

AIDER LES JEUNES À TROUVER L'ÉQUILIBRE

**FRANÇOIS
DESCHÊNES,
PSYCHOLOGUE**

ARTS	M17
DIVERTISSEMENTS	M48
JEUNESSE	M10
RÉGAL	M34
TOIT & MOI	M25
VOYAGES	M38

CHRONIQUES

Julien Renaud

TRADITION
EN VOIE
D'EXTINCTION

PAGE M8



ARTS

**Revue
culturelle
régionale**

UNE ANNÉE DE
CHANGEMENTS
SIGNIFICATIFS

PAGES M20 À M23



CHRONIQUES

**Le Progrès
technologique**

2018, ENTRE
POLITIQUE ET
TECHNOLOGIE

PAGE M6

LEMAG

LE DÉFI DES TECHNOLOGIES

L'importance de s'intéresser à ce que les enfants font

MÉLYSSA GAGNON

mgagnon@lequotidien.com

Le psychologue François Deschênes a choisi de s'investir auprès des enfants, même s'il est conscient du degré de difficulté inhérent à la relation d'aide auprès de jeunes en difficulté.

« Ce n'est pas simple. Ce n'est pas comme en "adulte". Ces enfants sont fragilisés et leurs parents vont souvent avoir des mécanismes de défense. C'est beaucoup plus flou. Il faut prendre le temps », note-t-il.

Il y a des choses qui se perdent aujourd'hui, croit François Deschênes, dans une société qui roule à 100 miles à l'heure. Mais ce qu'il ne faut surtout pas négliger, dit-il, c'est l'importance de prendre soin les uns des autres. Il faut constater, aussi, toute la beauté de notre jeunesse.

« On vit dans un monde technologique où tout s'accélère. Il faut qu'on parle des problématiques inquiétantes, comme la hausse considérable des cas de santé mentale dans la région. Et c'est important de continuer de travailler ensemble pour qu'on puisse réaliser des évaluations multidisciplinaires étoffées. Mais notre jeunesse, elle est aussi belle, drôle, spontanée. Elle est ouverte sur le monde, même si cette ouverture peut comporter certains risques », relève le psy. Il fait ici référence à la situation d'insularité dans laquelle se retrouvent parfois nos ados, eux qui se replient derrière

leurs écrans d'ordis et qui, trop souvent, troquent les repas en famille pour la tablette.

Les parents doivent aussi procéder à un exercice de conscience. « Quand je vois une maman qui allaite son bébé dans une salle d'attente pendant qu'elle joue à *Candy Crush* sur son cellulaire, je me rends compte qu'on est en train de perdre toute cette notion "d'attunement", cette syntonie entre une mère et son enfant favorisée par le contact visuel et qui est tellement importante. Mais on n'échappe pas à son époque et la gestion des électroniques est un défi constant », convient François Deschênes, dont le discours relève plus du constat que de la morale.

Toujours en lien avec les jeux vidéo et les écrans, le papa de trois, qui parle en connaissance de cause, croit que les parents ont davantage à s'intéresser à ce qui consume leurs enfants, de manière à avoir une idée de ce à quoi ils ont affaire.

« Il faut s'intéresser. Ça peut être tout un bon médium pour échanger et aller les chercher. Tu peux lui parler, à ton enfant, pendant qu'il joue. Tu peux subtilement aller en chercher des bouts. Mais il faut faire attention parce que les enfants peuvent devenir très réactifs. Si tu pèses sur le piton "off" pendant qu'il est au douzième niveau de *Fortnite*, attention ! », lance le psychologue avec humour.

UN PRIX QUI FAIT DU BIEN

François Deschênes a reçu la reconnaissance de la Fondation



Équilibre avec bonheur. Une tape dans le dos qui fait du bien. Cela dit, tout au long de l'entrevue accordée au *Progrès*, il a surligné à maintes reprises les noms de membres de l'équipe jeunesse du CLSC d'Alma, tous alliés pour faire la différence auprès des enfants qui ont bien besoin d'aide et de soutien.

Le local du psychologue François Deschênes est tapissé de dessins d'enfants, qui sont remplis de significations. — PHOTOS LE PROGRÈS, GIMMY DESBIENS



Un penchant pour les moins bien nantis

François Deschênes a toujours eu un penchant pour les moins bien nantis.

Il est né et a grandi à Chicoutimi-Nord, a fait son baccalauréat en psychologie à l'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC) et s'est tourné vers Sherbrooke pour y compléter une maîtrise. Le psychologue a amorcé sa carrière à

Matagami, dans le Nord-du-Québec, avant de revenir en région. Lui et sa conjointe, qui évolue dans le même milieu, ont choisi Alma pour élever leurs enfants, maintenant âgés de 18, 15 et 12 ans.

« Quand j'étais petit, j'allais au camp de jour au Chantier du père Alex. J'aimais me retrouver avec des personnes en déficience

intellectuelle. Ces personnes-là, elles aiment beaucoup et je me suis toujours senti bien avec elles. Quand j'étais à l'école et qu'un élève partait avec un psychoéducateur, je demandais d'y aller moi aussi. J'étais fasciné », confie François Deschênes, rencontré dans son bureau du CLSC d'Alma, un local tapissé de dessins d'enfants.

Chaque schéma, pointe-t-il, fournit des indices sur les émotions qui habitent son auteur. Sa situation familiale, ses peines, ses peurs.

« Vous voyez, l'arbre ici, il représente le père. On n'en voit qu'une toute petite partie. L'enfant l'a dessiné au bord de la page en dernier. La maison est la représentation de la mère, elle est sombre et

fermée », constate le psychologue, y allant d'autres conclusions aussi fascinantes les unes que les autres, un dessin à la fois.

Les jeunes aboutissent dans le bureau de François Deschênes dans divers états. Il les calme, il les écoute et les nourrit, au sens propre comme au sens figuré. MÉLYSSA GAGNON

PSYCHOLOGUE JEUNESSE D'EXCEPTION

François Deschênes, L'Équilibriste



MÉLYSSA GAGNON
mgagnon@lequotidien.com

François Deschênes est L'Équilibriste.

Psychologue aguerri, celui qui travaille au sein de l'équipe jeunesse du CLSC d'Alma depuis 2005 correspond en tous points à la description du trophée qu'il vient de remporter, tel que l'a défini son auteur, l'artiste baieriverain Giuseppe Benedetto. Le verrier a signé l'oeuvre remise par la Fondation Équilibre du Saguenay-Lac-Saint-Jean au lauréat du Prix reconnaissance Rio Tinto 2018.

La cérémonie a eu lieu il y a près d'un mois, lors du souper du commandant de la Base militaire de Bagotville. La poussière retombe tranquillement, mais lorsque rencontré, à quelques jours de Noël, François Deschênes flottait encore sur ce nuage de reconnaissance qui lui procure des papillons dans le ventre et un sentiment d'enveloppement.

« Un équilibriste doit faire appel à tous ses sens », énonce l'artiste de La Baie, dans la fiche descriptive du trophée. Le prix arbore une silhouette tenant adroitement en équilibre sur une toupie. La sculpture représente le temps qui passe, les souvenirs et la mémoire. Et c'est

tout à fait ça, l'histoire de François Deschênes, un amoureux des enfants qui s'est donné pour mode opératoire d'apaiser, chaque jour, un peu de leurs souffrances. Pour y arriver, il puise à même ses connaissances approfondies de la psychologie et ses propres expériences. Il extrait aussi chaque once de douceur, de sensibilité et de gros bon sens qui forment sa personne, pour les mettre au service des jeunes. Ce n'est pas une mission facile, parce que François Deschênes côtoie quotidiennement l'adversité, les difficultés, la vulnérabilité, les troubles d'apprentissage, les psychopathologies et une pléiade d'éléments complexes qui font parfois de la jeunesse un grand vol d'oiseaux blessés.

PAPA KANGOUROU

Il y a une dizaine d'années, François Deschênes a été le fer de lance du projet Kangourou, une classe particulière implantée à l'école Saint-Sacrement d'Alma et

destinée à des enfants aux prises avec des enjeux d'attachement sévères ou des problèmes de santé mentale.

