

Week-end
Le jeudi 24 novembre 2011
CANADA FRANÇAIS



Samuel Chouinard, un danseur de 22 ans de Saint-Jean-sur-Richelieu, est en train de vivre l'expérience la plus intense de sa jeune carrière en compagnie de l'animateur de l'émission *Ils dansent*, Nico Archambault (à gauche sur notre photo).

Sur le plateau de tournage, l'artiste a eu la chance de côtoyer les plus grands du milieu, comme Devin Jamieson, un chorégraphe qui a travaillé au spectacle *This Is It* de Michael Jackson.

PAGE C-2

IL DANSE

avec Nico Archambault

(Photo Rémy Bolly)

MUSIQUE

Tout un disque signé Wilco
PAGE C-10

CINÉMA

Le retour de *Twilight*
PAGE C-8

DVD

Deux films à voir en famille
PAGE C-10

LECTURE

Le bouiboui du Bout du monde
PAGE C-11

SOMMAIRE

Dans votre assiette	C-34
Horoscope	C-38
Automobile	C-35
Trésors de famille	C-33
Jeux	C-30

Je vis ici donc je lis

LE CANADA FRANÇAIS
POUR SAVOIR, FAUT L'AVOIR
moncanadafrancais.com

Sur le plateau de ILS DANSENT avec Samuel Chouinard

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



À peine âgé de 22 ans, Samuel Chouinard figure parmi les danseurs les plus prometteurs du Québec. Depuis août, il participe à l'émission *Ils dansent* diffusée sur les ondes de Radio-Canada. Nous l'avons rencontré quelques semaines avant la fin de l'aventure.

D'entrée de jeu, Samuel Chouinard le confirme, sa participation à l'émission *Ils dansent* animée par Nico Archambault est assurément l'expérience de danse la plus intense à laquelle il a pris part au cours de sa jeune carrière. Formé à l'école de danse Denise Bonneau à Saint-Jean-sur-Richelieu, où il enseigne toujours, le jeune homme a pourtant déjà un impressionnant curriculum vitae derrière lui.

Après avoir remporté la première place en danse au cours du Gala Révélation en 2007, il s'est illustré à l'occasion du concours Place at World of Dance à San Diego en 2010 grâce à sa collaboration avec la troupe canadienne Blueprint Crew. Par la suite, il a décidé de faire son chemin par lui-même et c'est ainsi qu'il est devenu l'un des danseurs de Marie-Mai et qu'il a pris part au premier film de danse québécois *Sur le rythme*.

«J'aime enchaîner les projets. C'est ce qui me garde motivé», explique le danseur qui confie avoir pour modèle Vincent-Olivier Noisieux, cet autre danseur de la région qui fut également son premier professeur. D'ailleurs, comme bien des petits garçons, c'est afin de canaliser un trop plein d'énergie que la danse est entrée dans sa vie. Il avait environ 10 ans. Puis, à la fin de l'adolescence, il s'est mis à rechercher de nouveaux défis afin de pousser son sport un peu plus loin.

ILS DANSENT

Le projet *Ils dansent* s'est finalement pointé dans sa vie au printemps dernier alors que, à l'instar de près de 150 danseurs du Québec, il a tenté sa chance en auditionnant devant l'équipe de Nico Archambault. Trois semaines se sont écoulées entre la performance et l'appel de la production. «Depuis, tout a déboulé et mon horaire est devenu complètement fou!», confie le jeune danseur.

Depuis août, les dix danseurs de l'émission se réunissent cinq jours par semaine, de 8 à 17 heures, pour assister à des cours et préparer la chorégraphie de la semaine avec un chorégraphe invité. Ils ont la chance de côtoyer les grands du milieu. Lors du passage du *Canada Français* sur le plateau, c'est nul autre que Devin Jamieson qui était présent. Ce dernier a entre autres travaillé avec Michael Jackson, Usher et Britney Spears.

«C'était débile!», confie le Johannais. Débile parce qu'il avait la chance de travailler une chorégraphie hip hop avec un artiste ayant côtoyé certains des plus grands chanteurs des dernières décennies. Débile aussi parce qu'il avait la chance de recevoir des conseils de ce dernier et de découvrir avec lui de nouvelles techniques de travail. C'est d'ailleurs cette portion de l'expérience que Samuel Chouinard apprécie le plus: l'apprentissage.

Sa plus belle rencontre remonte d'ailleurs à l'épisode 7 avec la chorégraphe Megan Lawson qui proposait une chorégraphie de style fusion. «C'est une de mes inspirations dans le milieu», explique Samuel Chouinard. Formé en hip hop, en ballet, en jazz et en contemporain, l'artiste se retrouvait dans la proposition de la chorégraphe qui mélange, dans ses numéros, tous ces styles en plus de la claquette.

LA FATIGUE

Mais aujourd'hui, le danseur avoue qu'il commence à ressentir une fatigue très importante en raison de son rythme de vie des derniers mois. «Nous [les danseurs] en sommes rendus à un point où on est vraiment fatigués. Personnellement, j'approche du point où je n'aimerai plus la danse et où je souhaiterai prendre une pause», explique-t-il. Mais rassurez-vous, le danseur n'a pas l'intention d'arrêter. Pas si près du but.

L'aventure prendra fin le 1^{er} décembre au Métropolis alors que l'équipe de *Ils dansent* offrira un spectacle en direct à la télévision auquel participeront plusieurs artistes invités. Par la suite, ce sera le temps des vacances. Mais pas trop longtemps tout de même! Le danseur a déjà quelques projets en branle pour le début de l'année 2012. Il envisage entre autres de joindre les rangs d'une compagnie de danse internationale.

L'émission *Ils dansent* est diffusée à Radio-Canada les jeudis à 21 heures. ■



Lors du passage du *Canada Français*, les danseurs enregistraient une chorégraphie hip hop signée par Devin Jamieson, un homme qui a travaillé avec Michael Jackson sur *This Is It*.



Pour l'enregistrement de chaque chorégraphie, les danseurs doivent en moyenne reprendre leurs mouvements une quinzaine de fois devant la caméra.



Il ne s'agissait pas de la première collaboration entre Nico Archambault et Samuel Chouinard. Ces derniers avaient entre autres travaillé ensemble sur le film *Sur le rythme*.

(Photos Remy Boily)

Des ateliers en milieu scolaire

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

Dès la fin de l'émission *Ils dansent*, Samuel Chouinard entreprendra une série de conférences et d'ateliers dans les écoles. Un projet qui le motive au plus haut point.

Maintenant que les gens associent son visage à une émission de télévision, Samuel Chouinard gagne en popularité

auprès du jeune public. Plusieurs écoles, tant primaires que secondaires, ont d'ailleurs déjà réservé ses services pour des ateliers de danse auprès de leurs étudiants. Un projet qui le motive au plus haut point.

Au cours de ces rencontres, le danseur fera bouger les enfants en les initiant à la danse. Puis, lorsque les participants commenceront à être trop essoufflés pour poursuivre, il prendra une pause

et discutera avec eux de son parcours en tant que danseur. Il parlera entre autres de ses projets avec des artistes connus ou encore de la détermination dont il faut faire preuve pour réussir dans ce milieu.

Il ne s'agit pas des premières expériences du danseur avec le jeune public. Comptant bientôt cinq années d'expérience en tant qu'enseignant, il est habitué de travailler auprès des

adolescents de Saint-Jean-sur-Richelieu ou encore de Montréal. Autant il aime apprendre, autant il se plaît à partager ses connaissances.

Bien que l'agenda du danseur soit noirci pour tout le mois de décembre, ce dernier se promet de continuer ses rencontres au retour de la période des fêtes. Les écoles qui désirent faire appel à ses services peuvent le contacter via courriel à l'adresse sam.chouinard@hotmail.com. ■

Trois nouvelles vedettes au ballet Casse-Noisette

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

Avec l'arrivée des premiers flocons, la magie des fêtes s'installe peu à peu dans le cœur des enfants. Le cœur vibrant, près d'une centaine d'entre eux prendront part à la 11^e édition du ballet Casse-Noisette les 8, 9 et 10 décembre au Théâtre des Deux Rives. Les billets sont déjà en vente.

Assister à une représentation du ballet Casse-Noisette, c'est plonger au cœur même de l'enfance. C'est aussi s'émouvoir devant la beauté des décors et la naïveté de l'histoire. Mais pour que la magie opère, tout doit être répété, revu et corrigé. Actuellement, une petite armée de 150 bénévoles et 125 danseurs s'active à tout mettre en place afin que la féerie soit au rendez-vous. Pour une 11^e fois.

Présenté conjointement par le Ballet classique du Haut-Richelieu et Ballet Ouest de Montréal, la production bénéficie d'un budget de 160 000\$ grâce à la vente de billets, la participation de commanditaires et les dons généreux de donateurs anonymes. La Ville, pour sa part, contribue à la hauteur de 5000\$. À n'en point douter, la production Casse-Noisette est une impressionnante machine bien huilée.

AUDITIONS

Pas étonnant donc que des



Les trois nouvelles vedettes du ballet Casse-Noisette de cette année. Dans l'ordre: Frédérique Rosso, Thomas Gabriel-Vincent et Ophélie Corriveau-Granger.

danseurs des quatre coins de la Montérégie aient tenté de joindre la distribution en prenant part aux auditions menées à l'automne. Les statistiques parlent d'elles-mêmes. Parmi les 92 danseurs choisis, on retrouve des jeunes de 15 municipalités et 17 écoles de danse différentes. Au total, 71% d'entre eux proviennent de Saint-Jean-sur-Richelieu.

La distribution comptera deux nouvelles Clara et un nouveau Fritz. Le personnage principal sera ainsi interprété par Ophélie Corriveau-Granger et Frédérique

Rosso, deux élèves du Ballet classique de Saint-Jean-sur-Richelieu. Elles se partageront le rôle grâce à des auditions convaincantes devant le directeur artistique du Ballet Ouest de Montréal, Claude Caron. Elles étaient d'ailleurs quatre en lice pour le rôle.

Pour sa part, le petit frère espiègle de Clara sera interprété par Thomas Gabriel-Vincent, un jeune garçon de 9 ans originaire de La Prairie. Il s'agit là évidemment des rôles les plus convoités par les jeunes danseurs qui souhaitent tous avoir la chance de tenir la vedette de cette

grande production. Du côté des danseurs professionnels, on retrouve entre autres Klara Houdet dans la peau de la Fée Dragée et de la Reine des Neiges.

BÉNÉVOLES

Pendant que le public applaudit les danseurs, 150 bénévoles se cachent derrière les rideaux pour s'assurer que tout fonctionne rondement. «Chacun sait ce qu'il a à faire et c'est ça qui est merveilleux», de dire Cécile Tremblay. Sans leur soutien et leur implication, il serait inconcevable

de même songer à mettre sur pied une aussi grosse production en si peu de temps.

Tous les parents des jeunes danseurs doivent d'ailleurs s'impliquer dans la production en participant à deux comités. Certains d'entre eux ont Casse-Noisette gravé sur le cœur et reviennent même après que leur enfant ait fait le saut chez les professionnels ou arrêté la danse. «Il y a des gens qui donnent tellement, c'est extraordinaire», mentionne Mme Tremblay qui cite en exemple un homme qui prend une semaine de vacances pour participer à l'événement.

REPRÉSENTATIONS

Les représentations s'adressant au public auront lieu le 10 décembre en après-midi ainsi qu'en soirée. Auparavant, les danseurs auront offert quelques spectacles destinés aux groupes scolaires qui se déplacent chaque année en grand nombre pour assister à l'événement. Pour la présidente du Ballet classique du Haut-Richelieu, Cécile Tremblay, il n'y a rien de tel que de voir les visages des enfants s'illuminer à la levée des rideaux.

Les personnes qui souhaitent se procurer des billets sont invitées à contacter la billetterie de la SPEC au 450 358-3949. Le coût est de 38,50\$ par personne. Les représentations débuteront à 14 heures et 19h30. ■

6^E ÉDITION DE LA SOIRÉE ÈS ARTS

Le milieu culturel récompensé au Cabaret-Théâtre

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

La 6^e édition de la Soirée Ès Arts se tiendra le 30 novembre au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean. L'événement, organisé par la Ville de Saint-Jean-sur-Richelieu, récompensera les acteurs du milieu culturel régional. Le Théâtre du Bahut assurera l'animation du gala.

Chaque année, depuis 2006, le milieu culturel se réunit à l'invitation de la Ville de Saint-Jean-sur-Richelieu afin de souligner l'effervescence de la culture dans la région. Au cours d'une même soirée, quatre prix sont remis aux acteurs du milieu, soit Passeur culturel, Révélation de l'année, Hommage et Partenariat. Ces prix visent à récompenser non seulement les artistes, mais également les entreprises qui appuient la culture.

Cette année, le prix de Passeur culturel qui rend hommage à une personne qui a su, au cours de sa carrière, transmettre son goût des arts et ainsi favoriser l'émergence de nouveaux talents, sera remis à Pierre Lavigne. Ce dernier, qui a occupé un emploi d'enseignant pendant 36 ans, a accompli ce mandat avec ses nombreux projets

farfelus qui ont marqué toute une génération d'élèves. Les gens qui souhaitent lui rendre hommage sont d'ailleurs invités à assister à la soirée.

LES SURPRISES

Si on connaît déjà le nom du récipiendaire dans la catégorie Passeur culturel, le nom des gagnants dans les autres catégories ne sera dévoilé qu'au cours du gala. On peut toutefois mentionner que le prix Révélation s'adresse à un artiste émergent, peu importe la discipline, que le prix Hommage reconnaît le travail continu d'un acteur du milieu culturel et finalement que le prix Partenariat souligne l'implication d'une entreprise.

Par le passé, plusieurs artistes établis ou en voie de le devenir ont été récompensés au cours de la Soirée Ès Arts dans les différentes catégories. On pense entre autres à Pierre Légaré, Marie-Ève Poupart, Les Appendices, le réalisateur Marc-André Lavoie ainsi que le diaboliste Jean-Félix Bélanger. Chacun d'entre eux a également eu le privilège de recevoir une œuvre inédite d'un artiste de la région en guise de trophée. Cette année, les récipiendaires recevront une création unique et représentative de leur catégorie créée par l'artiste Gilles Payette.



L'an passé, le Théâtre du Bahut avait proposé une formule cabaret aux spectateurs. Un succès sur toute la ligne. Cette année, l'équipe proposera une soirée sur le thème des films de James Bond.

L'AGENT 007 REPREND DU SERVICE

Outre l'occasion de récompenser les gagnants, la Soirée Ès Arts se veut également un gala amusant et divertissant mis sur pied pour célébrer la culture. Cette année, l'événement a pour thématique James Bond. À l'aide de capsules vidéo et d'animations scéniques, le célèbre agent secret partira à la recherche des gagnants des prix de

la soirée. Pour l'occasion, le Cabaret-Théâtre revêtira des airs de casino alors que le public aura l'occasion d'entendre de la musique tirée des films de James Bond.

Il s'agit d'un concept signé par le Théâtre du Bahut et plus particulièrement par Éric Gaudreau et Patrick-David Campbell. Ces derniers ont reçu de la Ville le mandat de mettre en place une soirée surprenante et agréable pour

le public. L'an passé, la formule cabaret qu'ils avaient proposée avait été un franc succès. Ils sont donc de retour à la barre de l'événement avec l'idée de surpasser encore une fois le travail accompli par le passé.

Les personnes qui souhaitent assister à l'événement sont invitées à réserver leur place en communiquant au 450 357-2163. À noter que la soirée est gratuite et débutera à 17 heures. ■

Un «ciboire» de bon spectacle!

GILLES LÉVESQUE
gilles.levésque@transcontinental.ca

À sa «gang de ciboires» qui était venue l'entendre au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, samedi dernier, Plume Latraverse a offert un «ciboire» de bon spectacle. Le genre de prestation qui décoiffe et dont on se souvient longtemps.

La dernière fois que nous avons vu Plume, c'était en 1972, en première partie de Genesis, à l'auditorium de l'Université de Montréal. Oui, c'était il y a longtemps. Le principal intéressé était alors monté sur scène avec Steve Faulkner, un artiste qui était alors connu sous le nom de Cassonade. Contre toute attente, ces deux illustres inconnus avaient causé la surprise en obtenant une ovation monstre. Même Peter Gabriel, dans son costume de chauve-souris, n'en revenait pas!

Trente-neuf ans plus tard, Plume, maintenant âgé de 65 ans, étonne encore. Il en était d'ailleurs à sa deuxième prestation à Saint-Jean-sur-Richelieu en moins d'un an, toutes deux présentées à guichets fermés, ce qui relève de l'exploit en ces temps difficiles pour l'industrie du spectacle.

Notre confrère Richard Hamel avait été emballé par ce qu'il avait vu et entendu l'an dernier, pratiquement à la même date. Nous pourrions d'ailleurs écrire le même texte, tant ces deux prestations diffèrent peu l'une de l'autre pour

ce qui est de l'enchaînement des chansons et du scénario proposé.

Une minute mon «ciboire», dirait toutefois Plume si on l'invitait à établir une comparaison entre deux gorgées de cognac. Cognac qu'on lui a d'ailleurs servi en fin de soirée, de même qu'un joint qu'il s'est abstenu d'allumer sur scène.

En fait, Plume dirait que le spectacle de samedi dernier était beaucoup mieux rodé. C'est un peu normal puisque c'était le dernier de sa longue tournée dans les villes du Québec où l'on peut trouver une taverne et une «gang de ciboires»!

IMPRESSIONNANT

On peut vous dire, sans se tromper, que Zappa aurait beaucoup apprécié la prestation électrisante livrée par cette machine huilée au quart de tour. Apprécié surtout cette facilité déconcertante de pouvoir sortir du moule, le temps de quelques partitions, pour y aller de folies musicales à la hauteur de ce personnage sympathique et coloré qu'est Plume. Pour en arriver à pareil résultat, on ne peut pas être saoul comme une botte! Vraiment pas.

À 65 ans, il faut être drôlement en contrôle pour chanter trente chansons à un rythme d'enfer tout en s'accompagnant à la guitare. Ce gars-là doit avoir une mémoire vive pour lancer autant de mots à la minute. Des mots qui font sourire et réfléchir sur ce drôle de monde

dans lequel nous vivons. Des mots qui sont aussi le reflet de sa vie de joyeux luron qui en fera sans doute une légende après sa mort.

