne se veut pas la réplique d'un conteur traditionnel. «C'est très actuel, souligne-t-il; c'est François Lavallée, habillé en noir, assis sur une chaise rouge, qui raconte en restant branché sur le présent».

Quoique simple et direct, son jeu sur scène vise à mettre à contribution tout ce qu'on peut faire avec la voix, avec les gestes, avec les mouvements du corps, avec la présence et même avec les silences, fait-il valoir. «Mes histoires sont comme une série de flashes, ajoute-t-il; des flashes à partir desquels les gens peuvent fabriquer leurs propres images dans leur tête. Le conteur est là comme un guide à travers l'histoire».

François Lavallée.

Comme le fait remarquer François Lavallée, on compare souvent le conteur à un comédien. S'il y a certes plusieurs similitudes entre les deux, le conteur a ceci de différent qu'il brise le fameux «quatrième mur» qui sépare psychologiquement le comédien du public et initie une réelle rencontre avec celui-ci.

NOTA BENE

Formé de Gaëlle Lemasson au saxophone alto, Samuel Blais au saxophone baryton, Mathieu Gaulin au saxophone soprano et Isabelle Choquette au saxophone ténor, le Quatuor de saxophones Nota Bene est actif depuis 1998.

Récipiendaire de nombreux prix et honneurs, dont le prix de la meilleure interprétation d'une oeuvre canadienne en 1999 et le prix du public en 2002 au Concours de l'Orchestre symphonique de Montréal, le 1er prix au Concours de solistes et petits ensembles de Victoriaville et le 1er prix du Concours de concertos de la Grande Fanfare classique de l'Université de Montréal, l'ensemble compte aussi des dizaines de spectacles à son actif, un peu partout au Québec de même qu'en Ontario et dans l'Ouest canadien.

Le Quatuor de saxophones Nota Bene.

Nota Bene se dédie avant tout à la musique du XXe siècle tout en étant ouvert à tous les styles musicaux. Son répertoire est varié et constitué d'arrangements, de jazz, de transcriptions de pièces importantes du répertoire et de quelques oeuvres contemporaines.

Parmi les pièces qui seront au programme les 17 et 18 octobre, mentionnons la *Sérénade comique* de Jean Françaix, l'*Arabesque* de Claude Debussy, le *Chant d'amour* d'Isaac Alneniz, *Bordel 1900* et *Night Club 1960*, deux mouvements de l'*Histoire du Tango* d'Astor Piazzolla, *Consommation*, tiré de *Liberté immuable* de Mathieu Gaulin, le saxophoiste soprano du Quatuor, et *Boogie Stop Shuffle* de Charles Mingus.

La Fondation Polyvalente Marcel-Landry, l'organisme au profit duquel a lieu le concert, a pour but d'aider les jeunes de la polyvalente en permettant au personnel de réaliser des activités touchant tous les secteurs de la vie scolaire. L'année dernière, avec 15 000 $, la Fondation a pu subventionner 44 projets jugés essentiels, souligne sa présidente, Lucienne B. Perreault.

Quant aux billets pour assister à l'un ou l'autre des spectacles à l'affiche, ceux-ci ont tous déjà trouvé preneur pour la représentation du samedi 18 octobre. Il en reste toutefois un certain nombre pour la soirée du vendredi 17 octobre. Pour s'en procurer, ou pour obtenir toute information supplémentaire, on peut communiquer avec Annick Filion au (450) 347-5401, Hélène Larose au 347-2565, ou encore s'adresser directement à la polyvalente Marcel-Landry au 347-1225. ■

Depuis le 6 octobre, Corinne Zarzour est à Las Vegas où elle prête sa voix au spectacle «Zumanity» du Cirque du Soleil.

Corinne Zarzour dans «Zumanity»

MICHEL PHANEUF

Après avoir joué et chanté dans les productions musicales «Notre-Dame-de-Paris» et «Roméo et Juliette», voilà que Corinne Zarzour participe au spectacle «Zumanity» du Cirque du Soleil. La chanteuse a en effet quitté le Québec le 6 octobre dernier pour se rendre à Las Vegas où elle prête sa voix à ce nouveau spectacle qui fait beaucoup parler de lui.

Contrairement aux autres grandes productions auxquelles elle a participé, Corinne n'apparaît pas sur scène dans «Zumanity». Elle fait plutôt partie de l'ensemble musical qui accompagne le spectacle, ensemble qui compte une douzaine de personnes, dont une autre chanteuse. Elle y interprète différentes chansons, tout en prêtant sa voix à des pièces d'ambiance à saveur plus instrumentales.

La chanteuse domiciliée dans notre région se produira ainsi au rythme de 10 représentations par semaine, des premiers jours d'octobre jusqu'au début novembre. Elle reviendra ensuite au Québec pour prendre part au Show du Refuge de Dan Bigras le 12 novembre, puis repartira pour Las Vegas dès le lendemain pour poursuivre son rôle chanté dans «Zumanity» jusqu'à la fin du mois. Il est également question qu'elle prenne part aux représentations qui auront lieu du 15 décembre au 7 janvier.

«Quand ils m'ont approchée, les gens du Cirque du Soleil étaient à la recherche d'une chanteuse qui ferait partie du spectacle de façon permanente, nous explique Corinne Zarzour; je ne pouvais malheureusement pas m'engager à long terme puisque j'ai d'autres projets qui commencent dès janvier 2004».

Ces projets, c'est entre autres «Bombay Blue», un nouveau spectacle mettant en vedette Anne Létourneau et pour lequel les répétitions doivent débuter dès le 19 janvier. Corinne y chantera en plus de tenir un rôle sur scène. «Je vais incarner une maîtresse de harem, indique-t-elle; d'une certaine façon, ça reste dans une thématique assez proche de «Zumanity» avec son caractère érotique». ■

Victoire des Rouges

DANIEL G. HÉBERT

Dimanche dernier, on sentait du côté de la C.L.I.C., cette certaine ligue d'impro créative, une ferme volonté d'apporter du nouveau, d'offrir une formule dynamique aux spectateurs venus assister au tout premier match de la vingtième saison. Les équipes, constituées en majorité de jeunes joueurs, avaient à prouver qu'elles pouvaient offrir du jeu de qualité.

Une mission réussie, dans les deux cas. Présentation des joueurs et de l'arbitre accompagnée de vidéos très réussis, animateur dynamique (Julien Désautels), équipes de cinq joueurs évoluant sans entraîneur, la formule est certes différente mais efficace. L'arbitre Yelle apportait quant à lui une touche plus détendue au jeu, avec juste ce qu'il faut d'exigence.

Parmi les meilleurs moments de la soirée: la mixte «Le chaperon» (bonne idée, bonne écoute), la «Biblio à sens unique» (excellent duel entre Renaud Ponton et Jean-Sébastien Choquette), l'impro commanditaire des Rouges et le «Vertige insurmontable» des deux équipes (en «gestuelle et sonore»).

Les étoiles de la rencontre : Jean-Sébastien Choquette (Rouges), Julien Corriveau (Verts) et Carl Desrochers (Verts). Le prochain match aura lieu le dimanche 12 octobre, à 19 heures, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean. Il opposera les Bleus aux Noirs. ■

Les joueurs avaient beaucoup à prouver lors de ce premier match de la vingtième saison.

Récompense offerte pour un livre disparu

Le 14 septembre dernier, un livre ancien d'une grande valeur historique a disparu de la boutique d'antiquaires «Passionantique» de la Place du Marché à Saint-Jean. Dans l'espoir de récupérer cet ouvrage, les propriétaires offrent une récompense de 200 $ à quiconque le rapportera ou pourra fournir des informations permettant de le retrouver.

Le livre en question est le Livre de messe du soir des Jésuites, nous explique Sylvain Collins, un des responsables de la boutique. «C'est le livre avec lequel les Pères Jésuites sont arrivés en Nouvelle-France», souligne-t-il.

Il va sans dire que cet ouvrage, qui est entièrement écrit en latin, a une valeur considérable, surtout du point de vue historique, ajoute M. Collins qui, s'il le récupère, envisage d'en faire don au Musée.

Lui et ses associés offrent donc une récompense: toute personne qui pourra fournir des renseignements pertinents ou qui rapportera le livre recevra une somme de 200 $.

Pour ce faire, l'on peut se rendre directement à la boutique Passionantique (171, Champlain (Place du Marché) à Saint-Jean-sur-Richelieu) ou communiquer avec ses responsables par courrier électronique (passionantique@videotron.ca). Il est même possible de le poster. Dans tous les cas, aucune accusation ne sera portée, assure-t-il. ■

Patrick Wedd en concert chez les Frères Maristes dimanche

MICHEL PHANEUF

Un menu musical qui va de Michel Corrette à Marcel Dupré, en passant par le Livre d'orgue de Montréal et la 5e Symphonie de Widor. Voilà un aperçu du programme que Patrick Wedd offrira lors du concert d'orgue qu'il présentera le dimanche 12 octobre prochain à 20 heures chez les Frères Maristes.

C'est avec la Suite du VIIIe ton de Michel Corrette (1707-1795), suite comportant six mouvements, «Plein jeu», «Duo», «Tierce en taille», «Récit de trompette», «Musette» et «Grand jeu», que M. Wedd débutera son récital.

On entendra ensuite la Symphonie-Passion de Marcel Dupré (1886-1971) avec les mouvements «Le monde dans l'attente du Sauveur» (*Jesu Redemptor Omnium*), «Nativité» (*Adeste Fideles*), «Crucifixion» (*Stabat Mater Dolorosa*) et «Résurrection» (*Adoro Te Devote*).

Après la pause, l'organiste reviendra avec le Magnificat en sol, de même qu'avec six extraits du Livre d'orgue de Montréal, oeuvre anonyme du XVIII*e* siècle: «Plein jeu», «Duo», «Dessus et basse de trompette», «Basse de Cromorne», «Trio» et «Dialogue sur les grands jeux». La 5*e* Symphonie de Charles-Marie Widor (1844-1937), oeuvre imposante en cinq mouvements qui sera présentée intégralement, complétera le programme de la soirée.

Patrick Wedd.

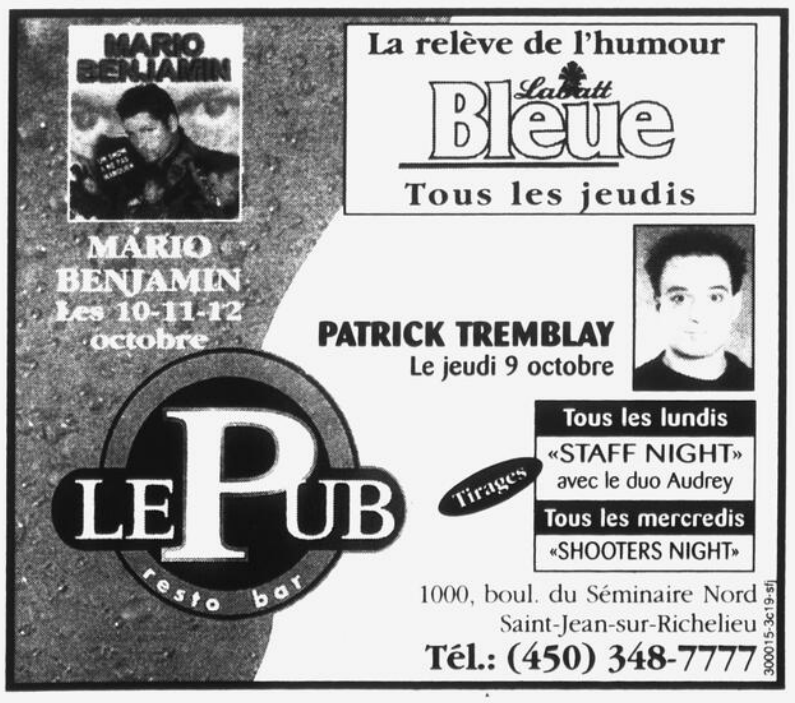
PATRICK WEDD

Natif de Simcoe en Ontario, Patrick Wedd a dirigé son premier choeur à l'âge de 12 ans. Depuis lors, il n'a jamais cessé d'être actif dans le monde de la musique chorale. Après avoir reçu des diplômes en interprétation à l'orgue des universités de Toronto et de la Colombie-Britannique, il amorce sa carrière professionnelle à Vancouver où il a été, pendant plusieurs années, maître de chapelle à la cathédrale Christ Church. En 1986, il vient s'établir à Montréal pour assurer la direction artistique de l'ensemble vocal Tudor, choeur professionnel qui s'est fait connaître d'un bout à l'autre du Canada. En 1991, il est nommé maître de chapelle à l'église anglo-catholique St. John the Evangelist et depuis septembre 1996, il occupe les mêmes fonctions à la cathédrale anglicane Christ Church de Montréal.

Patrick Wedd a donné de nombreux récitals partout au pays de même qu'aux États-Unis, en Australie et en Angleterre. Il a participé à plusieurs enregistrements: musique contemporaine pour le Centre de musique canadienne, musique légère pour la CBC, concertos de Poulenc et de Jongen avec l'orchestre symphonique de Calgary. Il est souvent demandé pour diriger des classes de maître et des ateliers de direction et a été pendant trois ans responsable du programme choral de la faculté de musique de l'Université de Montréal. Il est présentement directeur artistique de la session estivale des maîtrises de Montréal et est le fondateur et directeur artistique de l'ensemble Musica Orbium. Il a enregistré un disque de duos pour trombone et orgue avec le réputé Alain Trudel pour le compte de la compagnie Naxos, de même qu'un disque souvenir pour le 20e anniversaire de l'orgue Karl Wilhelm de la cathédrale Christ Church.

M. Wedd est souvent entendu à la radio de la CBC à titre d'animateur, de commentateur ou d'artiste invité. Dernièrement, il a complété deux séries de concerts, l'une dédiée à l'oeuvre pour orgue d'Olivier Messiaen, l'autre à celle de Jehan Alain.

Comme toujours, l'entrée au concert de dimanche chez les Frères Maristes sera libre et la prestation de l'organiste sera retransmise sur écran géant. La chapelle des Frères Maristes (École secondaire Marcellin-Champagnat) est située au 14, Chemin des Patriotes à Saint-Athanase. ■



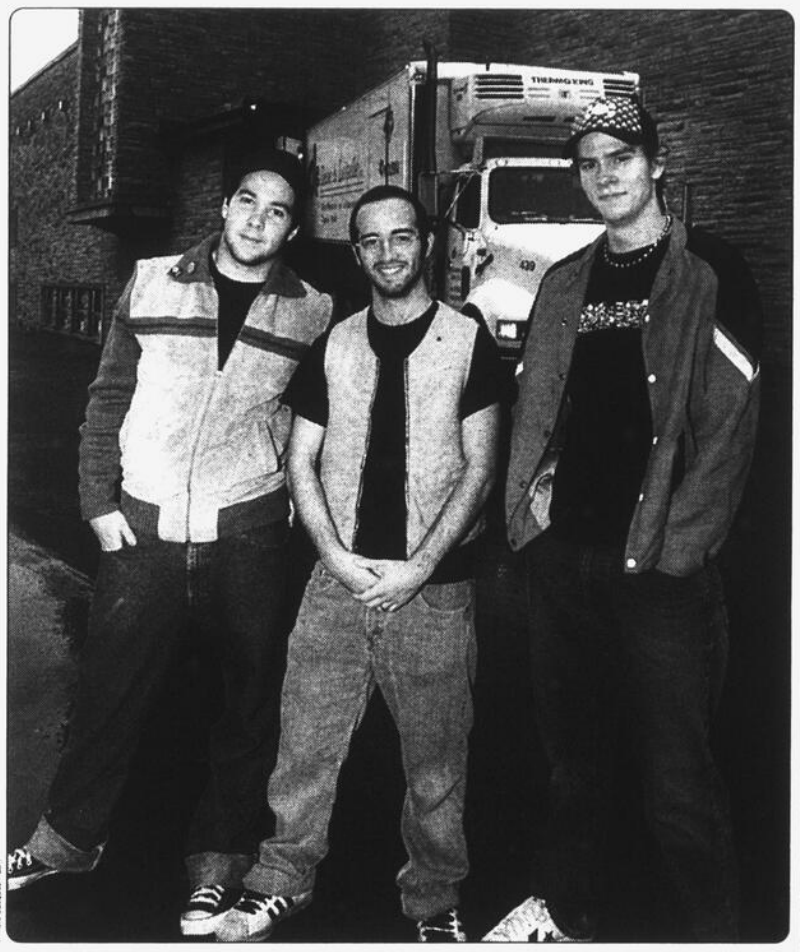
Les Productions Anonyme diffusent la musique alternative dans l'harmonie

MICHEL PHANEUF

Il y a près d'un an, quatre jeunes de la région décidaient d'unir leurs efforts pour fonder une nouvelle maison de production destinée à diffuser des spectacles de musique, notamment de musique alternative, à l'intention des jeunes. Aujourd'hui, les Productions Anonyme ont déjà huit spectacles à leur actif et plusieurs autres à leur programme. Une croissance dont les quatre associés sont très fiers, d'autant plus que celle-ci est le fruit d'un travail accompli dans un esprit de coopération et d'harmonie, soulignent-ils.

C'est en constatant l'état fragmenté de la scène musicale locale et le peu de visibilité dont disposaient les groupes underground d'ici que Jean-Sébastien Tremblay, Alexandre Théberge, Sébastien Galipeau-Degongre et Julien Rouillier-Halde ont décidé de mettre sur pied leur maison de production. «Nous avons tous joué dans des groupes ici à Saint-Jean à un moment ou à un autre, indique Julien Halde; nous avions donc une bonne idée de comment ça se passe».

Non seulement les quatre larrons qui sont tous étudiants au cégep Saint-Jean-sur-Richelieu mettent-ils leurs énergies en commun, mais ils s'entourent de tout un réseau de collaborateurs pour les aider dans les nombreuses tâches qui accompagnent la production d'un spectacle: publicité, billetterie, technique, sécurité, vente de marchandise, etc.



(Photo Jacques Paul)

Trois des quatre fondateurs des Productions Anonymes: de gauche à droite, Julien Rouillier-Halde, Alexandre Théberge et Sébastien Galipeau-Degongre.

«Nous pouvons compter sur une équipe de 30 à 50 personnes, tous des jeunes», fait-il valoir.

C'est ainsi qu'avec cette équipe, avec leur propre revue intitulée «Le Banlieusard», avec des contacts un peu partout au Québec et avec l'aide de certains médias comme Musique Plus, les Productions Anonyme sont en mesure de présenter des spectacles sur une base régulière. De plus, à la suite d'une entente de collaboration avec la SPEC, entente qui touche entre autres l'utilisation du Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean et le support technique, l'organisme dispose maintenant de moyens accrus pour offrir des productions d'envergure, souligne Julien Halde.

Outre le spectacle des groupes «Vulgaires Machins», «Saveur Marmelade», «Second Face» et «New Lease» qui a marqué le début de la saison le 19 septembre dernier, Productions Anonyme compte actuellement cinq, possiblement sept spectacles à son agenda des prochains mois, au rythme d'un spectacle par mois ou par mois et demi, indique le porte-parole du groupe.

La gérance d'artistes fait également partie des activités des quatre associés, ce dans la perspective d'ouvrir des portes aux artistes locaux. Déjà, des formations comme «Second Face» et «O Linea» ont recours à leurs services et Julien Halde invite les autres groupes qui seraient intéressés à le contacter au (450) 346-8341.

«Notre projet est vraiment un projet coopératif, affirme ce dernier. Un beau mouvement de fraternisation qui se déroule dans une belle harmonie. C'est vraiment très motivant». ■

(Photo Jacques Paul)

Nouvel exécutif chez Action art actuel

À la suite d'une assemblée tenue le 25 septembre dernier, un nouveau conseil d'administration préside aux destinées du centre d'artistes Action art actuel à Saint-Jean-sur-Richelieu. Font partie de ce nouvel exécutif, de gauche à droite: Daniel Erban, administrateur, Jean-Claude Bouchard (assis), directeur administratif, Christian Paquet, administrateur, Julie C. Paradis, directrice artistique, Réal Tougas (assis), président, Danyel Murphy, secrétaire, Sylvain Latendresse (assis), vice-président, et André Boisjoli, trésorier. Serge Poulin, administrateur, est absent sur la photo. ■

Quel employé!

Michel Beaudry, directeur principal de la Banque nationale de Longueuil, semble donner bien du fil à retordre à son supérieur immédiat de la journée, Roger Breton, chez Termaco. En fait, la Banque nationale a décidé d'offrir une journée de bénévolat à Termaco lorsque celle-ci faisait un don de charité. Cette fois-ci, l'Institut Louis-Braille bénéficiera d'un don de 1000 $. Mais on pourrait se demander si M. Beaudry voudra tenter l'expérience à nouveau, lors d'un prochain don, et si M. Breton voudra à nouveau de son employé du jour! ■

(Photo Jacques Paul)

La Pointe est rouverte

Après avoir eu pignon sur rue pendant quelques mois près du boulevard Industriel, La Pointe aux Artistes a inauguré, les 3 et 4 octobre derniers, ses nouveaux locaux du centre-ville. À cette occasion, les spectateurs on pu entendre Frédéric Angers, comédien bien connu (il incarne Guillaume dans «Virginie»), qui a offert un spectacle en compagnie de ses musiciens. Ce dernier sera d'ailleurs à la Pointe tous les mercredis à partir du 15 octobre pour présenter des soirées de «jam». Par ailleurs, Gilles Fecteau sera quant à lui l'invité de spectacles de chanson qu'il présentera tous les jeudis soir dès 20 heures en compagnie de la violoniste Marie-Claude Joly-Bergeron. Plusieurs autres spectacles sont prévus de prendre l'affiche au cours des prochains mois. La Pointe aux Artistes est maintenant située au 41, rue Saint-Jacques à Saint-Jean-sur-Richelieu. ■

RÉCITAL D'ORGUE

Organiste
Patrick Wedd

Chapelle des Frères Maristes
14, chemin des Patriotes Est,
Saint-Jean-sur-Richelieu (secteur Iberville)
Le dimanche 12 octobre à 20 h

Entrée libre, projection sur écran

309639-3c19-sj

CONFIEZ-NOUS VOS SOUVENIRS,
sous forme de:
-Film Ciné Super8,
-Diapositives,
-Photos,
et tout format de
-Cassette Vidéo.

Nous pouvons les transférer sur cassette vidéo ou sur DVD.

Téléphonez-nous pour obtenir une estimation.

Grégoire Ciné Vidéo
(450) 347-1419

303637-3c19-f

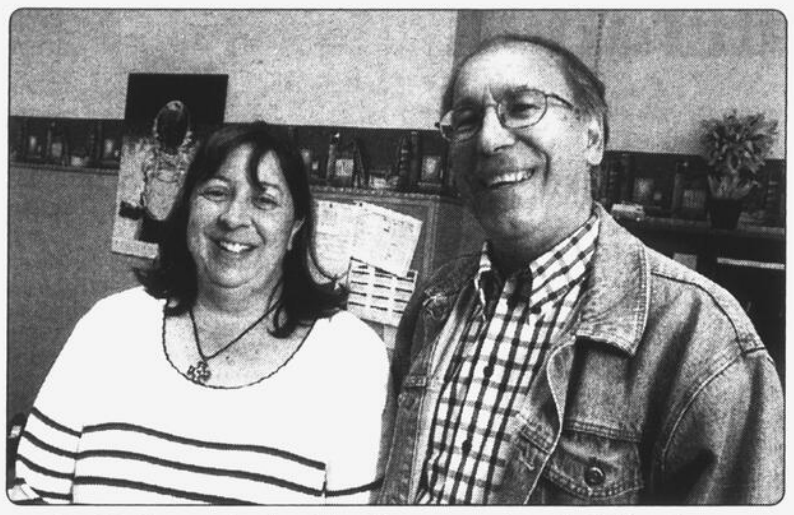
Rencontre des arts

À l'école Notre-Dame-du-Sacré-Coeur

400 élèves impliqués dans un projet d'envergure

Johanne Latour

Pour la première fois, cette année, la Rencontre des Arts comprend un projet scolaire. Au départ, seulement deux classes devaient participer à ce grand rassemblement de peintres et de sculpteurs, mais à présent, tous les élèves de l'école Notre-Dame-du-Sacré-Cœur sont de la partie. C'est avec enthousiasme qu'ils se préparent à éblouir les visiteurs avec leurs oeuvres, incluant une immense fresque peinte sur la rue du Marché!