« C'est quelqu'un qui a le souci de faire cheminer et apaiser les enfants souffrants, mais également ceux qui s'occupent de ces enfants », a mis en exergue la direction de la Fondation Équilibre, soulignant l'implication et « le travail extraordinaire » du psychologue. Le professionnel est reconnu par ses pairs pour son savoir-faire, son soutien, son ouverture et son apport dans la pratique des intervenants qui ont recours à ses bons conseils.

S'il a pris du recul de la classe Kangourou cette année pour laisser d'autres collègues s'y investir, le psychologue la considère encore comme son bébé. Il y a investi du temps, de l'énergie, de l'amour,

de l'empathie. Il y a constaté des histoires difficiles, a savouré des succès.

« Quand il n'y a plus de services pour l'enfant, on l'admet à Kangourou. C'est un espace d'apprentissage,

de relaxation et de vivre ensemble. Avec les enfants qui ont des enjeux d'attachement importants et qui peuvent être hyperactifs, les défis sont grands. On peut parler de TDAH, de troubles d'opposition, de troubles anxieux, de syndrome de Gilles de la Tourette et d'autisme. C'est un lieu d'observation et semaine après semaine, on réajuste le tir. Parfois, on a



« C'est quelqu'un qui a le souci de faire cheminer et apaiser les enfants souffrants, mais également ceux qui s'occupent de ces enfants. »

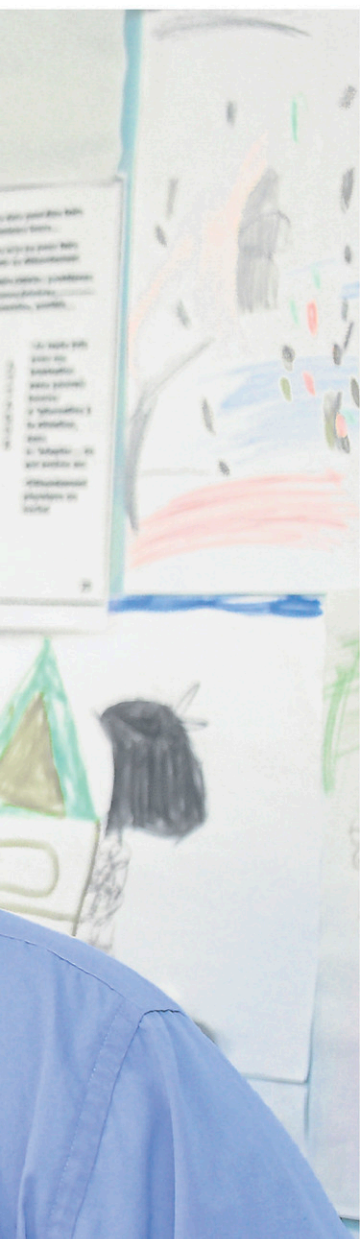
— La direction de la
Fondation Équilibre

affaire à des parents blessés et on doit leur vendre le concept. Mais les enfants deviennent plus posés et plus disposés au niveau des apprentissages », raconte François Deschênes.

Il précise que l'objectif demeure l'intégration dans des classes ordinaires. Parfois, ils y arrivent. Parfois pas. Lorsque, récemment, un enfant Kangourou a obtenu son diplôme d'études secondaires, le psychologue et les intervenants qui gravitent autour de la classe ont eu envie de crier victoire.

Le trophée du Prix reconnaissance Rio Tinto 2018 remis par la Fondation Équilibre du Saguenay-Lac-Saint-Jean a été fabriqué par l'artiste verrier Giuseppe Benedetto.

— PHOTO LE PROGRÈS,
GIMMY DESBIENS



ANNIE-CLAUDE BRISSON acbrisson@lequotidien.comPATRICIA RAINVILLE prainville@lequotidien.com

d'une fille à l'autre

Voir le beau et le bon

Une autre année qui se termine ! Force est d'admettre qu'avec les années, je me sens plus émotive à l'approche d'un tout nouveau calendrier. Mettons cela sur le dos des années qui s'accumulent.

C'est le signe que les pages du dernier calendrier sont gribouillées et tournées alors qu'un tout nouvel exemplaire nous attend dans quelques jours.

De plus en plus, j'ai conscience que le temps est une denrée rare et que les précieux moments ne reviendront pas.

À l'invitation de ma consœur de cette page, je me suis lancée dans cette réflexion concernant la dernière année qui vient de glisser sous nos pieds. J'ai tourné les pages de la dizaine de cahiers de notes que j'ai trainés au courant d'autant de mois.

Elle est particulière, pour moi, cette dernière année, surtout au plan professionnel.

L'année 2018 représentait la dixième année depuis ma graduation au Collège de Radio Télévision de Québec (CRTQ) et ma toute première au *Quotidien*. Une décennie à être une adulte qui travaille sans compter les heures et qui paye ses comptes. Vu ainsi, c'est presque déprimant. Et pourtant, j'ai cette grande chance, celle de faire ce que j'aime ! Et je vous la souhaite !

Je vous rassure, nous croisons du beau et du bon dans le cadre de nos activités professionnelles

Janvier a débuté en force alors que j'ai dit au revoir à mon amour professionnel de la vingtaine, la radio. La fin de cette étape marquait le début d'une toute nouvelle aventure en presse écrite.

Les douze derniers mois furent l'occasion d'en vivre des premières fois dans ce métier qui ne m'est pourtant pas inconnu. C'est ce qui est beau avec notre profession, la nouveauté est clairement au-devant de la redondance.

Certes, certains faits divers ont marqué mon imaginaire et forgé mon expérience. Par respect pour les familles qui viennent de vivre le premier Noël depuis, je ne m'étendrai pas sur ces expériences professionnelles. Dans le cadre de mon travail, je dois avouer que j'ai un faible pour tout ce qui concerne la justice et les faits divers. Avouons que l'année qui se termine m'aura permis d'assouvir mon dada du métier.

Je vous rassure, nous croisons du beau et du bon dans le cadre de nos activités professionnelles. J'ai souvenir de nombreux beaux rendez-vous de cette dernière année.

LUCIEN GAGNON

Il est l'un des fondateurs de la Cité rurale de Saint-Bruno. L'homme de 100 ans m'attendait dans son petit appartement d'Alma afin de me raconter les moindres détails de cette communauté bien particulière. L'image était forte alors que pendant notre rencontre, le centenaire regardait des photos d'époque sur son cellulaire.

CLAUDIA DUCHESNE

L'opération visant à retirer une masse logée près de sa colonne vertébrale a mal tourné. La femme de 28 ans s'est réveillée paraplégique.

Lors de notre discussion, la jeune femme venait tout juste d'emménager dans la résidence adaptée qui fut construite par son conjoint.

CETTE GÉNÉREUSE DONATRICE

Lors d'une visite à la Moisson d'Alma, je suis tombée sur une adorable dame.

Âgée de 80 ans, elle assurait avoir été choyée par la vie. En retour, elle effectuait des courses pour les bénéficiaires de l'organisme.

LUCIEN POTVIN

Cet homme a travaillé, une partie de sa vie, à la station militaire du mont Apica. À 91 ans, il est devenu le point central d'une vidéo promotionnelle de Tourisme Alma Lac-Saint-Jean.

Il a eu la chance de retourner sur ce lieu mythique l'hiver dernier lors du tournage de la capsule réalisée par les Films de La Baie. Notre brève discussion était habitée par une grande fierté et de fortes émotions pour le nonagénaire.

LA FAMILLE FORTIN (VÉRONIQUE, KINA ET JACKIE)

Le trio est à l'origine de L'Offrande d'Alma. Les pâtisseries cuisinées par les bénévoles sont distribuées le 24 décembre aux familles qui en ont besoin ainsi qu'à des personnes qui travaillent lors de cette soirée des Fêtes.

Il y a du beau et du bon qui nous entourent. Faut simplement vouloir le voir !