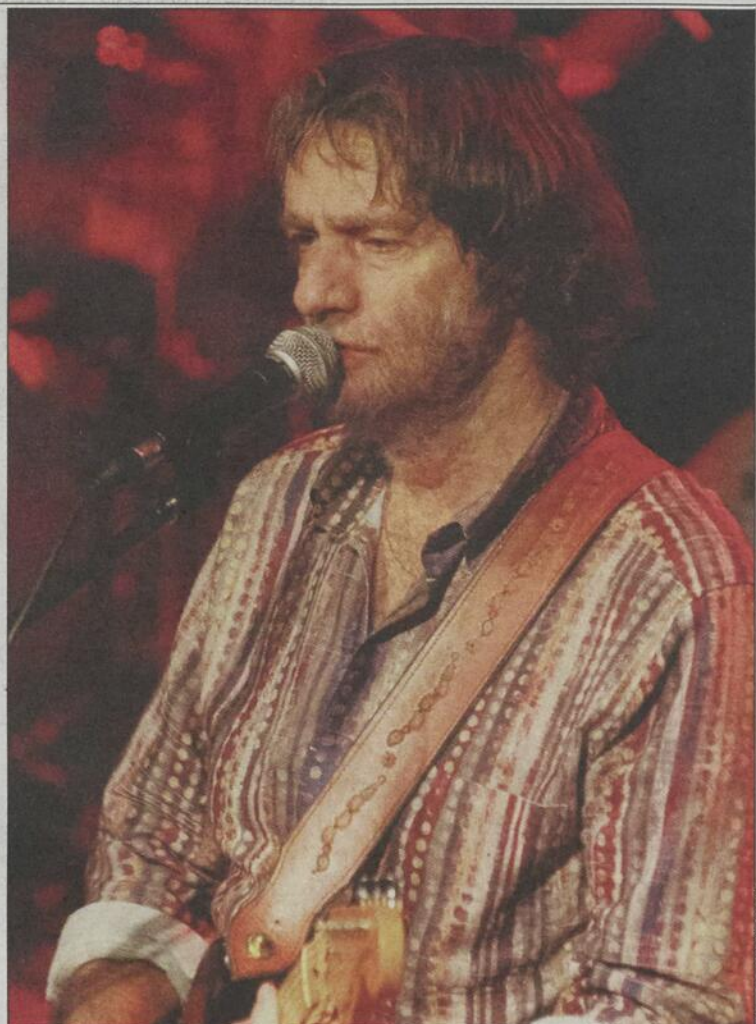
À ses côtés, Jean-Claude Marsan a donné une leçon de guitare à couper le souffle. Quelle maîtrise! Quelle dextérité! Ce gars-là joue de cet instrument à la manière des grands. Les deux doigts dans le nez, dirait Plume, en faisant allusion à la facilité déroutante qui caractérise son style. Aussi bien en profiter pour vous dire que mes deux guitares sont à vendre!

Il nous faut aussi souligner la performance des autres Mauvais compagnons de Plume, à savoir Charles «Pistache» Guillemette à la batterie, Richard Lord aux claviers et Grégoire Morency à la basse. Il est clair que ces gars-là ont un plaisir fou à jouer ensemble.

MENU

Inutile de vous dire que Plume avait gardé ses plus grands succès pour la deuxième partie de ce spectacle d'un peu plus de deux heures. Des succès que ses fans connaissent par cœur. Des fans de tous les âges, faut-il préciser. On t'aime mon «ciboire», lui a d'ailleurs lancé un spectateur qui ne se possédait plus. «C'est pas des beaux mots à dire», lui a rétorqué Plume, peu avant de nous présenter *Bopépine!*

Ah! oui, celui qui ressemble étrangement au capitaine Haddock a



Plume ne fait pas du tout ses 65 ans. C'est d'ailleurs un spectacle électrisant qu'il a livré samedi soir en présence de sa «gang de ciboires», au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean.

dédié *El Nino*, l'un de ses grands succès, à tous les sinistrés du Haut-Richelieu. On ne sait pas s'il y en avait dans la salle, mais les paroles de cette chanson collent bien avec cette catastrophe dont plusieurs ressentent encore les effets.

Pour conclure la soirée et la tournée, ses musiciens lui ont remis une bonne bouteille de porto qu'il boira sans doute à la santé de toutes les «gangs de ciboires» qui ont trippé avec lui au cours de la dernière année. Iglou, Iglou, Iglou...! ■

Une soirée en crescendo avec Pascale Picard

VALÉRIE LEGAULT
valerie.legault@transcontinental.ca

Ses fans ont quitté la salle aussi époustouflés qu'elle. Pascale Picard en a mis plein les yeux et les oreilles au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean, vendredi soir dernier. Son énergie contagieuse a conquis la foule et celle-ci le lui a bien rendu pendant un spectacle mémorable dont personne ne voulait qu'il prenne fin.

Dès le début de son spectacle, Pascale Picard se mouille avec *The Gap* et *Shooting Stars*, deux de nos pièces préférées sur son plus récent disque, *Letter To No One*. Qu'allait-elle nous réserver pour pimenter le reste de la soirée?

Évidemment, elle a été chaudement applaudie quand ses fans ont reconnu les premières mesures de *Gate 22*, la pièce qui l'a propulsée au sommet des palmarès en 2007. La surprise nous attendait cependant ailleurs, avec *A While*, une chanson qui a étonné tout le monde par son effet.

À partir de ce moment-là, il n'y a plus eu de place pour les temps morts. Il n'y a pas eu d'entracte non plus. De toute façon, le Pascale Picard Band aurait-il pu se le permettre? La réponse est simple: non. Il aurait fallu être fou pour



Pascale Picard est à l'aise sur scène comme un poisson dans l'eau et son band de gars savoure autant qu'elle le moment présent.

briser ce momentum qui n'a cessé d'évoluer en crescendo.

COMME UN POISSON DANS L'EAU

La table était mise pour le reste de la soirée et jamais les attentes n'ont été gâchées. Si nous étions une musicienne professionnelle,

nous ferions des pieds et des mains pour jouer avec Pascale Picard. Cette fille est d'une candeur et d'une spontanéité sans pareille. Elle sautille, elle frétille derrière sa guitare. Elle est à l'aise sur scène comme un poisson dans l'eau et son band de gars savoure autant qu'elle le moment présent.

Ce moment présent était particulièrement agréable pour la sonorisation parfaite dans la salle. Juste comme nous venions de le remarquer, Pascale Picard a aussi eu le réflexe de le souligner au micro. Malgré les rythmes parfois pesants du batteur et des guitaristes, la guitare acoustique de la chanteuse

demeurait toujours présente en toile de fond. Un événement rare, pouvons-nous constater à force d'assister à plusieurs spectacles de musique. Une chose est sûre, la principale intéressée semble l'avoir vivement apprécié.

Au début du spectacle, Pascale Picard nous disait combien elle gardait de bons souvenirs de ses passages précédents à Saint-Jean-sur-Richelieu. Gageons que cette fois-ci restera gravée dans les annales de sa tournée.

Pour notre part, nous craignons de voir une Pascale Picard assagie depuis la parution de son second album qui nous semblait moins rebelle et plus léché que le premier. Les sceptiques comme nous, s'il y en avait d'autres dans la salle, ont heureusement et rapidement été confondus!

En terminant, nous ne pourrions passer sous silence la présence de Jeffrey Piton en première partie du spectacle. Seul avec sa guitare, il a suscité beaucoup d'intérêt en apprenant aux spectateurs qu'il était un auteur-compositeur-interprète johannais. Ce qui lui a valu bien des applaudissements et une participation hors pair de la foule pendant sa courte prestation. Jeffrey Piton. C'est facile à retenir. En plus, c'est son vrai nom. ■

Jean Bélanger lance *Cent ans, Sans temps*

GILLES LÉVESQUE
gilles.levésque@transcontinental.ca

Bien des musiciens de Saint-Jean-sur-Richelieu connaissent Jean Bélanger. Certains pour avoir profité de ses conseils du temps où il travaillait au Palais de la musique, d'autres pour avoir fait appel à ses services comme accordeur de piano. Et il y a ceux, fort nombreux aussi, qui l'ont vu sur scène avec le groupe Idem. Plusieurs ne seront donc pas surpris d'apprendre qu'il vient de réaliser un vieux rêve en enregistrant un album sur lequel on retrouve quelques-unes de ses plus belles compositions.

Il en aura fallu du temps pour qu'il passe de la parole aux actes, mais c'est maintenant chose faite. Et si vous voulez le savoir, Jean Bélanger s'est donné les moyens de ses ambitions. Intitulé *Cent ans, Sans temps*, ce CD a tout pour plaire aux mélomanes à la recherche d'une musique cinématographique de qualité. C'est franchement impressionnant à entendre.

Il faut dire qu'il a consacré une année à ce projet qu'il caressait depuis longtemps. C'est dans un studio de Châteauguay, Productions Guitare Verte, qu'il a enregistré cet album sur lequel on retrouve des pièces musicales composées récemment, mais aussi durant les années 80 et 90.

Vous aurez sans doute deviné qu'il joue du piano. Pas à la manière d'un grand virtuose, mais avec une sensibilité peu commune. L'émotion est palpable dans son jeu tout en finesse.

Pour donner plus d'éclat à sa musique, il a fait appel à plusieurs musiciens talentueux. Notons entre autres la collaboration de Jean-François Gagnon et Marie-Josée Frigon, trompettiste et saxophoniste à l'émission *Belle & Bum*, Didier Dumoulin, un accordéoniste qui a déjà joué avec Richard Desjardins, Vincent Bélanger, violoncelliste, Éric Bernard, percussions, et André Lahaie, un contrebassiste dont on a pu apprécier le talent lors des jeudis de jazz présentés chez art[o].

POLYVALENCE

C'est accompagné de sa conjointe, et sans doute aussi sa muse, Betty Quirion, qu'il s'est présenté à nos bureaux pour nous parler de cet album qui n'a pas fait l'objet d'un lancement officiel.

Oui, il en est très fier. «C'est le reflet de ce que je suis», lance-t-il sous le regard complice de celle qui l'a inspiré pour la première pièce de cet album qui en compte treize.

Effectivement, sa musique lui ressemble.



Jean Bélanger, un musicien bien connu à Saint-Jean-sur-Richelieu, vient de lancer un premier CD qui plaira aux amateurs de musique cinématographique.

Elle incarne la douceur et la simplicité qui le caractérisent. Sa polyvalence aussi. Nous

ne sommes pas en présence d'un album linéaire ou de mélodies en demi-teintes. C'est d'ailleurs ce qui rend ce CD si intéressant. On passe d'une atmosphère à une autre sans résistance aucune. Non seulement y trouve-t-on une source de relaxation, mais il est facile d'y accoler des images. Comme au cinéma!

Disons qu'on est loin du rock progressif qu'il a tant aimé, lui qui a longtemps joué à la manière de Tony Banks, le claviériste de Genesis.

«Ça, c'était à la fin des années 70. J'aimais beaucoup cette musique, beaucoup les claviers. On en jouait avec le groupe Idem qui a donné un show d'adieu l'an dernier. C'est certain que je m'en inspire quelque peu, mais mes horizons sont plus larges, plus diversifiés», note-t-il.

PROJETS

Bientôt, il cessera d'accorder des pianos. Il aura plus de temps pour pianoter. «Éventuellement, j'aimerais bien composer de la musique de film, confesse-t-il. C'est quelque chose qui m'intéresse beaucoup. Je veux aussi m'améliorer comme musicien. Avec Betty, je planche également sur un projet alliant la poésie et la musique avec des bouts chantés. Je veux toutefois que ça reste simple.»

L'album qu'il vient de lancer n'est pas disponible en magasin. Du moins pas pour l'instant. On peut toutefois s'en procurer un exemplaire en consultant le site Internet suivant: jeanbelanger_pianiste@live.ca.

Nouvelles expositions chez Action Art Actuel

Le centre d'artiste Action Art Actuel présente, du 24 novembre au 20 décembre, deux nouvelles expositions intitulées *Impossible à contenir* et *Turner en rond le bonheur* des artistes Marcelo Balzaretto et David Lafrance. Le public est convié au vernissage qui aura lieu ce jeudi, dès 17 heures.

Natif de Saint-Jean-sur-Richelieu, David Lafrance est à la fois peintre, graveur et sculpteur. Son travail, présenté au Canada et aux États-Unis, lui a valu maintes récompenses dont la bourse du Conseil des Arts et Lettres du Québec. Il présentera, dans le cadre du projet *Comme de la confiture* d'Action Art Actuel dédié à la relève, une exposition intitulée *Turner en rond le bonheur*.

Cette proposition artistique consiste en une exposition performance à l'intérieur de laquelle l'artiste conjuguera plusieurs facettes de son art. Le public pourra ainsi admirer de courtes vidéos exposant les détails d'un système de son, soit le tourne-disque, la console et le filage. Ces instruments seront le centre d'une installation recréant une scène aux accents festifs.

Natif de Mexico, Marcelo Balzaretto est un artiste multidisciplinaire qui s'adonne aux installations, à la sculpture, à la lithographie ainsi qu'à la photographie. Dans le cadre de son passage chez Action Art Actuel, il proposera une création impliquant l'utilisation du magnétisme pour exprimer des idées à propos de l'énergie et de l'immanence. Le public pourra voir une œuvre impliquant le dessin, la photographie ainsi qu'une installation. Ces trois morceaux réunis constitueront une œuvre globale évoquant le champ magnétique en tant que tel.



David Lafrance

Le public est convié au vernissage qui aura lieu le 24 novembre, à 17 heures. Il pourra s'entretenir avec la commissaire de l'exposition *Impossible à contenir*, Rosalie Dumont-Gagné. L'exposition est accessible gratuitement du mardi au samedi de 13 à 17 heures. Information: www.action-art-actuel.org.

LA SPEC DU HAUT-RICHELIEU REÇOIT 25 000\$ DES CAISSES DESJARDINS DE LA RÉGION

C'est le 15 novembre dernier à l'Espace Desjardins du Théâtre des Deux Rives que se tenait la remise officielle de la contribution annuelle de 25 000\$ des Caisses Desjardins de la région à la SPEC du Haut-Richelieu. En effet, dans le cadre de la campagne de financement pour la rénovation du Théâtre des Deux Rives, le regroupement des Caisses Desjardins de la région s'est engagé à verser à la SPEC du Haut-Richelieu un montant 250 000\$ sur une période de 10 ans. Le regroupement est aujourd'hui composé des Caisses Desjardins du Haut-Richelieu et des Seigneuries de la frontière.



Sur la photo, nous reconnaissons messieurs Pascal Benny (Président Caisse Desjardins du Haut-Richelieu), Claude Lefebvre (Président SPEC du Haut-Richelieu) et Pierre Savard (Directeur général Caisse Desjardins des Seigneuries de la frontière).

CHOEUR DU RICHELIEU

Un spectacle de Noël tout en *Tradition*

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

Le Chœur du Richelieu sera de passage à la chapelle de l'école Marcellin-Champagnat, le 3 décembre, où il présentera son concert de Noël intitulé *Tradition*. L'harmonie de l'école Notre-Dame-de-Lourdes sera de la partie.

À nouveau cette année, le Chœur du Richelieu donne rendez-vous aux amateurs de chants de Noël dans le cadre de son concert annuel du temps des fêtes. Dirigés par Christiane Jean et accompagnés au piano par Myriam Chabot, les quelque 40 choristes de la formation interpréteront un répertoire à la fois entraînant, gai et nostalgique.

Le répertoire choisi se compose principalement de chants traditionnels francophones bien connus du grand public. On pense entre autres à des titres tels que *Dans cette étable*, *Bel astre que j'adore* et *Ah! Quel grand mystère*. S'ajoute à cela une interprétation de *Soir d'hiver*, une pièce jumelant la poésie d'Émile Nelligan au piano de Claude Léveillée.

Fait à noter, la majorité des harmonisations des pièces francophones sont signées par des artistes québécois du 20^e siècle parmi lesquels on retrouve Raymond



Le Chœur du Richelieu présentera un concert de Noël à la fois entraînant et nostalgique où un public de tous âges se plaira à se plonger dans l'esprit du temps des fêtes.

Daveluy, Georges Moineau et Gilbert Patenaude. «On souhaitait aller chercher de nouvelles sonorités avec des harmonisations contemporaines pour le public, mais aussi pour les choristes», explique la présidente du Chœur du Richelieu, Nicole Lavallée.

LE RYTHME À L'HONNEUR

La portion rythmée du spectacle sera entre autres assurée par l'interprétation de quelques pièces

anglophones encore une fois bien connues du grand public. Les choristes présenteront un pot-pourri intitulé *Holiday Favorites* dans lequel se retrouveront les pièces *Jingle Bells* et *Frosty the Snowman*. «Il y a un côté très enfantin dans notre concert», précise Mme Lavallée.

À la suggestion de Myriam Chabot qui est également enseignante de musique auprès des

jeunes, l'harmonie de l'école Notre-Dame-de-Lourdes (secteur Saint-Jean) participera elle aussi au spectacle. Bien qu'il ne s'agisse pas de la première collaboration entre le Chœur du Richelieu et une harmonie, il s'agit d'une première collaboration de la formation avec des musiciens aussi jeunes.

Cela apportera évidemment une touche spéciale à ce concert déjà très cher au cœur des choristes.

«On aime la magie de Noël. C'est important pour nous», mentionne la présidente du Chœur du Richelieu. Par le passé, les choristes ont d'ailleurs refusé de mettre fin aux concerts de Noël afin de se consacrer à leur spectacle de fin d'année. Pour eux, le concert du temps des fêtes est synonyme de bonheur et de plaisir.

NOUVEAU LIEU

Le concert du 3 décembre marquera le retour du Chœur du Richelieu à la chapelle de l'école Marcellin-Champagnat après quelques années d'absence. «C'est un lieu très accueillant et c'est, à mon avis, la plus belle salle où l'on puisse chanter», mentionne Nicole Lavallée. En plus d'avoir une excellente acoustique, l'endroit séduit par son décor et ses installations suffisantes pour accueillir tous les choristes.

Le concert débutera à 19h30. Les billets sont actuellement disponibles en prévente auprès des choristes au coût de 15\$ pour les adultes et de 10\$ pour les adolescents de 12 à 18 ans. Les enfants de 11 ans et moins seront admis gratuitement. La prévente des billets prendra fin le 28 novembre. À partir de ce moment, les billets pour adultes seront disponibles au coût de 20\$. Information: 450 349-6350 ou choeurrichelieu@gmail.com. ■

KE\$HA
est passée chez
nous le temps
d'un spectacle
en plein air

Avoir su...

