

JOURNAL 50^e ANNIVERSAIRE Ski-se-Dit

Réunir, informer, représenter le cœur laurentien

JUIN 2023 | Vol. 50, n° 6 | 28 pages



UN DOCUMENTAIRE D'AVENTURE PRODUIT PAR FÉLIX BURKE, champion de vélo de montagne, et réalisé par Nicolas Bellavance, p. 7



JEUX POUR RIRE • ACTUALITÉ D'ICI • VIE COMMUNAUTAIRE • IMMOBILIER POUR TOUS • ARTS VIVANTS
CULTURE QUI BOUGE • SPORT EN PLEIN AIR • CUISINE MULTI-PAPILLES • AGENDA PLANÈTE
SAVOIR • PLAISIRS ACTUELS • PLUMES LÉGÈRES...




bonjour
Agence immobilière
Etienne
SAVARD inc.
Société par actions d'un courtier immobilier

Le seul courtier
RE/MAX
avec bureau situé
à Val-David
2515, rue de l'Église
VAL-DAVID



**JE M'OCCUPE DE TOUT
POUR VENDRE OU ACHETER**

CONTACTEZ-MOI
ESTIMATION GRATUITE

819 322-3666

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

SUIVEZ NOS **CHRONIQUES EXCLUSIVES** DANS NOS PAGES ET SUR **SKI-SE-DIT.INFO!**

LES JEUX

Votre moment de détente proposé par



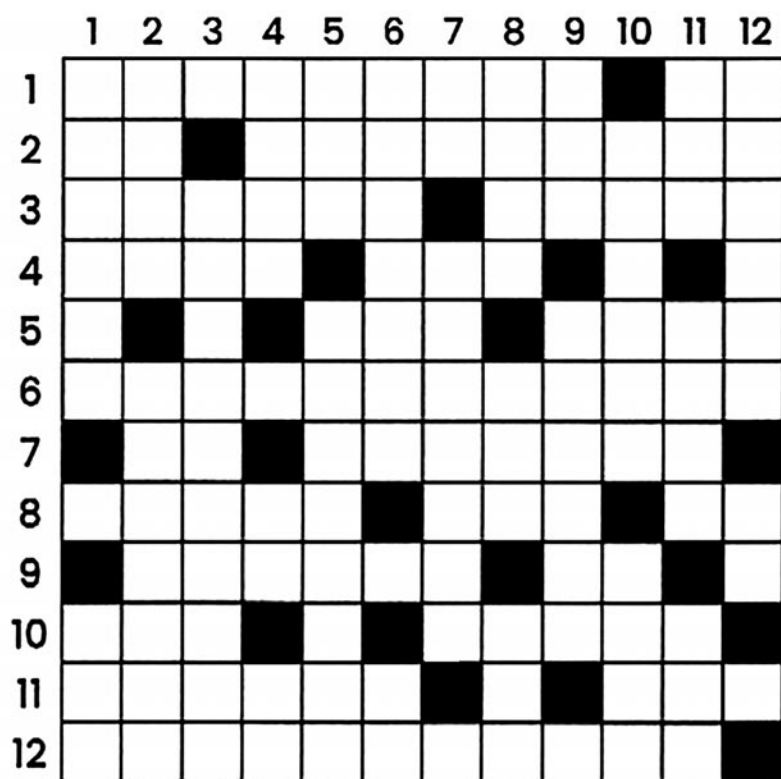
HONDA
de
STE-AGATHE

2020, route 117, VAL-DAVID

819 320-0068 | 1 877 326-1717 | hondasteagathe.com

MOTS CROISÉS

TROUVAILLES

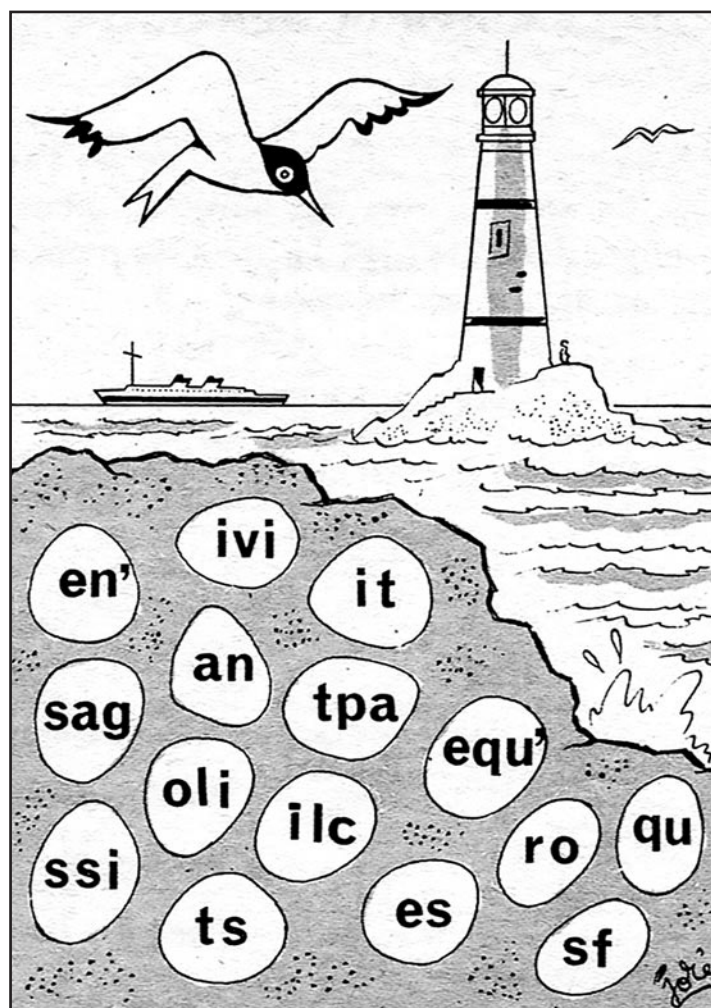


HORIZONTALEMENT

1. Abeilles — Hafnium.
2. Rutherford — Apprécier.
3. Basset allemand, à pattes très courtes — Valait environ 4 km.
4. Excitation — Affaiblir.
5. Parti politique — Aspirant.
6. Vision.
7. Maintenant — Navrer.
8. Taudis — Dieu du Tonnerre — Centigramme.
9. Affluer — Rivière de l'Inde.
10. Vaccin contre la typhoïde — Port d'Allemagne.
11. Gai — Sigle d'une ancienne formation politique québécoise.
12. Sommaire.

VERTICALEMENT

1. Homme politique nicaraguayen — Infusion.
2. Université de Montréal — Balai.
3. Analogie.
4. Eau-de-vie parfumée à l'anis — Nanoseconde — Américium.
5. Initiales d'une province maritime — Qui aime voyager à pied.
6. Plumé — Préposition.
7. Route rurale — Bâton.
8. Dieu des Vents — Une des Cyclades — ...-culpa.
9. Dynastie chinoise — Fut reine de Belgique.
10. Partie du corps où s'accumule l'urine — Philosophe et historien français mort en 1954.
11. Interjection qui marque le doute — Cochonnet — Amie.
12. Alevin — Jeu d'origine chinoise.



Assemblez les fragments de mots que la mouette a piqués dans les pages du journal pour former une phrase intelligible et pleine de sagesse. Attention : le découpage de la phrase ne tient pas compte des intervalles existant normalement entre les mots. Peuvent donc être réunis sur un même fragment la dernière lettre d'un mot et la première du mot suivant.

SOLUTIONS



Qui vit sans folie n'est pas si sage qu'il croit.

TROUVAILLES

Chaque saison
est sa saison.



LE TOUT-NOUVEAU
CR-V
SPORT 2023

LOCATION À PARTIR DE
5,69%
POUR 24 MOIS
SUR LE CR-V 2023

Nouveaux arrivages hebdomadaires

Voyagez
en grand.



CIVIC
TOURING 2023

LOCATION À PARTIR DE
4,19%
POUR 24 MOIS
APPLICABLE SUR LES MODÈLES
CIVIC BERLINES 2023 NEUFS
à l'exception de la version Si



Le temps
est bon...



HR-V
EX-L NAVI 2024

LOCATION À PARTIR DE
7,59%
POUR 24 MOIS
SUR LE HR-V 2024

Pour une
TRANSACTION CLAIRE
et **SANS PRESSION**



HONDA
de
STE-AGATHE

UNE ENTREPRISE
FAMILIALE
RECOMMANDÉE PAR



**FORMULE
GAGNANTE**
Honda

2020, Route 117, Val-David | 819.320.0068 | 1.877.326.1717 | www.hondasteagathe.com

Photos à titre indicatif. Voyez votre concessionnaire Honda pour plus de détails.

Communiquez avec votre concessionnaire Honda
dès aujourd'hui pour réserver un essai routier

JOINDRE CHAQUE MOIS NOS 15 000 LECTEURS POUR 1 CENT PAR LECTEUR, C'EST PAYANT. C'EST AUSSI UNE FAÇON DE FAIRE SAVOIR À LA COMMUNAUTÉ DE LA RÉGION QUE VOUS ÊTES LÀ POUR TOUT UN CHACUN.



Je m'occupe de vous !

TOP 10
sur 212 courtiers
chez RE/MAX Bonjour
au cumul individuel 2022

TOP 100
sur 3946 courtiers
au cumul individuel 2021

CAROLE RINGUETTE INC. B.A LLB
Société par actions d'un courtier immobilier







☎ 819 507-0297 ☎ 450 229-6666
✉ cringuettecourtier@gmail.com



bonjour
Agence immobilière

Agence immobilière RE/MAX bonjour inc,
franchisé indépendant et autonome
de RE/MAX Québec inc.
795, boul. Ste-Adèle, Sainte-Adèle,
Québec, J8B 2N1

Si votre propriété est déjà inscrite auprès d'un autre courtier, veuillez ignorer cette annonce.

**4 SUCCURSALES
POUR MIEUX VOUS SERVIR!**

Sainte-Agathe-des-Monts
500 Route 329 N | 819-326-2299

Val-David
2650 1er Rang Doncaster | 819-322-3833

Saint-Adolphe-D'Howard
1643 Ch. du Village | 819-714-0065

Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
310 Ch. de Sainte-Marguerite | 450-228-2526

**SERVICE AUX ENTREPRENEURS
PROGRAMME DE FIDÉLITÉ**






SOYEZ PRÊTS POUR L'ÉTÉ
SEULEMENT CHEZ NOUS!

KAYAK | PLANCHE À PAGAIE | TAPIS YOGA FLOTTANT
MOBILIER DE JARDIN DE QUALITÉ SUPÉRIEURE
ET PLUS ENCORE !

ORTHÈSES
PLANTAIRES

Vous trouverez tout chez le spécialiste.
laboratoirebelanger.ca
1-800 481-7434



1052, RUE VALIQUETTE,
SAINTÉ-ADELE (QUÉBEC) J8B 2M3
(450) 229-7433

soins des pieds

lyne pinard
service à domicile



**SOULAGEMENT
ET PRÉVENTION**

Soins comprenant :

- Hygiène, bain des pieds
- Coupe et amincissement des ongles
- Traitement des cors, callosités, mycoses, ongles incarnés, etc.
- Massage des pieds après le soin
- Soins adaptés pour les diabétiques

Utilisation de produits naturels seulement
Association des Naturothérapeutes du Québec - Reçus pour assurances

819 322-5388
soinslp@gmail.com

COIFFURE



Service personnalisé
pour Elle et Lui

Certificat-cadeau

2507, de l'Église, Val-David (Face au Métro)
819 322-5858

Heures d'ouverture
Mardi à jeudi 9h à 18h | Vendredi 9h à 20h | Samedi 9h à 16h

L'ANZA®



AG|hair



BIOLAGE



Le coup DU HAMAC

Michel-Pierre Sarrazin

Éditeur

On peut dire sans se tromper que le stress est néfaste pour la santé. Et qui dit stress dit passer la journée avec la tête dans une bétonnière. Pas confortable.

Je préfère, au choix, prendre le risque du hamac. Le hamac est l'instrument clé d'un état d'esprit transitoire vers le bien-être. Ça tangué, mais délicieusement.

Toutefois, il convient de respecter certaines priorités : *pas* de téléphone cellulaire (les hamacs y sont allergiques); *pas* de musique du célèbre Tony Truand; *pas* d'effets de silencieux Pop & Bang dans les parages; *pas* de trompettes de la sonnerie aux morts de la US Navy sur écran digital. Impératif : être au minimum à 100 m de Netflix, Crave et autres mitraillades, du Parlement et de ses empoignades, de Patrice Roy et de ses nouvelles des quatre coins du Malheur.

Loin, finalement, de la fatigue informationnelle. On réalise actuellement que peu d'études se sont penchées sur la fatigue informationnelle, mais le *Digital News Report*, une enquête internationale menée annuellement par le Reuters Institute, permet d'observer une tendance à la hausse du phénomène au pays. En 2022, 71 % des Canadiens disaient avoir occasionnellement « évité » les nouvelles; ils étaient 58 % en 2019. Les nouvelles à répétition, ça fatigue.

Les grands médias ont d'ailleurs pris conscience de cette croissance de « l'infobésité », qui les pousse à [essayer de] faire de l'information différemment.



« On fait davantage de séries en profondeur, de portraits de modèles inspirants », donne en exemple la directrice générale de l'information de Radio-Canada, Luce Julien.

Mais à tout prendre, les infos, qu'osse ça donne? Sans une interface avec le hamac, ça donne le mal de l'air du temps : lassitude, manque d'énergie, tristesse, sommeil agité. Entrecoupé du hamac, le flux informatif passe au mode tempéré. Les pulsations cardiaques, la tension artérielle et l'envie d'étrangler quelqu'un baissent d'un cran lorsqu'on prend le temps d'écouter les oiseaux se chamailler et le vent jouer avec les feuilles, en position plus ou moins horizontale, par une belle journée de juin. Ça n'empêche pas la guerre en Ukraine, mais ça aide à supporter le malheur universel grâce à quelques

injections spontanées de petits bonheurs naturels. Contrairement aux soins médicaux au Québec, ça se fait en privé et c'est gratuit.

Sinon, comme le souligne Marc-Simon Drouin, professeur au Département de psychologie de l'UQAM : « Avec l'info en continu [et] la multiplication des plateformes, on a largement dépassé notre capacité d'assimiler toutes ces infos. Ça crée des niveaux de tension et d'anxiété élevés, un sentiment d'impuissance, de perte de contrôle. »

À telle enseigne que les médias s'en inquiètent : au 98,5 FM, on cherche quotidiennement un équilibre en diversifiant les sujets et les intervenants, pour apporter plus de « légèreté » aux émissions, souligne Julie-Christine Gagnon, directrice des programmes.

À *La Presse*, on propose davantage de sujets « inspirants, divertissants, positifs », indique l'éditeur adjoint, François Cardinal. Au *Devoir* aussi, on mise sur des contenus plus « ludiques » et des « histoires inspirantes ».

En somme, on cherche à mettre l'accent sur la bonne nouvelle, comme on le fait au journal *Ski-se-Dit* depuis cinquante ans cette année [sic]. On cherche et on trouve, hors de l'internet et des réseaux sociaux, des occasions de prendre la vie du bon côté, même quand le malheur frappe ou que le toit coule (ça arrive à tout le monde).

C'est entendu, tout le monde a droit d'entretenir son stress post-téléjournal. Mais partir en vacances dans sa tête (qui n'est après tout qu'une partie du corps) en laissant de côté un peu du bruit ambiant, c'est faire mentir William Shakespeare, qui faisait déjà dire, en 1606, au roi d'Écosse Macbeth : *La vie n'est qu'une ombre qui passe, un pauvre acteur qui se pavane et s'agite durant son heure sur la scène et qu'ensuite on n'entend plus. C'est une histoire dite par un idiot, pleine de bruit et de fureur, et qui ne signifie rien.*

Quand on commence à penser comme ça, il est temps de passer au hamac.

D'opter pour le doux balancement dans la brise, un sourire innocent sur les lèvres. Sans internet ni cellulaire, bien entendu, ni nécessité de faire des exploits sportifs ou esthétiques pour sortir de l'image critique qu'on peut avoir de soi-même. Juste exister. Le seul vrai privilège.

(Arrangements littéralement libres sur un thème discuté dans *La Presse* du 19 mai 2023.)



Des véhicules arrivent chaque jour.
Commandez le vôtre aujourd'hui!

TUCSON 2023
Louez^{RS} le Preferred 2,5 L à trac. int. pour :

110 \$ | **pour 48**
par semaine | mois (208 semaines)
avec acompte de 2 295 \$*

35 788 \$ Prix au comptant*

Caractéristiques clés :

- Alerte de sortie sécuritaire
- Assistance à l'évitement de collision dans les angles morts
- Capacité de remorquage jusqu'à 3 500 lb



HYUNDAI
STE-AGATHE
Val-David

2017 Route 117
(819) 321-3777
hyundaivaldavid.com

ASTRO-TAROT

Messages DE JUIN

Chaque mois, je vous transmets un message offert par les cartes, en contact avec chacun des signes du zodiaque. Pour moi, le tarot n'existe que pour une seule et unique raison : aider les gens. C'est tout. Il fait parler toutes ces choses qui n'ont pas de voix. Il offre sa présence, ses symboles, ses archétypes et ses couleurs magnifiques afin d'aider à toucher ce qui semble parfois impossible à mettre en mots. En espérant de tout cœur que ces messages puissent vous rejoindre et toucher le vôtre, de cœur. Je vous embrasse très fort.

Véronique Nicolas

Résidente de Val-David
pour m'écrire : letarotlumiere@gmail.com
et pour en apprendre un peu plus :
www.letarotlumiere.com

Bélier : Il est de temps de tourner ton regard vers tout ce qui est en train de s'équilibrer, mon beau Bélier. Tu détiens l'étoile qui, de sa lueur, te fait voir partout où tu as été honnête. Droit. Ce cycle de prison intérieure où tu n'étais pas totalement toi-même est complété. Enjoy ta belle et complète personne. Exister.

