

ZOOM

SUR LES BALCONS ET LES ESCALIERS

MARIE-PIER GAGNON

Le thème Balcons et escaliers du concours de photographie Zoom sur ma ville n'était pas facile à cerner, mais les résultats n'en laissent rien paraître. La preuve: Isabelle Landry et Danièle Robichaud (notre photo), deux des cinq lauréats du concours, ont réalisé des images remarquables qui sont exposées jusqu'au 26 février à la coopérative art[o] et au Musée du Haut-Richelieu. **PAGE C-2**



(Photo Stéphanie Brûlé)

MUSIQUE	CINÉMA	DVD	LECTURE	SOMMAIRE
 Chapeau, Écho Kalypso! PAGE C-4	 Criminel malgré lui PAGE C-7	 Grands rôles, grands acteurs PAGE C-5	 Archambault se dévoile PAGE C-6	<p>Dans votre assiette C-18</p> <p>Horoscope C-22</p> <p>Automobile C-19</p> <p>Trésors de famille C-23</p> <p>Jeux C-8</p>

LES PETITES ANNONCES

La référence régionale pour trouver, vendre, acheter ou louer

C'est lu, c'est vendu !

1 866 637-5236

www.vosclassees.ca

4177286101A_20111208-1

BIENVENUE DANS VOTRE SECTION DES PETITES ANNONCES

LES PETITES ANNONCES

PETITES ANNONCES CLASSÉES **1.866.637.5236**

ROYAL LEPAGE ST-JEAN

CAROLE CHARRON

GRATUIT

SABREVOIS

LE CANADA FRANÇAIS

ZOOM SUR MA VILLE

Des œuvres photographiques d'une grande qualité

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@transcontinental.ca

ET LE JURY VOTE POUR...

C'est un public peu nombreux qui a assisté, le 12 janvier, au dévoilement de l'exposition Zoom sur ma ville qui en était à sa quatrième édition et qui avait pour thème Balcons et escaliers. L'événement, qui a lieu au Musée du Haut-Richelieu ainsi qu'à la coopérative art[o], a permis de couronner cinq grands gagnants.

C'est à la coopérative art[o] que le public a d'abord été convié pour le vernissage de l'exposition. Sur place, les visiteurs devaient sélectionner leur coup de cœur parmi une vingtaine de photographies réparties en deux catégories, soit Grand public et Scolaire. L'événement s'est ensuite déplacé au Musée du Haut-Richelieu où d'autres photographies ont été soumises au vote du public.

C'est finalement vers 19 heures que les noms des grands gagnants ont été dévoilés devant la cinquantaine de personnes toujours présentes. Pour chaque volet de la compétition, un prix Coup de cœur (vote du public) était décerné ainsi qu'un prix du jury. Qui plus est, le député Dave Turcotte a reçu le mandat de remettre le Prix du député. Une nouveauté visant à souligner le travail accompli dans le volet scolaire.

Malheureusement pour les gens présents, trois gagnants sur cinq étaient absents lors du grand dévoilement. Choisi par le jury pour son œuvre *L'ombre de l'escalier à l'infini*, le photographe Bobby Côté n'a donc pas été en mesure de venir récupérer son prix d'une valeur de 500\$, soit un appareil photo Nikon P7100 offert gracieusement par Lord Photo, le commanditaire principal du concours.

Les membres du jury, soit le conseiller municipal Stéphane Legrand, la photographe professionnelle Stéphanie Lachance ainsi que le député Dave Turcotte, n'avaient toutefois que de très bons mots pour décrire la photographie. «En termes d'histoire, c'est une œuvre qui parle beaucoup», mentionnait d'ailleurs M. Legrand. Une œuvre qui, tant d'un point de vue technique qu'émotif, était réussie.

Parmi les 30 photographies soumises par les élèves de la première à la troisième secondaire de l'école secondaire Marguerite-Bourgeoys, le jury a opté pour *Inspiration de la magnifique photographie* de Sabrina Prince-Keroack. Cette fois, les jurés se sont laissés charmer par le cadrage inhabituel et l'émotion très palpable de la photographie sur laquelle la rivière Richelieu occupe une place de choix. «Et Saint-Jean, c'est beaucoup l'eau», rappelle Mme Lachance. L'artiste n'était pas présente. Elle a remporté un



Coup du cœur du volet grand public, cette création de Danièle Robichaud s'intitule *Rush*.



C'est cette photographie de Bobby Côté intitulée *L'ombre de l'escalier à l'infini* qui a remporté les honneurs dans la catégorie Grand public.

Nikon Coolpix P300 d'une valeur de 300\$.

ET LE PUBLIC VOTE POUR...

Pour leur part, les visiteurs ont fait des choix différents et ont ainsi permis de couronner deux autres gagnants. Dans le volet grand public, c'est Danièle Robichaud qui a reçu les grands honneurs pour son œuvre *Rush*. Fidèle participante du concours, Mme Robichaud en était à sa quatrième tentative. Surprise, mais heureuse d'être choisie par le public, elle est repartie avec un sac à dos Photo Sport et une carte d'impression photo, le tout d'une valeur de 300\$.

Inspirée par un escalier découvert lors d'une promenade avec son conjoint, Mme Robichaud a simplement capté sur pellicule l'endroit pour ensuite faire quelques retouches à l'aide du logiciel Photoshop. Ironiquement, la dame dit avoir trouvé particulièrement difficile le thème imposé cette année. «C'était plus pointu que par le passé», affirme celle qui a débuté la photographie il y a une dizaine d'années.

Le prix coup de cœur du volet scolaire a pour sa part été décerné à Michaël Fleury pour son œuvre intitulée *Les escaliers perdus*. Malheureusement, l'artiste n'était pas sur place pour recevoir son prix, soit un cadre numérique d'une valeur de 150\$. Finalement, le Prix du député a été remis à Isabelle Landry pour une création intitulée *Par millier*. L'œuvre fera l'objet d'une carte de souhaits que le député enverra prochainement à la population.

EXPOSITION

Le concours étant maintenant terminé, le public est invité à visiter gratuitement l'exposition Zoom sur ma ville au Musée du Haut-Richelieu ainsi qu'à la coopérative art[o] jusqu'au 26 février. Responsable de l'organisation de cette 4^e édition, l'agente de développement culturel à la Ville, Nadine Mercier, confirme que l'événement sera de retour l'an prochain. Les nouveaux critères de participation devraient être dévoilés à l'automne. ■



Choisie par le jury pour le volet scolaire, *Inspiration de la magnifique photographie* est une œuvre de Sabrina Prince-Keroack.

Un vernissage bien réussi

MARC-OLIVIER VALIQUETTE

N.D.L.R. Dans le cadre du concours Zoom sur ma ville, trois étudiants de l'école Joséphine-Dandurand inscrits au profil journalisme et communications ont été choisis afin de participer au vernissage en tant qu'apprentis journalistes. L'un d'entre eux, Marc-Olivier Valiquette, avait pour tâche de rédiger un petit article en vue d'une parution dans les pages du *Canada Français*.

Le vernissage du concours de photographie Zoom sur ma ville a été splendide. Les photographies, toutes d'une très grande qualité, respectaient le thème demandé.

En tant qu'apprenti journaliste, j'ai eu la chance de m'entretenir avec le député Dave Turcotte. Je lui ai demandé les raisons qui l'ont poussé à choisir la photographie

d'Isabelle Landry en tant que gagnante du Prix du député. «Cette photographie représente bien les deux thèmes demandés, car l'école Marguerite-Bourgeoys fait partie de notre patrimoine depuis très longtemps. Je me souviens même avoir fait une recherche sur l'endroit alors qu'il s'agissait encore d'un couvent», s'est souvenu M. Turcotte.

J'ai également rencontré la jeune gagnante qui était surexcitée à l'idée d'avoir remporté un prix. Lorsque je lui ai demandé si elle s'attendait à remporter le Prix du député, elle m'a répondu: «Non pas du tout. Je trouvais que plusieurs photographies étaient plus belles que la mienne. D'ailleurs, celle que j'ai bien aimée était la voisine de la mienne. Elle avait de superbes couleurs ainsi qu'un angle surprenant».

Bien qu'il soit dommage que quelques participants n'aient pas pu se présenter au vernissage, la qualité de l'événement ainsi que celle des photographies étaient incroyables.



Isabelle Landry pose fièrement en compagnie du député Dave Turcotte qui a choisi sa photographie intitulée *Par millier* en guise de grande gagnante du tout premier Prix du député.

Aucune voix n'est à l'épreuve d'André-Philippe Gagnon

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@transcontinental.ca

L'imitateur André-Philippe Gagnon était de passage au Théâtre des Deux Rives les 13 et 14 janvier afin de présenter aux Johannais un spectacle spécialement conçu pour les Québécois. L'artiste est doué. Très doué. Cela n'empêche pas que le spectacle s'est avéré par moment ennuyeux et linéaire.

Difficile à avouer, mais le passage d'André-Philippe Gagnon ne nous aura pas convaincue. L'artiste aux 400 voix a un talent fou et nous ne remettons pas en cause la qualité de ses imitations. D'ailleurs, certaines d'entre elles nous ont carrément jetée en bas de notre siège. C'est un don unique que possède ce natif de Loretteville. De Barry White à Céline Dion, il n'a aucune limite.

Cela dit, son nouveau spectacle manque énormément de dynamisme et d'interaction avec le public. La première partie de la représentation enchaîne les imitations de chanteurs, d'animateurs et de sportifs québécois. C'est drôle. Mais quelques sketches s'éternisent et on perd rapidement la ligne directrice du spectacle. L'imitateur est également très concentré. On ne sent pas de connexion avec le public. Du moins pas au début de la représentation.

Plus positivement, on sent bien la touche de Stéphane Laporte qui est derrière la conception de ce spectacle. Les blagues à saveur politique et les opinions mises de l'avant par l'imitateur rappellent bien les idées de celui qui agit entre autres à titre de

chroniqueur pour *La Presse*. Il faut dire que la relation entre les deux hommes remonte au début de la carrière d'André-Philippe Gagnon.

DEUXIÈME PARTIE

La deuxième partie nous convainc davantage. L'artiste semble plus à l'aise dans ses imitations de chanteurs anglophones, très certainement les meilleures de son répertoire. Qui plus est, c'est à ce moment que le public est appelé à intervenir. Grâce à un iPod géant, un spectateur est invité à choisir le répertoire de l'imitateur parmi une liste de 27 chansons. Ce numéro impressionne et permet enfin un peu d'interaction avec le public.

L'autre moment fort du spectacle implique également la collaboration du public. Choisi au hasard par l'imitateur, un spectateur est invité à chanter quelques lignes du *Blues du businessman*. Par la suite, André-Philippe Gagnon en fait une imitation à couper le souffle. C'est un numéro absolument génial et véritablement impressionnant. Cela démontre tout le talent que possède l'imitateur et surtout sa grande oreille musicale. Dommage que le numéro soit présenté à la fin de la représentation.

C'est également dans cette partie du spectacle que le public a droit aux meilleures imitations de la soirée. Parmi celles-ci, on note le classique *What a Wonderful World* de Louis Armstrong, *Your Song* d'Elton John et *Can't Get Enough of Your Love* de Barry White. Il est également convaincant dans la peau du chanteur de Maroon 5 ou



André-Philippe Gagnon présente près de 100 imitations différentes dans son spectacle.

encore dans celle d'Axel Rose, de Guns N' Roses.

On aurait aimé voir un André-Philippe Gagnon plus proche du public et plus apte à improviser et à sortir du cadre de la représentation. Tout semblait tellement pratiqué, répété et préparé qu'on en venait à perdre un peu d'intérêt. Et bien que la deuxième partie ait été plus agréable et à la hauteur de nos attentes, cela n'aura pas suffi à nous faire oublier un début de

spectacle trop linéaire.

À noter qu'au cours de ce spectacle, André-Philippe Gagnon présente près de 100 imitations différentes aux spectateurs. De Paul Piché à Jean-Marc Parent en passant par Cœur de pirate et Ron Fournier, l'artiste démontre qu'il n'y a rien à son épreuve. Là-dessus, on doit s'incliner. André-Philippe Gagnon est bien un imitateur hors pair. Probablement le meilleur sur la planète.

Richard Séguin toujours au sommet de son art

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@transcontinental.ca

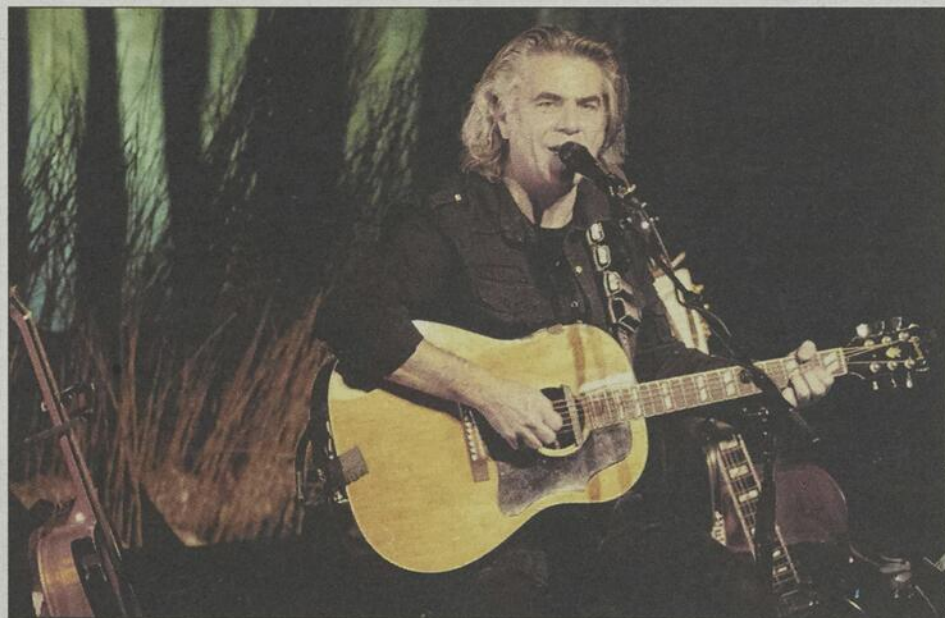
L'auteur-compositeur-interprète Richard Séguin était de passage, le 14 janvier, au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean dans le cadre de sa tournée *De colère et d'espoir*. Célébrant cette année ses 40 ans de carrière, l'artiste a profité de l'occasion pour présenter son dernier opus, *Appalaches*, à un public conquis d'avance.

Rarement a-t-on vu le Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean rempli à pleine capacité près d'une demi-heure avant une représentation musicale. Non seulement les derniers spectateurs arrivés ont-ils peiné à trouver du stationnement, mais dénicher des sièges toujours libres à l'intérieur de la salle ne fut pas une mince tâche pour eux. Tout cela pour dire que la venue de Richard Séguin était visiblement des plus attendues.

Et pour cause. L'auteur-compositeur-interprète ne s'est pas fait très présent sur les scènes du Québec au cours des dernières années. Après avoir lancé *Lettres ouvertes* en 2006, l'artiste a patienté cinq années avant de renouer avec les studios d'enregistrement et la vie de tournée. Son dernier disque, *Appalaches*, fait maintenant l'objet d'une toute nouvelle tournée à la hauteur des plus exigeants d'entre nous.

CONTENU

Accompagné sur scène de deux guitaristes, en l'occurrence Hugo Perreault et Simon Godin, Richard Séguin présente un heureux mélange de compositions personnelles et



Richard Séguin a plongé le public dans son univers à l'aide de textes finement choisis et d'éclairages recherchés.

de textes empruntés à Gilles Vigneault et Gaston Miron. Il plonge dans le passé avec la toujours très aimée *Journée d'Amérique* et revient dans le présent avec de nouvelles compositions telles que *Besoin du Nord*.

Il chante en harmonie avec ses guitaristes ou en concert avec le public qui se transforme en une grande chorale le temps de la pièce *Sous les cheminées*. Il joue parfois de l'harmonica comme ce fut le cas pour l'introduction d'un classique revisité, *On the Road Again*. Il n'hésite pas à faire quelques bouts de mélodies a capella, mettant par le fait même en valeur une voix qui ne semble pas vieillir (le chanteur a 59 ans).

Et si la nature occupe une place de choix dans ce spectacle tant par les chansons que par les décors (nous y reviendrons), l'artiste n'hésite pas à faire de la politique un thème récurrent. Il se prononce sur quelques dossiers dont celui des droits d'auteurs tout en écorchant gentiment et intelligemment Stephen Harper à qui il offre *Lettre au PM*. L'artiste n'a jamais caché ses allégeances politiques. Il ne commencera pas maintenant!

Richard Séguin propose environ deux heures de chant où la poésie est toujours au rendez-vous. Il raconte avec humour le chemin ayant mené à chaque composition, gratifiant le public d'anecdotes amusantes.

C'est ainsi qu'on apprend que la pièce *Le vent, le vent* a été écrite en hommage au syndicaliste Michel Chartrand. Un homme que le chanteur a eu l'occasion de côtoyer pendant une journée complète et qui, de toute évidence, a su le toucher.

AMBIANCE

Si musicalement et vocalement le spectacle est impeccable, il en va de même pour les éclairages signés Jean-François Couture. Les jeux de lumière diffèrent d'une pièce à l'autre et contribuent à créer des ambiances bien distinctes qui servent à la fois les textes et les mélodies. Un travail artistique très recherché qui permet ainsi d'élever le spectacle à un autre niveau.

Et si le décor est principalement axé sur les jeux de lumière, il est complété par quelques brindilles de foin qui viennent rappeler l'importance qu'accorde le chanteur à la nature. D'ailleurs, l'entrée en scène de Richard Séguin s'est faite au son de rainettes. Avec un peu d'imagination, on pouvait presque se croire convié à un feu de camp par l'un des meilleurs chansonniers québécois!

Pas étonnant donc que le public en ait redemandé à la tombée du rideau. Généreux, Richard Séguin a repris sa guitare à deux reprises. Celui qui avait commencé la représentation en disant à quel point il était heureux d'être de retour à Saint-Jean-sur-Richelieu semblait visiblement ému de cet accueil. Richard Séguin figure certainement parmi les artistes québécois les plus authentiques et talentueux du milieu. Ces applaudissements étaient amplement mérités.

DES SOURIS ET DES HOMMES

Le Théâtre de Grand-Pré reprend un grand classique

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@transcontinental.ca

Le Théâtre de Grand-Pré présente, du 3 au 18 février, la pièce *Des souris et des hommes* de John Steinbeck. Mise en scène par Jean-Claude Boudreau et Patrick Ménard, la production réunit dix comédiens dans une adaptation touchante d'une histoire déjà bien connue.

Que vous soyez amateur de littérature ou de théâtre, vous avez certainement entendu parler de l'œuvre *Des souris et des hommes* de John Steinbeck. L'histoire originale se déroule aux États-Unis dans les années 1930 et met en scène les personnages principaux de George et Lennie. Le premier est un adulte qui rêve de posséder sa propre terre. Le second partage son rêve, mais doit vivre avec une déficience intellectuelle.

Leur vie sera bouleversée le jour où Lennie touchera les cheveux de la femme du fils de son patron. Le geste en apparence anodin pour les deux personnages provoquera la colère et la jalousie du mari. Pourtant sans malice, mais doté d'une force physique importante, Lennie apprendra qu'une amitié peut parfois être fragile. Certains personnages devront faire des choix et prendre position. Lennie, «ce grand idiot», se retrouvera-t-il seul dans la tourmente?

RICHESSSE DU PERSONNAGE

Ayant pris le relais de Jean-Claude



C'est un drame touchant et émouvant que présentent les quelque dix comédiens impliqués dans le projet. À l'avant: Denis Bonneau, Dany Marcil et Jean-Marie Gaillot. À l'arrière: Patrick Ménard, Stéphane Lavoie, Denis Thibodeau, Raphaëlle Giroux, François Lafrenière, Carl Audet, Gabriel Racine et la responsable de la technique, Brigitte Martin.

Boudreau à la mise en scène, ce dernier ayant dû quitter en raison d'obligations personnelles, Patrick Ménard explique que l'essence même de la pièce repose sur la richesse des personnages principaux et l'interprétation qu'en feront les comédiens. Souhaitant s'éloigner de la caricature, M. Ménard a dirigé son groupe en misant sur le réalisme et la vérité. Il souhaite ainsi réussir à toucher les spectateurs.

Pour y parvenir, les comédiens devront livrer des performances

plus que convaincantes. «À la fin du spectacle, on risque d'être fatigués. C'est une pièce très exigeante», anticipe déjà M. Ménard. Ce dernier, qui interprétera le rôle de George, mentionne que le moyen de réussir un tel exploit n'est pas de jouer un personnage, mais plutôt de l'incarner. D'ailleurs, même si l'homme qu'il interprétera n'est pas sans reproche, il lui voue un grand respect.

Pour camper le rôle de Lennie, Jean-Claude Boudreau a offert le

rôle à Dany Marcil. Ce comédien, que l'on a également découvert en tant que metteur en scène l'an passé, avait à la fois le physique et le talent nécessaires pour le rendre crédible aux yeux des spectateurs. «Il va être très touchant. Le personnage de Lennie est un gros bébé», rappelle Patrick Ménard. Fait à noter, le comédien sera sur scène tout au long de la pièce.

Le reste de la distribution sera composé de Gabriel Racine, François Lafrenière, Denis Bonneau,

Stéphane Lavoie, Raphaëlle Giroux, Jean-Marie Gaillot, Denis Thibodeau et Carl Audet.

DÉCORS

Fait digne de mention, en tant que directeur artistique, Patrick Ménard a dû relever un important défi afin de fabriquer les décors de la pièce. Pour la première fois au Théâtre de Grand-Pré, les comédiens joueront dans un décor représentant un paysage extérieur. Pour ce faire, M. Ménard a imaginé une série d'ombres chinoises qui rappelleront l'extérieur d'un paysage campagnard québécois. Il s'agira là du premier décor de la pièce.