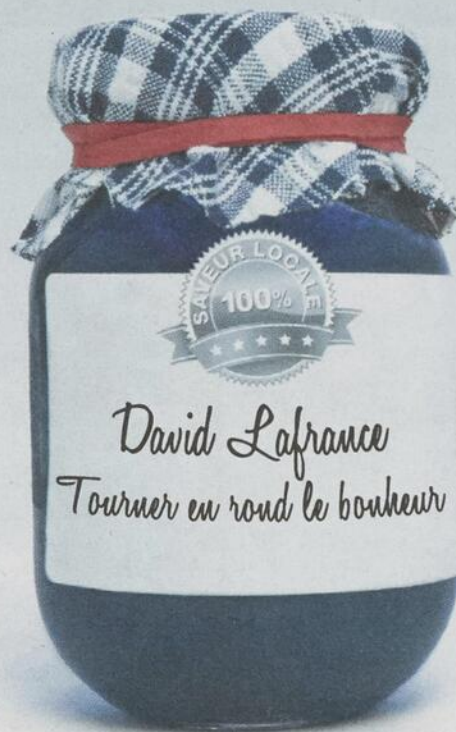
**LE CANADA
FRANÇAIS**

POUR SAVOIR, FAUT L'AVOIR

moncanadafrancais.com

651850101C_20111013

Le jeudi 24 novembre à 17h
Comme de la confiture



La relève s'étend chez Action Art Actuel
L'exposition se poursuit jusqu'au 20 décembre

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

LE CANADA
FRANÇAIS



Conseil des arts
et des lettres
Québec



656185101C_20111124-1

Des trouvailles inédites au *Vide atelier d'art[o]*

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

La coopérative art[o] présentera, les 3, 4, 10, 11, 17 et 18 décembre, une toute nouvelle activité intitulée *Le vide atelier*. Grâce à ce concept original, le public pourra se procurer des œuvres d'art à rabais provenant des collections personnelles d'une vingtaine d'artistes de la région. Une activité qui précédera la tenue de la traditionnelle exposition *Les petits formats d'art[o]*.

Les ateliers d'artistes regorgent de petits trésors oubliés. Afin d'offrir une seconde vie à ces œuvres, la coopérative art[o] a décidé de mettre sur pied l'activité *Le vide atelier*. Le concept est simple. Pendant trois fins de semaine, les artistes louent un espace de vente chez art[o] afin de présenter au grand public leurs anciennes créations. Toutes les œuvres sont en vente à des prix réduits, voire dans certains cas avec des rabais allant jusqu'à 70% de leur valeur initiale.

«L'artiste est le seul maître de son emplacement. C'est lui qui décide des prix», expliquent les organisatrices de l'évènement, Mireille Molleur et Micheline Proulx. Puisque les participants doivent défrayer un certain montant pour prendre part à l'activité, la coopérative art[o] ne demande aucun pourcentage sur les ventes. Tous s'en trouvent donc gagnants: les amateurs d'art, la coopérative et les artistes. Près de 25 peintres ont d'ailleurs accepté de participer à l'évènement.

TROUVAILLES

Évidemment, Mmes Molleur et Proulx incitent le public à se déplacer dès les premières fins de semaine de l'évènement afin de faire des trouvailles exceptionnelles. «Il va y avoir des tableaux qui datent et qui permettent de voir les différentes époques de la carrière d'un artiste», expliquent-elles. Il y en aura d'ailleurs pour tous les goûts, des œuvres abstraites aux figuratives en passant par les créations à l'aquarelle, à l'huile, à l'acrylique et aux techniques mixtes.

Ce sera également l'occasion pour les amateurs d'art de se procurer des œuvres signées par des grands de la région. Pensons entre autres à Roger Alexandre, Hélène Béliveau et Lorraine Doucet. C'est sans compter les autres artistes, soit Adèle Baillargeon, Claire Bienvenue, Cécile Blais, Marie-Ève Boulanger, Marie-Ange Brassard, Micheline Brazeau, Carole C.-Gagnon, Roger Couture, Alain Dionne, Olivier Gingras,

Louise Guay, Louise-Andrée Lalonde, Francine Leroux, Chantale Mainguy, Mireille Molleur, Suzanne Molleur, Marcel Poirier, Micheline Proulx, Marie-Suzanne Samson, Fern St-Hilaire et Micheline Trudeau.

LES PETITS FORMATS

Le comité organisateur ne le cache pas, *Le vide atelier* a été mis sur pied pour pallier la diminution des ventes enregistrées lors des deux dernières éditions de l'exposition *Les petits formats d'art[o]*, la tradition du temps des fêtes de la coopérative qui consistait à mettre à l'encan de petites toiles d'artistes afin d'amasser des fonds pour art[o]. «On voyait que l'intérêt pour le concept diminuait», expliquent les organisatrices qui en étaient aussi les instigatrices.

Cela dit, l'exposition sera de retour cette année, mais se déroulera sur une plus petite période, soit du 15 au 22 décembre, et mettra de l'avant la formule «Payer et emporter». Il ne s'agira donc plus d'un encan et les gens devront faire l'acquisition des œuvres à leur pleine valeur. Un vernissage soulignant l'évènement aura d'ailleurs lieu le 15 décembre,



Organisatrices du *Vide atelier*, Micheline Proulx et Mireille Molleur rappellent à la population qu'il n'y a pas plus beau cadeau de Noël qu'une création originale signée par un artiste d'ici.

chez art[o], dans le cadre d'un 5 à 7. Ces deux activités se veulent donc complémentaires et rappellent à la population qu'à l'approche du temps des fêtes, il est toujours intéressant d'offrir à une personne chère une œuvre d'art originale. D'ailleurs, outre les deux évènements

mentionnés ci-haut, la coopérative bénéficie d'une boutique contenant des livres, bijoux, tableaux, sculptures et une foule d'autres articles originaux et inédits. Pour plus d'information, visitez le www.cooparto.com.

Ballet Classique
du Haut-Richelieu
présente

**Casse
Noisette**

Ballet Ouest de Montréal

10 décembre
Théâtre des Deux-Rivers
14h00 - 19h30
450-358-3949

boom
104.1 - 106.5
Montréal

LE CANADA
FRANÇAIS

Desjardins
Caisse du Haut-Richelieu

Transcontinental

PACINI

radio-classique
99.5
cpx
Montréal

SAINT-JEAN-
SUR-RICHELIEU

CORPORATION DU
FORT ST-JEAN
SERVISE - BOYAL FORCE

Spec
DU HAUT-RICHELIEU

RioTinto Alcan

NOBENNET

MONDOR

Culture,
Communications et
Condition féminine

Québec

VISION
BOYAL - ESCUELA - SCHOOL

TRANSCOPIES

NEETRI

satori

PASQUIER
tout en fraîcheur

ASSEMBLÉE NATIONALE
DAVE TURCOTTE
Député de Saint-Jean

POUR SAVOIR,
FAUT L'AVOIR

LE CANADA
FRANÇAIS

moncanadafrancais.com

Bella et Edward enfin de retour au grand écran!

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



Twilight: Révélation Partie 1



Un an presque jour pour jour après la sortie du troisième volet, la saga *Twilight* est de retour au grand écran. À la barre de cette production, le réalisateur

Bill Condon (*Chicago*) propose un long-métrage axé sur l'émotion plutôt que l'action. Un film parfait pour le public adolescent.

Surprise de taille en arrivant au cinéma. À peine les portes de l'établissement ouvertes que déjà les deux salles présentant le nouveau *Twilight* affichaient presque complet. Un vendredi, à l'heure du dîner! À n'en point douter, les adolescents sont fidèles aux vampires et loups-garous de l'imaginaire de Stephenie Meyer. Les

adolescents, mais aussi quelques adultes.

Si la frénésie est si forte, c'est que ce nouveau *Twilight* marque le début de la fin pour la saga qui aura propulsé Robert Pattinson (Edward) et Kristen Stewart (Bella) au rang de stars planétaires. En effet, le triangle amoureux composé de Bella, Edward et du loup-garou Jacob n'est plus. Cette fois, la jeune humaine s'apprête à marier son vampire et à devenir l'une des leurs.

La lune de miel ne se passe pas exactement comme prévu. La jeune femme tombe enceinte et sa santé périlite alors que le fœtus grandit rapidement en elle. Sa vie est maintenant en danger et Edward n'aura d'autre choix que de la transformer pour la sauver de la mort lors de l'accouchement qui s'annonce très difficile.

ÉMOTION PLUTÔT QU'ACTION

Fidèle à l'auteure, la scénariste Melissa Rosenberg signe ici une histoire très semblable au livre. Et puisque le tome quatre de la saga fait l'objet de deux films bien distincts, ce premier volet est nettement axé sur l'émotion plutôt que sur l'action. En tant que spectateur, on se surprend même à être ému par le jeu des comédiens qui montrent un beau contrôle de leur personnage et livrent des performances plus sincères que par le passé.

Les clins d'œil au premier volet de la

série sont également présents et suffisent à rendre nostalgiques. Par exemple, lors du baiser nuptial, c'est la mélodie *Flightless Bird, American Mouth* du groupe Iron & Wine que l'on entend, la même qui servait de trame sonore lors de la première danse du couple à la fin du long-métrage qui a lancé la série. La composition *Bella's Lullaby* est également de retour.

Cela dit, même si les acteurs sont en général bons et que la nostalgie est présente, un meilleur resserrement de l'histoire et une trame narrative plus pointilleuse auraient certainement contribué à élever le film à un autre niveau. En d'autres mots, à rejoindre un public plus adulte. On apprécie toutefois la touche d'humour ajoutée au récit.

EFFETS SPÉCIAUX

Mention spéciale aux effets spéciaux.

Pour la première fois de la saga, le réalisateur semble maîtriser cette technique et rend la présence des loups-garous crédible. On n'aime cependant pas la scène où on entend la meute discuter en pensée. On en vient à se croire dans une mauvaise émission pour enfants. Mention également aux effets spéciaux qui servent à illustrer la transformation de Bella et sa grossesse difficile. Saisissant.

Au final, le nouveau *Twilight* est un film agréable à l'écoute qui cible bien son public. Rien de très recherché cependant. Le dernier volet devrait d'ailleurs être plus riche en contenu et plus divertissant pour les amateurs d'action. On peut donc dire que ce quatrième film n'est qu'un prélude servant à donner aux amateurs ce qu'ils désiraient depuis longtemps, un portrait heureux d'Edward et Bella enfin réunis. ■

À L'AFFICHE

Concerts et théâtre

24 novembre: au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean dès 18 heures, spectacle de Daran. Coût: 8\$.

24 novembre: au bar Le Barock dès 20 heures, spectacle de Louis Étienne et Marie Vincent. Contribution volontaire.

25 novembre: au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean dès 20 heures, spectacle de Jorane. Coût: 36.50\$.

25 novembre: au Théâtre des Deux Rives dès 20 heures, spectacle de Sylvain Cossette. Coût: 51.50\$.

25 novembre: au bar Le Barock, spectacle des formations The Brodys et Sunstroke. Coût: 7\$.

25 et 26 novembre: au Théâtre de Grand-Pré dès 20 heures, présentation de la pièce *48 heures d'angoisse*. Coût: 15\$.

26 novembre: à l'église Saint-Athanase dès 19 heures, présentation d'un concert gospel. Coût: 8\$.

26 novembre: au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean dès 20 heures, spectacle de Ima. Coût: 38.50\$.

26 novembre: au Théâtre des Deux Rives dès 20 heures, spectacle de Martin Petit. Coût: 40.50\$.

26 novembre: au bar Le Barock dès 21h30, soirée salsa avec Fiesta Cubana. Coût: 7\$.

27 novembre: au Théâtre des Deux Rives dès 15 heures, spectacle de Clémence Desrochers. Coût: 36.50\$.

Expositions

Jusqu'au 27 novembre: chez art[o], présentation de l'exposition *Réflexion spéculaire* de l'artiste Jean-Nicolas Simard. Gratuit.

Jusqu'au 28 novembre: au Salon rouge de la bibliothèque Saint-Luc, présentation de l'exposition *Le revers de l'inconscient* du peintre Claude Bolduc. Gratuit.

Jusqu'au 11 décembre: à l'Espace Desjardins du Théâtre des Deux Rives, présentation de l'exposition *Imprimé cadencé* de la peintre Sylvie Cloutier. Gratuit.

Jusqu'au 20 décembre: chez Action Art Actuel, présentation des expositions *Impossible à contenir* et *Turner en rond le bonheur* des artistes Marcelo Balzaretto et David Lafrance. Le public est convié au vernissage qui aura lieu le 24 novembre, dès 17 heures. Gratuit.

Jusqu'au 23 décembre: à la bibliothèque du Cégep Saint-Jean-sur-Richelieu, présentation de l'exposition *Transitions* de l'artiste Ruben Carrasco. Le public est convié au vernissage qui aura lieu le 24 novembre dès 16h30. Gratuit.

Divers

26 novembre: à la Librairie Moderne dès 13 heures, séance de signature avec l'auteur Philippe Fournier.

30 novembre: au Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean dès 17 heures, présentation de la 6^e édition de la Soirée És Arts. Gratuit.

FICHE TECHNIQUE

Synopsis: Après avoir épousé Edward, Bella tombe enceinte. L'enfant qu'elle porte menace sa vie et la paix installée entre les loups-garous et les vampires.

Réalisateur: Bill Condon

Distribution: Robert Pattinson, Kristen Stewart, Taylor Lautner

Durée: 1h57

Classement: Général

CONCOURS

COUREZ LA CHANCE DE GAGNER

UNE PAIRE DE BILLETS
POUR ASSISTER AU SPECTACLE DE

ALAN CÔTÉ
1^{er} décembre

LES CHARBONNIERS DE L'ENFER
3 décembre

JEAN-MICHEL ANCTIL
3 décembre

SEXY BÉTON, L'INTÉGRALE
4 décembre

Nom :
Adresse :
Code Postal :
Téléphone :

Pour participer, il vous suffit de compléter le coupon et le déposer à nos bureaux ou le faire parvenir par la poste à l'adresse ci-dessous. Vous pouvez également vous inscrire sur notre site web au www.canadafrancais.com, onglet/concours.

**LE CANADA
FRANÇAIS**

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

Les gagnants devront se déplacer pour recevoir leur prix. Pour être éligible, les coupons devront nous parvenir au plus tard le 1^{er} décembre à 17 h.

+ de gens sont affectés par la pauvreté qu'on voudrait bien le croire...

Tout le monde
gagne à donner!

Merci de votre générosité!



DONNEZ
généreusement le
DIMANCHE

4 décembre 2011

à compter de 10h
des centaines de
bénévoles frapperont
à vos portes.

Centre d'action
bénévole
d'Iberville
et de
la région



Comité
Dépannage
de
L'Acadie

Conférence
Saint-Vincent de Paul de Saint-Luc



Conseil particulier de la
Société de Saint-Vincent de Paul de Saint-Jean

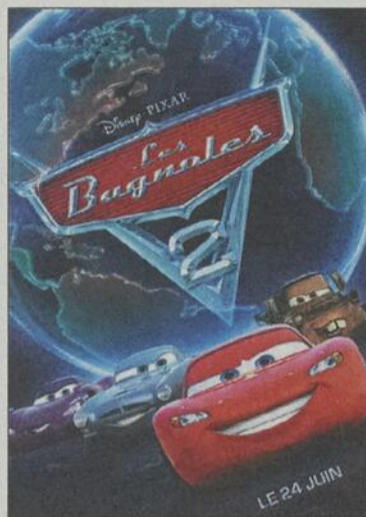


VOUS pouvez faire
LA différence!

Deux films à voir en famille durant le temps des fêtes



PASCAL CLOUTIER



Les Bagnoles 2



Le premier épisode des *Bagnoles*, en 2006, a connu un énorme succès. Le réalisateur John Lasseter et son équipe de chez Disney n'allaient pas hésiter bien longtemps à répéter les aventures de Flash McQueen et Mater. Le bolide rouge et la remorqueuse toute déginguée

allaient revenir, c'était écrit dans le ciel. Ça aura pris cinq ans avant que l'écurie de Flash ne revienne à la compétition. Cette fois, les courses deviendront un véritable championnat du monde disputé au Japon. Tous les modèles de voitures sont invités.

Si Lasseter s'était contenté de jouer sur les jalousies déclarées entre les différentes formules automobiles, d'insister sur les différences culturelles et la mondialisation du monde du divertissement pour adultes et enfants, le film n'aurait déçu personne. Là où je n'en suis pas certain, c'est quand on ajoute une couche de plus à ce scénario qui aurait eu tout à gagner de rester simple. On a ajouté par-dessus tout ça une histoire d'espionnage qui frôle nécessairement la politique et les crimes de confidentialité. Cette couche est nettement de trop. Même les parents accompagnateurs n'en demandaient pas tant.

Les enfants s'ébahissent devant tout et n'ont pas besoin de comprendre cet aspect du scénario dites-vous? Soit. Mais Disney ne pouvait-il pas laisser aux enfants

et aux enfants seulement le plaisir de se faire raconter une histoire? Les images sont fabuleuses et le 3D nous expose à une avancée technologique qui est à mille lieues de nos *cartoons* de jeunesse.

Bagnoles 2, malgré qu'il soit compliqué, est un film formidable pour les jeunes et les moins jeunes. Un cadeau de Noël que les enfants sauront apprécier au-delà du complément de collection.

Espions en herbe 4



«Espions en herbe» livre la marchandise. On s'attend à un film d'espionnage pour enfant et c'est ce qu'on nous sert. Il y a Carmen (Alexa Vega) et Juni (Daryl Sabara), bien sûr, les deux vedettes des films en question, mais s'y greffe une panoplie d'artistes bien connus. Le père et la mère des deux espions en herbe sont joués par Antonio Banderas et Carla Gugino. Les oncles des petits débrouillards sont interprétés par Cheech Marin et Danny Trejo. Le premier est mieux connu pour son personnage gelé du duo Cheech et Chong, le second est assez spécial et je vous explique pourquoi.

Danny Trejo joue un personnage que les enfants apprennent à connaître dès le premier des quatre épisodes des espions en herbe. Ce personnage se nomme Oncle Machete. C'est le même interprète et le même personnage qui a donné son nom au dernier film de Rodriguez, *Machete*. Ce qui est drôle avec ce *spin-off*, c'est que le film complètement improbable que Rodriguez nous a servi l'an dernier est complètement fou. Violence gratuite, sexe à profusion, histoire complètement improbable, ce film avec aussi Robert De Niro, amène un acteur et un personnage qu'on croirait gentil gentil dans le film pour enfant vers le vice et l'inopportun dans le film pour adultes. Il n'y a rien là d'inapproprié.

Dans *Espions en herbe*, le personnage est très gentil. Disons qu'il laisse voir sa vraie nature dans *Machete*, un film pour adultes avertis au demeurant. J'ai personnellement trouvé ça très drôle ce *spin-off*.

Pour en revenir à la série qui connaît maintenant son quatrième épisode, sachez que je n'ai maintenant aucune

difficulté à laisser ma fille de 5 ans regarder sa série d'espionnage. Rodriguez est talentueux et sa manière de tourner est dynamique et n'ennuiera personne, les petits comme les plus grands.