Taureau : Il y a de ces choses qui sont moins confortables à observer/confronter, mon beau Taureau. En même temps, quand on trouve le courage, on se sent tellement plus fort. Être vrai avec soi, oui, tout en laissant transparaître les battements de cœur entre chaque parole qui naît, derrière la précision de ton épée. Équilibre involontaire.

Gémeaux : Les milliers de fleurs profondes que tu as cherchées au fond du monde ont toujours été en train de pousser dans ton propre jardin, mon beau Gémeaux. Et ce matin, c'est si clair. Tu regardes le chemin, comme dans ton miroir, pour ne pas oublier qu'il n'y a rien à chercher dans la présentation des choix extérieurs, tentation/illusion. Pouvoir enfin t'asseoir dans tes robes de fleurs, sous ta couronne d'été.

Cancer : Beau Cancer, on dirait qu'il est temps de foncer. De faire preuve de curiosité dans cette rencontre avec les fardeaux anciens. Ce poids que tu traînes lourdement sur tes épaules, tu le vois pourtant très bien. Et malgré la sensation de ne pas être à la hauteur, tu es prêt à aller à sa rencontre. Pouvoir tout déposer par terre; t'en libérer. Naît alors la joie d'avancer plus clair et léger.

Lion : Derrière le chevalier fonceur au casque de fer se cache quelque chose qui aimerait aussi faire partie du voyage; quelque chose de beaucoup plus timide et vulnérable. C'est ton petit cœur tendre derrière son armure / protégé / qui est là pour faire renaître le moment, avec son bouquet de fleurs et ses bras ouverts d'enfant.

Vierge : Tu as su faire preuve d'une incroyable patience face aux circonstances changeantes, belle Vierge. Tu as maintenant

l'occasion de saisir une branche pleine de feuilles fraîches; elle descend dans le bleu du ciel pour t'accompagner à ne conserver que l'enseignement. Celui qui t'a permis de découvrir où se trouve ton point d'équilibre. Ton essentiel Présent.

Balance : Face aux circonstances, tu apprends à laisser partir ces espaces angoissés qui minent ta vie intérieure. Plutôt que d'y résister, tu fais preuve de curiosité. Prêt à vouloir regarder les choses en face. Tu es le seul capable de défaire ces cordes autour de tes poignets; te redonner la liberté.

Scorpion : Le plus grand blocage à la communication vient du fait que la majorité des gens « écoutent » les autres, mais en ayant la main sur la réponse qu'ils attendent d'envoyer en retour. Peu de gens prennent le temps d'écouter sans chercher à répondre, en restant intéressés et curieux à l'expérience de l'autre. Beau Scorpion, il y a quelque chose à découvrir dans l'ouverture à cette forme d'échange.

Sagittaire : Y'a de l'amour dans l'air, mon beau Sagittaire. Tu sembles avoir atteint une compréhension intérieure qui te fait voir les choses autrement sur l'engagement. À quel point se retrouver sur un pied d'égalité est important / pouvoir conjointement se voir tel que l'on est. Ton regard / vers

le futur. Cet apprentissage relationnel est phénoménal. Tu es prêt pour le chapitre suivant.

Capricorne : Derrière le jeune apprenti sans expérience, il y a une clarté inouïe. Il ne faut pas se fier aux apparences, beau Capricorne. Laisse cette part de toi qui ne connaît pas tout te pointer quelque chose. Faire un pas devant. L'inexpérimenté peut te montrer ce que tu ne laisses pas facilement grandir en toi, derrière cette armure droite de bon sens et de connaissances.

Verseau : Grimpé dans le ventre de ton arbre géant, tu regardes au loin ces choses que tu aimes. Que tu voudrais voir plus près de toi. Tu les connais. Mais tu n'oses pas leur tendre la main. Les faire monter dans l'échelle qui mène à ton jardin secret. Il est temps de sortir de ta cachette, maintenant, d'embrasser les choses et les gens qui font rougir ton cœur et regarder dedans.

Poissons : Plein de nice possibilités en même temps = total chaos. Tsé, quand on connaît la grandeur et la beauté de ce qui s'en vient... Quand on feel l'arrivée de ce qu'on attend depuis longtemps. Alors le vent tourne, les branches d'arbres se mettent à valser dans tous les sens et les morceaux cassés se font emporter par le courant. Parfaitement. Faire de la place. Merci beaucoup.

La ristourne, c'est votre part du gâteau

Cette année, 908 242 \$
en ristournes sont partagés avec
nos membres et la communauté.

Détails et conditions à desjardins.com/ristourne



Desjardins
Caisse de Sainte-Agathe-des-Monts

PARTICIPATION AU CONCOURS

Je me souviens**Michel Therrien**, de Sainte-Agathe-des-Monts

J'aime bien la diversité des sujets et des chroniques du *Ski-se-Dit* (Réunir, informer, représenter le cœur laurentien). Vers les réalités que nous allons TOUS aimer vivre, les auteurs jouent leur rôle dans un collectif puissant, cocréatif et collaboratif.

Le mois dernier, c'est **Mélissa Béliveau** qui a remporté le prix de 50 \$. Elle nous a écrit qu'elle adore lire chaque mois dans le *Ski-se-Dit* les activités de Phil Shaw, mais encore plus le croiser sur la route! Félicitations à la gagnante.

Le concours se poursuit, nous attendons de vous lire!



**VOUS POUVEZ
MAINTENANT SUIVRE
le journal *Ski-se-Dit*
sur Instagram!**

Du contenu régional et local, de l'actualité à la culture, en passant par les sports, sans oublier des photos en plus et des sujets exclusifs.
Suivez-nous @journal_ski_se_dit

**CLUB DES VAL-HEUREUX DE VAL-DAVID
(AFFILIÉ À LA FADOQ)**
**SOUPER DU 8 JUIN ET
FÊTE NATIONALE LE 24 JUIN**
**Fête nationale du 24 juin**

Le 24 juin, lors de la fête nationale, le Club des Val-Heureux sera responsable de la vente de la bière, du vin, des boissons gazeuses, des jus, des croustilles et de la nourriture de midi à 22 h 30. Nous avons donc besoin de bénévoles pour assurer un horaire convenable à tous. Il s'agit de plage horaire de trois heures. J'attends de vos nouvelles si vous êtes disponible. Ce sera un plaisir de vous accueillir.

Nous vous attendons en grand nombre et vous souhaitons un bel été.

Gilles BOURRET, président
Club des Val-Heureux de Val-David inc.
514 970-5800
gbourretqc@yahoo.ca

Souper de fin d'année

Le souper de fin d'année a lieu à la salle Athanase-David (Église) le jeudi 8 juin 2023. Ce sont 70 personnes qui sont attendues au souper dansant. La danse se termine à 22 h 30. Nous avons des prix à faire tirer. Nous espérons tous un succès et sommes heureux de nous retrouver avant l'été. Je remercie les participants.

**Prix Yves-Lamarche AU BÉNÉVOLE DE L'ANNÉE**

Le dimanche 28 mai, la FADOQ région des Laurentides remettait le prix Yves-Lamarche pour reconnaître le bénévole de l'année 2023 à l'échelle régionale. Cette année, des 14 finalistes, le lauréat de ce prix est Gilles Bourret, président du Club des

Val-Heureux. Le prix fut remis par madame Diane Beaulieu-Desjardins, présidente de la FADOQ région des Laurentides, et monsieur Michael Leduc, directeur général de la région.

PARTICIPEZ AU
CONCOURS
Je me souviens
Ski-se-Dit

 pour
marquer
les

50
**ANS
du
journal!**

Afin de souligner la présence constante du journal *Ski-se-Dit* dans notre communauté depuis cinquante ans, un **tirage au sort de 50 \$** sera effectué **chaque mois** parmi les participant.e.s au **CONCOURS « JE ME SOUVIENS »**.

POUR PARTICIPER :

Il suffit d'envoyer par courriel, à l'adresse redaction@ski-se-dit.info, quelques mots pour raconter un souvenir lié au journal, ou pour exprimer la principale raison pour laquelle vous lisez le journal chaque mois, votre chronique préférée, etc. Une photo avec légende peut également être soumise.

Le souvenir gagnant sera publié dans chaque édition mensuelle du journal en 2023. Toutes les participations sont éligibles aux douze tirages de l'année, ce qui donne à chacun et chacune douze chances de gagner! Les textes publiés seront révisés (orthographe et syntaxe). Laissez-vous inspirer par vos souvenirs et participez!

**TIRAGE DE
50\$
CHAQUE MOIS
Douze chances
de gagner!**

LES BALKANS À VÉLO

UNE ÉQUIPÉE FILMÉE
pleine de beauté et de défis!

Jocelyne Aird-Bélanger

Résidente de Val-David

Le documentaire d'aventure *The Balkan Mirage - A Journey on Wheel*, plein d'humour et de découvertes, fut projeté en première le 27 avril dernier au Cinéma Pine devant une salle comble surtout composée de jeunes de la communauté d'enthousiastes du plein air....

D'une durée de 11 minutes 44, rempli à ras bord de vues magnifiques, de villages mystérieux, de larges routes, de montagnes et de sentiers peu fréquentés, le film a été produit par Félix Burke, champion de vélo de montagne, et réalisé par Nicolas Bellavance, jeune cinéaste prolifique. On y voit 4 amis cyclistes parcourir plus de 1250 kilomètres en 3 semaines et traverser la Bosnie, la Croatie, le Monténégro, l'Albanie, le Kosovo, la Macédoine et finalement la Grèce pour atteindre Athènes avant de revenir à Montréal. Les deux cyclistes à l'origine de ce projet, Nicolas, le cinéaste, et Félix, le photographe, ont réussi à faire un film d'aventure original, différent et rempli d'imagination en compagnie de Mathieu Langevin et d'Annie Thibault. Tourné surtout avec une caméra fixe sur trépied, où le mouvement est principalement dû aux cyclistes qui se déplacent sans cesse, souvent astreints à refaire le même parcours pour les besoins du tournage, ce film a bénéficié, grâce au réalisateur, d'un montage exceptionnel, serré et nerveux, qui rend à merveille la magie de la découverte de pays nouveaux et l'énergie contagieuse de jeunes sportifs en forme.

On imagine aisément qu'une telle expédition à travers des pays méconnus et peu fréquentés par les cyclistes demande une longue et minutieuse préparation. Une fois l'idée de départ précisée et l'équipe formée, encore a-t-il fallu se procurer tous les visas et papiers nécessaires, définir avec soin l'itinéraire et surtout, bien sûr, trouver des commanditaires canadiens (d'où la narration en anglais). Bien qu'exigeante, cette équipée, où il fallait transporter une caméra ciné et son trépied pesant plus de 15 kilos, plus 5 caméras photo ainsi que la nourriture et le matériel de camping, n'a pas découragé les jeunes sportifs, agréablement surpris de l'aisance avec laquelle tout s'est déroulé. En roulant à travers ces 7 pays, ils ont découvert avec un plaisir constant leur histoire et leur géographie si mouvementées et impressionnantes.

Certaines aventures marquantes resteront fixées de manière indélébile dans leurs souvenirs. Campant presque chaque soir à l'improviste le long de leur chemin, ils ont trouvé chez l'habitant un accueil simple et chaleureux.



Quelle ne fut pas leur surprise cependant, un jour, de voir un paysan leur refuser catégoriquement le droit de monter leur tente sur le flanc de la montagne en face de chez lui. Incapables de saisir ce qu'il s'efforçait de leur faire comprendre dans sa langue, ils le virent sortir son cellulaire pour leur montrer la photo d'un gros ours brun et leur proposer ses 2 carabines... Démonstration réussie...

Au fil des jours, ils ont traversé de nombreux villages et vu bien des maisons qui portent encore des traces de balles, cicatrices de la guerre dévastatrice qui s'est déroulée dans les Balkans de 1992 à 1995. On se souviendra entre autres du vieux pont de Mostar, en Bosnie-Herzégovine. Construit en 1565 par les Ottomans et détruit en 1993 pendant la guerre, le pont fut rebâti à l'identique après ce conflit en 2004. Depuis plusieurs siècles, chaque été, en juillet et août, des sauts traditionnels ont lieu à partir du vieux pont de Mostar. Les plongeurs sautent de ce pont haut de 24 mètres dans les eaux très froides de la Neretva devant une foule des spectateurs chaque année plus imposante. Il n'en fallait pas plus pour inciter Félix à tenter l'expérience et pousser Nicolas à filmer cet exploit...

Vers la fin du voyage, impossible de franchir la frontière de la Macédoine! Dépités et bien embêtés, contraints de rebrousser chemin, ils ne savaient trop comment sortir de ce mauvais pas. Contre toute attente, le douanier obstiné et taiseux qui venait de leur interdire l'entrée dans son pays leur offrit pourtant de les ramener à leur point de départ à bord de son vieux camion

d'une autre époque. Débrouillards, ils réussirent tout de même à traverser ce pays par une autre route pour atteindre la Grèce, objectif ultime de leur voyage.

« Heureux qui comme Ulysse a fait un bon voyage », comme le répète le dicton... et peut-être qu'un jour, un autre film d'aventure original suivra ce premier pas si inspirant!

Le film se trouve maintenant sur YouTube : <https://www.youtube.com/watch?v=TJO1sThO5kk>

Félix Burke, natif de la région, a commencé à s'entraîner sérieusement au début de son adolescence dans le parc régional Val-David-Val-Morin au sein du club de vélo de montagne le CVM 2Vals, fondé et dirigé par Serge Desrosiers. Tout en poursuivant des études universitaires en commerce, il a continué à pratiquer intensément ce sport jusqu'à remporter la première place aux Jeux du Canada en 2010 et à la Coupe Canada en 2019. Il a fondé l'école de vélo de montagne Trail Trybe, qui réunit un grand nombre de jeunes chaque été à Tremblant, où il habite.

Fête nationale

Soyons fiers de notre histoire, de notre culture et de notre héritage. Soyons fiers de faire partie de cette grande famille, et soyons déterminés à construire un avenir meilleur pour tous les Québécois.

Marie-Hélène

Marie-Hélène Gaudreau
Députée de Laurentides-Labelle
mhgaudreau.quebec

BLOC Québécois



Afin d'aider les nouveaux élèves, Ski-se-Dit publie, en collaboration avec le Centre collégial de Mont-Tremblant, une chronique régulière d'information générale. Ce mois-ci, afin de mettre en lumière **les finissants du programme Sciences de la nature**, nous les avons invités à vous présenter leur projet intégrateur. Bravo à eux pour leur créativité et leur rigueur!

SKI S'ÉTUDIE

LES FINISSANTS DU PROGRAMME Sciences de la nature

Projet Éolienne

Frédéric Lemay et Sarah-Gabrielle Langlois

Notre projet consiste à construire de toutes pièces une éolienne avec le plus grand rendement énergétique possible en utilisant l'impression 3D. Nous avons développé notre propre pale d'éolienne en trois dimensions à l'ordinateur et l'avons testée dans un logiciel de simulation en modifiant certains facteurs, soit l'angle d'incidence, la longueur et la largeur de la pale. Les données des simulations permettront de trouver les meilleures dimensions pour obtenir la pale d'éolienne la plus performante possible. L'éolienne complète a ensuite été conceptualisée à l'ordinateur, imprimée en trois dimensions et testée expérimentalement.

Électrolyse de l'eau

Frédérique Lapointe, Jean-René Beauséjour et Louis-Philippe Laurin

Avec les changements climatiques que nous vivons présentement, il est nécessaire de diversifier nos sources d'énergie ainsi que de les rendre durables pour un avenir plus vert. Ainsi, notre projet consiste à évaluer certains paramètres tels que la constitution des électrodes, le choix d'électrolytes et le voltage



concernant l'efficacité de l'électrolyse de l'eau afin de maximiser le volume d'hydrogène produit.

Bétons de polymères

Maeva Sirois, Morgan Bowmer et Zoé Brière Béliveau

En raison de la crise environnementale et de la pénurie de sable, nous aimerions trouver une option plus écologique pour la production de béton en remplaçant le sable par un autre matériau qui pourrait conserver les propriétés avantageuses de celui-ci. Notre projet a pour but de synthétiser des échantillons de béton qui

contiennent différents pourcentages de déchets plastiques : des bétons de polymères. Ensuite, la résistance à la compression de ces spécimens sera évaluée afin de déterminer si la substitution du sable par le plastique est un avantage.

Piles microbiennes à plante

Luka Rochon, Maëlle Lacoste-Deroy et Mathilde Vachon

Notre projet consiste à fabriquer des piles microbiennes à plante. Ces piles sont simplement fabriquées à

partir d'une anode, d'une cathode et de fils électriques. Les piles sont ensuite insérées dans la terre. Un biofilm sera créé sur l'anode. Grâce à son entretien facile et à sa capacité à s'adapter à un nouvel environnement, nous avons choisi l'espèce de plante *Cyperus involucatus*. Présentement, nous récoltons les données de voltage et de courant que ces plantes permettent de créer. Ce projet nous tient à cœur, car il est directement lié aux changements climatiques par ce nouveau type d'énergie renouvelable!

Projet Lavande

Leïa Lefebvre, Élisabeth Robert et Maëlle Moretti

Notre projet consiste à extraire l'huile essentielle de lavande et à tester ses propriétés antibactériennes sur deux types de bactéries : Gram +, Gram - le *staphylococcus épidermis* et l'*E. coli*. Évaluer les caractéristiques de cette huile nous permettrait d'avoir des données expérimentales fiables concernant les avantages possibles de ces huiles, notamment l'usage extensif des antibactériens et la hausse de la résistance bactérienne chez les agents pathogènes, un enjeu de plus en plus important. Il s'agirait potentiellement d'une solution plus verte pour remédier à cette crise future. Ainsi, le projet est de tester et découvrir quel(s) composé(s) ou quel assemblage confèrent à l'huile essentielle de lavande cette propriété antibactérienne.