Paul Laforest et Jocelyne Tremblay sont enchantés de l'intérêt que portent les élèves de Notre-Dame-du-Sacré-Coeur à ce projet d'envergure.

Dans une classe que nous avons visité récemment, des élèves fabriquent un tableau avec des objets scolaires. On y trouvera, entre autres, un tronc d'arbre fait de bouts de crayon, un ciel bleu fait de «billets de beaux gestes» (que l'on distribue à l'école) et un arc-en-ciel fait de réglettes de toutes les couleurs. D'autres étudiants confectionnaient des oies en papier mâché, sur lesquelles des camarades d'un autre groupe colleront des «plumes» en papier...

Toute cette activité fait partie des préparatifs de la participation de l'école de Saint-Jean-sur-Richelieu à la 13e édition de la Rencontre des Arts. Au cours de cet événement qui se déroule du 7 au 9 novembre prochain, les oeuvres des étudiants seront présentées dans les locaux de la Coopérative de solidarité artistique et culturelle du Haut-Richelieu.

De plus, une centaine d'élèves de cette même école, plus précisément ceux de 5e et de 6e année, peindront au pochoir des oies blanches sur la rue du Marché, entre le Musée et l'Hôtel de Ville. Au préalable, la chaussée aura été peinte en bleu par des employés de la Ville de Saint-Jean-sur-Richelieu. En circulant à pied sur cette superficie de 4500 pieds carrés, on aura donc l'impression de voir, de haut, une envolée d'oies blanches au-dessus de la rivière.

L'idée se déploie

Paul Laforest, organisateur de la Rencontre des Arts, est un ancien enseignant. Il rêvait depuis longtemps d'intégrer à cet événement un projet scolaire. «Mais demander à des jeunes de faire un tableau, c'était trop banal», affirme-t-il toutefois. Quand il a amorcé, avec son équipe, la planification de cette 13e édition, dont l'invité d'honneur est Jean-Pierre Ferland, la chanson *Mes années d'école* devint aussitôt une source d'inspiration.

De fait, celle-ci est devenue le thème de ce volet de la Rencontre, en particulier le passage dans lequel le chanteur affirme avoir frayé longtemps avec les oies sauvages. Au départ, l'idée des organisateurs était donc de confier à 50 ou 60 jeunes la tâche de peindre des oies sur une section de rue, sous la supervision d'un artiste peintre, Gilles Doré.

Un soir du mois de mai dernier, M. Laforest a rencontré par hasard Jocelyne Tremblay, directrice de l'école N.-D.-S.-C. Il lui a aussitôt lancé cette idée, qui n'a pas manqué de susciter son intérêt. Plus tard, au fil des discussions, elle proposera toutefois à M. Laforest d'organiser une exposition en plus, afin que tous les élèves de l'école puissent participer. «Au départ, je ne pensais pas que ça deviendrait aussi gros, mais devant l'enthousiasme de Mme Tremblay, des enseignants et des enfants, j'ai accepté», raconte M. Laforest.

Valorisant et motivant

«Mais de mes années d'école, je n'ai rien gardé. Ce n'étaient que des paroles pour gâcher l'été». C'est en ces termes que Jean-Pierre Ferland exprime, dans la chanson, sa déception face à «sa pauvre école». Il y a toutefois fort à parier que l'expérience que vivent actuellement les élèves de N.-D.-S.-C. contribue à leur donner une vision beaucoup plus positive de l'établissement qu'ils fréquentent.

Mme Tremblay, qui a même intégré le thème des oiseaux dans le système d'encadrement de l'école, relate que les élèves sont très motivés par cette initiative. «Déjà, l'expérience se révèle très valorisante sur le plan du sentiment d'appartenance», indique-t-elle. Certains d'entre eux auront d'ailleurs l'honneur de présenter leur œuvres à Jean-Pierre Ferland ainsi qu'à Lise Thibault, lieutenant-gouverneur du Québec, le 7 novembre prochain.

Le projet a pris une telle ampleur que enseignants et des élèves ne sont pas seuls à y collaborer. Des parents d'élèves y prennent part en tant que «mentors» responsables de l'encadrement des activités artistiques. Des dons ont aussi été recueillis dans la communauté, puisqu'il fallait amasser des fonds pour l'achat de certains matériaux.

Même si l'aboutissement de cette première expérience n'aura lieu que dans quelques semaines, Paul Laforest est déjà enchanté de l'inspiration qui anime les jeunes artistes et ceux qui les dirigent. «Tout le monde travaille vers un but commun, et ça ouvre aux enfants un monde de créativité», s'émerveille-t-il. ■

(Photos Jacques Paul)

Des élèves fabriquent des oies en papier mâché, sous l'oeil attentif de Chantal Légaré, artiste et mère d'un élève.

BIENVENUE
AU CHALUMEAU
9, 10, 11, 12 octobre 2003

Festival Country et Western
Mont-Saint-Grégoire
9e édition

Plus de 30 artistes avec l'Orchestre Country Connection & Jean Guy Grenier

Le jeudi 9 octobre 2003
Soirée des « Arrivés-tôt »

Scène 1
avec Marcel et Roger (PI-CÉ PAS UNE FARCE), Yvan David et plusieurs invités spéciaux

Le vendredi 10 octobre 2003
En soirée

Scène 1
M.C. Joëlle Bizier
19 h à 20 h — Jocelyn Roy
20 h à 21 h — Dwight Leroux
21 h à 22 h — Louis Bérubé
22 h à 23 h — Gizèle Laliberté
23 h à 24 h — Régis Gagné

Chapiteau danseurs
19 h à 1 h — Danse Country Avec l'école de Danse Urban Cowboy Sylvain Richard

Le samedi 11 octobre 2003
8 h à 12 h — Déjeuner en musique avec Ricky Chouinard

En après-midi
Scène 1
M.C. André Daniel
13 h à 16 h — Les nouvelles étoiles du Country avec André Daniel
16 h à 17 h — Gilles Salvas et Cie (folklore)
17 h à 19 h — Souper en musique (avec Ricky Chouinard)

En soirée
Scène 1
M.C. Joëlle Bizer
19 h à 20 h — Diane Morin Potvin
20 h à 21 h — Ovila Landry
21 h à 22 h — Louis Bérubé
22 h à 23 h — Herb Sherman
23 h à 24 h — Irvin Blais

Chapiteau danseurs
Avec l'école de Danse Urban Cowboy, Sylvain Richard

Le dimanche 12 octobre 2003
8 h à 12 h — Déjeuner en musique avec Ricky Choinard

En avant-midi
Scène 1
11 h — Messe Country avec M. le curé Jacques Chaput (chanté par Maracel Bergeron)

En après-midi
Scène 1
M.C. André Daniel
13 h à 16 h — Les nouvelles étoiles du Country avec André Daniel
16 h à 17 h — Jacques Godro
17 h à 19 h — Souper en musique (avec Ricky Chouinard)

En soirée
Scène 1
M.C. Joëlle Bizer
19 h à 20 h — Hert Leblancet Les Rois du Gros Tyme
20 h à 20 h 20 — Joëlle Bizier
20 h à 21 h — Hert Leblanc et Les Rois du Gros Tyme
21 h à 22 h — Denis Côté

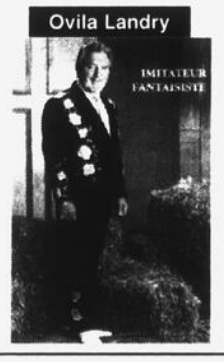
Chapiteau danseurs
Avec l'école de Danse Urban Cowboy, Sylvain Richard

Hert Leblanc

Louis Berubés

Regis Gagne

Dwight Leroux



Ovila Landry

Jocelyn Roy

864, Route 104
Mont-Saint-Grégoire
Comté d'Iberville (Québec)

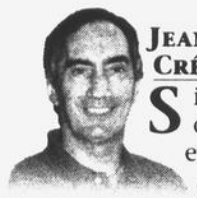
Rens. : (450) 347-5096
(450) 460-2350
http://chalumeau.qc.ca

107645-3c19-9

LECTURE

ADIEU, BETTY CROCKER

François Gravel et ses chroniques d'une génération



JEAN-FRANÇOIS CRÉPEAU

Si août fut le mois de Yann Martel et de son *Histoire de Pie* (XYZ éditeur), septembre fut celui de François Gravel. Dans les pages littéraires des quotidiens montréalais, en entrevue dans nos pages, chez Nuovo, chez Bazzo: l'écrivain assurait le service après-vente d'*Adieu, Betty Crocker* (Éditions Québec Amérique, 2003), son dernier roman pour lequel tout le monde semble avoir craqué. D'ailleurs, depuis la rentrée, on ne cesse de me demander si j'ai lu Yann Martel – oui, et j'en parle bientôt – et ce que je pense de l'histoire de François Gravel. Entrons dans la cuisine de tante Arlette, vous comprendrez mon émotion.

Adieu, Betty Crocker, c'est l'histoire de cette tante, «qui préparait des carrés aux Rice Crispies et des sandwichs sans croûte», telle que racontée par son neveu Benoît Fillion. Déjà avec ces repères, les carrés et les sandwichs, vous aurez compris qu'on remonte dans le temps. Jusqu'aux années 1960 dois-je préciser, car comme le romancier en a l'habitude, il a répandu çà et là des signes apparents d'une autre époque. C'est que Arlette, la sœur unique de sa mère Cécile, était la tante préférée de Benoît. Le décès de cette femme, qui a littéralement passé sa vie emmurée dans son split-level du quartier Beaurivage Gardens, à Boucherville, ravive de beaux et émouvants souvenirs d'enfance et d'adolescence. Cette mort lui rappelle aussi que, jeune gauchiste, il avait jugé sans procès cette ménagère qui avait consacré toute sa vie au bien-être des gens qu'elle aimait.

Le Benoît Fillion qui raconte *Adieu, Betty Crocker* appartient à la lignée des *Fillion et frères* (Québec Amérique, 2000) comme Marc-André, le narrateur de *Je ne comprends pas* (Québec Amérique, 2002). Ce Benoît, c'est un peu aussi le Fred qui a raconté les onze aventures de *Klonk*; comme lui, il est prof et il a un sens de l'humour, un peu naïf un peu bonhomme.

Benoît profite donc du décès de tante Arlette, qu'enfant il appelait affectueusement Betty Crocker, laquelle était alors une image de marque de la gastronomie québécoise, il en profite dis-je pour se souvenir et crever un nuage qui assombrit sa conscience. Il veut surtout comprendre comment cette femme, que tous les enfants de son âge auraient voulue pour mère, a fait pour ne jamais sortir de chez elle, pas même pour aller sous l'abri d'auto ou dans la cour gazonnée. Il en parle d'abord avec son frère Marc-André, puis avec sa sœur Jocelyne, la psy. C'est elle qui lui apprend qu'Arlette souffrait d'un mal appelé le «household wife», une variante de l'agoraphobie.

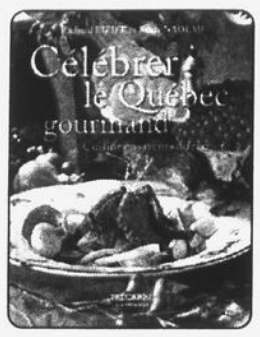
Benoît projette ensuite les images de moments choisis relatant des événements dont Arlette est la principale actrice. Il cherche à comprendre comment cette femme peut avoir manifesté un tel équilibre affectif et un tel altruisme tout en étant prisonnière de son intérieur. Il ne le conçoit tout simplement pas.

Il lui faudra rencontrer sa cousine Sylvie, l'esthéticienne, et son cousin Daniel, le comptable, et les entendre lui raconter les faits saillants de leur vie et leur relation avec leur mère, pour que tombent ses préjugés. Les gens heureux n'ont pas d'histoire, dit-on, et c'est ce que confirment Sylvie et Daniel à leur cousin Benoît.

Mais cela ne finit pas là. De l'au-delà, tante Arlette lui réclame le droit de dire sa vérité; il pourra ainsi se faire pardonner de l'avoir un jour un peu méprisée.

François Gravel est un témoin perspicace et critique de la génération des baby-boomers et son œuvre en peint, de plus en plus, une fresque étonnante. Après 35 romans, tout public confondu, je ne me demande pas s'il est un auteur ou un écrivain : en polissant patiemment ses histoires, François Gravel s'est installé parmi les grands écrivains québécois contemporains. ■

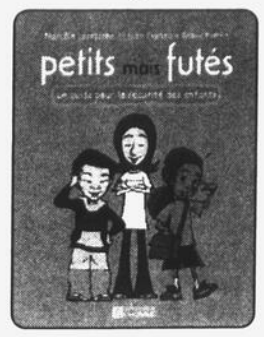
VITRINE



Célébrer le Québec gourmand: cuisine et saveurs du terroir

(Éditions du Trécarré, 2003) par Richard Bizier et Roch Nadeau.

J'avais hâte de voir comment les auteurs allaient explorer notre patrimoine alimentaire. Ils ont fait plus un livre de recettes qui met en valeur les produits de chez nous qu'un répertoire de ce qu'on y cultive ou y élève. D'abord, l'ouvrage fait un tour d'horizon des régions en mettant en valeur leurs principaux élevages et principales récoltes et productions; j'y ai même noté quelques adresses de producteurs et de fabricants. Les recettes, réunies en treize sujets allant des amuse-gueule aux condiments et marinades, en passant par les entrées, volailles, gibier et poisson, sont clairement présentées et fournissent toutes les informations utiles à leur réalisation. Chacune comporte une remarque de préparation ou de service qui lui est propre, une note sur son terroir ainsi qu'une photo qui fait saliver.



Petits mais futés : un guide pour la sécurité des enfants

(Éditions de l'Homme, 2003) par Marcèle Lamarche et Jean-François Beauchemin.

Surprotégeons-nous nos enfants? Chose certaine, la confiance sociale n'est plus ce qu'elle était. C'est d'une juste mesure de sécurité dont il est question dans ce guide destiné aux enfants et aux parents. Dans la première partie, on nous propose une dizaine d'historiettes, destinées aux enfants, mais que les parents liront avec eux, et qui illustrent des situations où un danger peut les menacer. Par exemple, que faire quand on perd de vue le parent qui nous accompagne au centre commercial ou que notre nouvel entraîneur sportif nous demande de l'aider à ranger alors que l'on est attendu pour le souper? Dans la seconde partie, réservée aux adultes, on renforce les leçons de la première partie par des conseils éclairés. Rien ici de dramatique, mais des recommandations réfléchies et éclairées.

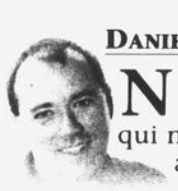
Fleurs, plantes et jardins

(octobre/novembre 2003).

Nous voilà au cœur de l'automne, il faut vite faire le ménage du terrain et du potager, s'assurer qu'arbres et plantes hiverneront en toute sécurité. Il y a aussi les fleurs saisonnières aux chauds coloris. Dans ce numéro, un article vous apprendra «tout sur le compost»: ce que c'est, que faire avec, comment le fabriquer et s'il est absolument nécessaire d'avoir une boîte à compost. Ailleurs dans ces pages, vous apprendrez comment conserver longtemps ces légumes que votre potager vous a généreusement donnés; j'y ai même appris comment installer une chambre froide dans un sous-sol, et cela sans grands frais. Enfin, si vous aimez autant que moi les riches couleurs des fleurs d'automne, je vous conseille de lire «Du soleil au jardin tout l'automne» dans lequel Larry Hodgson attire notre attention sur des variétés d'hélénies. ■

CINÉMA

«Sur le seuil» : horreur à la québécoise!



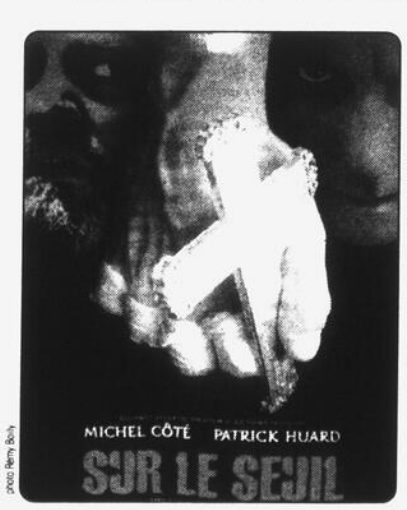
DANIEL G. HÉBERT

Nous avons ici un film québécois qui n'a rien à envier aux films d'horreur américains : excellent suspense, bons effets spéciaux, avec le genre d'intrigue et la bonne quantité de sang que le genre exige. Et toujours dans cette fidélité au style, il en fait un peu trop au niveau de l'histoire et de la violence...

Il y a de ces moments où on sent qu'un scénario (ou un roman, en l'occurrence celui de Patrick Senécal) est inspiré d'horreurs volontairement choquantes, qu'il en devient le prétexte. Un peu gratuit de tabler sur le massacre d'enfants innocents, sur les doigts tranchés ou les femmes enceintes éventrées...

D'autres aspects de l'histoire sont prévisibles ou carrément stéréotypés. Le prêtre déçu de la puissance de Dieu et qui se tourne vers le mal, le rituel démoniaque qui tourne à la boucherie, tout ça donne un air de déjà vu.

Le film d'Éric Tessier possède toutefois d'indéniables qualités. Le suspense est excellent en général, il sait captiver notre intérêt. L'intrusion d'images floues, de sons délirants, comme issus d'un mauvais rêve, crée une ambiance troublante. La finale, qui n'a rien d'un «happy ending», est audacieuse et intelligente.



Basé sur le roman de Patrick Senécal, «Sur le seuil» s'avère très fidèle au genre.

Patrick Huard, finalement, sait se montrer à la hauteur de ce rôle difficile, de ce personnage ambigu. Michel Côté livre également une bonne performance mais sans doute avec un peu moins de mesure.

Apparemment sans raison, un policier abat onze enfants aux abords du Biodôme. La même journée, l'écrivain Thomas Roy (Patrick Huard, «Les Boys», «Comment ma mère accoucha de moi durant sa ménopause») tente de se suicider après s'être tranché les doigts.

Les deux événements paraissent vouloir se relier quand les deux hommes se retrouvent internés au même institut sous les soins de Paul Lacasse (Michel Côté, «Cruising Bar», «La vie après l'amour»), un psychiatre un peu désabusé après une séparation.

À la suite de l'acharnement d'un journaliste, Lacasse voit peu à peu émerger une réalité troublante : de nombreux incidents horribles se sont produits après que Roy en ait fait la description dans ses romans. L'enquête le mènera sur les traces d'un prêtre renégat qui semble avoir un lien avec l'écrivain.

Bref, un film d'horreur efficace et très dur, une production de qualité. À éviter pour les âmes sensibles... ■

Tirage

PRIX X

Gagnez une paire de billets pour le spectacle de

Les Muses
23 octobre

Caroline Néron
24 octobre

PRIX X

Nom: .....

Adresse: .....

.....

Code Postal: .....

Téléphone: .....

Pour participer, il vous suffit de compléter le coupon et le déposer à nos bureaux ou le faire parvenir à l'adresse suivante :

LE CANADA FRANÇAIS

LE CANADA FRANÇAIS
84, rue Richelieu
Saint-Jean-sur-Richelieu (Québec)
J3B 6X3

Les gagnants devront se déplacer pour recevoir leur prix. Pour être éligibles les coupons-réponses devront nous parvenir au plus tard le 14 octobre à 17 h.

302910-3c19-s

Tirage

ARTS EXPRESS

Nouvel après-midi «maman-bébé» au Capitol

C'est le film «Duplex» mettant en vedette Ben Stiller et Drew Barrymore qui sera à l'affiche lors du prochain après-midi «maman-bébé» le mardi 14 octobre prochain au Cinéma Capitol. Présentées un mardi par mois, ces séances visent à permettre aux mères d'assister à une représentation cinématographique en compagnie de leur jeune enfant d'âge préscolaire, le tout dans un environnement mieux adapté à cette clientèle. La séance, mardi prochain, débutera à 13 heures et le prix d'entrée sera de 5,75 $ par personne. Il va sans dire que ce coût ne s'applique pas aux enfants qui accompagnent les adultes.

Le Roll Back Band au Cabaret-Théâtre samedi

Il reste encore quelques billets de disponibles pour le spectacle du «Roll Back Band» le samedi 11 octobre prochain à 20 heures au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean. Formé de huit chanteurs, chanteuses et musiciens, le Roll Back Band propose une revue musicale qui fait revivre l'époque des années 1950, 60 et 70. Une rétrospective de l'histoire du rock où le public peut danser et s'amuser au son des grands succès de ces décennies passées. Les personnes qui désirent se procurer des billets n'ont qu'à composer le (450) 358-3949 ou le (514) 592-6756.

Un dernier week-end au Blockhaus

Le Blockhaus de la rivière-Lacolle va bientôt fermer ses portes pour l'hiver. Toutefois, les personnes qui n'ont pas eu l'occasion de visiter ce lieu historique au cours de l'été pourront encore le faire dans quelques jours puisque le Blockhaus sera ouvert la fin de semaine de l'Action de grâce, c'est-à-dire les 11, 12 et 13 octobre prochains de 9h30 à 17h30. Le lieutenant-colonel Jean-Baptiste l'Hervieux sera sur place à cette occasion pour présenter les contes et légendes du Blockhaus. Le Blockhaus de la rivière-Lacolle est situé au 1, rue Principale à Saint-Paul-de-l'Île-aux-Noix, au téléphone (450) 246-3227.

L'art d'écrire le conte

Le Service des loisirs et bibliothèques de Saint-Jean-sur-Richelieu propose, dans le cadre de sa programmation automne 2003, un atelier spécialisé de six rencontres sur l'art d'écrire le conte. L'atelier se tiendra au Centre culturel Fernand-Charest les jeudis soir de 19h30 à 22 heures, du 30 octobre au 4 décembre. Animé par Maryse Choinière, cet atelier proposera aux participants de plonger dans le monde du conte afin d'en découvrir les forces et les mécanismes.

Le coût d'inscription à la série de six rencontres est de 90 $ pour les résidents de Saint-Jean-sur-Richelieu et de 135 $ pour les non-résidents. Pour s'inscrire, les personnes intéressées doivent remplir le coupon d'inscription qui se trouve dans le Loisir Action automne 2003 et de poster le tout accompagné du paiement par chèque. La date limite pour s'inscrire est le 20 octobre. Pour toute information, le numéro de téléphone à composer est le (450) 357-2157 (durant les heures normales d'ouverture).