Il nous fallait compléter notre collection et nous avons vu le dernier au cinéma. Nous nous procurerons probablement le dernier en lice à Noël pour compléter notre collection. ■



Wilco signe l'un des meilleurs albums de l'année



GILLES LÉVESQUE

gilles.levesque@transcontinental.ca



THE WHOLE LOVE WILCO



CHANSONS: 12
PRODUCTEUR: Jeff Tweedy
GENRE: folk rock américain

Le groupe américain Wilco était récemment de passage à Montréal, et bien franchement, on s'en veut d'avoir manqué ce spectacle. Il faut ici préciser que

nous n'avions pas eu l'occasion d'écouter ce nouvel album qui fait l'objet de critiques élogieuses depuis sa sortie en magasin. Avec raison d'ailleurs.

Pour être franc avec vous, nous n'avons pas toujours apprécié les expériences musicales de Wilco. Il en va autrement pour ce huitième CD qui semble marquer un virage important dans la carrière de cette formation. D'ailleurs, ce groupe mené par Jeff Tweedy a maintenant sa propre maison de disques et son propre studio d'enregistrement. Ça change tout, et ça se constate rapidement.

Certains critiques aiment établir des comparaisons avec Radiohead et Massive Attack, mais nous ne sommes pas du tout de cet avis. Les mélodies et les ballades atmosphériques au menu de ce nouvel album nous font plutôt penser aux Beatles. Par moments, on croirait entendre John Lennon et George Harrison. Après quelques écoutes, on tombe sous le charme de ce folk rock américain qu'on se surprend à fredonner. On peut aussi trouver quelques ressemblances avec la musique de Calexico et Gomez, voire même les Rolling Stones.

En fait, nous avons écouté ce disque en boucle durant tout le week-end. C'est franchement bon. C'est le genre de disque qu'on n'attend plus. Un peu comme celui de Elbow, en début d'année. Aussi bien vous dire tout de suite que ces deux CD vont figurer sur notre liste des dix meilleurs albums de l'année 2011.

Notons que la dernière pièce, *One Sunday Morning*, fait plus de 12 minutes, ce qui est peu courant de nos jours. Cette promenade rock justifie d'ailleurs à elle seule l'achat de ce petit bijou d'album. À écouter à tout prix. Vous risquez d'être très surpris.

CENT ANS, SANS TEMPS JEAN BÉLANGER



CHANSONS: 13
PRODUCTEUR: Éric Bernard
GENRE: musique cinématographique

Vous risquez d'être surpris aussi à l'écoute de ce premier album de Jean Bélanger, un résident de Saint-Jean-sur-Richelieu qui a œuvré dans le monde de la musique toute sa vie. Comme vendeur et accordeur de piano, mais aussi comme musicien. Et comme plusieurs personnes de son âge, il a jugé que le moment était venu de graver un CD pour immortaliser quelques-unes de ses plus belles compositions.

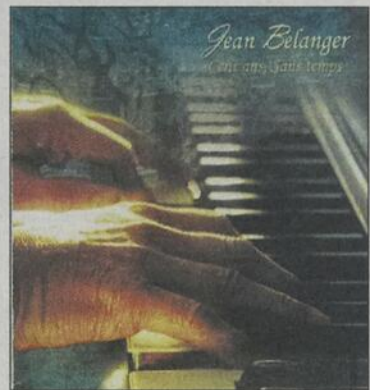
Bien honnêtement, les résultats sont étonnants. Comme nous l'écrivions dans un autre article publié dans cette édition, Jean Bélanger s'est donné les moyens de ses ambitions. À commencer par l'embauche de musiciens d'expérience, dont Jean-François Gagnon et Marie-Josée Frigon, trompettiste et saxophoniste à l'émission Belle et Bum, et Didier Dumontier, un accordéoniste de grand talent qui a entre autres joué pour Richard Desjardins.

Et que propose Jean Bélanger? Réponse: de la musique cinématographique de qualité. De la musique sur laquelle on peut mettre des images ou juxtaposer des souvenirs de voyage. C'est très atmosphérique, très

relaxant aussi. C'est le genre de disque qu'on écoute le week-end venu pour réchauffer l'atmosphère pendant une lecture ou un souper entre amis. Quelqu'un vous demandera alors: c'est quoi ça? C'est Jean Bélanger.

Ceux qui connaissent ce pianiste savent qu'il est à la fois humble et simple. Trop modeste en fait pour réaliser qu'il vient de signer un album qu'il aurait tout intérêt à soumettre à des maisons de disques ou à des réalisateurs à la recherche d'une musique qui colle bien à des images.

Il faut écouter *Betty, La Grande Joie* et *Tango 2009* pour réaliser que cet artiste a un talent fou pour la composition. Il fallait l'écrire. ■



WEEK-END

LECTURE

VITRINE

NUITS BLANCHES ET JOURS DE GLOIRE

Quoi de nouveau au Bout du monde?

JEAN-FRANÇOIS
CRÉPEAU



Voici le troisième tome des «Fragments du monde», la suite romanesque dont l'écrivaine Hélène Rioux a situé le cœur de l'action au restaurant de quartier, le Bout du monde, port d'attache d'une faune bigarrée. Encore ici, la romancière construit son récit en plans-séquences, distincts les uns des autres, mais dont l'ensemble forme un tout cohérent.

D'entrée de jeu, nous voilà assis à une table du resto à observer des habitués devisant entre eux et quelques autres retirés dans leur bulle, tel le traducteur Jonathan Jordan. Le sujet du jour porte sur la nouvelle compagne de Jean-Charles Dupont, le propriétaire de l'établissement, Constance-Louise Julien, celle qui veut faire du Bout du monde un bistro branché.

Or, Diderot Toussaint, le chauffeur de taxi haïtien, s'amène et distrait tout le monde en annonçant qu'il vient de remporter la loterie. Surgit alors un autre habitué, Raoul Potvin, qui, apprenant la nouvelle, se met en colère contre

son ami Diderot avec lequel il parie toutes les semaines, certain que le billet gagnant est le leur. Pour ne pas être le dindon de ce qu'il croit une farce, il met le feu au billet gagnant

Le titre de chacun des tableaux du récit évoque ce que l'auteure y raconte. Par exemple, «Au bord de la rivière, un poignard dans le dos», l'intitulé de la deuxième scène, suggère un moment doux-amer entre Jean-Charles et Louison partis à la campagne se reposer. Il est beaucoup question des projets que l'entrepreneuse amoureuse entretient pour faire du boui-boui un restaurant BCBG.

Hélène Rioux nous amène ensuite à Marina Di Pisa, une petite ville d'Italie où se trouve Ernesto Liri, le vieux compositeur de musiques de film. À 87 ans, il a quitté les rives de la mer Noire pour faire un ultime voyage en Toscane. Cela ravive momentanément son énergie, mais un abus de table ramène ses graves ennuis de santé.

Nous tournons la page et nous voilà dans les Caraïbes en compagnie de Daphné Laframboise, une jeune femme d'origine chinoise adoptée par un couple québécois. Autrefois, Daphné était danseuse nue et

maintenant elle profite d'un prix remporté lors d'une émission pour séjourner à Paradise Island et faire en sorte d'y rester longtemps.

Le temps de la 9^e séquence, la romancière nous amène à Paris où se trouve le terrible critique de théâtre new-yorkais, Andy N. Bloch. Installé à l'hôtel Bout du monde, il écrit une pièce dont la trame évoque une version inédite et très 21^e siècle d'Œdipe dans laquelle une mère séduit l'amant de son fils. D'abord projet de roman, l'histoire a pris une autre tournure le jour où Andy a vu sa propre mère quitter le restaurant au bras de Louri, son amant.

Encore une fois, Hélène Rioux réussit à tisser une vaste toile de fond où figurent les habitués du Bout du monde. Chacun des douze tableaux du récit renferme un élément qui ramène inéluctablement à l'un d'entre eux. Cette unité est également récurrente dans les préoccupations de ses personnages, chacun possédant des qualités ou des défauts universaux que l'écrivaine met à profit dans l'élaboration de leur caractère comme de leurs pensées ou de leurs propos. Il y a alors beaucoup plus qu'un exercice de style, mais une expérience d'écriture remarquable. ■



POLITIQUE EN 30 SECONDES

(Hurtubise, 2011) par Steven L. Taylor

Voilà un livre d'une collection dont chaque titre propose une initiation au lecteur à des sujets aussi vastes que les sciences, l'économie, et maintenant la politique. Divisé en sept grands thèmes - les essentiels: qui gouverne? gouvernement d'une minorité, gouvernement de la majorité, éléments de démocratie, communisme, économie politique, relations internationales - l'ouvrage propose pour chacun de ces sujets un glossaire du vocabulaire essentiel à sa bonne compréhension. Puis, chaque élément d'un thème est divisé en sous-thèmes, lesquels en développent un aspect spécifique. Au mot communisme, par exemple, on traite de la notion même de communisme, mais aussi du marxisme et du léninisme. Pour compléter ces aspects théoriques, l'auteur fait un bref portrait d'un des maîtres de la théorie précédemment expliquée. Par exemple, pour illustrer les divers modes de gouvernance, deux pages sont consacrées à Aristote; pour la démocratie, il est question de Montesquieu.



iSTEVE: STEVE JOBS PAR LUI-MÊME

(L'Homme, 2011) par George Beahm

Surfant sur la vague de sympathie qui a déferlé après le décès de Steve Jobs, journaux, revues et livres sont arrivés kiosque et en librairie. L'ouvrage de Beahm, spécialiste des livres traitant des grandes figures littéraires, n'est pas une biographie, mais un collage de citations faites par Steve Jobs au cours de sa carrière et abordant les sujets qui lui tenaient à cœur. Comme toujours dans pareil ouvrage, il y a du meilleur et du pire, surtout quand monsieur Apple fait référence à ses concurrents, aussi bien Microsoft que Google. Que retient-on de ces phrases lapidaires souvent teintées d'ironie mordante? Que le créateur des iQuelque chose n'avait pas toujours le sens de l'humour et que le contrôle des divers appareils et services qu'Apple a mis en marché au fil des ans était la façon de M. Jobs de fidéliser sa clientèle.

**PRENEZ RENDEZ-VOUS DÈS MAINTENANT
POUR VOTRE EXAMEN DE LA VUE**

**2^e PAIRE DE
LUNETTES À**



**Examen
de la vue
sur place**

Carrefour Richelieu
St-Jean-sur-Richelieu
(450) 349-6735

Walmart
St-Jean-sur-Richelieu
(450) 348-3753

greiche-scaff.com

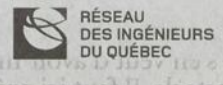
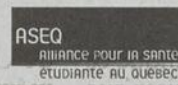
Détails et conditions en magasin



greiche & scaff

professionnels de confiance

Fière partenaire de



Centre de santé et de services sociaux
Haut-Richelieu – Rouville

Le Bal des Prix

LE SAMEDI 12 NOVEMBRE DERNIER AVAIT LIEU LA 13^E ÉDITION DU BAL DES PRIX D'EXCELLENCE DU CENTRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX HAUT-RICHELIEU-ROUVILLE ET DE LA FONDATION SANTÉ, PRÉSENTÉ PAR LES CAISSES DESJARDINS, ET SOUS LA PRÉSIDENTIE D'HONNEUR DE LUC BAZINET, DIRECTEUR GÉNÉRAL DE LA CAISSE DESJARDINS DU HAUT-RICHELIEU ET PRÉSIDENT DE LA FONDATION SANTÉ.



De gauche à droite, Christine Lessard, directrice générale du CSSS Haut-Richelieu-Rouville, Robert Blanchard, président du CSSS Haut-Richelieu-Rouville, Dr Yves Bolduc, ministre de la Santé et des Services sociaux du Québec, Luc Bazinet, président de la Fondation Santé et président d'honneur du Bal des Prix d'Excellence 2011, Colonel Guy Maillet, commandant du Collège militaire royal de Saint-Jean-sur-Richelieu

Prix d'Excellence du Partenariat Club Lions Saint-Jean / Iberville



De gauche à droite : Luc Bazinet, Christine Lessard, Dre Sonia Péloquin et Sophie Doucet de la Clinique de pédiatrie sociale L'Étoile, lauréate du Prix d'Excellence du Partenariat Club Lions Saint-Jean / Iberville, Stéphane Laroche, président du Club Lions Saint-Jean / Iberville

Prix d'Excellence de l'Amélioration continue MédiSolution



L'équipe de la Communauté de pratique en soins de plaies du CSSS Haut-Richelieu-Rouville, lauréate du Prix d'Excellence de l'Amélioration continue MédiSolution, entoure Dr Yves Bolduc

Prix d'Excellence Coup de cœur P. Baillargeon Itée



De gauche à droite : Luc Bazinet, Pascale Baillargeon, co-chef de la direction chez P. Baillargeon Itée, Ruth Sanssouci, directrice Services généraux, dépendances et santé publique au CSSS Haut-Richelieu-Rouville, Christine Lessard, Philippe-Antoine Baillargeon, co-chef de la direction chez P. Baillargeon (au centre) entourent l'Équipe psycho-sociale Inondations, lauréate du Prix d'Excellence Coup de cœur P. Baillargeon Itée

Prix d'Excellence de la Relève Actiforme



De gauche à droite : Luc Bazinet, Julie Goudreau, directrice Chirurgie, services ambulatoires, réadaptation, natalité et pédiatrie au CSSS Haut-Richelieu-Rouville, Yvan Ouellet, propriétaire d'Actiforme, Sabrina Couture, lauréate du Prix d'Excellence de la Relève Actiforme, Christine Lessard, Dave Turcotte, député provincial du comté de Saint-Jean

Prix d'Excellence de l'Innovation Matériaux Coupal



De gauche à droite : Luc Bazinet, Christine Lessard, Marie-Josée Gervais, lauréate du Prix d'Excellence de l'Innovation Matériaux Coupal, François Doucet, président de Matériaux Coupal, Sylvie Grégoire, directrice des communications et des affaires publiques au CSSS Haut-Richelieu-Rouville

Prix d'Excellence de l'Implication M.R.C. du Haut-Richelieu



De gauche à droite : Luc Bazinet, Christine Lessard, Dr Yves Perreault, lauréat du Prix d'Excellence de l'Implication M.R.C. du Haut-Richelieu, Christine Laliberté, directrice Enfance Famille Jeunesse, Déficience intellectuelle, TED et Déficience Physique (0-17 ans) et Santé mentale au CSSS Haut-Richelieu-Rouville, Patrick Bonvouloir, préfet suppléant de la M.R.C. du Haut-Richelieu

Prix d'Excellence Hommage Les Entreprises Dominion Blueline et Monsieur George M. Savoy



De gauche à droite : Luc Bazinet, Nicole Collette, directrice générale adjointe aux affaires cliniques et médicales au CSSS Haut-Richelieu-Rouville, Sylvain Boisvert, directeur des ressources humaines aux Entreprises Dominion Blueline, Cécile Guay, lauréate du Prix d'Excellence Hommage Les Entreprises Dominion Blueline et Monsieur George M. Savoy, Dr Yves Bolduc, Olga Medeiros, directrice des soins infirmiers au CSSS Haut-Richelieu-Rouville, Christine Lessard

Prix d'Excellence de la Relève médicale RBC Banque Royale



De gauche à droite : Luc Bazinet, Christine Lessard, Dr Louis-David Raymond, lauréat du Prix d'Excellence de la Relève médicale RBC Banque Royale, Jean-Pierre Beauvais, directeur de la succursale Omer-Marcil RBC Banque Royale, Dr Sébastien Toussaint, directeur général adjoint aux affaires médicales et directeur des services professionnels au CSSS Haut-Richelieu-Rouville

Prix d'Excellence de l'Innovation Carrière Bernier



De gauche à droite : Luc Bazinet, Christine Lessard, François Laperle et Mélissa Rancourt, lauréats du Prix d'Excellence de l'Innovation Carrière Bernier, Guy Martin, directeur des ressources humaines au CSSS Haut-Richelieu-Rouville, Dr Luc Ouimet, président de Carrière Bernier

Prix d'Excellence du Bénévolat Les Auxiliaires Bénévoles de l'Hôpital du Haut-Richelieu



De gauche à droite : Luc Bazinet, Marie Bouillé, députée provinciale du comté d'Iberville, Nicole Langlois, présidente des Auxiliaires Bénévoles de l'Hôpital du Haut-Richelieu, Nathalie Leduc, coordonnatrice des activités de Bénévolat et de Pastorale au CSSS Haut-Richelieu-Rouville, Sœur Cécile Leduc, lauréate du Prix d'Excellence du Bénévolat Les Auxiliaires Bénévoles de l'Hôpital du Haut-Richelieu, Christine Lessard

Prix d'Excellence de l'Accomplissement Desjardins



De gauche à droite : Luc Bazinet, Christine Lessard, Richard Ethier, lauréat du Prix d'Excellence de l'Accomplissement Desjardins, Mélanie Caron, chef du département de pharmacie au CSSS Haut-Richelieu-Rouville

La Fondation Santé félicite tous les Lauréats qui font rayonner l'Excellence de notre CSSS et qui sont une source d'inspiration pour toute notre communauté !

L'Excellence 2011



Fondation Santé
Haut-Richelieu-Rouville

PRÉSENTÉ PAR



Desjardins

Encore une fois cette année, Valérie et Pascal Gosset, de Icod inc. et propriétaires du restaurant Le Samuel, ont créé un moment d'émotion alors que le président d'honneur de la soirée, Luc Bazinet, annonçait avoir reçu de leur part le jeudi précédent, un don extraordinaire de 100 000 \$ pour la Fondation Santé, et ce, pour la troisième année consécutive.

Visiblement impressionné par le soutien de notre communauté, Dr Yves Bolduc, ministre de la Santé et des Services sociaux du Québec, a profité de son allocution pour annoncer un don de 10 000 \$ à la campagne majeure **UNIS pour la santé 2011-2015**. Il a rappelé l'importance déterminante de l'engagement d'une communauté envers ses services de santé et indiqué que sans cette mobilisation, de nombreuses améliorations aux soins ne seraient pas possibles.



Valérie Gosset, Dr Yves Bolduc et Pascal Gosset



Les Caisses Desjardins de notre région ont élevé leur extraordinaire soutien envers la Fondation Santé en dévoilant qu'elles s'engageaient globalement à verser 500 000 \$ à la campagne majeure **UNIS pour la santé 2011-2015** pendant les 5 prochaines années pour la modernisation des soins de santé dans tout le CSSS Haut-Richelieu-Rouville.

Christine Lessard, directrice générale du CSSS Haut-Richelieu-Rouville, et Luc Bazinet, directeur général de la Caisse Desjardins du Haut-Richelieu.

C'est avec émotion que Christine Lessard, directrice générale du CSSS, a également reçu un chèque de 550 000 \$ provenant des engagements pris par la grande communauté des 3 500 employés du CSSS à la campagne famille **UNIS pour la santé 2011-2015**.



Christine Lessard, directrice générale du CSSS Haut-Richelieu-Rouville, Olga Medeiros, co-présidente de la campagne famille UNIS pour la santé 2011-2015, et Luc Bazinet, président de la Fondation Santé.