Un 15 août aux aurores

Comme journaliste, il y a de ces moments qui nous marquent plus que d'autres. Année après année, nous rencontrons des centaines de personnes, nous racontons des centaines d'histoires. Comme bien des journalistes, c'est ce que j'aime de mon travail. Raconter.

Chaque année, je me demande ce qui m'a le plus marquée durant les douze derniers mois.

Je n'ai pas eu à réfléchir bien longtemps cette année. C'était le 14 août. Je travaillais aux faits divers ce soir-là et mon boss me fait venir dans son bureau.

— Prépare-toi, demain matin, tu dois être au bureau à 5 h 30. Tu vas rejoindre Mariane (la photographe) et vous allez attendre mes consignes par texto.

— C'est quoi ?

— Je ne peux pas t'en parler immédiatement. Tu vas le savoir demain matin. Mais c'est gros.

J'ai assez d'expérience maintenant pour savoir que quelque chose de gros, au petit matin, est souvent synonyme d'opérations policières. Et une opération policière assez importante pour nécessiter le secret complet est souvent synonyme d'opération impliquant des motards.

Je me suis donc couchée ce soir-là en me disant que j'allais probablement être témoin de l'arrestation d'un Hells le lendemain matin.

J'avais visé juste.

À 6 h du matin, Mariane et moi attendions à l'endroit où nous avait envoyées mon boss. Pendant ce temps, ma consœur de cette page attendait des instructions pour une affaire semblable à Desbiens. Ayant deviné de quoi il s'agissait, on se textait en code, afin de ne pas faire bousiller les opérations policières. Évidemment, c'était absolument absurde, mais que voulez-vous, on se pensait dans *District 31*.

Alors donc, Mariane et moi nous nous sommes retrouvées devant la demeure de Bernard « Ben » Plourde, l'un des seuls membres en règle des Hells Angel de la région.

Il n'avait sans doute pas été averti par mon boss, lui, puisqu'il a été réveillé par la cavalerie, qui venait l'arrêter aux aurores. Ça n'a pas duré cinq minutes qu'il était amené au poste. J'imagine que ce genre de personnes ne sont jamais vraiment surprises de voir débarquer la police.

Les agents ont perquisitionné sa maison, son garage et on remorqué sa rutilante Harley Davidson. Deux heures plus tard, les journalistes des autres médias se pointaient à leur tour. Mon boss ne les avait pas avertis, eux non plus.

Je fais partie de ces rares journalistes qui apprécient les faits divers. Les arrestations, les perquisitions, les enquêtes. J'aime faire affaire avec la police même si elle, elle ne nous aime pas toujours. J'aime attendre des heures le dénouement d'une opération. J'aime écrire ce que je vois. Raconter ce qui se passe devant mes yeux.

Je n'irais pas jusqu'à dire que les Hells m'impressionnent, mais lorsqu'on aime les faits divers, l'arrestation de l'un d'entre eux figurent dans la liste des bonnes histoires à raconter. Et des motards, il n'en pleut quand même pas au Saguenay-Lac-Saint-Jean.

J'ai donc passé pas mal toute ma journée du 15 août à suivre l'évolution de cette arrestation. Jusqu'à sa sortie du poste de police, d'où il était conduit jusqu'au centre de détention de Québec.

Vous vous demandez sans doute pourquoi mon cher patron a été averti de cette arrestation un peu plus de 12 heures avant qu'elle ne survienne.

Je ne saurais vous répondre. Pour la simple et bonne raison que je l'ignore moi-même. Et même si je le savais, je ne le vous dirais pas.



Bernard « Ben » Plourde, l'un des seuls membres en règle des Hells Angel de la région et présumée tête dirigeante du principal réseau de distribution de drogue régional, a été arrêté le 15 août à son domicile de Laterrière. — ARCHIVES LE PROGRÈS, MARIANE L. ST-GELAIS

chroniqueur du samedi

@joelmartel

JOËL MARTEL jmartel@lequotidien.com



Un Noël simple comme bonjour

Au cours des deux dernières années, c'était nous qui organisions le réveillon de Noël.

Chaque année, ça avait été le même scénario. Au début du mois de novembre, on se disait que ça pourrait être chouette de recevoir quelques personnes de notre famille afin de célébrer la veille de Noël, puis quelques semaines plus tard, on se rendait compte que finalement, on organisait vraiment le réveillon.

Il faut savoir que Julie est pas mal intense dans la vie et c'est justement une des raisons pour lesquelles je l'aime passionnément. Alors hop, chaque année où on organisait le réveillon, elle donnait son 200 % dans les semaines qui précédaient le grand événement, puis la veille de Noël, voilà qu'elle était terrassée par un vilain rhume qui rendait le sprint final encore plus extrême pour elle.

Mais alors que je métais déjà préparé à recevoir encore toute la famille cette année pour le réveillon,

voilà que Julie m'a complètement pris par surprise quand, en novembre dernier, elle m'a annoncé qu'elle souhaitait cette fois-ci qu'on célèbre la veille de Noël en formule très simple, c'est-à-dire elle, Charlot et moi.

L'idée ne m'a vraiment pas déplu, étant donné que Julie m'a «vendu» ça en me disant que pour une fois dans notre vie, on n'aurait pas du tout à se stresser avec Noël.

Or, je connais bien Julie et pendant tout le mois de novembre, j'ai patiemment attendu que «le» moment se produise. Puis, décembre est arrivé et plus les semaines avançaient, plus je me disais que «le» moment arriverait. «Le» moment, c'était cet instant où Julie me dirait : «Telle personne sera seule au réveillon et je me suis dit qu'on pourrait l'inviter non ?». Ensuite, une fois que «le» moment serait arrivé, on passerait alors à l'étape du «tant qu'à», qui consiste à se dire : «Tant qu'à inviter telle personne, on pourrait aussi inviter telle personne non ?», ce qui finirait par nous

mener à l'étape finale, le fameux «finalement», ou si vous préférez : «Je regarde tout ça et finalement, on va organiser le réveillon».

Certes, ça n'a pas été un réveillon qui s'est terminé aux petites heures du matin avec une gueule de bois en prime au réveil, mais je dois vous dire que ce fut un magnifique Noël dont je me souviendrai toujours

Mais à mon grand étonnement, «le» moment n'est jamais arrivé. N'empêche que jusqu'au 24 décembre à 17h, je m'y attendais encore. On l'a donc fait ce Noël simple comme bonjour.

Je ne vous cacherai pas toutefois qu'au début, ça a été un peu bizarre parce que c'est beaucoup moins facile qu'on ne pourrait le croire de fêter un Noël en toute simplicité.

Tout d'abord, il faut entrer en mode Noël, mais une fois qu'on a trouvé la bonne «playlist» de Noël, ça le fait. On a donc dansé en famille pendant quelques minutes sur *Feliz Navidad* et pour être bien honnête avec vous, j'ai versé quelques larmes de joie à ce moment.

Mais une fois que l'ambiance de Noël était au rendez-vous, il fallait entretenir la magie et c'est là que j'ai compris pourquoi on a tendance à vouloir se réunir en grosse gang lors d'une telle célébration. Le truc, c'est que lorsqu'on est une grosse gang, tout semble couler naturellement quant aux nombreux rituels du réveillon : on va manger tantôt, puis après, on passera aux cadeaux, et puis après, on fera ça et ça. Or, quand on est trois, chaque

voix compte et surtout, il faut sortir de son quotidien alors qu'on se trouve à l'endroit même où on y vit notre quotidien.

Certes, ça n'a pas été un réveillon qui s'est terminé aux petites heures du matin avec une gueule de bois en prime au réveil, mais je dois vous dire que ce fut un magnifique Noël dont je me souviendrai toujours.

Car au-delà des jouets et des livres qu'on s'est offerts, on se sera fait un cadeau qui traversera l'épreuve du temps : des souvenirs qui nous accompagneront longtemps. Un tout petit moment qu'on se sera accordé ensemble et où on aura pris le temps de se dire : je t'aime.