Festival country au Chalumeau

Pour une neuvième année consécutive, l'érablière Au Chalumeau accueillera le Festival country et western de Mont-Saint-Grégoire, les 9, 10, 11 et 12 octobre prochains. Plus de 30 artistes de même que l'orchestre Country Connection avec Jean-Guy Grenier prendront part à cette neuvième édition de l'événement. Parmi les invités, mentionnons Ovila Landry, Herb Sherman, Louis Bérubé, Joëlle Bizier, Paul Dwayne, Gizèle Laliberté, Ricky Chouinard, Dwight Leroux et plusieurs autres. Spectacles, danse, déjeuners et souper en musique, sans oublier la messe country du dimanche matin sont quelques-unes des activités au programme. L'érablière Au Chalumeau est située au 864, route 104 à Mont-Saint-Grégoire. Pour plus d'information, il suffit de composer le (450) 347-5096.

Tirage du coffre au trésor

Pierre Boudreau, un résident de Saint-Paul-de-l'Île-aux-Noix, est l'heureux gagnant du coffre au trésor de l'association coopérante Les Amis du Fort-Lennox. Le tirage de ce prix a eu lieu le 24 août dernier lors du souper-bénéfice annuel de l'Association, événement auquel une centaine de personnes prenaient part. Les billets étaient en vente depuis janvier 2003. D'une valeur de 1750 $, le coffre au trésor contenait plusieurs produits locaux et régionaux. Organisme à but non lucratif oeuvrant dans le milieu depuis plus de 17 ans, l'association Les Amis du Fort-Lennox a pour mission la préservation du patrimoine culturel et la mise en valeur du Fort-Lennox. Elle organise tous les ans diverses activités-bénéfice afin de soutenir ses opérations. Les responsables tiennent d'ailleurs à remercier tous les partenaires et commanditaires qui ont contribué au succès du tirage.

L'heure du conte de retour le 21 octobre

L'activité «L'heure du conte» reprendra à compter du 21 octobre prochain à la bibliothèque Adélard-Berger et à la bibliothèque de Saint-Luc. L'heure du conte s'adresse aux enfants de 3 à 5 ans. Le programme de sept rencontres est présenté à raison d'une rencontre par semaine par l'animatrice Sylvie Sauvé-Cliche. À la bibliothèque Adélard-Berger, elles ont lieu les mardis, du 21 octobre au 2 décembre, à 14 heures. À la bibliothèque du secteur Saint-Luc, elles sont offertes les mercredis, du 22 octobre au 3 décembre et deux groupes sont formés, soit à 9 heures et à 13 heures.

L'inscription à l'heure du conte est gratuite et peut être faite dès maintenant, sur place ou par téléphone, pendant les heures d'ouverture des bibliothèques. À noter que les enfants doivent préalablement être abonnés à la bibliothèque où ils seront inscrits. Pour plus d'information, on peut communiquer avec les responsables de la bibliothèque Adélard-Berger au (450) 357-2119, ou avec ceux de la bibliothèque du secteur Saint-Luc au 359-2452.

«Soul Buddies» à la Pointe vendredi

Le groupe «Soul Buddies» sera en spectacle à Pointe aux Artistes le vendredi 10 octobre prochain à 21 heures. Déjà bien connu dans la région, le groupe a récemment fait l'objet de certains changements et compte maintenant cinq musiciens. On y retrouve donc Éric Bergeron à la basse, Martin Lacasse à la voix principale, Jean-François Beaudet à la guitare, Bruno Roy à la batterie et Denis Samson aux claviers. Son répertoire, lui, est toujours consacré en bonne partie à la musique soul et aux chansons d'artistes tels Stevie Wonder, Tower of Power, Marvin Gaye, Joe Cocker et plusieurs autres. ■

La Coop sous les arbres

Le projet Forêt envahit les trois salles de la Coopérative de solidarité artistique et culturelle du Haut-Richelieu jusqu'au 17 octobre. Cette forêt de 25 arbres de presque quatre mètres de hauteur se veut une exposition à la fois artistique, mais aussi d'éducation populaire. Chaque arbre, construit par des équipes d'adolescents dispersés à travers la Montérégie, est fabriqué à partir de matériel récupéré. Les maisons de jeunes et organismes de justice alternative qui ont participé à l'activité ont également fait des recherches sur l'arbre représenté car le projet Forêt veut aussi représenter les essences aborigènes qui se retrouvent le long du fleuve Saint-Laurent, comme le pommier sauvage, l'érable ou le bouleau gris. ■

CINÉMA LE CAPITOL
du 10 octobre au 16 octobre
Info-Film: 358-3030
290 RUE RICHELIEU À ST-JEAN SUR RICHELIEU

FILMS ET HORAIRES SUJETS À CHANGEMENTS

TUER BILL (16+ violence)
Ven. au lun.: 12h50 - 15h50 - 18h55 - 21h25
Mar. au jeu.: 18h55 - 21h25

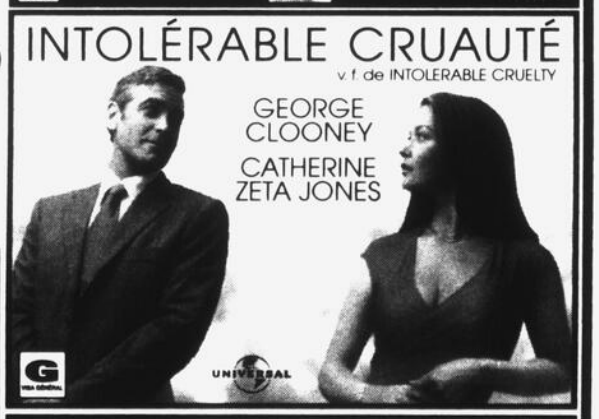
INTOLÉRABLE CRUAUTÉ (G)
Ven. au lun.: 12h55 - 15h55 - 19h10 - 21h40
Mar. au jeu.: 19h10 - 21h40

SUR LE SEUIL (13+ violence, horreur)
Ven. au lun.: 13h00 - 16h00 - 19h05 - 21h30
Mar. au jeu.: 19h05 - 21h30

L'ÉCOLE DU ROCK (G)
Ven. au lun.: 12h40 - 15h40 - 19h00 - 21h35
Mar. au jeu.: 19h00 - 21h35

LE TRAQUEUR (G déconseillé aux jeunes enfants)
Ven. au lun.: 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h45
Mar. au jeu.: 18h45 - 21h45

MONDE INFERNAL (13+ violence)
Ven. au lun.: 12h35 - 15h35 - 18h50 - 21h50
Mar. au jeu.: 18h50 - 21h50



http://www.galaxycinemas.com

MUSIQUE

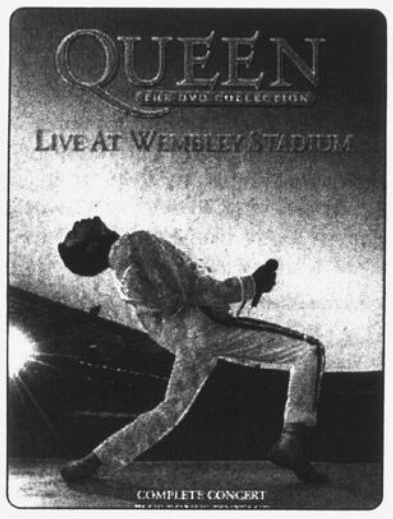
D'autres DVD musicaux dignes de mention

GILLES LÉVESQUE

Live At Wembley Stadium

QUEEN

Cette semaine, place à quelques DVD musicaux dignes de mention. Allons-y dans un premier temps avec ce spectacle mémorable que le groupe Queen a présenté au Wembley Stadium en présence de 100 000 fans endiablés alors qu'il était au sommet de sa carrière.



Freddy Mercury et les autres membres de ce quatuor britannique que nous avons eu l'occasion de voir à deux reprises dans l'ancien Forum de Montréal sont dans une forme incroyable. Queen et son public survolté (faut le voir pour le croire) ne font qu'un. Les images sont d'une netteté étonnante et la qualité d'enregistrement en format DTS 5.1 est tout simplement incroyable. Honnêtement, nous ne nous attendions pas à tant pour un spectacle enregistré au milieu des années 90.

Sur le premier des deux DVD, on a droit au concert intégral. On parle ici de 28 chansons puisées dans le riche répertoire de ce groupe qui est encore bien vivant dans le coeur des amateurs de rock malgré le décès de Freddy Mercury. Au menu, de grands classiques, tels Under Pressure, Another One Bites The Dust, Helo Mary Lou, Bohemian Rhapsody, Radio Ga Ga, We Will Rock You, We Are The Champion et God Save The Queen.

Le second DVD nous offre des entrevues, quelques pièces inédites et la possibilité de revoir quelques chansons du spectacle tout en dirigeant la caméra vers le musicien de son choix. Un petit livret fortement illustré nous est aussi offert en prime. Ce qui est encore plus intéressant, c'est le prix demandé pour ces trois heures passées en compagnie de Queen (22 $). Bref, voilà un bien beau cadeau à vous offrir pour revivre ces belles années du rock.

☆ *Performance: 9 sur 10*

7 Television Commercials

RADIOHEAD

Vient aussi de faire son apparition dans les bacs des disquaires un nouveau DVD de Radiohead qui ne comblera pas toutes les attentes des fans de cette formation qui nous a dernièrement rendu visite, mais qui mérite tout de même qu'on y prête attention.

Disponible à un coût dérisoire (13 $), ce DVD d'une durée de 43 minutes nous offre sept vidéos de Radiohead tournés en 1997, du temps de OK Cumputer. On parle ici de Paranoid Android, Street Spirit, No Surprises, Just, High And Dry (U.S. Version), Karma Police et Fake Plastic Trees.

Le son est comparable à celui d'un disque compact. Pour ceux que la chose pourrait intéresser, le format 5.1 n'est pas offert, et c'est bien dommage. Il est à espérer que le prochain DVD de Radiohead nous les fera voir sur scène. À notre connaissance, aucun enregistrement du genre n'existe présentement.

☆ *Performance: 7 sur 10*

From Brixton To Beijing

MORCHEEBA

Les fans de Morcheeba savent que cette formation a dernièrement mis un terme à sa trop courte carrière dans le cadre d'une tournée d'adieu qui s'est arrêtée au Spectrum de Montréal. Si vous n'étiez pas au rendez-vous pour découvrir sur scène le trip-hop envoûtant de ce trio bien spécial, vous pouvez toujours vous reprendre en achetant ce DVD de très longue durée (125 minutes).

Morcheeba nous offre dans un premier temps l'intégralité d'un spectacle donné à Brixton en novembre 2002. Au menu: 21 chansons provenant de l'un ou l'autre de leurs trois premiers albums. On peut ainsi assister à l'évolution de cette formation qui a connu de bons et de moins bons moments.

En prime, Morcheeba nous offre un petit documentaire de 24 minutes tourné en Chine en mars 2003. C'est franchement intéressant de les voir découvrir ce pays à la manière de jeunes adolescents qui en sont à leur premier voyage à l'étranger. Il en résulte de belles images et de bien beaux moments.

Ce DVD est offert en format 5.1 et à un coût très abordable. Un très bon achat pour passer une belle soirée en ce début d'automne.

☆ *Performance: 8 sur 10*

Greatest Hits

BJÖRK

Depuis quelques mois, plusieurs DVD de Björk sont disponibles chez les disquaires. S'il faut en croire les critiques, le plus intéressant serait la compilation de ses grands succès qu'elle nous offre en format 5.1. On a ainsi droit à 21 vidéos tournés depuis le début de la carrière de cette chanteuse irlandaise qui était également de passage à Montréal l'été dernier.

Si vous connaissez le moindrement cette artiste qui ne fait rien comme les autres (la Madonna des gens branchés) vous devez bien vous douter que les vidéos qu'elle nous offre relèvent de la folie pure! Oui, c'est assez débile merci. Un vrai régal pour les yeux, mais un certain supplice pour les oreilles lorsqu'on écoute ce DVD d'un trait. Les nerfs finissent par vous lâcher!

Il est donc recommandé de regarder et d'écouter ce DVD à petites doses, trois ou quatre vidéos à la fois. Dans un tel contexte, on ne peut qu'être impressionné par le talent, l'audace et l'ingéniosité de cette artiste qui a finalement réussi à imposer sa marginalité. Fallait le faire.

☆ *Performance: 8 sur 10*

Band Of Gypsys

JIMI HENDRIX

Jimi Hendrix est mort depuis déjà plus de 30 ans, mais sa musique est encore bien vivante. En témoigne ce récent sondage réalisé par une revue britannique sérieuse qui en fait le meilleur guitariste de tous les temps. Avec raison d'ailleurs.

Cette année, deux autres DVD vont continuer d'entretenir l'immense popularité de cette légende qui n'est malheureusement plus vivante. L'un de ces DVD sera disponible dans les jours qui viennent, alors que l'autre se retrouve sur les tablettes des disquaires depuis déjà quelques mois.

Sur ce DVD d'une durée de 130 minutes, on a entre autres droit au spectacle donné par le Band Of Gysys au Filimore East le 31 décembre 1969. C'est durant ce spectacle qu'a d'ailleurs été enregistré l'album du même nom mettant en vedette le nouveau trio d'Hendrix complété par Billy Cox et Buddy Miles. Les images sont en noir et blanc (aussi bien vous le dire) et le son est d'une qualité acceptable, sans plus. Mais quel spectacle, quel guitariste. Payer une douzaine de dollars pour voir Hendrix jouer Machine Gun et Who Knowns, c'est peu cher si vous êtes un fan de ce grand guitariste.

En prime, on nous offre (en couleur cette fois) un long documentaire fort intéressant sur la carrière d'Hendrix, mais aussi sur ce trio qui a marqué une autre étape dans la carrière de celui qui aura marqué son époque. Intéressant.

☆ *Performance: 7 1/2 sur 10* ■

Marie-Andrée Ostiguy en concert le 16 octobre

MICHEL PHANEUF

Il y a un bon bout de temps que Marie-Andrée Ostiguy n'a pas présenté de concert dans la région. Quelques années en fait. Mais voilà que la pianiste originaire de Marieville se prépare à revenir se produire à Saint-Jean-sur-Richelieu, le 16 octobre prochain à 18 heures au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean. Un concert qui mariera la musique classique et ses propres compositions.

Fait à noter, Marie-Andrée Ostiguy ne sera pas seule sur scène à cette occasion. La musicienne sera accompagnée du Quatuor à cordes de la Montérégie, un ensemble formé de membres de l'Orchestre symphonique de Longueuil (auparavant l'Orchestre symphonique de la Montérégie).

Parmi les oeuvres au programme, six pièces originales tirées des deux premiers albums de la pianiste-compositrice, notamment *Anastasia*, *Pluie Fantaisie*, *Dimanche d'été* et *Montréal Concerto*. À celles-ci s'ajoutera le Quintette pour cordes avec piano de Robert Schumann, une oeuvre qui prend la forme d'un petit concerto et qui s'avère particulièrement intéressante, souligne la musicienne.

Toujours très active, Marie-Andrée Ostiguy donnera plusieurs autres concerts au cours des prochains mois, certains au Québec, d'autres aux États-Unis. Entre autres, elle se produira le 18 octobre à Saint-Antoine-sur-Richelieu en compagnie du Quatuor à cordes de la Montérégie, de même que le 21 octobre à la Place des Arts, cette fois avec l'ensemble I Musici à l'occasion d'un concert-bénéfice pour les oeuvres du Cardinal Léger.

Marie-Andrée Ostiguy.

Elle se rendra ensuite en Californie pour une série de concerts solo dans la région de San Francisco, puis reviendra au Québec où elle sera l'invitée de différents récitals, notamment à Granby et à Saint-Constant. Elle prévoit aussi présenter quelques concerts intimes chez elle en décembre.

Présenté dans le cadre de la série «Les Jeudis Shows», le concert du 16 octobre au Cabaret-Théâtre débutera à 18 heures. On peut se procurer des billets à l'avance au (450) 358-3949 ou sur place le soir de la représentation au 190, rue Laurier à Saint-Jean-sur-Richelieu. ■

DVD / VIDÉO

Pas besoin de se forcer pour aimer le film Séraphin

PASCAL CLOUTIER

Le film le plus populaire de notre histoire cinématographique est maintenant disponible en DVD. Personnage mythique s'il en est un, l'avare de Claude Henri Grignon, aura marqué notre société. Si le roman duquel on a tiré plus d'un film et une longue télésérie n'a pas connu le succès des images qu'il a inspirées, il n'en reste pas moins que ce sont bien quelques chapitres d'écriture qui ont provoqué quelques autres artisans à en raconter l'histoire par l'image et la musique. On tend à l'oublier, Séraphin est un personnage de roman avant tout.

Séraphin: un homme et son péché.

La beauté de cette réalisation de Charles Binamé, tient, dans ce retour au roman, comme dans la coordination des éléments cinématographiques qui importent. Des acteurs choisis avec soin (Pierre Lebeau, Karine Vanasse, Roy Dupuis), des performances particulièrement bonnes, de la musique inspirée (Michel Cusson) et des images recherchées.

Si certaines personnes ont été surprises par la facture dramatique de la chose, il faut comprendre que cette version est beaucoup plus fidèle aux écrits originaux que ne l'ont été les autres productions sur le sujet. Moi, c'est ce qui m'a le plus plu dans ce film énorme.

La version DVD n'amène pas tellement d'ajouts nécessaires, les quelques scènes coupées, les commentaires du réalisateur et des acteurs dans un court métrage sur le tournage lui-même n'ajoutent pas ce qu'on considère comme nécessaire. Le film est bon et c'est tout ce qui compte vraiment.

Le cinéma québécois se porte bien et l'encourager est important. On n'a pas besoin de se forcer pour aimer «Séraphin: un homme et son péché». À louer absolument.

Joue-la comme Beckham

Vous connaissez David Beckham? Non... C'est le sportif le plus connu du monde pourtant. C'est un joueur de soccer anglais qui a pris la place de Zinadine Zidane et de Ronaldo dans le coeur des fervents de soccer, le sport le plus populaire de la planète. Que ce soit au Japon, en Islande, en Afrique du Sud ou au Costa Rica, partout, le nom de Beckham est connu. Il a évolué au sein du plus populaire des clubs de football, le Manchester United. En juin dernier, son échange pour le club Real Madrid a eu l'effet d'une bombe sur la planète foot. On en parlait sur toutes les chaînes télé du monde et pour nous, nord-américain, c'était une nouvelle comme une autre. Nous avions réagi de façon semblable lorsque Wayne Gretzky avait été échangé par les Oilers d'Edmonton aux Kings de Los Angeles. Le retour au jeu de Mario Lemieux ou encore de Micheal Jordan seraient de bons exemples aussi. C'est la popularité du sport qui aura fait de la nouvelle une bien plus grosse impression.

Les banlieues de Londres sont remplies de petits gars qui tripent fort sur Beckham et le sport dont il est le plus grand représentant. Mais il faut savoir que le soccer n'est pas réservé au genre masculin. Les filles prennent la place qui leur revient dans ce sport et les Mia Hamh de ce monde sont nombreuses. Même en Amérique, les jeunes filles sont nombreuses à pratiquer ce sport et elles jouent formidablement bien au soccer. Voilà que le sujet fait l'objet d'un film anglais très réussi.

Réalisé par Gurinder Chadha, cette belle histoire sportive traite de plusieurs sujets importants. Si le film est pour tous les âges, les sujets sont particulièrement importants pour les plus âgés, les parents de ces jeunes sportifs mais aussi de tous les enfants qui ont à vivre dans un monde changeant. Si on voulait résumer, on dirait que le film de Chadha traite des différences culturelles et sexuelles. Vous me direz que ça semble bien loin du soccer. Eh bien non!

Jessé Bamrha (Parminder Nagra) est une jeune femme dont les parents sont stricts et respectueux des traditions hindoues d'où ils sont originaires. Jesse doit en subir les conséquences, sa soeur aussi, mais de façon différente. Liée d'amitié avec Juliette (Keira Knight Ley), une jeune adepte du soccer elle aussi, Jesse joint une équipe de soccer féminine sans l'approbation de ses parents. Elle se cache pour participer à ce qu'elle apprécie le plus et elle y excelle. Pourtant ses parents n'acceptent pas de la voir déroger aux traditions. Juliette elle, encouragée par son père (Frank Harper) doit subir les affres de sa mère (Juliet Stevenson) qui ne trouve pas la pratique

Joue-la comme Beckham.

d'un tel sport très féminin. C'est lors d'un voyage à Hambourg, en Allemagne, que l'histoire des jeunes filles se compliquera à cause de leur entraîneur (Jonathan Rhys Meyers).

Dans la satire culturelle comme l'a été «My Big Fat Greek Wedding», ce film s'avère une réussite à plusieurs niveaux. Les images sont jolies, le travail des comédiens est impeccable et l'histoire est des plus engageantes. La musique de Curtis Mayfield, de Texas et de deux ex-Spice Girls, Mélanie C et Victoria Beckham (la femme de David Beckham) a apporté un plus au film. Presque autant que la présence de la voix la plus connue du Moyen-Orient, feu Nusrat Fateh Ali Khan. Un chanteur à la voix extraordinaire malheureusement mal connue ici. Je souligne aussi, parlant de musique, le petit rôle de capitaine d'équipe que tient l'ex-All Saints, Shaznay Lewis.

Comme quoi les anglais sont les meilleurs pour parler de ce sport qu'ils vénèrent tant: le soccer. Un film magnifique qu'il vous sera agréable de louer, sans hésitation. ■

Le Canada Français, El Senador, Maybelline et Garnier s'associent pour lancer une vaste campagne d'achat local

«Achetez ici, ça pourrait vous mener loin !»

Serge Savard, légende du club de hockey Les Canadiens de Montréal.

Le Journal Le Canada Français, en collaboration avec des noms bien connus dans les domaines de la beauté et des vacances et ses marchands participants de la région, lancent la semaine prochaine un concours qui fera de nombreux heureux.

Au cours des prochaines semaines, vous serez invités à remplir et déposer des coupons de participation chez les marchands participants. Aucun achat n'est requis. Le 2 décembre prochain, un tirage au sort permettra à une personne de notre région de recevoir de prestigieux produits Maybelline et Garnier pour une valeur totale de 250 $. Ces deux marques sont des leaders dans leur domaine respectif : les cosmétiques et les produits capillaires.

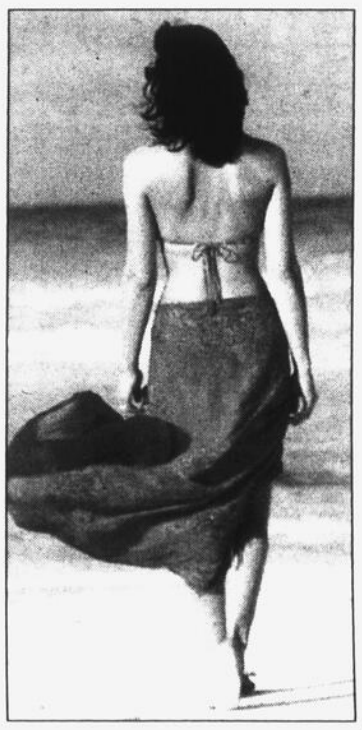
À cette occasion, un premier voyage à Cuba, sous la forme d'un séjour d'une semaine pour deux personnes en formule tout compris, dans ce petit coin de paradis sera tiré au hasard parmi tous les coupons déposés chez les marchands participants de la région. Ce concours se tiendra simultanément dans 75 villes du Québec.

Par la suite, tous les billets de participation recueillis chez les marchands participants seront envoyés à Montréal au bureau des Hebdos du Québec, pour un grand tirage provincial. Et, le 10 décembre prochain, monsieur Serge Savard, légende du club de hockey Les Canadiens de Montréal, représentant le prestigieux complexe hôtelier EL SENADOR de Cayo Coco, Cuba, procédera au tirage au sort des 12 autres voyages à Cuba.