La soirée s'est terminée par la remise d'un chèque de 700 000 \$ au CSSS Haut-Richelieu-Rouville pour l'acquisition d'une troisième caméra Gamma et le réaménagement du département de médecine nucléaire de l'Hôpital du Haut-Richelieu, en présence du partenaire principal du Bal, Desjardins, et des généreux partenaires des Prix d'Excellence.



Luc Bazinet, président d'honneur du Bal des Prix d'Excellence 2011, François Doucet de Matériaux Coupal, Patrick Bonvouloir de la M.R.C. du Haut-Richelieu, Dr Luc Ouimet de Carrière Bernier, Nicole Langlois des Auxiliaires Bénévoles de l'HHR, Yvan Ouellet d'Actiforme, Stéphane Laroche du Club Lions Saint-Jean / Iberville, Sylvain Boisvert des Entreprises Dominion Blueline, Jean-Pierre Beauvais de la RBC Banque Royale, Philippe-Antoine Baillargeon de P. Baillargeon et Christine Lessard.



Une ambiance festive et colorée était au rendez-vous !

Plus de 375 invités se sont réunis pour célébrer l'Excellence des soins de santé de notre CSSS et ont dégusté un repas gastronomique préparé et servi avec brio par le chef du Pavillon Dextraze du Collège Militaire Royal de Saint-Jean, Eric Riendeau, et l'équipe de la Corporation du Fort Saint-Jean.



La musique et le spectacle du Cap Show ont fait danser les convives tout au long de la soirée.



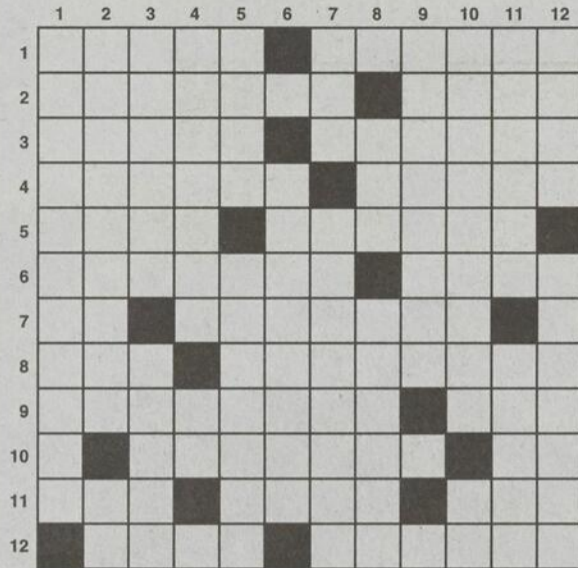
Merci à nos partenaires de la soirée !

Toutes les photos ont été prises par Rémy Boily.



MOTS-CROISÉS

Problème No 139



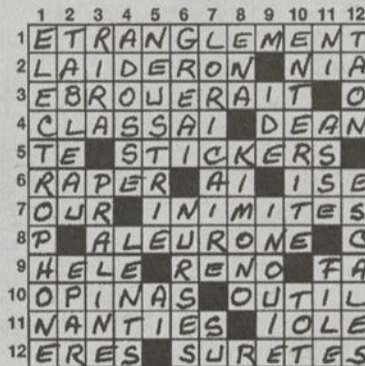
VERTICALEMENT

- 1- Personne qui aide un malade.
- 2- Pinacée. - Doublée.
- 3- Ivres. - Déduit.
- 4- Kermesse. - Conjonction.
- 5- Impulsion. - Raboteuse.
- 6- Sincère.
- 7- Été frappé d'admiration. - Thiamine.
- 8- Le vin produit par un terroir. - Période de quatre semaines avant Noël (pl.).
- 9- Tache de rousseur.
- 10- Qui croît dans les lieux humides. - Possessif.
- 11- Font perdre à une fleur sa fraîcheur. - Apôtre de Jésus-Christ.
- 12- Vedette de cinéma. - Qui manque de ponctualité.

HORIZONTALEMENT

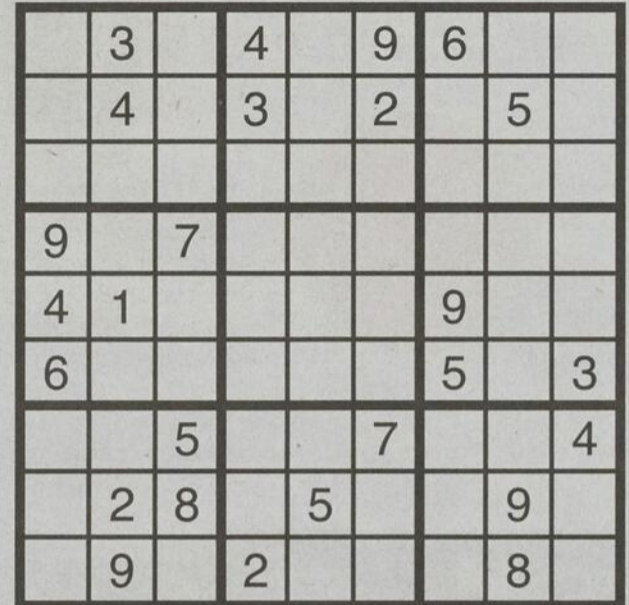
- 1- Action de surveiller. - Animaux de l'espèce bovine.
- 2- Incapacité pathologique à prendre une décision. - Dépourvu de saveur.
- 3- Nettoya en lavant. - Se donna de la peine.
- 4- Partie située du côté intérieur. - Compositeur allemand (1873-1916).
- 5- Existez. - Prénom masculin.
- 6- Charge donnée à quelqu'un d'accomplir une tâche définie. - Monnaie du Pérou.
- 7- Espace de temps. - Groupe de neuf personnes.
- 8- Épouse de Jacob. - Appareil à étuver.
- 9- Lieu de départ et d'arrivée des services d'autocars. - Dix-neuf.
- 10- L'une des quatre bases azotées de l'ADN. - Possessif.
- 11- Bouclier. - Qui se fait avec lenteur. - Imitation de métaux.
- 12- Dernier repas des apôtres. - Exerçant une action en justice.

Solution du dernier problème



SUDOKU

PROBLÈME NO 292



RÉPONSE DU NO 291

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

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.

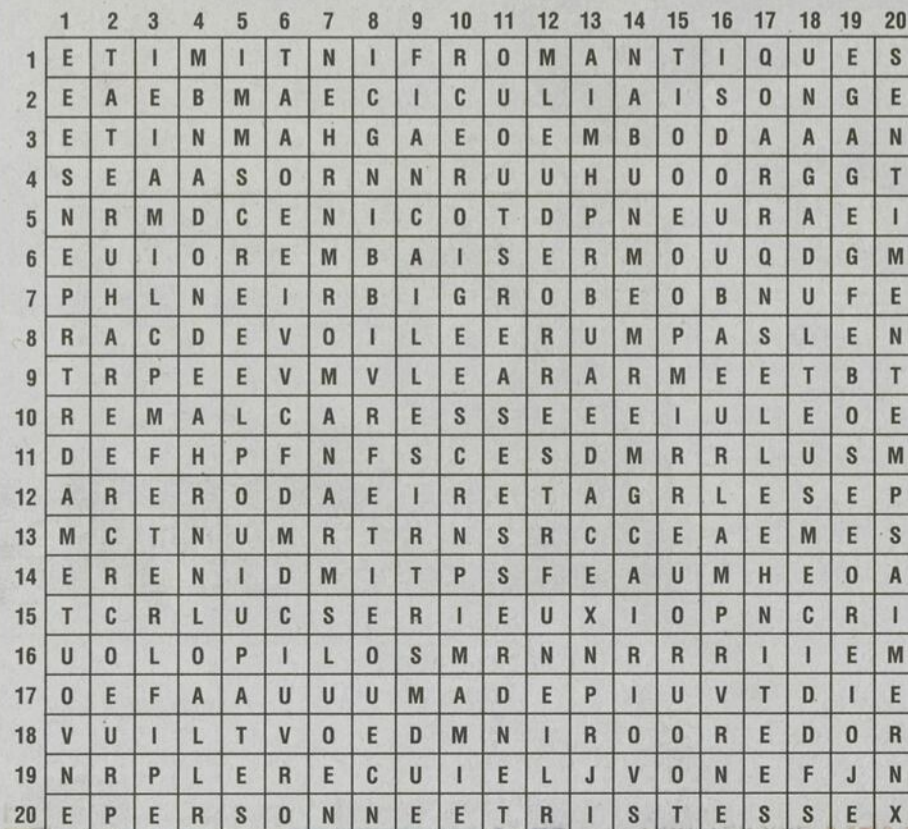
8 LETTRES CACHÉES

MOT-MYSTÈRE

LA SAINT-VALENTIN

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

- | | | | | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| A
ACTES
ADORER
ADULTE
ÂGE
AGI
AIMER
AMIE
AMOUR
ANNÉE
ATTIRER
AVENIR
B
BAISER
BELLE | BIEN
BONHEUR
BOUQUET
C
CADEAU
CARESSE
CARTE
CHARMER
CHOCOLAT
CLAMER
CŒUR
COUP
COUPLE
CRÉER
CUPIDON | D
DAME
DATE
DEMANDE
DÉVOILÉ
DÎNER
DULCINÉE
E
ÉCLAT
ÉGARD
EMBRASSER
ÉMOI
ENSEMBLE
ENVOÛTÉ
ÉPERDUE | F
FAMILLE
FEMME
FÊTER
FÉVRIER
FIANÇAILLES
FLÈCHE
FLEUR
FOUDRE
G
GAGE
GÂTERIE
H
HOMMES | I
IDÉE
INTIMITÉ
J
JOIE
JOURNÉE
L
LIAISON
LIÉ
LIEN
M
MAMAN
MARIAGE
MOTS
P
PAIRE | PAPA
PENSÉE
PERSONNE
PLAISIR
PRÉSENT
PROMESSE
PROUVER
R
RECEVOIR
REÇU
ROMAN
ROMANTIQUE
S
SENTIMENT
SÉRIEUX | SEULE
SONGÉ
SORTIR
SOUPER
SOURIRE
T
TEMPS
TENDRESSE
TRISTESSE
U
UNION
V
VOIR |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



SOLUTION DE CE MOT CACHÉ: AMOUREUX

7 LETTRES CACHÉES

LES ENTRECROISÉS

LA BOULE DE CRISTAL

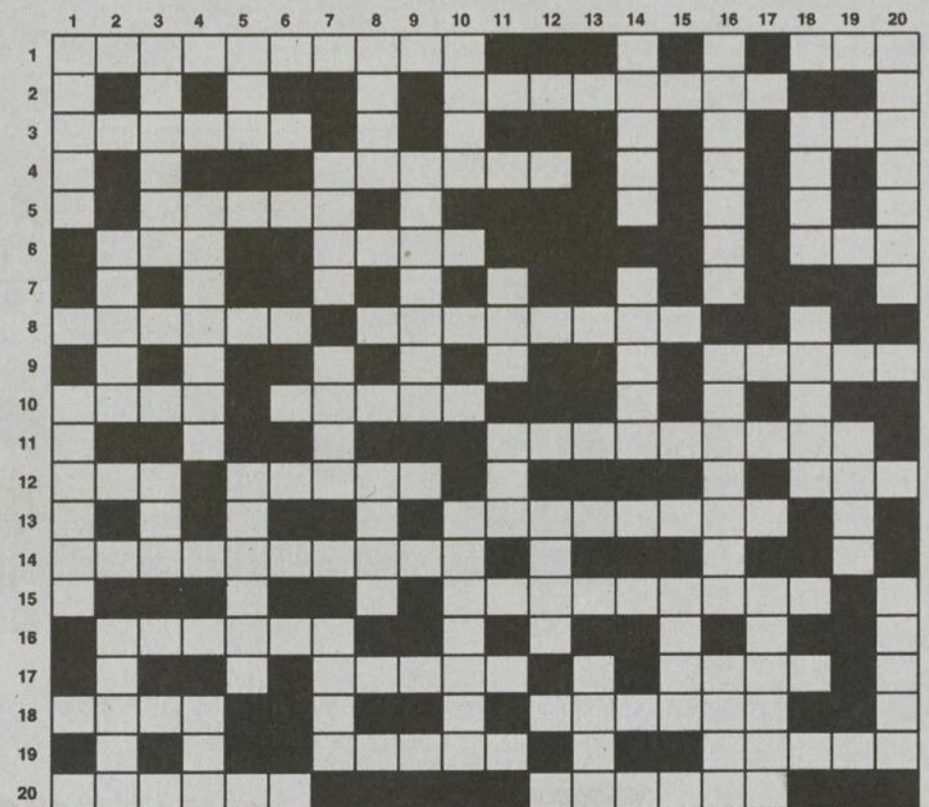
Lorsque tous les mots ci-dessous auront servi pour compléter la grille, il ne vous restera qu'un seul mot dont le nombre de lettres est indiqué dans cette page.

- | | | | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3
art
cas
est
été
foi
net
nos
nue
ton
une
vue | 4
aveu
code
dire
émoi
idée
inné
main
mort
nier
noir
note
nuit | plan
sens
seul
voir

5
boule
calme
devin
façon
forme
futur
image | imite
moyen
ombre
passé
range
scène
usage

6
avenir
centre
claire
frémir | nieras
partie
séance
secret
succès
vision
visuel

7
cristal
fiction
insiste
interne | mentale
prédire
présent
8
objectif
pénombre
statique
9
événement
vibration
10
concentrer
divination |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



SOLUTION DE LES ENTRECROISÉS: PRÉDIRE

Galerie du sommeil



Profitez de la vie
BRAUT & MARTINEAU

GRANDE VENTE DE FIN D'ANNÉE

SUR LES MATELAS

Serta



Serta

LE GOUVERNEUR

Matelas moelleux/Dessus Eurotop/Surpiquage avec mousse convolutive moelleuse et mousse de latex Rembourrage de mousse confort et de mousse mémoire (viscoélastique)/Contour de mousse Total Edge Sommier aussi offert. Voir prix en magasin

- Garantie ferme de 10 ans. Livraison gratuite
- 1 place/420 ressorts... 13,98 \$*/mois ou 699 \$
RABAIS DE 170 \$ Rég.: 869 \$
 - Grand lit/704 ressorts... 15,98 \$*/mois ou 799 \$
RABAIS DE 200 \$ Rég.: 999 \$
 - Très grand lit/896 ressorts... 17,98 \$*/mois ou 899 \$
RABAIS DE 290 \$ Rég.: 1189 \$

RABAIS DE 210 \$

RÉG.: 869 \$

1518 \$*/MOIS OU 759 \$

2 PLACES / 600 RESSORTS



Serta

ELAN

Matelas ferme/Fibres Pillo Filil/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 \$ Rég.: 399 \$
 - Grand lit/640 ressorts... 7,38 \$*/mois ou 369 \$
RABAIS DE 110 \$ Rég.: 479 \$
 - Très grand lit/824 ressorts... 9,78 \$*/mois ou 489 \$
RABAIS DE 150 \$ Rég.: 639 \$

RABAIS DE 110 \$

RÉG.: 459 \$

698 \$*/MOIS OU 349 \$

2 PLACES/476 RESSORTS

Serta

FESTIVITY

Matelas semi-ferme/Mousse viscoélastique Plateau coussiné/Supports latéraux Sommier aussi offert. Voir prix en magasin

- Garantie ferme de 5 ans. Livraison gratuite
- 1 place/420 ressorts... 7,98 \$*/mois ou 399 \$
RABAIS DE 120 \$ Rég.: 519 \$
 - Grand lit/720 ressorts... 9,58 \$*/mois ou 479 \$
RABAIS DE 150 \$ Rég.: 629 \$
 - Très grand lit/900 ressorts... 12,98 \$*/mois ou 649 \$
RABAIS DE 210 \$ Rég.: 859 \$

RABAIS DE 150 \$

RÉG.: 599 \$

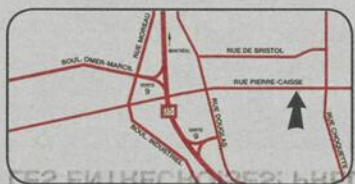
898 \$*/MOIS OU 449 \$

2 PLACES / 588 RESSORTS

PLUS 50 VERSEMENTS SANS INTÉRÊT*

VOUS POUVEZ PAYER EN 50 SUR LES MATELAS JUSQU'EN JANVIER 2016

LIVRAISON GRATUITE
7 JOURS SUR 7, MÊME LE DIMANCHE!
*DANS UN RAYON DE 200 KM. DÉTAILS EN MAGASIN



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

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



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 \$

Quantités limitées sur certains articles. Ces offres ne peuvent être jumelées à aucune autre promotion. Valable pour les produits en inventaire seulement. Non valable aux Centres de Liquidation Braut & Martineau. Détails en magasin. *Détails en magasin.

Offre en vigueur du lundi 21 novembre au mercredi 30 novembre 2011. Quantités limitées sur certains articles. Ces offres ne peuvent être jumelées à aucune autre promotion. Valable pour les produits en inventaire seulement. Non valable aux Centres de Liquidation Braut & Martineau. Détails en magasin. *Détails en magasin.

*Termes et conditions de la vente pour le programme de financement 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. Les versements mensuels égaux sans intérêt. Paiements mensuels égaux. 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 dû 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 dû 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 19,9% annuellement sur les sommes en souffrance. Il n'y a aucuns frais de renouvellement ou d'adhésion. Détails en magasin.

Cercle philharmonique

Le Cercle philharmonique de Saint-Jean présentera, le 3 décembre au Complexe Sport Absolu, son traditionnel concert du temps des fêtes. La représentation débutera à 19h30. Le public aura l'occasion d'entendre certains des plus beaux airs du temps des fêtes par moments accompagnés d'une chorale. Les billets sont en vente au coût de 15\$ pour les adultes, de 8\$ pour les étudiants et gratuit pour les enfants de moins de 12 ans. Réservation: 450 542-9950.

Exposition

En collaboration avec le commissaire Yvan LaFontaine, le Cégep Saint-Jean-sur-Richelieu présente, du 24 novembre au 23 décembre, l'exposition *Transitions* de l'artiste mexicain Rubén Carrasco. Le public est convié au vernissage ce jeudi, dès 16h30. L'oeuvre de Rubén Carrasco explore les impacts psychologiques ainsi que les significations ambiguës des codes urbains. L'exposition est présentée à la bibliothèque du Cégep.

Chanoine-Armand-Racicot

Les étudiants de quatrième secondaire en art dramatique de la polyvalente Chanoine-Armand-Racicot présenteront, les 1^{er} et 2 décembre, des scènes de Georges Feydeau. Le public est invité à y assister. Les spectateurs assisteront à un collage de plusieurs courtes scènes. Les billets seront en vente à l'auditorium René-Harvey le soir de l'événement au coût de 6\$. Information: 450 348-6134 poste 6355.