50th ANNIVERSAIRE Ski-se-Dit

PROCHAINE PARUTION FORMAT PAPIER EN KIOSQUE : 6 JUILLET 2023

PROCHAINE DATE LIMITE POUR ENVOYER VOS PHOTOS ET TEXTES : 19 JUIN 2023

2496, rue de l'Église, suite 200, Val-David (Qc) J0T 2N0 • 819 321-9269 • redaction@ski-se-dit.info • www.ski-se-dit.info

RÉDACTRICE EN CHEF : Maryse Froment-Lebeau | ÉDITEUR : Michel-Pierre Sarrazin, membre FPJQ | RESPONSABLE DES COMPTES : Francis Hamel | RÉVISION LINGUISTIQUE : Maryse Froment-Lebeau | MISE EN PAGE : Pixel Créatif | IMPRESSION : Hebdo Litho | REPRÉSENTANTE PUBLICITÉ : Isabelle Monette | LIVRAISON COMMERCIALE : Isabelle Monette | WEBMESTRE ET SOUTIEN TECHNIQUE : Richard Cloutier | CHRONIQUEURS ET INVITÉS DANS CETTE ÉDITION : Michel Allard | Paul Carle | Michel-Pierre Sarrazin | Nicole Davidson | Julie Duval | Jocelyne Aird-Bélanger | François Gohier | Phil Shaw | Johann Plourde | Renée-Claude Gélinas | Nicole Vézina | Marlène Gosselin | Gilles Bourret | Gilles Chamuel | Véronique Nicolas | Yves Nantel | Manon Regimbald | Lorraine Hamel | Louise Duhamel | Judith Lavoie | France-Élaine Durand | Suzanne Lapointe | CONSEIL D'ADMINISTRATION : Suzanne Lapointe, présidente | Anne-Marie Bourgeois, secrétaire | Julie Leblanc, administratrice | Véronique Nicolas, administratrice | NOTE : Les opinions et textes publiés dans ce journal n'engagent que leur signataire.

LE SKI-SE-DIT REÇOIT L'APPUI DU MINISTÈRE DE LA CULTURE ET DES COMMUNICATIONS.



POUR TOUTE RÉSERVATION PUBLICITAIRE

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

DATE LIMITE DES RÉSERVATIONS PUBLICITAIRES JUILLET 2023 : 3 JUILLET 2023

Le journal est publié au complet sur le site www.ski-se-dit.info sous l'onglet « archives » depuis 2008.

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

DISTRIBUTION RÉPÉTÉE CHAQUE SEMAINE AUX ENDROITS SUIVANTS : METRO VAL-DAVID, METRO SAINTE-AGATHE, IGA SAINTE-AGATHE, IGA SAINTE-ADÈLE.

PRINCIPAUX POINTS DE DISTRIBUTION EN NOMBRE DU JOURNAL. OBTENEZ VOTRE EXEMPLAIRE CHAQUE MOIS AUX ENDROITS SUIVANTS :

BMR Val-David et Sainte-Agathe-des-Monts | Caisse Desjardins Val-David et Sainte-Agathe-des-Monts | IGA Sainte-Agathe-des-Monts | IGA Sainte-Adèle | Metro Val-David | Metro Sainte-Agathe-des-Monts | Metro Sainte-Adèle | Pharmacie Jean Coutu Sainte-Agathe-des-Monts | Pharmacie Uniprix Sainte-Agathe-des-Monts | Pharmacie Familiprix Val-David | Lortie & Martin Sainte-Agathe-des-Monts | Maxi Sainte-Agathe-des-Monts | Marché Val-Morin

SANTÉ ET BEAUTÉ

LA LUMINOTHÉRAPIE,
ou photobiomodulation cellulaire**Marlène Gosselin**

Institut Marlène

Utiliser la lumière pour soigner, voilà tout le défi de la photobiomodulation cellulaire (PBM). En effet, cette technique de soin par la lumière froide produite par des DEL (diodes électroluminescentes) utilise certaines couleurs afin de réveiller les cellules et augmenter la production d'ingrédients biochimiques du corps pour favoriser sa régénération.

Son origine

Dans les années 90, la lumière rouge fut utilisée par la NASA pour cultiver des plantes dans l'espace. La lampe à DEL utilisée dans ces dispositifs était dix fois plus brillante que le soleil. Ainsi, elle accélérât la production cellulaire des plantes et le processus de photosynthèse.

Son mécanisme

La photobiomodulation cellulaire par DEL utilise des longueurs d'onde spécifiques de lumière pour pénétrer la peau et être absorbée à une profondeur de 8-10 millimètres. Cela signifie qu'elle peut potentiellement atteindre toutes les couches de la peau, les vaisseaux sanguins et le système lymphatique.

Avec ce degré de pénétration, elle peut avoir un impact thérapeutique sur les cellules et les processus métaboliques. Une fois absorbée par



le corps, l'énergie de la lumière est convertie en énergie cellulaire. Cette conversion amorce une série d'événements métaboliques, comme la stimulation de la production de collagène et la production d'adénosine triphosphate (ATP), qui est le carburant de notre organisme pour l'énergie; plus nous avons d'énergie, plus notre corps peut utiliser cette énergie pour remplir ses fonctions efficacement – comme les processus de rajeunissement et de réparation.

La lumière rouge pour rajeunir le visage

Située dans la gamme d'ondes 600-650 nm, la lumière rouge permet la régénération des cellules. Mais ce qui fait vraiment la différence de ce type de lumière DEL, c'est qu'elle agit en profondeur en déclenchant des messages dans l'organisme pour améliorer des fonctions physiologiques. Votre visage est une des premières parties de votre corps que les gens remarquent et c'est aussi la zone la plus vulnérable aux effets du vieillissement. La

lumière rouge offre à la peau une vraie renaissance et donne à votre visage un regain de tonicité et d'élasticité.

Ce faisant, vos cellules vont produire du collagène, permettant de cicatiser, d'hydrater et de réduire les rides. Lors de tests sur la peau à la fin des années 90, on a découvert qu'en stimulant de l'extérieur les fonctions internes de la peau, la luminothérapie permet d'obtenir des résultats visibles à long terme tout en étant un traitement complètement naturel, sans aucun effet secondaire, non invasif et n'utilisant aucun produit chimique. La PBM jumelée aux soins esthétiques en institut, permet de « booster » l'efficacité des soins et d'obtenir des résultats plus rapidement.

Son application

En institut, il s'intègre à un soin du visage pour en décupler les effets. Idéal pour mettre votre peau en valeur et favoriser un teint plus éclatant et un grain de peau affiné. Les yeux doivent obligatoirement être protégés, car la lumière DEL traverse la peau et celle de la paupière est très mince. Ces traitements sont offerts dans certains instituts spécialisés seulement.

Au plaisir de vous croiser cet été!

Références :
Bio Led Therapy
Groupe BEMER Canada

Lorraine HAMEL
Courtier immobilier
résidentiel et commercial
C 450 436 0206
info@lorrainehamel.com
lorrainehamel.com

Terrain Lot

AMHERST 55 000\$ Bord de l'eau La de la Mine - un terrain bordé par le lac et le terrain pour la construction de votre nouvelle propriété. Idéal pour les amateurs de Paddle, Board, kayak, pédalo. 25 minutes de Tremblant. **MLS 28446442**

VAL-DAVID 498 000\$ ACCÈS NOTAIRE au LAC DORE! Charmante propriété rénovée de 2 chambres à coucher, grand sous-sol avec sortie extérieure incluant 2 lots de 5400 pi. ca. pour garder votre intimité. À proximité du parc linéaire Le Petit Train du Nord, le parc Dufresne et à 15 minutes de marche du village et de tous ses attraits. On vous attends pour une visite! **MLS 11041476**

ST-ADOLPHE-D'HOWARD 150 000\$ Projet pour rénovateur! Terrains 4938 pi. ca. accès au Lac Long (non navigable). Petite coquette propriété d'une chambre. Secteur tranquille. Vous cherchez un projet pour créer un bel espace de vie? Il a un bon potentiel à bas prix. Situé entre Saint-Sauveur et Sainte-Agathe-des-Monts. Station de sport Mont-Avalanche, plusieurs parcs. À découvrir! **MLS 20291907**

bonjour
Agence immobilière
Franchisé, indépendant et autonome
de RE/MAX Québec Inc.
15, rue Principale Est
Sainte-Agathe-des-Monts 819 326.6860

**BON ÉTÉ
DANS NOTRE
RÉGION!**

Tranquill-T

Soliterre
créateur de paysages

Gilbert Dionne 819-322-2876

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

www.soliterre.ca
info@soliterre.ca

**ONGUENT
AUX HERBES**

Soulage les
dermatites et l'eczéma

Producteur de plantes
médicinales biologiques

Présent dans notre
communauté depuis 1978

Disponible à Val-David :
Bio Sattva
Familiprix Charland

**Clef
DES CHAMPS**

de deschamps.net

LES PALETTES ROSES

TOUTES LES RAISONS SONT BONNES pour se réunir

Renée-Claude Gélinas, n° 77

Joueuse, membre du comité fondateur
et aide-entraîneuse
Les Palettes roses
Val-Morin

« Salut, les filles, c'est la dernière partie cette semaine. On se réunit après à la Station Lunch, Véro Gendron nous y attend pour un brunch de fin de saison! »

Véro Gareau (oui, oui, environ 50 % des Palettes s'appellent Véro), notre responsable de plage du dimanche, nous lance cette invitation!

Pour les Palettes, toutes les raisons sont bonnes pour se réunir. Même si c'est la journée de la fête des Mères, nous serons plusieurs à suspendre le temps pour goûter à ce merveilleux brunch. Nous retrouverons nos familles après, avec encore plus de bonheur.

Il faut dire que cette saison a été épique! Une expansion gigantesque des Palettes. De 33 pionnières en 2017, nous sommes maintenant plus de 175 joueuses régulières et remplaçantes, ainsi que 63 Mini-Palettes. Nous avons ajouté 2 plages horaires adultes et 3 plages pour les Mini. De plus, nous avons concrétisé l'EuroPalette! Ouf! on a un peu « de broue dans le toupet »! La demande pour le hockey féminin est en croissance fulgurante!

Avec la venue du Centre sportif des Pays-d'en-Haut, nous avons (enfin) obtenu plus d'heures de glace. Nous avons sauté sur l'occasion pour donner une maison aux joueuses orphelines de patinoire!



Le lundi, ce sont les intermédiaires/avancées qui bénéficient de cette occasion. Des joueuses qui poursuivent ou retrouvent le bonheur de jouer régulièrement avec la gang. Le jeu est rapide et intense, comme le sourire et le plaisir des joueuses. Pour les moins habituées, c'est tout un défi! « Lève la tête et réfléchis pas trop longtemps, ça va vite! »

Le mercredi, ce sont les débutantes qui goûtent à cette nouvelle passion. Le coup de patin est parfois vacillant, parfois assumé. On reconnaît rapidement les anciennes patineuses artistiques. En général, elles vont plus vite de reculons que de l'avant. Wow! Quelle maîtrise des croisés arrière! Ce n'est pas donné à toutes! Pour la majorité, ce sera un objectif de plusieurs saisons.

Ici aussi, la même joie! L'œil brillant d'avoir perdu la notion du temps. Tous nos efforts concentrés vers

une minuscule rondelle emmurée dans une arène glacée. Du pain et des jeux, disaient les Romains! Une rondelle et des lieux, réclament les Palettes!

Nos pionnières des jeudis et dimanches poursuivent leur évolution fantastique. C'est incroyable de voir les progrès de ces femmes qui n'avaient, pour la plupart, jamais joué. La pratique d'un nouveau sport amène un potentiel d'amélioration infini. Et quel malicieux plaisir d'entendre quelques jurons lancés dans de grands éclats de rire. « Tu ne m'auras pas, ma p'tite maudite! »

Pour terminer, nos Mini-Palettes, que vous avez découvertes lors du précédent article. Leur dernière partie fut mémorable! Les estrades remplies juste pour elles. Familles élargies venues les encourager! Pancartes, flûtes et crécelles! Toute une ambiance! Nos championnes auront un certificat, une



casquette de fin de saison et un immense buffet pot luck. On termine le tout en beauté!

Toute une saison, les Palettes! J'ai déjà hâte à la prochaine!

En attendant, il y aura les ligues d'été et le dek hockey!


GOÛTEZ
le marché!

27 MAI AU 21 OCTOBRE

TOUS LES SAMEDIS
de 9 h à 13 h

rue de l'Académie | Val-David

Kiosque dégustation et recettes originales!

24 JUIN

ON DÉCOUVRE

Les fromages et leurs accords

29 JUILLET

ON DÉGUSTE

Les charcuteries et les viandes sur le grill

26 AOÛT

ON SE RÉGALE

De la fraîcheur des petits fruits et légumes

9 SEPTEMBRE

ON PARTICIPE

À l'événement Slow Food

Pour le goût, le juste prix, le meilleur
de nos fermes et productions
artisanales agroalimentaires.



Slow Food®
Marché de la Terre


MARCHÉS D'ICI
GRANDEUR NATURE



POUR INFO 819 321-5681
www.marchesdici.org | f @

CET ÉTÉ AU CENTRE D'EXPOSITION DE VAL-DAVID

QUAND CHANTENT la couleur et la matière...

J'ai toujours fait des croquis [...] et finalement j'ai trouvé qu'avec [...] la gravure, je retrouvais cette chose, le croquis, avec une possibilité de continuer dessus, si la matière le permet.
– Jean Paul Riopelle

J'aime construire une œuvre, cette étude de formes quasi abstraites et des couleurs.
– Isabelle Leduc

Cet été au Centre, deux expositions où *chantent la matière et la couleur* alors que se rejoignent dans l'allégresse des gravures de Jean Paul Riopelle, signataire du *Refus global*, et des bas-reliefs d'Isabelle Leduc, fille de Fernand Leduc et Thérèse Renaud, cosignataires également du manifeste. Deux haltes vivifiantes où vous ressourcer.

Couleur essentielle, existentielle, substantielle. Trajectoire, processus qui se dévorent et se développent au gré du temps et qui prennent la voie de l'élan vital et du désir : celui de la création plutôt que du consumérisme. Ainsi écrivait le philosophe Gaston Bachelard, dans *La Psychanalyse du feu*, l'être humain « est une création du désir, non pas une création du besoin », ce désir qui vient du latin *desiderare* et signifie « astre » ou « constellation ». Cette apparition lumineuse céleste et solaire n'émane-t-elle pas dans l'éclaircie des œuvres exposées?

À l'occasion des célébrations du Centenaire de Riopelle, #12 D'où ce que tu sors? propose une sélection d'eaux-fortes imprimées à Val-David à l'atelier du Scarabée de Bonnie Baxter. Riopelle était



Jean Paul Riopelle, #12 D'où ce que tu sors, (série dommage), 1990. Eau-forte originale en couleurs.
Crédit photo : Yseult Riopelle

séduit par la gravure, qui lui permettait d'essayer différentes combinaisons et de revenir à la liberté de croquer sur le vif la couleur, la ligne. Lors de son retour au Québec, il développe une importante collaboration avec Bonnie Baxter pendant une dizaine d'années, de 1985 à 1993. À partir d'une série d'épreuves et des plaques présentées côte à côte, un parcours est proposé au spectateur : une histoire, un enseignement, un compagnonnage. Pourquoi donc, sinon que dans l'espoir de rendre visible l'intime cheminement de l'art de graver, son processus, un travail sur la différence et la répétition d'un geste, un rituel unique et multiple exercé par cet artiste prodige, Riopelle. Faire comprendre, développer le désir d'en savoir davantage, de voir plus loin, de scruter au fond même de la nature à travers ces chemins d'estampes qui deviennent mémoire d'un savoir-faire, riche d'enseignement, porteur d'avenir.

J'ai maintenant la certitude qu'il y a des îles de lumière et des voies encore inexplorées qui y conduisent fatalement.
– Fernand Leduc

À L'UNISSON d'Isabelle Leduc présente des œuvres fraîchement sorties de l'atelier. La peintre-sculpteure travaille le papier et la couleur, créant des bas-reliefs aux réminiscences anciennes où la force chromatique anime l'espace. Chez elle, la matière et la couleur inséparables chantent et enchantent ces formes archétypales. L'une incarne l'autre, et vice-versa. Cela s'emballe, rejailit sur nous. Les séries modulaires dynamisent l'espace qui se transforme sous l'action colorée. Sa pratique portée par l'esprit automatiste et cette heureuse histoire de filiation d'une enfant du *Refus global* insuffle de la joie. À la suite de la COVID, Leduc amorçait une nouvelle série



Isabelle Leduc, À l'unisson, ocre-jaune, 2022.
Papier marouffé sur bois, acrylique.
Crédit photo : Guy L'Heureux

de reliefs, chacun étant composé de deux parties accolées qu'elle désirait baptiser « Touche-moi ». Les voici, ces accords de pensées et de sentiments font partie maintenant d'À l'Unisson.

Au plaisir de vous accueillir,
Manon Regimbald

Samedi 24 juin à 14 h - ouverture des expositions / vernissage
Samedi 22 juillet à 14 h - rencontre avec Bonnie Baxter
Samedi 5 août à 14 h - rencontre avec Isabelle Leduc et René Viau
Dimanche 6 août à 17 h - *Concerto pour images* avec le Duo Beija-Flor
Dimanches 25 juin, 30 juillet et 27 août - Ruhe d'art animée par Isabelle Gagnon
Jusqu'au 6 septembre 2023 ENTRÉE LIBRE
Tous les jours de la semaine l'été de 11 h à 17 h
www.culture.val-david.qc.ca

UNE
GARANTIE
AUDACIEUSE

TAUX AUSSI
= BAS QUE =
2,99%
SUR CERTAINS MODÈLES

PLUS

LA MEILLEURE
GARANTIE DE
L'INDUSTRIE



OUTLANDER/
OUTLANDER PHEV
DÉSIGNÉ PAR L'AJAC
MEILLEUR VÉHICULE
UTILITAIRE INTERMÉDIAIRE
AU CANADA EN 2023

AJAC
PRIX DES VÉHICULES
CANADIENS 2023

MITSUBISHI
MOTORS

Réalisez vos Ambitions



Giroux
Mitsubishi
Sainte-Agathe des Monts

76, rue Préfontaine Est, Sainte-Agathe-des-Monts, Québec

819 326-1615 | **www.girouxmitsubishi.ca**

JOUETS LE PHOENIX : Dix ans de bonheur!