Le El Senador vous offre évasion, gastronomie et confort avec, en toile de fond, une magnifique plage de sable blanc et une mer d'un turquoise cristallin.

Lors de votre prochaine visite chez les marchands participants, prenez le temps de remplir un coupon de participation.

Qui sait où ça pourrait vous mener? Consultez les règlements du concours chez les marchands participants. L'équipe du Journal Le Canada Français et tous les collaborateurs à cette campagne d'achat vous souhaitent bonne chance.

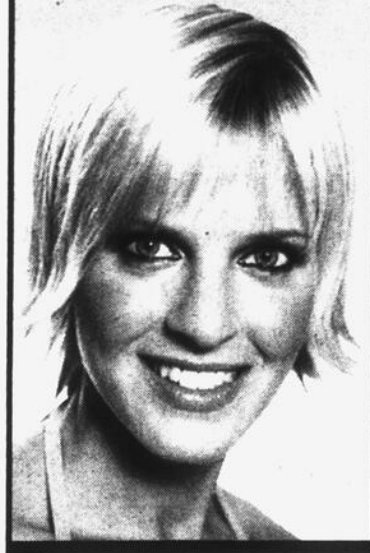


Le El Senador vous offre évasion, une magnifique plage de sable blanc et une mer d'un turquoise cristallin.
(Publicité)

303643-3c19-ggts

Soirée Beauté V.I.P.

Lundi 20 octobre de 17 h à 21 h



Venez vous faire conseiller par nos experts en soins de beauté et maquillage !

- Maquillages : Lise Watier, L'Oréal, Maybelline
- Analyse de peau : Orlane, Vichy, Biotherm
- Soins des ongles
- Vin et fromages
- Plusieurs tirages

De plus

Obtenez 10% de rabais sur vos achats de produits de cosmétiques à prix régulier.

Billets disponibles au comptoir des cosmétiques. Coût : 10$ *(qui sera déduit de vos achats)*

300003-3c19-stfl

PHARMAPRIX

CLAUDE LAVOIE
1000, boul. du Séminaire Nord
Saint-Jean-sur-Richelieu
(Galeries Richelieu)
348-6813

MOTS CACHÉS

8 LETTRES CACHÉES

MOT-CACHÉ

LE SCOUTISME

A
activités
âges
aide
amis
amitié
apprendre
avoir
B
bois
C
camp
contact
costume
couteau
D
débrouillard
découvrir
discipline
durée
E
éclaireur
effet
efficace
effort
entente
entraide
épreuve
étape
excursions
explorer
F
faire
fait
feu
fille
forêt
G
garçon
groupe
guide
I
idée
instructif
intéresser
J
jeannette
jeune
jeux
L
loisirs
louveteau
M
mixte
N
nature
norme
O
offre
opter
ordre
organiser
orienter
P
partage
partir
plaisir
plein air
prêt
promesse
R
ralliement
reste
réunion
S
scout
scoutisme
service
signe
sites
soir
sortir
sport
sûreté
survie
T
temps
tente
terrain
U
utile
V
vie

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	R	I	T	R	A	P	R	O	M	E	S	S	E	N	T	R	A	I	D	E
2	R	I	T	E	R	O	F	I	N	S	T	R	U	C	T	I	F	U	E	F
3	E	E	D	I	U	G	X	R	U	R	O	J	E	U	N	E	L	L	I	F
4	S	X	J	E	A	T	E	R	I	R	V	U	O	C	E	D	R	O	A	O
5	I	C	P	M	E	T	E	S	I	O	S	C	O	S	E	I	I	I	M	R
6	N	U	L	R	P	T	I	E	E	I	S	N	E	B	B	T	T	S	C	T
7	A	R	E	O	E	A	N	N	G	C	T	G	R	I	E	O	R	I	A	E
8	G	S	I	N	L	T	D	N	T	A	A	O	G	R	V	E	O	R	M	G
9	R	I	N	P	E	S	E	I	C	E	U	C	R	A	S	R	S	S	P	A
10	O	O	A	R	P	N	E	T	S	I	R	A	I	T	R	E	U	E	G	T
11	C	N	I	O	T	O	I	M	L	C	I	E	E	F	R	C	T	S	R	R
12	O	S	R	E	R	V	V	L	S	N	I	C	S	V	F	T	O	A	O	A
13	U	T	N	D	I	N	A	E	C	I	L	P	I	S	E	E	L	N	U	P
14	T	T	R	T	A	R	V	O	S	A	T	C	L	N	E	L	F	O	P	T
15	E	E	E	T	D	U	S	P	I	I	E	U	N	I	I	R	A	F	E	E
16	A	S	U	U	E	T	M	R	O	D	M	A	O	E	N	V	I	F	E	N
17	U	R	R	R	U	E	E	R	B	E	E	A	M	C	O	E	R	R	T	T
18	E	E	P	M	T	U	X	U	E	J	S	E	T	I	S	E	E	E	A	E
19	E	E	E	E	R	E	U	N	I	O	N	E	R	D	N	E	R	P	P	A
20	L	O	U	V	E	T	E	A	U	T	I	L	E	X	P	L	O	R	E	R

SOLUTION DE CE MOT CACHÉ: JAMBOREE

LES ENTRECROISÉS

7 LETTRES CACHÉES

LES ENTRECROISÉS

LES PAUPIÈRES

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

2
de
es
la
se
tu
3
est
été
eut
sur
une
vue
4
bord
cils
lier
nous
oeil
rôle
sert
unir
yeux
5
cillé
effet
êtres
globe
ombre
ouvre
senti
types
6
battre
ptosis
rester
7
cligner
lourdes
mobiles
orgelet
parties
réflexe
teintes
8
gonflées
oculaire
releveur
9
chalazion
ectropion
entropion
palpébral
10
antérieure
commissure
inférieure
nictitante
recouvrent
supérieure
12
renversement
13
compère-loriot

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1		■		■		■					■	■								
2						■		■	■	■	■			■	■	■	■	■		■
3		■		■														■		■
4	■				■		■		■	■	■	■		■	■	■	■		■	
5		■		■														■		
6								■				■		■	■	■	■			
7		■		■		■						■		■	■	■	■	■	■	
8		■		■				■	■	■	■	■		■				■		
9		■		■		■						■						■		
10		■				■		■	■	■	■	■						■		
11	■	■	■	■		■								■	■				■	■
12		■		■				■	■	■	■	■		■				■		
13		■		■		■						■		■				■		
14		■		■		■		■	■	■	■	■		■	■	■	■	■	■	■
15								■				■						■		■
16		■		■		■						■						■		■
17								■	■	■	■	■						■		
18		■		■		■														
19								■												
20	■	■	■		■															

SOLUTION DE LES ENTRECROISÉS: LOURDES

MOTS CROISÉS

Problème No 23

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

HORIZONTALEMENT

1. Par opposition à. - Du nez.
2. Risques d'incidents défavorables. - Molécule résultant de la combinaison de deux molécules identiques.
3. Petites crêpes de riz fourrée. - Boisson fermentée. - Résonance magnétique nucléaire.
4. S'il vous plaît. - Le dirigeable en est un.
5. Mince et de haute taille. - Jeune noble.
6. Généralisation d'une observation établie à partir de cas singuliers.
7. Accident de végétation des céréales. - Il soutient la quille d'un navire en construction. - Argon.
8. Astate. - Confiance, certitude.
9. Existence humaine conçue comme présence au monde, chez Heidegger. - Qui ne touche pas les bords de l'écu, en héraldique.
10. Aguiche.
11. Pirates. - Vallée très large.
12. Décision par le hasard. - Qui ne porte pas de fruits.

VERTICALEMENT

1. Grands paniers pour le vannage du grain. - Qui se sont échappés de l'endroit où elles étaient détenues.
2. Il reçoit un enseignement dans un établissement scolaire. - Lettre grecque. - Cobalt.
3. Pénétrer qqn d'un sentiment. - Hareng salé, puis séché à la fumée.
4. Tamis. - Dont l'une des extrémités est terminée par un petit anneau. - Meitnérium.
5. Ils accompagnent les coutumes. - Lave à structure polymorphique.
6. Qui semble s'être passé réellement. - Pneumatiques.
7. Sans détour. - Aptitude, habileté.
8. Phénomène climatique. El... - Filet pour prendre des cailles.
9. Américium. - De la moelle épinière.
10. Zone peu peuplée semi-aride du Nordeste brésilien. - Homme de main, tueur.
11. Eaux-de-vie de vin. - Aluminium.
12. Qui n'agit pas avec rapidité. - Véritable.

Solution du dernier problème

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

NOS GROS
SPÉCIAUX DU JOUR

BRASSERIE
DE L'OUEST
B.O

Spéciaux du midi à partir de **3,99$**

Taxes incluses

400, boul. du Séminaire Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu **348-7279**

Les spéciaux de MARIUS

Vous pouvez combiner à votre choix : poutine, 1/2 spaghetti, ailes de poulet et liqueur en cannette.
(Les poutines sont servies avec une sauce ordinaire et les pizzas sont au choix : t oute garnie ou pepperoni fromage)

1 BAMBINO +
(1) 1/2 spaghetti ou (4) ailes de poulet ou (1) poutine ou (1) liqueur **7,50$**

1 SMALL +
(2) 1/2 spaghetti ou (8) ailes de poulet ou (2) poutines ou (2) liqueurs ou (2) choix différents **11,75$**

PIZZA COMBO
• Pizza
• 1/2 spaghetti
• Ailes de poulet • Poutine • Liqueur

1 MÉDIUM
(3) 1/2 spaghetti ou (12) ailes de poulet ou (3) poutines ou (3) liqueurs ou (3) choix différents **16,75$**

1 LARGE
(4) 1/2 spaghetti ou (16) ailes de poulet ou (4) poutines ou (4) liqueurs ou (4) choix différents **21,85$**

1 EXTRA LARGE +
(5) 1/2 spaghetti ou (20) ailes de poulet ou (5) poutines ou (5) liqueurs ou (5) choix différents **26,85$**

1 JUMBO +
(6) 1/2 spaghetti ou (24) ailes de poulet ou (6) poutines ou (6) liqueurs ou (6) choix différents **31,85$**

Resto chez **MARIUS**

NOUVEAU DÉCOR !

Spéciaux de midi de 11 hà 14 h
incluant soupe, repas, dessert et café
À partir de 5,90$
Maintenant 2 endroits pour mieux vous servir

2454, Route 133, Saint-Jean-sur-Richelieu
Livraison : **357-7711**

524, Route 133, Saint-Sébastien
Livraison : **244-5777**

LE RESTO DU Deli BOULEVARD 800

Spécialités :
Poulet BBQ • Pizza
• Brochettes • Viande fumée
346-1558 346-5411
***Livraison**

***Dimanche - Lundi - Mardi - Mercredi - Jeudi . 11 h am à 1 h am**
***Vendredi - Samedi . 11 h am à 3 h am**

***Livraison gratuite dans les environs**

800 Boul. d'Iberville
St-Jean-sur-Richelieu

LE COQ RAPIDE

FAITES LA PAUSE BBQ

TABLE D'HÔTE
du soir
À partir de

9,85$ + taxes

365, boul. du Séminaire Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu **(450) 348-1191**

Une excellente raison de vous joindre à nous!

303734-3c19-gf8

Les jeunes de Katimavik s'installent à Saint-Jean

VALÉRIE LEGAULT

Depuis un mois, un groupe de 11 jeunes de 18 à 21 ans provenant de plusieurs provinces du Canada a pris d'assaut la ville de Saint-Jean-sur-Richelieu pour apprendre le français, renforcer ses capacités à vivre en groupe et acquérir de nouvelles expériences de travail dans le cadre du programme Katimavik. Répartis dans des organismes à but non lucratif de la région, nous avons rencontré ces jeunes le jour de leurs entrevues avec leurs futurs employeurs.

Quoiqu'il y ait trois francophones dans le groupe, la plupart des participants sont anglophones. D'autres, comme Robyn Palmer, sont parfaitement bilingues. «Je viens du Manitoba et je souhaite bien aller travailler chez Famille à coeur», explique-t-elle. En fait, Robyn et tous les autres du groupe feront de 30 à 40 heures de bénévolat par semaine. Alysha Crawford, Natasha Long, Tyler Ferguson, Adam Parks, Alexandra Paradis, Vanessa Ledus, Cora McIntosh, Raphaël Blanchet, Robyn Palmer, Jérôme Dostie-Bourgault et Paul Martel se partageront la tâche chez les organismes suivants: les Amis du canal de Chambly, Jeunes mères en action, le Centre de partage communautaire johannais, le Comptoir familial du Haut-Richelieu, le Carrefour Dignité, Famille à coeur, l'Office du tourisme et des congrès du Haut-Richelieu et le Musée du Haut-Richelieu.

Présentement hébergés dans une maison située dans le secteur Iberville, les jeunes de Katimavik devront aussi suivre divers ateliers pendant leur séjour. Des cours de leadership ainsi que de français langue seconde leur seront dispensés, à raison de 28 heures par trimestre. Le programme Katimavik dure 10 mois, mais le présent groupe restera à Saint-Jean jusqu'au 10 décembre. Ensuite, il se dirigera pour une autre période de trois mois à Hope, en Colombie-Britannique, puis à Grimsby, en Ontario, de mars à juin 2004.

VIE DE GROUPE

Pour chacun d'entre eux, leur participation à Katimavik sera synonyme d'une vie de groupe intense et leur demandera beaucoup d'adaptation. Peut-être plus pour certains que pour d'autres. Robyn Palmer, par exemple, sait ce que signifie l'expression choc culturel car elle s'est déjà rendue jusqu'en Inde avec Jeunesse Canada monde. Quant à Paul Martel, de Petrolia, en Ontario, il s'agit de sa première expérience à l'extérieur de chez lui pendant autant de temps. Cependant, il semble apprécier la vie montérégienne, qui diffère quand même de sa ville natale: «C'est complètement différent! Ici, il y a des montagnes tandis que chez moi, c'est plat à perte de vue», a-t-il commenté en anglais, son français étant encore à parfaire.

Pour l'instant, leur coordonnatrice qui vit sous le même toit qu'eux, Sophie Archambault, a confirmé qu'il s'agit d'une équipe qui s'entend très bien, ce que les participants ont aussi laissé savoir. «Ils veillent eux-mêmes au nettoyage de la maison, décident des activités qu'ils veulent faire... et règlent leurs problèmes s'il y a des chicanes! Moi, je suis là pour les aider, mais ils doivent se débrouiller tout seul», explique l'agente de projet.

FAMILLES RECHERCHÉES

Afin de vivre une belle expérience dans le Haut-Richelieu, les jeunes feront aussi l'expérience de la vie en immersion française dans une famille d'accueil. Cela leur donnera à la fois une pause de vie de groupe et l'occasion d'enrichir leur expérience au niveau culturel. Ils passeront 14 jours dans une famille francophone, soit du 17 au 31 octobre.

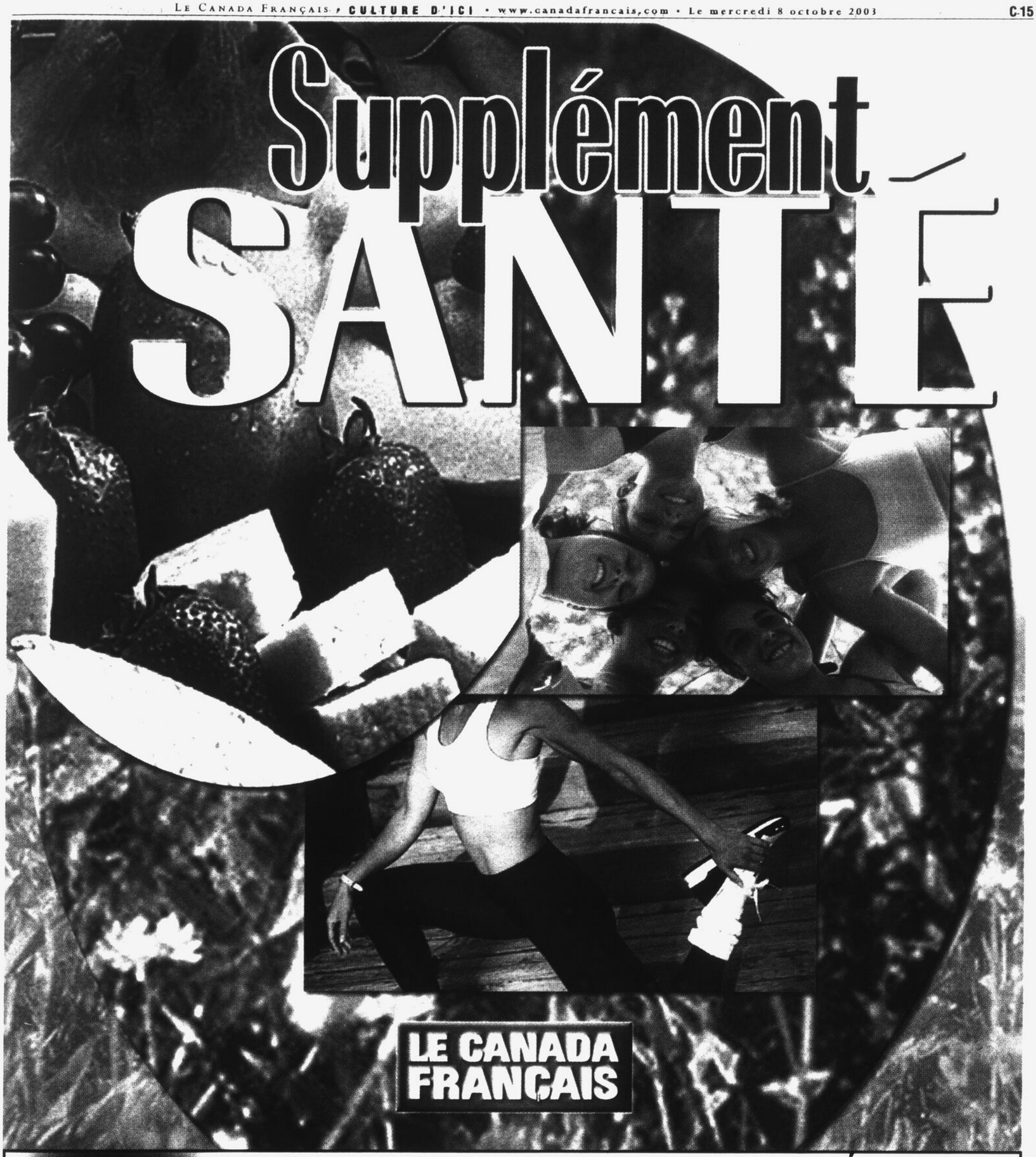
Ces 11 jeunes adultes de Katimavik feront du bénévolat à Saint-Jean jusqu'au 10 décembre.

«Nous sommes à la recherche de 11 familles disponibles qui voudraient accueillir les participants. Les seuls préalables sont d'être disponibles pendant la période donnée et de faire vivre une belle expérience familiale au participant», explique Mme Archambault. Une compensation monétaire sera donnée aux familles pour couvrir les frais d'épicerie. Pour plus d'information, les familles intéressées peuvent joindre Sophie Archambault au 347-9809. François Duchesne, agent de projet pour un autre groupe Katimavik dans la région de Bedford, est aussi à la recherche de familles et attend les appels volontaires au 248-4120. ■

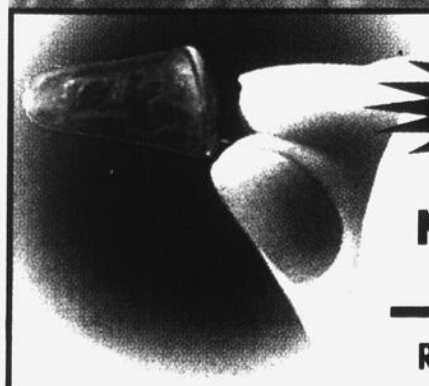
Marche des ballons sous la pluie

Malgré la pluie, 71 marcheurs ont participé, le long du canal de Chambly, à la Marche des ballons pour la vie, un événement de la Société canadienne du cancer qui a permis d'amasser cette année 1990 $. D'après les organisateurs, les participants dégageaient une énergie et une bonne humeur qui ont presque réussi à faire fuir les nuages gris. En raison du mauvais temps, la collecte de fonds auprès des automobilistes a été reportée au samedi 11 octobre. En cas d'une autre journée pluvieuse, les bénévoles de la Société canadienne du cancer recueilleront les dons le lendemain, qui seront ajoutés au montant de la Marche des ballons pour la vie. ■

Supplément SANTÉ



LE CANADA FRANÇAIS



Nouveau
www.laflammeetassocies.com

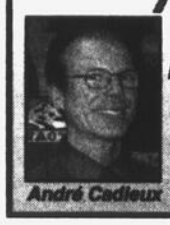
VOUS SOUFFREZ DE SURDITÉ
OU VOUS CONNAISSEZ QUELQU'UN QUI EN SOUFFRE ?

NOUVELLE TECHNOLOGIE
100 % NUMÉRIQUE

RÉDUCTION DES BRUITS DE FOND –
MAXIMISATION DE LA PAROLE
Une prothèse auditive SANS FRAIS ET
SANS LIMITE D'ÂGE par le biais de la
carte d'assurance-maladie du Québec.
*Le modèle illustré n'est pas couvert par le R.A.M.Q.

Laflamme & Associés
Audioprothésistes
900, boul. du Séminaire Nord, bureau 140
(près de l'Hôpital du Haut-Richelieu)
Saint-Jean-sur-Richelieu (450) 349-1260

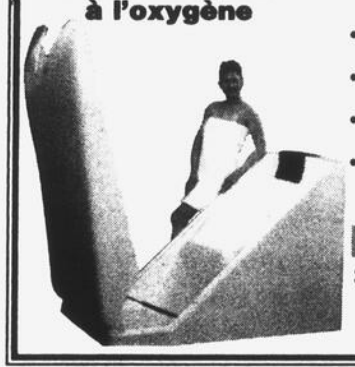
026827-3c19-aj

CHAUSSURES Confort
NOUVEAU !
Chaussures de danse sociale

André Cadieux
Hommes et femmes
Fait de cuir haute qualité
Vaste choix de modèles
et de couleurs
(450) 348-8528

CARREFOUR RICHELIEU
600, rue Pierre-Caisse
Saint-Jean-sur-Richelieu
300148-3x19-pf

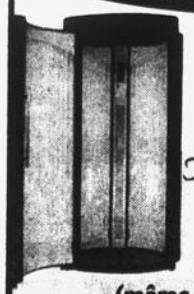
SALON Marie Paule
Avec ou sans rendez-vous
348-9880

Toute l'équipe est fière d'accueillir au sein de leur équipe Lilianne Blais qui compte plusieurs années d'expérience dans le domaine.
• Elle • Lui • Enfants
• Technicienne en coloration et permanente
307, boul. Saint-Luc, Saint-Luc
106618-3x19-pf

Spécial d'automne
2 pour 30$
Bain de vapeur à l'oxygène

SUR RENDEZ-VOUS
Valable du 1er au 31 octobre 2003
• Remarquable pour la fybromyalgie
• Élimination de la rétention d'eau
• Perte de poids - cellulite
• Soulage les douleurs arthritiques et rhumatismales
• Grande détente et état de bien-être
• Augmentation de l'énergie
• Décongestion des voies respiratoires - asthme
• Désintoxication
• Eczéma - psoriasis
Certificats-cadeaux disponibles !
307, boul. Saint-Luc, Saint-Jean-sur-Richelieu
(450) 359-9900
Salon Marie Paule
300080-3x19-fj

CONCEPT DÉTENTE
Image Totale
Denise Gaudreau pro
ESTHÉTIQUE - BRONZAGE - MASSOTHÉRAPIE

Denise Gaudreau
Propriétaire
INVITATION SPÉCIALE
Soirée portes ouvertes
Mercredi 15 octobre 2003
(Cocktail 5 à 7 1/2 - Vin et fromage)
Prix de présence et autres...