Concert gospel

La JEV Gospel, une chorale de 22 jeunes chanteurs, sera de passage à l'église Saint-Athanase le 26 novembre, à 19 heures. L'ensemble interprétera ses propres compositions ainsi que quelques classiques du répertoire gospel en français, en anglais et en créole. Les billets seront en vente sur place au coût de 8\$ l'unité, de 15\$ pour deux ou encore de 20\$ pour trois.

Conférence

La bibliothèque Saint-Luc présentera, le 30 novembre dès 19 heures, un atelier techno qui permettra de se familiariser avec le livre numérique. Il est nécessaire de s'inscrire à l'avance. Au cours de cette soirée, Loïc Guidon présentera les principaux appareils de lecture disponibles sur le marché, les endroits où se procurer des livres numériques, les problèmes que l'on peut rencontrer avec certains formats et finalement, les différentes technologies offertes. Cette activité est gratuite pour les abonnés de la bibliothèque. Des frais de 5\$ seront exigés aux non-abonnés. Pour vous inscrire, visitez le www.ville.saint-jean-sur-richeleu.qc.ca/biblio ou téléphonez au 450 359-2450.

Zoom sur ma ville

Il reste un peu moins de deux semaines aux photographes pour soumettre leurs images à la 4^e édition du concours Zoom sur ma ville. Le concours prendra fin le 5 décembre. Le thème proposé est Balcons et escaliers. Les photographies doivent être déposées entre le 24 octobre et le 5 décembre chez art[o], au Musée du Haut-Richelieu

ou chez Lord Photo. Les images sélectionnées seront exposées du 12 janvier au 26 février.

Nouveaux ateliers

Le Service des loisirs et bibliothèques de Saint-Jean-sur-Richelieu lancera, le 22 novembre, sa programmation hiver 2012. Parmi les activités destinées aux adolescents, on retrouve des ateliers de cuisine, de la peinture acrylique ainsi que des ateliers sur la mode et le maquillage. Pour les adultes, on propose des ateliers de Zumba alors que les enfants auront droit à des ateliers d'initiation au patinage. Tous les détails concernant les ateliers sont disponibles au

www.ville.saint-jean-sur-richeleu.qc.ca/loisirs. Les inscriptions débuteront le 28 novembre. Information: 450 357-2157.

Café-Théâtre de Chambly

Le Café-Théâtre de Chambly présente, jusqu'au 17 décembre, une comédie policière de Robert Thomas intitulée *La perruche et le poulet*. Les représentations ont lieu tous les vendredis et samedis soir à 20 heures. Le Café-Théâtre de Chambly est situé au 2447, avenue Bourgogne. Les billets sont en vente au coût de 13\$ pour la pièce et de 31\$ pour la formule super-théâtre. Information: 450 447-2953. ■

À Noël, c'est le temps de se gâter!



2 paires de lunettes complètes
pour le prix d'une!

Choisissez parmi la sélection du 2 pour 1.*

lunetterie
NEWLOOK

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

newlook.ca 1 800 463 LOOK (5665)

*À l'achat d'une paire de lunettes complète incluant une monture de la sélection du 2 pour 1 et des verres optiques avec traitement résistant aux rayures, obtenez une deuxième paire de lunettes de la sélection du 2 pour 1. Vous payez la plus chère des deux paires. Cette offre est valide pour un temps limité et ne peut s'ajouter à tout autre rabais ou promotion. Montures à titre indicatif seulement. Détails en magasin. Michel Laurendeau, opticien.



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



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:



145, boul. Saint-Joseph
Saint-Jean-sur-Richelieu



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



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



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

WEEK-END

TRÉSORS DE FAMILLE

La publicité qui se collectionne

MARIO WILSON



Maintenant que le Canada s'est converti au système de mesure international, les règles de bois qui mesurent 3 pieds (une verge, comme on disait à l'époque), sont devenues des mètres.

Il fut un temps où cet objet utilitaire constituait un support très populaire pour la publicité de nombreux commerces. Prenez cette règle sur laquelle le nom de Joseph Aldéi Lécuyer apparaît afin de publiciser son commerce de tapis, prélaris et tuiles de caoutchouc. Il nous reste bien peu d'information sur ce commerce jadis situé sur la rue Saint-Georges, à Saint-Jean.

Nous retrouvons quelques autres informations, dans les deux langues, sur ce bout de bois. Notamment qu'il s'y vendait des recouvrements de plancher, mais qu'on y assurait également l'installation.

Le numéro de téléphone qui commence par FI (Fidélité) fut l'ancêtre des numéros qui commençaient par 34. En fait tous les numéros de la ville commençaient par FI. Aujourd'hui ce n'est déjà plus la norme depuis plusieurs années; les temps changent...

J'ai donc pris la chance de faire un brin de jasette avec ma source (souvenez-vous, celui qui fut laitier pendant 51 ans dans Saint-Jean et les environs). J'ai eu droit à un tour d'horizon de cet édifice de la rue Saint-

Georges, au coin de Richelieu. Le garage de Monsieur Lasnier (avec sa pompe à essence actionnée à bras!), le vétérinaire Mozart Clermont, le «chic» hôtel Champlain, la cour arrière de l'hôtel New Windsor, la ruelle qui menait aux écuries derrière la librairie de Bernard et Bernard et j'en passe.

DISCUSSION

Voyez comment un objet, sans être une antiquité digne de ce nom, simplement un vieil objet publicitaire, peut allumer la discussion, les bons souvenirs et surtout faire revivre des gens qu'on a presque oubliés aujourd'hui.

J'ai appris que «le grand» Daniel y avait travaillé avec Raymond, son père, ce dernier qui avait repris la boutique de l'aïeul, Joseph Aldéi. Pour les amoureux de généalogie, mentionnons que le docteur de L'Acadie, Philippe-Arthur Lécuyer, était le père de Joseph-Aldéi. Personne n'a pu me dire quand exactement la boutique ferma ses portes ou si elle fut rachetée par un compétiteur. Ça, c'est la petite histoire.

Concernant la «verge», elle n'est pas très vieille, à peine une soixantaine d'années. C'est aujourd'hui un objet de collection, pour ceux qui s'amuse à ramasser les vieilles choses, probablement parce que celles qui les ont remplacées ne leur ressemblent tout simplement plus. D'une valeur marchande d'à peine 10 à 20 dollars, il s'agit beaucoup plus d'un objet de curiosité que d'une pièce de patrimoine. Ne soyons pas chauvins, apprécions-le pour toutes les belles petites histoires qu'il nous raconte! ■



Cette règle d'une soixantaine d'années est plus un objet de curiosité qu'une pièce de patrimoine.

WEEK-END

L'ÉGLISE D'ICI

Concert gospel à l'église Saint-Athanase

Une chorale de 22 jeunes qui chante ses propres compositions, quoi de mieux? JEV Gospel est une chorale de Mascouche formée de 22 ados de 13 à 20 ans. Cette chorale se joint à l'occasion à la chorale Gospel adulte de Joliette portant les choristes à un total de 60. Elle sera en spectacle à l'église Saint-Athanase, le samedi 26 novembre, à 19 heures.

JEV Gospel interprète à la fois ses propres compositions et des classiques du répertoire gospel. Les gens auront plaisir à fredonner des chants du film *Rock'n'nonnes*, ou des airs connus comme *Happy Day* ou *Swing Low*.

La chorale chante en français, en anglais et en créole. Le groupe s'est produit sur la Rive-Nord, à Sherbrooke, Rougemont, et elle était au Mondial Choral Loto-Québec.

Des chansons magnifiques qui traduisent bien les joies et les peines adolescentes. Il en sort des moments de pure folie, comme des interrogations profondes sur la vie, sur le monde, sur la vie spirituelle. Une réalisation absolument unique au Québec.

DIRECTEUR ARTISTIQUE

Avec l'automne 2011, cette chorale prend tout un envol avec l'embauche d'un nouveau directeur artistique, Médad Ernest. Cet ajout signifie aussi le passage de la Chorale vers un niveau semi-professionnel. Médad est un pianiste de métier, détenteur d'un diplôme en musique de l'Université de Montréal (concentration jazz). Il dirige des ensembles gospel depuis près de 15 ans.

Billets en vente au presbytère Saint-Athanase: 8\$ chaque, 15\$ pour deux, 20\$ pour trois.

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

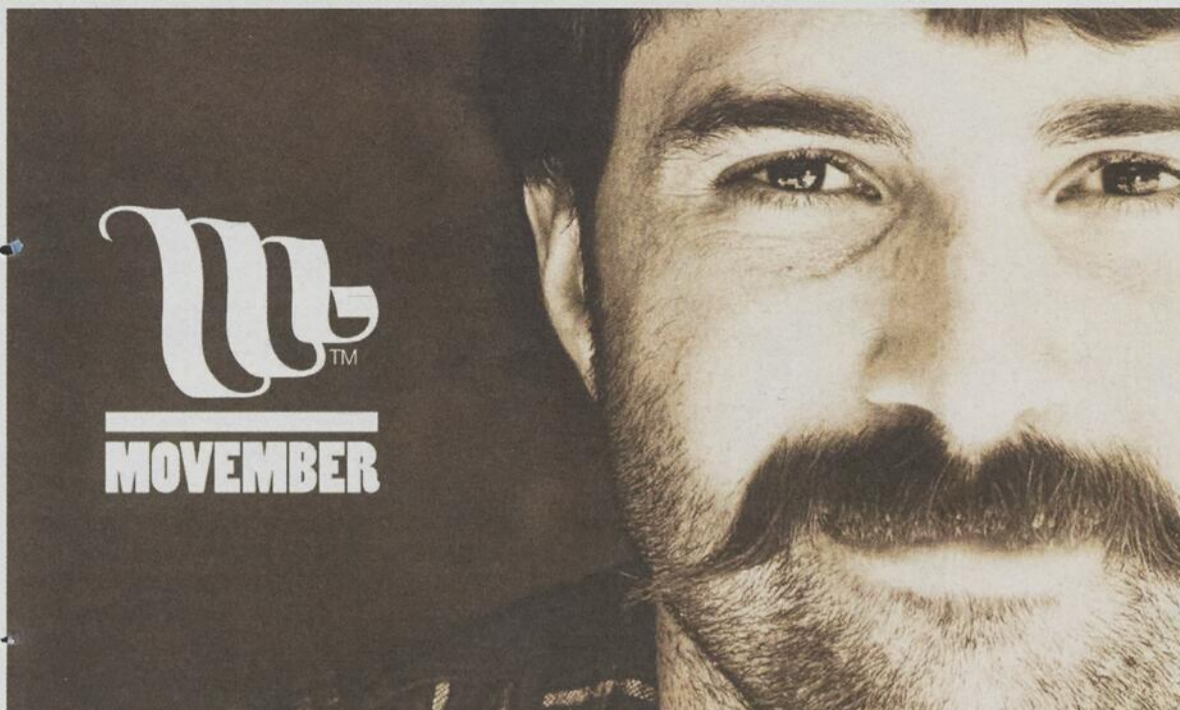
- 1 **Découvrez** toutes nos enchères qui débutent à 1 \$.
- 2 **Misez** comme vous voulez, sans aucuns frais.
- 3 **Rempportez** l'enchère si votre mise est la plus haute.

BidGO.ca

MISEZ SOUVENT, ÉCONOMISEZ TOUT LE TEMPS

1-877-536-0242

B56041101C_20111124-L



L'après Movember

SYLVIE LAROCHE
NUTR.D.T.P.



Novembre tire à sa fin. Tout au long du mois, des hommes ont porté fièrement la moustache en guise de solidarité au cancer de la prostate. La moustache fait jaser mais peu parlent de santé masculine.

Tous connaissent Movember et sa campagne qui recueille des sommes pour la recherche sur le cancer de la prostate, le cancer le plus courant chez l'homme. En affichant sa moustache, chacun devient un porte-parole auprès de son entourage pour amasser des fonds et parler de la santé masculine. Le mouvement a vu le jour à Melbourne en Australie en 2003. Il est maintenant devenu un mouvement mondial. En 2010 au Canada, 119 000 hommes ont et recueilli 22 millions de dollars canadiens.

SENSIBILISATION ET ÉDUCATION

Connaissez-vous vraiment la campagne? Le mouvement cherche à sensibiliser les hommes sur leurs habitudes de vie et leur santé. La campagne aide, entre autres, à exposer les risques liés au cancer de la prostate et accroître le dépistage précoce.

C'est connu, les hommes sont moins bienveillants à visiter le médecin pour un bilan de santé. «Tout va bien, je n'ai pas besoin de consulter», voilà la déclaration de

nombreux hommes durant le mois. L'objectif est donc d'inciter les hommes à se prendre en main et à agir. On sait que pour le cancer de la prostate, plus rapidement il est dépisté plus le traitement est efficace. Les raisons de ne pas consulter sont nombreuses:

- Manque de sensibilisation à la santé masculine
- Peur de passer des examens
- Gêne de parler de troubles de santé
- Difficultés à avoir et à rencontrer un médecin
- Horaire trop chargé pour prendre un rendez-vous
- Tabous sur la santé masculine

Pourquoi le dépistage? Au Canada, un homme sur 7 recevra un jour le diagnostic de cancer de la prostate. Son incidence est comparable au cancer du sein chez la femme. Les hommes qui ont des antécédents familiaux sont les plus à risques. Ce type de cancer est aussi influencé par l'alimentation, le mode de vie et l'environnement.

AGIR MAINTENANT

Pour prendre sa santé en main, il suffit d'avoir de bonnes habitudes de vie. Voici quelques gestes simples :

- Prendre un rendez-vous chez son médecin annuellement pour un bilan de santé, surtout après 40 ans.
- Éviter le tabagisme, car les risques sont 23 fois plus élevés chez les fumeurs.
- Bouger 30 minutes par jour.
- Manger sainement et boire de

l'alcool modérément

- Avoir un poids santé
- Gérer son stress
- Connaître ses antécédents familiaux

ALIMENTATION MASCULINE

Selon les dernières recherches, l'alimentation aide à réduire les risques de cancer. Les antioxydants, les vitamines, les minéraux et les substances phytochimiques des aliments contribuent à la santé et protègent contre le cancer.

1- Manger un minimum de 4 légumes soit 2 tasses par jour. Choisissez-les colorés. Inclure le chou-fleur, le brocoli, le bok choy, le chou de Bruxelles cinq fois par semaine.

2- Consommer des aliments riches en lycopène. Inclure des plats à base de pâte de tomates, du jus de tomates, du melon d'eau, de la goyave, de la papaye, des abricots et du pamplemousse rose.

3- Inclure du riz, des noix de Brésil et du blé pour leur source de sélénium.

4- La vitamine E présente dans les bettes à carde, patates douces, amandes, graines de lin, noisettes joue un rôle protecteur surtout chez les fumeurs. Éviter les suppléments.

5- Limiter le lait à 3 à 4 tasses par jour.

6- Réduire les fritures, gras trans, gras animal et charcuteries.

Pour des informations, contactez-moi au 450 358-2002. Sources : ca.movember.com, extenso.org, prostatecancer.ca. ■



Mijoté de hauts de cuisse à la mode de Katmandou

Préparation: 15 min - Cuisson: 25 min - Portions: 4

INGRÉDIENTS

- 454 g (1 lb) de hauts de cuisse de poulet coupés en cubes
- 15 ml (1 c. à table) d'huile d'olive
- 1 oignon moyen émincé
- 2 pommes de terre coupées en petits dés
- 1 petite aubergine coupée en dés
- 2 gousses d'ail hachées
- 5 ml (1 c. à thé) de gingembre haché
- 10 ml (2 c. à thé) de curcuma
- 125 ml (1/2 tasse) de bouillon de poulet ou d'eau

PRÉPARATION

Dans un poêlon chaud, faire revenir les cubes de poulet dans l'huile. Ajouter l'oignon et les pommes de terre, faire revenir de 2 à 3 minutes. Ajouter l'aubergine, l'ail, le gingembre, le curcuma et le sel. Faire revenir 1 minute. Ajouter le bouillon de poulet et laisser cuire à feu doux environ 20 minutes. Servir avec du riz basmati brun, des épinards au beurre et des tomates confites.

Source : www.lepoulet.qc.ca



Kales croustillants aux arachides

Préparation: 10 min - Cuisson: 10 min - Portions: 4

INGRÉDIENTS

- 1 paquet de chou kale frais haché
- 1 oignon haché
- 1 grosse tomate en dés
- 1c. table d'huile olive
- 2 c. table de beurre d'arachide naturel
- Poivre
- Arachides rôties

PRÉPARATION

Dans un poêlon chaud, faire revenir dans l'huile l'oignon haché environ 2 minutes. Ajouter le kale haché et la tomate en dés. Mélanger. Faire revenir environ 15 minutes. Ajouter le beurre d'arachide et bien mélanger. Assaisonner et garnir d'arachides. Servir en accompagnement.

Source : Sylvie Laroche Nutr.Dt.P.

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

Du 24 au 30 novembre ou jusqu'à épuisement.

Bananes
pr. importé no 1

PRIX SPÉCIAL
29¢ lb
64¢ kg

Tomates sur vigne
pr. Ontario no 1

PRIX SPÉCIAL
89¢ lb
1,96\$ kg

Un salon «vert» qui dérape vers la puissance

JEAN-FRANÇOIS
GUAY



Après avoir été trop longtemps dans l'ombre du Salon de Détroit, le Salon de Los Angeles a retrouvé au fil des ans ses lettres de noblesse pour devenir l'un des principaux événements de la rentrée automobile.

Encore cette année, le salon californien a été le théâtre de plusieurs nouveautés ayant un penchant écologique puisqu'environ la moitié proposait une motorisation à énergie propre.

D'ailleurs, le titre de la «voiture verte de l'année» a été décerné à une Honda Civic propulsée par un moteur alimenté au gaz naturel. Une énergie qui a connu une période sombre au cours des dernières années et qui revient en force pour cette fin d'année 2011.

Malgré le côté granola du salon, les amateurs de grosses cylindrées ont été ébahis par les 650 chevaux de la nouvelle Mustang Shelby GT500 de Ford. GM a aussi mis le paquet avec la Chevrolet Camaro ZL1 de 580 chevaux tandis que Chrysler a présenté la Dodge Charger Super Bee de 470 chevaux et la Fiat 500 Abarth de 160 chevaux. Voyons de plus près ces jolies machines... ■



La version haute performance ZL1 de la Chevrolet Camaro sera offerte en modèle coupé ou cabriolet.



La Honda Civic «Natural Gas» est en vente depuis octobre aux États-Unis. Proposée à l'origine dans quatre États américains, Honda a décidé de l'offrir dans 36 états. À cause de leurs immenses réserves en gaz naturel, ce combustible a la cote chez nos voisins du sud.



Pour damner le pion à la Camaro ZL1, la Ford Mustang Shelby GT500 inaugurerait en 2013 un nouveau moteur qui développera une puissance de 650 chevaux et un couple de 600 lb-pi. Pour accepter cette cavalerie, la carrosserie et les suspensions ont été modifiées.



