LE MAG.

laVoixdel'Est

— COURTOISIE, ELLENOR ARGYROPOULOS

SIMPLE PLAN

D'UNE GÉNÉRATION À L'AUTRE

CINÉMA

BIÈRES

VINS

VOYAGES

SORTIES

ARTS
Catherine Lara
AMOUREUSE DU QUÉBEC

+

MAISON
Arielle Prince-Ferron
TRESSER L'OSIER, TISSER DES LIENS

+

RÉGAL
Planète vins
LES MEILLEURS AU CANADA

BIENTÔT À LA MCW
LA PLUS GRANDIOSE DES PETITES SALLES

450 539-4764
mcwaterloo.com
441, rue de la Cour, Waterloo

HUBERT LENOIR
Ven. 28 octobre, 20 h

LUC DE LAROCHELIÈRE
Ven. 4 novembre, 20h

FREDZ
Ven. 11 novembre, 20h

ÉMILE PROULX-CLOUTIER
Sam. 12 novembre, 20h

SIMON LEOZA
Ven. 25 novembre, 20h

MIRAGES

LE 4E DE 10 FILMS DE VOYAGE DE MIMI TREMBLAY

ISABEL AUTHIER
isabel.authier@lavoixdelest.ca

La cinéaste Mimi Tremblay poursuit son périple/défi autour du monde qui devait mener à la sortie de dix films de voyage en dix ans. Elle présente ces jours-ci sa quatrième production, *Mirages*, à la découverte de la Turquie, la Bulgarie, la Moldavie, la Roumanie, l'Arménie, la Géorgie et l'Azerbaïdjan. Si le délai de dix ans a dû être revu à la hausse, rien ne semble vouloir freiner la réalisatrice dans sa quête d'authenticité.

Mimi Tremblay devant les roches de Belogradtchik en Bulgarie. — PHOTOS FOURNIES

Après *Nomades* sur les États-Unis, *Repères* tourné au Canada, puis *Aurora* sur l'Amérique du Sud, Mimi Tremblay a mis le cap sur la mer Noire. Durant six mois, elle a exploré des pays qui la bordent. Le projet complet lui a pris près de deux ans.

Tout un baptême pour une fille qui n'avait encore jamais mis les pieds en Europe et en Asie! «La seule vraie raison pour avoir choisi cette destination, c'est que ça m'intéressait. La Turquie principalement. L'inspiration m'est venue en 2015 en visionnant le magnifique film *Samsara*, dont la première scène m'avait marquée. J'ai découvert que c'était tourné en Turquie. Ça m'a inspirée à y aller. Puis, je me suis dit : pourquoi ne pas faire un film sur la mer Noire.»

L'impression qu'elle a eue de ces contrées — et surtout de ces peuples — se résume en un mot : générosité. «Ils étaient surpris de voir des Canadiens et ils étaient vraiment contents de nous accueillir. Ils sont très généreux.»

C'est en allant à leur rencontre que la Bromontoise a abordé l'angle de *Mirages*, tourné vers les simulacres touristiques. Au fil du tournage, elle s'est appliquée à démontrer que la réalité d'un pays ne correspond pas toujours à l'impression qu'on en a. Sublimées par la publicité et les médias sociaux, les images sont parfois bien loin de ce que le touriste a devant les yeux une fois sur place, explique-t-elle.

«Il faut s'enlever les préconceptions qu'on a», dit-elle, en précisant qu'elle ne se prive pas de visiter les lieux touristiques pour autant. «Je montre la réalité, sans cacher les défauts. Je veux être vraie dans les images et les entrevues.»

À ceux qui pourraient craindre ces destinations moins achalandées de la planète, Mimi Tremblay les rassure. «Les gens ne devraient pas avoir peur. C'est magnifique et les gens sont tellement gentils. On ne s'est jamais sentis menacés, même en Azerbaïdjan. Oui, j'avais des préjugés, alors que là-bas, c'était parmi les gens les plus souriants et les plus ouverts qu'on a rencontrés.»

Arborer un grand sourire est d'ailleurs son meilleur truc pour aller vers l'autre. «Ça et apprendre quelques mots dans la langue du pays. C'est la moindre des choses», dit-elle.

DEVENIR NOMADES

En 2015, la Bromontoise a fondé Films Oiseau de nuit, un OBNL spécialisé dans l'audiovisuel pour les entreprises en démarrage et les artistes de la relève. Son tour du monde en images était toutefois un défi personnel. Son financement provient de son travail, de dons, d'activités de financement et des profits générés par ses films.

Son slogan initial «Dix ans, dix films, un tour du monde» n'est plus à l'agenda, mais elle ne s'en formalise pas. Son aventure prendra le temps qu'il faudra. Pour accélérer les choses et mettre toutes les conditions de son côté, la jeune femme et son conjoint deviendront néanmoins nomades à temps plein à partir du 1er novembre. Sans toit, sans voiture, ils pourront se consacrer plus intensément au projet. «On veut d'abord faire du volontariat un peu partout, en commençant par le Mexique. Ensuite, on se dirige vers le Maroc, car mon prochain film sera tourné dans une partie de l'Afrique...», termine-t-elle.

Mirages est offert sur le site www.filmsoiseaudenuit.com moyennant un don volontaire.

La cinéaste bromontoise et son conjoint Michaël Perrault dans le village de Khinalug en Azerbaïdjan.

Une vue spectaculaire de la petite municipalité de Stephantsminda en Géorgie.

Simple Plan a lancé l'album *Harder Than It Looks* au printemps dernier, 20 ans après la sortie de son premier opus. — COURTOISIE, ELLENOR ARGYROPOULOS

SIMPLE PLAN POUR LES ADOS D'HIER ET D'AUJOURD'HUI

MARC-ANTOINE CÔTÉ
macote@lequotidien.com

Avec leur plus récent album, les membres de Simple Plan avaient envie de puiser à même « l'essence » du groupe, tout en y ajoutant un « son 2022 ». C'est peut-être cette philosophie qui explique pourquoi leurs spectacles attirent autant les ados d'hier, en quête de nostalgie, que ceux d'aujourd'hui, de plus en plus nombreux à prêter l'oreille au pop-punk.

Parmi les ados d'hier, qui suivent la formation depuis ses tout débuts, certains sont aujourd'hui dans la mi-trentaine (alerte au coup de vieux), met en relief Chuck Comeau. Car il y a très exactement deux décennies qui séparent le premier opus, *No Pads, No Helmets...Just Balls* (2002), du petit dernier, *Harder Than It Looks*, lancé au printemps.

Et preuve que la popularité du quintette – devenu quatuor en 2020 – ne s'est aucunement altérée entre-temps, c'est depuis l'Allemagne que le batteur du groupe accorde une entrevue au *Progrès*. Lui et ses partenaires de longue date y donnent leurs plus gros spectacles à ce jour sur le Vieux Continent, qu'ils sillonnent en compagnie de Sum 41. Il y a quelques jours encore, 13 000 personnes s'étaient déplacées à Paris pour profiter d'un tel programme double sur scène.

La tournée nord-américaine au préalable avait été tout aussi fructueuse, et celle à venir, cet automne, au Québec, en compagnie de The Offspring, devrait susciter le même genre d'engouement, le public de Simple Plan n'ayant pas d'âge.

« Il y a des *fans* qui sont là depuis le début, et ça c'est le plus grand compliment pour un *band*, d'avoir des gens qui nous ont vus dix fois, 15 fois, mais qui reviennent encore. Ensuite, tu as tous ceux qui étaient trop jeunes à l'époque où notre premier album est sorti, qui avaient 10-12 ans et ne pouvaient pas aller voir de *shows*. Là, ils ont 30-32 ans et ils ont le goût de revivre certaines de leurs années d'ados », explique Chuck Comeau au bout du fil.

DE NOUVELLES OREILLES

C'est un privilège, dit-il, d'avoir « la chance de faire une bonne première impression » sur scène, même 20 ans plus tard, tant auprès des *fans* de la première heure que des nouveaux venus. Ils sont plusieurs jeunes, par exemple, à avoir découvert le groupe par l'entremise de la plateforme TikTok, sur laquelle la chanson *I'm Just a Kid* a trouvé une seconde vie, enregistrant par la bande des milliards d'écoutes.

De nouvelles influences comme Machine Gun Kelly aident également à ramener le pop-punk à l'avant-scène, se réjouit le batteur, donnant envie aux nouveaux adeptes de tendre l'oreille aux groupes de la génération précédente.

« Ils décident d'aller voir d'où vient ce son-là, et on fait un peu partie des groupes qui ont façonné cette scène, à nos débuts. [...] Il y a toute une génération qui découvre les bands comme nous, Blink 182, Sum 41, Green Day. Pour eux, c'est drôle à dire, mais c'est presque comme du Classic rock. »

UNE SUITE PROMETTEUSE

C'est un peu dans l'idée de plaire à tout ce beau monde que le dernier album a été créé. *Harder Than It Looks*, baptisé en référence à tous les sacrifices que demande une si longue carrière dans l'industrie - surtout lorsque tous les membres fondent leur propre famille au passage -, c'est à la fois un retour aux sources et un renouvellement, soutient Chuck Comeau. Le résumé d'une longue et prolifique carrière, mais aussi une fenêtre sur la suite. Suite qui s'annonce belle et longue, au grand bonheur du groupe.

« On réalise à quel point on est chanceux. Il y a tellement de gens talentueux, il y a des *drummers* tellement meilleurs que moi, mais qui n'ont pas la même chance. La musique, ce n'est pas juste une question de talent. Des fois, c'est d'avoir la persévérance, la *drive*, l'ambition, c'est d'avoir de la chance, le bon *timing*, être à la bonne place, créer quelque chose qui connecte avec les gens à travers le monde. »

Après le départ du bassiste David Desrosiers, en 2020, à la suite de dénonciations pour des inconduites sexuelles, les membres de Simple Plan n'ont pas voulu mettre leur chimie à risque et imposer un remplaçant à leurs *fans*. Ni à eux-mêmes d'ailleurs.

Comme le font les Twenty One Pilots de ce monde en 2022, ils utilisent maintenant une trame préenregistrée de basse durant leurs spectacles, explique Chuck Comeau. C'est donc un quatuor original qui sera de retour à la maison, cet automne, en compagnie de The Offspring. Et cette tournée, qui prévoit un arrêt au Centre Bell de Montréal le 4 novembre, risque de plaire à plusieurs.

« C'est un peu comme un *greatest hits*, un survol de notre carrière, les chansons les plus connues, un peu de nouveautés aussi. Avec les six albums, on essaie de faire une rétrospective un peu de tout ce que les gens veulent entendre. »

CATHERINE LARA ET LE QUÉBEC : UNE HISTOIRE D'AMOUR

VALÉRIE MARCOUX
vmarcoux@lesoleil.com

ARCHIVES AFP, LIONEL BONAVENTURE

Le Québec détient une place privilégiée dans le cœur de la rockeuse et violoniste française Catherine Lara. «J'ai reçu plus d'amour chez vous que chez moi», affirme la chanteuse qui a connu un franc succès en interprétant les textes de Luc Plamondon.

La musicienne, dont le premier disque fête ses 50 ans cette année, sera de retour au Québec à la fin du mois d'octobre pour offrir trois concerts à Sherbrooke, à Montréal et à Québec.

Même si elle a une belle carrière en France, Catherine Lara assure que c'est avec le Québec qu'elle entretient «une histoire d'amour» musicale et profonde. Dès ses débuts, elle a été attirée par la province et ses artistes qui l'ont accueillie à bras ouverts.

Grande admiratrice de Diane Dufresne, la violoniste désirait ardemment rencontrer son parolier. Elle aimait la poésie et la musicalité des textes de Luc Plamondon et elle espérait avoir la chance de collaborer avec ce grand auteur québécois.

«Les choses se sont faites naturellement. Je l'ai croisé un jour sur ma route et, tout de suite, on a eu très envie de travailler ensemble, raconte-t-elle. Je l'ai connu presque toute ma vie musicale et c'est quelqu'un qui m'a beaucoup inspiré.»

Luc Plamondon, avec qui la collaboration s'est transformée en amitié, laisse sa trace sur de nombreux succès de Catherine Lara. En plus de *Nuit magique*, il signe notamment les paroles de la chanson avec laquelle l'artiste a affirmé son homosexualité, *Autonome*.

Audacieuse, elle fut l'une des premières vedettes françaises à assumer publiquement son orientation sexuelle. Plusieurs se souviennent d'ailleurs de son passage à l'émission *Mon zénith à moi* en 1986 et de sa réplique iconique à la question : «Qu'est-ce que vous regardez en premier chez un homme?»

Sa réponse : «Sa femme.»

«Je n'aime pas me cacher», commente la chanteuse amusée par le souvenir de cette entrevue et de l'impulsion à laquelle elle avait succombé.

«C'était ma façon de dire une vérité avec humour et légèreté pour continuer de parler, non pas de sexualité, mais de sensualité et d'amour», explique Catherine Lara.

Celle-ci considère qu'il est plus facile d'être une femme aujourd'hui qu'à son époque.

«Il est plus facile aussi de vivre sa sensualité, même si ce n'est pas encore gagné», ajoute-t-elle.

LES ÉTERNELLES GAMINES

Catherine Lara parle avec autant de passion de ses amitiés que de ses amours. Les rencontres qu'elle a faites au Québec continuent d'influencer sa vie privée autant que professionnelle.

«Ma meilleure amie, c'est Édith Butler», lance joyeusement la musicienne.

Celle-ci dit entretenir une amitié intime et puissante avec la chanteuse acadienne ainsi qu'avec sa gérante et parolière Lise Aubut.

Les trois femmes se visitent fréquemment et ne manqueront pas l'occasion de se voir lors de son passage au Québec à la fin du mois d'octobre.

«Elles m'attendent. C'est des amies que j'aime profondément. C'est une très belle histoire d'amour entre nous», mentionne la rockeuse de diamant.

La célèbre Acadienne assistera assurément à l'un de ses trois concerts.

«Édith et moi, on se ressemble quelque part. On est comme des enfants toutes les deux : on n'aime pas les adultes. Édith, quand elle est sur scène, c'est une gamine et on oublie complètement qu'elle vient de fêter ses 80 ans. Elle respire la jeunesse, la force, l'énergie… la beauté du monde quoi!» déclare avec passion la septuagénaire.

«JE FINIRAI MES JOURS SUR SCÈNE»

À 77 ans, Catherine Lara n'a rien perdu de sa fougue et ne pense décidément pas à prendre sa retraite.

«Je n'ai pas envie de m'arrêter, ça, c'est sûr! J'aime être sur scène : c'est ma vie, c'est mon oxygène», affirme celle qui s'est brillamment illustrée autant comme violoniste et compositrice qu'en tant qu'interprète et rockeuse.

Le spectacle qu'elle vient présenter au Québec, Catherine Lara et deux pianos, marie ses différentes affinités musicales.

«C'est un spectacle qui me ressemble énormément», annonce-t-elle.

Accompagnée de Cyrille Leyhn et Charlotte Gautier, la violoniste compte interpréter des pièces de compositeurs classiques, dont Schubert, mais aussi des morceaux aux sonorités plus exotiques et, bien sûr, ses chansons populaires.

«On a des arrangements un peu particuliers», dévoile l'autrice-compositrice-interprète inspirée par la musique tzigane et yiddish.

En plus du violon, Catherine Lara jouera de son fameux baryton, un «violon basse» qu'elle a imaginé il y a une quinzaine d'années et que le luthier Hervé Prudence a fabriqué spécialement pour elle.