Mais bon, je gage que l'an prochain, Charlot sera bien content de se retrouver dans une maison remplie de gens pour le réveillon. Et puis un jour, il entendra au hasard *Feliz Navidad* et j'imagine qu'il rigolera un bon coup en repensant à ses parents qui dansaient comme des fous.



le progrès technologique

@steevefortin STEVE FORTIN sfortin@lequotidien.com



2018, entre politique et technologie

LA CHUTE DU BITCOIN

Il y a un an à peine, on parlait de l'émergence du Bitcoin qui atteignait alors un sommet historique en se vendant à plus de 20 000\$. Aujourd'hui, cette cryptomonnaie a perdu un peu de son lustre avec une valeur se situant environ à 5500\$, ce qui n'est pas mauvais si on tient compte qu'il y a trois ans à peine elle se situait autour de 500\$.

Pour les promoteurs de mines de cryptomonnaie, 2018 fut une année difficile, non seulement en raison de la chute de la devise, mais aussi en raison d'un revers face à Hydro-Québec dans l'obtention d'un tarif préférentiel. Le minage de cryptomonnaie étant l'une des activités les plus énergivores sur la planète, il est logique

que le Québec soit dans la mire des promoteurs, mais la société d'État réserve ses tarifs préférentiels à des entreprises générant de

l'emploi, ce qui n'est malheureusement pas le cas de la cryptomonnaie, qui ne nécessite pas un volume suffisant de main-d'oeuvre.



— PHOTO 123RF

HUAWEI: LE CANADA DANS L'EMBARRAS

Le fabricant chinois de matériel électronique Huawei termine son année 2018 dans la tourmente avec l'arrestation à Vancouver, à la demande des Américains, de sa directrice financière Meng Wanzhou. Nos voisins du sud accusent Huawei d'avoir fait fi des sanctions contre l'Iran en y vendant du matériel via une société-écran.

D'ailleurs, moult pays doutent de l'intégrité de ce manufacturier et l'ont banni, malgré qu'il soit un leader mondial dans le déploiement de la technologie cellulaire 5G. L'affaire Huawei plonge actuellement le Canada dans une tourmente diplomatique avec la Chine, qui a par ailleurs procédé à l'arrestation de deux Canadiens.

Le dénouement de cette délicate histoire aura un impact majeur sur les télécommunications canadiennes, car plusieurs fournisseurs de télécommunication utilisent actuellement des produits Huawei. Pour paraphraser le très nuancé Elvis Gratton: «Un Chinois, ben ça, c'est l'boutte!»



— PHOTO 123RF

FACEBOOK DANS LA CONTROVERSE

Ce n'était qu'une question de temps avant que ne surgisse une controverse majeure en matière de confidentialité chez le plus grand des réseaux sociaux. Depuis le début de l'année 2018, les scandales se succèdent chez Facebook au rythme des changements dans l'entourage du président américain Donald Trump. Ce dernier est d'ailleurs l'élément déclencheur de cette série noire avec l'affaire Cambridge Analytica et la vente de données privées lors de l'élection présidentielle.

Depuis, Facebook semble s'embourber de plus en plus, que ce soit à propos des fausses nouvelles ou de la protection de la vie privée de ses utilisateurs. Il y a quelques jours, nous apprenions que Facebook permettait à certaines entreprises «d'espionner» les conversations privées de l'application Messenger. Rien pour consolider le lien de confiance avec les utilisateurs.



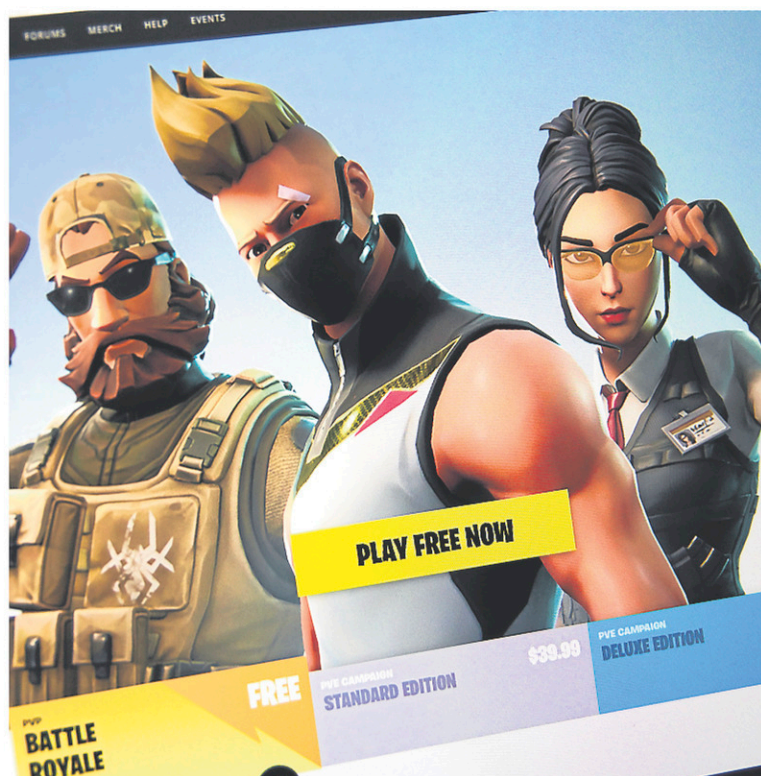
— PHOTO 123RF

FORTNITE, LA RECETTE DU SUCCÈS

Le jeu *Fortnite*, sorti vers la fin de 2017, a obtenu un succès immédiat avec plus de 125 millions de joueurs de tout acabit. Le jeu est offert

gratuitement, mais offre la possibilité aux joueurs d'acheter différents accessoires afin de personnaliser leurs avatars, ce qui permet à Epic

Games d'enregistrer les milliards de dollars! Ils en auront d'ailleurs besoin, avec toutes les poursuites pour plagiat qui pèsent contre eux!



Le jeu *Fortnite* d'Epic Games compte plus de 125 millions de joueurs. — PHOTO 123RF

TRUMP ET LE MOT IDIOT

La situation cocasse de l'année revient au PDG de Google Sundar Pichai qui, lors d'une audience parlementaire, a dû expliquer pourquoi l'image du président Trump s'affiche lorsque le mot idiot est tapé dans le moteur de recherche de Google Images.

Accusé par les républicains de favoritisme démocrate, Google se défend que les réponses offertes aux requêtes sont le fruit de l'algorithme qui corrobore une série de facteurs afin de relier une image à un mot-clé. Le véritable responsable de ce couple Trump-Idiot est non pas Google, mais les nombreux sites Internet qui placent le mot-clé idiot avec une image du président!

sexologie

@ Des questions? Écrivez-moi: mbouchard@lequotidien.com

MYRIAM BOUCHARD
Infirmière-sexologue



PHOTO 123RF

Parce qu'il y a aussi du positif

2 019, et si les pages de ton calendrier ne présentaient que du beau? Louable que cette requête reçue via ma boîte Facebook. Les médias, quels qu'ils soient, exposent effectivement plus souvent qu'autrement cette représentation de tout ce qui va mal! Réalité certainement plus vendeuse qu'une madame heureuse pour qui la vie sourit ou ce monsieur ô combien satisfait de finalement pas grand-chose. Le bonheur des autres n'intéresse personne, c'est à croire!

Des mères exténuées, des femmes frustrées, des hommes en manque de sexe, de la propagande masculiniste, des ados hypersexués, des enfants déjà blasés, la voici la tendance!

AUTOCRITIQUE

Oui, cette recommandation de

«cette-femme-possiblement-écœurée-du-négatif» a suscité chez moi l'envie de faire preuve d'autocritique à l'égard de mes parutions publiques tant parlées qu'écrites.