L'histoire se transportera ensuite à l'intérieur d'une maison avant de se terminer dans une grange. Les changements de décor se feront à l'insu des spectateurs sans toutefois que cela ait lieu au cours de l'entracte. Ils auront demandé beaucoup de travail à leur concepteur qui a dû composer avec certaines contraintes de lieu reliées entre autres à l'espace disponible sur la scène du Théâtre de Grand-Pré.

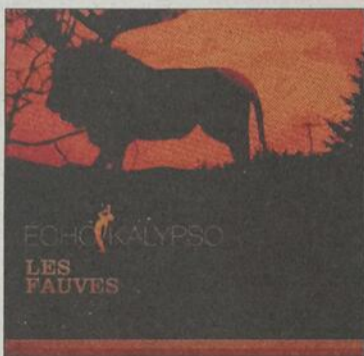
La pièce *Des souris et des hommes* sera présentée les 3, 4, 10, 11, 17 et 18 février au Théâtre de Grand-Pré situé au 484, chemin du Grand-Pré. Les représentations débiteront à 20 heures. Le coût des billets est de 15\$ pour les adultes et de 12\$ pour les étudiants de moins de 18 ans. Information et réservation: 450 348-8494, www.theatregrandpre.ca.

WEEK-END

MUSIQUE

Un gros coup de coeur pour Écho Kalypso

GILLES LÉVESQUE
gilles.levésque@transcontinental.ca

LES FAUVES
ECHO
KALYPSO

CHANSONS: 12

PRODUCTEUR: Luc Boivin

GENRE: ska, reggae, rock, funk

Luc Boivin, du Studio Red Tube, nous avait dit de bien belles

choses à propos du nouvel album d'Écho Kalypso, un groupe de Saint-Jean-sur-Richelieu qui nous impressionne vivement avec son métissage d'influences musicales. Il avait raison. *Les fauves*, dont le lancement aura lieu mardi prochain, à Montréal, est un disque qui appartient aux ligues majeures. Rien de moins.

Ce collectif vient de mettre la barre un peu plus haut en exploitant à fond un créneau musical qui lui est propre au Québec. On parle ici d'un heureux mélange de rock, de ska, de reggae, de funk et de swing. C'est consistant à souhait. Festif aussi.

Dès les premières mesures de *La dernière pierre*, la première pièce au menu de ce CD qui en compte 12, on comprend qu'Écho Kalypso a acquis énormément d'expérience au cours des deux dernières années. Ça s'entend, ça se constate. Tout le monde joue ensemble de façon coordonnée. Et bien franchement, il est impossible de ne pas afficher un petit sourire de satisfaction devant pareille énergie. Wow!

Pour avoir écouté ce disque en boucle durant tout le week-end,

on peut vous dire qu'on tombe rapidement sous le charme des chansons éclatées et rythmées que propose ce collectif pour le moins inspiré. On a parfois l'impression d'entendre les cuivres du groupe Cake et les percussions de Santana sous de chauds rayons de soleil de la Jamaïque. Ça brasse!

Les membres de cette formation peuvent être fiers de ce CD qui devrait normalement leur ouvrir bien des portes. On parle ici de Daniel Courtemanche (voix, guitare), Martin Clairmont (basse, claviers, voix), Julien Véronneau (guitare, basse), Éric Provost (batterie), Hubert Côté (trompette), Véronique Gagnon (saxophone) et Philippe Beaudin (percussions). C'est sans oublier leurs invités: Marie Cournoyer, Laurianne Vézina et François Grégoire (voix), David Carbonneau (trompette) et Mario Allard (saxophone baryton).

Il faut ici vous dire, et c'est important de le souligner, que la sonorité de cet album est tout simplement remarquable. Nous devons bien écouter une dizaine de CD chaque semaine, et bien franchement, c'est rare que la qualité d'enregistrement est aussi

impeccable. Les basses sont puissantes, les percussions percutantes. L'équilibre est parfait. Il nous faut par le fait même souligner le travail de Luc Boivin, du Studio Red Tube de Saint-Jean-sur-Richelieu. C'est tout simplement impressionnant.

UNUSUAL SUSPECTS
LESLIE WEST

CHANSONS: 12

PRODUCTEUR: Fabrizio Grossi

GENRE: rock, blues

Vous souvenez-vous du «gros» Leslie West? Vous savez, ce guitariste légendaire du groupe Mountain à qui l'on doit un grand classique du rock ayant pour titre *Mississippi Queen*. Ça vous revient?

Or voilà qu'à l'âge de 66 ans, Leslie West remet ça en lançant un album solo fort intéressant pour quiconque aime le rock et le blues des années 70 et 80. Pour rendre ce projet encore plus intéressant, cet homme qui a perdu l'une de ses jambes lors d'un terrible accident d'auto a eu la bonne idée de faire appel à quelques-uns de ses amis guitaristes.

Ça nous vaut la présence de Steve Lukather (Toto), Slash (Guns N' Roses), Billy F. Gibbons (ZZ Top), Joe Bonamassa et Zakk Wylde (Ozzy Osbourne). Ces grandes pointures de la guitare jouent à tour de rôle en compagnie de Leslie West, un brillant guitariste qui est toujours resté actif après la dissolution de Mountain. À écouter si vous vous ennuyez du rock comme on en jouait autrefois.

De grandes vedettes dans des films bien scénarisés

PASCAL CLOUTIER



Contagion



Contagion, de Steven Soderbergh (Ocean's Eleven, Traffic, Che), met en vedette de grands noms du cinéma comme Matt Damon, Gwyneth Paltrow, Laurence Fishburne, Jude Law, Marion Cottillard et Kate Winslet. Le scénario que cette longue liste doit servir nous effraie et nous conscientise à la fois.

En 2003, la planète entière retenait son souffle pour le SRAS. Cinq ans plus tard, c'était la grippe H1N1. Et si la contagion était encore plus virulente? Si la mort était encore plus imminente avec un nouveau

virus inconnu? La prémisse de départ est donc très simple.

Une Américaine (Paltrow), de retour d'Orient, meurt à l'hôpital après son admission à l'urgence. Son mari (Matt Damon), sa fille et son fils n'auront pas eu le temps de comprendre ce qui se passe qu'elle sera décédée. Voilà que le fils aussi meurt avec les mêmes symptômes.

Appelé à se pencher sur le cas particulièrement rapide de propagation de cette nouvelle maladie, le centre américain de contrôle des maladies se dit démuni face à l'événement. Son directeur (Fishburne) et ses meilleurs employés (Cottillard et Winslet) sont dépêchés sur les lieux des foyers de propagation. La situation est hautement à risque et la planète passe en mode panique. Il y a même des polémistes qui tentent de contredire la chose, de l'ignorer parce que le remède est simple (Jude Law).

La description du bordel qui s'installe est alarmante et le scénario en devient encore plus fort. Des morts par milliers, des systèmes de santé qui ne sont pas tous à niveau (petite pensée pour le nôtre), une population qui panique avec raison et une

classe politique qui pense à ses membres avant de penser aux victimes. L'hécatombe impressionne et, personnellement, je n'ai pas eu besoin que le scénario en remette.

À voir parce que ça se peut. 106 minutes.

Moneyball



Brad Pitt n'est pas juste beau. Il est un bon acteur. Dans *Moneyball*, de Bennett Miller, il entre dans la peau de Billy Beane, un ancien espoir du baseball américain devenu directeur général des A's d'Oakland dans la Ligue américaine.

Cette histoire vraie nous raconte comment, sur des statistiques et des algorithmes de haute voltige, l'équipe la plus négligée du baseball majeur est devenue importante.

Il y a Billy Beane (Pitt), mais il y a aussi

celui qui vient tout juste de compléter ses études à Yale, un prénommé Peter Brand (Jonah Hill) qui complète l'équipe de cerveaux qui dirigeront l'équipe aux résultats impressionnants.

En une saison, Beane et Brand réussissent ce qu'on croyait impossible sur la base de calculs et d'estimations qui ne comprennent que des chiffres. L'instinct des vieux recruteurs mis de côté, c'est une manière mathématique de diriger une équipe professionnelle qu'on nous expose ici.

Philip Seymour Hoffman, un habitué du réalisateur Miller, ne s'implique pas beaucoup dans l'œuvre, Robin Wright non plus. Leur utilisation respective n'exploite pas tout le talent qu'ils accusent. Mais puisque Bennett en a décidé ainsi, il faut apprécier leur passage à l'écran pour le peu de temps qu'ils y soient.

Nous savions que Pitt avait du talent, on en était moins sûr avec Jonah Hill, un acteur de comédie assez idiot pour que son talent, s'il en avait, passe inaperçu. Hill est surprenant de retenue et de justesse, ici dans ce film de baseball.

Un film que je recommande à tout le monde, même ceux qui, comme moi, détestent le sport national des Américains. Une histoire vraie et contemporaine. Les mathématiques mentent rarement. ■

Rencontre d'auteur

La bibliothèque Saint-Luc présente, le 25 janvier, une rencontre avec Nadia Fezzani, auteure de *Mes tueurs en série*. Titulaire d'un diplôme en journalisme, Nadia Fezzani a travaillé au Canada et aux États-Unis en tant qu'intervieweuse et chroniqueuse. Ses recherches sur les tueurs en série l'ont amenée à intervenir à la radio ainsi qu'à la télévision. Elle donne actuellement des conférences dans le cadre de cours en psychologie à l'Université Concordia, ainsi qu'au sein de divers organismes et établissements d'enseignement.

Cette activité est présentée gratuitement aux abonnés de la bibliothèque alors que des frais de 5\$ sont exigés aux non-abonnés. Il est nécessaire de s'inscrire à l'avance en communiquant au 450 359-2692.

Artistes recherchés

La Ville de Marieville est à la recherche d'artistes professionnels, semi-professionnels et de la relève afin de compléter la programmation de ses activités estivales. Les personnes intéressées doivent soumettre leur candidature avant le 2 mars.

Groupes musicaux et chanteurs de tous les styles, humoristes, spectacles pour enfants et artistes de variétés provenant de la région sont invités à envoyer leur dossier de présentation ainsi qu'un démo par courriel au loisirs culture@ville.marieville.qc.ca.

La Ville est à la recherche de candidats pour les événements suivants: Un air d'été, la Fête nationale et les Spectacles jeunes publics. Seuls les candidats retenus

seront contactés. Information: 450 460-4444, option 7.

Ateliers d'hiver

Le Service des loisirs et bibliothèques annonce qu'il reste encore quelques places pour prendre part aux ateliers de la session d'hiver. Des ateliers d'informatique intermédiaire, de golf, de karaté, de Zumba Fitness, de hockey cosom féminin et de gardiens avertis sont toujours à la recherche de participants.

Pour s'inscrire, les personnes intéressées doivent remplir le formulaire disponible dans le Loisir Action ou encore sur le site Internet de la Ville au www.ville.saint-jean-sur-richelieu.qc.ca/sports-loisirs. Pour plus d'information, composez le 450 357-2157.

Café-Théâtre

Le Café-Théâtre de Chambly présente, du 13 janvier au 25 février, la pièce *Chicago* de Maurine Watkins dans une adaptation originale signée François Paré.

À Chicago, dans les années 1920, Roxie Hard est prête à tout pour devenir une star des cabarets de jazz. De son côté, Velma Kelly en est la tête d'affiche. Qu'ont-elles en commun? Elles sont toutes les deux des meurtrières. Les deux femmes s'arracheront non seulement l'attention de la presse écrite, mais aussi celle de l'avocat qui les représente, le très renommé Billy Flynn.

Les billets sont en vente au coût de 13\$ ou de 31\$ pour la formule souper-théâtre. Information et réservation: 450 447-2953 ou reservation@cafe-theatredechambly.com.

Le jeudi 19 janvier à 17h
Comme de la confiture



La relève s'étend chez Action Art Actuel
L'exposition se poursuit jusqu'au 18 février

190, Richelieu, Saint-Jean-sur-Richelieu
WWW.ACTION-ART-ACTUEL.ORG



QUI DE NOUS DEUX?

Lettre à une inconnue

JEAN-FRANÇOIS CRÉPEAU



Madame,

Je ne vous connais que par le récit que votre époux, l'écrivain Gilles Archambault, a récemment publié sous le titre *Qui de nous deux?* (Boréal, 2009). Je sais ainsi que vous avez toujours fui les feux de la rampe, leur préférant la quiétude de votre logement ou ces lieux de passage qui vous ont accueillie lors de vos voyages, notamment à Paris. Il y a aussi que la notoriété de M. Archambault, acquise par sa carrière de réalisateur à la SRC et comme «écrivain en résidence» du dimanche matin chez Joël Le Bigot, rejaillissait sur vous et les vôtres au-delà de la discrétion que vous auriez souhaitée.

Je vous écris aujourd'hui parce que l'histoire qui m'a été racontée relate les derniers mois de votre existence tout en rappelant des moments choisis de 50 années de vie conjugale. Entre vous et moi, 50 ans c'est un bail quand on pense qu'ils ont été partagés avec un écrivain dont le travail consiste au plaisir solitaire de la page blanche qu'il faut coûte que coûte noircir de mots remplis de sens et d'esthétique. Pourtant, on a dû vous le répéter fréquemment,

monsieur votre époux n'est pas un verbomoteur de la littérature, mais un de ces observateurs du minimalisme que prend l'existence quand on la réduit à ses plus simples manifestations. Il connaît le poids des mots et en use avec parcimonie.

C'est d'ailleurs cette façon sienne d'écrire qui a souvent retenu mon attention, encore plus dans *Qui de nous deux?* où il nous guide dans un univers autrement indicible. En effet, fondre en une centaine de pages l'apogée de votre vie propre et de la sienne qui, ensemble, sont devenues une vie de couple, et votre lente agonie ne se fait pas sans retenues. Ainsi, l'image que l'écrivain conserve de vous n'est autre que celle de la jeune femme que vous avez été qui s'est inscrite dans son souvenir et qu'il a aimée même dans des moments d'étourderie. N'est-ce pas là la seule façon de faire grandir l'amour au-delà de la passion initiale?

M. Archambault se rappelle aussi pendant ces mois où a régné entre vous ce silence nécessaire pour accepter qu'au loin, pourtant si près sans qu'on le sache, se pointe la mort que non seulement votre beauté transcendait la lente déchéance de votre corps, mais que justement ce charme initial est devenu avec les ans le reflet de votre vie intérieure que vous n'avez jamais cessé de faire croître au-delà de

vos vie de couple ou de votre rôle de mère. Vous êtes ainsi devenue une femme autonome alors que lui, comme souvent les hommes de sa génération, a développé une certaine dépendance affective à votre égard.

Comment expliquer autrement ces larmes qu'il verse au fur et à mesure que votre état de santé se dégrade? Il ne va pas jusqu'à être pitoyable, mais son tourment empiète parfois sur le vôtre comme si toutes ces années de vie à deux lui conféraient le droit à la fusion des corps autant que des cœurs. C'est de cela, Madame, qu'émerge la littérature du récit qu'il fait de votre maladie et de pages de l'album de votre vie de famille.

Il me semble que les quelques fois où j'ai refermé *Qui de nous deux?* avant d'arriver à sa dernière page, vous étiez de plus en plus présente grâce aux confidences de votre écrivain de mari. Les événements certes, mais aussi ces détails que seuls celui ou celle qui a une longue pratique de l'écriture sait retenir et qui nourrissent son œuvre en la menant dans sa plénitude.

Je ne vous connais pas, Madame, mais je devine par les mots de ce récit que vous êtes toujours présente dans le cœur de vos enfants comme dans celui de votre époux. ■



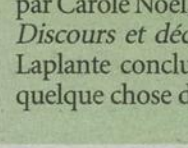
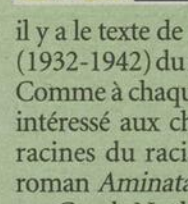
CONTINUITÉ

(no 131, hiver 2011-2012)



NUIT BLANCHE

(no 125, janvier, février, mars 2012)



Mon père a rêvé de devenir architecte et, bien que cela ne se soit pas réalisé, il s'est toujours intéressé au patrimoine bâti, entre autres des églises. Je suis certain qu'il aurait lu avec intérêt, voire avec passion, ce numéro du «magazine du patrimoine au Québec», car son dossier porte sur «Nos églises: un patrimoine à convertir». «Comment préserver cet héritage? Si l'on admet que, pour que ces lieux soient conservés, ils doivent être occupés, c'est-à-dire remplir une fonction, la possibilité de leur trouver de nouvelles vocations se profile comme une solution porteuse», suggère-t-on avec raison. Les exemples de solutions réussies à cet épineux problème nous sont donnés et alimentent bien une réflexion qui doit se poursuivre pour un bon nombre d'années, car nos églises constituent le fonds de notre patrimoine architectural. À lire également, l'entrevue de Michel Lessard, un acteur marquant du milieu du patrimoine.

Quel numéro diversifié et captivant! Cela va du dernier roman de VLB, *Antiterre*, dont François Ouellet fait une analyse appliquée, à un compte rendu critique invitant à lire la biographie de l'écrivain autrichien Stefan Zweig écrite par Dominique Bona et publiée au Seuil. Puis, il y a le texte de Patrick Bergeron traitant des correspondances (1932-1942) du même Zweig, ouvrage paru chez Livre de poche. Comme à chaque nouveau numéro de *Nuit Blanche*, je me suis intéressé aux chroniques de Laurent Laplante dont «Tenaces racines du racisme» dans laquelle il fait le recensement du roman *Aminata* (Pleine lune, 2011) de Lawrence Hill, traduit par Carole Noël, et de l'essai *Racisme et antiracisme au Québec, Discours et déclinaisons* (PUQ, 2010) de Micheline Labelle; Laplante conclut ainsi son propos: «Les siècles passent, mais quelque chose d'inquiétant survit dans le cœur humain.»

Deux vins de Don Miguel Torres

ROBERT RHEAULT



Cette semaine, nous allons explorer deux vins de la maison Don Miguel Torres, sans doute la plus prestigieuse maison viticole d'Espagne.

La maison Torres a été fondée en 1870 par Jaime et Miguel Torres Vendrell. Depuis, les membres de cette famille se sont succédé à la tête de l'entreprise en passant par Joan Casals Torres, Miguel Torres Carbo et Miguel A. Torres, l'actuel directeur depuis 1991. Du début de sa fondation jusqu'à la fin de la guerre civile espagnole (1936-1939) la maison Torres produisait des vins en vrac. Elle débuta la distillation et le vieillissement d'eaux de vie en 1928.

La reconstruction de la cave se fit en 1940 après la guerre à Villafranca. En 1946, le premier vin en bouteille fut lancé: le Coronas. En 1947 ce fut au tour du premier Vina Sol suivi, en 1954, du premier Sangre de Toro. C'est en 1966 que Torres introduisit dans son vignoble des variétés de vignes non traditionnelles: le Chardonnay

et le Cabernet Sauvignon avec lequel il produisit son fameux Coronas «Black Label» aussi connu sous le nom de Mas la Plana.

Les années 70 furent marquées par le début de la vinification à froid pour le Vina Sol et l'Esmeralda, mais, le fait dominant de ces années a été l'achat au Chili de 100 hectares de vignoble. On importa d'Espagne des cûves en acier inoxydable, des fûts de chêne neufs et des fûts de plus de 40 ans d'âge. En 1979, lors des Olympiades du vin à Paris, la cuvée 1970 du Gran Coronas Mas la Plana gagne la médaille d'or, devançant plusieurs vins de réputation mondiale dont le Château Latour. Une nouvelle ère de la vinification en rouge dans les années 80 s'imposa par la réduction des rendements et un contrôle accru de la production en perfectionnant le vieillissement en fûts de chêne. L'expansion de la maison Torres se poursuivit par l'achat, en 1982, de 22,5 hectares de vignoble en Californie par Miramar Torres où elle planta des vignes de Chardonnay, de Pinot Noir et de Parellada. C'est près de la ville de Sebastopol que la Marimar Estates Winery ouvrit ses portes en 1993. En 2007, la Maison Torres fit l'acquisition de terres dans la région

de Labastida en Rioja. Le premier Rioja de Torres à voir le jour est le Ibericos en 2009. Les activités commerciales de la Maison Torres se sont poursuivies par des accords commerciaux avec la Chine, l'Inde et le Pérou.

LE CELESTE

Le Celeste 2008 est un vin élaboré à 100% de Tinto Fino, plus connu sous le nom de Tempranillo. Élevé en «Crianza» ce qui, selon la législation espagnole, désigne des vins qui sont commercialisés dans leur troisième année après avoir été élevés au moins douze mois en barriques, le Celeste présente des arômes boisés, épicés (vanille, réglisse), de fruits noirs mûrs, de torréfaction (barrique brûlée) et de venaison. Il s'agit là d'une belle complexité olfactive qui est soutenue par un gustatif tout aussi intéressant.

Le Celeste est un vin sec, vif, dont le corps plein, intense, sans aucune astringence, se boit facilement. C'est un vin bien équilibré dont la persistance est longue. Malgré un taux d'alcool de 13,5%, on ne ressent aucune chaleur en bouche. Bref, un très beau et bon vin qui se boit seul ou avec de l'agneau au piment rouge, des albodingas (boulettes de viande espagnoles),



Celeste

Millésime: 2008

Cépages: 100% Tempranillo

Région/Pays: Ribera del Duero/Espagne

Producteur: Soc. Vitícola Miguel Torres SA

Prix: 20,95\$

Cote:



Gran Vina Sol

Millésime: 2010

Cépages: 85% Chardonnay, 15% Parellada

Région/Pays: Catalogne/Espagne

Producteur: Soc. Vitícola Miguel Torres SA

Prix: 16,95\$

Cote:



du poulet ou du porc.