«C'est un violon qui a un son très grave, très beau. Il est accordé une octave en dessous d'un violon normal, ce qui fait qu'il est entre le violoncelle et l'alto. Il fait un son qui rentre dans le cœur», précise la Française.

Comme elle, son instrument de prédilection a deux personnalités, sinon plus. Le violon peut faire vibrer le public, lui faire monter les larmes aux yeux, mais il peut aussi le faire danser.

«C'est le Yin et le Yang», observe l'artiste qui aime les contrastes autant en musique que dans sa vie privée.

«C'est formidable les mélanges! Je vis avec une personne qui est à l'opposé de moi et je n'aurais jamais supporté de vivre avec quelqu'un comme moi; ç'aurait été horrible. J'ai la chance d'être avec quelqu'un de différent», se réjouit Catherine Lara.

Le spectacle Catherine Lara et deux pianos sera présenté au Centre culturel de l'Université de Sherbrooke le 27 octobre, puis à La Maison symphonique à Montréal le 29 octobre.

FRANCE CASTEL

CETTE CHANSON QUI NE LA LÂCHE PAS

STEVE BERGERON
steve.bergeron@latribune.qc.ca

Quand on regarde le parcours de France Castel, on s'aperçoit que ce n'est pas tant elle qui n'a jamais lâché la chanson que la chanson qui ne l'a jamais lâchée. Même si, à la fin des années 1970, la chanteuse et choriste a cédé la place à l'actrice et à l'animatrice, les projets où ses talents d'interprète vocale étaient sollicités n'ont jamais cessé d'atterrir sur son bureau.

À 78 ans, France Castel revient sur disque avec son premier album de chansons originales en 46 ans. — LA PRESSE, MARCO CAMPANOZZI

Stella Spotlight dans *Starmania*. Betty Bird dans *Demain matin, Montréal m'attend*. Gloria dans *Le chant de Sainte Carmen de la Main*. Madame Yang dans *La bonne âme du Se-Tchouan*. Dans *Phénomène M*, elle incarnait Marlene Dietrich. Elle fut aussi une des *Girls à Clémence*. Plus récemment, on l'a vue dans *La Renarde*, spectacle hommage à Pauline Julien. Dans *Une histoire inventée* d'André Forcier (1990), un de ses premiers rôles au cinéma, elle joue une chanteuse de cabaret. Ajoutez quatre ou cinq *Bye-bye!* Il ne faudrait pas non plus oublier le quatuor Les Vieux Criss, avec Louise Forestier, François Guy et Michel Le François.

Et quand une de vos meilleures amies, France Beaudoin, est l'animatrice d'un des variétés les plus populaires de l'heure et qu'elle peut vous appeler plusieurs fois par saison pour participer à son émission, mieux vaut garder ses cordes vocales en forme.

« Je remercie d'ailleurs dans le livret toutes ces personnes, dont France, qui ont su garder vivante la chanteuse en moi durant toutes ces années », souligne celle qui avoue être une interprète qui « se sert de ses métiers pour travailler sur soi ».

ROUVRIR LE TIROIR

L'élément déclencheur de ce disque éponyme, c'est lorsque la SPACQ (Société professionnelle des auteurs et des compositeurs du Québec) lui a donné la bourse d'interprète Lucille-Dumont l'an dernier. Soudainement, ces quelques chansons écrites pour elle et dormant dans un tiroir ont regagné son intérêt.

« Ça m'a touchée. Je me suis dit que j'avais peut-être encore quelque chose à dire et à explorer en tant que chanteuse », résume celle qui n'avait pas lancé d'album de matériel original depuis *En corps à cœur*... en 1976.

« J'ai donc commencé à travailler en studio, sans penser à un CD. Finalement, d'autres chansons (certaines commandées), un producteur et de vrais instruments se sont ajoutés! »

« Je n'avais pas fait le deuil de la chanson, seulement celui de l'interprète avec des chansons originales, poursuit-elle. Mais ça ne me manquait pas du tout! avoue-t-elle dans un éclat de rire. Ça m'angoissait seulement si j'y pensais. Quels seraient les thèmes si je recommençais à chanter? Quels styles, moi qui ai essayé tous ceux que j'aime? Ça a donné des chansons qui font une espèce de bilan, sur ma vie, sur l'amour, sur le plaisir, sur la chance d'être encore libre et de faire des choix... »

PETITS MORCEAUX D'ELLE-MÊME

Louis-Marie Mathieu, Pierre Huet, Luc de Larochellière, Andrea Lindsay, Daniel Lavoie, Manon d'Inverness et Pascal Mailloux (ce dernier assurant aussi les arrangements et la réalisation) font partie de ceux et celles qui lui ont offert ces petits morceaux d'elle-même. Toute une tribu de choristes et musiciens, jusqu'aux cordes et aux cuivres, s'est ajoutée sur cet opus fleurant le jazz, le blues, le tango, la valse, même une touche country...

Une question s'impose assez vite à l'écoute de la chanson *Miles* : est-ce que sa brève relation avec Miles Davis a effectivement duré trois semaines comme nous laisse entendre le refrain, « 21 jours, mon amour »?

« C'est exactement ça! » dit-elle en riant à propos de cet épisode vécu à Toronto. « L'album fait d'ailleurs le tour de toutes les sortes d'amours que j'ai eues : l'amour tendre, l'amour-passion, l'amour déchiré... »

Tendre comme une Pauline est évidemment un clin d'œil à la défunte interprète et au spectacle *La Renarde*, mais aussi au décès de sa sœur Louise, survenu peu après qu'elle eut enregistré le démo.

« Je trouve qu'elle parle bien de notre finalité, des proches qu'on perd, de faire la paix avec ça tout en gardant le meilleur. »

TOUJOURS DEUX OCTAVES

Lorsqu'on retourne dans les archives, on retombe assez rapidement sur des extraits vidéos rappelant la voix éclatante et très pure de la France Castel de 20 ou 30 ans. Googlez *Un soir de décembre*, par exemple...

« À cette époque, j'étais surtout choriste, alors j'étais capable de chanter dans pas mal toutes les tonalités. Mais je n'étais pas vraiment dans mon corps », commente celle qui s'est mise au chant après avoir quitté son Sherbrooke natal.

« J'ai fait du solfège et du piano comme beaucoup de monde, mais j'avais un talent assez naturel. J'ai aussi suivi quelques cours, notamment avec Lucille Dumont. J'ai fait beaucoup de chœurs, dont celui des *Flintstones* [*Les Pierrafeu*]. Un jour, j'ai remplacé quelqu'un à la Boîte à Clairette. »

Les années et la vie ont fini par baisser et réduire son registre. Mais France Castel a depuis bien longtemps appris à aimer cette voix plus grave, si seyante au blues qu'elle adore, et à voir le verre à moitié plein : à 78 ans, elle est encore capable de chanter, et Dieu sait que plusieurs consœurs n'ont pas la même chance.

« Je considère que ma voix d'aujourd'hui est ma vraie voix, celle qui vient avec mon vécu, et c'est ce que les gens aiment, je crois. Ce n'est pas une voix *trichée*. J'ai quand même encore deux octaves. Le plus gros travail cette fois-ci a été de retrouver qui j'étais comme interprète avec ces pièces jamais chantées. J'ai beaucoup douté au début, mais tranquillement, c'est revenu. »

ET LA SCÈNE?

Après le passage de France Castel à *Tout le monde en parle* dimanche et le lancement officiel lundi, l'album paraîtra le 28 octobre.

Et si la réponse est bonne, est-ce que la porte est ouverte pour apporter ces chansons sur scène, voire en tournée?

« Tout le monde me demande ça. Faut pas oublier que je suis une actrice et que je suis très occupée. Il faudrait que je choisisse les lieux et le moment dans l'année, parce que je n'ai pas 20 ans, même si, des fois, j'oublie mon âge. Ma réponse, pour l'instant, c'est : *achalez*-moi pas avec ça », confie-t-elle sur un ton amusé.

France Castel
France Castel
MULTIGENRES
Franco
Disques Artic

ENVIE DE SORTIR?

ISABEL AUTHIER
isabel.authier@lavoixdelest.ca

À voir, à faire ces jours-ci.

ARTS VISUELS

Jusqu'au 17 décembre, le **Musée Bruck** de Cowansville présente l'exposition collective *Au fil du textile*, qui termine la série des expositions thématiques en lien avec le patrimoine textile de Cowansville. Pour l'occasion, plus de 30 artistes exposent une soixantaine d'œuvres ayant pour thèmes le fil, la fibre et le textile.

L'artiste **Suzanne Ferland** allie peinture et photographie contemporaine. Elle présente son exposition *Passages* jusqu'au 6 novembre chez Boréart à Granby.

Jusqu'au 5 novembre, la Galerie Mavia de Granby expose les œuvres de l'artiste **Annie Joan Gagnon** regroupées sous le thème *Hors frontières*.

L'exposition de **Jean-Michel Leclerc**, *Nouvelles occupations*, présentée par Adélard et Loto-Québec à l'église Bishop Stewart Memorial de Frelighsburg, se poursuit jusqu'au 30 octobre.

Jusqu'au 30 octobre au Centre d'art Arts Sutton, l'artiste **Muriel Faille** expose son corpus *Dans l'esprit des vignes*, qui transporte le public dans la contemplation des vignes en hiver.

Jusqu'au 30 décembre, le Centre d'exposition Yvonne L. Bombardier de Valcourt accueille l'exposition ***X, Y*** mettant en vedette les artistes **Sébastien Pesot** et **Jérémie St-Pierre**.

Jusqu'au 30 octobre, le Centre d'art de Frelighsburg présente l'exposition *La Parenté* de l'artiste **Mance Lanctôt**, inspirée par des photographies d'individus ayant vécu dans les années 40 et 50.

La Galerie Art Plus accueille l'exposition de l'artiste **Mark Gustav Zimmerl** jusqu'au 5 novembre.

Jusqu'au 19 novembre, la Bibliothèque Gabrielle-Giroux-Bertrand de Cowansville accueille la première exposition solo du photographe **Denis Giroux** intitulée *Florilège*.es.

MUSIQUE

L'auteure-compositrice-interprète **Ariane Roy** sera en prestation au Théâtre Lac-Brome le 27 octobre à 20h. Billets : https://theatrelacbrome.ticketacces.net

Le Centre Culturel St-John de Bromont reçoit **Marco Calliari** le 28 octobre à 17h30. Billets : lepointdevente.com

Paul Daraîche sera au Palace de Granby le 22 octobre à 20h, en compagnie d'**Annie Blanchard** et **Laurence Jalbert**. La première partie du spectacle sera assumée par **Émilie Daraîche**. Billets : reseau.ovation.ca

Dans le cadre de sa Série Blues, le Palace de Granby accueille **Shawn McPherson** le 27 octobre à 19h30. Billets : reseau.ovation.ca

La Maison de la culture de Waterloo fait place à **Caroline Savoie** et **Nicolas Gémus** en plateau double le 22 octobre à 20h. Billets : reseau.ovation.ca

Le 28 octobre à 20h, la Maison de la culture de Waterloo fait place à **Hubert Lenoir** en formule debout. Billets : reseau.ovation.ca

Sarah Barbieux, gitane d'origine, ravivera la flamme de la tradition des légendes du peuple romani, accompagnée à la guitare par Sylvain Chiasson. C'est à la Bibliothèque Gabrielle-Giroux-Bertrand de Cowansville le 27 octobre à 18h. Gratuit, mais places limitées. Réservation au www.eventbrite.ca

Lumière est le projet d'Étienne Côté, qui s'arrête à la Salle Alec et Gérard Pelletier de Sutton le 26 octobre à 20h. Billets : lepointdevente.com

Sutton en blues reçoit Sandra Bouza le 22 octobre à 20h30 au Mont Sutton. Billets : montsutton.com

HUMOUR

Martin Petit propose son spectacle *Pyroman* le 22 octobre à 20h à l'Espace Diffusion de Cowansville. Billets : tournesols.tuxedo-billet.com

THÉÂTRE

La pièce *Le dernier sacrement* avec Denis Bouchard, Sofia Blondin et Ayana O'Shun est présentée le 22 octobre à 20h à l'auditorium Massey-Vanier de Cowansville. Billets : lepointdevente.com

CINÉMA

Les Aventuriers Voyageurs proposent le film *L'autre Mexique* au Cinéma Élysée de Granby le 23 octobre à 15h30 et le mercredi 26 octobre à 19h. Billets : au cinéma.

Splendide Islande et ses trésors cachés est projeté par **Les Aventuriers Voyageurs** à la Maison de la culture de Waterloo le 23 octobre à 13h30. Billets : reseau.ovation.ca

Les Grands explorateurs présentent *Rêves d'Afrique* le 23 octobre à 19h30. Billets : reseau.ovation.ca

Voyages traditours circuits et croisières

DESTINATION
CARTE BLANCHE

Avec le concours « **Destination carte blanche** », courez la chance de **gagner 5000$ en crédit voyage** valable sur les circuits et croisières **Traditours** et envolez-vous vers l'endroit de votre choix. **Pour participer, il suffit de compléter le formulaire et confirmer votre inscription à l'infolettre** de Voyages Traditours et ce, d'ici au **16 novembre** prochain. Ensuite, vous n'aurez qu'à imaginer un monde de possibilités parmi plus de **150 circuits** organisés un peu partout sur la planète. Vous pouvez aussi joindre un conseiller qui se fera un plaisir de répondre à vos questions en composant le 1 888 907-7712.

En collaboration avec :
LES COOPS DE L'INFORMATION leDroit leNouvelliste leQuotidien leSoleil laTribune laVoixdel'Est

001 002

5000$
EN CRÉDIT VOYAGE À GAGNER

POUR PARTICIPER!

Traditours.com/DestinationCarteBlanche

0102183

CHARLES-ANTOINE GOSSELIN

LÂCHER PRISE 201

STEVE BERGERON
steve.bergeron@latribune.qc.ca

Des trucs pour affronter les doutes et oser une carrière solo, Charles-Antoine Gosselin en a développé plusieurs. Et pas des plus reposants, parfois. Des exemples? Déposer sa candidature au concours Les Francouvertes ou aux FrancoFolies… en sachant très bien qu'il n'avait pas assez de chansons en poche pour donner une prestation.

Cette façon de faire, de s'imposer ainsi des échéances pour ne pas avoir le choix d'écrire, a eu du bon : *Bleu soleil* (2017), l'opus 1 de l'ancien chanteur du groupe sherbrookois Harvest Breed, a reçu des critiques élogieuses et le musicien s'est retrouvé avec un agenda de presque 80 spectacles.

Mais pour son deuxième album, qu'il a coréalisé et à nouveau produit, Charles-Antoine a eu envie de créer un peu moins sous tension.

« Avec le recul, je trouve que ça n'a même pas de bon sens de m'être mis cette pression-là. Au fil du temps, j'ai affiné ma méthode de travail. Aujourd'hui, je suis plus dans le plaisir. En fait, cette fois-ci, j'ai créé des chansons juste pour créer des chansons. Je n'avais même pas comme objectif de faire d'album », résume celui qui vient de lancer *Un graffiti sur le mur du son*.

L'élément déclencheur de cette façon plus zen de composer et d'écrire, c'est la lecture de *La guerre de l'art* (*The War of Art*) de Stephen Pressfield. L'auteur américain y identifie toutes les barrières, souvent intérieures, qui empêchent les artistes, mais aussi entrepreneurs, athlètes, etc., de laisser libre cours à leur créativité.