Comment décrire Marie sans parler de l'amour qu'elle a pour les enfants? Lorsque l'on dit de quelqu'un qu'elle est dans son élément, on pense à Marie Boireau. Son empathie déborde pour tous ces « petits êtres humains », comme elle les appelle. Les premières paroles qui lui viennent à la bouche : « Les jouets, c'est moi! C'est toute ma vie, et les enfants, ces petits êtres humains, sont mes clients préférés! »

Elle rêvait d'avoir sa propre boutique dans une ville où le contact est important. Elle a choisi Sainte-Agathe-des-Monts. Après 10 ans d'activités de la boutique Le Phoenix, cette ville d'adoption l'a bien accueillie et lui est désormais très chère.

Marie évoque les premiers jours, les premiers tout-petits qui venaient régulièrement à la boutique au début; ils ont aujourd'hui 18 ans et ne peuvent s'empêcher de lui poser la question lorsqu'ils reviennent : « Vous souvenez-vous de moi? » Bien sûr, qu'elle se souvient! On n'oublie jamais ses premiers amours.

Outre la qualité de l'accueil, il faut souligner l'excellente disposition des lieux : tout est bien organisé et bien aéré. Les enfants ont le droit de toucher, manipuler librement... Phoenix est un univers où le jouet et les petits joueurs sont rois.



Marie Boireau, propriétaire de la boutique Le Phoenix, avec Kyo Larouche Léon

Marie a choisi de spécialiser son commerce dans les jouets classiques et de qualité : toupies colorées, blocs et trains en bois, jeux éducatifs pour les premiers apprentissages, Playmobil, jeux de société, casse-têtes... on trouve ici tout ce qu'il faut pour stimuler l'esprit et l'habileté manuelle.

Le cas échéant, Marie connaît si bien ses jouets qu'elle peut en conseiller (ou déconseiller) un jouet si celui-ci n'est pas bien adapté aux besoins de l'enfant, ce qui peut être précieux pour de jeunes

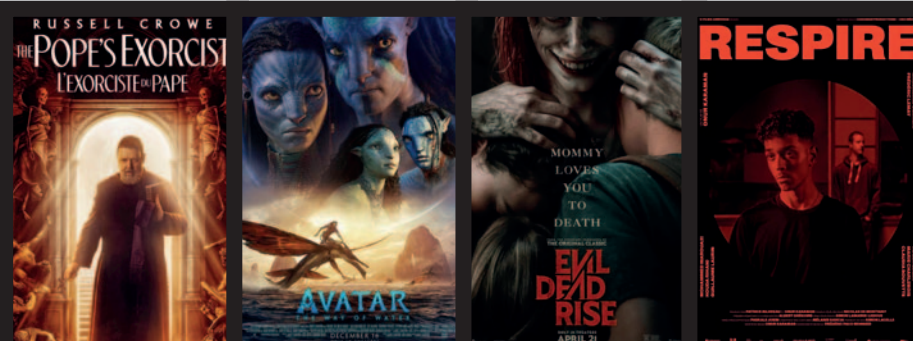
parents. L'idée n'est pas de vendre à tout prix, mais plutôt d'établir un lien fructueux avec les familles et les enfants.

Lorsque Marie s'est lancée dans l'aventure du « magasin de jouets » il y a dix ans, son conjoint, Raphaël, a tout de suite été partant. Ils forment depuis et encore aujourd'hui une équipe compétente et enthousiaste, toujours disponible pour une clientèle qui sait que la boutique Le Phoenix est comme l'oiseau de la mythologie : elle se renouvelle sans cesse et renaît à chaque saison avec des jouets toujours plus emballants!

Jouets Le Phoenix : 92, rue Principale Est, Sainte-Agathe-des-Monts • 819 774-0742 • Ouvert 7/7 jours, du lundi au vendredi de 10 à 17 h 30, le samedi de 10 à 17 h et le dimanche de 10 à 16 h.

CINÉMATHEQUE MÉLIÈS

Nos choix pour JUIN 2023



13 juin

L'exorciste du pape / The Pope's Exorcist - horreur
33 tours / Brother - drame Canada

20 juin

Avatar : La Voie de l'eau / Avatar: The Way of Water - aventure

Big George Foreman - drame

27 juin

L'opéra de la terreur : Renaissance / Evil Dead Rise - horreur
Dounia et la princesse d'Alep - animation Québec

4 juillet

Respire - drame Québec
L'innocent - comédie France



Note : Plusieurs films non prévus s'ajouteront chaque semaine, surveillez notre site : cinemathequemelies.wordpress.com

Horaire : 14 h à 19 h, 7/7 jours

(à moins de changement de dernière minute)

Tél. : 819 322-2741 | cinemathequemelies@outlook.com | [f](https://www.facebook.com/cinemathequemelies)

LE SAVIEZ-VOUS?

Fondée en 1980, cette association dont votre journal *Ski-se-Dit* est membre depuis plus de 30 ans représente une centaine de journaux communautaires au Québec.



L'AMECQ est la voie officielle de la presse communautaire. Cette dernière est réalisée en grande partie par des bénévoles et distribuée gratuitement dans la majorité des cas. Son rôle primordial consiste à informer les citoyens de ce qui se passe chez eux, tout en offrant une visibilité souvent gratuite à leurs projets. L'Association, soutenue financièrement par le

ministère de la Culture et des Communications, participe activement à l'avancement des nouvelles technologies de l'information et constitue

un lien national réunissant des centaines de bénévoles travaillant à informer leurs concitoyens dans le respect des règles du journalisme professionnel. La presse communautaire est une plateforme médiatique alternative essentielle à la libre opinion et à l'information sans contraintes dans notre pays. Elle est la voix profonde des citoyens, harmonisée à l'échelle du Québec par l'équipe dévouée de l'AMECQ.

LE SKI-SE-DIT, EN VERSION IMPRIMÉE

Bien que la tendance dans la presse en général soit de mettre fin à l'impression des journaux pour des raisons de coûts croissants du papier et pour participer à l'effort de réduction des gaz à effet de serre, jusqu'à nouvel ordre, **le journal *Ski-se-Dit* continuera d'être offert en format papier dans la région**, comme l'exigent un grand nombre de nos lecteurs. La distribution des exemplaires papier du journal se poursuivra dans les principaux commerces qui l'autorisent à Val-David, Val-Morin, Sainte-Agathe-des-Monts, Sainte-Adèle et Mont-Blanc. Nos lecteurs seront prévenus longtemps à l'avance si cette politique de distribution devait être modifiée. Merci de rester fidèles à votre journal communautaire, qui fête cette année son cinquantième anniversaire. (La rédaction)

Faites transférer vos vidéos ou données personnelles sur un autre médium en vous adressant à la Cinémathèque.

Essayez le nouveau masque de réalité virtuelle OCULUS QUEST! Information à la Cinémathèque.

GARDERIE EN ENTREPRISE

UNE IDÉE QUI ne manque pas de génie

Voilà un projet-pilote qui devrait bientôt inspirer d'autres entreprises de chez nous. Soutenue par le ministère de la Famille et facilitée par la députée de Bertrand et ministre responsable de l'Habitation, Mme France-Élaine Duranceau, cette nouvelle approche du service de garde vise à répondre aux besoins des familles du comté, tout en constituant un attrait supplémentaire pour attirer et retenir la main-d'œuvre dans les Laurentides.

Lancé le 8 mai dernier, le projet de garderie résulte d'une entente survenue entre le ministère de la Famille et la firme de génie civil Équipe Laurence, située à Sainte-Adèle. En créant une nouvelle dynamique dans le monde du travail de la région des Laurentides, cette approche de garderie en entreprise permettra, dans le cas de la firme Laurence, par exemple, d'accueillir les enfants des 130 employés, et ce, directement sur leur



site de travail. Dès l'ouverture, la garderie pouvait déjà recevoir 12 enfants, dont 4 poupons et 8 petits de 18 mois à 5 ans.

« Le gouvernement comprend le besoin de renforcer la conciliation travail-famille », a indiqué la députée Duranceau dans son allocution. Quant à la ministre de la Famille, Suzanne Roy, elle a dit avoir « bien l'intention de compléter rapidement le réseau de la petite enfance au bénéfice des tout-petits et des parents au Québec ». Comme quoi le sens pratique et le bon sens ont parfois le bonheur de se rencontrer. Étaient présents à la cérémonie du 8 mai, outre les deux représentantes du gouvernement du Québec, M. Alexandre Latour, président et chef des opérations de l'Équipe Laurence, M. André Genet, préfet de la MRC des Pays-d'en-Haut, Madame Michèle Lalonde, mairesse de Sainte-Adèle. (S. Lapointe, SSD)

BIENVENUE
par chez nous

Mariem Valdes et son mari, Niosbel Osmar González Rubio, tous deux danseurs professionnels cubains, viennent d'immigrer au pays. Et ils ont choisi de s'établir à Val-David il y a trois mois. Souhaitant développer des projets avec la communauté, les artistes comptent déjà plusieurs cordes à leur arc. Diplômée avec mention de l'École nationale de ballet de Cuba, Mariem cumule plus de 15 ans de danse et a participé à des grands ballets tels que *Casse-Noisette*, *Le Lac des Cygnes*, *Don Quichotte*, *Roméo et Juliette* et de nombreux autres. De son côté,

Niosbel a reçu une formation en danse moderne, contemporaine et folklorique, et est diplômé de l'École nationale supérieure d'art. Il a entre autres dansé au Teatro la Fenice, à Venise, et remporté le premier prix de Chorégraphie à l'International Online Dance Competition au Canada avec sa chorégraphie CONTINUUM.

Nous leur souhaitons la bienvenue par chez nous, mais surtout du succès dans leur parcours québécois, qui ne fait que commencer.

LA FÊTE NATIONALE
DU QUÉBEC

Bonne
fête nationale
à tous les
Québécois-es!

PETITE
ANNONCE

À LOUER

À compter du 1^{er} août : grand 3 1/2, sous-sol avec grandes fenêtres dans le centre de Val-David.

970 \$/mois incluant électroménagers, internet illimité et électricité. Pas d'animaux. Parfait pour une personne seule. **514 618-4056**

VITRES D'AUTOS



VITRES, AUDIO ET ACCESSOIRES POUR AUTOS ET CAMIONS

1360, rue Principale, Sainte-Agathe-des-Monts
819 774-3599 | f

COUP DE PLUME

L'avarcidate DE DALMA

Judith Lavoie

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

J'ai dîné chez mon père l'autre jour. On placotait, c'était tranquille, ambiance reposante dans son appartement lumineux.

Il me racontait des souvenirs de sa jeunesse vécue à Saint-Donat, des vues qu'il allait voir au théâtre de son oncle Fernand, de ses soirées comme waiter au Manoir des Laurentides. Peut-être parce qu'il était plongé dans le passé, il s'est souvenu d'un mot bien spécial qu'utilisait son oncle Dalma pour nommer une mésaventure ou un accident : *avarcidate*. Je n'avais jamais entendu ce mot avant. J'ai sûrement rencontré Dalma à quelques occasions, mais je ne me souviens pas des mots qu'il employait.

Je le trouve bien imagé, cet *avarcidate*. J'ai l'impression d'y entendre un croisement entre *avarie* et *accident*... *avaccident*... *avariccident*... *avarcidate*! À moins qu'il ne s'agisse d'une modification du mot *avertissement*... *avertissement*... *avarcidate*! Le fruit de mon imagination sans doute.

De retour chez moi, j'ai quand même cherché le mot dans le dictionnaire (Antidote et Usito, deux dicos québécois, la démarche me paraissait logique), mais il n'y était pas. Me suis tournée vers



des sources plus anciennes, comme le *Dictionnaire général de la langue française au Canada* de Louis-Alexandre Bélisle (paru en 1957) et le *Dictionnaire de nos fautes contre la langue française* de Raoul Rinfret (publié en 1896) : toujours rien. Mononcle Dalma aurait dit qu'il m'était arrivé des *avarcidates*!

Me suis lancée sur Google, pourquoi pas. Surprise! Dans un excellent article du *Journal Altitude* (de Saint-Donat, comme vous le savez certainement), Françoise Nadon évoquait les mots de sa mère :

Plus jeune, on disait que ces mots ne devraient plus être utilisés, qu'ils sont laids et démontrent un manque de culture. Des mots que l'on n'utilise plus ou que l'on a oubliés. À l'école primaire, ici à Saint-Donat, les religieuses nous remettaient des jetons; nous en perdions un chaque fois que nous n'avions pas « le bon parler français ». Le vendredi, ceux qui avaient conservé le plus de jetons étaient récompensés. Ce sont

des mots avec une couleur et une sonorité bien de chez nous. Des mots attachés à des images qui me replongent 50 ans en arrière. Ils me reviennent avec un attrait, une beauté particulière qui me fait chaud au cœur.

Voici quelques-uns de ces mots oubliés qui ont accompagné mon enfance et peut-être aussi la vôtre! Varnailier, écapouti, racotillé, swincer, graquia, renfrogné, bâdrer, picochine, vartagne, mâflé, écourtiché, margoulette, écalvatré, grafignure, sur une ripousse, dérinché, défuntisé, *avarcidate*, sappé... et j'en passe! Ce n'est qu'un petit salut à ma mère qui vous aura fait sourire, j'espère (12 novembre 2020, vol. 48, n° 10, p. 2).

Après avoir lu l'article de Françoise Nadon, j'ai appelé mon père. Je devais absolument lui raconter ça. Il a été tout aussi surpris que moi par cette agréable découverte. Je lui ai dit que je voulais faire une chronique là-dessus. Il m'a répondu que c'était une bonne idée, que les gens de Val-David allaient sûrement connaître certains mots de la liste. Ça m'a encouragée, alors je me suis installée à mon clavier...

Oncle Dalma


 Suivez-nous
SUR



 @journal_ski_se_dit

Abonnez-vous
 À NOTRE INFOLETTRE
www.ski-se-dit.info




 Jouets le 10^e anniversaire
Phoenix
 JEUX ÉDUCATIFS ET DE SOCIÉTÉ
 92a, rue Principale Est
 Sainte-Agathe-des-Monts
819 774-0742


MARCHÉ GARIEPY
 BIÈRE ET VIN
 FRUITS & LÉGUMES
 DÉPANNEUR
 LES FRAISES DU QUÉBEC SONT ARRIVÉES
 LES SERRES SONT OUVERTES...
 1417, route 117, Val-David | 819 320-0182 | f

MOT DE LA MAIRESSE

Nous voulons tous que Val-David soit un endroit où il fait bon vivre. Mais qu'est-ce « qu'un endroit où il fait bon vivre ». Chaque personne dans le village a ses idées sur ce qu'est « un endroit où il fait bon vivre », toutes ces idées peuvent être contradictoires... pas facile! Ça semble simple d'agir, de décider pour le bien commun, d'utiliser le gros bon sens cependant, il y a plusieurs enjeux, quelques fois opposés, pour matérialiser « un endroit où il fait bon vivre ».

Comment concilier les différents enjeux?

Prenons la densification douce : les enjeux sont multiples et importants. La densification douce peut avoir un impact sur l'abordabilité et la disponibilité des habitations, sur la mixité sociale, sur la rétention et l'attractivité de la main-d'œuvre, sur les paysages, sur la protection de l'environnement et des écosystèmes, sur la taxation, sur l'indice bohémien, sur les services et commerces disponibles, sur les déplacements actifs, sur la sécurité routière, la possibilité de demeurer à Val-David de la naissance à la fin de vie, etc.

Plein d'enjeux, qui me passionnent, qui passionnent le conseil, et qui passionnent, entre autres, la quarantaine de citoyens qui ont participé à la consultation publique, à l'église, sur la densification douce, le 31 mai dernier.

Le conseil a choisi de tenir des consultations publiques sur la densification douce (consultation en présentiel et via un sondage où 466 personnes ont répondu), pour avoir des outils supplémentaires pour aider à la prise de décision du conseil.

La consultation publique implique d'établir une relation, une communication entre les citoyens et le conseil municipal. La consultation publique, surtout en présentiel, demande une

grande ouverture de tous, une ouverture pour entendre et partager les différentes idées et c'est définitivement ce qui s'est passé lors de la consultation sur la densification douce. Merci à la firme d'urbanisme L'Arpent de nous avoir accompagnés dans l'organisation de cette consultation. Merci également au Service de l'urbanisme pour tout l'encadrement de cette démarche.

Lors de cette consultation, les membres du conseil et moi-même avons circulé de table en table (il y avait 5 tables) pour entendre les citoyens, afin d'enrichir et bonifier notre réflexion, pour que les décisions que le conseil qui seront prises (ou pas) sur la densification douce contribuent à ce que Val-David soit une communauté où il fait bon vivre, pour tous.

SUIVI DES GRANDS PROJETS

Agrandissement et mise aux normes de l'usine d'épuration des eaux usées de Val-David et de Val-Morin

La Municipalité est en attente de la confirmation d'une substantielle subvention du ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH). La durée des travaux est évaluée à 40 semaines, ceux-ci vont commencer en juillet de cette année et vont se terminer en 2024. En juin, il y aura une rencontre publique d'information avec les citoyens de Val-Morin impacté par les travaux.

Environnement – Prolongement du réseau d'égout, secteur des rues Duquette, Prédéal et Marie-Anne...

Le règlement d'emprunt 778 a obtenu 3 signatures/472 et le règlement d'emprunt 779 n'a obtenu aucune signature sur les 101 signatures requises pour qu'un scrutin réfé-

rendaire soit tenu. Considérant que ces deux règlements ont été approuvés par les personnes habiles à voter, le projet va de l'avant.

La confirmation de l'aide financière du programme PRIMEAU suit également son cours. Nous devrions avoir des nouvelles dans les prochains jours. Si tout va bien, les travaux devraient commencer à la fin juin et se termineront à la fin de l'automne. Les citoyens du secteur seront informés des possibles entraves dans leur secteur.

Suivi du projet de l'école

Nous avons eu une rencontre avec le Centre de service scolaire des Laurentides. Les plans de la future école ont été déposés au ministère et des tests de sol, pour délimiter l'implantation de l'école, se feront cet été.