Guylaine Viel
Esthéticienne
Rabais jusqu'à 35%
Nouveau !
Spray Tan - Soladerm
Un bronzage tropical en seulement quelques minutes
Nouvelle technologie !

Lits solaires debout
(Rapidité et efficacité)
350 minutes avec une bouteille de lotion 79,95$
Toujours à la recherche de nouveauté ! pour mieux vous servir !
(450) 359-4997
250, boul. Saint-Luc (2e étage)
(même immeuble que la Pharmacie Essaim Legrand)
Secteur Saint-Luc / Saint-Jean-sur-Richelieu
106819-3x19-jgst

Supplément SANTÉ

Des cheveux extraordinaires – grâce aux plantes !

Le silicium est le deuxième élément le plus abondant dans le monde après l'oxygène. Obtenez-vous votre part ?

Le silicium se combine avec l'oxygène pour fabriquer la silice, la forme utilisée par les plantes et les animaux. Il s'agit de la substance qui fournit la structure de plusieurs formes de la nature. La silice rend les plantes, particulièrement les graminées, plus robustes et plus souples. Chez les humains, la silice fabrique des tissus conjonctifs sains qui apportent de la souplesse, une chevelure épaisse, une peau colorée et des ongles plus durs.

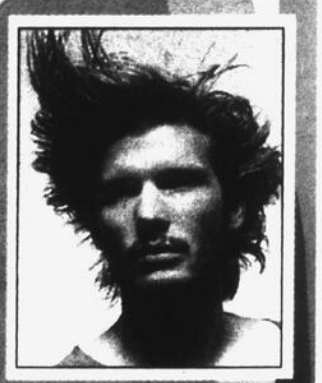
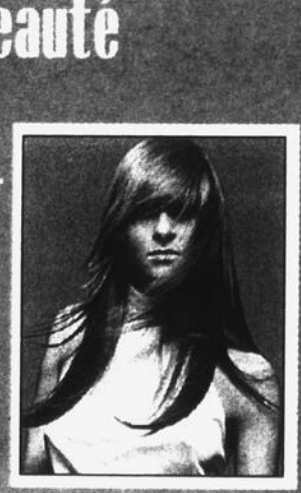
Des chercheurs de l'Université Columbia indiquent que la silice est si essentielle à la santé, qu'on doit en obtenir sur une base régulière. Le chercheur, H. Roger, de l'Université de Paris, a découvert que le fœtus exigeait une quantité particulièrement élevée de silice et recommande aux femmes enceintes ou qui allaitent de prendre des suppléments de silice afin d'assurer le bon développement du squelette, des ongles et des cheveux de leur enfant.

Une alimentation riche en silice est une alimentation élevée en graminées non raffinées comme l'avoine, le seigle et le blé. Les personnes consomment généralement des graminées sous la forme de céréales raffinées. Malheureusement, le processus de raffinage élimine la silice des céréales et les céréales non raffinées exigent jusqu'à une heure de cuisson.

Les herboristes utilisent des graminées de prêle pour fournir la silice aux patients présentant des carences et leur servent du thé longuement bouilli. Si

tous les inconvénients liés au fait de bouillir les céréales et les graminées de prêle ne vous plaisent pas, on a développé une forme plus simple pour combler vos besoins en silice. Florasil, l'extrait aqueux de prêle du printemps en capsule absorbable, est un « extrait aqueux atomisé » développé par le Dr Kervran. On le trouve dans la plupart des magasins d'aliments naturels. Vous pouvez aussi appeler Flora au 1 800 363-9542 pour de plus amples renseignements.

- L'édition Nouvelles

Coiffure • Esthétique
Maxime Lebel
la santé et votre beauté

Réveillez votre teint avec l'infusion d'oxygène pur

Soyez resplendissant !

Avec ou sans rendez-vous
COIFFEUSE DEMANDÉE

376-9366
1095, boul. d'Iberville,
Saint-Jean-sur-Richelieu
300089-3x19-jl

Supplément SANTÉ

Améliorez votre quotient visuel

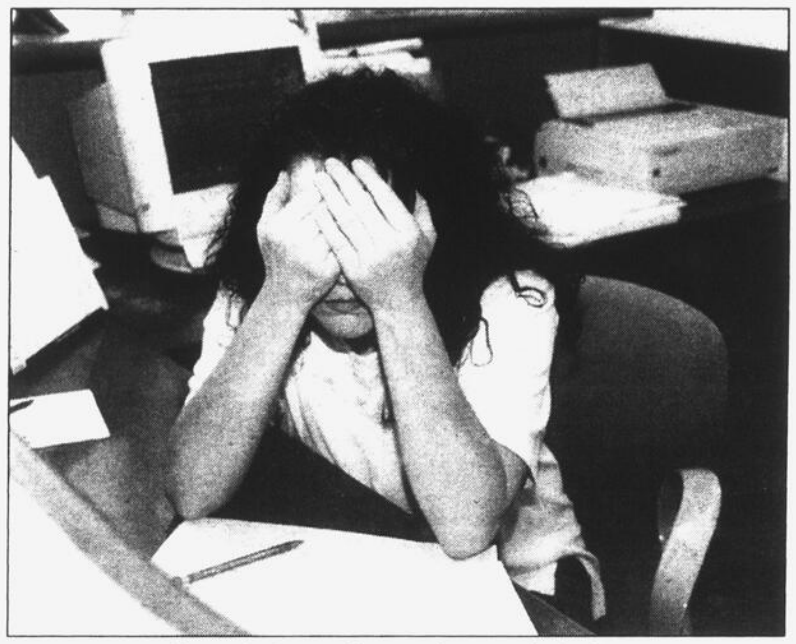
Une solution rapide pour les yeux fatigués : tout en appuyant la paume des mains sur le haut de la joue, couvrez les yeux pour les reposer et les rafraîchir.

- L'édition Nouvelles

(EN)—Avec plus de 126 millions de photorécepteurs dans chaque pupille, les yeux constituent les organes les plus complexes et les plus étonnants du corps humain. Que connaissez-vous sur eux ? Pour octobre, le mois de la santé oculaire au Canada, voici une courte mise à jour servant à améliorer votre quotient visuel.

Vous rappelez-vous les mises en garde de votre mère qui vous disait de ne pas lire à la noirceur parce que vous nuiriez à vos yeux ? Désolé, maman, mais ce n'est pas vrai. Bien que ce ne soit pas une bonne idée, pas plus que s'asseoir trop près du téléviseur, cela ne présente pas de danger pour la santé des yeux. Selon les optométristes, vous ne pouvez renforcer vos yeux en ne portant pas de lunettes et le fait de porter des lunettes n'affaiblit pas les yeux. Le besoin de lunettes bifocales ne dépend pas d'un excès de travail trop rapproché au fil des ans.

Saviez-vous que les lentilles de contact sont désormais bifocales et viennent en divers modèles, en couleur, avec des ronds, des rayures et autres ? Ou que davantage de personnes peuvent porter des lentilles en raison des récents progrès en matière de solutions pour lentilles ? L'un de ces produits, lancé cet automne, Complete Moisture Plus, utilise des hydratants semblables à des larmes qui se lient aux lentilles afin d'accroître le confort et la durée de port des lentilles.



Une solution rapide pour les yeux fatigués: tout en appuyant la paume des mains sur le haut de la joue, couvrez les yeux pour les reposer et les rafraîchir.

Les maladies oculaires qui connaissent une plus grande croissance au Canada sont liées au diabète. Un examen annuel de la vue offre parfois un indice de cette maladie. Selon l'Ontario Association of Optometrists, un enfant sur six éprouve des problèmes de vision. Saviez-vous qu'un enfant qui ne peut demeurer immobile pourrait avoir des problèmes de vision ? Des recherches récentes indiquent un lien étroit entre l'hyperactivité avec déficit de l'attention et l'insuffisance de convergence, une incapacité à converger les yeux sur une cible à proximité qui affecte de 3 à 5 % de la population.

Enfin, une surprise : utilisés avec modération, les jeux vidéo sont bons pour les yeux. Selon un groupe d'optométristes de la Colombie-Britannique, les jeux vidéo peuvent aiguiser les habiletés visuelles utilisées à l'école, au travail et dans les sports, notamment les capacités des mouvements oculaires, la coordination entre les mains et les yeux, le temps de réaction visuelle, la visualisation et la sensibilisation à la vision périphérique.

Combattre le rhume et la grippe de façon naturelle

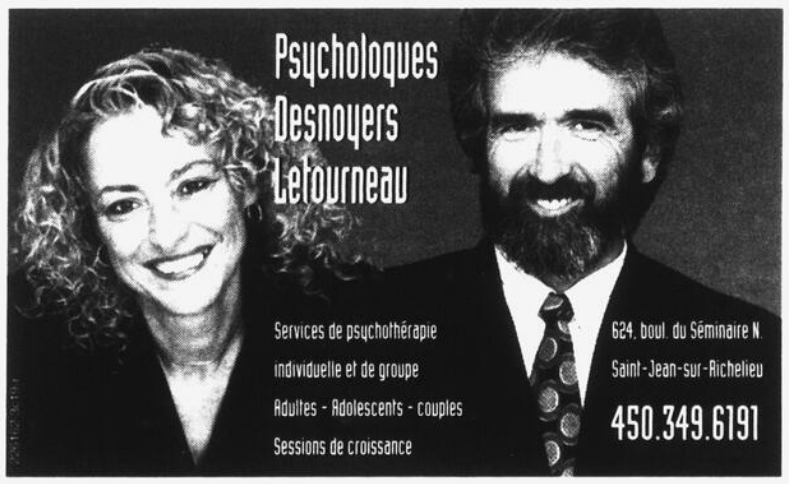
Souhaitant désespérément éviter les ennuis que le rhume ou la grippe peuvent causer, bien des personnes optent pour des médicaments forts, mais souvent ces médicaments sont assortis de risques et d'effets secondaires.

Bon nombre d'études scientifiques valident l'ancienne utilisation de baies de sureau noir et de fleurs pour une protection antivirale et, bien que ces baies poussent en abondance au Canada, peu de gens comprennent leur pouvoir de prévenir et de traiter le rhume et la grippe.

Les baies et les fleurs de sureau noir, un produit essentiel des pharmacies européennes, sont désormais courantes au pays, comme elles l'étaient du temps du Dr Mark Blokwich, un médecin du 17e siècle qui a consacré un texte entier à la valeur de ce médicament polyvalent. Et bien avant le Dr Blokwich, Hippocrate, le père de la médecine moderne, avait fait du sureau l'un de ses chevaux de bataille.

Ces baies à la pelure noire contiennent une substance qui interfère avec la reproduction virale. Ainsi, le sureau aide efficacement les personnes à se défendre contre le virus du rhume ou de la grippe ou, après le fait, empêche le virus de se propager davantage. Pour compléter cette défense naturelle contre les virus, il suffit d'ajouter des fleurs de sureau et d'autres produits régénérateurs du système, comme la vitamine C et l'échinacée. Les avantages sont considérables et les risques de complication sont à toutes fins utiles inexistants. Pour une préparation commerciale qui comprend les éléments mentionnés ci-dessus, cherchez le Sambu Guard qui a bon goût. On trouve le Sambu Guard, un choix sûr pour les adultes et les enfants, dans les magasins d'aliments naturels ou pour plus de renseignements, contactez Flora au 1 800 363-9542.

- L'édition Nouvelles



Chère Madame,

Les femmes ont souvent une vie trépidante. Notre rôle est aussi intense que diversifié. Prises par le temps, nous devons continuellement conjuguer nos efforts afin de donner toujours plus. Or, notre organisme s'insurge quelquefois devant le rythme effréné que nous lui imposons.

Le résultat :
Fatigue et stress sont au rendez-vous...
La Solution :
Venez nous rendre visite... vous découvrirez votre
Institut de Beauté MATIS

INSTITUT MATIS PARIS

Nathalie Messier
(450) **346-6464**
670, boul. d'Iberville
Saint-Jean-sur-Richelieu
300093-3c19-ts

Dépistage du cancer du sein : les faits

Une partie importante de la santé des seins est de bien les connaître. Il y a trois façons de découvrir les changements qui se produisent dans les seins : la mammographie, l'examen clinique des seins par un professionnel de la santé qualifié et l'auto-examen des seins (AES). La mammographie et l'examen clinique des seins sont les méthodes les plus fiables de dépistage du cancer du sein, mais l'AES aide les femmes à savoir ce qui est normal pour leurs seins et à identifier les signes suspects.

« Lorsqu'on détecte et qu'on traite le cancer du sein très tôt, les chances de guérison sont meilleures », explique le Dr Barb Whylie, directrice, Politique de contrôle du cancer, Société canadienne du cancer. « Les femmes devraient discuter des risques et des avantages de tous les types de dépistage avec leur médecin.»

La Société canadienne du cancer recommande de combiner :

- Une mammographie aux deux ans pour les femmes de 50 à 69 ans
- Un examen clinique des seins par un professionnel de la santé qualifié au moins aux deux ans pour toutes les femmes
- L'auto-examen régulier des seins. Les femmes devraient rapporter tout changement à leur médecin

Si vous voulez en apprendre davantage sur la santé des seins, appelez le Service d'information sur le cancer de la Société canadienne du cancer au 1 888 939-3333 ou visitez le site web www.cancer.ca.

- L'édition Nouvelles

Certains détails que vous devez savoir

Certains gouvernements provinciaux couvrent au moins une portion du prix des prothèses mammaires et soutiens-gorge, et une assurance collective ou privée pourrait couvrir le reste des coûts. Nous vous suggérons de discuter vos frais admissibles avec l'administrateur de votre régime d'assurance-maladie. Pour votre meilleure santé et vos soins, vous devriez déterminer à quel intervalle votre prothèse mammaire puisse être remplacée, ainsi que combien de soutiens-gorge sont couverts annuellement par votre régime. Il est essentiel de porter une prothèse et un soutien-gorge bien ajustés en tout temps, puisque votre corps subira des changements avec l'âge et le poids.

Question soins à domicile, vous êtes sous le bon toit!

Micheline Rodriguez
conseillère

Réhabilitation... Réadaptation... Convalescence...

- Appareils de diagnostic
- Produits de positionnement
- Aide respiratoire
- Équipement et accessoires de mobilité
- Accessoires pour la vie quotidienne
- Produits d'urologie
- Produits pour soins des plaies
- Compresses chaudes et froides
- Produits de caoutchouc
- Incontinence
- Soins des pieds
- Bas de soutien homme et femme
- Support de santé
- Équipement et accessoires pour la maison

VENTE ET LOCATION DE CHAISES ROULANTES, BÉQUILLES ET MARCHETTES

mieux vivre chez soi

JEAN COUTU

947, boul. du Séminaire Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu
(450) 347-2311

026674 3c19 r

Prothèses mammaires

Un recommencement avec les prothèses mammaires de «Naturalwear».

Les soutiens-gorge post-mastectomie sont très semblables aux brassières que vous avez déjà portées, avec l'addition d'une pochette qui supporte la prothèse mammaire. Les soutiens-gorge «Naturalwear» sont disponibles dans une gamme de styles élégants pour accommoder votre style de vie et votre ligne.

Avoir subit une mastectomie ne veut pas dire qu'il faut abandonner les plaisirs de la vie

Sur rendez-vous seulement
Louise Lapierre

ROBERT LAPIERRE PHARMACIEN

395, rue Jacques-Cartier Sud
Saint-Jean-sur-Richelieu

Tél.: (450) 347-0361
Téléc.: (450) 347-5513

300109 3c19 j

Noëlla-Marie Dubois
Massothérapeute

Pour personnes désirant maintenir leur santé
Pour personnes atteintes de cancer
Formation accréditée par LEUCAN

348-7179

Membre de la Fédération québécoise des massothérapeutes
Reçu pour assurances

026833 3c19 s

Jamlami et Grand-Mère Délia

Le choix santé

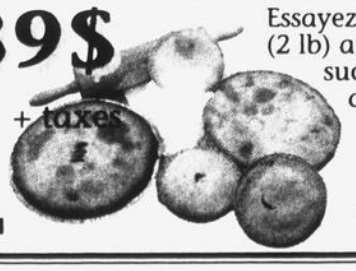
Profitez de cette offre alléchante pour vous offrir des aliments santé peu de sucre, moins de gras. Notre pâte à pâté et à tarte comporte 1/3 de moins de gras en plus d'y mettre des produits frais venant de notre région.

Chez Jamlami

Essayez notre spécial pâté comprenant :
- Salade
- Soupe
- Breuvage
- Petit pain chaud
- Pâtisserie

5,39$ + taxes

(450) 349-4718
600, rue Pierre-Caisse, Saint-Jean-sur-Richelieu



Boulangerie Grand-Mère Délia

Essayez une de nos 3 variétés de pâtés (2 lb) au poulet, saumon et tourtière ainsi que nos succulentes tartes (2 lb) aux pommes, sirop d'érable et aux fruits.

4,99$

(450) 349-0888
149, boul. Saint-Luc, Saint-Jean-sur-Richelieu

300095-3c19-jst

Supplément SANTÉ

Le vieillissement de la peau

Le vieillissement normal de la peau commence autour de 30-35 ans. La peau devient avec l'âge, plus mince, plus fragile et moins élastique. Elle perd aussi son collagène, son gras, ses vaisseaux sanguins et ses fibres élastiques (élastine). Le vieillissement solaire, quant à lui, est caractérisé par l'élastose solaire (coloration jaunâtre et épaississement de la peau), une pigmentation irrégulière, des taches pigmentaires, de fins vaisseaux sanguins (télangiectasies), des rides plus profondes, une peau sèche, rude et mince.

Le FotoFacial RF® se définit comme une procédure de rajeunissement cutané non agressive, non ablative non ecchymotique. Cette technique a été développée par les Dr S. Mulholand de Toronto et P. Bitter de Californie. Elle est maintenant offerte à la Clinique Épilation LaserPlus.

La procédure de FotoFacial RF® induit au niveau de la peau une stimulation du collagène et de la matrice de base de l'épiderme. Ce rajeunissement cutané atténuera les dommages inesthétiques de la peau incluant le vieillissement solaire, la rosacée, les télangiectasies (minuscules capillaires), l'hyperpigmentation, l'inégalité de couleur, les rides, cicatrices d'acné et inégalités texturales de la peau.

Comment s'effectue le FotoFacial RF®?

Plusieurs composants sont utilisés pour créer au niveau de l'épiderme le rajeunissement.

- L'appareil Aurora SR-HR
- La microdermabrasion
- Un programme personnalisé d'entretien de la peau

L'appareil Aurora SR-HR est la pièce maîtresse de la procédure. Cet appareil utilise la lumière intense pulsée (IPL) et une énergie électrique de type radiofréquence pour induire au niveau de la peau les changements attendus; habituellement 5 séances à 3 semaines d'intervalle.

La microdermabrasion Salt-A-Peel provoque une exfoliation de l'épiderme et rend cet épiderme beaucoup plus transparent à la lumière IPL. Cet technique maximisera les effets de la lumière du système Aurora et en est une partie intégrante du FotoFacial RF®; habituellement 3 séances intercalées entre les sessions d'Aurora SR-HR.

Le programme personnalisé d'entretien de la peau quant à lui utilise les antioxydants de type vitamine C (L-ascorbic), les crèmes de prescription à base de trétinoine et les crèmes de dépigmentation à base d'hydroquinone. Il inclut aussi un nettoyeur et des crèmes adaptées à votre épiderme afin de lui apporter les nutriments qu'il a besoin.

Quels sont les effets du FotoFacial RF® ?

- Ridules : 20-60 % d'amélioration
- Érythème et télangiectasies : 50% d'amélioration
- Rosacée : 50 % d'amélioration
- Hyperpigmentation et taches pigmentaires : 30-50 %
- Grosseur des pores : 30 % d'amélioration
- Photo vieillissement : 50 % d'amélioration

Nouvelle denturologiste
à Saint-Jean-sur-Richelieu

Isabelle Trudeau, d.d.

Si vos prothèses sont usées, bougent, vous occasionnent des inconforts et de la douleur ou si simplement votre sourire ne vous convient plus, prenez rendez-vous sans tarder !

Consultation gratuite !

Prothèses complètes semi-précision et précision
Prothèses partielles métalliques et acryliques
Rebasage, regarnissage
Bases molles
Protecteurs buccaux pour sportifs
Réparations en 1 heure, laboratoire dentaire sur place
Assurances dentaires acceptées
Prestataires de l'aide sociale bienvenus

(Complexe Tassé)
895, boul. du Séminaire Nord
Local 206
Saint-Jean-sur-Richelieu
(450) 349-1234

300212-3c19-s

Clinique Épilation LaserPLus
(450)443-5655 Marc Merizzi m.d.
Omnipratricien
1-877-543-5655

Épilation au laser
2 sytèmes d'épilation
Diode LightSheer
Aurora DS
Combine énergie électrique(RF) et optique
Disponible à Brossard seulemnt

Redonnez à votre peau une apparence saine et plus vivante
Hyperpigmentation
Couperose et télangiectasies
Taches solaires
Photovieillissement
Ridules
Rides, pattes d'oie,plis du visage, augmentation des lèvres

Rajeunissement cutané
FotoFacial RF AURORA SR
Microdermabrasion Salt-A-Peel

Esthétique médicale
Restylane Botox Artecoll

www.espaceweb.qc.ca/laser/
Succursale St-Jean Sur Richelieu
6955 Boul Taschereau #208 Brossard à coté de Renaud Bray

Varices
Phlébologie et traitement des varices
Seulement à St-Jean sur Richelieu
15 ans d'expérience 348-4819

303661-3c19-tr

Joanne Mailloux
proprietaire

Familiprix
Pharmacie Joanne Mailloux

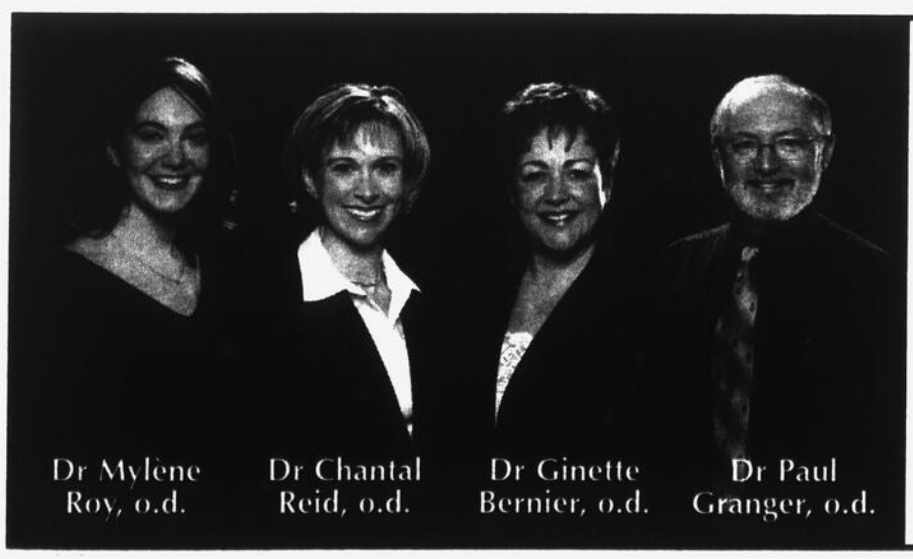
Services professionnels offerts:

- Prise de tension artérielle
- Prise de glycémie
- Service de prélèvements
- Fiches conseils sur vos médicaments
- Analyse de votre dossier
- Système de piluliers
- Vente et location d'appareils orthopédiques
- Trousses de premiers soins personnalisées
- Produits naturels et homéopathiques
- Récupération de médicaments périmés
- Récupération de seringues souillées
- Test de grossesse
- Service conseil pour les appareils de tension et de glycémie

Livraison gratuite
ouvert 7 jours

359-0506
300, boul. Saint-Luc
Saint-Jean-sur-Richelieu

300092-3c19-tr



Dr Mylène Roy, o.d. | Dr Chantal Reid, o.d. | Dr Ginette Bernier, o.d. | Dr Paul Granger, o.d.