« Il fait le tour de tout ce qui t'empêche de t'asseoir avec ton crayon, ou de poursuivre une fois que tu as commencé, résume-t-il. Par exemple, moi, j'étais un spécialiste de l'autocensure : j'écrivais une ligne et je la trouvais tout de suite mauvaise. Mais quand tu comprends que c'est un passage obligé, que ce sera toujours comme ça, tu apprends à vivre avec et à reconnaître la résistance quand elle arrive. Ça m'a vraiment réveillé. C'était ensuite beaucoup plus agréable de créer. Et je savais assez vite si j'avais entre les mains un simple exercice de style ou une chanson avec du potentiel pour un disque. »

Après son album *Bleu soleil* (2017), qui l'a conforté dans son choix de se lancer en solo, Charles-Antoine Gosselin vient de lancer son deuxième album, *Un graffiti sur le mur du son*, le 21 octobre — BRIAN YPPERCIEL

LA DEVISE DE TOUT RESPECTER

En fait, on se rend compte, en découvrant les nouvelles chansons de Charles-Antoine, que, dans la lignée du précédent disque et du livre de Pressfield, on n'est encore jamais bien loin d'un discours rassurant à propos de toutes les incertitudes de la vie. Il est souvent question de lâcher prise, d'avoir confiance que le meilleur est à venir, de s'aventurer sans crainte sur des territoires inconnus et de sortir de sa zone de confort.

Par exemple, impossible de ne pas penser, en écoutant les paroles de la nouvelle chanson *Je laisse la mer me guider* — « l'imprévu est un rendez-vous avec l'essentiel » — à une autre de *Bleu soleil*, *Les moments de dérive* : « Les moments de dérive s'avèrent être les meilleurs. »

« Le plus drôle, c'est que, lorsque j'écrivais, je ne me rendais pas compte de la ressemblance des thèmes, raconte Charles-Antoine en riant. Ce sont les autres qui me le faisaient remarquer, la plupart du temps. Mais je n'avais pas envie de *scraper* une *toune* — surtout quand je la trouvais bonne! — juste parce que j'avais déjà parlé de ça. Ma devise, c'était de respecter tout ce qui venait. »

Pour celui qui a longtemps douté de sa place comme auteur-compositeur (le succès de *Bleu soleil* l'a conforté dans son choix) et avait tendance à voir souvent le verre à moitié vide, on soupçonnait presque, au début, une forme de thérapie par la création.

« La différence, c'est que, sur *Bleu soleil*, je m'adressais beaucoup à moi-même, par souci non pas de me convaincre (je suis assez convaincu de tout ça), mais de me le rappeler. Maintenant, j'ai davantage le sentiment de vouloir partager. J'ai l'impression que ce disque-là s'adresse plus aux autres, je suis moins dans ma tête. »

ATTENDRE UN PETIT TRAIN

On acquiesce lorsqu'on découvre notamment le texte de *Petit train* : « Je t'espère en secret / On s'est jamais vus / T'es une partie de nous / Qui n'a jamais vécu [...] / Ta mère à la maison / Ne sait pas où je suis. »

L'auditeur détectera assez vite une lettre à un enfant attendu mais qui n'arrive pas, et surtout, un propos très souvent tabou chez les hommes.

« Ça a été extrêmement difficile à écrire et à aborder pour moi. Cette chanson, c'est vraiment le plus loin que j'ai pu aller, le plus que j'étais capable de donner », confie-t-il à propos de ce sujet sensible qui l'émeut profondément.

Ce n'est pas non plus un thème facile qu'il aborde dans *La pluie, ta peine, l'amour*, un duo avec Caroline Savoie. « La pluie ne semble pas savoir / Quand les rues sont assez nettoyées / Quand c'est le temps de s'arrêter / De laisser sécher les trottoirs / Céder la place au soleil. »

« C'est un bel exemple de texte que j'ai failli jeter dès le début. Je trouvais ça trop simple, limite *quétaine*. Mais je me suis mis au défi d'aller jusqu'au bout et, aujourd'hui, je l'assume totalement. Je découvre qu'elle est plus profonde que je pensais. »

« J'ai beaucoup écouté l'album de Barry Gibbs et Barbra Streisand, *Guilty*. C'est un peu kitch mais tellement bon, et évidemment plein de duos. C'est là que je me suis dit qu'on n'en entendait plus souvent. J'ai pensé à Caroline en premier. On s'est connu au Festival de la chanson de Granby, on était là la même année. Mon frère est d'ailleurs son guitariste. Je savais non seulement qu'elle avait une méchante voix, mais que ça se ferait dans le plaisir. »

CHARLES-ANTOINE GOSSELIN

Un graffiti sur le mur du son

FOLK FRANCO

Charles-Antoine Gosselin

Mariana Mazza plonge dans la mémoire de l'enfance pour rendre hommage à sa mère et à ses origines dans son nouveau spectacle intitulé *Montréal-Nord*. — COURTOISIE

MONTRÉAL-NORD

LES FRAGMENTS DE MÉMOIRE DE MARIANA MAZZA

CLAUDIA BLAIS-THOMPSON
cbthompson@ledroit.com

Mariana Mazza portait en elle un projet d'écriture depuis longtemps. En abordant l'enfance – la sienne – dans *Montréal-Nord*, elle offre avec toute l'authenticité qu'on lui connaît des fragments de sa mémoire, les souvenirs d'une enfant qui découvre la vie.

Présentées en courts récits morcelés, les 210 pages de ce premier effort littéraire transportent le lecteur dans la fierté et l'amour de l'artiste pour ce quartier montréalais qui l'a vue grandir.

À travers les yeux d'enfant de Mariana Mazza, on découvre les odeurs de mets libanais et vénézuéliens qui parfument le petit quatre et demie de la rue Fleury, le Club social argentin de Montréal dont les membres faisaient la fête jusqu'aux petites heures du matin et surtout une mère bienveillante et «soucieuse du bien-être des autres» qui cumule les emplois et qui élève seule ses deux enfants.

Mariana Mazza plonge dans la mémoire de l'enfance pour rendre hommage à sa mère et à ses origines. Véritable chronique d'un quartier, le premier titre de ce qui s'annonce une trilogie est avant tout une ode à une jeunesse heureuse dans les années 1990.

Cette petite Mariana qui parcourt les rues a soif d'apprentissage. Elle est émue, sensible et souvent gênée. Son regard tantôt émouvant tantôt comique rend compte non seulement d'un quartier, mais aussi de tous ceux qui sont partis et ceux qui sont arrivés pour former une grande famille.

«Les souvenirs très précis qui amènent des émotions je pense que c'est beaucoup plus intéressant que juste des souvenirs mis comme une espèce de biographie. Ce n'est pas juste factuel, c'est aussi très émotif et c'est pour ça qu'il est aussi attachant le livre.»

Et sa mère qu'on adopte sur-le-champ devient un personnage incontournable de Montréal-Nord. Devant ses grands drames, jamais elle ne flanche. De savoureux tête-à-tête entre la mère et la fille se déposent tout naturellement et surtout brillamment entre chacun — ou presque — des souvenirs de l'enfant.

«Elle a adoré le livre. Ça l'a replongé dans quelque chose d'intense. Je pense que ma mère c'est aussi quelqu'un d'intense qui passe vite à autre chose et je pense qu'elle en est très fière. On peut tomber en amour avec des personnages, mais celui de ma mère beaucoup de gens me disent «je veux que ce soit ma mère, je veux prendre un verre avec elle». Ça veut dire que c'est mission accomplie, que j'ai été capable de vous montrer et de vous faire aimer ma mère comme moi je l'aime.»

Dans *Montréal-Nord*, Mariana Mazza se livre avec une grande sensibilité et une profonde affection sur ce pan de sa vie. Elle y soulève l'entraide et la solidarité plutôt que de tomber dans l'image de ce quartier dont on parle rarement en bien. «Je voulais amener le côté lumineux de tout ça.»

L'écriture «plus réfléchie et littéraire» occupera un plus grand espace dans la vie de l'artiste, confie-t-elle. La rédaction de la deuxième partie de sa vie est déjà entamée et couvrira cette fois l'adolescence. L'imaginaire linéaire du temps la mettra également en scène dans un troisième volet où elle part découvrir le monde.

«Je voulais que ce soit un livre qui donne l'eau à la bouche pour la suite. Je ne voulais pas mettre tout dans le même panier. [...] Mon deuxième livre, ça va être les yeux d'une adolescente et ça sera autre chose parce qu'il y a une espèce de rébellion, tu veux te faire une famille, t'essaies de comprendre les choses.»

Mais comme ce qu'elle aime le plus est de divertir les foules, Mariana Mazza se définira toujours et avant tout comme une humoriste ou plutôt une artiste multidisciplinaire qui est aussi peintre à ses temps perdus et comédienne «une fois de temps en temps. Je suis une fille de scène».

LES POLYPHONIES HÉROÏQUES DE QW4RTZ

YVES BERGERAS
ybergeras@ledroit.com

Et si le chant *a cappella* était la clé du multivers ? Telle est la proposition insolite développée par QW4RTZ, dans son nouveau spectacle, intitulé *A cappella Héros*, dont le quatuor vocal a récemment amorcé la tournée.

Serge Postigo signe pour une 4e fois consécutive la mise en scène du spectacle de QW4RTZ. Il fait d'ailleurs une apparition surprise en vidéo, pour présenter les quatre comparses du groupe vocal trifluvien. — COURTOISIE

Avec ce spectacle mis en scène par serge postigo — qui avait déjà supervisé les trois précédents — le baryton de la bande, Philippe Courchesne-Leboeuf, promet «un niveau de difficulté et de virtuosité inégalés».

La prémisse du spectacle, c'est l'hypothèse «et si ? », à laquelle a souvent eu recours l'éditeur de *comics* Marvel, pour amuser à pousser ses superhéros dans des retranchements inattendus et dans des recoins inexplorés.

Assumant pleinement cette clé de voûte en forme de «*what if...?*», les Trifluviens se présentent sur scène tels une gang de superhéros du chant vocal.

L'idée alimente un numéro au fil duquel chaque membre va explorer la vie parallèle qui aurait pu être la sienne s'il n'était pas venu se greffer au sein de QW4RTZ. Cela permet au quatuor vocal d'explorer quatre genres musicaux franchement différents – le heavy metal, le country, la *synth-wave* et la musique du monde – au fil de quatre chapitres qui jalonnent le spectacle. Et ce faisant, de faire découvrir quatre compositions originales et les vidéoclips qui accompagnent chacune d'entre elles.

Jusqu'ici, QW4RTZ n'avait osé offrir sur scène que des reprises de mélodies archi-connues, même si le groupe s'était autorisé à endisquer quelques chansons originales sur le double album *Ça goûte Noël*, paru en 2020.

Chacun des membres se retrouve ainsi au cœur d'un style musical en particulier. «En visitant cet univers parallèle virtuel, je vais découvrir qu'après avoir terminé mes études en chant classique à l'Université d'Ottawa (NDLR: où il a décroché une maîtrise), je serais devenu un chanteur country», rigole Philippe Courchesne-Leboeuf.

Si, au lieu d'intégrer QW4RTZ, «Fa2 (surnom de François Dubé, la voix de basse du quatuor) était allé dans la grande université américaine qui avait accepté sa candidature, ou s'il avait eu des cheveux, il aurait fait du métal», poursuit son acolyte.

Le baryton continue de tirer sur le fil des possibles: l'orchestrateur en chef de la bande, François Pothier-Bouchard, «aurait parti une secte». On lui a donc attribué une partition New Age.

Quant au dernier des mousquetaires, le ténor et *beatboxer* Louis Alexandre Beauchemin, il aurait été contraint de «rester chez ses parents, comme un 'Tanguy', et il serait [musicalement] resté figé dans le temps»

Bref, le nouveau spectacle de QW4RTZ est très ludique. «On ne se prend pas au sérieux. Même si on est très sérieux dans notre démarche ».

VIRTUOSITÉ

«Serge Postigo nous a dit : 'Si on fait un nouveau [le quatrième] spectacle ensemble, ce n'est pas pour se contenter du même niveau que le dernier; il faut montrer votre constante progression'. On a eu peur, parce que Serge nous poussait déjà beaucoup, dans le passé. [...] Mais, vocalement, techniquement et au plan des chorégraphies, force est d'admettre que c'est le plus virtuose» des quatre *shows*.

Francois Pothier-Bouchard, «notre cerveau musical», est titulaire d'une maîtrise en contrepoint, l'écriture de lignes mélodiques superposées. «Ses arrangements nous tiennent bien réveillés!», chacun des membres du quatuor polyphonique se retrouvant «constamment dans les extrêmes aigus ou graves, au paroxysme» de ce que son registre vocal lui permet.

«Les gens vont retrouver cette sensation un peu circassienne, comme quand on regarde un funambule marcher sans filet de sécurité», estime Philippe Courchesne-Leboeuf.

Le concept héroïque se décline aussi le temps d'un clin d'oeil au jeu vidéo *Guitar Hero* que Philippe Courchesne-Leboeuf estime être le numéro «le plus ambitieux» que QW4RTZ ait jamais présenté sur scène.

Ceux qui, dans le passé, ont vu QW4RTZ sur scène reprendre à l'endroit comme à l'envers la célèbre *Marche Turque* de Mozart, sont en droit de douter qu'un numéro puisse être plus complexe ou épique.

PRISONNIERS D'UN JEU VIDÉO

Mais M. Courchesne-Leboeuf n'en démord pas: un défi chorégraphique s'est ajouté à ce nouveau numéro dans lequel les quatre amis se retrouvent prisonniers d'un jeu vidéo, qui [leur] dicte quoi faire, en les bombardant de notes projetées sur un écran géant.

Le nouveau spectacle permet aussi «aux gens de comprendre un peu plus comment on monte un spectacle a cappella», car les héroïques interprètes – et la technologie – transporteront le public dans les coulisses du *show*.

NOUVEL ALBUM... AVEC NATHALIE SIMARD

Entre-temps, le quatuor aura fait paraître un mini-album éponyme, où l'on pourra entendre les quatre compositions originales, ainsi que leur toute récente reprise de *Tourne la page*, vieux succès de Nathalie et René Simard... que QW4RTZ entonne... au côté de Nathalie Simard elle-même.

Ce type de collaborations n'est pas une simple astuce de *marketing*, mais une véritable occasion de renouveler les plaisirs polyphoniques, partage le baryton.

«Avec seulement quatre voix, on est limités: il faut être extrêmement créatif pour ne pas être forcé de laisser tomber des éléments mélodiques importants d'une chanson. Le simple fait d'ajouter une cinquième voix nous ouvre des portes. Ça devient exponentiel, surtout au niveau des possibilités harmoniques.»

CHORALE D'ENFANTS

Ce mini-album, dont la sortie est prévue pour le 18 novembre, contiendra aussi une version revisitée de *Tous les cris les SOS* de Daniel Balavoine. Cette chansons constitue d'ailleurs un autre «moment fort du nouveau spectacle».

«On la reprend avec une chorale d'enfants [préenregistrée]. Des images sont projetées, et nous on se met en retrait. C'est un moment extrêmement fort, très touchant, [qui donne l'occasion] aux gens de réfléchir sur ce qui se passe dans le monde», laisse entendre Philippe Courchesne-Leboeuf.

La dernière piste du futur disque est un *mash-up* de chansons de Miro et d'Eddy de Pretto.

PENTATONIX

«Pour le disque, on a fait affaire avec Ed Boyer, un ingénieur du son basé aux États-Unis. C'est lui qui a fait tous les albums de Pentatonix. Et il a mixé la musique des films *Pitch Perfect*. [...]. Ça fait une grosse différence dans les sonorités: on s'éloigne des sonorités traditionnelles et des standards que sont les Swingle Singers ou La Bande Magnetik, au Québec, pour [explorer] un *a cappella* très actuel. Ça sonne très pop. C'est du nouveau *a cappella*. Il est extraordinaire, Ed. C'est notre superhéros à nous!»