GRAN VINAL SOL

Le Gran Vina Sol 2010 est un assemblage de Chardonnay et de Parellada. Ce dernier cépage est une variété traditionnelle de la région catalane. Quant au Chardonnay, c'est le cépage dominant du Domaine Milmanda à Conca de Barbera. Il est aussi présent dans les vignobles du Penedes Supérieur et Moyen. Vous avez ici un vin d'un jaune doré

qui présente des arômes de pêche, de vanille, de miel et de pivoine. Il est légèrement boisé en raison d'un bref vieillissement en fût de chêne français. C'est un vin sec et frais en bouche. Son corps est plein et ses saveurs sont très bonnes et élégantes. Ce Gran Vina Sol est bien équilibré et d'une persistance longue. Il sera un excellent compagnon à vos plats de poissons, paella, dinde et avec les menus de type méditerranéens.

Un retour dans le passé qui tourne mal

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@transcontinental.ca



Contrebande



En tête du box-office nord-américain à sa première fin de semaine sur les écrans, le film *Contrebande* met en vedette Mark Wahlberg dans le rôle d'un ancien contrebandier

contraint de renouer avec le milieu criminel pour sauver sa famille. Un scénario souvent invraisemblable et un jeu d'acteur sans éclat déçoivent. Un divertissement sans rebondissements.

Autrefois considéré comme le meilleur des contrebandiers, Chris (Mark Wahlberg) a fait une croix sur sa vie de criminel à la naissance de ses enfants. Aujourd'hui citoyen respectable, il possède sa propre compagnie d'installation de systèmes d'alarme et jouit d'une vie familiale stable. Tout cela bascule lorsque son beau-frère, Andy (Caleb Landry Jones) est impliqué dans une transaction de drogue qui échoue.

Afin de sauver Andy d'une mort certaine et d'éviter que sa femme ne souffre, Chris

s'engage à réparer les pots cassés. Avec d'anciens amis, il s'engage sur un paquebot avec l'idée de ramener 1M\$ en fausse monnaie aux États-Unis. Ce qui n'est censé être qu'une opération de routine prend toutefois une tournure inattendue lorsque Chris s'aperçoit qu'il est tombé dans un piège. Sa femme et ses deux fils sont maintenant en danger.

RÉALISATION ET SCÉNARIO

À la tête de son premier long-métrage, Baltasar Kormakur signe une réalisation rythmée et serrée. Bien que les scènes d'action soient rares, on ne s'éternise pas en longueur dans les dialogues. Le jeu de caméra, qui rappelle en partie celui préconisé par Paul Greengrass dans *The Bourne Supremacy*, ajoute du dynamisme au scénario. L'image n'est pas toujours nette ce qui ajoute un peu de mystère pour le spectateur.

On ne peut toutefois pas dire autant de bien du scénario signé Aaron Guzikowski. Plusieurs invraisemblances parsèment les péripéties du long-métrage et sèment le doute dans l'esprit du spectateur. La chronologie des scènes d'action qui se déroulent principalement au Panama semble arrangée avec le «gars des vues». Comment se fait-il qu'une femme survive plusieurs heures enveloppée dans un épais plastique? N'aurait-elle pas dû mourir asphyxiée?

JEU D'ACTEUR

Cela dit, le plus gros reproche du long-métrage n'a rien à voir avec le scénario. Il s'agit tout simplement du jeu des acteurs qui disons-le, ne risquent pas de voir leur nom mentionné à la prochaine cérémonie des Oscars. La chimie du couple formé de Mark Wahlberg et Kate Beckinsale est

carrément inexistante. Pourtant, toute la force du scénario repose sur ce qu'un homme est prêt à faire pour sauver sa famille.

Dans la peau du personnage principal, l'ancien rappeur Marky Mark n'affiche pas la profondeur à laquelle il a habitué son public. Il est bien loin de l'acteur qu'il était en 2006 lorsqu'il a obtenu une nomination aux Oscars pour son rôle dans *The Departed*. Bien qu'il agisse en tant que producteur pour *Contrebande*, on en vient à croire qu'il

a pris ce rôle un peu trop à la légère.

Malgré tout, le long-métrage représente un bon divertissement pour les amateurs du genre. Vous ne ressortirez peut-être pas du cinéma sous le choc d'une finale surprenante ou encore ému par la relation qui unit le couple principal, mais vous aurez droit à une intrigue somme toute satisfaisante. Bref, *Contrebande* est ce genre de film que vous regardez un vendredi soir bien emmitoufflé dans votre sofa.



FICHE TECHNIQUE

Synopsis: Un ancien contrebandier reprend du service pour sauver la vie de son beau-frère que l'on tient personnellement responsable d'une transaction de drogue qui a échoué.

Réalisateur: Baltasar Kormakur

Distribution: Mark Wahlberg, Kate Beckinsale

Durée: 1h49

Classement: 13 ans et plus



(Photo: Simon Lachapelle)

Vernissage chez Action Art Actuel

C'est ce jeudi, dès 17 heures, que le centre d'artistes Action Art Actuel dévoilera ses deux premières expositions de l'année. Dans le cadre d'un 5 à 7, les visiteurs pourront admirer le travail de Jean-Maxime Dufresne et Virginie Laganière (notre photo), créateurs de *Royaume*. Ils pourront également encourager un artiste de la relève originaire de la région, Maxime Charron, dont l'imagination et le talent ont permis la création de *Auton'Homme*. À noter que les deux expositions seront accessibles gratuitement jusqu'au 18 février. Information: www.action-art-actuel.org.

L'HIVER C'EST PAS PAREIL!

Ouvert tous les week-ends



Le Carnaval au Zoo

Du 14 janvier au 26 février 2012

Une foule d'activités extérieures vous attendent

Venez voir les animaux jouer dans la neige!

Sculpteur de glace en action.

Cracheur de feu.

Les éléphants prennent une marche.

(si la température le permet)

Ne manquez pas les nouveaux bébés léopards des neiges.

ZOOGRANBY

INDUSTRIELLE ALLIANCE



L'HIVER C'EST PAS PAREIL

GAGNEZ 1 FORFAIT FAMILLE

2 ADULTES (13 ANS ET PLUS) - 2 ENFANTS (2 À 12 ANS)

Nom: _____

Tél.: _____

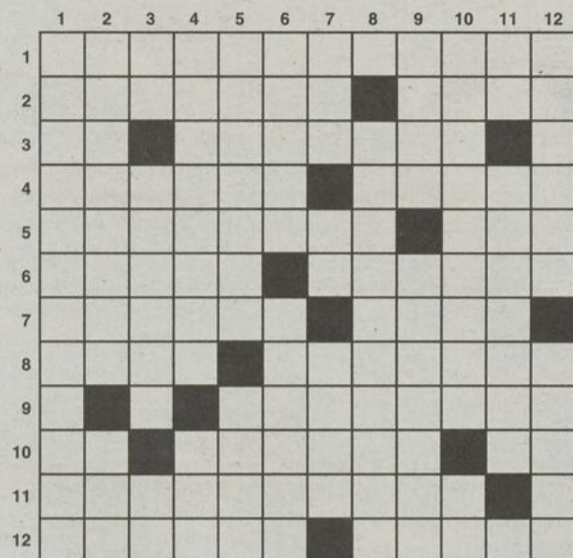


ZOOGRANBY

Remplissez le bon de participation et faites-le parvenir au journal «Le Canada Français», 84, rue Richelieu, Saint-Jean-sur-Richelieu, Qc, J3B 6X3 avant le mercredi 25 janvier 2012, 17 h. Tirage le jeudi 26 janvier 2012 à 12 h.

MOTS-CROISÉS

Problème No 147



VERTICALEMENT

- 1- Qui reviennent tous les deux ans.
- 2- Gaietés. - Ancienne capitale d'Arménie.
- 3- Interjection. - Lettre de change. - Cale.
- 4- Inflammation de l'intestin grêle. - Golfe des Bouches-du-Rhône.
- 5- Séparation de parties contiguës. - Mois de l'année.
- 6- Imperméable. - Examine attentivement.
- 7- Commissariat à l'énergie atomique. - Dupe. - Ville de l'Inde.
- 8- Jeune fille laide.
- 9- Colères. - Divulgua.
- 10- Relatives à l'oestrus. - Personnel.
- 11- Doublée. - Vierge martyrisée à Mérida.
- 12- Rigoureuse, précise. - Petites baies peu profondes.

HORIZONTALEMENT

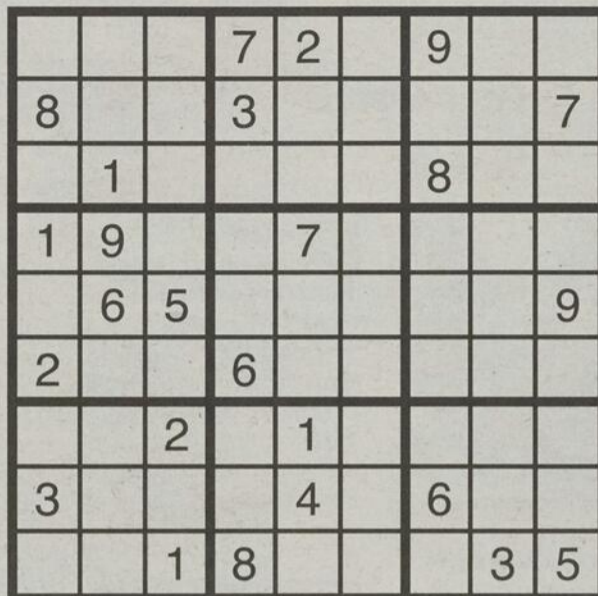
- 1- Prières.
- 2- Qui a perdu la vie. - Prénom masculin.
- 3- Se suivent. - Pièces périnthaires des fleurs.
- 4- Voie de communication. - Plante cultivée pour ses fleurs.
- 5- Exposerai dans le détail. - Voie publique.
- 6- Naïf, un peu sot. - Qui relève de l'idée.
- 7- Bâtiments de la marine de guerre. - Ancienne cité de Syrie.
- 8- Famille princière de l'Italie. - Quadrilla.
- 9- Agent de police.
- 10- Personnel. - Épais, touffu. - Préposition.
- 11- Qui séduit.
- 12- Repos. - Homme politique portugais, né en 1935.

Solution du dernier problème

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

SUDOKU

PROBLÈME NO 300



RÉPONSE DU NO 299

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

RÈGLES DU JEU :

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

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

9 LETTRES CACHÉES

MOT-MYSTÈRE

LA CONFIRMATION

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

- | | | | | | |
|---|---|---|--|---|--|
| A
ACCOMPAGNER
ACTE
ADMIS
ADOLESCENT
AFFIRME
ÂGE
AGENT
AMOUR
ANIME
ANNÉE
AVENIR
B
BAPTÊME
BAUME
BÉNIR | C
CATÉCHÈTE
CATHOLIQUE
CHRÊME
CHRÉTIEN
CIERGE
CLASSE
CONFIRMANT
CONSCÉCRATION
CRÉER
CROIX
CROYANCE
D
DATE
DIEU
DROIT | E
ÉCOLE
ÉGLISE
ÉVÈNEMENT
ÉVÊQUE
F
FÊTER
FILLE
FORME
G
GARÇON
GENS
GRÂCE
GROUPE
H
HUILE | I
INFORMER
J
JANVIER
JOUE
M
MAIN
MARQUER
MARRAINE
MÈRE
MESSE
O
OINDRE
P
PARENT
PARRAIN | PASTORAL
PRÉPARATION
PRÊTRE
PRIÈRE
PRIVILÈGE
PROMESSE
R
RECEVOIR
REÇU
RELIGION
RENCONTRE
RÉUNION
RITE
RITUEL
RÔLE | S
SACREMENT
SENS
SIGNE
SOUFFLET
SOUVENIR
SYMBOLE
V
VALEUR
VENUE
VIE
VŒUX
VOIR
VUE |
|---|---|---|--|---|--|

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

SOLUTION DE CE MOT CACHÉ : CÉRÉMONIE

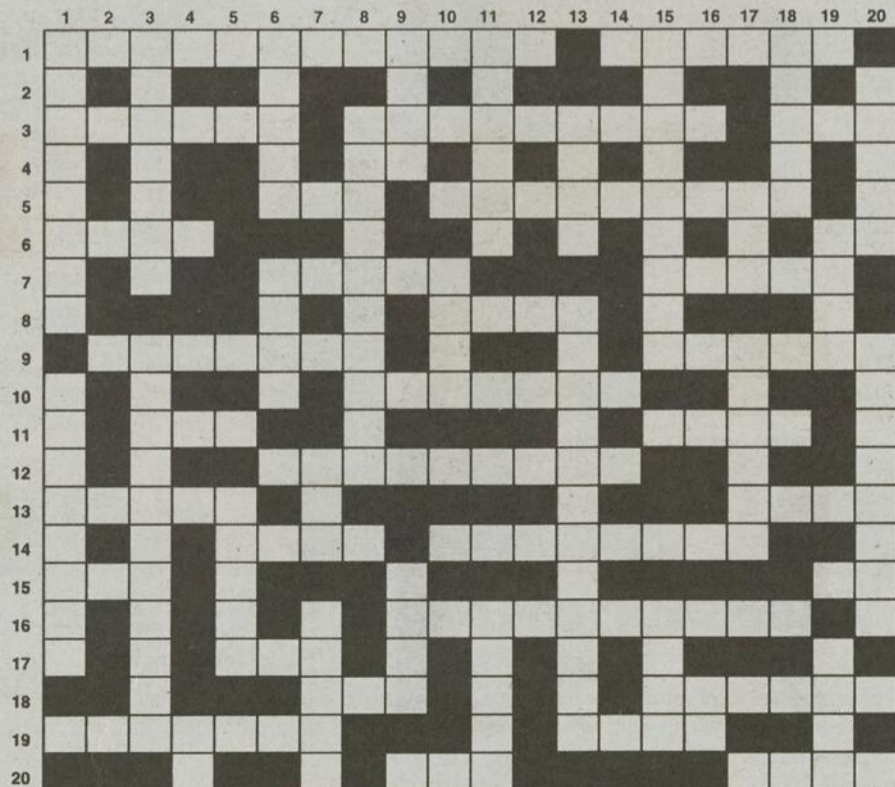
8 LETTRES CACHÉES

LES ENTRECROISÉS

QUI SE DONNE

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

- | | | | | | |
|-----|------|-------|--------|----------|--------------|
| 2 | toi | goût | effet | raison | 9 |
| as | ton | lien | heure | 7 | consignes |
| ce | une | mort | idées | détails | prodiguer |
| et | vie | sans | soins | donneur | résultats |
| je | | sein | suite | instant | spectacle |
| ne | 4 | tort | titre | travail | 10 |
| | avec | très | | | permission |
| 3 | avis | type | 6 | 8 | récompense |
| ira | bras | | aspect | accolade | 11 |
| ont | ceci | 5 | change | conseils | explication |
| peu | coup | chose | espoir | prétexte | 12 |
| sur | être | congé | ordres | réplique | autorisation |
| tes | fête | cours | parole | réponses | consentement |



SOLUTION DE LES ENTRECROISÉS: RÉPLIQUE

Bébés 2011



À GAGNER
1500\$
EN PRIX

VOS BÉBÉS GAGNANTS!

Présenté en collaboration avec
IGA Gladu
400, boul. du Séminaire Nord
(Place Saint-Jean)
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 349-2878

IGA
GLADU extra

LES ENFANTS DE L'ANNÉE 2011



Par Louise Haley
(Madame MINOU)
514 521-8745

Les positions des planètes et leur influence sur les enfants nés pendant cette année 2011

Le Soleil leur apportera beaucoup le sens de leur valeur personnelle et la capacité de se faire confiance. Il leur fera comprendre rapidement le sens de leurs responsabilités personnelles face à eux-mêmes et face aux autres. Ils seront capables d'accorder beaucoup d'importance à ce qui est vraiment essentiel.

La Lune leur fera vivre des choses qui les obligeront à comprendre le sens des émotions profondes surtout s'ils vivent plusieurs changements durant leur enfance. Ils seront très sensibles à l'affection qui leur viendra de leur milieu familial.

La planète Mercure fera qu'ils seront capables d'étudier plusieurs choses tout au long de leur jeunesse. Ils aimeront comprendre tout sous un aspect international. Ils aimeront se sentir vraiment capables de faire la part des choses et leurs habilités intellectuelles seront très puissantes. Il sera très important de leur parler et d'être attentif à ce qu'ils ont à dire.

La planète Vénus fera qu'ils seront capables d'une grande possibilité de voir les choses avec beaucoup de sens humanitaire. Ils voudront vraiment aimer les autres sans aucune forme de préjugés. Cela sera vraiment primordial pour eux.

La planète Mars leur apportera un besoin de vivre tout avec un grand sens de la vérité. Ils ne voudront pas qu'on leur mente et encore moins qu'on ne respecte pas ce qu'ils sont intérieurement. Ils voudront vraiment avoir le sentiment de faire quelque chose de grand de leur existence.

La planète Jupiter commence l'année 2011 dans le signe des Poissons, elle traverse le signe du Bélier et termine l'année dans le signe du Taureau. Elle leur apportera beaucoup d'émotion créatrice et aussi un grand besoin de se réaliser d'une manière très puissante. Elle fera qu'ils seront appelés à vraiment vouloir se créer un mode de vie très personnel. Ils aimeront se sentir heureux en accord avec leurs sentiments, leurs ambitions et leur environnement.

Pendant l'année 2011, **la planète Saturne** est dans le signe de la Balance pendant toute l'année. Elle leur fera comprendre le sérieux de certaines choses avec beaucoup de dynamisme. Ils aimeront pouvoir agir d'une manière très puissante et heureuse pour eux et pour les autres. D'aucune façon, ils ne s'attarderont à ce qui n'est pas profondément humain.

Pendant l'année 2011, **la planète Uranus** commence l'année dans le signe des Poissons et la termine dans le signe du Bélier. Cela leur apportera beaucoup d'intensité au plan de leurs émotions et beaucoup de puissance d'action dans le domaine de leur vie professionnelle. Il est possible qu'ils soient capables d'accomplir de grandes choses qui auront un impact extraordinaire. Ils pourront être très créatifs et en même temps très capables de très bien organiser leur vie. D'aucune façon ils ne toléreront de ne pas se sentir utiles d'une manière bienfaisante.

Pendant l'année 2011, **la planète Neptune** commence l'année dans le signe du Verseau, elle entre dans le signe des Poissons et elle revient dans le signe du Verseau. Elle leur apportera un grand besoin de compter beaucoup sur eux-mêmes mais ils auront un grand sens du respect de ce qu'ils vivront dans tous les domaines. Très jeunes, ils seront capables de voir ce qui se passera autour d'eux et ils seront émus par ce qui se vivra sur toute notre planète.

Pendant toute l'année 2011, **la planète Pluton** est dans le signe du Capricorne. Elle leur fera ressentir profondément plusieurs choses reliées à des situations impliquant tous les humains. Ils voudront être efficaces tout au long de leur vie ils auront à s'impliquer d'une façon très dynamique dans ce qui les touchera vraiment.

Le Nœud nord (Nœud ascendant de la Lune) commence l'année dans le signe du Capricorne et la termine dans le signe du Sagittaire. Cela leur donnera un grand sens de l'universalisme et un besoin de mieux savoir comment se faire confiance. Il est possible qu'ils soient appelés très jeunes à voyager ou à connaître des gens qui viennent de pays étrangers. Ils voudront vraiment avoir le sens de la compréhension des choses d'une manière bienfaisante. Ils seront très sensibles à tout ce qui est relié au théâtre, au cinéma et aussi à tous les arts d'expressions.

Le Nœud sud (Nœud descendant de la Lune) commence l'année dans le signe du Cancer et la termine dans le signe des Gémeaux. Cela fait qu'ils seront très sensibles à tout ce qui touche le monde de la nature. Ils voudront faire quelque chose de merveilleux de leur existence et ils seront capables de s'interroger avec beaucoup de sincérité au sujet de tout ce qui touche les questions humanitaires. Ils auront vraiment besoin de dire ce qu'ils pensent et ils analyseront les choses avec beaucoup de sens critique.

Pendant l'année 2011, **la Lune Noire** commence l'année dans le signe des Poissons, elle traverse le signe du Bélier et termine l'année dans le signe du Taureau. Elle leur donnera un grand besoin de vivre de belles choses au plan de leur dynamisme personnel et elle favorisera leur talent artistique. Il est possible qu'ils soient appelés à faire des choses qui seront vraiment liées à leur vulnérabilité mais aussi à leur puissance d'action. Ils seront capables de vraiment comprendre les choses avec beaucoup de sentiments d'attachement mais aussi avec du sens pratique.

Pendant l'année 2011, **Chiron** commence l'année dans le signe du Verseau et la termine dans le signe des Poissons. Cela fait qu'ils apporteront beaucoup d'importance à la vie amoureuse et aussi à leurs capacités de s'adapter à différentes conditions de vie. Ils auront besoin d'être très attentifs dans tout car ils seront toujours capables de vouloir être nobles.

En 2011, **la Terre** leur apportera un grand besoin d'être vraiment capables d'observer ce qui sera vraiment primordial autour d'eux. Cela sera vraiment quelque chose de très valorisant dans leur existence. Ils désireront avec beaucoup de sincérité que les autres soient bien.

Les enfants nés pendant l'année 2011 auront un grand sens du partage et de l'humanisme. Ils seront très sensibles à tout ce qui touche l'aspect du développement individuel.

Les enfants qui naîtront pendant l'année 2012 accorderont beaucoup d'importance à leur dignité et à celle des autres. Ils seront aptes à pouvoir vraiment mieux aller vers ce qui sera primordial dans tout.