Offerte en jaune ou noir, la Dodge Charger Super Bee partage son V8 HEMI de 6,4 litres développant 470 chevaux et un couple de 470 lb-pi avec sa soeur SRT8.



Enfin, la Fiat 500 Abarth ouvrira son capot à un moteur turbo de 1,4 litre d'une puissance de 160 chevaux et un couple de 170 lb-pi. Considérant son poids et ses dimensions, cette petite Italienne provoquera des étincelles.



Pour concurrencer la VW Golf GTI, Ford a dévoilé la Ford Fiesta ST Concept. Même si la production n'est pas encore confirmée, le concept est animé par un quatre-cylindres EcoBoost de 1,6 litre produisant 180 chevaux et 177 lb-pi de couple.



Issue d'une collaboration avec Toyota, la Subaru BRZ est à la base une propulsion (le rouge intégral est à l'étude) propulsée par un quatre-cylindres de 2,0 litres. Pour l'instant, les détails concernant la puissance et l'équipement n'ont pas été communiqués.

En route pour La Paz, en Bolivie

ROBERT LANCIAULT



En ces premiers jours de mars 2011, après une magnifique croisière sur le lac Titikaka et une très intéressante visite de Puno, nous voilà parti en autobus pour La Paz, en Bolivie. Dans l'autobus, il y a principalement des touristes qui viennent de partout à travers le monde. On retrouve beaucoup d'Européens, des Belges, des Français, des Britanniques, des Espagnols et des Allemands.

Le coût du billet était de 75 soles (environ 25\$) pour tout près de neuf heures de route à faire. Dès le départ, on longe le lac Titikaka en grimpant et descendant des collines et en ayant un merveilleux coup d'oeil sur ce lac mythique qui est la plus grande étendue d'eau navigable à pareille hauteur au monde.

La route n'est pas très belle, mais la vue sur les montagnes environnantes et sur le lac nous fait vite oublier les trous et les nombreuses ornières qu'on emprunte. On s'arrête premièrement à Chucuito, un endroit situé tout près du lac. C'est un gros village de pêcheurs bâti à l'époque coloniale sur un site de peuplement pré-inca.

On y retrouve les restes d'un temple inca consacré au dieu de la fertilité et deux églises de style colonial. Près de l'église Santo Domingo, on peut voir un petit site archéologique se composant d'un petit temple abritant des dizaines de pierres étranges, dont la signification reste inconnue encore de nos jours. Le village est à peine à une vingtaine de kilomètres de Puno.

Un peu plus loin, on traverse un plus petit village, celui de Huisahuinica. C'est une autre petite agglomération de pêcheurs qui semble garder au passage de vieilles traditions péruviennes aux couleurs vives. Nous nous sommes trimbalés ainsi de village en village jusqu'à la frontière du Pérou avec la Bolivie.

Traverser la frontière entre ces deux pays est une autre de ces expériences qu'il ne faut pas rater. Premièrement, il faut débarquer de l'autobus en laissant notre bagage dans le véhicule. Puis il faut passer la douane péruvienne pour faire étamper notre passeport afin de démontrer que nous avons bien quitté le pays. Pendant ce temps, les douaniers péruviens scrutent nos bagages

au cas où il pourrait y avoir de la drogue ou d'autres substances illicites.

À pied, on se rend ensuite aux douanes boliviennes pour répondre aux questions d'usage et faire étamper notre passeport pour démontrer que nous sommes bien entrés dans le pays. Puis l'autobus qui a pendant ce temps traversé la frontière nous attend afin que l'on montre aux douaniers boliviens si nous ne transportons pas de ces substances illicites dans nos bagages. Deux douanes, deux contrôles.

PÈLERINAGE

Puis on se rend à Copacabana, petite bourgade dont le nom signifie en quechua «observer le lac». Ce village a été pendant longtemps un lieu de pèlerinage du peuple inca.

Quand les conquistadors espagnols débarquèrent dans la région, les missionnaires qui les accompagnaient implantèrent le catholicisme et construisirent des églises. La cathédrale fut bâtie en 1550 et une statue en bois de la Vierge (oeuvre du sculpteur Tito Yupanqui) fut construite une trentaine d'années plus tard et installée dans l'enceinte de ce grand temple chrétien.

Lorsqu'on visite la cathédrale, on est frappé par la beauté du choeur. Il ruisselle d'or et en son centre on retrouve cette statue de la Vierge qui est magnifique. Elle dégage une forme d'énergie et un flot d'amour.

La ville est située entre deux pains de sucre, l'un est catholique et marqué de la croix, alors que l'autre est païen et il y a encore dans ce temple des rituels chamaniques. À l'extérieur, près de la cathédrale, des arêtes rocheuses de deux rochers ont été taillées par des mains humaines et une troisième pierre, plate, relie ces deux mastodontes.

La pierre plate indique la direction du soleil levant lors du solstice d'été. Nous avons mangé dans cette ville une délicieuse truite du lac agrémentée d'un verre de vin blanc du Pérou. Par la suite nous avons un peu marché dans ce village afin de marchander quelques souvenirs de l'artisanat local. On peut se rendre compte que dans ce village, la manne touristique a changé la vie de ce peuple aux traditions millénaires.

Aussitôt que l'on sort le moins des rues commerciales, il nous semble que la vie est tout à fait différente.



Des habitants du village de Copacabana.

LA PAZ

Un peu plus tard, on reprend l'autobus pour se diriger vers La Paz, en passant par l'estrecho de Tiquina (le détroit de Tiquina).

Là, il faut prendre un traversier pour se rendre sur l'autre rive du lac Titikaka. Tous les passagers de l'autobus doivent descendre afin que seuls les autobus puissent traverser sur une barge assez rudimentaire. Les passagers, eux, traversent en bateau parce qu'il arrive parfois qu'un traversier échappe un autobus dans le lac. On a donc corrigé la situation et on ne fait pas traverser les autobus avec leurs occupants à l'intérieur. Je crois à mon humble avis qu'il serait

préférable que les autobus amènent leurs passagers jusqu'au détroit et que d'autres autobus attendent ces passagers de l'autre côté du lac. C'est le Pérou et l'organisation du travail est tout à fait différente des façons de faire de chez nous.

Le voyage s'est très bien terminé et nous avons pu découvrir tout au long de cette balade plusieurs aspects de la vie quotidienne des Boliviens.

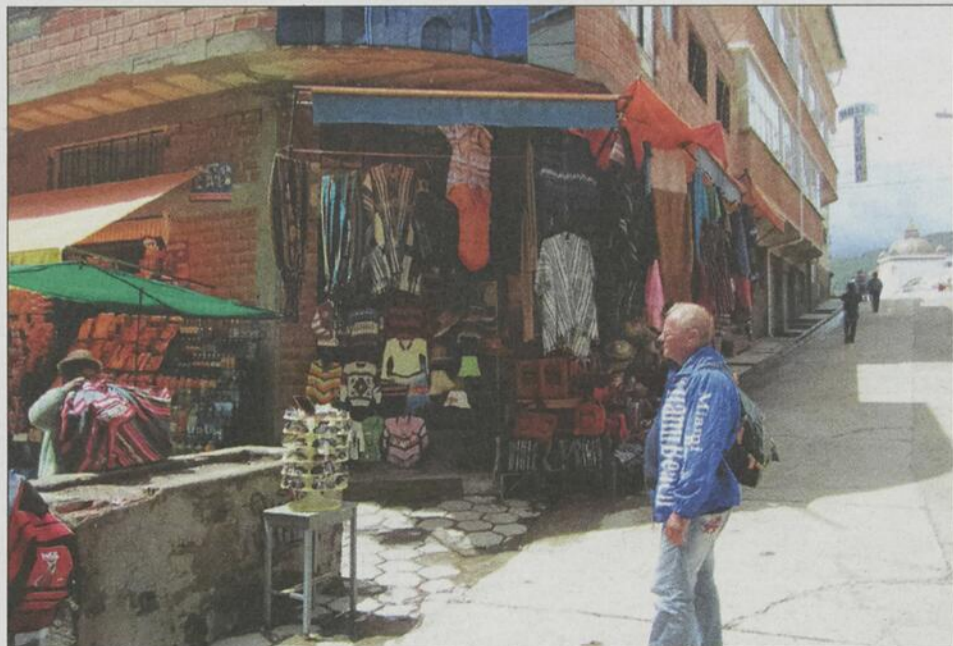
La semaine prochaine: La Paz, en Bolivie. Pour ceux et celles qui aimeraient communiquer avec moi, vous pouvez le faire à l'adresse suivante: RobertLanciault@gmail.com ■



On embarque les autobus sur des traversiers assez rudimentaires et les passagers sur des bateaux.



Le poste de douane du côté de la Bolivie sur le lac Titikaka.



On vit en grande partie du tourisme à Copacabana, en Bolivie.

WEEK-END

AUTOUR DU MONDE

La France, version sud de la Bourgogne

PAULINE CLOUTIER ET RAYMOND MARIER



Patricia, Gérard et Jean-Paul, de bons amis français, nous accompagnent et c'est à la première activité non planifiée que commence «l'épreuve» du voyage de groupe. D'Épervans, petit village en banlieue, nous partons tous dans notre voiture, Oukiroul, pour faire un tour de reconnaissance avant de souper en ville, à Chalon-sur-Saône. On doit repérer le lieu de départ du circuit-vélo pour le lendemain.

On traverse la Saône, on aperçoit la cathédrale Saint-Vincent et on passe devant le musée Nicéphore Niépce consacré à l'histoire de la photographie. On découvre le magnifique parc municipal de loisirs Saint-Nicolas qui contient un parcours de golf où l'on peut respirer l'odeur de 400 variétés de roses et imaginer la saveur de 200 variétés de thé, plantées entre les trous du golf. Tous les citoyens peuvent se balader sur les sentiers qui leur sont réservés et qui zigzaguent à travers le parc.

Nous cherchons la piste cyclable et un stationnement à proximité. Une piste traverse la ville de Chalon, mais où allons-nous la prendre? Il y a plusieurs stationnements possibles, lequel choisir? C'est là que nos amis voulant chacun le mieux collaborer s'expriment. Naturellement, trois personnes, trois opinions et nous, nous écoutons. Finalement, le consensus s'établit de justesse et un stationnement est accepté.

Oups!... Maintenant, il faut manger. Pas trop difficile de choisir le stationnement car il n'y en a qu'un et qu'une seule place disponible. Nous explorons la rue piétonne au centre de l'île Saint-Laurent où les restos se succèdent à tous les dix pas de part et d'autre de la rue. Un resto nous a été proposé par la dame de la chambre d'hôte, mais c'est complet. Nous explorons donc la rue aller-

retour puis nous entamons la discussion sur le look du resto, terrasse ou pas, le type de nourriture et puis là, on y est, le prix n'est pas à négliger et quand le consensus est imminent et que tout le monde semble d'accord, une objection est lancée et ça recommence.

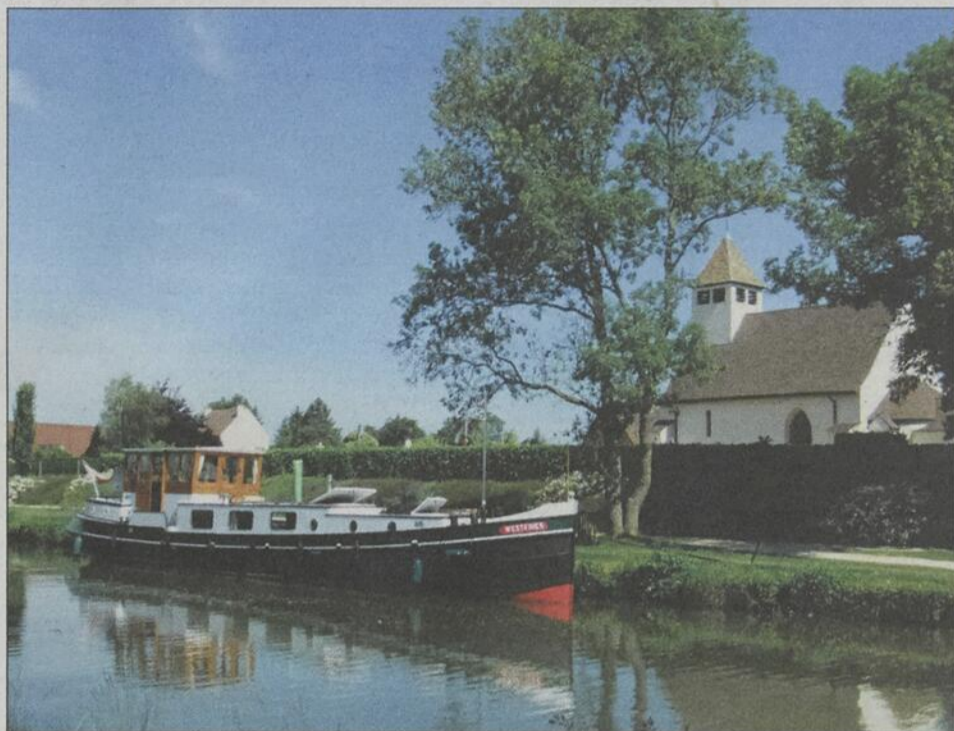
Si vous allez à Chalon-sur-Saône arpentez la rue Strasbourg au centre-ville, vous reconnaîtrez le resto Au clown gourmand. C'est là que nous avons mangé, mais il n'y avait ni escargots ni cuisses de grenouille au menu. Heureusement, il n'y a pas eu de discussion sur le partage de l'addition, ce qui aurait bien pu arriver. Nous avons quand même goûté, sans en abuser, un bon cru du terroir de Bourgogne et nous n'avons pas eu à faire appel à Nez rouge pour retourner chez nos hôtes.

Vous pouvez imaginer notre conversation, une fois revenus dans notre chambre. Soyons bon prince: nous avons mangé; dans un restaurant; pas sur la terrasse, mais les grandes fenêtres ouvertes donnaient sur la rue; pas gastronomique, mais pas snack non plus; pas de plats du terroir, mais bas prix. Un cheval dessiné par un comité ressemble à un chameau. Un resto choisi par un comité ressemble Au clown gourmand.

LENDEMAIN MATIN

Monsieur, ex-maire d'Épervans pendant douze ans, nous consacre quelques instants. Maintenant, il partage son temps entre son entreprise de vente de remorques et le «domaine de Madame»; il travaille fort et ne chôme pas.

Pour nous faire comprendre les problèmes de la France, il relate un cas vécu pendant son mandat à la mairie. Le garde champêtre, celui qui porte l'uniforme et représente la loi tout en exécutant des tâches quotidiennes comme assister les enfants à la sortie de l'école, eh bien, il boit beaucoup pendant ses heures de travail. Monsieur insiste sur le fait que ça démontre un non-respect de



Canal du Centre près de Chalon-sur-Saône.

l'uniforme et, qu'en plus, son état d'ébriété peut mettre en danger la vie de ceux qu'il doit protéger. Il lui a fait remettre plusieurs avis le sommant de ne plus boire au travail.

Les avertissements n'ayant produit aucun effet, il a avisé le préfet, l'employeur, un fonctionnaire, un diplômé de l'École nationale d'administration, un «énarque», nommé par Paris pour faire appliquer les directives du gouvernement en région. Il faut dire que les «énarques», en sortant de l'ENA, sont assurés d'un poste dans l'administration gouvernementale, et ce, jusqu'à leur retraite. Monsieur le maire suggérait au préfet, non pas de congédier le garde, mais de lui offrir une mutation dans un secteur où il ne porterait pas l'uniforme et n'aurait pas de contact avec les enfants. Le préfet répondit qu'on ne pouvait rien faire et que le garde champêtre continuerait

à exercer ses fonctions. Le maire avait ensuite demandé au préfet ce qui arriverait si un malheureux incident survenait à la suite de cette négligence. On lui avait répondu que c'était lui, le maire, qui en serait responsable.

Monsieur était volubile: «La France, mes bons amis, en est rendue à la deuxième et troisième génération d'assistés. La démocratie fonctionne par le vote majoritaire; donc rien ne peut changer car les politiciens en place sont trop lâches, ils n'ont pas de couil...»

Après ce petit cours de géopolitique intense, nous avons droit à un copieux petit-déjeuner: jus d'orange, fruits, yaourt, croissants, pains frais, confitures maison, café et thé. Merci Madame et Monsieur, c'était délicieux. Nos vélos nous attendent dans la voiture et nous partons rejoindre la véloroute qui longe le canal du Centre à Chalon-sur-Saône. ■

WEEK-END

NOS AÎNÉS

L'importance de vivre heureux

MARIE-NOËLLE L. PAQUETTE



Nous parlions récemment du bonheur et de son impact apparemment mesurable sur la santé et la longévité. S'il est un sujet dont on devrait parler plus souvent, c'est bien celui-là.

Lorsqu'il est question du vieillissement dans l'actualité, c'est rarement pour annoncer de bonnes nouvelles. Qu'on parle des inquiétantes caisses de retraite, des soins approximatifs dans certaines résidences pour aînés ou du manque de soins à domicile, les occasions sont rares de se réjouir. Surtout, les occasions sont rares d'anticiper joyeusement son propre vieillissement.

Loin de moi l'idée d'occulter tous les problèmes criants auxquels les aînés de notre société sont confrontés. D'ailleurs, j'en parle assez souvent moi-même. Mais si le bonheur est réellement un levier aussi important qu'on le laisse croire pour l'espérance de vie

et la santé, il faudrait qu'il devienne lui aussi un sujet d'actualité.

DOUÉS POUR LE BONHEUR

D'autant plus qu'il est démontré que les aînés sont doués pour le bonheur. Si on en croit de récentes études scientifiques, la trajectoire de vie humaine comporterait un essor constant du bonheur à partir de la cinquantaine. Ainsi, il semblerait que les gens soient en moyenne plus heureux à 70 ans qu'à 30, en partie grâce à leur «sagesse» qui leur permettrait de relativiser les problèmes, et grâce au temps retrouvé pour se consacrer à leurs intérêts.

Si cette faculté naturelle d'être heureux en vieillissant peut être garante d'une vie plus longue et en meilleure santé, pourquoi alors ne mise-t-on pas davantage sur le développement du bonheur personnel comme outil de prévention contre la maladie, la dépression et même le suicide?

RÉSEAUX

On peut peut-être commencer par encourager les gens à s'ouvrir davantage aux

différents réseaux humains qui les entourent. Tant mieux si la famille est un réseau où il fait bon s'épanouir. Mais si tel n'est pas le cas, il existe de nombreuses façons de tisser des liens avec les autres, que ce soit en suivant un cours, en participant aux activités d'un groupe ou d'un club ou en faisant quelques heures de bénévolat ici et là. On n'en sort pas, l'humain est un être de relations.