QW4RTZ sera en spectacle le 4 février 2023 au Palace de Granby

MARTIN VILLENEUVE

LE CINÉMA À BOUT DE BRAS

GENEVIÈVE BOUCHARD
Le Soleil

Dire que Martin Villeneuve s'est investi dans *Les 12 travaux d'Imelda*, son nouveau film, tient de l'euphémisme. Le cinéaste a porté pendant neuf ans ce projet dans lequel il incarne sa grand-mère. Boudé par les institutions publiques qui financent le cinéma d'ici, il a pu compter sur l'apport bénévole de précieux collaborateurs, dont une distribution qui a de quoi faire des jaloux.

Il a fallu neuf ans au réalisateur Martin Villeneuve pour réaliser son projet de long métrage *Les 12 travaux d'Imelda*. — PATRICK SANFAÇON, LA PRESSE

Au générique de ce deuxième long métrage, le nom de Martin Villeneuve est bien accompagné de ceux de Robert Lepage, Ginette Reno, Michel Barrette, Anne-Marie Cadieux, Yves Jacques et Antoine Bertrand, notamment.

Le réalisateur n'est pas peu fier de son affiche. Il célèbre surtout la satisfaction de voir ce film, présenté en première mondiale en septembre au Festival de cinéma de la ville de Québec, arriver enfin sur les écrans, près d'une décennie après l'ébauche du projet.

« La beauté de la chose, c'est que je n'étais pas tout seul à y croire. Seul, je ne serais pas allé très loin. Le cinéma, c'est toujours un travail d'équipe, mais à plus forte raison dans ce cas-ci, parce que tout le monde a travaillé bénévolement », explique Martin Villeneuve.

« Ce que je n'ai pas reçu en financement, je l'ai reçu en générosité de la part des collaborateurs », ajoute-t-il.

Martin Villeneuve dans son personnage d'Imelda. — MAISON 4:3

AVEC SON FRÈRE DENIS VILLENEUVE

L'idée de raconter, d'une manière ou d'une autre, l'histoire de l'aïeule Imelda planait depuis un moment dans le clan Villeneuve. Le cinéaste Martin, qui a réalisé son premier long métrage *Mars et Avril* il y a dix ans, s'est lancé en 2013 avec un court métrage dans lequel il interprétait lui-même celle qu'il se plaît à imiter depuis l'enfance.

« Au départ, c'était pour faire rire ma famille à Noël », reconnaît le cinéaste.

Il a néanmoins développé un personnage qu'il ne voulait pas unidimensionnel au fil de courts métrages nourris par une recherche à laquelle ont participé plusieurs membres de sa famille, incluant son frère Denis, dont le film *Dune* a raflé six Oscars cette année.

« Je n'aurais pas consacré neuf ans de ma vie à ça si c'était juste un sketch », note le réalisateur et maintenant acteur.

Martin Villeneuve s'est ainsi retrouvé avec assez de matériel pour un long métrage relatant les dernières années de sa grand-mère, une femme pour le moins colorée décédée à 101 ans en 2012.

« Elle est aigrie, elle est en colère, elle est toutes sortes de choses, mais elle a aussi un grand cœur et elle est attachante, au fond. Elle nous fait penser à quelqu'un de notre famille. Je pense que l'on connaît tous une Imelda », décrit Martin Villeneuve.

Celui-ci se dit d'ailleurs convaincu que le tempérament de la vieille dame a convaincu plusieurs collaborateurs de se consacrer au projet bénévolement.

« Ils l'ont fait par pure passion du cinéma et aussi par intérêt pour le personnage, je pense », estime le réalisateur.

« Jamais je n'aurais pu avoir tous ces acteurs si j'avais eu des budgets, reprend-il. D'abord, ils n'auraient jamais été libres en même temps. Et je pense qu'aucun producteur au Québec ne pourrait se payer une telle distribution. Ce sont tous des têtes d'affiche. Le fait que tout le monde l'ait fait par plaisir m'a rendu service. »

« DEPUIS DIX ANS, CE N'EST QUE DES REFUS »

On le comprend, la démarche qui a mené à la concrétisation du film *Les 12 travaux d'Imelda* n'a pas été de tout repos pour Martin Villeneuve, qui y a investi énormément de temps et beaucoup de son propre argent.

S'il reconnaît que les années lui ont offert le « luxe » de pouvoir prendre du recul par rapport à son film, le cinéaste accepte mal les refus successifs encaissés.

« Pendant cinq ans, j'ai écrit des versions du scénario qui ont toutes été refusées par la SODEC et Téléfilm Canada. C'est quand même bizarre que, d'un côté, ce soit refusé par les institutions et, de l'autre, tu envoies le même texte aux plus grandes vedettes du Québec et elles disent toutes oui », avance Martin Villeneuve.

« Quand tu as des gens comme Robert Lepage, Ginette Reno, Michel Barrette, etc., c'est comme si l'industrie du cinéma québécois disait oui à un film, mais que ceux qui ont le pouvoir de décider ce qui se fait ou non disent que ce n'est pas intéressant, ajoute-t-il. De toute évidence, il y a un problème. »

Martin Villeneuve évoque un autre projet de long métrage qu'il a déposé et qui devait mettre en vedette Anthony Hopkins et Isabelle Huppert. Nouveau rejet.

« Depuis dix ans, ce n'est que des refus », tranche celui qui souhaiterait voir davantage d'ouverture et de diversité dans l'octroi de fonds publics.

« Surtout dans l'optique où le but n'est pas d'être rentable, souligne-t-il. Si on a un cinéma subventionné, il faut que ce soit pour courir des risques et financer des artistes qui ont une vision. »

« Si c'est pour faire quelque chose de commercial et toujours le même film, laissons ça au privé. Faisons comme en Europe et aux États-Unis, où les producteurs encourent les vrais risques. On a l'obligation de considérer la vision de nos artistes. »

Les 12 travaux d'Imelda sera présenté au cinéma dès le 28 octobre.

COUPEZ!

Petits miracles de série B

GENEVIÈVE BOUCHARD
Le Soleil

CRITIQUE

Des zombies plus ou moins crédibles, des litres de faux sang, un film de série B où bien des choses risquent de foirer. Présenté hors compétition en ouverture du dernier Festival de Cannes, *Coupez!* de Michel Hazanavicius cherche (et trouve!) le rire sur un plateau de tournage à très petit budget, mais offre du même coup un hommage au septième art et à ses artisans.

Adaptation du film japonais *One Cut of The Dead* (2017), *Coupez!* cultive la surprise en trois actes.

Ceux qui ne savent pas à quoi s'attendre auront l'occasion de se gratter la tête pendant la première demi-heure, qui nous plonge sans avertissement dans un film de zombies de série B, plutôt mal joué et bien garni d'effets spéciaux douteux.

Nous voilà donc sur un plateau de tournage piloté par un réalisateur caractériel (Romain Duris). Dans une usine désaffectée où le cinéaste s'efforce de raconter une histoire d'horreur, de véritables morts vivants viendront jouer les trouble-fête.

Après 30 minutes d'étrangetés et d'effets *gore* à cinq sous (on se dit qu'il vaut sans doute mieux en rire!) apparaît le générique. La pièce de résistance de *Coupez!* nous amènera juste après, dans les coulisses de ce qu'on vient de voir et qui deviendra une sorte d'hommage au septième art, dans ce qu'il implique d'ingéniosité et de solidarité. Surtout dans ses moments les moins glorieux.

Car on est loin du *glamour* hollywoodien sur le plateau fictif mis en scène par Michel Hazanavicius. Plutôt devant une sorte de défi qui a tout pour donner des maux de tête aux artisans du film fictif, qui doivent livrer en plan-séquence une adaptation d'un projet à succès commandé par une productrice japonaise.

Pas de coupure de caméra, donc. Et ça doit se passer en direct, sur une plateforme de diffusion en ligne. Ajoutons qu'on a aussi déjà vu une équipe plus motivée ou concentrée (Bérénice Bejo, Finnegan Oldfield et Grégory Gadebois en tête)… Bref, ça sent la catastrophe.

BALLET COMIQUE

Dans une joyeuse mise en abyme (un film dans un film dans un film…) ponctuée de quelques détours scatologiques et d'une bonne dose d'esprit de bottine, Michel Hazanavicius chorégraphie un ballet comique très bien réglé dans *Coupez!*

Quand sa caméra se tourne vers les coulisses, on rigole à découvrir ces trouvailles qui viennent expliquer des incongruités constatées dans la première partie du film… De quoi donner envie de le revoir avec une perspective différente.

Le réalisateur oscarisé pour *L'artiste*, mais aussi derrière deux chapitres d'*OSS 117*, offre une comédie qui fait mouche à bien des égards, malgré quelques gags plutôt grossiers.

Il lève au passage son chapeau aux artisans du cinéma qui, à l'insu du public, doivent souvent faire de petits miracles pour livrer un film. Quand tout pourrait foutre le camp, il fait bon de voir tout le monde y mettre du sien pour arriver au bout d'une aventure commune. Peut-être pas dans l'état souhaité, mais quand même!

Au générique
Cote : 7,5/10
Titre : *Coupez!*
Genre : comédie
Réalisateur : Michel Hazanavicius
Distribution : Romain Duris, Bérénice Bejo et Grégory Gadebois
Durée : 1 h 50

Le film *Coupez!* convie le spectateur dans les coulisses du tournage d'un film de zombies à petit budget, avec les effets spéciaux qui vont avec… — LES FILMS OPALE

Charlbi Dean et Harris Dickinson campent dans *Sans filtre* un couple de mannequins et influenceurs sur une croisière qui va mal tourner. — ENTRACT FILMS

SANS FILTRE

…Et sans gants blancs

GENEVIÈVE BOUCHARD
Le Soleil

CRITIQUE

Palme d'or qui n'a pas fait l'unanimité au dernier Festival de Cannes, *Sans filtre* du Suédois Ruben Östlund vient brasser la cage des convenances avec beaucoup d'humour, un franc cynisme et une (sur) dose calculée de mauvais goût.

L'obsession de l'image et l'indécence d'une haute société qui se croit tout permis se trouvent au centre de cette satire divisée en trois actes, dont un n'est certainement pas pour les cœurs sensibles.

Pour reprendre une observation d'un confrère de la BBC dans un texte consacré aux films les plus *dégueu* de l'histoire, si Cannes décernait une palme à la plus formidable scène de vomi, Ruben Östlund l'aurait remportée haut la main.

Avant de plonger dans ce festival d'expulsion pas très chic, le cinéaste met la table de la provocation de plus subtile manière en marge d'une semaine de la mode.

Les mannequins et influenceurs Carl (Harris Dickinson) et Yaya (Charlbi Dean, décédée subitement à la fin août) auront l'occasion de s'interroger sur le féminisme et l'égalité des sexes, dans un univers où la beauté sert souvent de monnaie d'échange.

Invité pour ses beaux yeux sur un luxueux yacht, le couple s'affaire à nourrir les réseaux sociaux de superficialité pendant que se décline autour de lui un concentré des classes sociales de ce monde.

Sur le bateau piloté par un capitaine marxiste (réjouissant Woody Harrelson) se complaisent les ultra-riches à qui on ne peut pas dire non : de cet exubérant Russe ayant fait fortune en « vendant de la merde » (lire des fertilisants) à ce petit couple poli et bien mis qui s'en est mis plein les poches comme marchand d'armes.

Pendant que des employés blancs les servent en comptant d'avance leurs pourboires, d'autres sont relégués aux besognes plus ingrates. Certains auront avant longtemps l'occasion de prendre leur revanche.

DES RELENTS DE *L'EXORCISTE*

Parce que les choses vont mal tourner pendant le traditionnel souper du capitaine. Pendant que les passagers se goinfrent dans un cinq services décadent ayant déjà de quoi lever cœur, la mer va à son tour y mettre du sien quand la tempête va se déchaîner.

La caméra qui tangue, Ruben Östlund ne ménage pas les âmes sensibles pendant une longue séquence bien arrosée de fluides corporels. Linda Blair dans *L'exorciste* et son jet de soupe aux pois, c'était de la petite bière en comparaison.

On peut bien se croire au-dessus de tout, il faut croire que nous sommes tous égaux devant le mal de mer…

La galère des privilégiés se poursuivra dans un troisième acte où les rôles seront indéniablement inversés, dans une situation de survie où l'argent ne peut rien à rien.

Cinglant et caustique à souhait, *Sans filtre* s'égare par moments, s'étire sans doute indûment. Mais la proposition de Ruben Östlund, franche et frondeuse, touche sa cible à bien des égards.

Sans filtre est présenté au cinéma en version originale sous-titrée. La version française arrivera sur les écrans le 28 octobre.

Au générique
Cote : 7/10
Titre : *Sans filtre*
Genre : comédie satirique
Réalisateur : Ruben Östlund
Distribution : Harris Dickinson, Charlbi Dean et Woody Harrelson
Durée : 2 h 30

LE FORMIDABLE BESTIAIRE DES GALAPAGOS DE L'OUEST

STÉPHANIE MORIN
La Presse

Une tortue terrestre croquée au centre de recherche Charles Darwin dans l'île de Santa Cruz — PHOTOS LA PRESSE, STÉPHANIE MORIN

La mémoire est une faculté qui oublie, dit l'adage populaire.

On pourrait donc croire qu'il ne me reste rien, ou presque, de la croisière autour des Galapagos occidentales effectuée avant que la pandémie ne paralyse la planète, il y a de cela une éternité.

Et pourtant… Certaines images restent très nettes. On ne visite pas ce coin du globe sans en revenir transformé par la beauté de la biodiversité, mais aussi par sa grande vulnérabilité. Dans cet archipel planté au cœur du Pacifique, la vie évolue à son propre rythme et selon ses propres règles.

C'est donc pour pouvoir admirer des espèces animales uniques aux Galapagos que je suis montée à bord du *Santa Cruz II* en février 2020 en compagnie de 56 autres passagers (sur une capacité de 90). Cinq guides naturalistes — tous d'origine équatorienne — étaient aussi à bord pour diriger les visites à pied dans l'île ou les excursions en bateau pneumatique.

Pendant cinq jours, nous avons exploré les îles de l'Ouest à la recherche de cette faune étonnante. Et chaque excursion hors du navire a été riche en découvertes.

De grands iguanes terrestres aux couleurs de Noël (vert et rouge), des cormorans qui ont perdu l'habileté de voler parce qu'il n'y a aucun prédateur pour les chasser, des fous à pieds bleus à l'étonnante danse nuptiale, différentes espèces de tortues terrestres vieilles de plusieurs centaines d'années, des manchots qui ont évolué loin de leurs cousins de l'Antarctique, des otaries qui éructent sur notre passage… Et des pinsons tout petits, ceux-là mêmes qui ont permis à Charles Darwin d'élaborer sa théorie sur l'évolution et la sélection naturelle à partir des observations faites sur ces oiseaux dans l'archipel en 1835.

BIEN REGARDER OÙ L'ON POSE LE PIED

Aux Galapagos, l'absence de prédateurs rend les animaux peu farouches. Iguanes, otaries, tortues et compagnie jettent un regard curieux (ou indifférent) sur les humains qui passent, si bien qu'on ne sait plus trop qui observe qui. Seuls les poissons sont timides, eux qui servent de source alimentaire à plusieurs.