1^{er} prix :
500\$ Padok Junior

MÉGANE ROBERT

Née le 14 décembre 2011

Fille de Marie-Josée Nadeau et de Patrick Robert
Saint-Jean-sur-Richelieu



2^e prix :
500\$ LES FONDS UNIVERSITAS DU CANADA

BASTIEN LANCAULT

Né le 13 septembre 2011

Fils de Marie-Danièle Noiseux et de Rémi-Israël Lanciault
Saint-Jean-sur-Richelieu



3^e prix :
300\$ JOAILLERIE LANGÉVIN

SAMUEL LABONTÉ

Né le 29 avril 2011

Fils de Jessica Boily et de Julien Labonté
Saint-Jean-sur-Richelieu



4^e prix :
200\$ Le Défi (Assortiment de jouets)
produits écologiques vert

ÉDOUARD LEBLANC

Né le 3 novembre 2011

Fils de Katerine Thibodeau et de Christian Leblanc
Saint-Jean-sur-Richelieu

Félicitations aux heureux gagnants ainsi qu'à tous les participants!

SOLUTION DE TES ENJEU/SOIS/ES: VE/RI/ON/E

SOLUTION DE CE MOT CACHÉ: SE/VE/MON/IE



Bébés 2011

Présenté en collaboration avec
IGA Gladu
400, boul. du Séminaire Nord
(Place Saint-Jean)
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 349-2878



Gabriel Morand

Né le 28 décembre 2011
Fils de Anick Dumouchel
et de Pierre Morand
Napierville



Tommy Charpentier

Né le 28 décembre 2011
Fils de Tania Hardy
et de Bruno Charpentier
Saint-Jean-sur-Richelieu



Marie-Michelle Beaudoin

Née le 2 janvier 2011
Fille de Anne-Marie Demers
et de François Beaudoin
Saint-Jean-sur-Richelieu



Nathan Picard

Né le 2 janvier 2011
Fils de Céline Desranleau
et de Jean-François Picard
Saint-Jean-sur-Richelieu



Magalie Ouellet

Née le 3 janvier 2011
Fille de Eliane Dagenais
et de Serge Ouellet
Saint-Jean-sur-Richelieu



Laurence Savoie

Née le 12 janvier 2011
Fille de Martine Fontaine
et de Alexandre Savoie
Mont-Saint-Grégoire



Lilianne Pitre

Née le 13 janvier 2011
Fille de Johanne Blouin
et de Benoit Pitre
Saint-Jean-sur-Richelieu



Élodie Dorval

Née le 16 janvier 2011
Fille de Ingrid Savard
et de Patrick Dorval
Saint-Jean-sur-Richelieu



Samuelle Bourassa

Née le 16 janvier 2011
Fille de Marie-Claude Massé
et de Michel Bourassa
Saint-Blaise-sur-Richelieu



Alexis Fortin

Né le 19 janvier 2011
Fils de Cathy Bérubé
et de Etienne-David Fortin
Saint-Jean-sur-Richelieu



Emile Deschamps

Né le 20 janvier 2011
Fils de Isabelle Laliberté
et de Jean-Luc Deschamps
Saint-Jean-sur-Richelieu



Selene Mercier

Née le 31 janvier 2011
Fille de Cathy Gagné
et de Hans Gabriel Gervais Mercier
Saint-Alexandre.



Anaïs Géliveau

Née le 2 février 2011
Fille de Pascale Gauthier
et de Simon Géliveau
Sainte-Angèle-de-Monnoir



Benjamin Dubé

Né le 6 février 2011
Fils de Marie-Isabelle Martin
et de Jean-Luc Dubé
Sainte-Angèle-de-Monnoir



Charlie Boulais

Née le 11 février 2011
Fille de Sophie Benoit
et de Nicolas Boulais
Saint-Jean-sur-Richelieu



Cassandre Audit

Née le 15 février 2011
Fille de Audrey Longpré
et de Maxime Audit
Lacolle



Elysia Desranleau

Née le 19 février 2011
Fille de Laurie-Anne Boucher
et de Ulysse Desranleau Dandurand
Sherbrooke



Maéva Gaucher

Née le 19 février 2011
Fille de Joanie Rousselle
et de Nicolas Gaucher
Saint-Blaise-sur-Richelieu



Julien Laplante

Né le 21 février 2011
Fils de Annie-Claude Bessette
et de Pascal Laplante
Saint-Jean-sur-Richelieu



Loïc Bégin

Né le 3 mars 2011
Fils de Annie Bouchard
et de Mathieu Bégin
Varenes



Manu Chalifoux

Né le 9 mars 2011
Fils de Valentine Cusson-Leduc
et de Hugo Chalifoux
Saint-Alexandre



Camille Brunet

Née le 10 mars 2011
Fille de Martine Arcoite
et de André Brunet
Saint-Jean-sur-Richelieu



May-Anne Tougas

Née le 10 mars 2011
Fille de Aimay Boudrias
et de Vincent Tougas
Saint-Jean-sur-Richelieu



Amélya Trépanier

Née le 15 mars 2011
Fille de Geneviève Ménard
et de Danny Trépanier
Saint-Jean-sur-Richelieu



Horoscope
Par Louise
Haley
(Madame
MINOU)

514 521-8745



Capricorne [22 décembre - 20 janvier]

Les enfants nés sous le signe du Capricorne pendant l'année 2011 seront très impressionnés par tout ce qu'ils vivront durant les premières années de leur existence. Le Soleil et la planète Mars leur apporteront une force de caractère exceptionnelle et un grand sens de l'organisation. Ils seront capables de faire des choses qui sortent vraiment de l'ordinaire au plan humain. Cela aura beaucoup d'impact sur eux car ils pourront se faire confiance et ils n'auront pas peur d'apporter beaucoup d'eux-mêmes dans des situations vraiment exigeantes. Ils seront des êtres très fiers et tout ce qu'ils accompliront pourra être remarquable mais ils devront vraiment respecter les autres.



Verseau [21 janvier - 19 février]

Les enfants nés sous le signe du Verseau pendant l'année 2011 seront très sensibles à tout ce qui touche notre monde actuel. Ils auront un grand besoin de se sentir capable d'un dépassement exceptionnel. Le Nœud sud (Nœud descendant de la Lune) et la planète Pluton font qu'ils devront toujours réfléchir au sujet de tous les événements qu'ils vivront. Ils seront capables de vraiment apporter des choses exceptionnelles aux gens qu'ils aimeront. Ils seront capables d'une grande rigueur et en même temps, ils pourront vivre des choses qui seront influencées par leur inspiration. Ils auront besoin d'être souvent appelés à faire beaucoup de choses axées sur l'altruisme dans des conditions de vie peu communes.

Walmart

Économisez plus. Vivez mieux:

Tout pour votre bébé!

100, rue Omer-Marcil (secteur Saint-Luc) 450 349-0666

Félicitations à tous les participants!

Présenté en collaboration avec
IGA Gladu
400, boul. du Séminaire Nord
(Place Saint-Jean)
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 349-2878



Thomas Branchaud
Né le 19 mars 2011
Fils de Mélissa Matte
et de Sébastien Branchaud
Sabrevois



**Vincent
Gélineau-Veilleux**
Né le 21 mars 2011
Fils de Josianne Gélineau
Saint-Jean-sur-Richelieu



Maïka Roberge
Née le 22 mars 2011
Fille de Mélissa Bédard
et de Dominique Roberge
Saint-Jean-sur-Richelieu



Léa Nadeau
Née le 25 mars 2011
Fille de Marie-Josée Bérard
et de Sébastien Nadeau
Saint-Jean-sur-Richelieu



Camille Girard
Née le 26 mars 2011
Fille de Mélanie Marchessault
et de Rémi Girard
Bedford



Marilou Cosetti
Née le 27 mars 2011
Fille de Johanne Fortin
et de Marc-André Cosetti
Saint-Jean-sur-Richelieu



Mathéo Filion
Né le 1^{er} avril 2011
Fils de Marie-Andrée Longchamps
et de Francis Filion
Saint-Jean-sur-Richelieu



Anne-Clara Brouillette
Née le 2 avril 2011
Fille de Marie-Lise Trépanier
et de François-Karl Brouillette
Montréal



Améliane Jacques
Née le 9 avril 2011
Fille de Geneviève St-Jean
et de Michaël Jacques
Saint-Paul-de-l'Île-aux-Noix



William Dextraze
Né le 11 avril 2011
Fils de Isabelle Choquette
et de Dominic Dextraze
Saint-Jean-sur-Richelieu



Julien Roman
Né le 14 avril 2011
Fils de Brigitte Guillotte
et de François Roman
Saint-Jean-sur-Richelieu



Thomas Campbell
Né le 18 avril 2011
Fils de Anni-Claude Archambault
et de John Campbell
Saint-Jean-sur-Richelieu



Charlie Boucher
Née le 20 avril 2011
Fille de Isabelle Degeer
et de Eric Boucher
Saint-Jean-sur-Richelieu



Thomas Bessette
Né le 20 avril 2011
Fils de Véronique Coupal
et de Benoit Bessette
Saint-Jean-sur-Richelieu



Alice Gagnon
Née le 21 avril 2011
Fille de Marie Pierre Gagnon
Saint-Jean-sur-Richelieu



Emile Payette
Né le 24 avril 2011
Fils de Julie Palin
et de Olivier Payette
Saint-Jean-sur-Richelieu



O'Neil Levasseur
Né le 24 avril 2011
Fils de Geneviève Paquette
et de Erik Levasseur
Saint-Jean-sur-Richelieu



Samuel Labonté
Né le 29 avril 2011
Fils de Jessica Boily
et de Julien Labonté
Saint-Jean-sur-Richelieu



Esteban Rémillard
Né le 2 mai 2011
Fils de Annik Méthé
et de Guillaume Rémillard
Saint-Rémi



Magalie Martel
Née le 13 mai 2011
Fille de Emilie Corriveau
et de Simon Martel
Saint-Jean-sur-Richelieu



Léanne Mercier
Née le 18 mai 2011
Fille de Valérie Roy
et de Jason Mercier-Bernard
Saint-Jean-sur-Richelieu



Enzo et Stella Harvey
Nés le 20 mai 2011
Fils et fille de Sylvie Bouchard
et de Nicolas Harvey
Saint-Jean-sur-Richelieu



William Raymond
Né le 24 mai 2011
Fils de Elsie Théberge
et de Mathieu Raymond
Saint-Alexandre



Félix Poirier
Né le 25 mai 2011
Fils de Marilyse Tougas
et de Eric Poirier
Saint-Jean-sur-Richelieu



Poissons (20 février - 20 mars)

Les enfants nés sous le signe des Poissons durant l'année 2011 seront souvent capables d'accorder beaucoup de valeur à des choses très peu comprises au plan extérieur. Ils donneront beaucoup d'importance à la sensibilité. La planète Saturne et Chiron feront qu'ils seront vraiment appelés à donner beaucoup d'eux-mêmes dans des situations qui seront très axées sur des qualités de cœur. Ils pourront faire beaucoup de bien et ils pourront accorder beaucoup de raffinement dans tout ce qu'ils vivront. Ils n'aimeront pas ce qui est dévalorisant pour eux-mêmes et pour les autres. Leur sens profond de l'attachement aux gens qu'ils aiment aura vraiment une importance primordiale pour eux. Cela sera la base dans leur existence.



Bélier (21 mars - 20 avril)

Les enfants nés sous le signe du Bélier pendant l'année 2011 croiront beaucoup en leurs possibilités personnelles et auront de grandes chances de vivre du succès. Les planètes Vénus et Pluton leur donneront beaucoup de fierté et ils seront capables de vraiment vivre d'une manière magnifique. Ils pourront faire des choses très différentes au plan personnel car ils pourront pouvoir agir d'une façon très individuelle tout au long de leur vie. Ils seront capables d'avoir beaucoup d'influence sur leur entourage. Ils apporteront un grand dynamisme dans tout ce qu'ils accompliront. Il est possible qu'ils aient à repenser plusieurs choses au plan de leur travail et ils n'auront pas peur des défis. Ils pourront vivre des sentiments magnifiques et peu communs.



Horoscope
Par Louise
Haley
**(Madame
MINOU)**

514 521-8745

Padok Elle et Lui - SOLDE - Padok Elle et Lui - SOLDE

Padok Junior - SOLDE



VENTE
PROMENADE
du 18 au 28 janvier 2012

50% À

80%

NOUVELLE
COLLECTION
PRINTANIÈRE

Padok Junior - SOLDE

CARREFOUR
LAPLANTE

Elle et Lui : 450 347-0140
Junior : 450 545-1319

SOLDE - Padok Elle et Lui - SOLDE - Padok Elle et Lui



Bébés 2011

Présenté en collaboration avec
IGA Gladu
400, boul. du Séminaire Nord
(Place Saint-Jean)
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 349-2878



Maëlane Robitaille

Née le 26 mai 2011
Fille de Sonia Milot
et de Jean Robitaille
Saint-Jean-sur-Richelieu



Léonie Gagnon

Née le 30 mai 2011
Fille de Fany Charbonneau
et de Charl Gagnon
Napierville



Lili-Rose G. Leduc

Née le 2 juin 2011
Fille de Marie-Josée Leduc
et de Luc Gendron
Sainte-Brigide



Béatrice Gaboury

Née le 3 juin 2011
Fille de Louise Bouchard
et de Christian Gaboury
Saint-Jean-sur-Richelieu



Floraly Meunier

Née le 6 juin 2011
Fille de Valérie Lajoie
et de Philippe Meunier
Richelieu



Mahélya Crevier-St-Laurent

Née le 6 juin 2011
Fille de Synthia St-Laurent
et de Jonathan Crevier-Ferland
Saint-Blaise-sur-Richelieu



Alexis Bienvenue

Né le 8 juin 2011
Fils de Isabelle Dumont
et de Charles Bienvenue
Saint-Jean-sur-Richelieu



Mila Mongeau

Née le 10 juin 2011
Fille de Sabrina Brosseau
et de Frédéric Mongeau
Saint-Jean-sur-Richelieu



Thomas Brosseau

Né le 13 juin 2011
Fils de Sandra Fréneau
et de Eric Brosseau
Saint-Paul-de-l'Île-aux-Noix



Auréliane Proulx-Jalbert

Née le 14 juin 2011
Fille de Isabelle Fontaine
et de Gabriel Proulx-Jalbert
Saint-Jean-sur-Richelieu



Léa Paquet

Née le 14 juin 2011
Fille de Mélissa St-Martin
et de Patrick Paquet
Mont-Saint-Grégoire



Loïck Martin

Né le 15 juin 2011
Fils de Vicky Melaven
et de Patrick Martin
Chambly



Justin Barbeau

Né le 17 juin 2011
Fils de Karine St-Germain
et de Sonny Lacombe Barbeau
Saint-Jean-sur-Richelieu



Nathan Paré Malenfant

Né le 17 juin 2011
Fils de Stéphanie Malenfant
et de Michel Paré
Saint-Jean-sur-Richelieu



Isaac Laforest

Né le 29 juin 2011
Fils de Véronique Dupuis
et de Bertrand Laforest
Saint-Jean-sur-Richelieu



Danaé Chénier Campbell

Née le 1^{er} juillet 2011
Fille de Amélie Campbell
et de David Chénier
Saint-Jean-sur-Richelieu



Hubert Sépul

Né le 1^{er} juillet 2011
Fils de Mylène Grenon
et de Marc Sépul
Venise-en-Québec



Mélina Guay

Née le 3 juillet 2011
Fille de Valérie Laberge
et de Nykolos Guay
Saint-Jean-sur-Richelieu



Naomie Delorme

Née le 3 juillet 2011
Fille de Julie Corriveau
et de Dominic Delorme
Québec



Axel Dy

Né le 8 juillet 2011
Fils de Marie-Pier Boudriau
et de Philippe Dy
Saint-Jean-sur-Richelieu



Félix-Antoine Frigault

Né le 8 juillet 2011
Fils de Annick Marcantonio
et de Patrick Frigault
Saint-Jean-sur-Richelieu



Trystan Bousquet

Né le 8 juillet 2011
Fils de Tania L'Heureux
et de Benoit Bousquet
Saint-Jean-sur-Richelieu



Lohan Hébert

Né le 11 juillet 2011
Fils de Marie-Pier Charbonneau
et de Alexandre Hébert
Saint-Jean-sur-Richelieu



Zachary Fortier

Né le 12 juillet 2011
Fils de Jacqueline Sépul
et de Nicolas Fortier
Saint-Sébastien



Horoscope
Par Louise
Haley
(Madame
MINOU)

514 521-8745



Taureau (21 avril - 21 mai)

Les enfants nés sous le signe du Taureau pendant l'année 2011 auront beaucoup de dynamisme intérieur et seront doués pour tout ce qui concerne la capacité d'analyser ce qui est sérieux. La planète Jupiter et la Lune feront qu'ils aimeront vivre près de la nature et qu'ils désireront s'accomplir dans une atmosphère de paix. Ils seront très sensibles aux ambiances ainsi qu'à tout ce qui est relié au besoin de donner beaucoup aux autres. Ils aimeront tout ce qui est lié à la justice et ils accorderont beaucoup d'importance à leur habitation. Ils rechercheront la durabilité dans leur vie affective. Ils seront des gens très aimables mais ils seront très susceptibles et sensibles.



Gémeaux (22 mai - 21 juin)

Les enfants nés sous le signe des Gémeaux pendant l'année 2011 auront un grand besoin de réussir au plan de leurs études et ils aimeront beaucoup communiquer avec les autres. Le Nœud nord (Nœud ascendant de la Lune) et la planète Mars leur donneront beaucoup de courage. Ils n'auront pas peur de s'interroger au sujet de plusieurs choses. Ils auront la capacité d'apprendre et d'aimer se développer tout au long de leur vie. Ils apprendront beaucoup par eux-mêmes et ils pourront apporter beaucoup aux autres au plan de l'amitié. Ils accorderont beaucoup d'importance à la compréhension de ce que les autres vivent même si cela peut leur paraître quelques fois très difficile à expliquer.

Pour tous vos
plaisirs d'hiver,
passez chez



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

Lactéa
Marraines d'allaitement

LIGNE D'URGENCE 24H / 7 JOURS
450 272-0708

- ◆ SOUTIEN EN ALLAITEMENT
- ◆ CAFÉ RENCONTRE
- ◆ ACTIVITÉS THÉMATIQUES
- ◆ DÉFI ALLAITEMENT
- ◆ PORTAGE
- ◆ BOUTIQUE (TIRE-LAIT, PORTE-BÉBÉ ET PLUS)

640, rue Dorchester, local 404
Saint-Jean-sur-Richelieu

www.lactea.org

450 895-3554

Félicitations à tous les participants!

Présenté en collaboration avec
IGA Gladu
400, boul. du Séminaire Nord
(Place Saint-Jean)
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 349-2878



Amélie Barbeau

Née le 13 juillet 2011
Fille de Annie L'Heureux
et de Tommy Lacombe-Barbeau
Saint-Jean-sur-Richelieu



James Bernier

Né le 15 juillet 2011
Fils de Marie-Josée Rocheleau
et de Jeff Bernier
Saint-Jean-sur-Richelieu



Julianne Cosetti

Née le 15 juillet 2011
Fille de Geneviève Manny
et de Richard Cosetti
Saint-Jean-sur-Richelieu



Loïc Leblanc

Né le 15 juillet 2011
Fils de Chantale Perron
et de Éric Leblanc
Saint-Jean-sur-Richelieu



Malik Patenaude

Né le 16 juillet 2011
Fils de Mélanie Philippon
et de Benoît Patenaude
Saint-Jean-sur-Richelieu



Zachary Fournier

Né le 16 juillet 2011
Fils de Annie Bossé
et de David Fournier
Saint-Jean-sur-Richelieu



Élodie Lévesque

Née le 18 juillet 2011
Fille de Marie-Pier Corriveau
et de Patrice Lévesque
Saint-Jean-sur-Richelieu



Jade Leduc

Née le 18 juillet 2011
Fille de Isabelle Bourgeois
et de Alexandre Leduc
Saint-Jean-sur-Richelieu



Alexis Galipeau

Né le 25 juillet 2011
Fils de Isabelle Desmarchais
et de Stéphane Galipeau
Saint-Jean-sur-Richelieu



Louka Deschamps

Né le 29 juillet 2011
Fils de Stéphanie Rhéaume
et de Frédéric Deschamps
Saint-Jean-sur-Richelieu



Félix Gagné

Né le 31 juillet 2011
Fils de Valérie Fallon-Leduc
et de Yan Gagné
Shannon



Jean-Simon Dubois

Né le 1^{er} août 2011
Fils de Réaline Morin
et de Louis-Philippe Dubois
Saint-Jean-sur-Richelieu



Mathieu Morin

Né le 1^{er} août 2011
Fils de Jolyane Bonneau
et de Philippe Morin
Saint-Jean-sur-Richelieu



Sarahmée Hamel

Née le 1^{er} août 2011
Fille de Mélanie Lamarche
et de Jean-François Hamel
Saint-Jean-sur-Richelieu



Jasmine Thibault-Bessette

Née le 5 août 2011
Fille de Marie-Ève G.-Bessette
et de Yannick Thibault
Saint-Jean-sur-Richelieu



Maélie Audet

Née le 15 août 2011
Fille de Viviane Thibert
et de Éric Audet
Saint-Jean-sur-Richelieu



William et Samuel Vandal

Nés le 15 août 2011
Fils de Joanie G. Robert
et de Simon Vandal
Saint-Mathias-sur-Richelieu



Maxime Hurtubise

Né le 17 août 2011
Fils de Suzie Corriveau
et de Patrick Hurtubise
Chambly



Léonie Desgagné

Née le 22 août 2011
Fille de Dominique Bessette
et de Julien Desgagné
Saint-Jean-sur-Richelieu



Laurence et Frédérique Malo

Nées le 23 août 2011
Filles de Anick Dubois
et de Marc-André Malo
Saint-Jean-sur-Richelieu



Charles Lanciault

Né le 30 août 2011
Fils de Mélissa Lanciault
et de Sébastien Rouiller
Saint-Jean-sur-Richelieu



Charlie Dauplaise

Né le 31 août 2011
Fille de Suzie Ménard
et de Yanick Dauplaise
Saint-Jean-sur-Richelieu



Antony Mentor

Né le 1^{er} septembre 2011
Fils de Vicky Poulin
et de Rony Mentor
Sainte-Sabine



Loïc Trudel

Né le 1^{er} septembre 2011
Fils de Nancy Ouimette
et de Billy Trudel
Saint-Jean-sur-Richelieu



Cancer (22 juin - 23 juillet)

Les enfants nés sous le signe du Cancer pendant l'année 2011 auront un très grand besoin d'être près des gens qu'ils aiment. Ils toléreront très mal d'en être éloignés. La Terre et la planète Neptune feront qu'ils auront une très grande sensibilité à la musique ainsi qu'au monde des arts. Ils auront beaucoup de magnétisme et ils seront très aimés de leur entourage professionnel. Cependant ils devront éviter tout ce qui pourrait leur apporter des problèmes d'ordre légal. Très jeunes ils seront émus par beaucoup de choses touchant le manque d'équité. Ils seront très capables de ressentir ce qui se passe autour d'eux durant toute leur vie. Ils pourront être très aimables mais aussi ils auront la capacité d'avoir beaucoup de fermeté.