Nos ados sont beaux, s'acceptent dans leurs différences tout comme dans leurs ressemblances

Éduquer sexuellement parlant une population diverse nécessite aussi un contenu teinté de positivisme. Bien que l'achalandage de mon bureau propose diverses problématiques sexologiques, vous comprendrez que personne ne me paie pour m'exprimer leurs grands bonheurs sexuels. Je vous

propose donc aujourd'hui ce que je vois aussi de magnifique selon mes clientèles.

LES ENFANTS

Eux autres, je les aime! Les entendre démolir les stéréotypes sexuels, être en mesure de déjà consentir, de comprendre que les bébés ne sont pas le produit de deux vieux choux oubliés dans le frigo ou encore reconnaître leur puberté comme n'étant plus cette période ingrate, mais plutôt comme le merveilleux passage du monde de l'enfance vers celui de l'adulte, je trouve ça beau! Bravo mes cocos.

LES ADOLESCENTS

Eux autres, je les aime aussi! Je vous confirme qu'il n'existe aucun plus beau spectacle que de voir l'éveil amoureux émerger d'eux.

Du courrier

Allô Myriam!

Moi, je voudrais voir plus d'histoires de gens qui vont bien! Je parle de couples qui s'aiment sans que ce soit compliqué. Des gens qui ont des enfants sans être à bout.

De ceux qui font l'amour sans que ce soit une corvée, qui ont du plaisir à deux et en famille! Avec tous les couples qui se séparent autour de moi, me semble que ça remonterait le moral des troupes! Est-ce que ça existe encore, des gens comme ça? Dites-le-moi!

Un couple d'amoureux de 14, 15 ou 16 ans, ça respire l'amour, le vrai, à la puissance mille.

Nos ados sont beaux, s'acceptent dans leurs différences tout comme dans leurs ressemblances. Des jeunes affichant officiellement une orientation sexuelle autre que cette hétéro-normativité, ça n'existait pas dans mon temps et sachez-le, je ne suis pas vieille! Idem pour l'identité et l'expression de genre. Être qui ils sont, ils le font et ça, je trouve ça beau aussi!

LES ADULTES

Eux autres, je les aime aussi, aussi! Des couples qui fonctionnent, chez qui le sentiment

amoureux est toujours de la partie, qui font l'amour comme s'il n'y avait pas de lendemain, j'en connais aussi! Le savoir-faire et le savoir-être, que je considère comme une prémisses essentielles à la vie à deux, sont présents chez bien de ces gens qui m'entourent.

Et chez les autres, ceux qui font cavalier seul, par choix, conviction et parfois faute de mieux, je les vois aussi être heureux! Exit vieille fille acariâtre ou divorcé aliéné, se faire une belle vie, ça peut être ça aussi.

Mon ratio tant professionnel que personnel m'amène à croire que le positif domine officiellement sur le négatif. Ne reste qu'à le chercher, en fermant votre télé! Bonne année 2019!

Tradition en voie d'extinction

**JULIEN
RENAUD**
CHRONIQUE

julien.renaud@lequotidien.com



S'il y a une tradition du temps des Fêtes que je refuse de voir disparaître, c'est celle de la galette des Rois, le jour de l'Épiphanie, le 6 janvier! Sans hésitation!

Chaque année au condo de mes grands-parents, à Saint-Sauveur, dans les Laurentides, un nouveau roi ou une nouvelle reine est élu dans la famille, par le simple sort de la petite fève ou de la petite figurine dissimulée dans cette galette feuilletée à la frangipane, une crème à base d'amandes.

Bon, ça y est, je salive déjà!

Cette élection sucrée, inspirée de la tradition chrétienne, ne m'est pas chère pour des raisons religieuses – l'Épiphanie souligne la visite des rois mages à l'Enfant Jésus –, mais pour des raisons de gourmandise et de doux souvenirs familiaux.

Si je ferme les yeux un instant et pars en voyage dans ma mémoire, je revois très bien Pépé couper le gâteau en parts égales, afin que le trône de la nouvelle année soit occupé par la personne légitime de la famille.

Je nous vois, là, autour de la table, avec la nappe verte et rouge que Grand-mère possède encore aujourd'hui, son moyen de figer le temps.

Tous les regards sont portés sur le saint Graal de la pâtisserie. Certains trépident d'impatience de connaître le verdict; d'autres s'en foutent et ne veulent que se sucrer le bec.

Moi, petit, je désire autant l'un que l'autre. Disons que la galette des Rois à saveur de victoire est une petite coche au-dessus de la galette de base. Je suis là, à genoux sur ma chaise, à saliver, à espérer.

Des fois, la petite figurine est visible sur-le-champ; parfois, c'est à la sixième bouchée du nouvel héritier que la couronne trouve preneur.

J'ai souvenir, aussi, d'avoir été l'heureux élu à plusieurs reprises, à mon plus grand bonheur.

Je dois confesser, par contre, que la tradition était flexible chez les Lambert, du côté de ma mère. Certaines années, le roi ou la reine est appelé, dès les premières

minutes de son règne, à élire son acolyte. D'autres années, par contre, le roi ou la reine doit faire cavalier seul.

Pourquoi une telle élasticité? Je pense, si ma mémoire ne me trahit pas, que le nombre de marques ne dépend que du fait d'avoir conservé ou non la couronne de l'année précédente. Eh oui, c'est aussi simple que ça!

Si je ferme les yeux un instant et pars en voyage dans ma mémoire, je revois très bien Pépé couper le gâteau en parts égales, afin que le trône de la nouvelle année soit occupé par la personne légitime de la famille

Moi, je choisis toujours Grand-mère, ma complice indétrônable, lors des années de duo. Et vice-versa, ce qui augmente nos chances de conserver le pouvoir.

D'ailleurs, en rebrassant ces beaux souvenirs, je réalise que je dois des remerciements sincères à Grand-frère, qui a toujours été un excellent perdant. En fait, je pense qu'il a prudemment décidé de ne pas défier ma soif de pouvoir et d'assumer le rôle du fou du roi.

DE L'OUTAOUAIS AU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

Maintenant que l'empire familial s'étend de l'Outaouais au Saguenay-Lac-Saint-Jean, en passant par les Laurentides et Lanaudière, la tradition bat de l'aile.

Mais Grand-mère et Pépé continuent de faire toutes les pâtisseries de Saint-Sauveur, à la recherche d'une galette des Rois, devenue une denrée rare. Une part est réservée à chacun lors de la coupe du gâteau, afin que je puisse être élu par FaceTime, si le destin me choisit de nouveau.



La galette des Rois est un dessert à base de pâte feuilletée, doré au four et fourré avec une garniture, généralement de la frangipane. — PHOTO 123RF

L'arrivée de la technologie nous permet aussi d'avoir recours à la reprise vidéo, question d'éviter un scandale de la trempe du but d'Alain Côté!

L'an dernier, Grand-mère a hérité de la couronne et m'a nommé pour la seconder.

Cette année, si jamais Pépé était élu, par exemple, je me suis assuré d'avoir une seconde et

une troisième chance, puisque j'ai passé une commande à la Boulangerie Chicoutimi-Nord, mercredi, pour deux galettes des Rois!

Sur 13 appels faits dans des pâtisseries de la région – j'ai même poussé l'exercice jusque dans le Haut-du-Lac –, seuls deux endroits m'ont répondu à l'affirmative, soit la Boulangerie

Chicoutimi-Nord et L'Artisan boulanger d'Arvida.

J'aurais dû contenir mon excitation lorsque j'ai reçu mon premier « oui »; j'aurais ainsi pu en commander une de chaque endroit.

Mais voyons le bon côté des choses: si jamais je perds mes trois premières élections, je saurai où aller!

Que la tradition se poursuive!

spiritualité

Bénédictio du jour de l'An

Avec la venue du jour de l'An, plusieurs personnes donnent encore de l'importance à la bénédiction traditionnelle, donnée par le père. En l'absence du père, ce rôle revient au frère aîné. D'où nous vient donc cette tradition et pourquoi la poursuivre ?