Dans l'île de Fernandina, des iguanes marins couleur de cendre se prélassent au soleil, et ce, en si grand nombre qu'il faut faire attention de ne pas poser le pied sur l'un d'eux. D'autant plus qu'ils se confondent avec le tapis de lave croûtée qui recouvre la plus jeune île de l'archipel, un bout de terre aride qui semble avoir été oublié des dieux.

Dans l'île de Floreana, ce sont les flamants roses (l'archipel en compte 350 spécimens) qui font cliqueter nos appareils avec leur vol gracieux.

Au large de l'île Isabela, les tortues vertes graciles, tranquilles et émouvantes se mêlent aux apnéistes tandis que des manchots passent comme des fusées et que les cormorans font sécher leurs ailes minuscules. Même les crabes rouges, présents partout, sont photogéniques…

De fait, l'ouest des Galapagos profite d'une faune marine particulièrement riche, car les îles se trouvent au confluent de deux courants marins, soit ceux de Humboldt et de Cromwell, qui charrient tous deux beaucoup de nutriments.

De nombreux fous à pieds bleus nichent dans les îles occidentales des Galapagos.

Entre juin et novembre, la vie sous-marine est à son apogée dans le secteur. C'est le moment parfait pour observer les requins-baleines, les requins-marteaux… De décembre à mai, toutefois, c'est la faune terrestre qui est à l'honneur, alors que les pluies font verdir la végétation des îles occidentales. Les iguanes sont bien gras pendant cette période!

DES RÈGLES STRICTES

Peu importe la saison, visiter l'archipel reste un exercice délicat, car la soif de découvertes s'oppose sans cesse à la crainte de contribuer, par notre seule présence, à la détérioration d'un des lieux les plus fascinants sur Terre.

Il faut toutefois constater que le gouvernement équatorien, à qui appartient l'archipel, déploie des efforts considérables pour réglementer les visites dans l'archipel, en particulier pour les bateaux de croisière. En 1959, les îles Galapagos ont été déclarées parc national et 97 % du territoire actuel de l'archipel en fait partie.

Les itinéraires des bateaux de croisière et les activités pratiquées par les passagers (apnée, randonnée, kayak de mer…) sont déterminés par la direction du parc pour éviter une trop forte présence humaine à un seul et même endroit.

Les groupes de touristes sont toujours accompagnés par un guide. Interdiction formelle de manger, de fumer, d'utiliser le flash ou de ramasser quoi que ce soit dans les îles. Les excursions sont limitées à des secteurs très précis. Et les humains doivent avoir réintégré leur navire à 18h.

Déjà, certaines entreprises de croisière qui visitent ces eaux, dont Metropolitan Touring, sont carboneutres. D'autres suivront, on l'espère. Il est utopique de penser que ce coin de paradis se ferme totalement au tourisme, mais on peut espérer que les autorités sachent le préserver.

Les frais de ce reportage ont été payés par l'Office de tourisme de l'Équateur.

ARIELLE LA VANNIÈRE

LES DEUX PIEDS DANS LE VIVANT

JÉRÔME SAVARY
jerome.savary@lavoixdelest.ca

Arielle Prince-Ferron tresse l'osier… tout en tissant des liens avec les gens autour d'elle. Elle est comme ça, cette vannière qui se présentait autrefois comme une «jardinière des fossés». Connectée avec la nature, avec le monde, et animée d'une profonde bienveillance.

Dans son oseraie de Dunham, en cette douce après-midi d'octobre, Arielle nous explique les caractéristiques de tels saule, cormier ou cornouiller, sa matière première. Elle les utilisera pour confectionner paniers, sacs, boîtes… et des «structures vivantes», comme une arche ou un dôme végétal.

Huit ans se sont écoulés depuis que cette trentenaire a fait de la vannerie son occupation principale. Entremêler, tresser des tiges de saule à longueur de journée, ce contact avec la matière, elle aime ça. «Le saule est une matière que j'adore», dit celle qui a toujours aimé travailler de ses mains.

Artisane autodidacte, elle s'est perfectionnée auprès d'un vannier et de plusieurs vannières reconnus au Québec et au Vermont, le temps de quelques ateliers de fins de semaine.

Le besoin de nature y est aussi pour quelque chose dans Brins d'nature, son entreprise de vannerie. Cette connexion avec l'environnement, elle la partage à l'occasion des ateliers qu'elle donne depuis trois ans. Le succès est au rendez-vous.

«Lors de mes ateliers, je me rends compte à quel point les gens ont besoin d'être en contact avec la matière, de faire avec moins, de ralentir, d'être près de la nature. Il y a tout un processus lors de ces ateliers : il y a la rencontre avec la plante, et aussi avec soi-même.»

RÉVOLUTION DOUCE

Arielle déploie alors ses talents de conteuse, puisant dans les légendes de la vannerie. «Ramener le conte est un autre moyen de rassembler les gens dans un espace hors du temps, où tout devient possible.»

Et la révolution commence à gronder, doucement, tranquillement. «La vannerie, c'est aussi une façon de retrouver notre capacité à faire par nous-même, sans être dépendant de l'industrie. C'est un acte paysan révolutionnaire.»

Quand tout va vite, la révolution est lente.

Faire de la vannerie, «ça demande d'accepter de ralentir, de comprendre que les choses prennent du temps et ont de la valeur». Comprendre que les saules ont été cueillis, puis tressés, pendant de longues heures. Comme un pied de nez à l'industrialisation.

EMPATHIE

La vannière aime tout de son métier. Qu'il s'agisse de cultiver les saules et autres espèces dans son oseraie, de récolter la matière sauvage dans les fossés, les prés ou à la lisière des forêts, de tresser dans son atelier, de partager son savoir ou de se transformer en conteuse.

Son approche vers l'autre est empreinte chez elle d'une profonde empathie. Arielle Prince-Ferron est en effet formée en communication non violente. «Vivre une culture d'empathie» est au cœur de sa démarche faite de bienveillance, de collaboration et d'écoute.

Parmi les tiges d'arbres, les écorces de bouleau ou de rotin, les éclisses de frêne, la diplômée en environnement est dans son élément.

INSPIRATION AUTOCHTONE

Lors de ses pérégrinations à la recherche d'un saule sauvage ou d'une quenouille, elle prélève les plantes en s'inspirant de la culture autochtone. «Je donne à la plante avant de la cueillir», ceci pouvant se faire concrètement ou par la pensée.

Arielle conçoit des «structures vivantes», comme une arche, un tunnel, un dôme végétal. Ou toute autre forme. — PHOTOS LA VOIX DE L'EST, ALAIN DION

Il arrive aussi qu'elle s'écarte des fossés et vienne frapper à votre porte, si par hasard elle remarque que des saules poussent dans votre cour.

Elle comme ça, Arielle.

Pour prendre contact avec Arielle Prince-Ferron, s'inscrire à ses ateliers, rendez-vous sur la page Facebook de Brins d'nature, vannerie du terroir. C'est d'ailleurs le temps des inscriptions pour ceux et celles souhaitant une structure en saule vivant pour 2023.

Parmi les tiges d'arbres, les écorces de bouleau ou de rotin, les éclisses de frêne, la diplômée en environnement est dans son élément.

Avec le saule, le cormier ou le cornouiller, elle confectionnera paniers, sacs, boîtes. Sans oublier le rotin, le bouleau et le frêne!

PLUS DE DEUX DÉCENNIES POUR «CONSTRUIRE» UNE MAISON MINIATURE

FÉLIX LAJOIE
flajoie@lesoleil.com

Produire une maquette à l'échelle 1/8 d'une maison ancestrale a demandé pas moins de 25 années de travail à Raynald Bilodeau, un maquettiste de Lévis. Pourtant, ce dernier n'avait jamais pensé qu'il produirait une œuvre aussi complète et complexe.

L'aventure a commencé il y plus de 40 ans, à la fin des années 70, avec une simple petite chaise à l'échelle 1/8, soit huit fois plus petite que la grandeur réelle. Il s'agissait d'une reproduction d'une chaise que M. Bilodeau avait chez lui.

Le maquettiste avait déjà un peu d'expérience en la matière, et il avait pris beaucoup de plaisir à réaliser cette pièce. Après l'avoir exposée au pavillon Pollack de l'Université Laval à l'automne 1978, M. Bilodeau a continué à produire d'autres reproductions de chaises.

Mais des chaises toutes seules ne forment pas un ensemble complet… l'artisan a donc produit une table pour accompagner le tout. Le processus de création a continué de cette manière, du début à la fin… parce qu'un artéfact est toujours relié à un autre!

«Par exemple, à un moment donné, j'ai trouvé une toute petite plume qui était parfaite pour en faire une miniature. Mais si j'ai une plume? Il faut que je fasse un encrier!» explique Raynald Bilodeau en entrevue avec *Le Mag*.

«Qu'est-ce que ça prend avec une plume et un encrier? Ça prend du papier et un écrit!» ajoute le maquettiste, qui raconte que son œuvre était devenue une véritable «obsession».

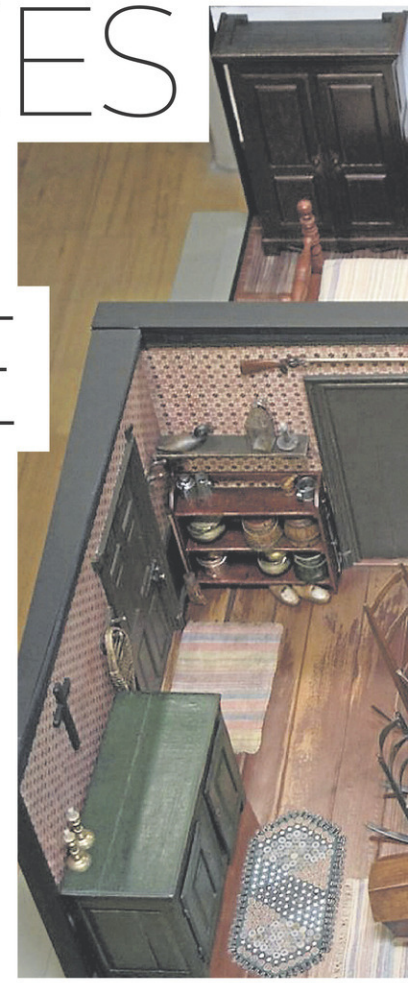
À force de produire des meubles et des artéfacts, M. Bilodeau a fini par construire l'intérieur complet d'une maison. «Je n'avais plus le choix!» lâche-t-il. Cela était nécessaire non seulement pour avoir une œuvre entière… mais aussi parce que ça rendait le tout «beaucoup plus facile à transporter», rigole le maquettiste.

En 1988, à l'ouverture du Musée de la Civilisation, une version préliminaire de l'œuvre de M. Bilodeau avait été exposée au grand public. Une fois achevée, la maison miniature a été installée à la Maison Chevalier et y a passé près de 17 ans.

Depuis cet été, l'œuvre de M. Bilodeau est de retour au Musée de la Civilisation, dans l'exposition *Ma Maison*, qui est destinée aux enfants. Il s'agit d'une grande maison, avec toutes ses pièces, qui sont toutes remplies de meubles surdimensionnés.

Au grenier, les enfants tombent sur la maison miniature de M. Bilodeau, qui offre un contraste percutant avec le reste de l'exposition.

1



3

LES PORTES, LA CRÉMAILLÈRE… TOUT FONCTIONNE!

En passant rapidement au-dessus de l'œuvre du maquettiste, il serait facile de croire qu'elle est faite de plastique et de colle, un peu comme les modèles réduits d'automobiles.

En regardant de plus près, il est toutefois facile de s'apercevoir que chaque pièce a été entièrement travaillée et façonnée par M. Bilodeau avec toute la minutie du monde. De plus, chaque élément est fonctionnel, comme dans une vraie maisonnée.

Le bois, les morceaux de métal, les céramiques, les tissus, même les papiers peints (!) : la quasi-totalité des matériaux est fidèle à l'original et façonnée à la main. L'artiste est même allé jusqu'à reproduire la patine et l'usure sur certains éléments.

Les portes des chambres sont montées sur de minuscules pentures, ce qui permet de les ouvrir et de les refermer. Les portes et tiroirs de chaque meuble sont aussi fonctionnels, tout comme le sont les couvercles des chaudrons et des coffres.

«Pour chaque pièce, je me suis basé sur un modèle original grandeur nature pour reproduire le plus parfaitement possible tous les éléments», explique M. Bilodeau.

Même les petites feuilles déposées sur la table sont parsemées de réelles écritures : «Ça provient d'un écrit qu'on a trouvé dans une maison abandonnée de Portneuf», raconte le maquettiste.

Pour fabriquer des pièces aussi diverses, il a utilisé tous ses talents

4

de «patenteux» et ses connaissances pour mettre au point des techniques de création permettant d'arriver à un résultat concluant. Dans ce domaine, il n'existe pas de recette ni de manuels d'instructions!

«Pour tourner la poterie, j'ai utilisé un tourne-disque et j'ai fait comme un tour de poterie, indique le Lévisien. [...] Pour le verre d'eau dans la chambre, j'ai utilisé une toute petite tige de plexiglas.»

Un travail aussi méthodique et fastidieux demande nécessairement de la patience. Malgré son expérience et son âge, M. Bilodeau en manquait de temps à autre.

«Ça m'est arrivé souvent d'arrêter, pendant quelques semaines ou des mois... parce que c'est difficile! Des fois, je me disais que je ne serais jamais capable d'y arriver», relate le maquettiste, qui avait finalement trop de passion pour ne pas persévérer.

Même s'il travaillait toujours avec des morceaux minuscules, M. Bilodeau soutient ne jamais avoir utilisé d'outil pour améliorer sa vision. «Je n'avais pas de loupe... j'avais une bonne vue! Sauf que je ne serais plus capable de faire ça aujourd'hui», confie-t-il.

Lorsqu'il a été informé que son œuvre a été de nouveau exposée au Musée, M. Bilodeau s'est tout de suite demandé comment les employés ont fait pour transporter toutes les petites pièces des entrepôts jusqu'à la salle d'exposition.

«Moi, je faisais comme un vrai déménagement : je remplissais les coffres avec les chaudrons et la vaisselle, en les séparant avec des petites guenilles et ainsi de suite... s'ils n'ont pas fait ça, ça du leur prendre une éternité!» rigole M. Bilodeau en guise de conclusion.

1 Le petit coffre est parsemé de minuscules épingles que M. Bilodeau a plantées pour reproduire les ornements métalliques.

2 Produire une maquette à l'échelle 1/8 d'une maison ancestrale a demandé pas moins de 25 années de travail à Raynald Bilodeau, un maquettiste de Lévis.

3 Même s'il travaillait toujours avec des morceaux minuscules, M. Bilodeau soutient ne jamais avoir utilisé d'outil pour améliorer sa vision.

4 L'artiste est même allé jusqu'à reproduire la patine et l'usure sur certains éléments

— PHOTOS RAYNALD BILODEAU

Tourbillon de framboises, couleur de l'année de Benjamin Moore

MARIANE GUAY
mguay@lequotidien.com

C'est la teinte Tourbillon de framboises qui a été choisie comme couleur de l'année chez Benjamin Moore. Le fabricant en a fait l'annonce le 12 octobre dernier, en indiquant que ce rouge orangé égaye les espaces et encourage l'utilisation de la couleur en toute confiance.