Embauche d'une personne dédiée à la recherche de financement

L'affichage de ce nouveau poste, qui a pour objectif de trouver du financement pour un large éventail de projets, et ce, sans alourdir le budget municipal, se termine le 10 juin. Les entrevues d'embauches se feront en juin.

Révision de la réglementation municipale pour faciliter la disponibilité d'habitations diversifiées

466 citoyens ont répondu au sondage en ligne sur la densification douce et 53 personnes étaient inscrites pour consultation publique à l'église. La firme d'urbanisme L'Arpent, qui nous accompagnait dans la consultation et la préparation du sondage, remettra à la Municipalité des propositions de réglementations prenant en compte les résultats du sondage et de la consultation.

Planification stratégique

Un document présentant la planification stratégique est disponible sur le site internet valdavid.com pour consultation.

Pas de tondeuse en mai

J'aime bien marcher au village et je partage avec vous une brève conversation que j'ai eue avec une citoyenne qui rangeait sa tondeuse après avoir coupé une petite bande de son terrain.

Moi : Bonjour

La citoyenne : Bonjour, regarde, j'ai laissé plein de pissenlits! (effectivement, la majeure partie de son terrain n'avait pas été tondu et regorgeait de pissenlits)

Diantre que cela m'a fait plaisir. Au nom des abeilles, des insectes pollinisateurs et de la biodiversité, merci à tous les citoyens qui ont laissé les pissenlits et autres fleurs sur leurs terrains.

Merci Lynne Lauzon

En terminant, merci à Lynne Lauzon, notre directrice du Service loisirs et culture pour plus de deux décennies à offrir aux citoyens des loisirs et des fêtes plus diversifiées les unes que les autres, à favoriser et développer les événements culturels, à aider les artistes et artisans et à soutenir nos multiples organismes communautaires. Ce sera la dernière journée de travail de Lynne le 21 juin prochain, puisqu'elle prendra sa retraite. Merci, Lynne, pour tout ce que tu as fait pour notre beau village, et au plaisir de te croiser et te « jaser » dans les rues du village.

Dominique Forget, MAIRESSE



FÊTE NATIONALE 2023 PARC LÉONIDAS-DUFRESNE VAL-DAVID

- 13 h 00 Animation familiale
Théâtre - Les Mamizelles
- 14 h 00 Danse folklorique - P'tit trad du Nord
- 15 h 15 Prestation du groupe de percussions
Bataka
- 17 h 30 Conte et danse avec Benoit Davidson
- 18 h 50 Discours patriotique et hommage au drapeau
- 19 h 00 Spectacle de Chandail de Loup
- 20 h 00 Spectacle des Tireux d'Roches
- 21 h 30 Feu de joie
Spectacle acoustique d'Émile Goyette



ESPACE BIBLIO

1355, rue de l'Académie | 819 324-5678 (4233) | comptoir@valdavid.com
mabiblioamoi.ca/val-david

3 postes internet disponibles | Carte de membre exigée
 Bonne nouvelle pour les abonnés : les frais de retard ont été abolis

NOUVEAUTÉS LITTÉRAIRES



MOURON DES CHAMPS
Marie-Hélène Voyer



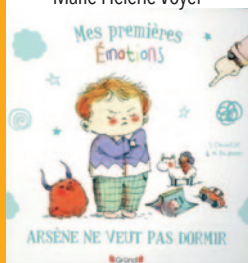
CONTE DE FÉES
Stephen King



INSAISSISSABLE
Catherine McKenzie



LILY MEDIALUNA
Xavier Bonet



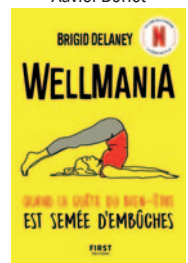
ARSÈNE NE VEUT PAS DORMIR
Stéphanie Couturier
Maurèen Poignon



NISH² LES AURORES BORÉALES
Isabelle Picard



PARFOIS LES LACS BRÛLENT
Geneviève Bigué



QUAND LA QUÊTE DU BIEN-ÊTRE EST SEMÉE D'EMBÛCHES
Brigid Delaney

HORAIRE

**FERMÉE
LE 24 JUIN
ET LE 1^{ER} JUILLET**

Fermée : Lundi et jeudi
 Dimanche : 10 h 30 à 15 h
 Lundi : 10 h à 12 h 30 et 13 h 30 à 17 h 30
 Mercredi : 10 h à 12 h 30 et 13 h 30 à 17 h 30
 Vendredi : 10 h à 12 h 30 et 13 h 30 à 18 h 30
 Samedi : 10 h 30 à 15 h



RESTRICTIONS SUR L'ARROSAGE

Pour préserver cette ressource épuisable, merci de respecter l'horaire pour l'arrosage extérieur, du 1^{er} juin au 1^{er} septembre. Consultez l'horaire des restrictions par secteur sur : valdavid.com/servicescitoyens/environnement

N'OUBLIEZ PAS!

UN PERMIS DE BRÛLAGE EST NÉCESSAIRE POUR TOUT FEU À CIEL OUVERT.

Gratuit sur le site ridm.quebec. Avant de faire tout feu extérieur, veuillez consulter le site de la RIDM afin de savoir s'il vous est permis de le faire.



SÉANCE ORDINAIRE DU CONSEIL MUNICIPAL MARDI 13 JUIN 19 H 30

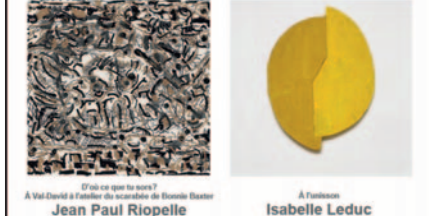
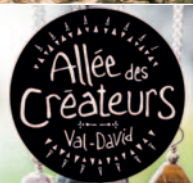
En présentiel à la Salle Athanase-David (église) – 2490, rue de l'Église, Val-David
 Diffusée en direct sur la page Facebook municipale
 Disponible pour une écoute en différé sur le site valdavid.com

FERMETURE DES BUREAUX MUNICIPAUX

LE VENDREDI 23 JUIN (FÉRIÉ) – FÊTE NATIONALE DU QUÉBEC
 LE VENDREDI 1^{ER} JUILLET (FÉRIÉ) – FÊTE DU CANADA

Fermeture des bureaux à midi les jeudi 22 & 29 juin en raison de l'horaire d'été

Pour toute urgence, composez le 911.



PASSIONNÉ D'ARCHITECTURE, DE PAYSAGEMENT ET D'URBANISME? MEMBRES CCU RECHERCHÉS

La Municipalité est à la recherche de citoyens(es) pour siéger sur son comité consultatif d'urbanisme (CCU)

Vous êtes intéressés?

Communiquez avec nous à
juridique@valdavid.com



L'HERBE À POUX

Quelques conseils pour limiter l'impact de son pollen :

- Déraciner avant la pollinisation
- Recouvrir le sol de matériaux inertes
- Planter un couvert végétal compétitif
- Sensibiliser votre entourage
- Tondre régulièrement la pelouse



THÉÂTRE DU MARAIS VAL-MORIN

DÉCOUVREZ LA NOUVELLE PROGRAMMATION



Matt Holubowski



Michelle Desrochers



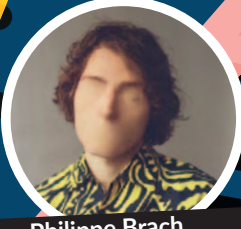
Mon Doux Saigneur



Elisapie



Thierry Larose



Philippe Brach

NOUVELLE
SAISON
2023-2024



Harry Manx



Comment Debord



Gab Bouchard



Dumas



France D'Amour



Beyries

Retrouvez la programmation complète sur
theatredumaraais.com

INFORMATION ET RÉSERVATION :
THEATREDUMARAIS.COM | 819-322-1414
1121, 10^e avenue, Val-Morin, J0T 2R0

Québec Canada

IMMOBILIER

S'ADAPTER sans jugement



Lorraine Hamel

Courtier immobilier et résidentiel
Remax bonjour
450 436-0206 | bureau : 819 326-6860
info@lorrainehamel.com
www.lorrainehamel.com

Comme il fait bon vivre dans notre belle région, « MA Laurentides », comme j'aime la nommer. Formant une communauté accueillante, nous sommes plus nombreux à y vivre depuis les 3 dernières années et, heureusement, on s'adapte bien.

Je me suis établie à Sainte-Lucie-des-Laurentides en 2001; je travaillais au Centre d'action bénévole Laurentides. Je suis une fille de la ville. Je me suis adaptée, impliquée, et je suis tellement heureuse de mon choix pour les Laurentides. J'y ai trouvé la tranquillité. Je suis maintenant installée à Val-David, et j'améliore ma qualité de vie dans ce petit coin de paradis.

Qu'en est-il du marché actuel? Nous avons connu une petite période un peu plus tranquille en début d'année, on s'approchait d'un marché équilibré. En ce moment, c'est l'effervescence. Les acheteurs sont heureux d'aller de l'avant avec leurs projets, il y a plus d'inscriptions. Ils sont heureux de faire des visites et prennent le temps de bien choisir. Ils soufflent enfin et s'adaptent positivement à ce changement.

On revoit des acheteurs qui attendent de trouver leur coup de cœur avant de mettre leur propriété

sur le marché. Cette pratique avait été abandonnée pendant la pandémie. C'est un brin plus stressant, mais on s'adapte, et c'est possible d'obtenir des résultats positifs. Il faut bien orchestrer le tout. Si vous avez des questions à ce sujet, je me ferai un plaisir de vous informer. Vous pouvez aussi consulter le site de l'OACIQ. Pour ceux qui ne connaissent pas cette façon de faire, ils s'y ouvrent et, oui, ils s'adaptent.

À l'heure actuelle, certaines propriétés restent plus longtemps qu'une semaine ou qu'un mois sur le marché. Il ne faut pas s'inquiéter. Oui, le marché est peut-être plus lent pour certaines propriétés, mais ça ne veut pas nécessairement dire que la maison présente des problèmes de structure ou autres. Le produit doit satisfaire le besoin de l'acheteur. Je dis souvent à la blague que d'afficher sa maison sur Centris, c'est l'afficher sur un réseau de rencontre. Le prix peut aussi avoir une incidence sur le délai de la vente.

S'adapter aux nouvelles valeurs des propriétés, c'est difficile pour plusieurs acheteurs. Oui, elles ont augmenté et non, la valeur foncière ne guide pas le prix auquel le vendeur doit vendre.

Il est possible de réaliser votre projet en étant bien accompagnés. On s'adapte positivement à ce marché qui est différent, avec également un taux hypothécaire différent de ce que nous avons connu. Chaque propriété est unique, et vous êtes uniques dans vos besoins et vos désirs!

**À l'heure actuelle, certaines propriétés
restent plus longtemps qu'une semaine
ou qu'un mois sur le marché.
Il ne faut pas s'inquiéter.**

CHEZ NOUS, c'est grand!



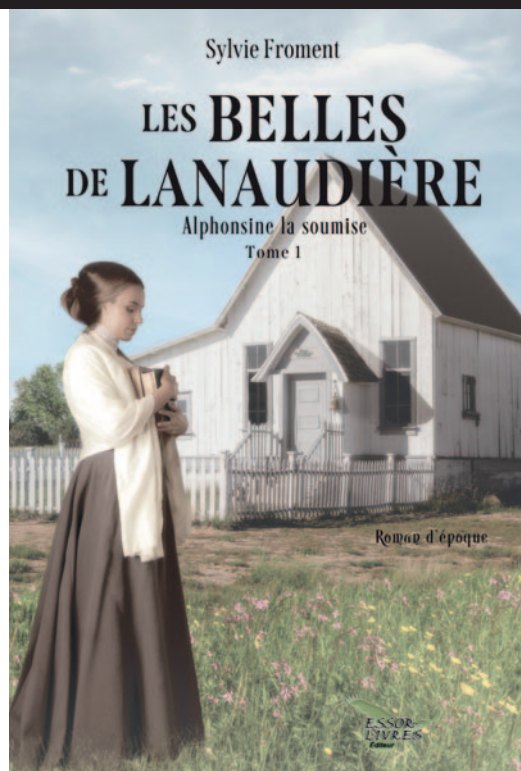
Bleue à l'Apostrophe

Rachel Gagnon expose ses œuvres récentes à la galerie L'Apostrophe, de Sainte-Adèle (3094, rue Charette) du 3 au 9 juillet 2023 sous le titre « Rachel G – Bleue ». Éclectique, l'artiste a exploré plusieurs approches techniques de son art après avoir fréquenté les ateliers de Richard Morin, Robert Lamarche et Courant du Frère Jérôme.



L'affaire est chocolat

Kokoa Kamili travaille exclusivement avec des femmes et s'est engagé à investir les profits réalisés par la vente des fèves de chocolat dans la création d'une école postsecondaire pour filles à Mbingu, en Tanzanie. Pour goûter au plaisir chocolaté en forme de tablettes issues de cet engagement, telles que conçues par Christine Blais, de Palette de Bine, recherchez celles-ci au Magasin Général de Val-David ou à la boutique même de la reine incontestable du chocolat top niveau, à sa boutique de Mont-Tremblant.



Roman à lire

Région de Lanaudière, 1920. La jeune Alphonsine est institutrice dans une école de rang. Elle fait la rencontre de Julien, un jeune enseignant autoritaire, qu'elle accepte d'épouser. Trouvera-t-elle le bonheur auprès de lui? Et Julien, trouvera-t-il sa place au sein d'une société rurale où le devoir tient lieu de plaisir?

Le roman d'époque *Les belles de Lanaudière, Alphonsine la soumise* est le tome 1 publié par Sylvie Froment, inspirée par ses grands-parents paternels et leur famille. Son grand-père était enseignant et inspecteur d'école dans tout Lanaudière, entre les années 1920 et 1963. D'ailleurs, un parc porte son nom à Joliette, le parc Adrien-Froment.

Le livre est disponible dans le Réseau BIBLIO. Vous pouvez en faire la demande à votre bibliothèque.



JOURNÉE DE LA NATURE

Le dimanche 11 juin 2023 | 10 h à 16 h |
au cœur du village, sur le chemin des Hauteurs

Plus de 15 kiosques
Deux conférences gratuites

JOURNÉE DE LA NATURE de
Sainte-Lucie-des-Laurentides

Cette année encore, le Comité consultatif en environnement (CCE) organise la Journée de la nature de Sainte-Lucie, dans un souci de renouvellement.

Le dimanche 11 juin de 10 h à 16 h, on présentera plus de 15 kiosques :

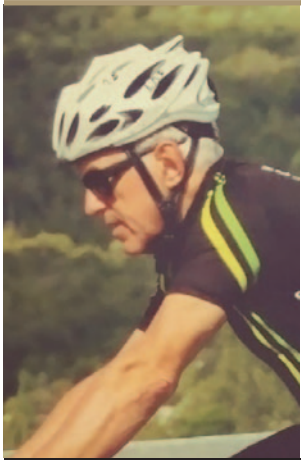
- Réduction des matières résiduelles (achat en vrac, réemploi, recyclage, compostage)
- Réduction des GES par l'achat local
- Promotion de la flore : distribution d'arbres, vente de plantes rustiques
- Analyse de l'eau potable
- Protection de la faune : kiosque de la SÉPAQ sur les loups et du MFFP sur les chauve-souris
- Préservation de la forêt, des lacs et rivières

Il y aura aussi deux conférences gratuites : « Les mythes du zéro-déchet » et « L'aire protégée Mont Kaaikop : Aimer; Protéger; Partager », sans oublier la Joyeuse corvée de nettoyage des fosses, départ de la plage du lac Ménard, de 9 h à 10 h (matériel fourni).

De 10 h à 16 h
Au cœur du village, chemin des Hauteurs
Les citoyens des municipalités environnantes sont les bienvenus.

NOS PUBLICITÉS SE démarquent!

Contactez Isabelle Monette : 819 323-6417 | isabelle@ski-se-dit.info



LE CYCLISTE ET LE VÉLO : prévenir plutôt que guérir

François Gohier

Résident de Sainte-Agathe-des-Monts

Un bon menuisier sait qu'il doit ponctuellement prendre une pause pour affûter ses outils. Tenter « d'étirer » une scie à chaîne sans lui faire subir le nécessaire coup de lime est la recette tout indiquée pour gaspiller ses énergies. Le bricoleur mature tire profit de ces connaissances acquises et les applique d'instinct à son activité vélo.

S'occuper d'abord des pièces mobiles...

Quand une porte de garage, par exemple, se met à faire des sparages, toujours commencer par vérifier les commutateurs (les composantes qui bougent souvent) avant de démonter le bloc central et d'envoyer le circuit imprimé à Toronto! On apprend à la dure.

Ainsi en est-il pour une bécane, qu'elle vous ait coûté 200 \$ ou 10 000 \$.

Dans un vélo, quelques pièces, les plus mobiles, bien sûr, subissent 99 % de la tension et nécessitent un entretien régulier : la cassette (les engrenages fixés à la roue arrière) et la chaîne.

Pourquoi la cassette arrière et pas les plateaux avant (les engrenages activés par les pédales)? Il faut comprendre que la puissance transmise par la chaîne n'est appliquée à l'arrière que sur quelques « dents », alors qu'elle est produite à l'avant sur des plateaux de trente à cinquante dents. Celles des engrenages de la roue arrière



Un bain occasionnel de la chaîne dans le dégraisseur lui fait le plus grand bien!

vont inévitablement subir de l'usure bien avant celles des plateaux avant.

Cette usure de la cassette sera accélérée par celle de la chaîne, car une chaîne s'étire avec le temps et ne s'imbrique plus parfaitement dans l'engrenage. En résultent une traction imprécise et des sauts de chaîne dans les cas extrêmes. S'attendre, donc, à remplacer chaîne et cassette lors de la mise au point annuelle, c'est un minimum... et carrément essentiel si vous faites au moins 5000 km au cours d'une saison.