GRANGER BERNIER
OPTOMÉTRISTES

«Pour un service personnalisé, courtois et efficace, venez nous voir !»

885, boul. du Séminaire Nord
(angle Pierre-Caisse) Saint-Jean-sur-Richelieu
348-0021

026828-3c19-r

La santé : affaire physique seulement?

Hum pas sûr! L'humain est un tout composé d'un corps physique qui répond à des stimulis provenant du cerveau. Le cerveau lui, tient ses informations de mémoires intégrées dans le subconscient. Ce dernier enregistre toutes les données provenant des perceptions de nos cinq sens... de nos pensées... de notre morale... de nos sentiments profonds personnels... et des sentiments provoqués par la réactions des autres, qu'on appelle émotions...

L'information part donc du subconscient, se transmet au cerveau qui la transmet à son tour aux organes physiques. Si l'information est de nature simple et agréable, le cerveau transmet un signal normal aux organes qui provoque un fonctionnement normal. Au contraire, lorsque l'information est de nature exagérée, négative ou néfaste, le cerveau transmet un signal anormal, ce qui provoque un fonctionnement différent de l'organe ou des organes ciblés. Il en découle une perte d'énergie, probablement minime... Toutefois, cette perte d'énergie grandit avec la répétition du même signal. D'où la possibilité qu'un malaise se développe et devienne une maladie.

Ainsi donc, lorsqu'un symptôme apparaît dans notre corps physique, c'est un signal pour nous dire qu'il y a une perte d'énergie provenant soit de sentiments ou émotions désagréables et/ou de pensées mal orientées. En découvrant ces sources il est possible d'inverser le processus. Pour découvrir les causes profondes, il faut développer une facilité à être à l'écoute de ce qui se passe au plus profond de nous-mêmes. Nous avons appris à repousser et même à oublier tout ce qui ne nous est pas agréable à ressentir. Ce faisant, nous nous sommes nous-mêmes piégés. Nous avons longtemps cru que c'était mieux de ne pas penser à nos problèmes ou à nos sentiments désagréables. Évidemment on est mieux... pendant un certain temps. Ce que nous ne réalisions pas c'est que le cela continuait de faire du mal de façon cachée et insinueuse.

Depuis quelques années, plusieurs chercheurs ont compris qu'il est bon de regarder nos émotions en face. L'éducation nous ayant tôt fait découvrir la culpabilité et le jugement, nous avons utilisé nos émotions pour en accuser les personnes devant qui nous les vivons. Nous n'avions pas réalisé que ce ne sont pas les personnes qui nous dérangent qui provoquent nos émotions mais notre façon de prendre ce que les autres font! En partageant aux autres ce qu'ils nous font vivre, nous avons simplement déplacé le problème... nous continuons de mal vivre ce qui se passe autour de nous et nous tentons d'exiger des autres qu'ils changent leurs attitudes pour nous plaire!... Évolution? Peut-être... mais pas dans le sens d'une amélioration!

Lorsque nous découvrons le courage de faire face à notre façon de réagir aux autres, nous nous ouvrons une grande porte vers la santé physique, morale et émotionnelle. N'est-ce pas un but important? Aujourd'hui différentes techniques nous sont offertes pour y arriver. Les meilleures sont celles qui nous ramènent à nous-mêmes; c'est-à-dire, celles qui nous donnent des outils pour trouver ce qui se passe profondément en nous tout en nous permettant de le découvrir nous-mêmes. En mariant ces thérapeutiques (travaillant sur les causes profondes, donc non physiques, des symptômes) avec la médecine traditionnelle (travaillant sur les causes physiques des symptômes), nous nous acheminons vers une santé permanente.

Êtes-vous dans la cinquantaine et plus ?

Vous connaissez sans doute les changements physiques qui sont associés au vieillissement.

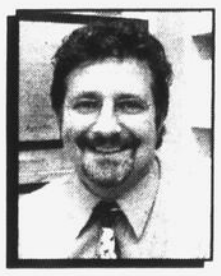
Venez vous procurer votre livret sur les modes de vie gagnants

Demandez-les à votre pharmacien !

C'est gratuit !

Le programme Entrain de vie

en partenariat avec pharma science



ASSOCIÉ À SANTE Services

DANIEL LUSSIER, PHARMACIEN

122, rue Saint-Jacques, Saint-Jean-sur-Richelieu (450) 347-2347

300091-3c19-gs

Centre Naissance d'Étoiles

Votre santé est Importante...

Au Centre Naissance d'Étoiles nous vous offrons différents moyens pour vous aider :

Nora Nicole Pépin propr.

Micheline Vallières propr.

Notre miniboutique vous offre :

★ Pierres énergétiques
★ Livres
★ CD et cassettes
musique de relaxation
relaxations guidées,
auto-hypnose

THÉRAPIE

★ Hypnothérapie
★ Déprogrammation du subconscient
★ Fleurs de Bach

COURS

★ Énergétisme pour tous
★ La santé par les pierres
★ Croissance personnelle
(incluant technique de relaxation et de méditation)

À vous d'en profitez !

026826-3c19-sjgt

174, rue Saint-Jacques Saint-Jean-sur-Richelieu (450) 346-3958

F. FARHAT LUNETTERIE

1 À l'achat d'une paire de lunettes complète

2 recevez la deuxième paire sans frais

3 Une paires de verres de contact (souples, sphériques, clairs, simple vision)

3 pour 1

1050, boul. du Séminaire Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu (450) 348-8651

030440-3c19-r

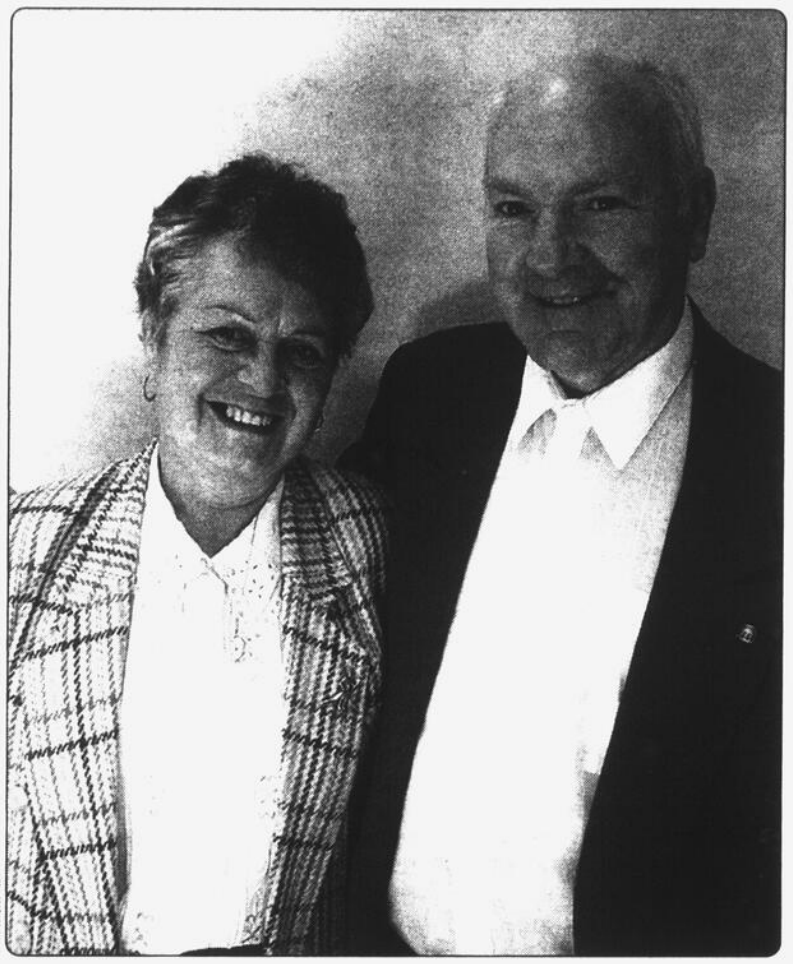
À SAINT-JEAN

Rendez-vous, croissance du couple fête ses 30 ans

VALÉRIE LEGAULT

Les 30 ans de Rendez-vous, croissance du couple seront fêtés ici à Saint-Jean, à l'hôtel Relais Gouverneur, les 11 et 12 octobre prochains. Toute la fin de semaine, les couples et les animateurs qui ont déjà participé à des sessions de croissance personnelle avec Rendez-vous sont donc invités à venir se rassembler dans le cadre d'un congrès où des conférences à caractère spirituel et humoristique se chevaucheront.

Samedi, les invités pourront écouter le sexologue et psychothérapeute conjugal et familial Michel Lemieux donner une conférence sur la dimension spirituelle dans la sexualité du couple. «Il y a quelque chose de sacré dans l'amour que se porte un couple, admet Jacques Guilbault, coordonnateur des fêtes du 30e anniversaire et membre actif dans Rendez-vous depuis 1976. Plus les couples sont proches, plus ils célèbrent l'amour et deviennent des couples vivants.»



Madeleine et Jacques Guilbault, coordonnateurs du 30e anniversaire de Rendez-vous.

Cette conférence, pendant laquelle des moments de réflexion réservés aux couples sont prévus, est l'occasion de découvrir la bonté et la beauté de nos êtres, précise M. Guilbault. «La fusion de l'amour, de la sexualité et de la spiritualité est un défi enlevant pour la croissance du couple», ajoute sa conjointe, Madeleine Guilbault, qui s'occupe elle aussi de la fête cette fin de semaine. «La conférence participative permet aux couples de se poser des questions de pousser leur réflexion spirituelle et d'aller plus loin dans leur cheminement», admet-elle.

Après le banquet, en soirée, la conférencière Andrée Jetté prendra la parole pour donner un exposé sur le couple, savamment préparé pour les besoins de Rendez-vous et pour dérider son auditoire. En alliant la pensée positive au sens de l'humour, deux aspects importants dans un couple, Mme Jetté traitera de plusieurs sujets comme l'intimité, la famille et les négociations au sein du couple.

MESSE SPÉCIALE

Une célébration eucharistique à la manière de Rendez-vous agrémentera l'avant-midi du dimanche. Comme l'explique Madeleine Guilbault: «Il s'agit bien plus que d'une messe, tant en longueur qu'en contenu. La notion de croissance personnelle y est intégrée, et au lieu de durer 45 minutes, la célébration dure en moyenne deux heures.»

Bref, le programme de la fin de semaine permettra aux participants de rencontrer d'autres personnes heureuses de vivre en couple qui cherchent à grandir dans leur vie à deux. Les couples invités proviendront de toutes les cellules de Rendez-vous à travers la province.

Jacques et Madeleine Guilbault, qui font partie de Rendez-vous depuis 27 ans, connaissent et appliquent la devise du mouvement, qui est «de donner son 51% dans sa relation. De cette façon, cela permet de se créer un coussin de sécurité pour équilibrer la relation lorsque le besoin se fait sentir», explique Mme Guilbault. Rendez-vous offre trois sessions de croissance du couple dans la région de Saint-Jean pendant l'année. Jacques Boisvert et Josée Vallières sont les personnes à rejoindre pour plus d'informations sur les fins de semaines offertes. On peut les joindre au 349-3901. ■

Modifications de territoire chez Centraide

VALÉRIE LEGAULT

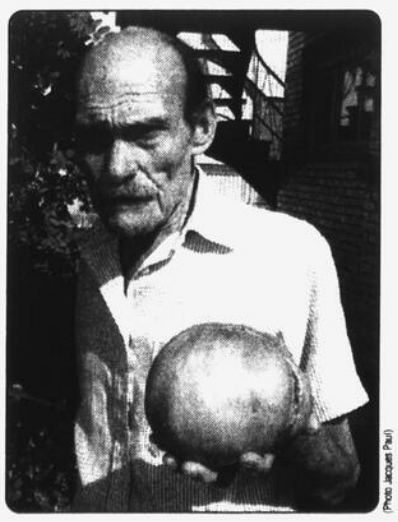
Centraide du Grand Montréal et Centraide Richelieu-Yamaska ont annoncé des modifications apportées au territoire qu'ils desservent pour regrouper sous un même Centraide l'ensemble de la MRC du Haut-Richelieu.

À la ville de Saint-Jean-sur-Richelieu, qui fait partie du territoire de Centraide du Grand Montréal depuis près de 30 ans, s'ajouteront Iberville, Venise-en-Québec, Saint-Georges-de-Clarenceville, Noyan, Henryville, Saint-Sébastien, Saint-Alexandre, Sabrevois, Saint-Athanase, Mont-Saint-Grégoire et Sainte-Brigide, des territoires qui faisaient auparavant partie du territoire de Centraide Richelieu-Yamaska.

Les quatre organismes visés dans ces secteurs et actuellement soutenus par Centraide Richelieu-Yamaska feront partie du réseau de Centraide du Grand Montréal à compter du 1er avril 2004. Ces organismes sont le Centre d'action bénévole et l'Association La Roseraie bleue, tous deux situés à Iberville, de même que le Centre d'action bénévole Interaction de Clarenceville et le Centre d'entraide régional d'Henryville. Ceux-ci s'ajoutent aux cinq organismes déjà financés par Centraide du Grand Montréal à Saint-Jean-sur-Richelieu.

Cette refonte du territoire ne s'appliquera pas uniquement à l'allocation des fonds, mais aussi à toutes les activités de sollicitation qui se dérouleront au cours de la campagne 2003 de Centraide du Grand Montréal, lancée officiellement le 25 septembre avec la Marche aux 1000 parapluies.

Centraide du Grand Montréal est une organisation autonome dont l'action s'étend à l'île de Montréal, Laval et une partie de la Rive-Nord et de la Rive-Sud. Plus d'un demi-million de personnes dans le besoin peuvent trouver de l'aide auprès de ce réseau de plus de 325 organismes et projets. ■



(Photo: Jacques Paul)

La tomate de l'année!

Jose Villanueva, de Saint-Jean-sur-Richelieu, n'a pas manqué d'appeler *Le Canada Français* pour qu'on immortalise sur pellicule sa récolte de l'année: une tomate de 1 kilogramme! Quoiqu'elle ne soit pas appétissante plus qu'il ne le faut – couleur pâle et inégale, cher éventrée –, avouez quand même qu'on ne retrouve pas toujours d'aussi gros spécimens dans son jardin! ■

Alain Papillon
Pharmacien

LES CONSEILS DE VOTRE PHARMACIEN

MALADIES DE LA GLANDE THYROÏDE

La glande thyroïde, située dans le cou, sécrète différentes hormones riches en iode dont les effets (stimulation de la croissance des cellules et des tissus, par exemple) touchent tout l'organisme. Les maladies qui affectent cette glande entraîne soit une production excessive (hyperthyroïdie) soit une production insuffisante (hypothyroïdie) de ces hormones. Il arrive que la taille de cette glande augmente démesurément. C'est ce que l'on appelle un goitre. On peut aussi diagnostiquer une inflammation de cette glande (thyroïdite) ou un cancer. Les désordres thyroïdiens sont assez communs et touchent environ 5% de la population et sont 5 à 7 fois plus fréquents chez la femme.

L'hyperthyroïdie

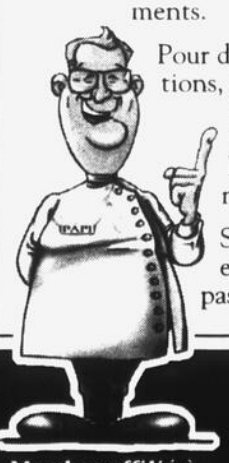
L'hyperthyroïdie survient lors d'un hyperfonctionnement de la glande. Les symptômes qui la caractérisent sont la nervosité, les palpitations, la difficulté respiratoire, la perte de poids, l'augmentation de l'appétit, les tremblements et l'intolérance à la chaleur.

L'hyperthyroïdie est un état que l'on doit maîtriser le plus rapidement possible avec des médicaments antithyroïdiens car l'accélération du rythme cardiaque, l'hypertension, les nausées, vomissements et diarrhée qu'elle entraîne peuvent être très handicapants pour le patient.

L'hypothyroïdie

L'hypothyroïdie est une déficience en hormones thyroïdiennes qui se manifeste par un ralentissement global de toutes les fonctions du corps. Les symptômes de l'hypothyroïdie sont la fatigue, la faiblesse, la sécheresse de la peau, le gain de poids, la dépression, l'intolérance au froid ainsi que de l'enflure autour des yeux. Elle est très fréquente chez la personne âgée, particulièrement chez la femme.

Le traitement vise à rétablir une sécrétion normale d'hormones thyroïdiennes en suppléant par le biais de médicaments.



Pour diagnostiquer l'une et l'autre de ces affections, il faut avoir recours à des tests de laboratoire et une fois l'état maîtrisé, il importe de vérifier sporadiquement par le biais de ces tests, si tout est dans les normes.

Si des renseignements complémentaires et particuliers sont nécessaires, n'hésitez pas à consulter votre pharmacien.

110161-3c19-j

Membre affilié à ESSAIM
Visitez notre site au www.essaim.ca

Alain & G.M. Papillon Pharmaciens
900, boul. du Séminaire Nord
Saint-Jean-sur-Richelieu
348-4931

LA BOUSTIFAILLE

Menu pour six

MICHÈLE TRAHAN

Casseroles et soupes consis-tantes, desserts aux parfums de fruits, légumes aux couleurs chaudes vous annoncent sans contredit le retour de l'automne... pourquoi pas en faire un menu d'accueil au retour de longues promenades en forêt...

Choisissez le cassoulet, le ragoût de veau ou la casserole de bœuf, la tarte à la banane ou le gâteau moelleux, le tout précédé d'un réconfortant potage à la citrouille ou d'un bol fumant de soupe aux fines herbes. Votre table est maintenant prête mais n'oubliez pas qu'il faut aller jouer dehors avant de passer à table !

Casserole aux boulettes de viande

- 1 œuf légèrement battu
- mie de 2 tranches de pain
- 500 g de bœuf haché (1 lb)
- 1 gousse d'ail émincé
- 5 ml de sauce Worcestershire (1 c. à thé)
- sel et poivre
- 30 ml de beurre (2 c. à table)
- 1,5 litre de consommé de bœuf (6 tasses)
- 1 boîte de tomates en dés (28 oz/796 ml)
- 250 ml de céleri en dés (1 tasse)
- 250 ml de carottes en dés (1 tasse)
- 5 ml d'origan (1 c. à thé)
- 5 ml de cerfeuil (1 c. à thé)
- pincée de poivre
- 125 ml de pâtes spaghettis, cuites

☛ ***Combiner l'œuf, le pain, la viande, l'ail et la sauce Worcestershire et bien mélanger; assaisonner au goût.***

Façonner en petites boulettes d'environ 2,5 cm (1 po) et faire dorer en remuant dans le beurre chaud. Retirer du feu et réserver.

☛ ***Amener le consommé à ébullition et ajouter les tomates et le jus de la boîte, le céleri, les carottes, l'origan, le cerfeuil et le poivre. Réduire le feu, couvrir et laisser mijoter 15 minutes.***

☛ ***Ajouter les pâtes et les boulettes de viande et amener à nouveau à ébullition. Laisser mijoter 10 minutes ou jusqu'à ce que la viande soit cuite. Servir immédiatement.***

ASTUCE MAISON

POUR LES NOSTALGIQUES DE L'ÉTÉ...

Un succulent dessert aux fraises, superbe dans sa présentation et irrésistible dans son goût ! Combinez 125 ml (1/2 tasse) d'eau, la même quantité de sucre, 30 ml (2 c. à table) de jus de citron et 2 sachets de gélatine sans saveur; placez dans la partie supérieure d'un bain-marie et chauffez doucement en remuant jusqu'à ce que la gélatine et le sucre soit dissous. Retirez du feu et réservez. Fouettez 250 ml (1 tasse) de crème à fouetter et 5 ml (1 c. à thé) d'essence de vanille jusqu'à formation de pics mous et incorporez 625 ml (2 _ tasses) de purée de fraises et le mélange à la gélatine; mélangez parfaitement. Vous obtenez une purée de fraises en passant des fraises fraîches ou surgelées au mélangeur. Incorporez ensuite 750 ml (3 tasses) de riz cuit, refroidi, puis étendez ce mélange dans un moule en couronne de 1,5 litre (6 tasses) en tassant bien avec le dos d'une cuillère. Couvrez et réfrigérez au moins 3 heures avant de démouler. Garnissez le centre de fruits assortis et de petites tiges de menthe.

RAGOÛT DE VEAU

- *75 ml de farine (1/3 tasse)*
- *sel et poivre*
- *1 kg de veau en dés (2 lb)*
- *90 ml de beurre (6 c. à table)*
- *1 oignon coupé en rondelles*
- *250 ml de céleri coupé en dés (1 tasse)*
- *6 carottes coupées en morceaux*
- *250 ml de bouillon de poulet (1 tasse)*
- *6 pommes de terre coupées en deux*
- *1 feuille de laurier*
- *15 ml de persil (1 c. à table)*
- *5 ml de romarin (1 c. à thé)*

Assaisonner la farine au goût et enfariner la viande; chauffer la moitié du beurre et y dorer la viande, en remuant, environ 15 minutes. Retirer du feu et réserver. Ajouter le reste du beurre et faire dorer l'oignon, le céleri et les carottes, en remuant, environ 5 minutes.

Verser le bouillon de poulet et amener à ébullition; ajouter la viande, les pommes de terre, la feuille de laurier, le persil et le romarin et réduire le feu. Continuer la cuisson, à couvert, à feu doux, environ 1 heure ou jusqu'à ce que la viande soit cuite et que les légumes soient tendres. Servir aussitôt.

POTAGE À LA CITROUILLE

- *1 oignon haché*
- *250 ml de céleri haché (1 tasse)*
- *1 litre de citrouille coupée en dés (4 tasses)*
- *250 ml de pommes de terre coupées en dés (1 tasse)*
- *45 ml de beurre (3 c. à table)*
- *750 ml de bouillon de poulet (3 tasses)*
- *500 ml de crème légère (2 tasses)*
- *sel et poivre*

Dorer l'oignon, le céleri, la citrouille et les pommes de terre dans le beurre chaud, environ 10 minutes en remuant fréquemment. Verser le bouillon de poulet et amener à ébullition; réduire le feu et continuer la cuisson encore 20 minutes.

Retirer du feu et passer au mélangeur; remettre dans la casserole et ajouter la crème, graduellement en tournant; assaisonner au goût et bien réchauffer sans laisser bouillir. Servir aussitôt.