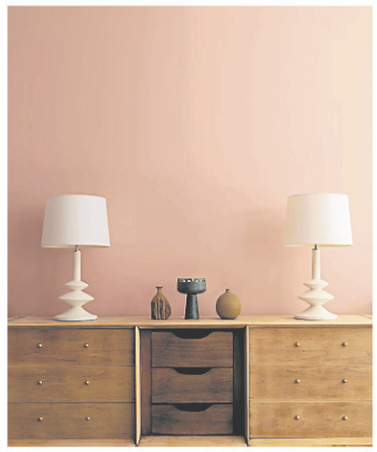
Selon la directrice du Marketing et du développement de la couleur chez Benjamin Moore, Andrea Magno, les gens sont prêts à faire entrer des couleurs plus vives à l'intérieur de leur espace de vie. «Les gens sont prêts à ramener la couleur dans leur décor en sortant de leur zone de confort en matière de couleur, affirme-t-elle. Tourbillon de Framboises 2008-30 et toutes les autres teintes de la palette Tendances Couleur 2023 favorisent l'utilisation de couleurs d'exception pour créer des décors ravissants et uniques. »

En plus de Tourbillon de framboises, la palette Tendances Couleur 2023 est composée de sept autres teintes éclatantes nommées Crépuscule de Tofino CC-156, Wengé AF-180, Cannelle 2174-20, Nouvel Âge 1444, Bleu Nuit Étoilée 2067-20, Vert de la Mer du Nord 2053-30 et Vert Savane 2150-30.

Bleu Nuit Étoilée 2067-20

Vert de la Mer du Nord 2053-30

Vert Savane 2150-30


Crépuscule de Tofino CC-156.

La couleur de l'année chez Benjamin Moore, Tourbillon de framboises. — PHOTOS TIRÉES DU SITE INTERNET DE BENJAMIN MOORE

R.B.Q.: 5600-0623-01
Bois Franc Richelieu inc.

• ESCALIERS
• COUVRE-PLANCHERS
• FINITION INTÉRIEURE
www.bfri.ca
1049 Principale Est, FARNHAM 450 293-8734
0089579

— TIRÉE DU SITE DE LA SOUCHE

Une NEIPA 100% locale

PHILIPPE WOUTERS
CHRONIQUE
philippe.wouters@lescoops.ca

Brasser de la bière au Québec ne veut pas forcément dire que l'on brasse une bière 100% locale. La production de bière locale est assez basse comparée à la production de bière avec des ingrédients importés du monde entier. Mais le marché de la bière s'adapte et la consommation locale se vit aussi dans la bière. Une NEIPA 100% Québec aux notes riches et parfumées, personne n'aurait osé y croire il y a quelques années.

Pour réaliser cette version saisonnière 100% Québec de la NEIPA Cry-O-Loup, la brasserie La Souche a travaillé avec différents partenaires de la province. Les malts de Maltbroue, Caux-Laflamme et du Maltraiteur se mélangent avec les céréales des Moissons Dorées et le houblon de l'houblonnière Les Jarrets Noirs.

D'ailleurs, c'est très stimulant de voir du Galena, Rakau et Cascade pousser chez nous, signe que le houblon, ce n'est pas uniquement un marché pour l'Ouest américain.

« Une NEIPA 100% Québec aux notes riches et parfumées, personne n'aurait osé y croire il y a quelques années. »

Le style NEIPA (New England India Pale Ale) est issu du croisement d'un corps légèrement malté et soyeux avec des houblons très aromatiques, sur une amertume douce. De l'avoine, du blé et de l'orge, tout le monde en produit; les brasseurs québécois peuvent donc en trouver facilement.

Côté houblon, c'est plus difficile. L'arôme du houblon se doit d'être dominant, et les techniques de houblonnage à cru sont souvent développées en partenariat avec des techniques d'extraction des saveurs réservées aux grandes houblonnières internationales.

Sans compter que bon nombre de houblons ont des droits protégés et qu'il est donc interdit de les faire pousser sans autorisation. Un phénomène connu dans le monde des céréales depuis de nombreuses années.

Brasser une bière avec des houblons tendance, mais qui poussent au Québec, c'est un pas de plus vers l'indépendance brassicole du Québec. Certes, nous n'avons pas le même climat que dans l'ouest, mais nous avons des techniques et un savoir-faire qui démontrent que les résultats commencent à porter ses fruits : mangue, pêche, abricot et agrumes dans ce cas particulier.

J'aime comparer le monde du houblon québécois à celui du vin québécois. Le savoir-faire empirique de l'ensemble de la filière développe de plus en plus de compétence et cela se ressent dans les produits. Sauf que dans la bière, ça va beaucoup plus vite…

Cette bière est disponible en quantité limitée jusqu'à épuisement des stocks.

Le meilleur de la citrouille

MONSIEUR COCKTAIL

PATRICE PLANTE
Collaboration spéciale

Avec ces deux derniers week-ends ensoleillés et inoubliables et cet automne orangé qui tire à sa fin, j'ai eu envie de créer un tout nouveau cocktail à base de citrouille et aux couleurs de la saison.

Il existe plusieurs méthodes sans faille pour entreprendre la création d'un cocktail. Vous pouvez suivre un thème (par exemple, le Japon) ou alors vous inspirer d'un plat que vous aimez particulièrement, afin d'aller chercher les accords de saveurs que vos instincts culinaires connaissent depuis toujours (fraise et basilic, vanille et chocolat, etc.).

Ma technique préférée consiste à m'appuyer sur une recette de cocktail existante et de simplement changer ses ingrédients par d'autres, en conservant les mêmes mesures. Je vous suggère fortement cette technique. Elle est solide et fonctionnera la plupart du temps.

Par exemple? Vous prenez la recette du mojito. Vous conservez les mêmes quantités, et vous changez le rhum pour du bourbon, la lime pour du citron, la menthe pour du romarin, l'eau pétillante pour de la bière de gingembre et hop, vous avez un cocktail délicieux sous la main. Les possibilités sont infinies.

Pour ce cocktail particulier, je me suis basé sur une recette de Daiquiri. Je désirais changer le sirop simple par du sirop de citrouille et de la marmelade à l'orange. Le résultat n'était pas convaincant, jusqu'à ce que je mette du romarin pour ajouter une note végétale! N'hésitez pas à ajouter un ingrédient à piler ou en garniture pour venir sceller le goût de votre cocktail!

Le résultat? Outre le nom — dont je ne suis pas peu fier —, c'est l'un des meilleurs cocktails automnaux que j'ai jamais créés! Santé!

Pump up the Jam

INGRÉDIENTS

- 1,5 oz de rhum brun
- 0,5 oz de sirop de citrouille épicée Monsieur Cocktail (ou du commerce)
- 0,5 oz de marmelade à l'orange
- 0,5 oz de jus de lime frais
- 1 branche de romarin frais, pilée
- Romarin (pour décorer)

PRÉPARATION

1 Dans un *shaker*, piler la branche de romarin dans le sirop.
2 Ajouter le reste des ingrédients et mélanger avec de la glace.
3 Filtrer au tamis fin dans une coupe refroidie.
4 Décorer de romarin frais.

RÉGAL.

LES SÉLECTIONS MONDIALES DES VINS CANADA

Un concours comme les Sélections mondiales des vins Canada nécessite une organisation colossale à l'arrière-scène. — PHOTO COLLABORATION SPÉCIALE NATALIE RICHARD

PLANÈTE VINS

NATALIE RICHARD
Collaboration spéciale
nataliérichardmedia@gmail.com

Pour sa 29e édition qui avait lieu à la mi-octobre à l'ITHQ de Montréal, le concours Sélections mondiales des vins Canada a pu compter sur la participation de 65 membres d'un jury professionnel, originaire du Canada et de différents pays européens, qui a dégusté un total de 1705 vins en provenance de 29 pays. Je vous ai fait une sélection parmi les meilleurs vins sélectionnés et offerts présentement à la SAQ.

À titre d'information, voici les grandes lignes du déroulement du concours. D'abord, les juges sont divisés en 13 commissions de cinq personnes représentant divers pays, qui dégustent à l'aveugle 45 produits sur une durée de trois jours. Les sessions débutent à 8h et se terminent vers midi. Les vins sont notés sur leur qualité visuelle, olfactive et gustative, selon les critères habituels de dégustation, soit la franchise (évaluation de défauts s'il y a lieu), l'intensité positive, la persistance et la qualité, pour un total de 100 points. Les lauréats sont répartis en trois catégories et doivent mériter 85 points pour la médaille d'argent, 89 pour la médaille d'or et 93 pour le Grand or.

Il faut aussi mentionner l'organisation colossale qu'un concours comme celui-ci nécessite à l'arrière-scène. Les 1705 produits sont classés et numérotés, puis mis au frais pour assurer la température de service idéale de chacun des vins. Par la suite, les vins sont servis de façon anonyme, selon l'ordre de la feuille de route de chacune des commissions. Comme le concours a lieu à l'ITHQ, l'organisation peut compter sur la participation de plusieurs étudiants en sommellerie, sous la direction de leurs professeurs qui supervisent l'ensemble des opérations. Cela représente une brigade d'une quinzaine de personnes au service, sans compter une vingtaine de membres de l'équipe des Sélections Mondiales, présidée par Réal Wolfe, un professionnel de l'industrie, idéateur du concours dans les années 1990.

LAURÉATS GRAND OR

1 V8+ Vineyards Sior Carlo Brut Millesimato Prosecco 2021

18,55 $ • 13734177 • 11 % • 8,1 g/L

V8+ est une abréviation pour Ottopiu Vineyards, en Vénétie — un concept basé sur le chiffre 8, symbole de l'infinité et de la jeunesse éternelle. Un prosecco bien festif et bien équilibré, qui se boit tout seul ou en spritz, avec une petite touche d'Apérol. À table, il accompagnera tout ce qui vient de la mer et même un saumon grillé «umami» mariné à la sauce soya et au sirop d'érable.

2 DOMAINE LA HITAIRE CÔTES DE GASCOGNE CHARDONNAY

12,30 $ • 12699031 • 12,5 % • 1,7 g/L

Un chardonnay des Côtes de Gascogne à propos duquel on ne tarit pas d'éloges depuis plusieurs millésimes. Le Domaine La Hitaire appartient à la famille Grassa, vignerons de père en fils, aussi propriétaire du Domaine Tariquet. Il est bon de constater que ce ne sont pas toujours les vins les plus chers qui sont parmi les plus appréciés. Une pépite!

3 DONA MARIA AMANTIS ALENTEJO RESERVA 2017

26,40 $ • 14504947 • 14 % • 3 g/L

Il en reste seulement quelques bouteilles dans le réseau, mais il y en aura d'autres. Voici un vin qui témoigne du potentiel extraordinaire de la région de l'Alentejo au Portugal, que l'on découvre de plus en plus chaque année, grâce à des vins hautement qualitatifs comme celui-ci.

4 DOMAINE DE LA BORIE BLANCHE MINERVOIS LA LIVINIÈRE TERROIRS D'ALTITUDE 2019

22,35 $ • 14453191 • 14 % • 2,1 g/L

Un assemblage de 70 % syrah, 20 % mourvèdre et 10 % grenache qui poussent sur un terroir de 14 hectares de vignes, plantées sur un sol de calcaire et de schistes à 350 mètres d'altitude sur l'appellation Minervois La Livinière. Influence méditerranéenne et fraîcheur du Causse, tout y est pour produire des vins spectaculaires.

5 CHÂTEAU ST-THOMAS LES ÉMIRS VALLÉE DE BEKAA 2015

18,40 $ • 927822 • 13,5 % • 3,4 g/L

Un vin à découvrir, si ce n'est déjà fait. Un classique du Liban, médaillé or en 2015, et qui a mérité à nouveau une médaille d'or pour son millésime 2016, qui sera offert prochainement. Un rouge concentré et ensoleillé aux tannins élégants, du cabernet sauvignon bien mûr, assemblé avec juste assez de syrah et de grenache.

MENTION SPÉCIALE GRAND OR

6 Vignoble de l'Orpailleur Cuvée Signature Chardonnay 2020

30 $ • 14788513 • 13,5 % • 2,7 g/L

À mettre sur votre liste et à surveiller, car c'est un vin qui ne reste pas longtemps sur les tablettes. Le millésime 2020 est présentement épuisé, mais ça vaut la peine d'attendre la cuvée 2021, un millésime qui, selon les vignerons, correspond à la meilleure année de production de vin au Québec, depuis les débuts il y a de cela une quarantaine d'années. Ce vin sera éventuellement offert à la SAQ ou directement au vignoble, pour achat sur place ou en ligne.

Pour des suggestions quotidiennes de vins, suivez-moi sur Instagram @nrartdevivre ou sur mon site **natalierichard.com**.

ALIMENTATION

VOTRE MICROBIOTE PRÉFÈRE LA VARIÉTÉ

RICHARD BOISVERT
rboisvert@lesoleil.com

On en apprend chaque jour un peu plus sur le microbiote, cette flore composée des milliards de bactéries, de virus et de champignons qui peuplent le gros intestin. Et si le rôle qu'il joue dans la santé de l'individu est de mieux en mieux compris, la recherche tend désormais à montrer que plus vous ajoutez de variété dans votre alimentation, mieux votre microbiote se porte.

C'est comme une sorte d'effet d'entraînement. Une alimentation saine et variée favorise la santé du microbiote, laquelle entraîne une meilleure assimilation des nutriments, laquelle procure à l'individu une meilleure santé.

«La plupart des gens s'accordent à dire que les microbiotes sains sont les microbiotes avec un haut degré de variété», signale Vicenzo Di Marzo, titulaire de la Chaire d'excellence en recherche du Canada sur l'axe microbiome-endocannabinoïdome en santé métabolique à l'Université Laval, dans un échange de courriels.

> **«La plupart des gens s'accordent à dire que les microbiotes sains sont les microbiotes avec un haut degré de variété»**
>
> — Dr Vicenzo Di Marzo

Or, «plus l'alimentation est variée, plus la composition du microbiote intestinal sera elle aussi variée», poursuit le Dr Di Marzo.

Une de façons d'assurer la santé du microbiote sera donc de multiplier les types d'aliments que nous consommons.

«L'une des fonctions les plus importantes du microbiote intestinal est de nous aider à traiter certains macro et micronutriments que nous ne pouvons pas traiter [autrement], comme les fibres complexes insolubles, et de produire certaines vitamines et autres signaux chimiques qui régulent plusieurs fonctions, y compris l'assimilation et la transformation des aliments que nous pouvons traiter», explique le chercheur.

En d'autres mots, un microbiote sain permet à l'organisme de mieux assimiler les aliments.

LES BONNES CATÉGORIES D'ALIMENTS

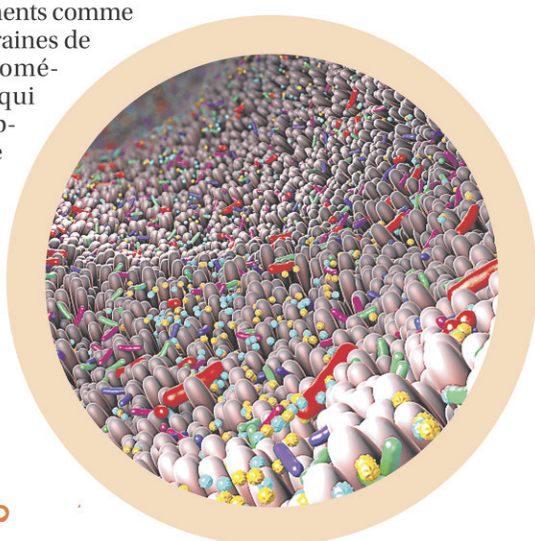
Il ne s'agit pas de manger n'importe quoi, mais de favoriser certaines catégories d'aliments. «Il y en a plusieurs, rappelle le Dr Di Marzo. Les fibres alimentaires complexes, les acides gras polyinsaturés oméga-3, les polyphénols, la capsaïcine sont seulement les exemples plus connus. Nous avons, avec d'autres, effectué des travaux sur [ces aliments] tant in vivo qu'ex vivo, et ceux-ci semblent favoriser la prévalence des espèces bénéfiques [sur le microbiote].»