Huiler la chaîne fréquemment, ça va de soi. Si vous faites des parcours typiques de moins de trente kilomètres et moins de trois fois par semaine, vous avez intérêt à utiliser une huile de type WET, qui requiert moins d'applications en tout et partout. Pour ma part, je préfère l'huile de type DRY, qui noircit beaucoup moins la chaîne (on est coquet...), mais qui doit être réappliquée aux deux ou trois sorties.

Et qu'en est-il du moteur (le cycliste)?

Les kinésiologues et physiothérapeutes vous diront que tout mouvement répété peut entraîner des troubles musculosquelettiques (TMS). Dans le

genre, pédaler à vélo est certainement un comportement susceptible de produire des malaises. Il s'agit donc de le faire dans les meilleures conditions possibles.

J'ai eu le bonheur de consulter un spécialiste au cours des dernières semaines, le physiothérapeute Vincent Sigouin, de Sainte-Agathe. Lui-même sportif aguerri et spécialiste des blessures sportives, Vincent est un vrai pro dans son domaine!

La consultation s'imposait à la suite de constants inconforts et des douleurs ressenties au contact de la selle. Après avoir essayé plusieurs modèles de selles au cours des ans, et constaté que je roulais toujours sur celle que je considérais la moins pire, il m'est venu à l'esprit que ma position sur le vélo pouvait en être la cause.

Dès le début de la consultation, j'ai bien vu que je n'avais pas affaire à un charlatan (il y en a dans le domaine). Vincent, de Réflexe ergo physio, possède un exerciceur fixe in situ permettant de mettre le vélo du client en contexte et de mesurer tant l'extension des jambes que l'angle et la hauteur de la selle. Tous ces paramètres et les ajustements conséquents se révèlent d'une grande importance, comme j'ai pu le constater la semaine suivante dans un périple assez costaud en Virginie.

Il ne faut donc pas lésiner sur les préparations tant de la bécane que du cycliste lui-même. Il y a trop d'effort à mettre là-dedans pour ne pas se donner la peine de prendre le temps et de bien faire les choses.

LE JOURNAL
Ski-SE-Dit.info

DISTRIBUÉ À
Val-David, Val-Morin,
Sainte-Lucie-des-Laurentides,
Sainte-Agathe-des-Monts,
Mont-Blanc et
Sainte-Adèle

**POUR TOUTE
RÉSERVATION
PUBLICITAIRE**

Isabelle Monette
819 323-6417
isabelle@ski-se-dit.info



TOUT LE JOURNAL EN LIGNE À CHAQUE PARUTION À L'ADRESSE WWW.SKI-SE-DIT.INFO

EXCLUSIVEMENT DANS SKI-SE-DIT

JE VEUX FAIRE LA traversée du Canada en rollerski!

Phil Shaw

Je veux partager avec vous un souhait qui m'habite depuis plusieurs années : faire la traversée du Canada en skis à roulettes. Pour la petite histoire, j'ai déjà fait une traversée du Canada en patins à roues alignées en 1995 (inscrite dans le *Livre Guinness des records*), d'Halifax à Vancouver. En 2002, j'ai fait une autre traversée en skis à roulettes traditionnels (Jennex), mais cette fois-ci, sur les pistes cyclables, de Saint-Jean de Terre-Neuve à Vancouver, en me déplaçant en voiture de piste cyclable en piste cyclable!

En 2026, je voudrais faire – ou plutôt refaire – cette traversée, mais en skis à roulettes tout-terrain (SRB), de Saint-Jean de Terre-Neuve à Vancouver, cette fois-ci sur la route principale transcanadienne d'est en ouest, qui ferait une distance d'environ 7121 kilomètres. Je prévois quitter Saint-Jean de Terre-Neuve le 1^{er} mai pour arriver à Vancouver le 11 octobre 2026, date de mon 60^e anniversaire. Ma conjointe et complice Annie Gauthier me suivrait dans un véhicule récréatif, pour assurer ma sécurité. Je veillerais à porter des vêtements visibles et un



ballon d'hélium (ou deux!!!). Je vais choisir une cause, probablement Autisme Canada, cela est à confirmer.

J'espère également attirer l'attention sur les trop peu nombreuses pistes cyclables adéquates et mettre en lumière les sports sains et respectueux de l'environnement que sont le ski à roulettes et le ski de fond. J'ai l'intention de visiter et de rester une nuit

à Montréal, et ensuite contourner Ottawa et Toronto pour me diriger vers le nord et dormir chez moi dans la belle ville de Val-Morin. Attendez-vous donc à ce que je fasse un petit discours local et que je rencontre et salue mes fans à Val-David, probablement à la mi-juin 2026. De là, je continuerai vers le nord jusqu'à Mont-Laurier, traverserai le parc de La Vérendrye et l'Abitibi, le nord de l'Ontario, et commencerai la longue ligne droite du Manitoba jusqu'à Vancouver.

J'espère rencontrer et saluer les gens dans les différentes villes le long du chemin pour diffuser mon message, encourager les gens à adopter un mode de vie sain et à faire un don à Autisme Canada. J'ai particulièrement à cœur d'aider les enfants et les jeunes adultes autistes à atteindre leur plein potentiel. Je me suis déjà impliqué auprès de l'organisme Autisme et arts Laurentides (AAL) en 2022 en tant que mentor sportif et personnalité de bonne humeur. En faisant du ski à roulettes à travers le Canada, je pourrai contribuer à faire rayonner cette noble cause et me présenter aux jeunes comme une inspiration à se dépasser et inclure le sport dans leur vie. En conclusion, voici mon nouveau souhait et défi; je savoure déjà l'idée de revoir les magnifiques paysages de notre beau pays. Et vous, quel est votre prochain défi? 😊



ROLLERSKI.CA
philshaw@rollerski.ca

 **Suivez-nous**
SUR

@journal_ski_se_dit

Abonnez-vous
À NOTRE INFOLETTRE
www.ski-se-dit.info



Institut
Marlène

Quand la beauté rencontre le mieux-être!

3241, rue Laverdure
Val-David | 819 321-7121
 info@institutmarlene.com

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

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

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

Dr Simon Grondin



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



Simon Grondin
— CHIRURGIEN-DENTISTE —

PRISE DE RENDEZ-VOUS :
819 320-0265 | dentistesimongrondin.com

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

Humeurs musicales n°14

Serge Truffaut :
la passion de la
musique

Gilles Chaumel

Animateur radio à CKRL 89,1 Québec,
historien et mélomane

Plus que mes humeurs, ce sont celles de Serge Truffaut que je vous propose aujourd'hui. Journaliste puis éditorialiste politique et économique au quotidien *Le Devoir* pendant plus de 30 ans, l'homme est aussi fêru de musiques afro-américaines, et plus particulièrement de jazz et de blues. Me souviens encore de sa première chronique quelque part en 1987 à propos du saxophoniste Lee Konitz et de la suivante sur les mérites de l'Art Ensemble of Chicago. J'ai tout de suite été acheteur du chroniqueur, malgré son style souvent inorthodoxe qui peut en irriter certains. Je n'ai pas cessé de le lire depuis.



S'il a sa retraite du journalisme, il ne l'a vraiment pas fait en ce qui concerne sa passion musicale. En 2018, il proposait *Les résistants du jazz*, portant non sur les très grands noms qui ont fait la renommée du

genre, les Louis Armstrong, Billie Holiday ou Miles Davis, mais ceux qui, dans une certaine mesure, les soutenaient et enrichissent le jazz au quotidien : Red Garland au piano, la trop méconnue Mary Lou

Williams, compositrice et arrangeuse de haut niveau, ou encore mon héros, l'altiste junkie Art Pepper. À ces portraits de musiciens s'ajoutent quelques portraits sociaux de villes qui ont influencé le jazz.

Deux ans plus tard, *Les nomades du blues* proposent celui de l'ouvrier et celui du paysan, le blues acoustique du Sud profond et celui, électrique de Chicago. Des portraits de tout acabit, ceux que l'on reconnaît, Muddy Waters, B.B. King, Robert Johnson, qui a vendu son âme au diable, Etta et Ruth aussi. Tout cela placé dans son contexte historique et social qui explique la pauvreté, le racisme, l'espoir.

Enfin, le plus récent, *Mémoires de jazz*, reprend quelque 80 chroniques publiées dans *Le Devoir* au cours des deux dernières décennies. En bref, par la musique, Serge Truffaut nous raconte l'histoire de l'Amérique depuis un peu plus d'un siècle; ce n'est pas rien.

Ces trois ouvrages sont publiés aux Éditions Somme Toute, *Le Devoir*.

DÉCOUVRIR SAINTE-ADELE N° 23
LA RELIURE adéloise

Nicole Davidson

Résidente de Sainte-Adèle

La revue *La Mémoire* numéro 162, été 2022, relate l'histoire de la création de l'atelier de Reliure adéloise par les frères Gilles et Guy Marchildon, à la demande du maire de l'époque, André Goyer, en 1993. C'est la preuve qu'il existe des politiciens visionnaires et des citoyens non seulement réceptifs, mais également généreux et coopératifs. Le nom sera officialisé en 2015.

La Reliure adéloise est un organisme à but non lucratif. Elle offre des services de restauration, la formation, et la création de livres. Un véritable trésor caché! C'est le moins que l'on puisse dire de cet extraordinaire atelier de reliure. Je ne l'aurais jamais trouvé si ce n'avait été d'une conversation avec Odette Pinard, artiste en arts visuels et fêrue de patrimoine, qui m'avait invitée à aller le visiter. C'est en m'indiquant très précisément comment descendre dans un labyrinthe à l'arrière du bâtiment municipal au 170, rue Morin, affichant Centre municipal d'archives sur son fronton, que j'ai pu entrer dans cette caverne d'Ali Baba.

Au moment de ma visite, quatre personnes y travaillaient minutieusement pour des projets



personnels ou pour des commandes de reliures ou de restauration de livres. Les artistes et artisans ne semblent pas avoir de frontières. Je me sens en pays connu, parce que j'y retrouve ces êtres admirables dédiés à humaniser et à éclairer notre monde. Par certains aspects, j'avais l'impression d'être chez un petit cousin de l'Atelier de l'île de Val-David.

Dans ce lieu extrêmement bien équipé, on découvre la grande cisaille, la machine à estamper,

les casiers de typo, et les caractères d'imprimerie, des toiles et des machineries de toutes sortes. C'est la Ville de Sainte-Adèle qui s'est chargée de rapatrier ces lourds équipements.

Les murs sont de couleur jaune soleil, et c'est important pour faire oublier l'absence de fenêtre. Heureusement, un évier est mis à la disposition des utilisateurs, mais on y déplore l'inexistence d'unité sanitaire. C'est très prosaïque comme demande, mais on a beau être des artistes et

être portés sur le rêve, il n'en demeure pas moins que...

Simple réflexion très personnelle, je me demandais si les archives du rez-de-chaussée ne seraient pas mieux servies au sous-sol et les relieurs en haut... Cela serait-il pensable ou réalisable? Les archives n'ont surtout pas besoin de lumière et certainement pas de toilettes... Les escaliers représentent aussi un frein pour attirer une certaine clientèle d'utilisateurs.

Les villes sont beaucoup sollicitées pour offrir des locaux qui répondent aux besoins souvent urgents des organismes. Il ne faut jamais oublier que les citoyens dans leur ensemble sont appelés à les payer par le biais de leurs taxes. Le rôle des élus est de trouver des solutions parfois imparfaites faute de moyens financiers. Les mécènes ne courent pas les rues, je salue donc la générosité et le courage des frères Marchildon. Guy n'est plus de ce monde, mais son frère Gilles est membre honoraire de l'OBNL. J'ai bien hâte de faire sa connaissance, ce qui ne saurait tarder. Pour un rendez-vous avec l'atelier, veuillez écrire à reliureadeloise@gmail.com.

ENVIRONNEMENT

AUJOURD'HUI,
c'est déjà demainURGENCE
CLIMATIQUE**Yves Nantel**Chroniqueur sur l'environnement
et résident de Val-David

« Les actions entreprises aujourd'hui vont influencer sur le climat pour des millénaires », dicit le GIEC, 21 mars 2023. Arrêtons-nous 30 secondes, puis répétons cette affirmation... 3 fois... 4 fois, afin de bien prendre conscience de sa signification.

Que va-t-il arriver si le réchauffement du climat continue au rythme actuel? « Avec un réchauffement planétaire croissant, les pertes et dommages vont croître et certains systèmes naturels et humains vont atteindre la limite de leur capacité d'adaptation », toujours selon le GIEC. Perdre les capacités d'adaptation, n'est-ce pas leur mort?

Et que va-t-il se passer graduellement jusqu'à l'atteinte de cette limite? La hausse des vagues de chaleur meurtrières, la fonte des glaciers, l'acidification et la hausse du niveau des mers, les inondations et l'érosion des berges, la diminution de l'accès à l'eau y compris l'eau potable, la propagation des maladies, dont de nouveaux virus, le recul de la production alimentaire, la détresse psychologique, les vagues de réfugiés climatiques et les luttes pour l'accaparement des ressources non affectées.

Se peut-il que nous, les Humains, avec les structures que nous avons mises en place, soyons les responsables de ces dérèglements du climat?

Certains scientifiques vont jusqu'à qualifier cette époque, l'ère de l'Anthropocène, l'ère des Humains.

Le défi est colossal et peut paraître insurmontable. « Ce qui manque pour l'instant, c'est une volonté politique forte afin de résoudre les problèmes une fois pour toutes », selon le président du GIEC, Hoesung Lee. Il y a de l'espoir, alors? « ... mais la fenêtre pour agir efficacement se referme rapidement ». On le sait, l'objectif est de limiter le réchauffement à 1,5 °C par rapport au niveau de l'ère préindustrielle, soit celui d'il y a ±150 ans.

Le Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (GIEC), ce n'est pas n'importe qui. C'est l'organisme mondial que se sont donné les pays regroupés au sein de l'ONU pour leur présenter l'heure juste sur la question des changements climatiques.

Le Canada est-il en phase avec cette situation?

Même s'il ne faisait que 38 millions d'habitants, le Canada était, en 2019, le 10^e pays le plus grand émetteur de gaz à effet de serre au monde. Il était aussi en tête du palmarès des pays émetteurs par habitant avec quelque 19,6, devant les États-Unis, qui en émettaient 18,3 par habitant. Cela lui confère une responsabilité particulière.

Que l'on prenne l'angle que l'on veut, il est difficile d'affirmer que le Canada est sur la bonne voie « d'agir efficacement et rapidement ». À ce jour, le Canada a complètement failli à la tâche d'atteindre

ses cibles de diminution d'émissions de GES. Peut-on croire notre ministre de l'Environnement lorsqu'il affirme que nous atteindrons la carboneutralité en 2050?

On peut en douter? Quelques exemples

En juin 2018, le gouvernement du Canada parrainait la Charte sur les plastiques dans les océans. Quelques mois plus tard, il publiait sa Stratégie pancanadienne visant l'atteinte de zéro plastique puis enclenchait des consultations sur le projet de loi, puis sur les règlements, puis sur les directives. En juin 2022, quatre ans plus tard, il publiait enfin le Règlement interdisant les plastiques à usage unique. Et devinez quand il sera appliqué intégralement? « Pour permettre à l'industrie de s'adapter aux changements, le Règlement sera mis en œuvre graduellement » jusqu'en décembre 2025. Sept ans et demi avant d'interdire. Combien pour voir les résultats?

Pour sa part, le commissaire à l'environnement Jerry DeMarco, dans un récent rapport, constate que « le Ministère avait dépassé de deux ans ses cibles initiales pour l'élaboration du Règlement sur les combustibles propres, ce qui n'est pas en phase avec le caractère urgent de la crise climatique ».

Dans le dossier des espèces menacées, il met en évidence que les efforts pour planifier les espèces en péril sont lents et insuffisants. En réponse, le gouvernement s'est engagé à déposer un plan, d'ici deux ans. Donc en 2025, on aura un plan, puis devront suivre les règlements et la procédure

d'application. Et l'action? Peut-on se permettre les mêmes lenteurs que lors de l'élaboration de l'interdiction des plastiques à usage unique?

Quant aux émissions de méthane : « Nous avons constaté que de grandes sources de méthane n'étaient pas prises en compte dans les inventaires ni visées par les règlements existants. Cela accroît l'incertitude entourant la quantité et l'ampleur des réductions réalisées. »

L'Arctique se réchauffe 2 fois plus vite que le reste de l'atmosphère; il en est déjà à +3 °C. Mais c'est chez nous l'Arctique. L'Organisation météorologique mondiale des Nations unies nous annonce : « la partie est perdue pour les glaciers, car la concentration de CO₂ est déjà très élevée et l'élévation du niveau de la mer risque de se poursuivre pendant les milliers d'années à venir ».

Croire aux miracles

Nous sommes devant l'urgence d'agir. Oui, oui, je sais, c'est complexe, tant de facteurs entrent en ligne de compte. Mais on ne doit pas rester paralysés devant l'ampleur du défi. Actuellement, c'est comme si on tergiversait en misant sur un miracle à advenir. Ne l'oublions pas : « Les actions entreprises aujourd'hui vont influencer sur le climat pour des millénaires. »

*La chronique environnement d'Yves Nantel
reviendra dans notre édition de septembre.*

**Michel MAJOR | 514 952-5492****COURTIER DE LA MAJORITÉ
DES GENS SATISFAITS!**synergie inc.
Agence immobilière

104A, RUE PRINCIPALE, SAINTE-AGATHE-DES-MONTS



SAINT-DONAT - 729 5005 - NOUVEAU PRIX!
DISPONIBLE POUR VACANCES D'ÉTÉ! Bord du Lac Pimbin/Provost (navigable motorisé) - À proximité du village et de tous les services... à quelques minutes du Mont-Garceau et du parc du Mont-Tremblant. Superbe propriété rénovée, très bien entretenue et en très bonne condition - Vue panoramique, coucher de soleil... Tout est là, grand terrain privé, bien paysagé... Ne cherchez plus, elle vous attend! MLS 20033733



SAINT-ADOLPHE-D-HOWARD - 599 0005
NOUVEAU PRIX! (À VISITER). Propriété dans secteur recherché. 2 chambres et une grande mezzanine pouvant servir de bureau ou de chambre. - Style recherché « Timber-frame » - plafond cathédral avec belles grosses poutres apparentes, sur un terrain boisé et très intime. Près de tout : lacs, village et services. (Tous les travaux seront terminés par le vendeur avant la prise de possession) MLS 12001134



SAINT-DONAT - 459 5005
Condominium haut de gamme, neuf 2022. Unité de coin 4 1/2 avec vue sur le lac Archambault, sur le mont La Réserve et le village. Habité depuis quelques mois seulement, au goût du jour. Finition de haute qualité, comptoir quartz, salle de bain tendance. Bonne insonorisation. Pied à terre dans un superbe endroit vous pouvez y résider ou louer (court-terme Airbnb). 2 stationnements extérieurs. Tout pour plaire! MLS 12700709

DANS L'AGENDA de France-Élaine

Députée de Bertrand et ministre responsable de l'Habitation, France-Élaine Duranceau présente ici les principales activités auxquelles elle ou les membres de son équipe ont participé le mois dernier.