Faisons d'abord un peu d'histoire. La bénédiction paternelle du Jour de l'An prend sa source dans la Bible. Étant d'abord un acte de Dieu, le rite de la bénédiction nous informe sur les intentions de ce dernier. Dieu, en effet, ne veut que le bien pour l'être humain. Dans la liturgie de la célébration du Jour de l'An, nous lisons ce qui suit dans le *Livre des Nombres* au chapitre 6, versets 24-26 : « Que le Seigneur te bénisse et te garde ! Que le Seigneur fasse briller sur toi son visage, qu'il se penche vers toi ! Que le Seigneur tourne vers toi son visage, qu'il t'apporte la paix ! »

Pour ce qui est de cette tradition dont nous avons hérité au

Québec, celle-ci trouve ses origines en France. Les Français de tradition catholique qui se sont établis ici ont perpétué cette habitude et nous l'ont transmise jusqu'à ce jour.

SENS DE LA BÉNÉDICTION

Mais qu'est-ce que bénir ? Le mot bénir vient du mot latin « benedicere » qui signifie « dire du bien ». Bénir une personne revient littéralement à dire du bien de celle-ci, voire à lui souhaiter du bien. À l'église, nous sommes habitués à la bénédiction du prêtre. Mais qu'en est-il de la bénédiction dite « paternelle » ?

Dans la plupart des familles québécoises, elle était souvent très attendue. L'aîné, qui avait le privilège de la demander au père, le faisait avec une certaine gêne. Et le père, ému, avec une larme à l'œil, bénissait sa famille avec fierté. Car rappelons-nous qu'à l'époque, le père n'était pas du genre à signifier avec des mots

l'amour qu'il portait à ses enfants. Le fait de les bénir du geste de la main, en ajoutant une parole, parfois très brève, était assez fort pour laisser paraître une émotion dans sa voix chevrotante.

Dans le geste de bénir ses enfants, le père demandait à Dieu de les protéger, de leur assurer des jours heureux, exempts de tout malheur, de toute maladie. Ce geste renfermait également le souhait que les membres de la famille vivent en harmonie les uns avec les autres.

Il y a quelques années, je présidais les funérailles d'un père de famille dans le temps des Fêtes. Dans la préparation de la célébration, les enfants de ce dernier me partageaient que la tradition de la bénédiction paternelle du Jour de l'An était une pratique courante au sein de leur famille. Elle avait beaucoup de sens pour eux. Pour donner un sens particulier à cette tradition familiale, je leur ai donc proposé de bénir leur père à l'intérieur de la célébration. Ce qu'ils ont fait avec émotion. Je trouvais

normal qu'au moment de se séparer du corps de leur père, que les enfants puissent dire à leur façon, à travers une bénédiction, tout le bien qu'ils pensaient de ce père qu'ils avaient tant aimé.

Pour avoir accompagné de nombreuses personnes au moment où elles s'apprêtaient à mourir, pour avoir présidé de nombreuses funérailles, je crois fortement qu'il n'est pas nécessaire d'attendre le moment de la mort d'un proche pour lui dire tout le bien que nous pensons de lui. Alors que nous vivons nos journées dans une course parfois effrénée, alors que nous ne prenons pas toujours le temps de nous dire entre nous tout l'amour que nous avons les uns pour les autres, pourquoi ne pas profiter du jour de l'An pour demander à notre père ou à notre mère de nous bénir ? Et pourquoi les enfants ne pourraient-ils pas, à leur tour, bénir leurs parents ? Serait-il même possible qu'en l'absence de leurs parents, les frères et sœurs se bénissent mutuellement ?

Parmi mes connaissances et amis (es), certains sont plus ou moins religieux. D'autres sont athées ou agnostiques. Quelques-uns d'entre eux m'ont partagé le fait qu'au Jour de l'An, ils prennent le temps de simplement « dire du bien » de l'un et de l'autre ! À titre d'exemple, certains expriment une qualité qu'ils apprécient chez l'autre, d'autres reconnaissent un succès vécu dans l'année.

Dire du bien d'une personne, lui souhaiter ce qu'il peut y avoir de meilleur, c'est, comme je l'exprime souvent, déposer la main sur l'épaule de son prochain et lui dire simplement par ce geste : « Je crois en toi, je crois en tes capacités et je te remercie pour ce que tu es ! »

Que pensez-vous de bénir vos proches, au Jour de l'An ?

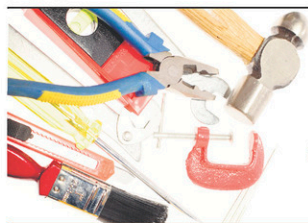
Vous me permettrez de vous souhaiter, chers lectrices et chers lecteurs de cette chronique, tout le bien possible en cette année 2019 !

Jean Gagné, prêtre
Responsable diocésain des communications



« Rappelons-nous qu'à l'époque, le père n'était pas du genre à signifier avec des mots l'amour qu'il portait à ses enfants. Le fait de les bénir du geste de la main, en ajoutant une parole, parfois très brève, était assez fort pour laisser paraître une émotion dans sa voix chevrotante. »





MÉLISSA VIAU mviau@lequotidien.com
www.facebook.com/melissa.viau



OPÉRATION NEZ ROUGE

Sylvain, le dévoué bénévole



Dans la nuit du 14 au 15 décembre, j'ai offert mon temps à Opération Nez Rouge. Après cette mémorable première expérience, en tant que bénévole, j'espère que quelques amis me suivront pour répéter ce geste d'entraide.

En attendant les premiers appels, parmi les 45 bénévoles rassemblés autour du buffet mis à notre disposition, je remarque des retraités et des amis habitués de poser des gestes d'entraide. Il y a même des employés d'usine qui saisissent une opportunité extraordinaire de s'impliquer dans la communauté grâce à leur employeur.

Tout ce beau monde est prêt à partir sur la route pour répondre à la demande. C'est vers 22 h que les équipes, composées de trois à quatre personnes, commencent à se disperser sur le terrain.

Soudain, on nous annonce, à mon chum et moi, que notre troisième partenaire s'est désisté. Comme les équipes de Nez Rouge doivent obligatoirement être composées de trois personnes, ma première expérience risque de ne pas aller plus loin que le buffet!

« Je vais appeler du renfort », souligne le répartiteur. Il appelle Sylvain, un dévoué bénévole, toujours disponible. « Il finit de travailler à 22 h et sera ici vers 23 h », mentionne le répartiteur. On nous avise aussi que Sylvain n'utilise pas son véhicule pour aller chercher les clients, car son rôle préféré est de ramener les voitures des clients.

Sylvain, notre sauveur, arrive! Cet homme se présente à nous timidement et nous partons sur la route. Entassés tous les trois dans la cabine simple de notre camion, nous dévalons les routes enneigées et brumeuses. Sylvain,

qui possède une petite voiture, nous confie son rêve de posséder un jour un beau camion tout équipé. « Avec des marchepieds », précise-t-il.

À peine arrivé chez notre premier client, Sylvain empoigne les clés de l'homme, qui possède un beau camion rouge, s'empresse de s'installer derrière le volant et démarre. C'est moi qui l'accompagne, côté passager, pour remplir le formulaire et communiquer avec le répartiteur.

Prudent et concentré, Sylvain préfère garder les yeux sur la route plutôt que de converser avec notre sympathique client, qui prend place sur la banquette arrière de son propre véhicule. Comme j'aime bien m'amuser, et que j'ai une facilité à faire rire, c'est une ambiance de fête qui plane dans le camion. En plus, les gens pompettes sont

Je vois parfois Sylvain sourire à nos niaiseries et intervenir avec quelques questions, mais il reste concentré. La brume nous empêche de voir la route et comme il connaît bien le secteur, notre chauffeur d'expérience se méfie des imprévus, y compris de la présence de gros gibier.

encore plus ricaneux. Je vois parfois Sylvain sourire à nos niaiseries et intervenir avec quelques questions, mais il reste concentré. La brume nous empêche de voir la route et comme il connaît bien le secteur, notre chauffeur d'expérience se méfie des imprévus, y compris de la présence de gros gibier.