Lion (24 juillet au 23 août)

Les enfants nés sous le signe du Lion pendant l'année 2011 auront beaucoup de subtilité et ils posséderont un rayonnement formidable. Les planètes Pluton et Mercure leur donneront un besoin d'avoir du discernement et ils pourront être très loyaux dans le domaine de leur parole et de leurs actes. Cependant ils devront faire attention pour ne pas se laisser manipuler et ils devront avoir beaucoup de jugement avant de s'engager dans quoi que ce soit. Ils auront le sens de la perspicacité et cela leur évitera beaucoup de problèmes. Ils apprendront beaucoup de choses lorsqu'ils seront appelés à voyager. Cela leur donnera un sentiment d'union morale avec tous les humains.



Horoscope Par Louise Haley (Madame MINOU)

514 521-8745

**Marché
Perreault & Gélinas Inc.**

Bien manger... Pour bien grandir...

Ouvert 7 jours semaine

318, boul. Saint-Luc, Saint-Jean-sur-Richelieu 450 359-4110

Proxim

Votre destination bien-être

Notre priorité...
la santé de votre
petite famille

ALAIN PAPILLON
Pharmacien
900, boul. du Séminaire Nord
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 348-4931

MARTINE CLOUÂTRE
Pharmacienne
145, boul. Saint-Joseph
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 359-1202

DANIEL LUSSIER
Pharmacien
122, Saint-Jacques
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 347-2347

4254181101A_20120119-m



Bébés 2011

Présenté en collaboration avec
IGA Gladu
400, boul. du Séminaire Nord
(Place Saint-Jean)
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 349-2878



Arianne Dumesnil

Née le 6 septembre 2011
Fille de Mélanie Barabé
et de Patrice Dumesnil
Sainte-Brigide



Romie Patenaude

Née le 10 septembre 2011
Fille de Sonia Pascoal
et de Marc-André Patenaude
Saint-Jean-sur-Richelieu



Bastien Lanciault

Né le 13 septembre 2011
Fils de Marie-Danièle Noiseux
et de Rémi-Israël Lanciault
Saint-Jean-sur-Richelieu



Philippe Le Bel

Né le 16 septembre 2011
Fils de Sophie Millette
et de Paul-Alain Le Bel
Saint-Jean-sur-Richelieu



Victor Demers

Né le 20 septembre 2011
Fils de Karine Goyette
et de Jean-Philippe Demers
Saint-Jean-sur-Richelieu



Félix L'Heureux

Né le 22 septembre 2011
Fils de Véronique Pelletier
et de Guillaume L'Heureux
Saint-Jean-sur-Richelieu



Stella-Rose Galipeau

Née le 22 septembre 2011
Fille de Marie-Eve Gariépy
et de Charles Galipeau
Pike River



James Mac Farlane

Né le 27 septembre 2011
Fils de Judith Farley
et de Patrick Mac Farlane
Saint-Jean-sur-Richelieu



Stella-Rose Courchesne

Née le 27 septembre 2011
Fille de Lyne Rioux
et de Étienne Courchesne
Chambly



Élyott Méthé Morrier

Né le 29 septembre 2011
Fils de Audrey Méthé
et de Yannick Morrier
Henryville



Raphaël Lanoue

Né le 29 septembre 2011
Fils de Lyne Santerre
et de Pierre Lanoue
Notre-Dame-de-Stanbridge



Stanley Chouinard

Né le 3 octobre 2011
Fils de Lise Bonhomme
et de Erick Chouinard
Saint-Alexandre



Nathan Guillemette

Né le 5 octobre 2011
Fils de Joannie Varin
et de Sylvain Guillemette
Saint-Blaise-sur-Richelieu



Damien Bergeron

Né le 6 octobre 2011
Fils de Joannie Varin
et de Dominic Bergeron
Saint-Jean-sur-Richelieu



Gabrielle et Olivia Marois

Nées le 6 octobre 2011
Filles de Geneviève Fortin
et de David Marois
Saint-Jean-sur-Richelieu



Mélianne Dupasquier

Née le 6 octobre 2011
Fille de Sophie Gagné
et de Pierre Dupasquier
Saint-Alexandre



Mavrick Duguay

Né le 7 octobre 2011
Fils de Catherine Farrell
et de Jonathan Duguay
Saint-Jean-sur-Richelieu



Logan Giguère

Né le 12 octobre 2011
Fils de Evelyn Audette
et de Eric Giguère
Sainte-Brigide-d'Iberville



Florence Rocheleau

Née le 17 octobre 2011
Fille de Patricia Hébert
et de Pierre-Antoine Rocheleau
Saint-Jean-sur-Richelieu



Ève Desranleau

Née le 21 octobre 2011
Fille de Annie Desroches
et de Marc Desranleau
Saint-Jean-sur-Richelieu



Olivier Deneault

Né le 25 octobre 2011
Fils de Kim Leblanc Désautels
et de Jean-Philippe Deneault
Saint-Jean-sur-Richelieu



Félix Bernard

Né le 30 octobre 2011
Fils de Stéphanie Raymond
et de Steven Bernard
Sabrevois



Eloïk Marcil

Né le 1^{er} novembre 2011
Fils de Gaudeline R. Labrosse
et de Olivier Marcil
Saint-Jean-sur-Richelieu



Pénélope Fortin

Née le 2 novembre 2011
Fille de Josée Chouinard
et de Vincent Fortin
Chambly



Horoscope
Par Louise
Haley
(Madame
MINOU)

514 521-8745



Vierge (24 août - 23 septembre)

Les enfants nés sous le signe de la Vierge pendant l'année 2011 auront souvent besoin d'être appréciés. Ils seront très sensibles face aux gens démunis. La planète Neptune et la Lune Noire leur apporteront la capacité de comprendre vraiment ce que les autres vivent. Il est possible que cela les rende capable de faire des choses exceptionnelles aux plans matériel et humanitaire. Ils devront être très vigilants pour ne pas se placer dans des situations qui pourraient leur apporter des ennuis financiers. Cela sera vraiment quelque chose de très important durant toute leur existence. Ils auront une grande débrouillardise et ils pourront être capables de régler plusieurs situations difficiles pour eux et pour les autres.



Balance (24 septembre - 23 octobre)

Les enfants nés sous le signe de la Balance pendant l'année 2011 aimeront apporter vraiment quelque chose de très réaliste dans la vie des autres. Ils seront doués pour pouvoir faire en sorte que les sentiments qu'ils vivront seront très profonds. Le Soleil et la planète Mercure feront qu'ils seront très sensibles à tout ce qui est beau et qu'ils auront un grand besoin d'être aimés. Ils seront doués pour vivre des choses qui auront un grand impact au plan humain. Ils accorderont une grande importance à tout ce qu'ils diront. Ils voudront vivre d'une manière très franche avec les autres. Ils devront éviter tout ce qui pourrait leur apporter des illusions de toutes sortes.





On est là
pour se parler!

Pharmacie Louise F. Paquette
400, boul. du Séminaire
(Place Saint-Jean)
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 348-3787

Pharmacie Ferland & Parent
795, boul. d'Iberville
(secteur Iberville)
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 347-2000

Pharmacie Bessette & Gince
395, rue Jacques-Cartier Sud
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 347-0361

Félicitations à tous les participants!

Présenté en collaboration avec
IGA Gladu
400, boul. du Séminaire Nord
(Place Saint-Jean)
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 349-2878



Édouard Leblanc

Né le 3 novembre 2011
Fils de Katerine Thibodeau
et de Christian Leblanc
Saint-Jean-sur-Richelieu



Thomas Robert

Né le 6 novembre 2011
Fils de Marie-Michelle Lagüe
et de Louis-Philippe Robert
Saint-Jean-sur-Richelieu



Évelyne Lussier

Née le 11 novembre 2011
Fille de Nathalie Laroche
et de Benoît Lussier
Saint-Jean-sur-Richelieu



Nicolas Girard

Né le 13 novembre 2011
Fils de Isabelle Filion
et de Pierre Girard
Saint-Jean-sur-Richelieu



Jacob Lapointe

Né le 14 novembre 2011
Fils de Sandra Laporte-Desrosiers
et de Martin Lapointe
Saint-Jean-sur-Richelieu



Alexis Desroches

Né le 22 novembre 2011
Fils de Maryse Choquette
et de Mathieu Desroches
Saint-Jean-sur-Richelieu



Mathys Bisailon

Né le 22 novembre 2011
Fils de Anouk Farrell
et de Mathieu Bisailon
Saint-Jean-sur-Richelieu



Ryan St-Laurent

Né le 25 novembre 2011
Fils de Angélica Ouellette
et de Karl St-Laurent
Saint-Jean-sur-Richelieu



Mya Ouellette

Née le 26 novembre 2011
Fille de Vicki Pellerin-Boisjoli
et de Benoît Ouellette
Saint-Jean-sur-Richelieu



Émilie Jeannotte

Née le 1^{er} décembre 2011
Fille de Gabrielle Blais
et de Patrick Jeannotte
Sainte-Madeleine



Nathan Farrell

Né le 2 décembre 2011
Fils de Valérie Lavigne
et de Gabriel Farrell
Lacolle



Charles-Émile Renaud

Né le 14 décembre 2011
Fils de Nadine Bourgeois
et de Benoît Renaud
Saint-Alexandre



Mégane Robert

Née le 14 décembre 2011
Fille de Marie-Josée Nadeau
et de Patrick Robert
Saint-Jean-sur-Richelieu



Lauriane Gagné

Née le 21 décembre 2011
Fille de Véronique Nadeau
et de Martin Gagné
Venise-en-Québec



Merci d'avoir participé en si grand nombre!

**LE CANADA
FRANÇAIS**



vous assurent le retour de cette
promotion l'an prochain...



Scorpion (24 octobre - 22 novembre)

Les enfants nés sous le signe du Scorpion pendant l'année 2011 auront rapidement besoin de faire des choses très innovatrices. Les planètes Vénus et Uranus leur apporteront énormément de dynamisme et un grand sens de la créativité. Il est possible qu'ils soient appelés à apporter beaucoup aux autres dans le domaine des arts et ils auront un sens de l'humour très puissant. Ils seront très débrouillards et ils désireront être authentiques dans toutes leurs activités. Il est possible qu'ils connaissent des situations professionnelles extraordinaires mais ils auront toujours besoin de se prouver plusieurs choses à eux-mêmes. Cela sera vraiment très important pour eux et pour leur estime personnelle.



Sagittaire (23 novembre - 21 décembre)

Les enfants nés sous le signe du Sagittaire pendant l'année 2011 auront un très grand besoin de tout comprendre d'une manière très intelligente. Ils accorderont beaucoup de valeur à tout ce qui peut apporter une manière de vivre heureuse pour eux-mêmes et pour les autres. Les planètes Jupiter et Uranus feront qu'ils aimeront être en contact d'une façon extraordinaire avec tout ce qui est universel. Ils seront capables d'être très sensibles à tout ce qui se passe dans le monde. Il est possible qu'ils seront appelés à se dépasser dans plusieurs domaines. Tout ce qui est relié à la façon de penser les touchera beaucoup. Ils auront un très grand sens de la compréhension de tout ce qui est affectif.



Horoscope
Par Louise
Haley
**(Madame
MINOU)**

514 521-8745

ÉCONOMISEZ DES \$\$\$

LE CHAUFFAGE LE PLUS ÉCONOMIQUE SUR LE MARCHÉ!

Poêle PAROMAX Multigrains (maïs, granules ou blé)

- batterie intégrée 12 volts
- jusqu'à 8 heures d'autonomie sans électricité
- chargeur et câblage inclus
- certifié E.P.A.

CONSTRUCTION NEUVE:
Apportez vos plans de
maison et nous saurons
vous conseiller.

modèle Rafael 55
illustré
Paromax



SYSTÈME DE
confort andré inc.

À votre service depuis 1976



APCHA

284, rue Champlain, Saint-Jean-sur-Richelieu

450 347-2349

LE SOLDE
PREND FIN LE
31 JANV.

L'ÉVÈNEMENT L'AVANTAGE



Visitez kia.ca pour en savoir plus.



0% DE FINANCEMENT À L'ACHAT SUR TOUS LES 2012**

PAIEMENT AVANT LE PRINTEMPS³ SUR LES MODÈLES SÉLECTIONNÉS

— Économise en carburant —
toute nouvelle



Modèle EX Luxe illustré

L'AVANTAGE KIA

- RÉTROVISEURS CHAUFFANTS
- CONTRÔLE ÉLECTRONIQUE DE LA STABILITÉ

RIO 5 PORTES

ROUTE : 4,9 L/100 km
VILLE : 6,6 L/100 km

VÔTRE À PARTIR DE **108 \$⁺⁺** **OPTION FLEX**
Financement avec option de retour

0 \$ ACOMPTE

À UN TAUX DE FINANCEMENT DE **2,9%**

Paiements aux deux semaines durant 48 mois. Comprend les frais de transport et préparation et autres frais totalisant 1 470 \$.
BASÉ SUR UN PRIX D'ACHAT DE 15 565 \$.

« Voiture intermédiaire de l'année 2012 »



Modèle SX Turbo illustré

L'AVANTAGE KIA

- SIÈGES CHAUFFANTS AVANT
- CONTRÔLE ÉLECTRONIQUE DE LA STABILITÉ

LA TOUTE NOUVELLE **OPTIMA**

ROUTE : 5,7 L/100 km
VILLE : 8,7 L/100 km

PRIX D'ACHAT COMPTANT À PARTIR DE **22 065 \$⁺**

Comprend les frais de transport et préparation et autres frais totalisant 1 455 \$ et 1 500 \$ d'économies en argent. Optima Hybride, Meilleure Nouvelle Voiture Familiale (de plus de 30 000 \$)¹, Optima LX, Meilleure Nouvelle Voiture Familiale (de moins de 30 000 \$)².

ÉGALEMENT DISPONIBLE : **OPTIMA HYBRIDE 1 000 \$ EN ÉCO-CRÉDIT³ PLUS 1 250 \$** en bonus « fidélité »* ou en bonus « concurrence »⁴



Modèle SX illustré

TOP SAFETY PICK 2012 MEILLEUR CHOIX SÉCURITÉ

L'AVANTAGE KIA

- RÉTROVISEURS CHAUFFANTS
- CONTRÔLE ÉLECTRONIQUE DE LA STABILITÉ

FORTE Berline

ROUTE : 5,7 L/100 km
VILLE : 8,1 L/100 km

NOUVEAU BAS PRIX À PARTIR DE **94 \$⁺⁺** **OPTION FLEX**
Financement avec option de retour

0 \$ ACOMPTE

À UN TAUX DE FINANCEMENT DE **0%**

Paiements aux deux semaines durant 60 mois. Comprend les frais de transport et préparation et autres frais totalisant 1 470 \$.
BASÉ SUR UN PRIX D'ACHAT DE 17 465 \$.



PROGRAMME PRIVILÈGES KIA
Gagnez des points qui vous permettront d'économiser sur vos futurs achats. C'est GRATUIT et vous en êtes récompensés.

500 \$ Rabais diplômés

5 ans de garantie

Fier partenaire madd⁺
Sauver des vies. Aider les victimes.

COUREZ LA CHANCE DE GAGNER LE VOYAGE DE VOTRE VIE À L'UEFA EURO 2012TM

FACEBOOK.COM/KIACANADA

UEFA EURO 2012
POLAND-UKRAINE

Le nouveau prix amical de Kia comprend les frais de transport et préparation ainsi que tous les droits gouvernementaux obligatoires. Il ne comprend pas l'immatriculation, les assurances et les taxes applicables.