En plus des activités en comté, Mme Duranceau siège à Québec du mardi au jeudi. À ses activités parlementaires s'ajoutent également les rencontres du Conseil du trésor (CT), celles du Conseil des ministres (CM), et celles du Comité ministériel des Services aux Citoyens (CMSC). Voici ses activités du mois de mai 2023 :

- 1^{er} mai :
 - ** Annonce nationale par Sonia Bélanger, à Saint-Jérôme, hospitalisation à domicile (Marianne Laliberté, Lyne Lapointe);
 - ** Cérémonie de commémoration du décès de Martin Labelle, à Sainte-Adèle (Hugo Paquette);
 - Entrevue à CIME FM, concernant le mandat en Habitation;
 - Conférence de presse chez Équipe Laurence, à Sainte-Adèle, pour l'ouverture d'un service de garde éducatif en entreprise;
 - Rencontre de travail avec l'équipe de comté pour la planification mensuelle
- 2 mai :
 - ** Rencontre avec la direction de la MRC des Laurentides (Hugo Paquette);
 - ** Gala régional d'OSEntreprendre Lanaudière, à la municipalité de Saint-Jacques (Lyne Lapointe)
- 3 mai :
 - ** Assemblée générale annuelle de l'Université du Troisième Âge (UTA) à Saint-Donat (Hugo Paquette);
 - ** Assemblée générale annuelle de la Table des aînés des Pays-d'en-Haut, à Morin-Heights (Marianne Laliberté)
- 4 mai :
 - Séance d'étude des Crédits budgétaires en Habitation, à l'Assemblée nationale;
 - ** Rencontre avec les dirigeants de la SOPAIR – Société de Plein Air des Pays-d'en-Haut, à Sainte-Adèle (Marianne Laliberté, Lyne Lapointe);
 - ** Rencontre avec le responsable de la sécurité dans les bureaux de circonscription (Marianne Laliberté, Hugo Paquette, Lyne Lapointe, Jacqueline Martin)
- 5 mai :
 - Assises de l'UMQ – Union des Municipalités du Québec – à Gatineau;
 - Rencontre avec le ministre fédéral du Logement, l'Honorable Ahmed Hussen;
 - ** Événement *Place aux 50 ans et mieux*, organisé par la MRC des Pays-d'en-Haut, à Sainte-Adèle (Hugo Paquette)

- 6 mai :
 - ** Mondial de la Fondue, organisé par SOS Fondue, au Centre de ski Vallée Bleue, à Val-David (Hugo Paquette)
- 8 mai :
 - ** Rencontre du président du Club de plein air Sainte-Lucie (Lyne Lapointe);
 - ** Remise d'un soutien financier au Festival des Chansonniers du Québec (Hugo Paquette)
- 9 mai :
 - Rencontre d'une délégation de l'Abitibi-Témiscamingue, à l'Assemblée nationale, pour des dossiers portant sur l'Habitation;
 - Participation à la cérémonie de remise des Prix pour un Québec sans racisme
- 10 mai :
 - ** Formation présentée par le ministère de la Sécurité publique, sur les différents programmes offerts par le gouvernement à la suite des inondations printanières (Lyne Lapointe);
 - ** Participation au *Colloque sur l'Habitation* organisé par la Ville de Sainte-Adèle (Marianne Laliberté, Hugo Paquette);
 - ** Souper-bénéfice de Prévoyance envers les aînés, au Club de golf Royal Laurentien (Marianne Laliberté, Hugo Paquette)
- 11 mai :
 - ** Ensachement de 750 plants d'arbres – espèces variées – dans le cadre du Mois de l'Arbre (Marianne Laliberté, Hugo Paquette, Lyne Lapointe);
 - ** Distribution d'arbres à l'École secondaire A.-N.-Morin de Sainte-Adèle (Marianne Laliberté)

- 12 mai :
 - Annonce de soutien à l'organisme La Hutte, à Saint-Jérôme – logements pour itinérants et clientèle en santé mentale;
 - ** Distribution d'arbres à l'École secondaire des Chutes, à Rawdon (Lyne Lapointe);
 - ** Distribution d'arbres à la Polyvalente des Monts, de Sainte-Agathe-des-Monts (Marianne Laliberté, Hugo Paquette);
 - ** Conférence de presse pour le lancement de l'événement *L'Ascension du Col du Nordet*, à Sainte-Agathe-des-Monts (Hugo Paquette);
 - ** Suivi de la manifestation organisée par le FRAPRU à Sainte-Agathe-des-Monts, devant le bureau de circonscription (Hugo Paquette)
- 13 mai :
 - Conseil général de la Coalition Avenir Québec, à Sherbrooke;
 - Caucus des Laurentides; discussion sur les enjeux de santé
- 14 mai :
 - Conseil général de la Coalition Avenir Québec, à Sherbrooke
- 15 mai :
 - Participation à La Grande conversation sur le logement, organisée par Centraide, à Montréal
- 16 mai :
 - Soirée collecte de fonds au bénéfice de ANEB (Anorexie et Boulimie Québec) à Montréal
- 17 mai :
 - ** Rencontre des MRC d'Antoine-Labelle, MRC des Laurentides et MRC des Pays-d'en-Haut, pour le

- programme RénoRégion (Hugo Paquette);
 - Visite de la bâtisse et remise d'un soutien financier à l'Accueil communautaire jeunesse Le Labyrinthe, à Sainte-Adèle;
 - ** Assemblée générale annuelle de la Chambre de commerce du Grand Sainte-Agathe et remise d'un soutien financier (Hugo Paquette)
 - 18 mai :
 - ** Rencontre avec Inter-Action Travail Laurentides (Hugo Paquette)
 - 19 mai :
 - Visite de l'hôpital Royal Victoria, avec Dre Lucie Opatrný
 - 20 mai :
 - Inauguration de la Salle de l'âge d'or de la municipalité de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
 - 23 mai :
 - ** Assemblée générale annuelle de la Corporation de développement économique de la MRC des Laurentides (Hugo Paquette)
 - 24 mai :
 - ** Formation sur les différents programmes offerts par la Société d'Habitation du Québec, présentée par le cabinet de Mme Duranceau (Marianne Laliberté, Hugo Paquette)
 - 25 mai :
 - ** Rencontre avec la responsable de l'organisme La DeMOIs'saie (Marianne Laliberté, Hugo Paquette);
 - ** Rencontre des attachés politiques avec le CISSS Lanaudière (Lyne Lapointe, Jacqueline Martin);
 - ** Ouverture officielle de Matériaux Pont Masson, à Val-Morin (Hugo Paquette)
 - 26 mai :
 - Tournoi de golf Lauda Garceau, à Saint-Donat, au profit de la Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut
 - 27 mai :
 - ** Souper-bénéfice du Club Richelieu Sainte-Agathe, au profit du Centre pédiatrique des Laurentides (Marianne Laliberté)
 - 30 mai :
 - Dîner avec une délégation wallonne (Belgique) en visite au Québec pour discuter des enjeux en habitation;
 - ** Comité de développement économique et territorial de la MRC des Pays-d'en-Haut (Hugo Paquette)
 - 31 mai :
 - Rencontre de la Fédération des municipalités du Québec (FOM) à Québec.
- (** = indique une activité spécifiquement reliée aux fonctions ministérielles.)



« Je soutiens de nombreuses causes, dans le comté comme ailleurs au Québec, notamment celle de l'ANEB (Anorexie et Boulimie Québec). Ici, en compagnie de Sophia Zito, la ministre Pascale Déry et Josée Champagne, DG de l'organisme, lors d'une soirée-bénéfice le 16 mai. »



FRANCE-ÉLAINE DURANCEAU

DÉPUTÉE DE BERTRAND

MINISTRE RESPONSABLE DE L'HABITATION

☎ 819 321-1676 | 800 882-4757

✉ france-elaine.duranceau.BERR@assnat.qc.ca



Avec la fin de la session parlementaire et le retour de la saison estivale, j'ai bien hâte de participer avec vous à une foule d'activités dans notre comté.

Au plaisir d'aller à votre rencontre cet été !

FRAÎCHEUR estivale

Johann PlourdeChroniqueuse Bières
et Découvertes

Une dégustation qui promet saveurs, couleurs et mettant en valeur un partage de connaissances, de complexité et tout un avant-goût de l'été!

Une collaboration entre les brasseries **Herman** de Prévost et **Isle de Garde** au centre de La Petite-Patrie à Montréal présente : *ale anglaise Extra Royale ESB* à 5 % (355 ml)

Tout d'abord, qu'est-ce qu'une EBS? C'est un style de bière qui joue entre l'amertume du houblon et du malt. On aime son goût gourmand, ses saveurs chaleureuses et sa légèreté en bouche. À l'époque, les malts étaient torréfiés à l'aide de tourbe et de bois pour leur insuffler un caractère fumé et sombre, c'est pourquoi l'apparence de cette bière va de l'or au cuivre foncé.

Son nez est floral, épicé, terreux, mielleux, accompagné d'un bouquet d'orange, de pamplemousse et de thym. Décorée d'une mousse laborieuse couleur crème, elle est élaborée avec le houblon East Kent Golding, la reine des houblons reconnue pour ses atouts raffinés, floraux et citriques. Son goût évoque des arômes de malt pour équilibrer l'amertume et offre une douceur intense de caramel, des saveurs secondaires de pain grillé, de biscuit, de noisette. Elle est fruitée, avec des qualités florales, de résine et de terre. Excellente



avec un filet de porc rosé, pommes rouges du Québec caramélisées sur couscous aux amandes avec un filament de vinaigre balsamique foncé.

Passons à la deuxième collaboration, cette fois entre **Herman** et la **Brasserie Sir John** de Lachute : *YOKOZUNA*, une lager de riz à 5,3 % (355 ml)

Vous avez un faible pour les styles de bières aux arômes de fruits de la passion? En voici une qui saura vous plaire. Élaborée avec le

houblon Riwaka, reconnu pour ses arômes vifs et puissants d'agrumes, de pamplemousse rose et de fruits tropicaux, c'est une lager tout à fait surprenante qui enrobe les papilles. De couleur jaune foncé et voilée, son col bien mousseux formé de grosses bulles présente un nez parfumé aux sensations exotiques accompagné de notes bien citronnées. En bouche, la texture est agréable, le riz apporte un aspect crémeux fort intéressant; c'est frais et rafraîchissant. Les saveurs de fruits tropicaux se partagent de manière équilibrée les notes fruitées et acidulées, et une amertume modérée se ressent avec une certaine délicatesse, ce qui respecte

totalement le standard d'une lager, mais additionnée d'un soupçon d'originalité! Parfaite avec un filet de truite grillé, une salade de concombre râpé, tomate farcie de riz basmati froid, fromage parmesan et fines herbes.

Terminons avec *LENNIE*, Grisette houblonnée à 4,5 % (750 ml)

Il s'agit d'une création de la **Brasserie Herman** et élaborée avec des levures maison.

Tout d'abord, une grisette est une catégorie de bières rafraîchissantes à faible teneur en alcool originaire de la province du Hainaut, en Belgique. Les grisettes sont des bières d'agrumes croquants, légères, brassées pour être accessibles à l'infini et pour tous. C'est le type de bière que vous voulez boire toute l'année, mais surtout par une chaude journée sur votre ou leur terrasse. De couleur jaune paille avec un look brouillé, sa mousse blanche dégage un parfum aromatique unique. Doux et résineux, le houblon Motueka offre des notes légèrement épicées, d'agrumes, d'herbes fraîches, de basilic et de romarin. Vraiment un nez excitant et tropical!

Une bière de soif, votre bouche vous le confirmera! Sensations désaltérantes qui apportent beaucoup de fraîcheur, un goût fruité, des bulles qui pétillent longtemps, en harmonie avec l'idée que nous nous faisons dès la première fois que l'on y plonge les narines. Idéale avec un tartare de pétoncles, fruit du dragon, framboises et ciboulette fraîche.

Santé! Merci à Herman et ses collaborateurs.

Ce texte a également paru le mois dernier dans le *Journal des citoyens*.

PIXEL Créatif

GRAPHISME
IMPRIMERIE | NUMÉRIQUE
T-SHIRTS | PROMO

pour tous vos projets VISUELS ET IMPRIMÉS

SAINTÉ-ADÈLE
450 229-0395 | pixelcreatif.com
f Pixel Créatif

Guivez-nous
SUR

f i

@journal_ski_se_dit

Abonnez-vous
À NOTRE INFOLETTRE
www.ski-se-dit.info

Les feux de forêt de 1903



La seule photo connue du feu près d'ici datant probablement de 1903 ou peu après. Les suites de l'incendie dans le secteur du comté de Montcalm, sis au sud de Sainte-Marguerite. BAnQ 03Q_E6S7SS1P79820

Paul Carle et Michel Allard, historiens

Au printemps 1903, Val-David (ou Belisle's Mills), tout comme une bonne partie du Québec, de l'Ontario, des Maritimes et même du Maine, vit la sécheresse qui, dans son sillage, provoque des feux de forêt. Au début de juin 1903, plusieurs municipalités, dont entre autres Ottawa, Hull, Sainte-Adèle, Saint-Jérôme, Saint-Faustin, Sainte-Agathe, Trois-Rivières, Sherbrooke, Acton-Jonction, Wickham, Sainte-Thérèse, Joliette, Saint-Jean, Grand-Mère, Saint-Janvier, Saint-Jovite, Farnham, Yamachiche, Hull, Arthabaska, Scottstown, Mégantic, Québec... font déjà état de dommages et de pertes.

En effet, dès la fin du mois d'avril 1903, la région des Hautes-Laurentides était déjà la proie des flammes :



Dans *La Patrie* du 11 mai 1903, la chroniqueuse Madeleine consacre, sous le titre « À travers le Nord », sa chronique hebdomadaire à l'aide à apporter aux sinistrés :

Je viens de traverser le beau pays où tout brûle. J'ai vu les incendies immenses des montagnes, j'ai respiré l'âcre parfum de ces bûchers géants et, en admirant le panorama de feu, je songeais à ces chers colons qui voient, dans une minute

d'indicible horreur, tous leurs biens s'en aller en petite flamme bleue, là-haut.

Tout est brûlé : grange, écurie, maison; tous les meubles, le linge, les habillements de toute la famille, les semences, les pommes de terre, tous les instruments pour la culture, deux cochons, toutes nos provisions pour l'année [...] Quel navrement; le cœur en fait mal! [...]

Et je vous écris cette prière sur les bords du lac Labelle, dont les flots chantent leurs mélodies rêveuses, pendant que les lueurs des grands feux embrasent une partie de l'horizon...

Mais le feu « descend » vers Sainte-Agathe (dont Belisle's Mills fait partie) et par la suite vers Sainte-Adèle et Saint-Jérôme.

À Sainte-Agathe (Spécial au « Canada »)

Sainte-Agathe—Le feu est en train de dévaster toute notre région. Parti de Labelle il y a quelques semaines il est descendu jusqu'ici, causant sur son passage des dommages considérables. À Labelle, il a dévasté une grande superficie de forêt, ruinant, de ce fait, un grand nombre de pauvres colons qui demandaient leur subsistance au commerce du bois.

ALBUM souvenir VAL-DAVID

Aujourd'hui le feu est arrivé sur notre territoire, et depuis ce matin, il ravage la partie nord de notre village. Le désastre est certain car l'élément destructeur est incontrôlable.

Toute la population est sur pied depuis le moment où s'est déclaré l'incendie et elle fait des efforts surhumains pour protéger le village contre l'envahissement des flammes. On a réussi à sauver les usines électriques.

Les moulins de M. Côté ont été détruits ainsi que plusieurs granges et remises. Les flammes ont réussi à dévorer un pont, dévorer est bien le mot—car en quelque vingt minutes, le pont était en cendres. La destruction de ce pont aura pour conséquence de rendre impossibles, pour quelques jours au moins, les communications par chemin de fer. Ce soir le train qui part d'ici pour Montréal n'a pu partir, il n'est pas monté de train de Montréal ce soir. J'apprends que demain non plus, nous ne pourrions avoir de train.

Maintenant, il n'y a pas que la partie nord de notre village qui soit la proie des flammes : actuellement le feu fait des siennes à quelques milles plus bas que Sainte-Agathe. Mais les deux feux s'en vont dans la même direction, c'est-à-dire vers Saint-Jérôme.

Au-dessus de nous le ciel est noir de fumée. On est forcé de se tenir un mouchoir mouillé sur la bouche, pour ne pas aspirer de fumée. On ne peut encore donner exactement toute la portée du désastre. Mais du train que vont les choses, Sainte-Agathe est en danger. À onze heures, nous n'avons pu réussir à avoir d'autres renseignements.

Belisle's Mills

(Spécial au « Canada »)

Belisle's Mills, via Sainte-Agathe—À plusieurs milles aux environs de Belisle's Mills le feu fait son œuvre dévastatrice. Plusieurs demeures, en villégiature, ont été détruites ainsi que les dépendances de plusieurs fermes. On croit que cet incendie va compromettre grandement les récoltes. Les pertes seront très grandes.