On sait que les produits céréaliers complets, les fruits et les légumineuses contiennent une bonne quantité de fibres complexes. Les fruits et légumes comme les fraises, le raisin, le persil et les artichauts sont de bonnes sources de polyphénols. Les aliments comme l'huile de lin ou les graines de chia sont riches en oméga-3. Quant à ceux qui renferment de la capsaïcine, notons entre autres le piment rouge et le poivre de cayenne.

Le simple fait d'ajouter des herbes et des épices dans une recette serait apparemment bon pour le microbiote. «Cela ne dépend que de la capacité des herbes et des épices à agir sur le microbiote intestinal de manière à amplifier les espèces qui jouent un rôle bénéfique, et donc en favorisant la production des métabolites bénéfiques par le microbiote», confirme le Dr Di Marzo.

LA POINTE DE L'ICEBERG

Si un microbiote sain favorise la santé, inversement, on peut



Le microbiote est cette flore composée de milliards de bactéries, de virus et de champignons qui peuplent le gros intestin.

— IMAGE 123RF/BURGSTEDT

ILLUSTRATION 123RF/PLATERSCA

Le Dr Vicenzo Di Marzo, titulaire de la Chaire d'excellence en recherche du Canada sur l'axe microbiome-endocannabinoïdome en santé métabolique à l'Université Laval

croire qu'un «mauvais» microbiote entraîne une détérioration de l'état de santé. Le Dr Di Marzo apporte ici des nuances.

«Nous ignorons encore beaucoup de choses, mais nous savons qu'il n'existe pas un microbiome «sain», mais probablement de nombreuses communautés de microbiomes sains différents, et que la composition du microbiote intestinal est perturbée au cours de plusieurs troubles, de même que sa capacité à produire des signaux chimiques bénéfiques. Certaines espèces du microbiote peuvent alors être enrichies et commencer à produire des molécules qui peuvent contribuer à la maladie ou à ses conséquences.

«Mais s'il est difficile de définir un microbiome sain, il est également difficile de définir un mauvais microbiote. De plus, il arrive qu'un microbiote intestinal perturbé, que l'on définit comme une «dysbiose intestinale», soit la conséquence et non la cause d'une maladie, même s'il peut contribuer négativement à notre adaptation à cette maladie.»

Chose certaine, le microbiote n'a pas fini de livrer ses secrets. Selon le Dr Di Marzo, il faut toutefois s'armer de patience et ne pas nourrir des attentes irréalistes quant au résultat des recherches actuelles. «Jusqu'à présent, seule la pointe de l'iceberg a été découverte concernant les modalités à travers lesquelles le microbiote communique avec, et régule, nos fonctions physiologiques. Oui, il faudra beaucoup de patience et encore beaucoup d'études et d'esprit critique, car il ne faut pas tomber dans la tentation de croire que le microbiote intestinal peut tout expliquer.»

QUAND LE «DEUXIÈME CERVEAU» VA, TOUT VA

Pour la diététiste et nutritionniste Andréanne Martin, le microbiote intestinal est la pierre angulaire de la santé globale. Le garder en bonne santé permettrait non seulement de se sentir mieux, mais également de prévenir nombre de maladies chroniques. On pense aux maladies cardio-vasculaires, au diabète de type 2, à l'obésité, au cancer, à l'asthme ou aux problèmes pulmonaires chroniques.

Toutes ces maladies sont associées, dans plusieurs études, à une dysbiose intestinale, une perturbation au sein du microbiote. Est-ce la maladie qui entraîne cet état ou la perturbation en elle-même qui favorise le développement des problèmes chroniques? La science n'est pas encore rendue assez loin pour le déterminer avec certitude.

«On parle aussi de plus en plus de dépression, d'anxiété, note aussi Andréanne Martin. On sait que le microbiote a un rôle à jouer dans tout ça. Évidemment, il s'agit d'un des morceaux du casse-tête, mais un morceau que l'on néglige beaucoup trop.»

«Quand le microbiote intestinal se porte bien, habituellement ça a un impact positif sur tous les systèmes du corps humain, autant sur les volets humeur, concentration, énergie, que sur la diminution de l'inflammation, continue la nutritionniste. On se sent mieux au niveau des articulations, on a une meilleure mobilité, de meilleures performances sportives; on va se sentir mieux également au niveau digestif, [on éprouve] moins de ballonnement, moins de constipation, moins de diarrhée.»

On entend souvent parler du microbiote intestinal comme du «deuxième cerveau». C'est qu'il est directement impliqué dans la formation des neurotransmetteurs, explique Mme Martin. «Tous les messages qui sont synthétisés dans notre cerveau, le message du bien-être, les messages qui nous permettent de bien gérer le stress, de mémoriser les choses, de travailler au quotidien, d'être concentré, tout ça se fait grâce à des messagers chimiques appelés neurotransmetteurs. Pour les fabriquer, on a besoin d'un groupe de vitamines qu'on appelle le complexe B. Et pour activer ou pour synthétiser ces vitamines, on a besoin de nos bactéries intestinales.»

On comprend du coup l'importance que revêt le maintien d'un microbiote intestinal sain. Pour Andréanne Martin, la clé du succès réside dans la variété de l'alimentation. Le principe est simple : «Plus on mange varié, plus on diversifie l'expertise à l'intérieur de son microbiote intestinal».

UN PAS À LA FOIS

Et comment mettre de la variété dans son alimentation? D'abord, en faisant un peu d'introspection. «Souvent, on réalise que notre liste d'épicerie est la même de semaine en semaine, parce qu'on reste dans ce qu'on connaît. Je dis que les petits pas mènent vers les plus hauts sommets. Je propose aux gens d'essayer une à deux nouvelles recettes par semaine. On garde celles qu'on aime, on met les autres de côté. De cette façon, on enrichit peu à peu son catalogue de recettes.»

«Travailler» les produits céréaliers est par exemple une bonne façon de varier son alimentation. Au lieu des pâtes de blé, pourquoi ne pas choisir des pâtes de sarrasin, de soya, de légumineuses, etc. À la place du riz, opter à l'occasion pour du quinoa ou du millet. Au lieu d'un pain de blé entier, choisir un pain multicéréales. Variété assurée.

Ajouter de la couleur est un autre moyen de faire plaisir à son microbiote. «La couleur, c'est le pigment, et le pigment, c'est l'antioxydant, c'est ce dont raffolent vos bactéries intestinales. On peut substituer, et on peut ajouter. Quand on ajoute du basilic dans notre pizza, ou des herbes dans notre soupe aux légumes, c'est super simple, mais ça nous permet d'aller chercher cette variété-là.»

Chaque petit ajout contribue à faire la différence. «Chaque changement que vous faites est une réelle victoire, insiste Mme Martin. Il faut la savourer et être en mesure d'en apprécier l'impact, parce que c'est la somme de toutes ces petites victoires qui va nous mener vers la grande victoire qui est la santé globale.» **RICHARD BOISVERT**

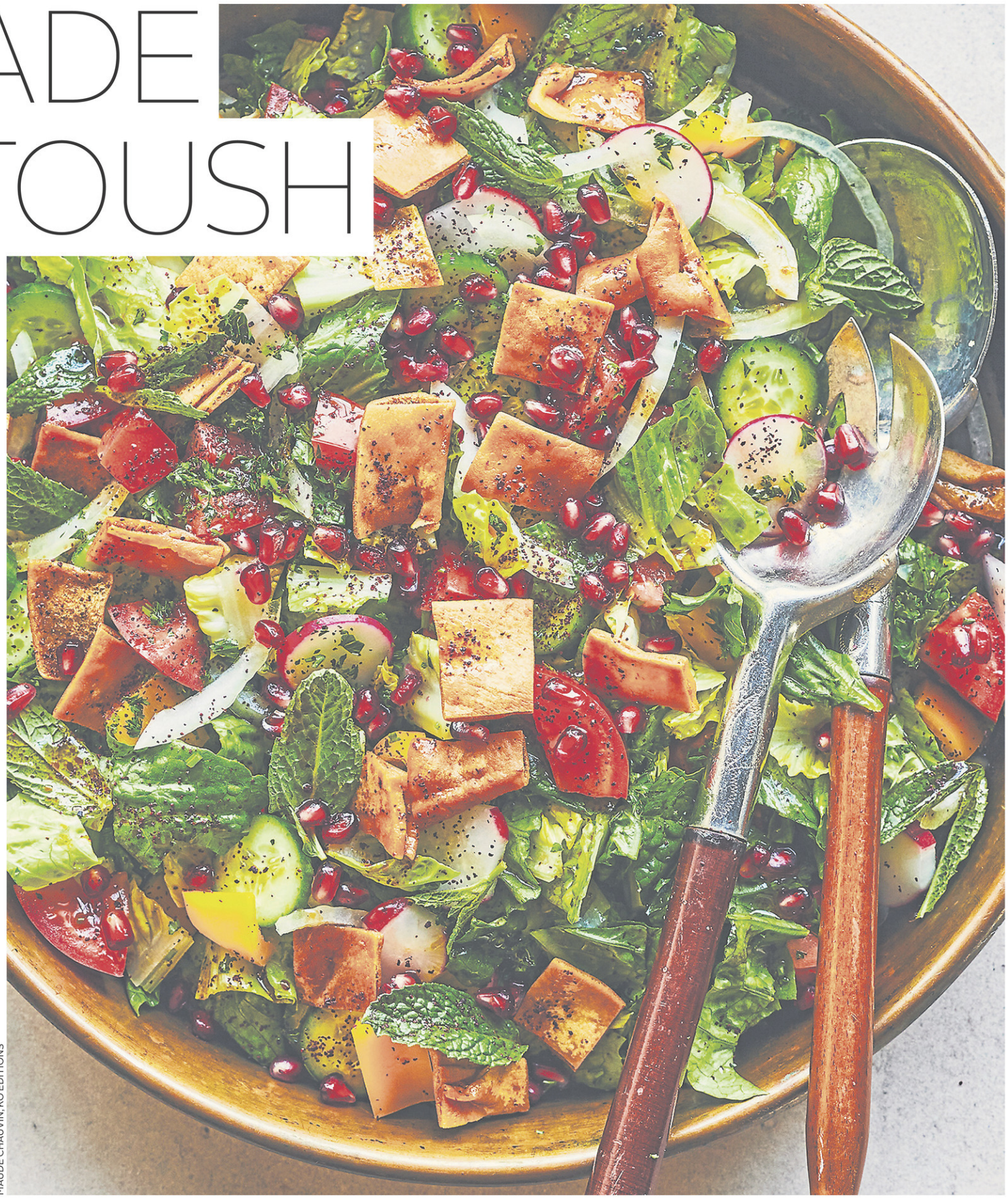
Info : **facebook.com/andreannemartinnutritionniste**

La diététiste et nutritionniste Andréanne Martin est notamment l'autrice du livre *Pandémies et maladies : se défendre en nourrissant son microbiote*, paru en 2020.

RECETTES

SALADE FATTOUSH

LES FILLES FATTOUSH
Adelle Tarzibachi
KO ÉDITIONS



MAUDE CHAUVIN, KO ÉDITIONS

Le mot fattoush proviendrait du terme arabe «fatafit», qui fait référence aux restants de pain pita rassis auxquels on donne une délicieuse deuxième vie en les faisant frire. Peu importe l'origine de son nom, une chose est certaine : cette salade d'une fraîcheur inouïe, légèrement acidulée, fait l'unanimité tant auprès des adultes que des enfants.

› **De 4 à 6 portions**

INGRÉDIENTS

- 1 laitue ou 1 cœur de laitue romaine, émincée
- 1 concombre libanais, émincé
- 1 grosse tomate, coupée en tranches
- 1 petit oignon, coupé en lanières
- 1 poivron jaune, coupé en cubes
- 2 radis, émincés
- Feuilles de persil frisé, hachées
- Feuilles de menthe fraîche, ciselées
- Grains de grenade

Pitas frits
- Huile végétale
- 1 petit pain pita frais, coupé en morceaux

Vinaigrette
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de jus de citron
- 1 c. à soupe de vinaigre
- 1 c. à thé de mélasse de grenade
- ¼ c. à soupe de sel
- ¼ c. à soupe de sumac

PRÉPARATION

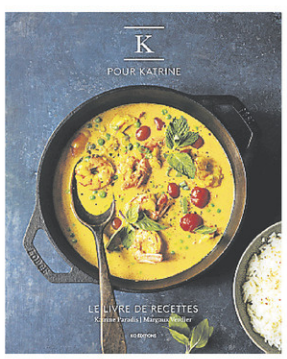
1 Préparer la vinaigrette. Dans un petit bol, mélanger tous les ingrédients à l'aide d'une fourchette. Réserver.

2 Préparer les pitas frits. Dans une poêle à feu moyen-élevé, faire chauffer l'huile végétale. Lorsqu'elle est bien chaude, ajouter les morceaux de pain pita et faire frire jusqu'à ce qu'ils soient croustillants. Réserver.

3 Dans un saladier, mettre tous les ingrédients de la fattoush et les morceaux de pitas frits. Verser la vinaigrette et mélanger avec les mains. Garnir de grains de grenade.

SOUPE RAMEN AUX BOULETTES ÉPICÉES

K POUR KATRINE
Katrine Paradis, Margaux Verdier
KO ÉDITIONS



Sans gluten

4 portions

INGRÉDIENTS

Boulettes épicées
- 450 g (1 lb) de porc haché (ou de poulet ou de dinde)
- ½ tasse (125 ml) de chapelure de céréales de type Rice Krispies sans gluten, obtenue au mélangeur
- 1 c. à soupe (15 ml) de gingembre frais râpé finement
- 1 petite gousse d'ail, hachée
- 2 c. à soupe (30 ml) de pâte de tomates
- 1 c. à thé (5 ml) de sauce piquante harissa
- ½ c. à thé (2,5 ml) de cannelle moulue
- 1 œuf
- ½ tasse (125 ml) de basilic frais haché
- ½ c. à thé (2,5 ml) de sel
- Huile d'olive, pour badigeonner les boulettes

Soupe
- 2 c. à soupe (30 ml) d'huile d'olive
- 1 oignon rouge, haché finement
- 1 c. à soupe (15 ml) de gingembre frais râpé finement
- 1 gousse d'ail, hachée finement
- 1 c. à thé (5 ml) de sauce piquante harissa
- 2 c. à soupe (30 ml) de pâte de tomates
- 2 anis étoilés
- 1 bâton de cannelle
- 5 tasses (1,25 L) de bouillon de poulet
- 2 ½ tasses (625 ml) d'eau
- ½ c. à thé (2,5 ml) de sel
- 1 c. à soupe (15 ml) de miso sans gluten
- 225 g de nouilles ramen sans gluten
- ½ tasse (125 ml) de basilic thai ou ordinaire frais, pour garnir

PRÉPARATION

Boulettes épicées
1 Préchauffer le four à 425 °F et placer la grille au centre. Tapisser une plaque à biscuits de papier parchemin.
2 Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients des boulettes. Former des boulettes de la grosseur d'une balle de golf et les déposer sur la plaque à biscuits. À l'aide d'un pinceau, huiler le dessus des boulettes. Cuire au four 20 minutes. Réserver.