Ces offres sont disponibles à tout client qui prend possession d'un modèle Kia 2012/2011/2010/2009/2008/2007/2006/2005/2004/2003/2002/2001/2000/1999/1998/1997/1996/1995/1994/1993/1992/1991/1990/1989/1988/1987/1986/1985/1984/1983/1982/1981/1980/1979/1978/1977/1976/1975/1974/1973/1972/1971/1970/1969/1968/1967/1966/1965/1964/1963/1962/1961/1960/1959/1958/1957/1956/1955/1954/1953/1952/1951/1950/1949/1948/1947/1946/1945/1944/1943/1942/1941/1940/1939/1938/1937/1936/1935/1934/1933/1932/1931/1930/1929/1928/1927/1926/1925/1924/1923/1922/1921/1920/1919/1918/1917/1916/1915/1914/1913/1912/1911/1910/1909/1908/1907/1906/1905/1904/1903/1902/1901/1900/1899/1898/1897/1896/1895/1894/1893/1892/1891/1890/1889/1888/1887/1886/1885/1884/1883/1882/1881/1880/1879/1878/1877/1876/1875/1874/1873/1872/1871/1870/1869/1868/1867/1866/1865/1864/1863/1862/1861/1860/1859/1858/1857/1856/1855/1854/1853/1852/1851/1850/1849/1848/1847/1846/1845/1844/1843/1842/1841/1840/1839/1838/1837/1836/1835/1834/1833/1832/1831/1830/1829/1828/1827/1826/1825/1824/1823/1822/1821/1820/1819/1818/1817/1816/1815/1814/1813/1812/1811/1810/1809/1808/1807/1806/1805/1804/1803/1802/1801/1800/1799/1798/1797/1796/1795/1794/1793/1792/1791/1790/1789/1788/1787/1786/1785/1784/1783/1782/1781/1780/1779/1778/1777/1776/1775/1774/1773/1772/1771/1770/1769/1768/1767/1766/1765/1764/1763/1762/1761/1760/1759/1758/1757/1756/1755/1754/1753/1752/1751/1750/1749/1748/1747/1746/1745/1744/1743/1742/1741/1740/1739/1738/1737/1736/1735/1734/1733/1732/1731/1730/1729/1728/1727/1726/1725/1724/1723/1722/1721/1720/1719/1718/1717/1716/1715/1714/1713/1712/1711/1710/1709/1708/1707/1706/1705/1704/1703/1702/1701/1700/1699/1698/1697/1696/1695/1694/1693/1692/1691/1690/1689/1688/1687/1686/1685/1684/1683/1682/1681/1680/1679/1678/1677/1676/1675/1674/1673/1672/1671/1670/1669/1668/1667/1666/1665/1664/1663/1662/1661/1660/1659/1658/1657/1656/1655/1654/1653/1652/1651/1650/1649/1648/1647/1646/1645/1644/1643/1642/1641/1640/1639/1638/1637/1636/1635/1634/1633/1632/1631/1630/1629/1628/1627/1626/1625/1624/1623/1622/1621/1620/1619/1618/1617/1616/1615/1614/1613/1612/1611/1610/1609/1608/1607/1606/1605/1604/1603/1602/1601/1600/1599/1598/1597/1596/1595/1594/1593/1592/1591/1590/1589/1588/1587/1586/1585/1584/1583/1582/1581/1580/1579/1578/1577/1576/1575/1574/1573/1572/1571/1570/1569/1568/1567/1566/1565/1564/1563/1562/1561/1560/1559/1558/1557/1556/1555/1554/1553/1552/1551/1550/1549/1548/1547/1546/1545/1544/1543/1542/1541/1540/1539/1538/1537/1536/1535/1534/1533/1532/1531/1530/1529/1528/1527/1526/1525/1524/1523/1522/1521/1520/1519/1518/1517/1516/1515/1514/1513/1512/1511/1510/1509/1508/1507/1506/1505/1504/1503/1502/1501/1500/1499/1498/1497/1496/1495/1494/1493/1492/1491/1490/1489/1488/1487/1486/1485/1484/1483/1482/1481/1480/1479/1478/1477/1476/1475/1474/1473/1472/1471/1470/1469/1468/1467/1466/1465/1464/1463/1462/1461/1460/1459/1458/1457/1456/1455/1454/1453/1452/1451/1450/1449/1448/1447/1446/1445/1444/1443/1442/1441/1440/1439/1438/1437/1436/1435/1434/1433/1432/1431/1430/1429/1428/1427/1426/1425/1424/1423/1422/1421/1420/1419/1418/1417/1416/1415/1414/1413/1412/1411/1410/1409/1408/1407/1406/1405/1404/1403/1402/1401/1400/1399/1398/1397/1396/1395/1394/1393/1392/1391/1390/1389/1388/1387/1386/1385/1384/1383/1382/1381/1380/1379/1378/1377/1376/1375/1374/1373/1372/1371/1370/1369/1368/1367/1366/1365/1364/1363/1362/1361/1360/1359/1358/1357/1356/1355/1354/1353/1352/1351/1350/1349/1348/1347/1346/1345/1344/1343/1342/1341/1340/1339/1338/1337/1336/1335/1334/1333/1332/1331/1330/1329/1328/1327/1326/1325/1324/1323/1322/1321/1320/1319/1318/1317/1316/1315/1314/1313/1312/1311/1310/1309/1308/1307/1306/1305/1304/1303/1302/1301/1300/1299/1298/1297/1296/1295/1294/1293/1292/1291/1290/1289/1288/1287/1286/1285/1284/1283/1282/1281/1280/1279/1278/1277/1276/1275/1274/1273/1272/1271/1270/1269/1268/1267/1266/1265/1264/1263/1262/1261/1260/1259/1258/1257/1256/1255/1254/1253/1252/1251/1250/1249/1248/1247/1246/1245/1244/1243/1242/1241/1240/1239/1238/1237/1236/1235/1234/1233/1232/1231/1230/1229/1228/1227/1226/1225/1224/1223/1222/1221/1220/1219/1218/1217/1216/1215/1214/1213/1212/1211/1210/1209/1208/1207/1206/1205/1204/1203/1202/1201/1200/1199/1198/1197/1196/1195/1194/1193/1192/1191/1190/1189/1188/1187/1186/1185/1184/1183/1182/1181/1180/1179/1178/1177/1176/1175/1174/1173/1172/1171/1170/1169/1168/1167/1166/1165/1164/1163/1162/1161/1160/1159/1158/1157/1156/1155/1154/1153/1152/1151/1150/1149/1148/1147/1146/1145/1144/1143/1142/1141/1140/1139/1138/1137/1136/1135/1134/1133/1132/1131/1130/1129/1128/1127/1126/1125/1124/1123/1122/1121/1120/1119/1118/1117/1116/1115/1114/1113/1112/1111/1110/1109/1108/1107/1106/1105/1104/1103/1102/1101/1100/1099/1098/1097/1096/1095/1094/1093/1092/1091/1090/1089/1088/1087/1086/1085/1084/1083/1082/1081/1080/1079/1078/1077/1076/1075/1074/1073/1072/1071/1070/1069/1068/1067/1066/1065/1064/1063/1062/1061/1060/1059/1058/1057/1056/1055/1054/1053/1052/1051/1050/1049/1048/1047/1046/1045/1044/1043/1042/1041/1040/1039/1038/1037/1036/1035/1034/1033/1032/1031/1030/1029/1028/1027/1026/1025/1024/1023/1022/1021/1020/1019/1018/1017/1016/1015/1014/1013/1012/1011/1010/1009/1008/1007/1006/1005/1004/1003/1002/1001/1000/999/998/997/996/995/994/993/992/991/990/989/988/987/986/985/984/983/982/981/980/979/978/977/976/975/974/973/972/971/970/969/968/967/966/965/964/963/962/961/960/959/958/957/956/955/954/953/952/951/950/949/948/947/946/945/944/943/942/941/940/939/938/937/936/935/934/933/932/931/930/929/928/927/926/925/924/923/922/921/920/919/918/917/916/915/914/913/912/911/910/909/908/907/906/905/904/903/902/901/900/899/898/897/896/895/894/893/892/891/890/889/888/887/886/885/884/883/882/881/880/879/878/877/876/875/874/873/872/871/870/869/868/867/866/865/864/863/862/861/860/859/858/857/856/855/854/853/852/851/850/849/848/847/846/845/844/843/842/841/840/839/838/837/836/835/834/833/832/831/830/829/828/827/826/825/824/823/822/821/820/819/818/817/816/815/814/813/812/811/810/809/808/807/806/805/804/803/802/801/800/799/798/797/796/795/794/793/792/791/790/789/788/787/786/785/784/783/782/781/780/779/778/777/776/775/774/773/772/771/770/769/768/767/766/765/764/763/762/761/760/759/758/757/756/755/754/753/752/751/750/749/748/747/746/745/744/743/742/741/740/739/738/737/736/735/734/733/732/731/730/729/728/727/726/725/724/723/722/721/720/719/718/717/716/715/714/713/712/711/710/709/708/707/706/705/704/703/702/701/700/699/698/697/696/695/694/693/692/691/690/689/688/687/686/685/684/683/682/681/680/679/678/677/676/675/674/673/672/671/670/669/668/667/666/665/664/663/662/661/660/659/658/657/656/655/654/653/652/651/650/649/648/647/646/645/644/643/642/641/640/639/638/637/636/635/634/633/632/631/630/629/628/627/626/625/624/623/622/621/620/619/618/617/616/615/614/613/612/611/610/609/608/607/606/605/604/603/602/601/600/599/598/597/596/595/594/593/592/591/590/589/588/587/586/585/584/583/582/581/580/579/578/577/576/575/574/573/572/571/570/569/568/567/566/565/564/563/562/561/560/559/558/557/556/555/554/553/552/551/550/549/548/547/546/545/544/543/542/541/540/539/538/537/536/535/534/533/532/531/530/529/528/527/526/525/524/523/522/521/520/519/518/517/516/515/514/513/512/511/510/509/508/507/506/505/504/503/502/501/500/499/498/497/496/495/494/493/492/491/490/489/488/487/486/485/484/483/482/481/480/479/478/477/476/475/474/473/472/471/470/469/468/467/466/465/464/463/462/461/460/459/458/457/456/455/454/453/452/451/450/449/448/447/446/445/444/443/442/441/440/439/438/437/436/435/434/433/432/431/430/429/428/427/426/425/424/423/422/421/420/419/418/417/416/415/414/413/412/411/410/409/408/407/406/405/404/403/402/401/400/399/398/397/396/395/394/393/392/391/390/389/388/387/386/385/384/383/382/381/380/379/378/377/376/375/374/373/372/371/370/369/368/367/366/365/364/363/362/361/360/359/358/357/356/355/354/353/352/351/350/349/348/347/346/345/344/343/342/341/340/339/338/337/336/335/334/333/332/331/330/329/328/327/326/325/324/323/322/321/320/319/318/317/316/315/314/313/312/311/310/309/308/307/306/305/304/303/302/301/300/299/298/297/296/295/294/293/292/291/290/289/288/287/286/285/284/283/282/281/280/279/278/277/276/275/274/273/272/271/270/269/268/267/266/265/264/263/262/261/260/259/258/257/256/255/254/253/252/251/250/249/248/247/246/245/244/243/242/241/240/239/238/237/236/235/234/233/232/231/230/229/228/227/226/225/224/223/222/221/220/219/218/217/216/215/214/213/212/211/210/209/208/207/206/205/204/203/202/201/200/199/198/197/196/195/194/193/192/191/190/189/188/187/186/185/184/183/182/181/180/179/178/177/176/175/174/173/172/171/170/169/168/167/166/165/164/163/162/161/160/159/158/157/156/155/154/153/152/151/150/149/148/147/146/145/144/143/142/141/140/139/138/137/136/135/134/133/132/131/130/129/128/127/126/125/124/123/122/121/120/119/118/117/116/115/114/113/112/111/110/109/108/107/106/105/104/103/102/101/100/99/98/97/96/95/94/93/92/91/90/89/88/87/86/85/84/83/82/81/80/79/78/77/76/75/74/73/72/71/70/69/68/67/66/65/64/63/62/61/60/59/58/57/56/55/54/53/52/51/50/49/48/47/46/45/44/43/42/41/40/39/38/37/36/35/34/33/32/31/30/29/28/27/26/25/24/23/22/21/20/19/18/17/16/15/14/13/12/11/10/9/8/7/6/5/4/3/2/1/0.

Prévisions de l'extérieur acceptées

4254401101A_20120119-1

Les Appendices de retour à Télé-Québec

MARIE-PIER GAGNON
marie-pier.gagnon@transcontinental.ca

La quatrième saison de l'émission *Les Appendices* a officiellement débuté sur les ondes de Télé-Québec le 11 janvier. Douze nouveaux épisodes attendent les amateurs de la série qui auront droit à plusieurs nouveautés cette année. Entrevue avec Jean-François Chagnon et Sonia Cordeau.

Depuis 2009, année où les Appendices ont fait leur entrée à Télé-Québec, les bonnes nouvelles s'accumulent pour le groupe de Saint-Jean-sur-Richelieu. Un heureux mélange de succès populaire et de succès critique leur a permis de décrocher un total de 22 nominations dans des galas aussi prestigieux que les Géméaux, les Olivier et le Banff World Television Festival.

Les Appendices ont maintenant un contrôle complet sur le contenu créatif de leur émission. Une chance inouïe dans le milieu. Ils ont aussi obtenu l'autorisation de réaliser tous les épisodes de leur série.

Autre nouveauté importante pour cette quatrième saison, l'ajout de capsules humoristiques mettant en vedette des artistes bien connus du grand public. Au cours des semaines, les téléspectateurs verront défiler à l'écran Claude Legault, Emmanuel Bilodeau, Antoine Bertrand, Éric Bernier, France D'Amour, Pénélope McQuade, Julie LeBreton, Marcel Sabourin, Christian Bégin, Macha Limonchik, Vincent Gratton et Sylvain Marcel.

«Ça faisait longtemps qu'on pensait inviter

des vedettes», mentionne Jean-François Chagnon. Et les vedettes elles-mêmes espéraient depuis longtemps recevoir une invitation de la part des Appendices dont le style d'humour semble avoir plusieurs admirateurs dans le bottin des artistes. C'est du moins ce que confie M. Chagnon. L'expérience s'est avérée très agréable. «Les gens sont super généreux avec nous», affirme-t-il.

Toujours au cours de cette saison, les téléspectateurs seront à même de renouer avec les personnages marquants des saisons précédentes et auront la chance d'en découvrir de nouveaux. Les Appendices travaillent actuellement au tournage des derniers épisodes et enchaîneront ensuite avec le montage.

SITE INTERNET

L'émission étant reconnue pour son site Internet, les Appendices ont officiellement dévoilé leur première vidéo interactive mettant en vedette les deux filles du groupe, soit Sonia Cordeau et Anne-Élisabeth Bossé. Ce sont elles qui, après un remue-méninge de groupe, ont pris les commandes de cette petite production destinée aux internautes et dont le titre est *Deux chicks et une bombe*. «À la base, c'est une suggestion des producteurs du site. Chaque année, on essaie de trouver du nouveau matériel», explique Mme Cordeau.

L'émission *Les Appendices* est diffusée le mercredi soir, à 19h30, sur les ondes de Télé-Québec. Pour visiter le site Internet, rendez-vous au <http://lesappendices.telequebec.tv>.



Les Appendices sont un groupe humoristique formé de Julien Corriveau, Jean-François Provençal, Sonia Cordeau, Dave Bélisle, Jean-François Chagnon, Dominic Montplaisir et Anne-Élisabeth Bossé (absente de la photo).

Ma résolution?
Refaire mon look!

50% à 70%
de rabais sur la moitié des montures en magasin, incluant les grandes marques!

29 JOURS NEWLOOK

Relevez le défi...
à bon prix!

lunetterie
NEWLOOK

St-Jean-sur-Richelieu
949, boul. du Séminaire N.
450 348 1155

newlook.ca

* Cette offre est valide pour un temps limité sur une sélection de montures et s'applique à l'achat de lunettes complètes incluant des verres optimaux avec traitement résistant aux rayures. Ne peut s'ajouter à tout autre rabais ou promotion. Monture à titre indicatif seulement. Détails en magasin, Michel Laurendeau, opticien.

CAA AAA Accord D Desjardins
Privilèges à la carte.

Examen de la vue sur place par des optométristes

- Grande disponibilité d'examen de la vue
- Salle d'optométrie dotée d'équipements des plus modernes

D^{re} Marie-Josée Landry et
D^{re} Brigitte Martel, Optométristes

Pour prendre rendez-vous :
450 348 1156

Prescriptions de l'extérieur acceptées

JUS 100% NATUREL

Double Pasteurisation Pas filtré

Jus de pomme 100% naturel

Jus de pomme et poire 100% naturel

POMOLOGIE Paradis

1977-A, rang Kempt Saint-Alexandre 450 296-4403

Peut se conserver plusieurs années. Agitez avant d'utiliser. Utilisez des glaçons pour le boire froid. Peut se boire chaud comme un thé à 75° Celsius.

Disponibles chez ces bons marchands:

FRUITERIE L'Avenue du Potager
145, boul. Saint-Joseph Saint-Jean-sur-Richelieu

IGA Marchés LAPLANTE 420, 2^e avenue 435, 9^e avenue St-Jean (secteur Iberville)

PASQUIER 87-A, boul. Saint-Luc Saint-Jean-sur-Richelieu

Reid 485, route 133 Sainte-Anne de Sabrevois

Marché PERREAULT et GÉLINAS 318, boul. Saint-Luc St-Jean (secteur Saint-Luc)

Vous voulez être distributeur? 450 542-2192



La maladie d'Alzheimer et les bonnes habitudes de vie

SYLVIE LAROCHE
NUTR.D.T.P.



Janvier est le mois de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer. Au Québec, c'est environ 120 000 personnes qui souffrent de la maladie ou autres formes de démence. Peut-on la prévenir ?

La maladie d'Alzheimer entraîne le déclin progressif et irréversible de la mémoire et des facultés cognitives. Ce déclin est causé par des lésions bien particulières au cerveau accompagnées d'inflammation qui détruit les neurones. On pourrait comparer la maladie à un vieillissement très accéléré du cerveau. La mort des cellules du cerveau se fait principalement dans la région liée à la mémoire et au langage.

LES DEUX FORMES D'ALZHEIMER

Il y a deux formes d'Alzheimer : celle qui apparaît surtout après l'âge de 65 ans et celle qui est héréditaire et qui survient avant la cinquantaine. Ce ne sont que quelques familles, soit moins de 5% des cas, qui sont touchées par la forme héréditaire de l'Alzheimer. Les enfants de ces familles ont un risque sur deux d'avoir la maladie.

Depuis 1993 les chercheurs, dont le Dr Poirier et le Dr Gauthier de l'Institut universitaire en santé mentale Douglas, ont identifié environ 6 gènes en cause. Ils ont découvert qu'une grande majorité de personnes atteintes sont porteuses du gène ApoE4 et du gène SORL1. Ce qui est toutefois encore inconnu des chercheurs, c'est pourquoi certains porteurs de gènes ne développeront jamais la maladie alors que d'autres ne possèdent pas de gènes et la développent.

L'IMPORTANCE DES BONNES HABITUDES DE VIE

Les causes de la maladie ne sont pas très bien connues. Toutefois, la combinaison de plusieurs problèmes de santé et d'un mauvais style de vie peut augmenter les risques de la développer. Les facteurs à risques importants sont : l'hypertension, l'hypercholestérolémie, le tabagisme et le diabète. De moindre importance : l'obésité, la perte de conscience à la suite d'un traumatisme à la tête (ex : boxeur) et la dépression.

LA PRÉVENTION, EST-CE POSSIBLE ?

En ayant un mode de vie sain, il est possible de diminuer les risques, mais malheureusement il n'existe présentement aucun moyen de prévenir la maladie. La bonne alimentation et l'exercice physique jouent un rôle primordial pour préserver les fonctions cognitives. En prévention, les oméga-3 pourraient avoir une efficacité possible tandis qu'après diagnostic, selon une méta-analyse de 2010, le Ginkgo biloba pourrait avoir des effets positifs sur les symptômes au stade précoce. L'huperzine A est un extrait de plante chinoise qui pourrait aussi avoir une efficacité probable sur la fonction cognitive. Trois types d'alimentation qui ont retenu l'attention des chercheurs sont l'alimentation méditerranéenne, la restriction calorique et l'alimentation riche en antioxydants.

L'ALIMENTATION MÉDITERRANÉENNE

Les personnes ayant une alimentation semblable au régime méditerranéen ont moins de risques de souffrir de la maladie. Elle se compose principalement de fruits, légumes, poissons, grains entiers, huile d'olive et de vin rouge en petite quantité.

C'est une alimentation qui ne favorise pas les excès de calories, de sucre et de viande. L'ail et les oignons sont en très grande quantité. On consomme des légumineuses, des noix et des graines, du yogourt et du fromage tous les jours. L'effet protecteur pour les neurones serait lié en partie par la grande consommation d'antioxydants et d'oméga-3.

LA RESTRICTION CALORIQUE

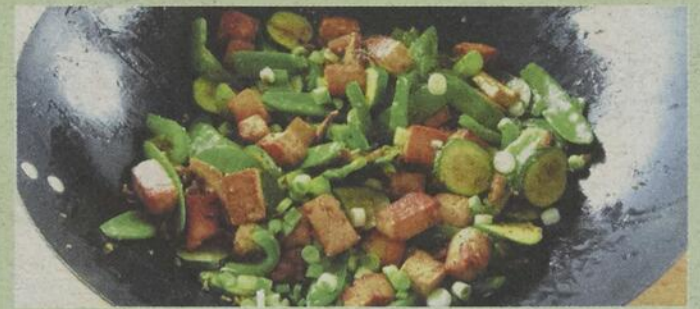
Il semble qu'une alimentation faible en calories retarde le vieillissement et le développement de la maladie d'Alzheimer. Une petite étude de 980 personnes de 75 ans et plus (porteuses du gène ApoE4) a démontré que les personnes qui consommaient le moins de calories étaient moins favorables à développer la maladie.

L'ALIMENTATION RICHE EN ANTIOXYDANTS

Les bienfaits des antioxydants pour la santé sont nombreux. Même si d'autres études sont nécessaires pour établir des preuves, il semble que les antioxydants dont l'acide folique, la vitamine B6 et la vitamine B12 pourraient avoir un rôle à jouer sur le cerveau.

L'alimentation n'est qu'une partie d'un mode de vie sain. N'oublions pas les bénéfices de l'exercice quotidien (ex : 20 min de marche par jour), la gestion du stress et l'entraînement mental (jeux de mémoire, apprentissage, lecture, etc.). Si vous avez des doutes, il est important de consulter votre médecin afin d'exclure tout problème de santé. Étant une maladie irréversible, en intervenant tôt les médicaments peuvent ralentir les pertes.

Pour des informations, contactez-moi au 450 358-2002. Source : passeportsante.net



Sauté de tofu et champignons shiitake

Préparation: 1h - Cuisson: 15 min - Portions 4

INGRÉDIENTS

- 1/3 tasse (85 ml) d'huile de tournesol, ou autre huile végétale
- 2 c. à soupe (30 ml) d'huile de sésame grillé
- 1/4 tasse (65 ml) de sauce soja
- 2 c. à soupe (25 g) de gingembre frais, râpé
- 2 1/2 tasses (500 g) de tofu ferme, coupé en cubes de 2 cm
- 1/4 tasse (65 ml) d'huile de canola
- 4 gousses d'ail, hachées finement
- 2 poivrons verts (300 g), coupés en lanières de 5 cm
- 2 courgettes zucchini (260 g), coupées en rondelles
- 2 1/4 tasses (200 g) de pois mange-tout, coupés en morceaux
- 12 champignons shiitake (80 g), queues enlevées, coupés en 4
- 2 c. à soupe (15 g) de graines de sésame
- Sel et poivre au goût
- 1 c. à thé (5 g) de miel
- 4 oignons verts/échalotes, hachés

PRÉPARATION

Dans un bol, bien mélanger les quatre premiers ingrédients et y ajouter les cubes de tofu, puis mettre au réfrigérateur au moins 30 minutes, ou toute une nuit. Chauffer 2 cuillères à soupe d'huile de canola dans une sauteuse à feu élevé. Y faire revenir les cubes de tofu (mettre la marinade de côté) environ 5 minutes, en brassant, jusqu'à ce que bien dorés. Les retirer et réserver au chaud. Ajouter le restant d'huile de canola et y faire revenir l'ail 1 minute à feu moyen. Ajouter ensuite tous les légumes et les graines de sésame. Saler et poivrer au goût. Cuire de 6 à 7 minutes jusqu'à ce que les légumes soient cuits al dente, en brassant de temps à autre. Verser la marinade réservée et le miel dans la sauteuse. Remettre le tofu et cuire encore le tout quelques minutes, en brassant. Garnir d'oignons verts hachés et servir.

Source : www.soscuisine.com "Bien manger, pas compliqué"™



Rôti de cuisseau de veau de lait du Québec, sauce aux canneberges

INGRÉDIENTS

- 1 rôti de cuisseau de veau de lait du Québec (calculer 75 g par personne en accompagnement ou 120 g en plat principal)
- 1 gousse d'ail écrasée (facultatif)
- Mirepoix (oignons, céleri et carottes coupés grossièrement) (facultatif)
- Sel et poivre au goût

Sauce aux canneberges :

- 500 ml (2 tasses) de sauce demi-glace
- 500 ml (2 tasses) de canneberges fraîches ou congelées
- 65 ml (1/4 tasse) de cassonade pour une sauce légèrement surette ou 125 ml (1/2 tasse) de cassonade pour une sauce légèrement sucrée

PRÉPARATION

Préchauffer le four à 300 °F (150 °C). Frotter le rôti de cuisseau de veau de lait avec l'ail avant de le déposer dans une lèche-frite sur la mirepoix ou sur une grille. Assaisonner le rôti de cuisseau et la mirepoix. Enfourner le rôti de cuisseau et le retourner à la mi-cuisson pour bien dorer tous les côtés. Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne 150 °F (66 °C), soit approximativement 30 minutes par pouce d'épaisseur à 300 °F (150 °C). Préparer la sauce en mélangeant tous les ingrédients et laisser mijoter jusqu'à ce que les canneberges soient cuites, soit environ 15 à 20 minutes. Lorsque le rôti de cuisseau de veau de lait est cuit, le couvrir et le laisser reposer 10 minutes avant de le trancher. Servir accompagné de la sauce aux canneberges, d'asperges et de carottes.