Quelques jours plus tard (le 8 juin 1903), Le Canada publiait une mise à jour de sa nouvelle :

Le feu à Sainte-Agathe

Contrairement à ce que les journaux ont annoncé, les moulins C. E. Parent et de Côté et fils, de Sainte-Agathe, ne sont pas brûlés. Il n'y a que le moulin Marier, appartenant à l'honorable M. Préfontaine, et celui de M. Belisle qui sont brûlés.

Le 17 mai 1903, à la suite du feu, la Municipalité de Sainte-Agathe achète une pompe incendie à Montréal, chez Morrisson & Cie, ainsi que des dévidoirs et des boyaux incendie.

Le 28 mai 1903, *L'Avenir du Nord* annonce enfin de la pluie pour Sainte-Adèle, ce qui devrait mettre fin aux feux dans cette région. Il semble d'ailleurs que la pluie mit fin à ce terrible printemps un peu partout au Québec au début de juin 1903.

Nous n'avons trouvé que peu d'informations sur les dommages réels et la localisation exacte des pertes à Belisle's Mills, maintenant devenu Val-David. Certains anciens du village ont affirmé avoir observé des dégâts dus à l'incendie sur certains de nos monts ou collines. Toutefois, ces montagnes un peu nues pourraient également être la conséquence de l'abattage du bois qui, à cette époque, est fréquent. L'arrivée du train en 1892 à Belisle's Mills avait ouvert, pour les colons, la possibilité de la vente de bois pour Montréal.



Les montagnes un peu dénudées du début du siècle (feu ou coupe de bois?)

Vieille carte postale du lac Paquin. Archives SHPVD. Vers 1920



La Presse, 4 juin 1903

PRODUITS saisonniers

Louise Duhamel

Chef à la retraite, chroniqueuse culinaire et résidente de Val-David

Le mois de mai a ramené son lot de plantes vivaces dans mon jardin. D'abord la ciboulette puis l'ail et l'oignon égyptien. Ensuite le thym, la livèche, l'oseille, la mélisse... c'était le bonheur total. Nous sommes en juin, et se sont ajoutés les asperges, la rhubarbe, les fraises, les radis... le bonheur est là pour rester!

Ces saisons qui se suivent nous permettent de préparer une variété de plats uniques. La chaleur venue, on se languit de la fraîcheur des légumes nouveaux, et à l'automne, on a envie de viandes et légumes braisés ou de gratins plantureux. Inlassablement, on reprend des classiques. Parmi mes préférés, le saumon à l'oseille. Je ne me lasse pas de la touche d'acidité qu'apporte l'oseille avec le gras du saumon. Et, quand le saumon s'accompagne d'asperges ou de têtes de violon cuites à la vapeur, c'est un délice, et quand on l'accorde avec un chablis premier cru, c'est le nirvana!

À l'arrivée des premiers homards, je n'échappe pas à l'envie de les cuisiner avec des morilles et un soupçon de livèche. Les produits saisonniers se marient toujours bien entre eux. J'aime bien aussi une sauce déglacée avec un vin doux (sauternes, cidre de glace...) et légèrement crémée. Comme accompagnement, des pâtes fraîches au thym, si l'appétit vous en dit, ou une purée de pommes de terre hautement relevée à l'oseille. J'ai bien dit classique!

Les fraises de toutes les façons sont aussi synonymes de juin : garnies de crème fraîche ou d'une chantilly à l'érable, d'un sabayon au Grand Marnier ou au pastis. Les fraises ne demandent pas plus que d'être accompagnées d'un financier bien moelleux aux noisettes ou d'une tûle croquante aux amandes. Eh oui, classique et intemporel!

La rhubarbe, elle, ne fait pas seulement dans la compote. Elle est aussi excellente en chutney pour accompagner une côtelette de porcelet bien assaisonnée d'origan puis grillée sur le barbecue, en coulis pour accompagner une escalope de saumon, en pouding renversé, en tarte avec des fraises... rhubarbe et fraises sont des amies de longue date. Ainsi va la cuisine saisonnière qui profitera bien de l'abondance du marché de Val-David. Bon marché et bon été.

Louise Duhamel et sa chronique cuisine seront de retour dans notre édition de septembre.

MICHEL GUERTIN, PHOTOGRAPHE



RECETTES POUR 6 PERSONNES

Pétoncles crus et concombre au jus de rhubarbe

Rhubarbe	250 ml (1 tasse)
Eau	375 ml (1 ½ tasse)
Sucre	40 g (1 ½ c. à soupe)
Citron, jus et zeste	¼
Concombres libanais	2
Sel	
Pétoncles frais	6 gros
Fraises	6
Basilic	Quelques feuilles
Ciboulette/oignon vert	¼ de botte/1 tige
Piment d'Espelette	Au goût

- Dans une casserole, cuire la rhubarbe, le sucre et l'eau à feu doux environ 5 minutes. Passer au tamis et laisser égoutter 10 minutes dans un

- coton fromage sans presser la rhubarbe. Ajouter du jus de citron au goût. Réfrigérer.
- Tailler les concombres en rondelles fines. Saler et laisser égoutter 10 minutes. Rincer et éponger.
- Tailler les pétoncles en fines tranches. Saler et laisser reposer 5 minutes. Citronner et laisser reposer 5 autres minutes.
- Dans un plat de service, verser le jus de rhubarbe. Répartir les tranches de concombre égouttées, les lamelles de pétoncles et les fraises tranchées finement. Garnir de feuilles de basilic et de ciboulette ciselée ou d'oignon vert au choix. Saupoudrer de piment d'Espelette et de quelques grains de fleur de sel.

Fraises au sirop d'érable

Fraises	400 g
Sirop d'érable	60 ml
Crème à fouetter	250 ml
Sucre à glacer	50 ml (2 ½ c. à soupe)
Citron, jus et zeste	½
Sucre d'érable	60 ml (4 c. à soupe)
Menthe poivrée	Quelques feuilles

- Laver et équeuter les fraises. Les tailler si elles sont grosses.
- Prélever le zeste de citron, presser le jus.
- Arroser les fraises de sirop d'érable.
- Monter la crème en chantilly. Ajouter le sucre et quelques gouttes de jus de citron.
- Déposer la chantilly sur les fraises, saupoudrer de sucre d'érable et garnir de menthe poivrée.

Saumon à l'oseille

Saumon	900 g
Oseille	1 botte (100 g)
Échalotes	2
Vin blanc	100 ml
Vermouth blanc	100 ml
Fumet de poisson	200 ml
Crème	200 ml
Beurre	100 g
Citron	½
Sel et poivre	Au goût
Asperges	2 bottes
Ciboulette	¼ de botte

- Parer le saumon et portionner en 6 escalopes. Glisser les escalopes entre deux feuilles de papier sulfurisé huilé et les aplatir délicatement à l'aide d'une batte ou d'un couperet afin d'égaliser l'épaisseur et de s'assurer d'une cuisson égale.
- Parer les asperges et les éplucher si elles sont très grosses. Les cuire à la vapeur, à l'anglaise ou les griller.
- Équeuter l'oseille en tirant de bas en haut pour supprimer les nervures. Laver et déchirer les plus grandes feuilles en 2 ou 3 morceaux.

- Hacher finement les échalotes et, dans une casserole, les faire suer dans un peu de beurre. Ajouter le fumet, le vin blanc et le vermouth. Laisser réduire presque « à glace » (le liquide restant devient sirupeux et brillant). Ajouter la crème et laisser bouillir jusqu'à ce que la sauce devienne légèrement liée.
- Ajouter l'oseille dans la sauce, cuire pendant 10 secondes en donnant un mouvement à la casserole (ne pas utiliser un fouet, cela briserait les feuilles d'oseille). Compléter l'assaisonnement de quelques gouttes de citron et de sel. Monter avec le reste du beurre. Réserver au chaud.
- Faire chauffer une grande poêle antiadhésive. Assaisonner les escalopes de sel sur le côté le moins présentable et les déposer dans la poêle. Les laisser 20 secondes (10 secondes de chaque côté). Le saumon doit être à peine cuit afin que sa cuisson se termine dans l'assiette.
- Répartir la sauce au fond de 6 grandes assiettes chaudes. Y déposer les asperges puis les escalopes de saumon. Parsemer de ciboulette hachée finement.



Employée
du mois



C'est avec un immense plaisir que nous vous annonçons le retour de Marjorie dans le département cosmétique. Venez la voir pour des conseils beauté ou bien juste pour lui dire bonjour, elle sera contente de vous voir.

Bienvenue,
Marjorie!

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

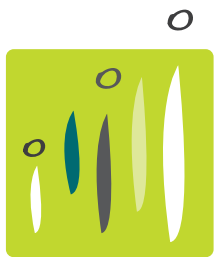
LUNDI AU
VENDREDI
9 h à 18 h
SAMEDI
9 h à 17 h
DIMANCHE
FERMÉ



familiaprix

Maxim Charland
PHARMACIEN

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



clinique
DENTAIRE
VAL-DAVID inc.

DR JEAN-FRANÇOIS PITT
Chirurgien-dentiste

HEURES D'OUVERTURE
Lundi : 8 h 30 à 17 h
Mardi - Mercredi - Jeudi : 8 h 30 à 16 h
Vendredi (1 sur 2) : 8 h 30 à 15 h

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

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

metro

VAL-DAVID

Alimentation Michel Vincent inc.

Au cœur du village et des gens !

2500, rue de l'Église, VAL-DAVID | 819 322-2030



SALLE À MANGER | TERRASSE

CHANSONNIER - 5 à 7
Tous les jeudis

DÉJEUNERS - Buffet à volonté
Tous les samedis et dimanches

987, Route 117, Val-David | 819 322-3422
www.restaurantnikos.ca

CPA ORDRE DES COMPTABLES
PROFESSIONNELS AGRÉÉS DU QUÉBEC

Anne Monette, CPA

États financiers • Impôts • Tenue de livres

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



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

519, RUE PRINCIPALE
SAINT-DONAT
QC J0T 2C0

TÉL.: 819 424-2815
TÉLÉC.: 819 424-5478

18, RUE ST-HENRI EST
STE-AGATHE-DES-MONTS
QC J8C 1S9

TÉL.: 819 326-0323
1 877 226-0323
TÉLÉC.: 819 326-8157

Révision
Correction d'épreuves
Traduction

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

DECOUVREZ L'APPLICATION
VAL-DAVID PLUS



ÉVÉNEMENTS

CULTURE

RESTAURANTS

HÉBERGEMENT

ET BIEN PLUS!

Téléchargez
maintenant



Available on
iTunes

Google play

Présenté par **IMAGE MOBILE.ca**

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

TENUE DE LIVRES
HAMEL

FRANCIS HAMEL

819 325-3580

www.tenuedelivreshamel.ca



Etienne
SAVARD inc.

Société par actions d'un courtier immobilier

819 322 3666

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



bonjour
Agence immobilière

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

2515, rue de l'Église
VAL-DAVID



VAL-DAVID

Duplex cote à cote, Immense plain pied, logement principal 1517 occupé par la propriétaire. Offrant plusieurs possibilité, Pour bricoleur ou rénovateur. Grand terrain de 15 139 pieds carré, boisé, coin du rue. A distance de marche du village, des services, de ski Vallée Bleue, activités de plein air, etc. Avis de 24 h minimum pour les visites. Voir courtier pour plus de détails.



VAL-DAVID

Occasion Rare! Au cœur du magnifique village de Val-David. Superbe condo construction 2013, spacieux et lumineux. Grande aire ouverte avec fenestration abondante, plafond à 9 pieds, plancher de bois et marbre travertin. Thermopompe murale. Emplacement exceptionnel et recherché à pied de tous les services, parc régional et parc linéaire le P'tit Train du Nord. 1 Rangement et 1 stationnement extérieur.



VAL-DAVID - 250 000 \$

Plain pied à distance de marche du village, du parc linéaire et parc régional. 1 chambre et 1 salle de bain. Sous-sol de 6.2 pieds de hauteur. Terrain plat de 4998 pieds carrés. Desservi par l'aqueduc et l'égout municipal. Présentement loué. Occupation par le futur propriétaire possible à partir du 1^{er} août 2023 seulement. Visites possibles seulement le vendredi entre 11 h à 17 h sur rendez-vous seulement. **MLS 19061822**



VAL-DAVID - 749 000 \$

Propriété unique, spacieuse et ensoleillée! Immense cuisine au goût du jour offrant beaucoup d'espace de travail et de rangement (lot à venir) avec une fenêtre de 14 pieds donnant sur la cour arrière. Plafond cathédrale au salon et salle à manger, fenestration abondante, porte patio de 12 pieds à la salle à manger donnant sur la grande terrasse intime 15 x 23. 4 chambres et 1 bureau, 2 salles de bain et 1 salle d'eau. Garage/atelier, belle serre de 16 x 12. Terrain plat, privé et ensoleillé de 51 764 pieds carrés avec plusieurs espaces (jardin, plantes médicinales et autres possibilités). L'escalier menant au 2^e étage sera refait très bientôt. **MLS 11364976**



VAL-DAVID - 525 000 \$

À proximité des activités de plein air et du cœur villageois. Propriété de style Suisse offrant beaucoup de cachet. Boiseries, plafond cathédrale et foyer en pierres au salon. 2 chambres avec possibilité d'une 3^e au sous-sol. 2 salles de bain. Sous-sol aménagé récemment avec poêle au propane. Piscine hors terre et spa. Ski de fond, centre de ski Vallée Bleue, parc régional et linéaire, vélo, sentiers, etc. à distance de marche. Plusieurs rénovations récentes. La municipalité a prévu installer les égouts dans ce secteur à court terme (info à venir). **MLS 23292238**



VAL-DAVID - 375 000 \$ + TPS/TVQ

Fonds de commerce! Boulangerie reconnue et établie depuis plus de 20 ans avec grand potentiel d'expansion. Possibilité de reprendre les ventes aux resto, épiceries et en gros pour augmenter considérablement vos revenus. Très grand local dans un bâtiment récent. Équipements de qualité, avec grand potentiel de production de pâtisseries, boulangerie, viennoiseries, etc. Emplacement stratégique et visibilité exceptionnelle en plein cœur du village de Val-David et ses activités, juste en face de l'épicerie Métro et du magnifique Marché d'été de Val-David. Une occasion rare! Faites vite! **MLS 14315897**



SAINTE-AGATHE-DES-MONTS - 369 000 \$

Charmante propriété de style suisse avec cachet, boiseries, 2 foyers de pierres. 2 chambres + mezzanine, 2 salles de bain, grande salle familiale au sous-sol en rez-de-jardin. Emplacement privé et boisé, vue sur les montagnes. Domaine Chantedclair à proximité de tous les services. Possibilité d'accès à la plage du lac à la Truite avec cotisation annuelle. **MLS 22622993**



VAL-DAVID - 995 000 \$ +TPS/TVQ

Chaleureuse auberge au cachet rustique. Située dans une localisation exceptionnelle ayant accès direct juste en face au parc linéaire et les cascades de la rivière du nord du parc des amoureux. Restaurant intégré dans l'auberge avec salle à manger et grande terrasse donnant vue sur la rivière. Au cœur de toutes les activités, marché d'été et des commerces de Val-David. Le parc régional tout près, c'est le paradis du plein air. La TPS/TVQ doivent être ajoutées au prix demandé. **MLS 27267719**

TERRAINS À VENDRE

VAL-MORIN PRIX DEMANDÉ : 95 000 \$ - MLS 17920520

Magnifique terrain au bout d'une rue sans issue de plus de 15 755 mètres carrés ou 169 615 pieds carrés! Vue sur les montagnes environnantes, forêt majoritairement de feuillus. Terrain assez grand pour zonage fermette.

VAL-DAVID - NOUVEAU PRIX DEMANDÉ : 395 000 \$ +TPS/TVQ - MLS 28190385

Emplacement stratégique et commercial ayant une façade de 137 pieds sur la route 117 et une profondeur de 1379 pieds pour un total de 125 417 PC. La partie arrière du terrain est zonée résidentiel. Zonage CO1 et H-11. Bâtisse existante à démolir et impossible de visiter l'intérieur.

VAL-DAVID PRIX DEMANDÉ : 300 000 \$ +TPS/TVQ - MLS 16537441

Au cœur du noyau villageois de Val-David, un des rares terrains encore disponible! Vous offrant de nombreuses possibilités pour votre projet. Zonage mix-08 pour unifamiliale, duplex, triplex et multifamilial, hébergement, etc. À quelques pas des commerces, activités de plein air, parc linéaire et régional, etc.

VAL-DAVID - NOUVEAU PRIX DEMANDÉ : 149 900 \$ - MLS 14726274

Terrain de boisé de 66 250 pieds carrés, offrant une possibilité de vue sur les montagnes à l'arrière. À proximité des pistes de ski de fond du réseau de plein air et du parc régional, du village et ses activités.

SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES PRIX DEMANDÉ : 39 900 \$ - MLS 22225126

Terrain boisé de 43 118 pi. c. Secteur paisible. À environ 12 minutes du village de Val-David, de son parc régional et de ses services. Conditions d'aménagement et des restrictions d'utilisation de l'immeuble du domaine. Rue privée.

SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES PRIX DEMANDÉ : 39 900 \$ - MLS 18998215

Terrain boisé de 43 206 pi. c. Secteur paisible. À environ 12 minutes du village de Val-David, de son parc régional et services. Conditions d'aménagement et des restrictions d'utilisation de l'immeuble du domaine. Rue privée.

SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES PRIX DEMANDÉ : 42 500 \$ - MLS 28047288

CALME ET TRANQUILLITÉ. Superbe terrain de 44 267 pieds carrés. En retrait du chemin des Hauteurs, au bout d'une petite rue sans issue. Baigné dans la nature avec un accès au ruisseau Doncaster! Terrain plat facile à construire, forêt majoritairement de conifères et une vue sur la montagne!

**JE M'OCCUPE DE VOUS
POUR VENDRE
OU ACHETER
CONTACTEZ-MOI :
819 322-3666**

**ESTIMATION GRATUITE
TERRITOIRES DESSERVIS :
Sainte-Agathe-des-Monts,
Val-David, Val-Morin,
Sainte-Adèle
et environs**