CASSOULET

- *6 tranches de bacon*
- *6 poitrines de poulet, désossé et la peau enlevée, coupées en gros dés*
- *6 saucisses italiennes douces, tranchées*
- *1 oignon tranché*
- *1 gousse d'ail émincé*
- *15 ml de persil (1 c. à table)*
- *1 boîte de sauce tomate (14 oz/398 ml)*
- *250 ml de vin blanc (1 tasse)*
- *1 feuille de laurier*
- *3 boîtes de haricots blancs, égouttées (19 oz/540 ml ch.)*
- *sel et poivre*

Couper le bacon en dés et faire cuire à feu vif, jusqu'à ce qu'il soit croustillant; retirer du feu et laisser égoutter sur un papier essuie-tout. Dorer le poulet et les saucisses dans le gras du bacon, environ 15 minutes, en les tournant fréquemment. Retirer du feu et laisser égoutter.

Ajouter l'oignon, l'ail et le persil et faire dorer quelques minutes en remuant; jeter l'excédent de gras de cuisson. Ajouter la sauce tomate, le vin et la feuille de laurier et amener à ébullition.

Ajouter le poulet, les saucisses et les haricots blancs et réduire le feu; couvrir et laisser mijoter environ une heure. Au moment de servir, garnir le cassoulet de morceaux de bacon.

SOUPE MARJOLAINE

- *125 ml d'échalotes hachées (1/2 tasse)*
- *375 ml de céleri haché (1 _ tasse)*
- *30 ml de beurre (2 c. à table)*
- *750 ml de bouillon de poulet (3 tasses)*
- *45 ml de persil frais, finement haché (3 c. à table)*
- *2 ml d'estragon (1/2 c. à thé)*
- *2 ml de romarin (1/2 c. à thé)*
- *500 ml de lait (2 tasses)*
- *sel et poivre*

Dorer les échalotes et le céleri dans le beurre chaud, environ 5 minutes en remuant fréquemment. Ajouter le bouillon, le persil, l'estragon et le romarin et amener à ébullition; réduire le feu et laisser mijoter 10 minutes, en remuant à l'occasion.

Verser le lait et assaisonner au goût; bien réchauffer sans laisser bouillir. Servir immédiatement.

TARTE AUX BANANES

- *1 boîte de pouding instantané au citron ou à la vanille (4 3/4 oz/135 g)*
- *500 ml de lait (2 tasses)*
- *500 ml de crème à fouetter (2 tasses)*
- *50 ml de sucre à glacer (1/4 tasse)*
- *2 bananes*
- *1 abaisse de tarte de 22 cm, cuite (9 po)*

Préparer le pouding en suivant les instructions de la boîte et en utilisant 500 ml (2 tasses) de lait. Fouetter la crème, en incorporant le sucre à glacer, jusqu'à ce qu'elle forme des pics fermes.

Incorporer 250 ml (1 tasse) de crème fouettée au pouding préparé. Trancher une banane et ajouter également au pouding. Étendre le pouding dans l'abaisse de tarte.

Trancher la 2e banane et déposer sur le dessus puis garnir avec le reste de la crème fouettée. Réfrigérer au moins une heure avant de servir.

GÂTEAU À LA COMPOTE DE POMMES

- *750 ml de farine (3 tasses)*
- *1 boîte de compote de pommes (14 oz/398 ml)*
- *250 ml de sucre (1 tasse)*
- *250 ml de mayonnaise (1 tasse)*
- *125 ml de lait (1/2 tasse)*
- *10 ml de bicarbonate de soude (2 c. à thé)*
- *10 ml de cannelle (2 c. à thé)*
- *5 ml d'essence de vanille (1 c. à thé)*
- *2 ml de muscade (1/2 c. à thé)*
- *250 ml de noix hachées (1 tasse)*
- *125 ml de raisins séchés (1/2 tasse)*

Battre ensemble tous les ingrédients sauf les noix et les raisins, jusqu'à ce que le mélange soit homogène, environ 2 minutes à grande vitesse; incorporer les noix et les raisins et verser dans un moule rectangulaire, bien graissé et enfariné.

Cuire au four à 180C (350F), environ 30 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dents inséré au centre en ressorte propre. Laisser refroidir légèrement avant de servir avec crème glacée.

8/10/2003 3c19-g

L'AUTO

Les constructeurs japonais ont le vent dans les voiles

Jean-François Guay

Il y avait des lunes que les constructeurs japonais attendaient des jours meilleurs face aux constructeurs américains et allemands. Alors que les ventes regroupées de ces derniers stagnent ou dégringolent, celles des japonais remontent. Comme quoi la revanche est douce au cœur de celui qui sait attendre.

Le dernier salon de l'auto européen de Francfort a démontré que les voitures japonaises avaient la cote. Il suffisait de voir l'encombrement et l'achalandage à leurs aires d'exposition pour comprendre que les usines japonaises et sud-coréennes fonctionneront à plein régime au cours des prochains mois. Voyons ce que les constructeurs du soleil levant nous réservent en 2004.

Mazda 3

Dans la catégorie des voitures économiques, la nouvelle Mazda 3 qui remplacera la Protegé en 2004 a été l'une des principales attractions du Salon de Francfort. Le modèle hatchback 5 portes s'inspire des lignes athlétiques du concept MX. Une berline 4 portes sera également disponible. La 3 sera propulsée par des 4 cylindres 2,0 litres de 140 chevaux et 2,3 litres de 160 chevaux.

L'Acura TL devrait reprendre la tête de sa catégorie.

Acura TL

Si l'Infiniti G35 croyait qu'elle serait seule à faire une bouchée de la BMW Serie 3, elle devra partager sa part du gâteau avec la nouvelle génération d'Acura TL. Pourvue d'une silhouette aiguichante, d'un châssis plus rigide, d'une suspension améliorée, de performances plus élevées, et d'un prix somme toute raisonnable, la TL devrait reprendre la pôle de sa catégorie en 2004. Le moteur de série demeure un V6 de 3,2 litres à technologie VTEC. Sans aucun doute, la version Type-S de 270 chevaux sera la plus intéressante à conduire (ou à piloter, c'est selon).

Subaru Legacy

Plus spacieuses que jamais, les nouvelles Subaru Legacy et Outback seront également plus performantes grâce à un moteur H6 de 3,0 litres plus puissant. Fort de 245 chevaux, celui-ci sera couplé à une nouvelle boîte automatique à commande séquentielle. Il est probable également que le moteur 2,5 litres turbo de l'Impreza Sti se retrouve sous le capot d'une version ultra sportive de 280 chevaux. Par rapport au modèle actuel, il est dommage que la silhouette demeure aussi classique et discrète.

Nissan Armada

Après la Maxima, la Quest et le Titan, voilà que Nissan dévoile le Pathfinder Armada. Ce gros utilitaire fera la lutte aux modèles Chevrolet Tahoe, Ford Expedition et Toyota Sequoia. Le moteur sera un V8 de 5,6 litres DACT et 32 soupapes. Développant 305 chevaux, il sera capable de remorquer une charge de 4 136 kg (9 100 lb).

Mitsubishi Galant

Une Mitsubishi Galant entièrement transformée fera une lutte plus intéressante aux ténors de sa catégorie que sont les Honda Accord, Mazda 6, Toyota Camry et Nissan Altima. Dotée d'une carrosserie plus élégante, d'un nouveau moteur V6 de 3,8 litres et 230 chevaux, et d'un châssis plus rigide, la Galant devrait conquérir des acheteurs en 2004.

La Mazda 3 remplacera la Protegé.

La Subaru Legacy offrira un habitacle plus vaste.

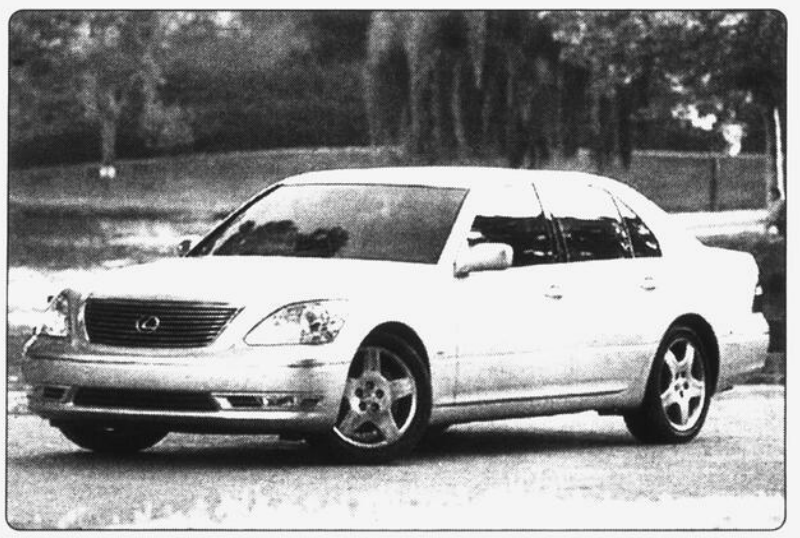
Lexus LS430

Le grand luxe sera encore à l'honneur en 2004 avec la nouvelle LS430. Entièrement redessinée, le vaisseau amiral de Lexus sera plus confortable et plus performant. Reconnu pour sa qualité de fabrication et son silence de roulement. Ça promet!

Kia Amati

Avec l'Amati, Kia se lance dans la catégorie des voitures de luxe en 2004. Vendue environ 35 000 $, cette berline de luxe sera pourvue de tous les systèmes électroniques d'assistance au pilotage. Le moteur de série sera un V6 de 3,5 litres et 205 chevaux couplé à une boîte semi-automatique à 5 rapports. ■

Grâce à son prix alléchant, la Kia Amati fera des vagues sur notre marché.



La Lexus LS430 fera encore la vie dure aux Mercedes et BMW.

Le Nissan Armada proposera une capacité de remorquage impressionnante.

La Mitsubishi Galant fera la lutte aux ténors de sa catégorie.

NOS AÎNÉS

L'incontournable vieillesse!

NICOLE THIBODEAU

La vieillesse est une réalité qui nous touche tous, que nous le voulions ou non. Plus on avance en âge, plus elle s'impose à notre conscience malgré le fait qu'on cherche généralement à l'éviter, Notre corps est souvent le premier à nous lancer des avertissements qui deviennent de plus en plus insistants. C'est ensuite notre vie sociale et familiale qui nous force à en prendre conscience. Plus on va, plus la vieillesse devient incontournable.

Pendant une grande partie de notre vie, l'âge correspond à un accroissement de nos capacités. Nos limites physiques, intellectuelles, professionnelles et sociales sont continuellement repoussées pendant une quarantaine d'années. Au dire de certains, peu de temps après le phénomène inverse se produirait, nos forces commenceraient lentement à diminuer, nous aurions moins d'endurance et d'énergie.

Pourtant aucune théorie fondée sur une recherche scientifique et spécifique n'est capable de définir pourquoi certaines personnes gardent une jeunesse très tardivement. Quel est donc leur secret?

L'HYGIÈNE MENTALE

Chaque seconde qui passe nous rapproche de la mort : comme un sablier, la vie s'écoule inéluctablement. Mais quand on la vit dans l'enthousiasme toujours renouvelé d'objectifs à atteindre, sans trop se préoccuper du devenir, dans l'oubli des réminiscences des circonstances pénibles d'un passé dont on ne peut plus modifier ce qu'il fut, elle vaut tout de même d'être vécue, en serait-on à son crépuscule.

L'hygiène mentale maintient le corps et l'esprit trés tardivement dans son intégrité. Mais s'il est une pratique bénéfique pour éviter de vieillir prématurément, c'est bien la culture psychique. Le subconscient a la capacité, si vous le programmez pour rester jeune, de vous faire gagner de nombreuses années de jeunesse et de vitalité.

RELAXATION, YOGA, VISUALISATION CRÉATRICE

Des techniques reposant sur la relaxation psychosomatique permettent de développer des habitudes de détente physique et de quiétude morale qui, tout au long de la vie, apaisent les tensions dont est responsable la vie harassante que mènent la plupart des femmes et des hommes qui travaillent.

Ce sont ces tensions qui usent l'organisme et les ressorts de l'esprit; ce sont ces tensions qui marquent les visages de rides indélébiles, qui sont responsables de la décrépitude du corps. Aussi, n'est-il pas exagéré de dire que vous pouvez, à partir de 50 ans et à chaque décennie, paraître et avoir 10-15 ans de moins que votre âge chronologique. Mais pour cela comme en toutes choses, l'important est de prendre soin de vous, le yoga contrairement à ce que beaucoup pensent, peut commencer à se pratiquer à tout âge.

Les bienfaits que celui-ci peut amener sur notre organisme sont cliniquement prouvés: baisse de la pression artérielle, meilleure posture, meilleure digestion, meilleur sommeil, enfin, la liste est longue. La visualisation créatrice , c'est l'art d'utiliser l'imagerie mentale et l'affirmation pour produire des changements positifs La visualisation créatrice, c'est l'art d'utiliser l'imagerie mentale et l'affirmation pour produire des changements positifs dans sa vie. Autant que l'on devient ce que l'on mange, autant l'on est ce que l'on pense !

De plus en plus de chercheurs se penchent sur ce phénomène, car il en est un, d'assez grande importance puisqu'il fait grandement partie de la guérison chez les malades, de la réussite chez les athlètes qui pratiquent cette technique, du chirurgien qui se voit mentalement réussir une opération difficile. Plusieurs livres traitent sur ce sujet et des ateliers de visualisation sont disponible, il est intéressant de noter la facilité avec laquelle notre esprit peut créer, lorsqu'il est sollicité.

RESTER JEUNE

Aussi, n'est-il pas exagéré de dire que vous pouvez, à partir de 50 ans et à chaque décennie, paraître et avoir dix et même quinze ans de moins que votre âge chronoligique

L'importance de se fixer un but : celui de vivre intensément, de goûter pleinement chaque minute, de garder la capacité de s'émerveiller jusqu'à la fin. Si vous voulez rester longtemps jeune, reculer au-delà de ce que vous pouvez soupçonner de votre vitalité, si vous voulez avoir encore devant vous de très nombreuses années d'existence, il faut tendre votre volonté vers cet objectif que vous vous serez fixé : vivre lontemps, jeune! ■

VOS YEUX

Plusieurs raisons de consulter l'optométriste

CÉLINE ÉTHIER

Quand on prend rendez-vous chez l'optométriste, deux attitudes sont possibles: ou bien on vient consulter régulièrement, dans un esprit de prévention, ou encore on appelle parce qu'on a remarqué un changement dans sa vision. Si vous faites partie du premier groupe, vous êtes sans doute sensibilisés aux bienfaits de la prévention, et c'est tout à votre avantage. Si vous vous situez plutôt chez ceux qui attendent d'avoir un problème pour consulter, voici les principales raisons qui devraient déclencher la sonnette d'alarme, sinon celle du téléphone...

1. **Oeil croche:** Que ce soit beaucoup ou très peu, vers l'intérieur ou vers l'extérieur, rarement ou constamment, un oeil qui louche devrait toujours amener le patient à consulter. Et, on ne le dira jamais assez, plus le problème est détecté tôt, plus les chances de le régler sont grandes.

2. **Vision double:** Il est anormal de voir double. La diplopie (vision double) ne signifie pas nécessairement qu'il y a un problème important; cependant, il est primordial de connaître la cause de la diplopie, qui peut varier de la simple fatigue à la tumeur cérébrale...

3. **Absence de vision en trois dimensions:** Plusieurs se sont déjà amusés avec les fameuses lunettes 3D qui permettent de percevoir les choses comme si elles étaient soulevées. Cette capacité de bien voir en trois dimensions (avec de la profondeur) renseigne sur la bonne coordination des yeux. L'incapacité de percevoir les images autrement qu'en deux dimensions (longueur et largeur) est un motif suffisant pour consulter.

4. **Vision qui se brouille à la lecture:** Les gens de plus de 45 ans savent bien de quoi il est question! Cependant, ce symptôme n'est pas réservé à la quarantaine... Il peut être ressenti par des enfants, des étudiants qui lisent longtemps, ou même par des gens qui ne lisent presque pas. De toute façon, les yeux sont supposés être capables de lire sans que tout s'embrouille; s'ils ne le font pas, c'est que quelque chose fonctionne mal.

5. **Mauvaise vision de loin:** C'est sans doute le signe le plus facile à détecter. La plupart des myopes savent déjà, avant de passer leur examen, qu'ils ont un problème avec leur vision au loin. Certains se sont rendu compte qu'ils voient mal au tableau, d'autres ne voient pas le nom des rues au volant, d'autres encore trouvent qu'ils font piètre figure lorsqu'ils comparent leur vue avec celle de quelqu'un d'autre. Toutefois, il faut se garder de sauter trop rapidement aux conclusions si on ne voit pas exactement tout ce que le voisin voit. Il existe des normes précises pour mesurer la vue, et ce n'est pas le voisin qui sert de référence!

6. **Mauvaise vision de près:** Très peu nombreux sont les gens qui peuvent dire qu'ils ont une mauvaise vision de près, mis à part les presbytes de plus de 45 ans. La raison en est fort simple: en forçant pour faire la mise au point, on peut corriger momentanément la vision de près, ce qui est impossible avec la vision au loin. Si on corrige sans cesse sa vision de près lorsqu'on doit l'utiliser, on force constamment; cet effort est anormal et, de plus, il masque l'embrouillement qui permettrait de détecter le problème. Les enfants sont facilement «déréglés» par ce genre de problème, car leur vision rapprochée est sans cesse sollicitée, particulièrement à l'école. La journée d'école devient alors épuisante car, outre l'apprentissage qu'on a à faire, il faut forcer simplement pour voir clairement ce qu'on lit...

Si vous désirez me faire part de vos questions et commentaires, vous pouvez me joindre au 705, boul. d'Iberville à Iberville, 346-7318. ■

LES JOIES DU PARRAINAGE

Stéphane souhaite rencontrer un ami

Le Parrainage civique du Haut-Richelieu a pour objectif de jumeler des personnes bénévoles avec des personnes ayant une déficience intellectuelle dans le but qu'ils entreprennent une relation basée sur l'entraide et l'amitié.

Stéphane est un jeune homme enjoué et souriant. Comme tous les filleuls du parrainage civique, il souhaite ardemment avoir un parrain civique avec qui il réalisera des activités. Il lui arrive de jouer aux quilles, d'aller au cinéma. Il ne rate pas l'occasion de participer aux grandes fêtes du parrainage civique où il danse et côtoie ses amis. Il aime les animaux en particulier les chats: cet été, il a été ravi de sa visite au zoo de Granby. Chez lui, il écrit, regarde la télévision. Il est une personne très curieuse et aime bien discuter sur plusieurs sujets en particulier les sports et des hommes forts. En côtoyant Stéphane, on ne peut que l'apprécier.

Comme tous les filleuls du Parrainage civique, Stéphane souhaite ardemment avoir un parrain avec qui il réalisera des activités.

Nous entendons souvent parler d'intégration: intégration sociale, intégration communautaire, intégration scolaire, mais sait-on réellement ce que cela signifie? Chacun de nous, un jour ou l'autre, a eu à s'intégrer à un nouveau milieu. Pourquoi donc le terme «intégration» prend-il une amplitude incroyable lorsqu'il est question d'une personne ayant une déficience? En effet, l'intégration d'une personne présentant une déficience intellectuelle signifie que celle-ci a un rôle à jouer dans la société, que différentes possibilités s'offrent à elle, qu'elle partage les mêmes lieux de vie que toute autre personne, qu'elle peut utiliser les services destinés à l'ensemble de la communauté et selon les mêmes modalités. Cela veut dire aussi que la personne présentant une déficience intellectuelle peut avoir des relations variées et de qualité avec d'autres personnes.

Si vous avez des affinités avec Stéphane et que vous avez envie de le rencontrer pour partager certaines activités avec lui, il en serait heureux et ravi. Donc, si vous désirez vivre une expérience humaine et enrichissante, où l'implication demandée est de quelques heures par mois, n'hésitez pas à nous contacter, au 347-8091. Stéphane vous attend. ■

À 50 voitures à l'heure!

Le lave-o-thon des cadets de la Marine 168 Richelieu, qui a eu lieu le dimanche 21 septembre, s'est avéré un grand succès pour l'organisation. Près de 1800 $ ont été amassés lors de cette journée de financement pour les activités des cadets et ce, grâce à la participation des cadets et de la population. En effet, 40 cadets ont travaillé en équipe pour laver 400 voitures dans le stationnement de la polyvalente Armand-Racicot. ■

Des enfants malades sont «aux petits soins»

JOHANNE LATOUR

Fixer un masque à oxygène, donner des médicaments, nourrir à l'aide d'un tube: voilà ce que doivent faire tous les jours des parents aux prises avec la maladie d'un enfant. Nancy Steben, de Saint-Jean-sur-Richelieu, apporte un peu de soulagement à des familles affligées en mettant à leur disposition des soins infirmiers pédiatriques à domicile.

En 1996, Nancy Steben était infirmière en soins pédiatriques à l'hôpital Sainte-Justine et à l'hôpital de Montréal pour Enfants. Un jour, alors qu'un enfant quittait l'hôpital, sa mère a demandé si Mme Steben pouvait continuer à lui prodiguer des soins à domicile. Quand on lui a répondu que c'était impossible, la dame s'est mise à pleurer…

À peine quelques semaines après cet incident, Mme Steben a quitté le monde hospitalier pour démarrer son entreprise de soins à domicile pour enfants, nommée Aux Soins des Petits. Il y a sept ans, son équipe comptait trois personnes, en l'incluant. Aujourd'hui, l'entrepreneure gère de chez elle (à Saint-Jean-sur-Richelieu) 17 employées, dont sept travaillent à temps plein.

Elles couvrent ensemble la grande région de Montréal, allant jusqu'à Mirabel, Sherbrooke, Pierrefonds et Varennes. Pour des périodes variant de 4 heures à 24 heures, les infirmières permettent aux parents d'aller travailler, de prendre un répit è l'extérieur ou, parfois, de dormir. «On peut faire appel à nous le jour, le soir et la fin de semaine», précise Mme Steben.

Pour faire connaître son entreprise, cette dernière rencontre le personnel des hôpitaux et des CLSC. Elle laisse aussi des dépliants à l'intention des parents. Mme Steben dresse des horaires pour ses employées, selon les besoins, mais ceux-ci sont souvent chamboulés par les aléas de la maladie, tel une hospitalisation ou, même, un décès.

MALADIES GRAVES

Plusieurs des patients d'Aux Soins des Petits souffrent de maladies graves. Trachéotomie, gastrotomie, paralysie cérébrale, cancer et divers syndromes rares ne sont que quelques-uns des problèmes de santé des enfants traités par Nancy Steben et son équipe. «Moins de la moitié d'entre eux atteindront l'âge adulte», indique-t-elle.

Environ 5 % des patients de la petite entreprise en sont aux soins palliatifs. C'est le cas de Samuel Paquin, atteint d'un cancer du cerveau. On a récemment pu apprendre la triste histoire du bambin de 16 mois dans divers médias. Il y a quelques semaines, les parents du petit garçon ont décidé de le ramener chez lui, à Laval, puisque ses semaines étaient comptées.

À QUI LA FACTURE?

Aux Soins des petits est une entreprise privée. En règle générale, ce sont donc les assurances privées des parents qui leur permettent de s'offrir les services d'une infirmière à domicile, à 40 $ l'heure, en remboursant de 80 % à 100 % des frais encourus. Pour les parents de Samuel Paquin, des proches ont dû procéder à une levée de fonds.

Les CLSC paient pour les soins à domicile pour les adultes, mais cela devient plus compliqué quand il s'agit d'enfants, selon Mme Steben. Puisque ce type de service n'est pas très répandu, il n'y a pas de budgets, ou si peu, qui soient consacrés à cet effet, sans compter que les infirmières en pédiatrie se feraient rares.