Bien des gens trouvent (ou retrouvent) le bonheur en s'accordant le droit de se consacrer à un objectif ou à un rêve. Donner de l'importance à ses propres désirs, ça contribue aussi à rendre la vie agréable.

Alors que le temps d'ensoleillement quotidien tombera bientôt au plus bas et que la saison de la déprime nous guette, donnons-nous les moyens de sourire à la vie! Si on en croit certains scientifiques, c'est peut-être l'une des meilleures façons de bien vieillir.

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

	224, rue Jean-Talon, Saint-Luc 450 359-1166
	CROISIÈRE-CARAÏBES DE L'OUEST Spécial : Relâche scolaire Du 2 au 11 mars Inclus : 2 nuits en hôtel 4 étoiles, 7 nuits de croisière, vol, taxes, transferts Cabine extérieure et balcon sur demande Places très limitées Cabine intérieure 1 299\$
MAGNIFIQUE COSTA BRAVA Tout près de Barcelone Long séjour du 10 au 30 avril Inclus : vols, transferts, 19 nuits en hôtel 4 étoiles 3 repas/jour, boisson durant les repas, toutes les taxes 2 piscines extérieures et 1 piscine intérieure 1 980\$	
CUBA Départ : 16 février Hôtel 4 1/2 étoiles Tout inclus 1 semaine 869\$	
CANCUN Départ : 16 décembre Retour le 26 décembre Hôtel 3 1/2 étoiles Tout inclus 10 jours 1 229\$	
LA SICILE Départs : 13 et 30 avril Hôtel 5 étoiles 2 repas/jour Vin aux repas 2 semaines 2 599\$	
<small>Les prix n'incluent pas le fonds d'indemnisation des clients de 0,35% (ex. : 3,50\$/tranche de 1 000\$) selon l'Office de Protection du Consommateur. Tarifs disponibles au moment de la publication.</small>	

ASTROLOGIE

WEEK-END

Les prévisions de la semaine avec
MADAME MINOU
514 521-8745

**SEMAINE DU 24 NOVEMBRE
AU 30 NOVEMBRE 2011**

BÉLIER

21 MARS AU 20 AVRIL

Vous entrez dans une période qui sera meilleure pour vous. Vous en serez satisfait et vous pourrez commencer à faire des choses merveilleuses sur le plan de la créativité.



TAUREAU

21 AVRIL AU 20 MAI

Vous êtes très vigilant. Vous ne vous laissez pas impressionner par des choses qui, pour vous, ne paraissent pas entièrement loyales. Vous ne voulez pas vous faire raconter n'importe quoi.



GÉMEAUX

21 MAI AU 21 JUIN

Vous avez la possibilité de très bien comprendre plusieurs choses sur le plan de votre travail. Il est possible que tout devienne plus exigeant mais cela vous apportera beaucoup de satisfaction.



CANCER

22 JUIN AU 23 JUILLET

Cette semaine, vous mettez en évidence vos possibilités de mieux agir dans tout. Vous voulez toujours vivre d'une façon magnifique. Cela a beaucoup d'importance pour votre estime personnelle.



LION

24 JUILLET AU 23 AOÛT

Vous voulez que tout soit ordonné. Vous fuyez ce qui n'est pas entièrement loyal. Vous avez raison d'agir ainsi et les gens qui vous entourent respecteront votre attitude.



VIERGE

24 AOÛT AU 23 SEPTEMBRE

Cette semaine vous apporte le besoin de voir des choses nouvelles. Vous voulez éprouver un grand sentiment d'accomplissement dans tous les domaines de votre existence. Cela est vraiment magnifique.



BALANCE

24 SEPTEMBRE AU 22 OCTOBRE

Cette semaine vous apporte plusieurs défis. Vous aurez à vous adapter à des situations vraiment imprévues. Sachez que vous serez capable de très bien le faire. Ne doutez pas de vous.



SCORPION

23 OCTOBRE AU 22 NOVEMBRE

Vous avez besoin de vivre des choses qui pourront vous apporter une meilleure connaissance de qui vous êtes. Vous êtes dans une période durant laquelle vous réfléchissez profondément.



SAGITTAIRE

23 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE

Vous commencez un cycle qui vous apportera beaucoup de chance. Il est possible que vous soyez appelé à être très efficace dans des situations que vous n'auriez jamais pensé vivre dans le passé.



CAPRICORNE

22 DÉCEMBRE AU 20 JANVIER

Cette semaine, vous aurez besoin de vous faire confiance. Vous serez bientôt apte à vivre des choses très exigeantes dans plusieurs domaines de votre vie. Vous désirez être gagnant.



VERSEAU

21 JANVIER AU 18 FÉVRIER

Beaucoup de changements inattendus vous attendent. Cependant, vous êtes capable de donner beaucoup de votre temps à des gens qui en ont vraiment besoin. Cela est merveilleux.



POISSONS

19 FÉVRIER AU 20 MARS

Vous êtes capable de réaliser des choses merveilleuses car vous accomplissez très bien votre travail. Vous commencez à faire valoir ce que vous êtes profondément. Cela est bon pour vous et pour ceux qui vous entourent.



WEEK-END

PROFESSION: VÉTÉRINAIRE

L'importance de l'analyse d'urine

MARIE-CLAUDE DUVAL



Comme à première vue il peut s'agir d'une chose banale que de faire pipi dans un petit pot et de remettre cela lors d'un rendez-vous à l'hôpital. Tellement qu'on y apporte peu d'intérêt. On se renseigne bien pour connaître nos résultats de tests de sang, mais quand se questionne-t-on sur les valeurs obtenues lors d'une urologie? Le sang, c'est noble et ça révèle tellement de choses. Et s'il en était de même avec l'urine?

Depuis 4000 ans, par les Égyptiens puis par les Hindous, les Chinois, les Grecs et les Romains, tous ont fait usage de l'urine pour diagnostiquer certaines maladies. Révisons ensemble quelques découvertes que nous pouvons y faire.

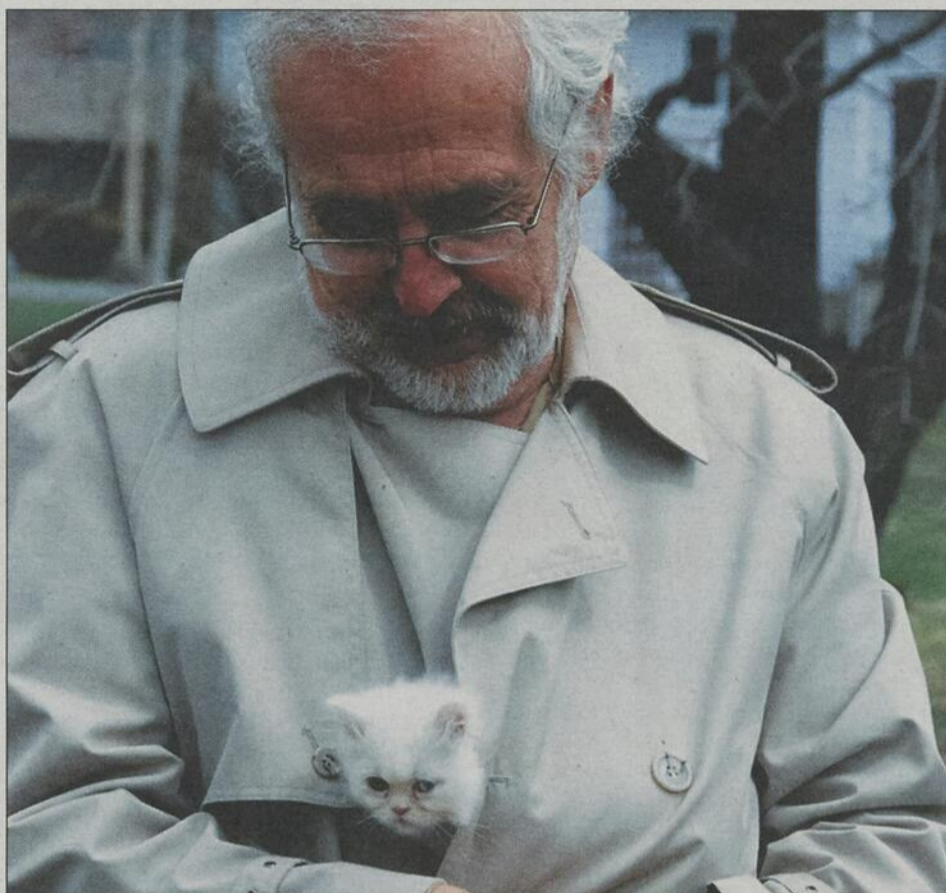
La donnée initiale obtenue est en rapport avec la production d'urine: la quantité et la fréquence de miction. Ces données peuvent révéler à elles seules la nature d'un problème, la quantité d'urine produite étant augmentée avec l'insuffisance rénale et le diabète par exemple.

On regarde ensuite la couleur. Mais l'urine est jaune me direz-vous! Pas toujours et pas toujours avec les mêmes intensités de jaune. Évidemment, il y a l'urine rouge qui montre l'ingestion de betterave ou la présence de sang. On observera à l'occasion de l'urine brune, signe de la présence de pigments de bile ou de sang dégénéré, de l'urine bleu-vert lors de certaines intoxications et de l'urine laiteuse lors d'élimination anormale par la vessie de pus ou de gras.

CONCENTRATION

Dans les variations de jaune, on évalue plutôt la concentration de l'urine. Vous avez sûrement déjà remarqué que votre petit pipi du matin est plus foncé, donc plus concentré que celui suivant un repas bien arrosé. Certaines pathologies, comme la prise de certains médicaments, l'ingestion de sel vont faire que l'urine sera plus ou moins diluée par de l'eau. L'urine anormalement diluée pourra être signe de problème de rein ou d'un problème stimulant l'individu à boire plus comme lors d'hyperthyroïdisme ou de certains problèmes de foie.

Vient alors l'évaluation du pH urinaire, soit son degré d'acidité. L'urine entreposée à la température de la pièce dans un contenant non hermétique changera rapidement de pH. C'est une des raisons pour laquelle



Votre vétérinaire a bien des motivations pour vous proposer de faire une analyse d'urine à votre animal de compagnie.

l'urologie effectuée sur de l'urine fraîche est toujours plus précise que sur celle recueillie quelques heures plus tôt.

Certains médicaments feront aussi faussement changer cette valeur tout comme un repas, surtout s'il est riche en viande. Plusieurs pathologies feront varier le pH comme les vomissements, le jeûne prolongé, la fièvre, la présence de bactéries dans l'urine et j'en passe.

TAUX DE SUCRE

Par la suite, le taux de sucre dans l'urine devient révélateur d'hyperglycémie, ce qui est presque toujours relié à un diabète. Une technique dépassée (heureusement) aux fins de diagnostic du diabète justement consistait pour le praticien à goûter l'urine de son patient afin d'établir si elle était sucrée ou non. Beur! Il existe maintenant une sorte de granules pour litière qui permet d'évaluer, en fonction de sa couleur, la présence de glucose dans l'urine. Ceci peut être très pratique pour le suivi à la maison des patients félines diabétiques.

On établit finalement la présence de protéines qui est un indice dans le diagnostic

des maladies urinaires (reins et vessie), la présence de corps cétoniques qui annonce un diabète compliqué, la présence de bilirubine qui témoigne d'un problème de santé généralement assez grave (comme une atteinte du foie ou une maladie qui détruit les globules rouges).

Un concentré d'urine est finalement regardé au microscope pour y découvrir la trace de globules blancs, de sang et de cristaux urinaires (comme de minuscules grains de sable).

Vous comprenez peut-être mieux maintenant tout le pouvoir des résultats de l'analyse d'urine sur l'établissement d'un diagnostic. Vous comprenez peut-être pourquoi on vous fait faire pipi dans un petit pot lors de vos tests de sang. Et vous comprenez du même coup les motivations de votre vétérinaire lorsqu'il vous propose de faire une analyse d'urine à votre compagnon.

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

POUR SAVOIR,
FAUT L'AVOIR

LE CANADA
FRANÇAIS

moncanadafrancais.com



À GAGNER
1500\$
EN PRIX

QUI SERA LE
Bébé
2011

COUPON DE PARTICIPATION
S'il vous plaît, compléter en lettres moulées

NOM DU BÉBÉ _____ fils ou fille

DATE DE NAISSANCE DU BÉBÉ _____

NOM DE LA MÈRE _____

NOM DU PÈRE _____

ADRESSE _____

VILLE _____ TÉLÉPHONE (JOUR) _____

CODE POSTAL _____

SIGNE ASTROLOGIQUE DU BÉBÉ _____

Le coût d'inscription est de 20\$ (17,55\$ + tx)

Paiement : comptant (au journal) ou ou

N° CARTE _____ DATE D'EXPIRATION _____

LE CANADA FRANÇAIS

Aucun chèque ne sera accepté sauf mandat de poste ou bancaire.

Note : Fournir une enveloppe pré-adressée et pré-affranchie pour le retour de votre photo. Le Canada Français ne peut être tenu responsable de la perte de photo.

* Ce concours est organisé conjointement pour Le Canada Français et Le Richelieu.

1^{er} prix :
500\$

OFFERT PAR
PADOK JUNIOR
420, 2^e Avenue, Saint-Jean-sur-Richelieu
Carrefour Laplante, 450 545-1319

Padok Junior

2^e prix :
500\$

OFFERT PAR
LES FONDS UNIVERSITAS
Stéphane Larocque, représentant en plans
de bourses d'études, 514 244-4664

LES FONDS UNIVERSITAS
DU CANADA

3^e prix :
300\$

OFFERT PAR
BIJOUTERIE JEAN LANGEVIN
145, boul. Saint-Joseph, Saint-Jean-sur-Richelieu
450 349-0111

JOAILLERIE LANGEVIN

4^e prix :
200\$

Assortiment de jouets
OFFERT PAR
LE DÉFI VERT
216, boul. Saint-Luc, Saint-Jean-sur-Richelieu
450 741-4022

Le **Défi vert**
produits écologiques

Pour être éligible, bébé doit être né entre le 1^{er} janvier et le 31 décembre 2011. Une seule inscription par enfant. Vous devez fournir une photo couleur, de bébé seulement, identifiée à l'endos (son nom, date de naissance et noms des parents).

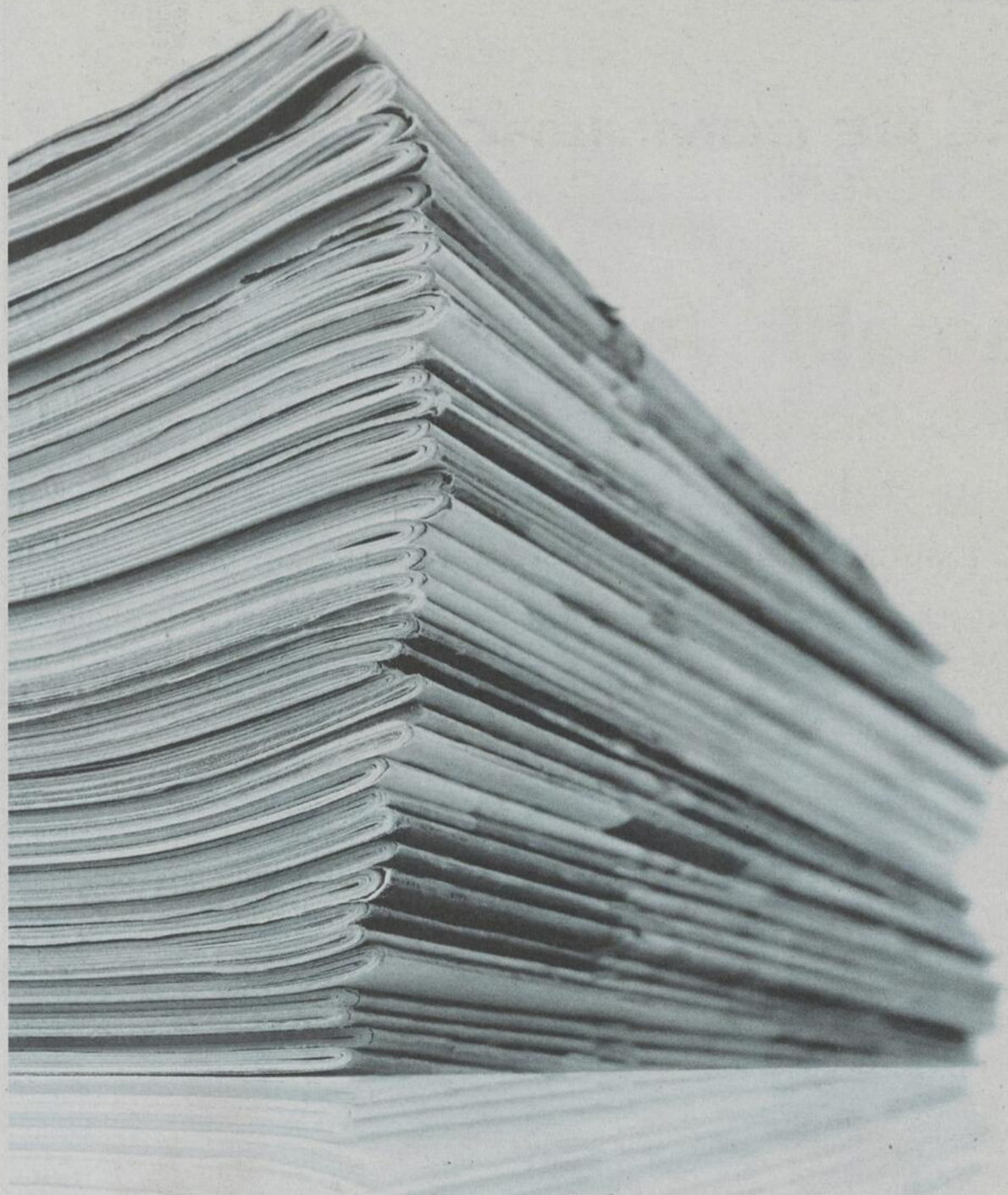
Les coupons de participation dûment complétés accompagnés des photos et du paiement des frais d'inscription de 17,55\$ (plus taxes), doivent être déposés ou expédiés au bureau du journal Le Canada Français avant le 13 janvier 2012 à midi.

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

Tirage : le vendredi 13 janvier 2012 à 14 heures.

Nous ferons connaître les bébés gagnants dans l'Album bébés 2011, édition du 19 janvier 2012.

VENDEZ PLUS RAPIDEMENT
**ANNONCEZ DANS
PLUSIEURS JOURNAUX**



Les petites
annonces,
c'est lu,
c'est vendu !

**LE CANADA
FRANÇAIS**

le Richelieu **Coup d'œil** **l'Avenir**
& DES RIVIÈRES

l'Express
Nouvelles nouvelles nouvelles

Le Guide
Toujours aussi présent!

450 347-8555 - SANS FRAIS 1 800 947-8555