Même s'il ne me le dit pas clairement, je vois que pour Sylvain, accompagner les fêtards chez eux est un rôle très valorisant. Il

est bénévole presque tous les jours pour Opération Nez Rouge, qui se déroule du 1^{er} au 31 décembre, du jeudi au samedi, et ce, depuis plusieurs années.

Il entre dans les partys et se fait accueillir en héros. On l'apprécie, on le remercie et on le félicite d'être si dévoué pour sa communauté. Passionné par les voitures, il prend plaisir à ramener les bolides des clients.

ANTIDÉMARREUR

La soirée se termine vers 4 h du matin alors que notre équipe accepte d'aller chercher un dernier client qui a un antidémarrreur dans sa voiture. Serviable, Sylvain se propose d'emblée pour jouer le rôle du « souffleur ». À la suite de quelques échecs, il devient nerveux et me passe le relais. Ce n'est vraiment pas évident souffler dans cette machine! Ça prend toute une technique. Je me reprends à quelques reprises avant de réussir à démarrer l'auto.

Le moment le plus stressant est survenu au moment où le bidule me demande de souffler une nouvelle fois pendant que nous sommes sur la route. « Si tu rates ton coup, on risque de tomber en panne et devoir attendre 15 minutes avant de reprendre la route », me lance le client. Sous la pression, je m'élançais et ça fonctionne!

« Ça m'est déjà arrivé en plein sur une autoroute. J'étais tombé en panne. Le service d'assistance de mon antidémarrreur m'avait dit que c'était dû au froid et que j'aurais besoin d'un séchoir pour réchauffer la machine. Tout le monde a ça un séchoir dans son auto », conclut notre dernier client en riant.

libre@dos

f www.facebook.com/melissa.viau

@ mviau@lequotidien.com



CHSLD DE LA COLLINE

UN STAGE MÉMORABLE

Après 15 semaines à les côtoyer, Marie-Justine Tremblay doit dire au revoir à la centaine de résidents du CHSLD de la Colline à Chicoutimi-Nord. Son stage est terminé.

Comme tous les stagiaires de sa formation, l'étudiante en éducation spécialisée a organisé une activité de départ pour saluer tous ceux qui s'étaient attachés à elle. « Cette activité permet d'éviter que ces personnes se sentent abandonnées. Ils nous ont fait confiance et ils doivent à nouveau redonner leur confiance à une autre personne qui nous remplacera », souligne l'attentionnée éducatrice en formation.

« En éducation spécialisée, notre clientèle est large. On peut intervenir dans les écoles, auprès des personnes handicapées, dans les résidences pour personnes âgées. »

— Marie-Justine Tremblay

Elle a offert une enveloppe à une soixantaine de résidents plus disposés à recevoir cette petite attention. « À l'intérieur, j'ai mis une carte faite par un enfant, un petit chocolat, un dessin à colorier, car la plupart aiment colorier, et une canne de bonbon », poursuit-elle. Même s'ils ne connaissaient pas les jeunes artistes ayant bricolé pour eux, les résidents étaient touchés de voir que quelqu'un pensait à eux.

La profession d'éducatrice spécialisée attire Marie-Justine depuis longtemps. « J'aime le contact avec les personnes dans le besoin. Je suis là pour les écouter, les aider et beaucoup de personnes dans ma famille font ce travail », explique Marie-Justine.

Même si au bout du compte, elle a adoré sa première expérience, les premières semaines de son stage ont été difficiles. « J'ai vraiment vécu un

choc. C'est difficile de voir des gens en fin de vie, de s'attacher à eux et de les voir mourir », mentionne Marie-Justine qui n'avait encore jamais côtoyé la mort de si près. Il faut dire que les personnes admises dans ce CHSLD ont atteint un certain stade. « Elles ne sont plus autonomes et elles ont besoin d'aide pour prendre leur médication, pour se nourrir et pour se laver », précise Marie-Justine.

Elle a fini par comprendre que les petits bonheurs qu'elle apportait, dans le quotidien de ses patients en fin de vie, donnaient un véritable sens à son travail. « Il y a beaucoup d'activités ici. Musique, zoothérapie, messe et bingo ne sont que quelques-uns des divertissements appréciés des résidents. C'est vraiment un des plus beaux CHSLD », poursuit-elle.

Elle a vu de belles histoires quotidiennement. Le personnel fait tout pour s'adapter à sa clientèle. « Tous les midis, je marchais dehors avec un homme qui avait tendance à se sauver. On marchait entre 10 et 15 minutes. Je l'écoutais me raconter sa vie. Nous avons développé un lien vraiment spécial », se remémore-t-elle.

L'été prochain, l'étudiante vivra un deuxième stage dans un tout autre environnement. « En éducation spécialisée, notre clientèle est large. On peut intervenir dans les écoles, auprès des personnes handicapées, dans les résidences pour personnes âgées », énumère Marie-Justine qui se permet d'explorer toutes les possibilités avant de décider dans quel domaine elle aimerait travailler.

La jeune femme était agréablement surprise de voir que la communauté s'implique au sein de ce centre. « Au CHSLD de la Colline, les élèves de l'école secondaire Charles-Gravel, qui se trouve à proximité, vont souvent faire des activités avec les personnes âgées », conclut-elle.



Même si Carmela Germain est bien entourée, et reçoit beaucoup de visites de ses proches, elle a apprécié cette carte réalisée par un enfant. — PHOTO LE PROGRÈS, MÉLISSA VIAU

Marie-Justine Tremblay a réalisé une activité de départ en remettant des présents aux personnes dont elle a pris soin 15 semaines dans le cadre de son stage. — PHOTO LE PROGRÈS, MÉLISSA VIAU



Des élèves du service de garde de l'école Mont-Valin, et leur éducatrice, Caroline Tremblay, ont écrit des cartes pour les résidents du CHSLD de la Colline. — PHOTO LE PROGRÈS, MÉLISSA VIAU

Des messages d'amour



Les cartes reçues par les résidents du CHSLD de la Colline ont été faites par les enfants du service de garde de l'école Mont-Valin de Saint-Fulgence. L'éducatrice Caroline Tremblay a eu cette idée après avoir entendu une histoire similaire à la radio. C'est alors qu'elle a pensé aux personnes âgées, qui passent parfois le temps des Fêtes seules, étant donné leur état de santé. Les enfants ont utilisé d'imagination pour mettre un peu de soleil dans la vie de leurs destinataires. Voici quelques exemples des messages rédigés:

« Joyeux Noël à vous. Pour moi vous êtes comme mes grands-parents. Joyeuses Fêtes grand-père et grand-mère. »

Alexie

« Joyeux Noël 1000 fois! Si tu n'as pas de cadeau, ce n'est pas grave, l'important c'est que tu as de l'amour. »

Akila

« Je te souhaite de passer un joyeux Noël avec tes amis et peut-être ta famille. Je ne sais pas si tu es une femme ou un homme. »

Alysson

« Je suis sûre qu'il y a encore des personnes qui pensent à vous, dont moi qui en fais partie. »

Pénélope



Les étoiles de Picotte

@ picotte@lequotidien.com



Frimousse B

«Frimousse B attend impatiemment la venue du père Noël devant la cheminée. Il y a 15 ans qu'il est entré dans notre famille. Il était le cadeau de fête d'Andréanne pour son huitième anniversaire. Ils sont inséparables depuis. Joyeuses Fêtes!»

Claude Bergeron, Diane Simard et Andréanne Bergeron

WOUF!

« Au plaisir de vous rencontrer en 2019! »

— Râto



Molly

«La chienne Molly et la chatte Zoé ne s'aiment pas seulement aux Fêtes. Les deux complices s'aiment beaucoup, tout au long de l'année. La petite caniche a été adoptée au refuge animal et Zoé a été trouvée à l'extérieur. Ils font le bonheur de leur propriétaire Christiane Coudé.»

Danny Desbiens



Iris et Nigma

«Voici Iris et Nigma qui attendent la visite.»