Soupe
1 Dans un grand faitout, chauffer l'huile à feu moyen et faire revenir l'oignon 5 minutes, en brassant souvent. Ajouter le gingembre, l'ail, la sauce piquante, la pâte de tomates, l'anis étoilé et le bâton de cannelle, et cuire 2 minutes, en brassant souvent. Ajouter le bouillon, l'eau et le sel, et porter à ébullition. Laisser mijoter à feu doux 15 minutes.
2 Ajouter le miso et bien mélanger. Déposer les boulettes cuites dans le bouillon et poursuivre la cuisson encore 5 minutes.
3 Dans une grande casserole d'eau bouillante salée, cuire les nouilles ramen selon le temps indiqué sur l'emballage. Égoutter les nouilles et les répartir dans des bols. Verser le bouillon et garnir des boulettes et du basilic.

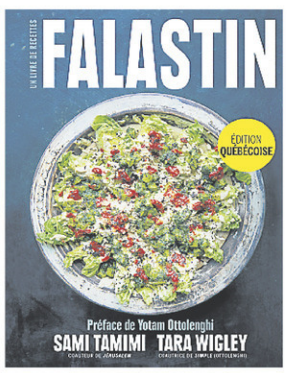
ARIEL TARR, KO ÉDITIONS

Notes
Tant qu'à rouler des boulettes, aussi bien doubler la quantité et en congeler une fois qu'elles sont cuites. Vous en aurez en réserve pour la prochaine fois.
Le bouillon et les boulettes se congèlent sans les nouilles.

TORTE AU CHOCOLAT ET AU CAFÉ SANS FARINE

JENNY ZARINS, KO ÉDITIONS

FALASTIN
Sami Timimi, Tara Wigley
KO ÉDITIONS



10 à 12 portions

INGRÉDIENTS

- 220 g (environ 1 tasse) de beurre non salé, à la température ambiante, coupé en dès de 1 cm (½ po), et un peu plus pour beurrer le moule
- 250 g (9 oz) de chocolat noir brisé grossièrement en morceaux de 1 cm (½ po)
- 30 ml (2 c. à soupe) de poudre de café espresso instantané, plus 2,5 ml (½ c. à thé) pour garnir
- 0,5 ml (⅛ c. à thé) de filaments de safran, broyés grossièrement au mortier (facultatif)
- 10 gousses de cardamome, écrasées et décortiquées (jeter les gousses), les graines finement moulues au mortier (ou 4 ml/¾ c. à thé de cardamome moulue)
- 270 g (environ 1 ¼ tasse) de sucre granulé fin
- 15 ml (1 c. à soupe) d'eau de rose
- 5 œufs
- 1 ml (¼ c. à thé) de sel de Maldon
- 10 ml (2 c. à thé) de poudre de cacao, pour garnir
- Crème glacée à la vanille, crème fraîche ou yogourt nature, pour servir

PRÉPARATION

1 Préchauffer le four à convection à 170 °C (340 °F) ou le four standard à 190 °C (375 °F). Beurrer un moule à charnière de 23 cm (9 po) et en tapisser le fond et la paroi de papier parchemin. Réserver.
2 Mettre le beurre et les deux chocolats dans un bol résistant à la chaleur. Dans une petite casserole, sur feu moyen-élevé, chauffer la poudre de café, le safran, si désiré, la cardamome, le sucre, l'eau de rose et 30 ml (2 c. à soupe) d'eau. Amener à ébullition en remuant sans arrêt — cela devrait prendre environ 5 minutes —, puis verser la préparation sur le beurre et le chocolat dans le bol. Bien mélanger le tout jusqu'à ce que le chocolat ait fondu et que la préparation soit épaisse, mais coulante.
3 Séparer les blancs et les jaunes de 3 des œufs, en réservant les blancs dans un autre bol. Ajouter les jaunes d'œufs puis les 2 œufs qui restent, un à la fois, à la préparation de chocolat, en remuant après chaque addition pour les incorporer.
4 Mettre les blancs d'œufs réservés et le sel dans le bol d'un batteur sur socle muni d'un fouet à fils. Battre à vitesse moyenne environ 2 minutes ou jusqu'à l'obtention de pics mi-fermes. Incorporer les blancs d'œufs battus à la préparation au chocolat, en deux fois, en pliant délicatement jusqu'à ce que la pâte soit tout juste homogène et en prenant soin de ne pas trop mélanger.
5 Verser la pâte dans le moule réservé. Cuire au four 50 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dents inséré au centre de la torte en ressorte propre. Laisser refroidir la torte environ 1 heure, puis la réfrigérer au moins 2 heures, ou jusqu'au lendemain de préférence. Retirer la torte du réfrigérateur au moins 30 minutes avant de servir pour la laisser revenir à la température ambiante. Démouler la torte et la déposer sur une assiette de service.
6 Dans un petit bol, mélanger le cacao et le reste de la poudre d'espresso. À l'aide d'un petit tamis fin, saupoudrer généreusement et uniformément la torte de ce mélange pour bien la couvrir. Servir la torte en garnissant chaque portion d'une cuillerée de crème glacée, de crème fraîche ou de yogourt.

LES AS DE L'INFO

Ces pages des AS de l'info t'expliquent l'actualité de la semaine afin que tu sois au courant de ce qui se passe autour de toi et sur ta planète bien-aimée!

Être bien informé.e te permettra de participer aux conversations au sujet des nouvelles, de t'engager comme jeune citoyen.ne et surtout... d'en apprendre aux adultes autour de toi! Et puis, quand on comprend, on vit souvent moins d'anxiété et on peut participer à la solution! Tu vois, il n'y a que de bonnes raisons pour lire ces pages!

Une tarte à la citrouille avec une touche d'érable! Pour éviter de jeter à la poubelle un aliment parfaitement comestible.

Nature

Une recette pour ne pas gaspiller l'intérieur de tes citrouilles!

123RF/JENIFOTO

Halloween approche à grands pas. Tu veux décorer des citrouilles ce week-end, mais tu ne sais jamais quoi faire de l'intérieur? Et bien pour l'occasion, je te présente une recette typique pour cette fête : une tarte à la citrouille avec une touche d'érable! Pour éviter de jeter à la poubelle un aliment parfaitement comestible.

POURQUOI DES CITROUILLES À HALLOWEEN?

La citrouille est un fruit de la famille des courges, originaire du Mexique. Elle est très connue pour sa forme bien ronde et sa couleur orange vif. Elle est depuis presque une centaine d'années l'emblème de la fête d'Halloween. La légende remonte à l'arrivée des Irlandais en Amérique, qui creusaient dans les citrouilles pour y mettre des lanternes afin de repousser les mauvais esprits.

UNE TARTE POUR NE PAS PERDRE LA CHAIR

Pendant la période d'Halloween, la vente de citrouilles bat des records, avec environ 80 000 tonnes vendues au Canada! Afin de décorer les maisons, il arrive souvent qu'on jette la purée contenue à l'intérieur de la citrouille. Mais savais-tu que la citrouille est un fruit plein de bienfaits pour l'organisme? Riche en nutriments et bonne pour le cœur, les yeux et même pour prévenir le cancer, manger de la citrouille est excellent pour ta santé!

Et c'est donc dans un but anti-gaspillage que je te propose aujourd'hui une recette simple à faire et qui te permettra de ne pas gâcher la chair après avoir décoré ta citrouille. Alors à tes fourneaux! **ALEXANE BOIS, JOURNALISTE STAGIAIRE**

Tarte à la citrouille et au sirop d'érable

INGRÉDIENTS

Pour la pâte sablée :
- 250 g de farine
- 125 g de sucre en poudre
- 100 g de beurre non salé
- Zeste de 1 citron
- 1 pincée de sel
- 1 œuf

Pour la garniture :
- 2 œufs
- 50 g de farine
- 430 ml de purée (chair) de citrouille
- 250 ml de sirop d'érable
- 125 ml de crème fouettée (35 %)

PRÉPARATION

1re étape : la pâte sablée

1 Dans un bol, verser l'œuf, le sucre et la pincée de sel. Mélanger à l'aide d'un fouet ou d'une fourchette.

2 Faire fondre le beurre au micro-ondes (environ 30 secondes).

3 Étaler la farine sur le plan de travail, faire un puits au milieu et verser la préparation précédente. Ajouter le beurre fondu.

4 Malaxer jusqu'à obtenir une pâte.

5 Former une boule avec la pâte. Munis-toi d'un rouleau à pâtisserie et étale la pâte.

6 Enfin, disposer la pâte dans un moule à tarte et piquer avec une fourchette pour que la pâte ne gonfle pas

2e étape : la garniture

7 Dans un bol, verser les œufs, la farine et le sirop d'érable. Mélanger jusqu'à ce que le mélange soit homogène.

8 Ajouter la purée de citrouille et la crème fouettée. Mélanger à nouveau.

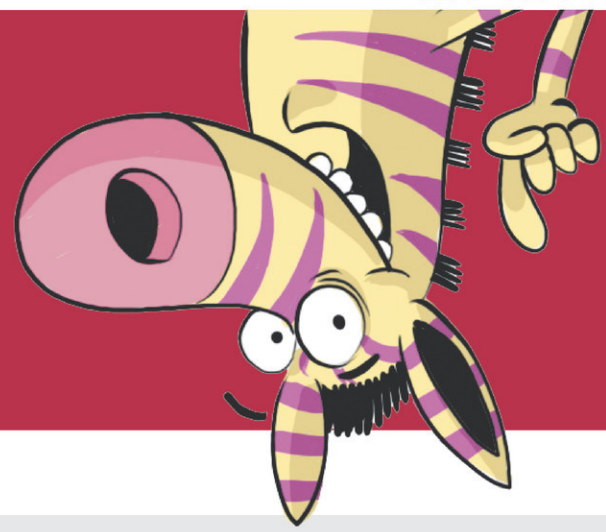
9 Verser le mélange sur la pâte et mettre au four 35 minutes à 375°F.

10 Laisser refroidir un peu.

Pour les gourmands, vous pouvez ajouter de la crème fouettée ou du sirop d'érable par-dessus.

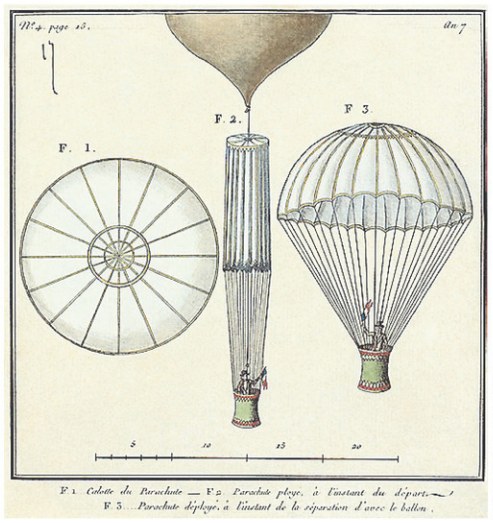
Si tu veux en savoir plus, commenter les articles, participer à nos concours et sondages, tu peux te rendre sur le site de ton média d'information

lesasdelinfo.com



Éphéméride

22 OCTOBRE 1797



F. 1. Calotte du Parachute — F. 2. Parachute ployé, à l'instant du départ —
F. 3. Parachute déployé, à l'instant de la séparation d'avec le ballon.

WIKIMEDIA COMMONS

Premier saut en parachute

Le 22 octobre 1797, le Français André-Jacques Garnerin est devenu le premier homme à avoir sauté en parachute. Il a sauté d'une hauteur de plus de 800 mètres d'altitude, au parc Monceau, à Paris. Huit cents mètres, c'est presque trois fois la hauteur de la tour Eiffel! Lors de son saut, André-Jacques Garnerin avait un parachute attaché à un ballon à hydrogène. Le ballon lui permettait de monter dans les airs, et lorsque le ballon éclatait, le parachute permettait à André-Jacques Garnerin de descendre doucement. Cet inventeur a survécu à son saut, mais s'est fait très mal à la cheville lors de l'atterrissage.

Vers 1802, Jeanne-Geneviève, la femme de André-Jacques Garnerin, dépose le brevet du parachute, au nom de son mari. Par la suite, l'armée a repris cette invention et a commencé à utiliser le parachute comme un moyen de sauver le personnel à bord d'un avion. Le parachute a continué de se développer, et est aujourd'hui beaucoup plus sécuritaire qu'au début de sa création.

sports

La Coupe Québec de karaté déclarée... illégale!?

Les organisateurs se sont rendu compte qu'ils désobéiraient à la loi s'ils allaient de l'avant avec la compétition. Ils ont donc décidé de l'annuler.

Cette fin de semaine, la Coupe Québec de karaté, un tournoi préparatoire aux Jeux du Canada, devait avoir lieu à Montréal. Cependant, peu avant la tenue de l'événement, les organisateurs se sont rendu compte qu'ils désobéiraient à la loi s'ils allaient de l'avant avec la compétition. Ils ont donc décidé de l'annuler.

123RF/DIDESIGNO21

Mais comment tout cela est-il arrivé? On t'explique.

LA FAUTE AUX JEUX OLYMPIQUES?

Toute cette histoire remonte à un article bien précis du Code criminel du Canada. Le Code criminel est l'ensemble des lois qui définissent ce qu'il est illégal de faire au pays.

Dans cet article, il est écrit qu'au Canada, il est interdit d'organiser des combats, sauf si le sport en question est une discipline olympique. Cette loi existe pour empêcher les gens de se battre de façon dangereuse. Or, le karaté était bel et bien reconnu comme une discipline olympique... jusqu'à tout récemment. En effet, des compétitions de karaté ont eu lieu aux Jeux de Tokyo 2020, mais le Comité international olympique a décidé qu'il n'y en aurait pas aux prochains Jeux, en 2024, à Paris.

Le karaté n'étant maintenant plus un sport olympique, les compétitions au Canada sont donc malheureusement devenues illégales... incluant la Coupe Québec. Évidemment, la police ne s'en serait probablement pas mêlée si l'événement avait eu lieu, mais les organisateurs ont préféré ne pas prendre de chance et le reporter.

UNE GRANDE DÉCEPTION POUR LES FANS

Même s'il est toujours légal de pratiquer le karaté pour le plaisir, la situation n'a pas manqué de semer la colère chez les fans. Ça faisait longtemps qu'ils attendaient le retour des compétitions, notamment à cause de la pandémie qui avait mis un frein aux activités. La discipline en général a souffert pendant les deux dernières années : presque la moitié de ceux qui pratiquent le karaté ont arrêté d'en faire, et près d'un dojo sur trois a dû fermer ses portes.

En réponse à cela, des manifestations sportives seront organisées cet automne au Québec pour convaincre le gouvernement de faire changer les choses.

BIENTÔT UNE SOLUTION?

Malgré son mécontentement, le président de Karaté Québec, Stéphane Rivest, dit avoir bon espoir que la situation se rétablisse rapidement. En effet, d'autres provinces canadiennes comme la Colombie-Britannique, l'Île-du-Prince-Édouard et l'Ontario ont déjà réglé le problème en émettant un décret.

Le seul hic, en ce moment, c'est qu'à la suite des élections du 3 octobre, le gouvernement québécois n'est pas encore en poste. Aucun dossier n'est donc en train d'être traité. Cependant, François Legault, le premier ministre du Québec, a dévoilé la composition de son conseil des ministres le jeudi 20 octobre. Peut-être que la personne nommée responsable des sports s'attaquera rapidement au dossier! **LAURENT CÔTÉ**

VOYEZ LES OFFRES D'EMPLOIS DE NOS ANNONCEURS

ZONECARRIÈRE.CA

UN SITE D'OFFRES D'EMPLOIS DÉDIÉ AUX RÉGIONS
DU QUÉBEC ET PROPULSÉ PAR L'ENSEMBLE DES
COOPS DE L'INFORMATION

0106925