Source : Pour des recettes savoureuses, www.veaudelaite.com

FRUITERIE
L'Avenue du Potager
145, boul. Saint-Joseph

Du 19 au 25 janvier 2012 ou jusqu'à épuisement.

Raisins rouges «Flame» et verts «Perlette»
pr. importé no 1

Sans pépins

99¢ /lb
2.18\$ kg

Chou-fleur
pr. É.-U. no 1
gr. 12

99¢ ch.



La Lexus LFA est la plus rapide des voitures japonaises avec son V10 de 4,8 litres qui développe une puissance de 552 ch à 8700 tr/min et un couple de 354 lb-pi à 7000 tr/min. Son prix atteint 375 000\$.



Ford a présenté la nouvelle Mustang 2013. Les parties avant et arrière arborent quelques retouches esthétiques. La cavalerie du V8 de la GT comptera 420 ch, celle du V6 demeurera à 305 ch.

En vedette au Salon de l'Auto

JEAN-FRANÇOIS
GUAY



Sans tomber dans l'exagération, on peut affirmer cette année que le Salon de l'Auto de Montréal est presque aussi intéressant que celui de Détroit.

En effet, l'aire d'exposition du Palais des congrès de Montréal accueillera

jusqu'au 22 janvier prochain plus de voitures de prestige que le Cobo Center de Détroit. Les marques Aston Martin, Ferrari, Lamborghini, Lotus et Rolls-Royce étaient totalement absentes de Détroit alors qu'elles retrouvent toutes leurs lettres de noblesse à Montréal. Il ne faudrait pas oublier la superbe Bugatti Veyron Grand Sport qui nous fait honneur de sa présence.

Fidèle à ses habitudes, le Salon de Montréal présente plusieurs avant-

premières, notamment les Acura RDX, Audi A5, BMW Série 3, Chevrolet Camaro ZL1, Chevrolet Spark, Chevrolet Malibu, Ferrari FF, Fiat 500 Abarth, Ford Escape, Ford Focus ST, Ford Mustang, Honda CR-V, Hyundai Genesis Coupé, Hyundai Veloster Turbo, Maserati Kubang, Mazda CX-5, Mercedes-Benz Classe SLK55 AMG, Mercedes-Benz SLS AMG Roadster, MINI Roadster, Porsche 911, Smart E (électrique) et Subaru BRZ. Parmi les véhicules-

concepts, il y a les Kia KV7, Nissan Leaf Nismo RC et Mitsubishi Global Small Car.

TARIFS

Le prix de l'admission générale est fixé à 15\$, alors que celui des enfants de 6 à 12 ans est de 5\$. Pour les enfants de moins de 6 ans, l'entrée est gratuite. Il existe un forfait famille (deux adultes et deux enfants) au prix de 35\$. Le coût pour les étudiants et les personnes de 65 ans et plus (avec carte) est de 13\$. Bonne visite!



La Subaru BRZ est une voiture sport à propulsion qui a été élaborée avec Toyota. Le moteur à quatre cylindres de 2 litres propose une puissance de 200 ch.



Lorsqu'elle sera en vente, la Chevrolet Spark 2013 sera équipée d'un quatre-cylindres à essence de 1,2 litre. Une version avec un moteur entièrement électrique sera offerte par la suite.



L'avenir de la Hyundai Genesis Coupé est assuré. Pour 2013, la carrosserie affichera des retouches esthétiques aux parties avant et arrière.



La nouvelle Mazda CX-5 a fière allure. Parmi ses rivales, on retrouve les Mitsubishi RVR, Hyundai Tucson et Kia Sportage.



La nouvelle Série 3 de BMW sera légèrement plus longue. L'empattement gagne aussi quelques centimètres.



Avec son moteur W16 de 8 litres qui produit 1001 chevaux, la Bugatti Veyron est capable de boucler le 0 à 100 km/h en 2,7 secondes.

Une dernière visite touristique du Pérou

ROBERT LANCIAULT



Cette semaine, je vais vous parler de Chiclayo, une ville du nord du Pérou située à 500 kilomètres de la frontière équatorienne. C'est encore un endroit près de la mer et son climat est encore plus agréable

que Trujillo (la moyenne est de 24 degrés Celsius et il pleut un peu plus souvent).

En pleine expansion, Chiclayo est en train de devenir la ville la plus importante du Pérou après la capitale Lima et la ville culturelle de Cusco. Ses découvertes archéologiques y sont pour quelque chose et elle sait bien les exploiter.

Dans les vallées environnantes, les civilisations des Sipans, des Mochicas et des Chimus se sont développées et ont laissé des traces extrêmement précieuses de leur passage.

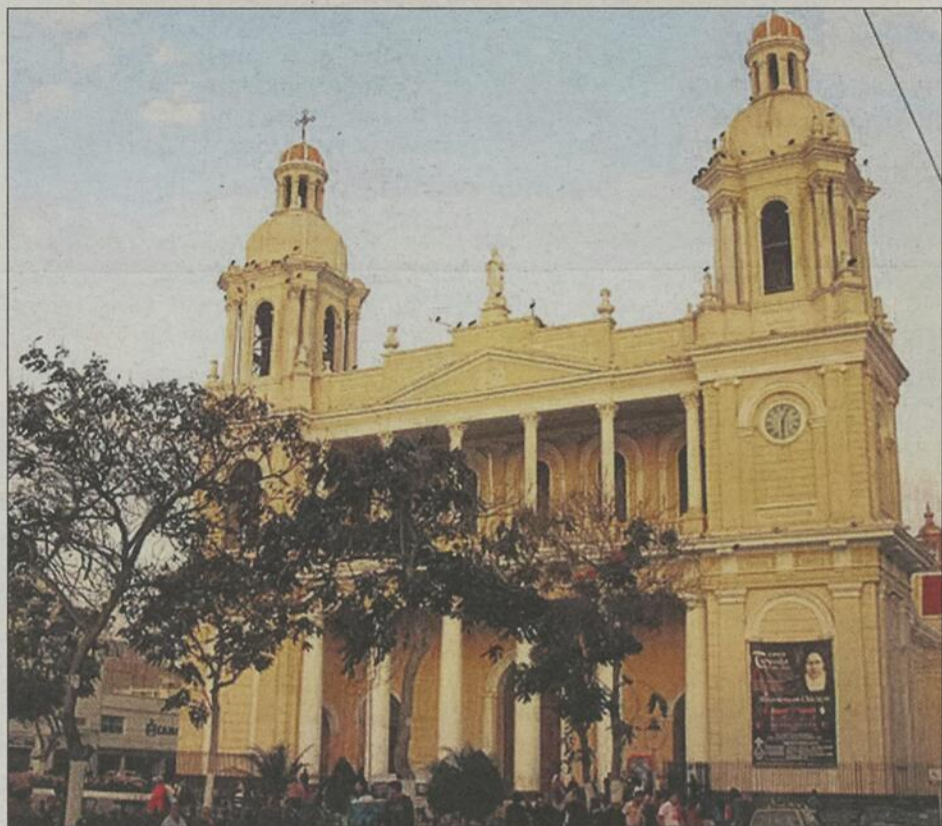
Il y a des centaines de sites archéologiques situés autour de Chiclayo, particulièrement dans la vallée de Zagna, à Lambayeque, la Leche et Motupe. Les civilisations énumérées plus haut y ont vécu jusqu'à l'arrivée des Incas puis elles ont dû par la suite laisser la place aux conquérants. C'est dans ces vallées que fut trouvée et extraite une grande partie des bijoux et de l'or qui forme aujourd'hui la collection du musée de l'or de Lima.

Les premières découvertes historiques datent de 1987 et furent celles des tombes royales du seigneur de Sipan et des tombes de Grand Batan. Ces tombes ont été les éléments déclencheurs à de plus grandes recherches, et encore aujourd'hui, on peut voir des archéologues travailler sur des sites qui ont encore des secrets à laisser découvrir.

Dans ces deux tombes, on a trouvé des quantités importantes d'ornements en or et en argent ainsi que des bijoux



L'entrée du musée Bruning.



La place d'armes à Chiclayo.

manufacturés par les civilisations pré-Incas.

À une douzaine de kilomètres de Chiclayo se trouve la ville de Lambayeque qui abrite le musée Bruning. On y retrouve une quantité impressionnante de bijoux en or, des céramiques, des tissus et des métaux travaillés. On y retrouve également la précieuse collection du seigneur de Sipan.

Celui-ci était un être mi-humain, mi-divin qui avait le pouvoir de vie ou de mort sur chaque citoyen de son royaume. On a découvert sur certains sites des reliques de rituel de sacrifices. On pense que les sacrifiés étaient en particulier des prisonniers qui avaient transgressé la loi ou des animaux qui symbolisaient la fécondité et les récoltes abondantes.

La chaleur humaine et l'accueil des gens de Lambayeque ont donné le surnom à la ville de capitale de l'amitié. Les habitants du département, comme dans tout le Pérou d'ailleurs, sont très religieux et font dévotion à la Cruz de Chalpon qui est célébrée tous les ans lors d'un grand festival qui rejoint beaucoup de pèlerins de Motupe et de tout le pays.

Il y a aussi tout près quelque 25 pyramides à Tucume. Elles ont été construites par les

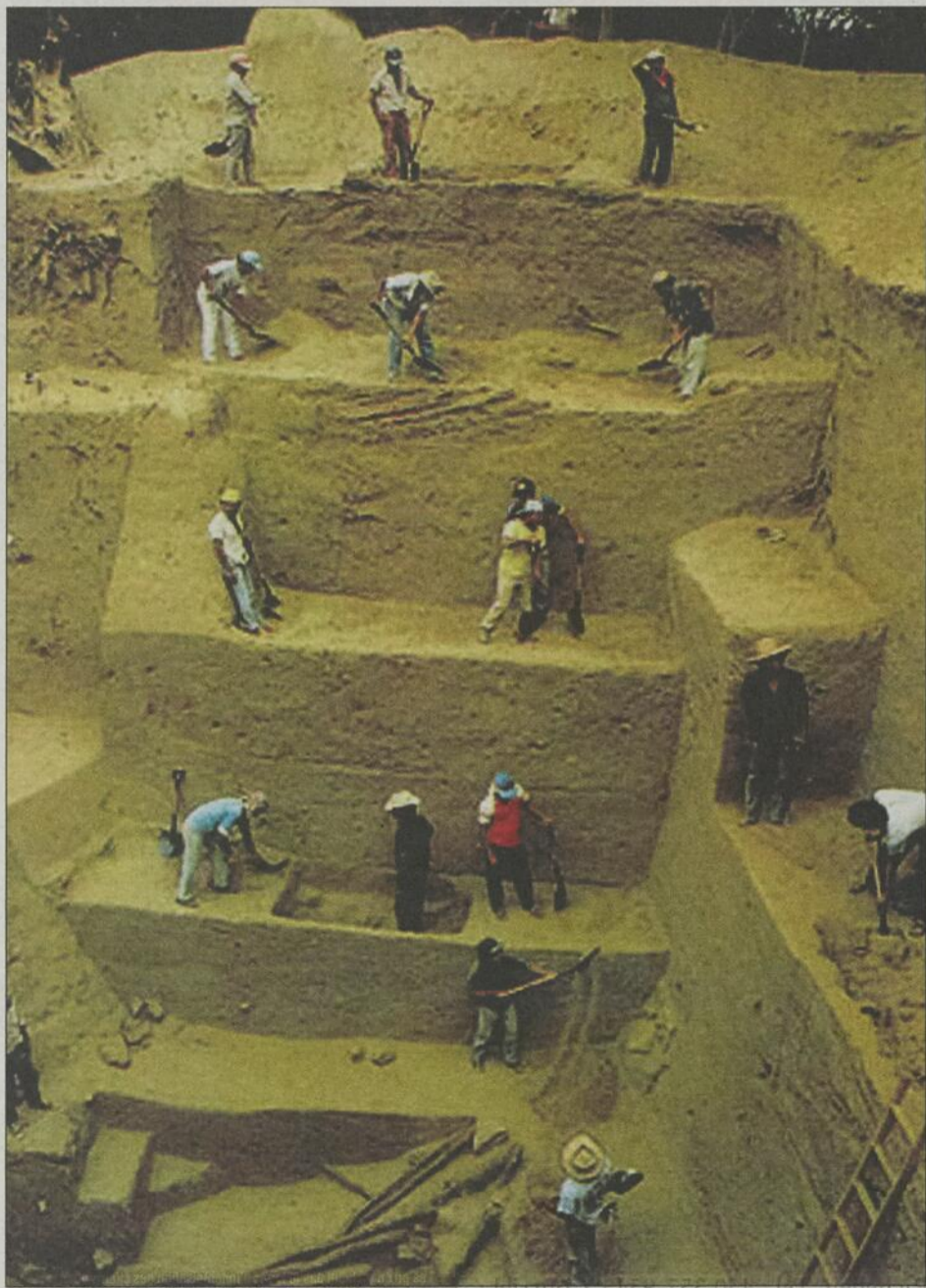
Mochicas. Ce peuple était très avancé pour l'époque et il a construit également des temples et des édifices à même le roc qu'on appelle Huacas. J'y ai vu, selon le guide, la plus grande construction en adobe au monde, la Huaca larga. Elle fait 30 mètres de haut, 700 mètres de long et 270 mètres de large. Une splendeur!

De retour à Chiclayo, j'ai été visiter l'ancien couvent de Santa María qui est devenu une école supérieure. L'édifice date du seizième siècle et il a été rebâti en 1961. On peut y admirer un magnifique cloître en adobe. Un peu abandonné pour sa restauration, il vaut quand même le détour.

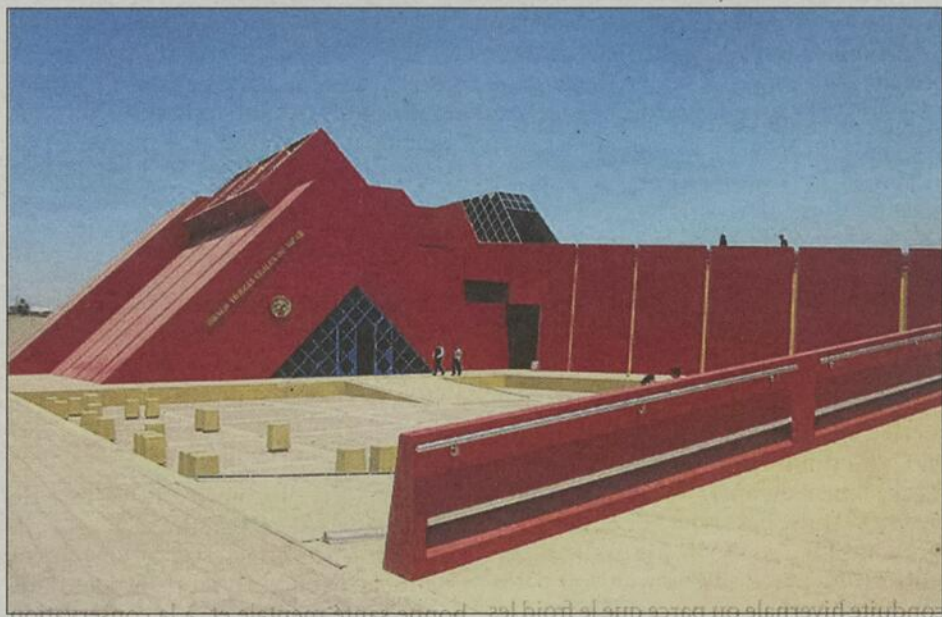
Enfin, il ne faut pas manquer le marché artisanal qui offre une multitude d'objets faits à la main. Les couleurs y sont vives comme partout au Pérou et en Bolivie, mais les prix sont un peu plus élevés qu'ailleurs. La demande est là.

Ça complète mon périple sur la Bolivie et le Pérou et je commencerai à partir de la semaine prochaine une tournée du Brésil.

La semaine prochaine: Rio de Janeiro. Pour ceux et celles qui aimeraient communiquer avec moi, vous pouvez le faire à l'adresse suivante: RobertLanciault@mail.com



Des sites qui ont encore des choses à montrer.



Le musée des tombes à Lambayeque.

WEEK-END

AUTOUR DU MONDE

Un petit coin d'Italie à saveur allemande

PAULINE CLOUTIER ET
RAYMOND MARIER



Le goût du voyage ne nous permet pas de rester trop longtemps sur place à Marseille et nous nous demandons toujours vers quel horizon nous partirons la prochaine fois.

En août dernier, sans trop de préparation, nous partions, comme ça, à la découverte de la Pologne avec Oukiroul, notre voiture et Germaine, notre GPS.

Deux mille kilomètres séparent Marseille de Varsovie, capitale de la Pologne. Nous préparons le trajet en fonction d'un petit saut que nous voulons faire à Prague en République tchèque. De Marseille, direction nord-est, nous longerons la Méditerranée, passerons en Italie, continuerons vers le nord, traverserons le sud de l'Autriche, puis piquerons en Allemagne et en République tchèque avant d'aborder la Pologne. Comme tous ces pays font partie de l'Europe, nous n'avons aucun arrêt à faire aux frontières.

Ça roule bien, ça roule vite sur les

autoroutes françaises et italiennes. Maximum: 130 km/h. Après cinq heures de route, à deux conducteurs, entrecoupées de deux pauses café italien, nous tombons sous le charme de cette partie de l'Italie que nous ne connaissions pas.

Dans cette région de montagnes, l'autoroute trace ses sillons toujours à leurs pieds, dans la vallée. C'est grandiose, c'est magnifique, c'est impressionnant, c'est surprenant. Nous résistons, au passage, à la tentation de suivre les indications pour voir Madonna di Campiglio, la célèbre station de ski. Un peu plus loin, les paysages sont si beaux que nous décidons d'arrêter à Klausen (nom allemand) ou Chiusa (nom italien), dans un petit hôtel près de l'autoroute A22. Nous sommes un peu dépaysés, déconcertés, ça ne ressemble pas aux autres régions de l'Italie que nous connaissons.

TRENTIN HAUT-ADIGE

Les automobilistes font preuve de courtoisie et respectent cyclistes et piétons. Pour la bouffe, soupe goulasch, service rapide - aussitôt commandé, aussitôt reçu; aussitôt fini, aussitôt desservi; petit-déjeuner



Paysage du Trentin-Haut-Adige, en Italie.

gargantuesque: fruits, jus, œufs au plat, durs, mollets ou en omelette, fromages, confitures, charcuterie, pains, brioches et pas de bon café; non, ce n'est pas l'Italie.

En plus, ça ne parle pas italien; ça parle allemand. Les maisons à pignons font penser aux chalets suisses. En fait, nous nous trouvons au sud du Tyrol et toutes les terrasses sont couvertes de fleurs. Six mois de neige, six mois de fleurs alpines. Même les noms des villes, Rodeneck, Toblach, Sterzing, Brixen, Bogen, Sankt Ulrich ne sonnent pas italien.

De hautes montagnes recouvrent cette région italienne, le Trentin-Haut-Adige, qui s'étend des Dolomites jusqu'aux Alpes et à la frontière autrichienne. Magnifique! Entre montagnes, parcs nationaux et vallées arrosées par l'imposante rivière Adige, elle impressionne par sa diversité: vignobles, champs fleuris, alpages et pentes boisées abritent une faune abondante et variée.

Il paraît que l'autoroute A22, constitue le passage le plus fréquenté d'Europe entre Vérone et l'Autriche. Pas surprenant si on considère la beauté du paysage et la variété des activités offertes. Il y en a pour tous les

goûts, du contemplatif au plus actif: de la randonnée facile jusqu'à l'alpinisme; de la piste cyclable facile au fond de la vallée jusqu'aux cols pour les cyclistes avertis; de la balade sur la rivière Adige à la descente des rapides. Les plus hardis se lancent en parapente du sommet des montagnes pour atterrir tout en bas dans la vallée. En hiver, les skieurs alpins, de fond ou de randonnée ont l'embaras du choix.

On se remplit les yeux d'images inoubliables, on peut visiter de nombreux châteaux de l'époque des Habsbourg et même dormir chez l'habitant, c'est une tradition qui persiste, dans des maisons typiques aux larges balcons en bois sculpté garnis de fleurs.

HISTOIRE

Comme partout en Europe, cette région porte les marques du passé depuis le néolithique. Klausen fait partie de la province de Bolzano dans la région du Trentin-Haut-Adige. On découvre, et ça explique les différences par rapport aux autres régions de l'Italie, qu'elle est rattachée à l'Italie depuis 1919 seulement. Auparavant, elle faisait partie de l'Autriche. Cette province autonome de l'Italie est officiellement bilingue: allemand et italien. Il semble que le latin y soit la troisième langue parlée.

Nous, à Klausen, on n'a entendu parler qu'en allemand. Ça nous fait dire que, comme au Canada, le bilinguisme paraît très bien dans les textes et le discours des politiciens, mais qu'il ne se pratique pas vraiment dans la vraie vie, sur le terrain. Ça ne nous empêchera pas de revenir pour un plus long séjour. C'est trop beau.



Magnifiques balcons fleuris à Klausen.

WEEK-END

NOS AÎNÉS

Des aînés seuls au monde

MARIE-NOËLLE
L. PAQUETTE



L'hiver s'est finalement installé de façon définitive. Avec ses bancs de neige et son froid mordant, il semble parfois que la saison blanche nous coupe un peu du monde.