«On ne fait pas que soigner les enfants. On peut, par exemple, donner de l'oxygène à un patient et l'emmener au parc avec sa bonbonne», précise Mme Steben. Celle-ci déplore que certaines compagnies d'assurances imposent une limite de quelques milliers de dollars par année pour ce genre de service. Le gouvernement aussi devrait encourager cette pratique, à son avis. «C'est sûrement moins cher d'envoyer une infirmière à la maison que de garder un enfant à l'hôpital», croit-elle.

Nancy Steben examine l'une de ses patientes, Laurence, en compagnie de ses parents, Marie-Josée Lefebvre et de Stéphane Beauregard, de Saint-Jean-sur-Richelieu.

(Photo: Jacques Paul)

GRANDE SATISFACTION

La plus grande satisfaction de Nancy Steben est de voir que certaines familles d'enfants malades retrouvent une vie normale, ou presque. Que des parents ont le temps de faire autre chose que de prodiguer des soins médicaux. «Quand nous nous occupons de tous les traitements, ils peuvent simplement être des parents», indique-t-elle.

Et lorsque la fin approche pour un patient, Mme Steben et ses employées s'efforcent d'aider la famille à vivre la situation le plus sereinement possible. «Plusieurs parents préfèrent que les derniers moments aient lieu à la maison, dans le calme, plutôt qu'à l'hôpital», explique-t-elle. Dans ces circonstances, les infirmières peuvent non seulement offrir leur soutien, mais également s'occuper de divers détails, par exemple communiquer avec un médecin pour qu'il vienne constater le décès.

Le métier d'infirmière, peu importe où on le pratique, demeure très exigeant. Lorsque Mme Steben a quitté le domaine hospitalier, elle ne voulait plus travailler la nuit, ni la fin de semaine… ce que sa nouvelle orientation ne lui a jamais permis. Toutefois, elle ne regrette aucunement sa décision. «C'est merveilleux de s'occuper d'un seul enfant à la fois, puisqu'on a le temps de lui parler et de vraiment le connaître», dit-elle. ■

Une journée Terry-Fox très amicale

VALÉRIE LEGAULT

À la course, à la marche ou à vélo, une cinquantaine de participants se sont réunis près de l'écluse numéro 9 pour célébrer la journée Terry-Fox, le dimanche 14 septembre dernier. La convivialité entre les gens était à son meilleur, au dire des observateurs. L'événement offrait la possibilité de parcourir 5 ou 10 kilomètres aller-retour le long du canal de Chambly.

Le but de la journée étant de récolter des fonds pour la recherche sur le cancer, l'organisateur Jocelyn Lebrun et sa fidèle équipe de bénévoles ont amassé 349 $ en dons des citoyens participants. M. Lebrun s'est dit très satisfait de cette première édition aux abords de la rivière Richelieu.

Les commentaires recueillis venant de la part des participants semblent avoir été très positifs. L'organisateur principal espère d'ailleurs que l'événement se répétera l'an prochain, puisque plusieurs personnes lui ont promis de faire la publicité de l'événement auprès de leurs amis et de leur famille. ■

(Photo: Kerry Bolton)

Les joggeurs à la ligne de départ pour la course Terry-Fox.

puerto plata
Occidental Grand Flamenco ★★★★+ 999$
2,9 nov • 1 sem • tout compris • ch. rég.
Tours Maison

puerto vallarta
Holiday Inn ★★★★ 1299$
3,10 nov • 1 sem • tout compris • ch. rég.
Tours Maison

punta cana
Gran Flamenco by Occidental ★★★★ 1369$
1,8 nov • 1 sem • tout compris • ch. std.
Vacances Air Transat

croisières Holland America
antilles occidentales
969 $ cad
Croisière seulement.
Épargnez 1036$ par personne
départ de Tampa • ms Veendam
03 jan 2004
7 jours, catégorie MM
Redevances portuaires et taxes de départ de la croisière de 274$ incluses.

Voyages Marlin
Carrefour Richelieu • 600 Pierre-Caisse, St. Jean
450-348-0918
Marlin
Thomas Cook

Départs de Montréal. Les prix sont par personne, en occupation double et en dollars canadiens. Les prix indiqués sont ceux offerts au moment de la mise sous presse et sont les prix minimum offerts pour les dates de départ et catégories de chambre et de cabine spécifiques. Les prix incluent les taxes et toutes les rabais / réductions ou économies applicables. Frais de service/honoraires de consultation en sus. Nouvelles réservations seulement. Le programme est sous contrôle de la capacité; il peut être modifié sans préavis et ne peut être combiné à aucune autre offre. Certains produits annoncés peuvent ne pas s'appliquer à l'offre de cadeau gratuit. Voir les conditions ci-dessous. **Conditions de l'offre de prime :** Réservez une croisière ou un forfait vacances d'une valeur minimum de 2 500 $ par réservation, indépendamment du nombre de personnes voyageant ensemble, **à l'exclusion des taxes et des frais.** Le voyage doit avoir lieu entre le 1er novembre 2003 et le 30 avril 2004. Un cadeau gratuit par réservation. Choix d'un appareil photo numérique EasyShare CX6200 de Kodak, d'un caméscope SC-W87 Hi-8 de Samsung ou d'un cinéma maison HT-DM150 de Samsung. Des frais de manutention et d'expédition de 30 $, 50 $ ou 60 $ s'appliqueront, selon le cadeau choisi. Nouvelles réservations seulement. La réservation doit être effectuée et payée intégralement entre le 1er août et le 30 novembre 2003. Offre valable avec les fournisseurs partenaires participants seulement. Cette offre ne s'applique pas aux réservations de vols seulement, aux réservations de groupes ni aux forfaits à prix réduit. Ne peut être combinée à aucune autre offre ou promotion. Veuillez prévoir un délai de livraison de quatre semaines. Les quantités sont limitées, et nous nous réservons le droit de substituer ou d'annuler cette offre en tout temps. D'autres conditions s'appliquent et peuvent varier selon les fournisseurs. Veuillez communiquer avec votre agence Thomas Cook ou Voyages Marlin pour connaître tous les détails de la promotion. Permis du Québec.

106791-3c19-j

ASTROLOGIE

Les prévisions de la semaine avec
MARIE-BLANCHE

Semaine du 8 au 14 octobre 2003

BÉLIER
21 MARS AU 20 AVRIL
Amour : Vous voyez les choses avec beaucoup de gravité. Tout pour vous est sérieux. Argent : Vous avez une grande facilité de vous débrouiller. Travail : On apprécie vraiment votre originalité. Chiffres chanceux : 89-53-20-7-36-16

TAUREAU
21 AVRIL AU 20 MAI
Amour : Vous avez beaucoup d'amis que vous aimez. Vous voulez que cela soit réciproque. Argent : Vous comprenez tout avec une grande force intérieure. Travail : Vous ne devez compter que sur vous-même. Voyez-le. Chiffres chanceux : 17-12-29-74-88-19

GÉMEAUX
21 MAI AU 21 JUIN
Amour : Vous avez de grandes choses à vivre. Croyez en vous. Argent : Vous avez une grande foi en ce que vous pouvez accomplir d'une manière très digne. Travail : Vous pouvez très bien vous faire apprécier de ceux qui vous entourent. Chiffres chanceux : 51-53-37-82-41-43

CANCER
22 JUIN AU 23 JUILLET
Amour : Vous êtes très lié à des gens que vous avez connus il y a longtemps. Argent : Vous ne devez pas douter de vous. Souvenez-vous-en. Travail : Vous êtes très sérieux dans tout ce que vous vivez. Chiffres chanceux : 91-82-44-32-55-21

LION
24 JUILLET AU 23 AOÛT
Amour : Les gens qui vous aiment apprécient ce que vous êtes. Argent : Faites attention pour ne pas faire d'erreur par une trop grande rapidité d'action. Travail : Vous avez plusieurs choses à faire et vous les ferez avec un grand professionnalisme. Chiffres chanceux : 26-39-17-47-65-24

VIERGE
24 AOÛT AU 23 SEPTEMBRE
Amour : Vous avez une grande autonomie. Ne la perdez pas. Argent : Vous pouvez très bien faire comprendre votre besoin d'ordre. Travail : Vous avez un grand sens de la loyauté. C'est très bien. Chiffres chanceux : 36-16-52-54-11-8

BALANCE
24 SEPTEMBRE AU 22 OCTOBRE
Amour : Vous êtes dans un moment très important. Vous désirez que tout soit merveilleux. Argent : Ne fuyez pas les difficultés, affrontez-les. Travail : Vous avez beaucoup à vivre. Apprenez à vous reposer moralement. Chiffres chanceux : 19-47-31-38-99-77

SCORPION
23 OCTOBRE AU 22 NOVEMBRE
Amour : Vous allez vers des choses qui vous aideront à mieux vous comprendre. Argent : Vous avez besoin d'être très rassuré sur plusieurs plans. Travail : Vous ne voulez pas perdre votre temps en quoi que ce soit. Chiffres chanceux : 28-91-37-36-51-17

SAGITTAIRE
23 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE
Amour : Vous comprenez tout avec beaucoup d'humanisme. Argent : Beaucoup de choses inattendues vous arrivent. Soyez prêt. Travail : Vous avez besoin que l'on soit moralement correct envers vous. Chiffres chanceux : 9-63-24-18-14-43

CAPRICORNE
22 DÉCEMBRE AU 20 JANVIER
Amour : Il est évident que vous désirez plus que jamais être vraiment aimé. Argent : Vous apprendrez qu'on n'achète rien dans les sentiments. Travail : Vous allez vers des situations où vous serez placé au premier plan. Chiffres chanceux : 35-6-34-52-16-29

VERSEAU
21 JANVIER AU 18 FÉVRIER
Amour : Vous êtes sujet à de grandes remises en question. Vous réfléchissez sur votre vie. Argent : Vous allez vers de très grandes opportunités de chance. Travail : Vous êtes facilement épuisé. Pensez beaucoup à vous. Chiffres chanceux : 16-48-81-26-37-29

POISSONS
19 FÉVRIER AU 20 MARS
Amour : Vous avez l'impression que tout stagne, que rien n'avance. Ce n'est que passager. Argent : Vous allez vers des choses où vous serez très bien compris. Travail : Ne vous laissez pas distraire de ce que vous voulez faire. Chiffres chanceux : 35-24-54-19-61-94

L'ÉGLISE D'ICI

Une invitation du comité de soutien de L'Acadie

La (ma) dîme, ma responsabilité. J'y vois maintenant.

Dans toute association aujourd'hui, il y a un coût d'entrée, une carte de membre, une cotisation annuelle à payer qui permet à l'association ou au regroupement de vivre, de faire ses frais et de vous offrir ses services.

En tant que chrétiens, appartenant à l'Église catholique, nous n'y échappons plus. Le chauffage, l'électricité, les frais d'entretien, les réparations, les fournitures et les salaires font partie de notre association de catholiques engagés. Les années antérieures, nous avions nous-mêmes à payer toutes ces dépenses et frais diverses; cette année, c'est la fabrique Saint-Jean-l'Évangéliste qui s'en occupe suite à la restructuration.

Nous avons encore notre lieu de culte. Notre église est ouverte et nous avons encore des services religieux qui nous sont dispensés dans notre belle église ainsi que des services de catéchèse aux enfants, la préparation aux sacrements pour les enfants et pour les parents de nouveaux enfants.

Gardons notre lieu de culte ouvert, notre église vivante en étant un groupe de chrétiens convaincus et responsables. Gens de L'Acadie, faites parvenir votre dîme en toute confiance à la nouvelle fabrique pour qu'elle puisse voir à faire vivre tous ses lieux de culte, les garder ouverts et actifs et, en particulier, notre église.

Votre comité de soutien

par Ronald Quesnel ■

Pèlerinage au sanctuaire Sainte-Marguerite-d'Youville

Le pèlerinage annuel aura lieu le dimanche 12 octobre prochain en l'honneur de sainte Marguerite d'Youville à Varennes. On aura accès au sanctuaire dès 13h30. En début d'après-midi, des confesseurs seront disponibles à la basilique Sainte-Anne qui se trouve juste à côté. Mgr Berthelet présidera l'eucharistie à 15 heures.

On sait que Marguerite d'Youville est la première et la seule sainte canonisée née en terre canadienne. On pourrait dire qu'elle est l'une des nôtres puisqu'elle est née chez nous, à Varennes, en 1701.

Il est à souligner que Mère Marguerite d'Youville sera reçue au Temple de la Renommée médicale canadienne, à London, Ontario, le 15 octobre prochain, pour la contribution qu'elle a apportée, par elle-même et par ses oeuvres, aux soins des pauvres et des malades. ■

Quelques nouvelles du comité de soutien de Saint-Blaise

La vente de garage d'automne, le 13 septembre dernier, a connu une fois de plus un beau succès. Fidèles au poste, mesdames Brault et Poussard et leur équipe de bénévoles ont organisé cette traditionnelle activité de financement. L'activité a généré 685,55 $ de profit.

Un merci sincère à ces hommes et à ces femmes qui ont à coeur leur église qui fait partie de la paroisse Saint-Jean-l'Évangéliste.

À noter: La friperie de Saint-Blaise, qui est dans le presbytère, accepte toujours: meubles, vêtements, vaisselle, jouets, etc. Les responsables vous remercient à l'avance.

Laure Desrochers ■

Ambulance, police, pompiers :	911
Sûreté du Québec (urgences) :	310-4141 (*4141 cellulaire)
Info-Santé :	(450) 349-3000
CLSC-CHSLD Champagnat de la Vallée des Forts :	(450) 358-2572
Croix-Rouge (urgence sinistres) :	1 877 362-2433
La ligne parents :	(514) 288-5555
Info-dépression :	1 800 268-0999
Tel-Jeunes :	(514) 288-2266
Protection de la jeunesse :	1 800 361-5310
Drogue - aide et référence :	1 800 265-2626
Centre de prévention du suicide du Haut-Richelieu :	(450) 348-6300
Coup d'Elle (femmes victimes de violence) :	(450) 346-1645
Centre de référence du Gand Montréal :	(450) 527-1375
Centre de référence du Centre d'action bénévole de Saint-Jean-sur-Richelieu :	(450) 347-7527
Centre Claude Bilodeau Algamus pour joueurs compulsifs :	1-866-933-0411 (450) 245-0411

EN CAS D'URGENCE

Parcours-mission pour les jeunes de 18 à 35 ans

Il y aura une réflexion sur la colère du 17 au 19 octobre prochain. Colère contre les autres? Contre soi? Découvrir une autre avenue...

Pour connaître tous les détails sur cette activité, communiquez au (450) 347-5301, 2279 et demander René La Belle. ■

Une conférence à ne pas manquer!

Date: le mercredi 22 octobre. Thème: «La santé, un défi spirituel!». Lieu: au Centre de ressourcement spirituel Saint-Jean (80, rue Lajeunesse (coin boul. Gouin, près du Cégep). Heure: de 19h30 à 21h30. Coût: 5 $. Inscription: 347-6610.

Dr Joseph Ayoub est diplômé de l'Université d'Alexandrie et spécialisé en hématologie et oncologie de l'Université McGill. Il dirige depuis 1979 le service d'oncologie du CHUM (Campus Notre-Dame) et enseigne depuis 1984 à la Faculté de médecine de l'Université de Montréal. Il est fortement préoccupé par la promotion de l'aspect humanitaire et éthique de la médecine moderne. ■

La population de Saint-Jean-sur-Richelieu et des environs est invitée à participer à la

Collecte de sang

HÉMA-QUÉBEC

organisée par le

CLUB OPTIMISTE DE SAINT-LUC

à l'école Providence (gymnase)
207, rue Courville, Saint-Jean-sur-Richelieu

Le vendredi 10 octobre 2003
de 14 h à 20 h 30

OBJECTIF DE 160 DONNEURS

Les Pétroles Dupont inc.
• Huile à chauffage • Essence
• Diesel • Lubrifiants
Bedford : 248-2442 / Lacolle : 246-4243
Chambly : 658-0437
590, chemin Grand-Bernier Nord
Saint-Jean-sur-Richelieu 346-4949

LE VIGNOBLE DIETRICH JOOSS
Fier et heureux d'appuyer votre initiative
407, Grande-Ligne Est (secteur Iberville)
Saint-Jean-sur-Richelieu
Tél./téléc. : (450) 347-6857

JEAN COUTU
On trouve... de tout...
Ouvert 7 jours
Soirs et week-ends
(450) 348-9251
947, boul. du Séminaire Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu

J.R. REMBOURREUR INC.
Rembourrage commercial et résidentiel
Fabrication de meubles rembourrés
917, rue Saint-Jacques
Saint-Jean-sur-Richelieu
(450) 347-1009

Groupe Pro-Transmission
ATTENTION garages et particuliers voyez le vrai spécialiste
Nous garantissons notre service jusqu'en Californie !
AYEZ-VOUS PENSÉ À VOTRE CHANGEMENT D'HUILE À TRANSMISSION (40 000 KM)
Transmission Inter-cité
Christian D'Avignon, propriétaire
1114, boul. D'Iberville, Iberville (Québec)
Tél. : (450) 347-0992
• Financement 3 mois sans intérêt sur approbation de crédit
• Voitures de courtoisie
ESTIMATION GRATUITE

PC INFORMATIK
SERVICES, VENTE, RÉPARATION
MISE À JOUR, CONFIGURATION
OPTIMISATION, RECYCLAGE
Yves Riopel
Propriétaire
670 1re Rue, Iberville
Tél. : 450-347-8333
Courriel : pcinformatik@sympatico.ca
WEB : www.pcinformatik.iwarp.com

GARAGE R.P.M. HOULE INC.
Mécanique générale • Atelier pour freins
• Transmission automatique • Antirouille
• Atelier pour silencieux

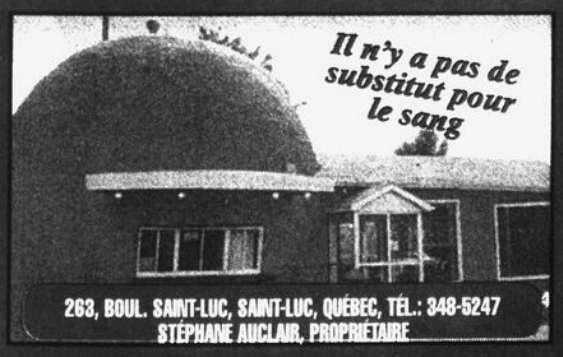
PIERRE	MAURICE
Tél. : (450) 346-8473	Tél. : (450) 346-1723
Téléc. : (450) 347-1732	Téléc. : (450) 346-3638
2414, Route 133	2055, Route 133
Saint-Jean-sur-Richelieu	Saint-Jean-sur-Richelieu
(Québec) J2X 4J2	(Québec) J2X 4C1

Caroline Gamache

Assurances F. Gamache inc.
Automobiles, habitation, commerces
(450) 347-5334
285, 2e Avenue, Iberville

Les Glaces
Nicole Pomerleau
propriétaire
5• Déjeuner
• Spéciaux du midi (lundi au vendredi)
• Cantine
• Bar laitier
• Dessert maison
665, 1re Rue, Saint-Jean-sur-Richelieu
(450) 347-5450

ASSURANCE BRAULT
Membre du Réseau Courtiers Unis représentant plus de 30 bureaux
COURTIERS UNIS
www.courtierunis.com
APPELEZ-NOUS
347-3763
87, rue Saint-Charles, Saint-Jean-sur-Richelieu
Courriel : assurancebrault@qc.aira.com



Caisse populaire Saint-Luc
Jeannot Rocheleau
Directeur général
Siège social
336, boulevard Saint-Luc
Saint-Jean-sur-Richelieu
(450) 348-9204
Centre de services aux Quatre-Vents
132, rue Saint-Gérard
Bureau 800
Saint-Jean-sur-Richelieu
(450) 348-2330

ex IGA MARCHÉ PERREAULT ET GÉLINAS
318, boul. Saint-Luc
Saint-Luc (Québec)
J2W 2A3

Services à DOMICILE

DEPUIS 1955

Mme Clouâtre
FLEURISTE

Nous livrons à travers le monde

GAMME COMPLÈTE
LIVRAISON 7 JOURS

(450) 347-0311

Sans frais États-Unis/Canada 1-888-347-0311
405, 2e Avenue, Saint-Jean-sur-Richelieu

Gigi

BINGO . LE C.A.D.O

Notre chef GiGi vous prépare des petits plats pour vos repas du jour ou des repas gastronomiques pour partager avec vos convives. Vous célébrez un anniversaire, on s'occupe de tout. Un coup de fil au C.A.D.O. et le tour est joué

Le C.A.D.O. 155, rue des Échevins, Saint-Jean-sur-Richelieu (secteur Saint-Luc) Tél. : **(450) 349-2239**

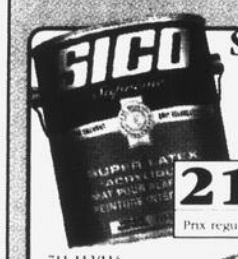
À DÉCOUPER

La Solution Couvre-plancher Décoration

DÉCOR ST-LUC

DESIGNERS DIPLÔMÉS

Plan de coloration
Service de crédit



Super latex acrylique intérieur plafond
21,99$ 3,78 L
Prix régulier 26,39$
711-112/114

Latex acrylique intérieur fini platine
31,99$ 3,78 L
Prix régulier 42,39$
714-503

Stores verticaux et horizontaux
-50% du prix suggéré
‹Hunter› ‹Levolor›

Couvre-lits
-25% du prix suggéré

TAPIS
PRÉLART
CÉRAMIQUE
BOIS LAMINÉS

STORES
DRAPERIES
PAPIER PEINT
PEINTURE SICO

348-8852

48, rue Moreau, Saint-Luc

À DÉCOUPER

Service rapide et courtois

960, boul. du Séminaire Nord
Saint-Jean-sur-Richelieu

385-5555

ww.st-hubert.com

St-Hubert

Déneigement Alix & Frères

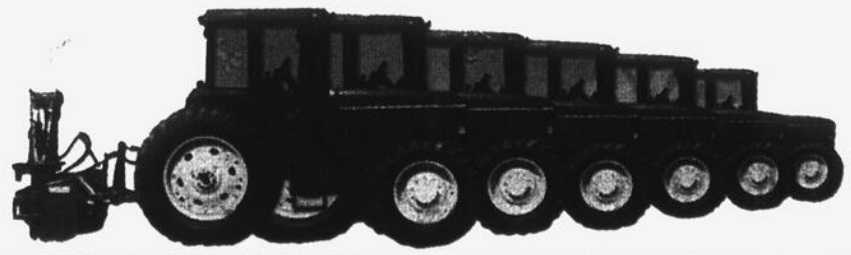
Abonnez-vous tôt et courez la chance de GAGNER 1 de nos 10 déneigements GRATUIT!

Règlements du concours disponibles au 765, boul. Saint-Luc ou communiquez avec nous au (450) 349-2551. Ce concours s'adresse uniquement aux contrats de déneigement pour cours résidentielles.

Signez votre contrat et remettez les chèques postdatés avant le 19 octobre 2003 à midi, et vous serez admissible à notre tirage qui aura lieu le 20 octobre 2003.

10 PRIX À GAGNER : chacun comprenant un service GRATUIT de déneigement débutant le 1er novembre 2003 jusqu'au 10 avril 2004.

La valeur du prix égale le montant indiqué sur le contrat. Les prix seront tirés au hasard et les gagnants auront à répondre à une question simple.



765, Boul. St-Luc, Saint-Jean-sur-Richelieu (secteur Saint-luc) (Québec) J2W 2G6
Tél.: (450) 349-2551

001716-3x18-4b

309631-3c19-ff