On croise moins souvent les voisins qu'on avait l'habitude de saluer. On ne fréquente ni le parc, ni la piste cyclable, on fait des promenades plus courtes, ou même pas de promenades du tout. Bref, même pour les personnes qui ont un réseau social bien établi, l'hiver est souvent une saison de relative «hibernation».

Les personnes âgées vivent plus souvent ce qu'on pourrait appeler un certain repli sur soi à la saison hivernale. Plusieurs d'entre elles, qui ont l'habitude d'aller marcher régulièrement durant l'été, cessent de le faire en hiver à cause des risques de chutes, bien réels il va sans dire. D'autres limitent un peu leurs sorties parce qu'elles n'aiment pas la conduite hivernale ou parce que le froid les incommode.

Cette pause un peu forcée n'est certes pas négative pour tout le monde. Ceux qui sont actifs ou qui reçoivent régulièrement de la visite et des appels téléphoniques, par exemple, s'en tirent souvent plutôt bien, même s'ils ne sont pas non plus à l'abri de l'ennui. Mais comme on le sait bien, ce ne sont pas tous les aînés qui sont bien entourés.

Pour ceux qui sont seuls, l'hiver peut paraître très, très long. Il est certain que l'isolement social n'est pas une affaire de saison. Les personnes isolées le sont généralement à l'année longue. Par contre, les rigueurs de l'hiver québécois ne font rien pour améliorer leur sort.

On sait maintenant à quel point l'isolement social est néfaste pour les aînés. Selon l'Agence de la santé publique du Canada, l'isolement accroît de façon significative les risques de mauvaise santé. C'est sans compter les effets dévastateurs sur l'équilibre psychologique.

On le sait, l'humain est un être de relations. Sans liens significatifs, il dépérit. L'appartenance sociale est donc un élément essentiel à l'équilibre, au maintien d'une bonne santé mentale et à la conservation des capacités de vivre sa vie.

RISQUES

Sont donc à risque d'isolement les aînés qui ont réseau social limité et peu ou pas d'activités extérieures permettant d'interagir avec d'autres personnes. Si en plus la santé est chancelante, l'ouverture sur le monde peut être grandement compromise.

Il ne faut pas négliger non plus les risques d'isolement propres à la réalité des aidants naturels. Ces derniers, souvent confinés à domicile à prendre soin d'une personne malade, sans soutien et sans aide, peuvent rapidement être amenés à se couper du monde.

Si le réseau naturel des gens (familles, amis, etc.) n'est pas en mesure de garantir le maintien du lien social des personnes âgées fragiles ou de leurs aidants, il devient nécessaire que de l'aide provienne de l'extérieur. Les programmes de soutien aux aidants et d'amélioration des conditions de vie des aînés isolés sont donc d'une importance capitale.

Pour nous joindre: AQDR Haut-Richelieu, 870, Curé-St-Georges, Saint-Jean-sur-Richelieu. Tél: 450 357-9545. Courriel: projet.aqdrhr@live.ca.

VOYAGES
Gohanne Rouzon
Permis du Québec

224,
rue Jean-Talon,
Saint-Luc
450 359-1166

CUBA (CONGÉ SCOLAIRE)
Départ: 29 février
Hôtel 3 étoiles
Tout inclus
1 semaine **855\$**

GRAND TOUR DE LA SICILE
Départ: 6 octobre 2012
Hôtel 4 étoiles
12 jours incluant
2 jours à Rome
23 repas inclus, plusieurs visites
accompagnateur de l'agence
Tari
"Réservez tôt
avant le 31 mars"
3 279\$

CROISIÈRE SUR LE DANUBE
Départ: 17 juin
12 jours
100% francophone
Inclus: 21 repas, boissons,
soirée gala, plusieurs visites
4 199\$

Les prix n'incluent pas le fonds d'indemnisation des clients de 0,35% (ex.: 3,50\$/branche de 1 000\$) selon l'Office de Protection du Consommateur. Tarifs disponibles au moment de la publication.

ASTROLOGIE

WEEK-END



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

SEMAINE DU 19 JANVIER
AU 25 JANVIER 2012

BÉLIER

21 MARS AU 20 AVRIL

Pendant un certain temps, vous devrez peser le pour et le contre avant de prendre une décision qui pourrait transformer votre quotidien de manière assez drastique.



TAUREAU

21 AVRIL AU 20 MAI

Même si vous êtes passablement débordé par vos nombreuses obligations, vous aurez à prendre en charge un événement qui réunira beaucoup de personnes, où le plaisir sera à l'honneur.



GÉMEAUX

21 MAI AU 21 JUIN

Sur le plan professionnel, il est important d'aspirer à un poste qui vous convient, sinon c'est votre santé qui en subira les conséquences. Vous aurez une soudaine inspiration pour améliorer votre sort.



CANCER

22 JUIN AU 23 JUILLET

Vous serez tenté de renouveler un peu votre garde-robe et de vous refaire une beauté, ne serait-ce que pour rehausser votre estime personnelle. Vous aurez besoin de vous sentir important.



LION

24 JUILLET AU 23 AOÛT

Une situation familiale attirera passablement votre attention. C'est aussi une excellente période pour songer sérieusement à vous acheter une propriété ou rénover votre maison.



VIERGE

24 AOÛT AU 23 SEPTEMBRE

Vous pourriez être un peu coincé en jouant au taxi pour vos enfants ou en vous déplaçant constamment pour vos rendez-vous. Vous aurez même envie de changer de voiture.



BALANCE

24 SEPTEMBRE AU 22 OCTOBRE

Vous pourriez très bien recevoir d'excellentes nouvelles au sujet d'une promotion au travail. On commencera sûrement par vous proposer de nouvelles responsabilités qui s'avèreront très stimulantes.



SCORPION

23 OCTOBRE AU 22 NOVEMBRE

C'est définitivement une semaine sous le signe de l'action pour vous! Même sentimentalement, vous mettez quelques éléments au clair. Vous vivez également une passion extraordinaire.



SAGITTAIRE

23 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE

Vous aurez besoin de réfléchir longuement à la suite d'une proposition professionnelle ou personnelle. Votre médecin pourrait aussi vous offrir de nouveaux traitements beaucoup plus efficaces.



CAPRICORNE

22 DÉCEMBRE AU 20 JANVIER

Le stress n'est pas négatif en soi. Il vous apportera toute l'énergie nécessaire pour accomplir vos objectifs de la semaine. Mais il faudra aussi prévoir une période de repos par la suite.



VERSEAU

21 JANVIER AU 18 FÉVRIER

Vous pourriez amorcer un tout nouveau projet au travail; il vous sera très profitable à long terme. Le temps sera assez rare, mais cela vous aidera à mieux structurer votre travail.



POISSONS

19 FÉVRIER AU 20 MARS

Même si vous êtes de retour de vacances depuis peu, vous aurez des échos d'un voyage de groupe qui vous plairait tout spécialement. Vous pourriez aussi prévoir une escapade plus romantique.



WEEK-END

PROFESSION: VÉTÉRINAIRE

Une nouvelle solution aux problèmes d'hyperthyroïdisme

MARIE-CLAUDE DUVAL



Les problèmes de thyroïde sont fréquents en médecine vétérinaire. De façon générale, les chiens souffrent d'hypothyroïdisme, c'est-à-dire que leur glande ne fonctionne pas suffisamment. À l'inverse, les chats ont tendance à avoir des problèmes d'hyperthyroïdisme, possédant une glande qui travaille trop, qui produit trop de T4, l'hormone thyroïdienne.

Depuis longtemps déjà, ces maladies se contrôlent aisément. À l'aide d'une médication administrée sur une base quotidienne, la plupart des animaux arrivent à avoir une vie normale.

Nous avons discuté dans un article précédent de l'hyperthyroïdisme félin. Outre la médication, une chirurgie ou, depuis plus récemment, un traitement à l'iode radioactif peuvent contrôler la maladie. Il existe depuis quelques semaines une nouvelle nourriture qui permet de remplacer les techniques usuelles de contrôle de cette pathologie: le Y/D de Hill's Prescription diét.

Le principe est assez simple. Pour produire des hormones thyroïdiennes, des T4, la glande a besoin d'un ingrédient essentiel: l'iode. Les nourritures de bonne qualité pour chats contiennent entre 1.6 et 99 PPM d'iode. Avec le Y/D, la quantité d'iode est réduite à son minimum, c'est-à-dire entre 0.17 et 0.32 PPM, enlevant à la glande son ingrédient de base dans la production de T4.

Peu d'ingrédients de base est synonyme d'une diminution de formation de T4: le chat se retrouve donc avec une production normale de T4 puisqu'elle était initialement trop élevée. Vous me suivez? Ce qui compte, essentiellement, c'est que ça fonctionne, peu importe le processus (ou presque), n'est-ce pas? Et ça fonctionne!

PRÉCAUTIONS

Il y a par contre quelques précautions à prendre pour que la nourriture Y/D permette d'éliminer la médication qu'un chat doit recevoir. D'abord et avant tout, il devra recevoir pour le restant de ses jours uniquement cette préparation. Pas de nourriture de table ni de gâterie de toute sorte. Rien! Nada! Que le Y/D.



Des chats ont tendance à avoir des problèmes d'hyperthyroïdisme. Depuis peu, il existe une autre solution pour remplacer les techniques usuelles de contrôle de cette pathologie.

On a vu que les teneurs en iode des aliments habituels sont très élevées et il ne suffira que d'un léger écart pour que cette approche échoue. Vous avez plusieurs chats dont un hyperthyroïdien? Ils pourront tous recevoir le Y/D comme alimentation de base à condition que vous offriez à chacun, en cachette du chat hyperthyroïdien bien sûr, une gâterie ou une nourriture régulière pour chat sur une base quotidienne.

Votre chat va à l'extérieur? Il n'est alors pas un bon candidat pour recevoir ce type de traitement. En effet, lorsqu'il est dehors, il s'expose à toutes sortes d'autres sources d'iode (proies diverses, restants de table dans les vidanges, moulée sèche offerte par le voisin pour les animaux errants...), ce qui empêcherait à la nourriture Y/D d'avoir un effet thérapeutique.

Le taux de survie avec le Y/D semble

actuellement supérieur qu'avec les approches conventionnelles de contrôle. Alors qu'on observait des valeurs entre deux et trois ans avec les médicaments antithyroïdiens et les autres types de traitements, les représentants de la compagnie nous disent noter une moyenne de survie de cinq ans avec la prise en charge nutritionnelle de la maladie.

Pour tout le reste, c'est-à-dire le diagnostic de la maladie, le contrôle du traitement, le suivi à long terme, l'approche reste conventionnelle: examens, prises de sang, pesées régulières et mesures de la pression sanguine. Longue vie à nos patients hyperthyroïdiens!

Vous pouvez rejoindre mon équipe de la Clinique vétérinaire Mont-Saint-Grégoire et moi-même par téléphone au 450 347-7070. ■



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

EN CAS D'URGENCE



WEEK-END

TRÉSORS DE FAMILLE

L'art populaire, toujours populaire

MARIO WILSON



Les amateurs d'objets anciens, les collectionneurs tous azimuts ainsi que nombre de conservateurs de musées américains s'intéressent de plus en plus à ces objets décoratifs issus d'artistes non conventionnels, qualifiés dans le monde de l'art de naïf, indiscipliné ou simplement populaire.

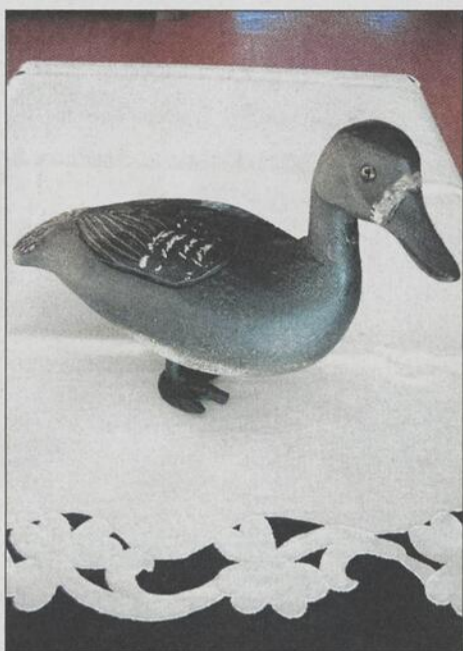
Il s'agit pour la très grande majorité d'artistes autodidactes farouchement attachés à leur indépendance de toutes écoles de pensée, de modes passagères ou de courants artistiques connus.

Au Québec, certains penseront spontanément au peintre Arthur Villeneuve dont la maison, véritable œuvre d'art en elle-même et installée dans les murs du Musée de la Pulperie de la Ville de Saguenay depuis 1994, nous laisse voir l'immensité du talent de cet artiste très bien coté. À une échelle plus modeste, les dizaines de sculpteurs de canards de chasse sont autant d'artistes oubliés ou hautement appréciés par les collectionneurs. Parmi les plus connus, citons Orel Leboeuf, Clément Cinq-Mars et Octave Champagne.

SOUVENIRS

Même si certaines des pièces sculptées par un de ces artistes peuvent parfois atteindre quelques milliers de dollars, il ne faut pas pour autant croire que les œuvres de moindre de valeur ou d'artistes moins connus ne soient pas aussi intéressantes.

Prenez par exemple cette très charmante sarcelle, dénichée dans un encan de maison il y a quelques années. Nul besoin d'un baccalauréat en histoire de l'art pour comprendre que l'auteur de cette petite pièce de bois n'a pas fait l'École des beaux-arts. Pourtant, parmi de beaux meubles anciens, un décor rehaussé par ce petit oiseau suscitera bien des discussions et beaucoup d'admiration, autant par les amateurs ou les simples amoureux de patrimoine québécois populaire trop longtemps boudé par les antiquaires.



Le travail de recherche concernant l'auteur de cette sculpture reste à faire. Toutefois, la signature, sous la pièce, laissant voir les lettres B et D, saura pister le curieux qui voudra documenter cet apport dans sa collection d'objets hétéroclites qui décore les pièces de sa maison. Après plus de quarante ans d'achat et de revente d'antiquités québécoises, ce collectionneur avisé ne conserve dorénavant que les souvenirs les plus significatifs de sa longue carrière.

Ce petit oiseau de bois dont les origines restent encore inconnues permettra à ce jeune retraité de tenir en éveil ses connaissances et son cerveau toujours très alerte. En attendant le jour de toutes ces découvertes révélées, tous s'étonnent de constater que cet objet bien singulier se retrouve au milieu de ces armoires et ces nombreuses pièces de porcelaine hors de prix pour le commun des amateurs.

La valeur marchande de cette petite sarcelle? Disons qu'elle se situe dans un éventail de prix compris entre 30 et 2000\$. Seule la valeur sentimentale du souvenir de cet encan de jadis, encore au centre de la mémoire des très bons moments du collectionneur, constitue un temps fort qu'on ne pourra jamais évaluer. ■

WEEK-END

L'ÉGLISE D'ICI

Fête de Blaise, patron des gorges

Le dimanche 5 février, à 11 heures, à l'église de Saint-Blaise, une messe spéciale sera célébrée par Mgr Louis Dicaire en l'honneur de Saint-Blaise, le patron des gorges.

Les Blaisois et Blaisoises sont heureux d'inviter toutes les personnes de la paroisse Saint-Jean-l'Évangéliste, des paroisses avoisinantes et les visiteurs. Lors de cette célébration eucharistique, les personnes présentes pourront se faire bénir la gorge et vénérer la relique de Blaise. Les petites

médailles à l'effigie de Blaise seront également mises en vente.

La célébration sera suivie du traditionnel dîner spaghetti qui se déroulera au centre communautaire. Des billets sont disponibles à l'église de Saint-Blaise avant et après la messe. Il y aura également des billets en vente à l'entrée du centre communautaire.

Les gens désirant se procurer des billets peuvent contacter mesdames Lucie Poissant au 450 291-5407 et Jeannine Ross au 450 291-4052. Coût: 12\$ pour les adultes et 5\$ pour les enfants de 12 ans et moins. ■

TOUS LES JOURS

NAVIGUEZ, RESTEZ INFORMÉ,
RÉAGISSEZ

www.canadafrancais.com LE PARFAIT COMPLÉMENT À VOTRE JOURNAL!

4177787101C_20111201-1

BidGO.ca

Le nouveau site d'enchères en ligne

VENDU 180 \$

~~250 \$~~

BidGO.ca



Pour profiter des enchères sur BidGO.ca,
c'est aussi simple qu'1-2-3

- 1 **Découvrez**
toutes nos enchères qui débutent à 1 \$.
- 2 **Misez**
comme vous voulez, sans aucuns frais.
- 3 **Rempportez**
l'enchère si votre mise est la plus haute.

BidGO.ca
MISEZ SOUVENT, ÉCONOMISEZ TOUT LE TEMPS

4177787101C_20111201-m

Galerie du sommeil



GRANDE VENTE APRÈS INVENTAIRE!

NOS EXPERTS VOUS CONSEILLERONT SUR LES PLUS GRANDES MARQUES



Exemple de frais de crédit pour un cycle de facturation de 30 jours:
Si votre solde quotidien moyen est de:
100\$ | 500\$ | 1000\$
Les frais de crédit pour une période de 30 jours seront de: | 1,60\$ | 8,01\$ | 16,03\$

Offre en vigueur du lundi 16 janvier au mercredi 25 janvier 2012. Quantités limitées sur certains articles. Valable pour les produits en inventaire seulement. Non valable aux Centres de Liquidation Brault & Martineau. Cette offre ne peut être jumelée à aucune autre promotion. Détails en magasin.

Termes et conditions de la vente pour le programme de financement mensuels: Paiements mensuels égaux, sans intérêt - achat minimum requis de 799\$ avant taxes pour les matelas sauf items sélectionnés. Sur approbation du crédit et conditionnel à la signature d'un contrat avec Accord D Desjardins, ne payez que les taxes au moment de l'achat. Le premier versement mensuel du montant financé est facturé sur le relevé de compte suivant votre achat. Les versements mensuels égaux (inclus dans le paiement minimum) de la carte de crédit sont déterminés en divisant le montant financé par le nombre de mois indiqués dans la promotion retenue. L'intérêt n'est pas appliqué sur le versement mensuel si le paiement minimum est effectué avant la date d'échéance apparaissant sur l'état de compte mensuel. Dans le cas où les conditions précitées ne sont pas respectées, l'intérêt annuel applicable sur la carte de crédit du détenteur est alors calculé au taux de 19,5% annuellement sur les sommes en souffrance. Il n'y a aucuns frais de renouvellement ou d'adhésion. Détails en magasin.



90
jours d'essai
sur TOUS nos matelas
Si vous n'êtes pas satisfait, nous vous l'échangerons contre un modèle de valeur égale ou moindre. Détails en magasin.

La garantie confort,
UNE EXCLUSIVITÉ
des Galeries du sommeil
Brault & Martineau

ELAN
Matelas ferme/Fibres Pillo Fill®/1/2 po de mousse confort
Mousse de support ferme/Haut profil/Supports latéraux
Sommier aussi offert. Voir prix en magasin
Garantie de 5 ans. Livraison gratuite

- 1 place/380 ressorts... 5,98 \$*/mois ou 299 \$
RABAIS DE 100 \$
- Grand lit/640 ressorts... 7,38 \$*/mois ou 369 \$
RABAIS DE 110 \$
- Très grand lit/824 ressorts... 9,78 \$*/mois ou 489 \$
RABAIS DE 150 \$

RABAIS DE 110\$

6,98\$
/mois OU

349\$

2 PLACES/476 RESSORTS

LE CHEVALIER
Matelas semi-ferme/Fibres Pillo Fill®/Mousse confort
Mousse convolutive zonée/Contour de mousse
Sommier aussi offert. Voir prix en magasin
Garantie ferme de 10 ans. Livraison gratuite

- 1 place/336 ressorts... 7,18 \$*/mois ou 359 \$
RABAIS DE 140 \$
- Grand lit/520 ressorts... 9,58 \$*/mois ou 479 \$
RABAIS DE 170 \$
- Très grand lit/676 ressorts 11,98 \$*/mois ou 599 \$
RABAIS DE 240 \$

RABAIS DE 200\$

7,98\$
/mois OU

399\$

2 PLACES/432 RESSORTS

ARC-EN-CIEL III
Matelas semi-ferme/Dessus à coussinet
Resorts ensachés/Contour renforcé
Sommier aussi offert. Voir prix en magasin
Garantie de 7 ans. Livraison gratuite

- 1 place/435 ressorts... 7,98 \$*/mois ou 399 \$
RABAIS DE 230 \$
- Grand lit/713 ressorts... 10,98 \$*/mois ou 549 \$
RABAIS DE 300 \$
- Très grand lit/899 ressorts 13,98 \$*/mois ou 699 \$
RABAIS DE 340 \$

RABAIS DE 250\$

9,98\$
/mois OU

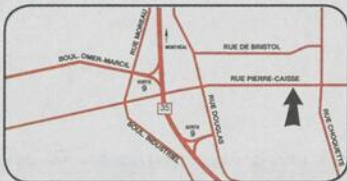
499\$

2 PLACES/609 RESSORTS

VOUS POUVEZ PAYER EN 50 VERSEMENTS SANS INTÉRÊT* SUR LES MATELAS JUSQU'EN MARS 2016

LIVRAISON GRATUITE!** **DANS UN RAYON DE 200 KM. DÉTAILS EN MAGASIN

7 JOURS SUR 7, MÊME LE DIMANCHE!



HEURES D'OUVERTURE: LUNDI AU MERCREDI 9H À 18H • JEUDI ET VENDREDI 9H À 21H • SAMEDI 9H À 17H • DIMANCHE 10H À 17H

ST-JEAN-SUR-RICHELIEU 450 349-1609
braultmartineau.com