Jessica Roy



Lilou

«Lilou est une fanatique de l'eau. Chaque fois que je me brosse les dents, elle joue avec le débit d'eau et chaque fois que je sors de la douche, elle rentre dedans pour jouer dans l'eau. Ce sera le premier Noël de Lilou dans notre maison. Malheureusement, une partie de l'arbre n'a pas survécu à Lilou.»

Julie Larocque



Nouka

«Nouka, notre chienne labrador de deux ans et demi, vous souhaite une bonne année 2019.»

Jean-Denis Rousselle



Milou

«Salut, moi c'est Milou! Je suis un petit jack russell de trois ans. Je suis très énergique, mais aussi très paresseux. Des fois, je fais fâcher ma maîtresse, car elle dit que je suis fugueur. C'est parce que j'adore la chasse aux écureuils. Tout le quartier me connaît et je suis impossible à attraper. Quand je rencontre un inconnu, je jappe comme un fou! Quand je rencontre un chien inconnu, je jappe comme un fou! Une fois que les présentations sont faites, tout va comme sur des roulettes. L'été, j'adore me baigner et l'hiver je porte un petit manteau, car je suis frileux. Il paraît que je suis un des chiens les plus drôles de Chicoutimi, car je suis marrant et je me laisse déguiser.»

Nadine Fortin



Gougale

«Voici Gougale, mon cocker américain de deux ans qui trouve que le temps des Fêtes s'est très fatigant! Joyeuses Fêtes!»

Gaétane Boivin



Vagabond

«Vagabond adore le temps des Fêtes pour se réfugier sous le sapin et se réchauffer parmi les lumières qui dégagent de la chaleur. Âgé de cinq ans, il savoure sa vie paisiblement auprès d'une famille aimante qui l'a accueilli alors qu'il était errant.»

Francyne Gobeil

NOMINATION

Monsieur Michel Simard, président et éditeur des journaux le Quotidien et le Progrès, est heureux d'annoncer la nomination de **MÉLISSA DUCHESNE** au poste de Directrice principale ventes et marketing.

Madame Duchesne aura la responsabilité de développer les ventes de publicité sur toutes nos plateformes, papier et numériques (web et application), et d'encadrer les représentants et le personnel de soutien dans leurs fonctions. Elle coordonnera également les partenariats et les activités promotionnelles.

Au sein de l'entreprise depuis 10 ans, nous sommes fiers de compter sur son expérience en gestion, vente et marketing.

leQuotidien
leProgrès

Mélissa Duchesne

Directrice principale ventes et marketing

418 690-8822

mduchesne@lequotidien.com



Notre meilleur de la télé en 2018



PHOTO COURTOISIE, ICI RADIO-CANADA TÉLÉ

**RICHARD
THERRIEN**

CHRONIQUE
rtherrien@lesoleil.com



1 FAITS DIVERS

Après une première saison réussie sur ICI Radio-Canada Télé, l'auteure Joanne Arseneau a comblé les fans avec une deuxième encore meilleure. Paulo et Francine (excellents Luc Senay et Chantal Baril) du camping naturiste auront volé la vedette de cette histoire de meurtre, à haute dose d'humour et de suspense. Parmi les acteurs, on a découvert une Rachel Graton dans un registre qu'on ne lui connaissait pas, en Rachel Lauzon. Et un trio incomparable d'Italiens, Tony Calabretta, Virgil Serban et Roman Pagliaro, dans les rôles de Cozzolino et des frères Orsini. Vivement une troisième saison.

2 RÉVOLUTION

Révolution a révélé à plusieurs téléspectateurs qu'ils aimaient la danse... sans le savoir. À peu près tout de cette émission avait de quoi émerveiller, à commencer par des danseurs. Parmi nos coups de coeur: l'attachant Rahmane, de Québec, les émouvants William et Laura, l'éblouissant Yoherlandy et le réjouissant duo de Team White, gagnant de la bourse de 100 000 \$. En moyenne, 1 292 000 téléspectateurs sont tombés sous le charme, et l'émission de TVA sera de retour pour une deuxième saison.

PHOTO TIRÉE
DE FACEBOOK

3 FUGUEUSE

Nous étions en moyenne 1 606 000 à maudire le méchant Damien et à espérer que la pauvre Fanny finisse par s'en sortir. Quand le phénomène dépasse le cadre de la télévision, et sensibilise le public à la préoccupante réalité de l'exploitation sexuelle des jeunes filles et des fugues à répétition, il y a de quoi crier bravo. La série de TVA a aussi révélé au grand public Ludivine Reding, récompensée au Gala Artis, et le rappeur Yes Mccan, dont la chanson *Désirée* s'est hissée au troisième rang du répertoire francophone de Spotify en 2018.

4 DISTRICT 31

À sa troisième saison en ondes, la quotidienne de Luc Dionne ne cesse de gagner des accros. Dans la semaine du 26 novembre, elle a frôlé les 1,6 million de fidèles sur ICI Radio-Canada Télé. Et dire que plusieurs avaient juré ne plus regarder la série après la mort brutale de Nadine Legrand. L'assassinat de Christian Phaneuf, l'enquête sur la mort de Léopold Jean, et la présence intrigante de Charlene Baribeau dans le sous-sol de Yanick Dubeau ont marqué l'année au district 31.



PHOTO COURTOISIE, TVA, JEAN-MARC GÉNÉREUX

CLINIQUE &
DENTAIRE
D'IMPLANTOLOGIE
FRANÇOIS BLACKBURN

NOTRE SERVICE
D'ORTHODONTIE

VOTRE
SOURIRE...
VOTRE
PERSONNALITÉ!

 invisalign®

Dr François Blackburn
D.M.D. Dentiste généraliste

Diplômé d'un *Master Implant Clinician*, en Californie, gagnant du *Best Student Award* de ce Master, et Fellow en orthodontie et en implantologie.

418 542-3368 | 2465, rue Saint-Hubert, Jonquière
dentisteburn.com

Au rang des souvenirs

**JONATHAN
CUSTEAU**

CHRONIQUE

jonathan.custeau@latribune.qc.ca



L'année 2018 s'apprête à s'installer définitivement dans la boîte à souvenirs. Avant de lui dire au revoir, j'ose à peine calculer mon empreinte carbone pour les 365 jours qui viennent de passer. Je n'ose pas calculer les kilomètres parcourus, au-dessus des nuages, dans les 31 vols qui m'ont soulevé à un moment ou à un autre dans les 12 derniers mois.

Trente et un vols! Ça donne le vertige. C'est plus qu'une fois aux deux semaines, si on fait une moyenne. La Terre ne me dit pas merci. Mais j'aurai commencé, cette année, à compenser mes émissions de carbone.

L'année 2018 m'aura donné quelques leçons. Difficile de ne rien apprendre quand on décampe à une fréquence grand F et qu'on donne la parole à l'étranger.

À Tokyo, au Japon, j'ai été confronté à ce sentiment étrange de déjà-vu alors que je ne retrouvais pas tout à fait mes repères. Fou comme des souvenirs bénins, comme ceux des enseignes de magasins qu'on avait oubliées, font remonter des tas d'images.

En retournant dans la capitale nippone, j'ai eu à me demander par où commencer l'exploration de la deuxième chance, celle qui s'éloignerait de la surface, des mêmes attractions que la première fois qui ne me feraient rien découvrir.

En m'intéressant aux préparatifs des Jeux olympiques de 2020, j'ai réalisé qu'on accorde trop peu d'importance aux Jeux paralympiques. Les Japonais l'ont non seulement réalisé, ils en profitent pour adapter leur société qui laissait bien peu de place aux citoyens à mobilité réduite.

Ma recommandation au Japon: le quartier de Yanaka, avec ses maisons traditionnelles. On s'éloigne un peu du circuit touristique et on vit le Japon qui disparaît peu à peu. Et pendant qu'on y est, il faut manger une soupe ramen dans un restaurant typique.

En Haïti, j'ai vu la passion et la persévérance. Mon ignorance m'avait caché que la perle des Antilles était un pays de montagnes. Là-bas, la beauté est partout: dans la nature, dans les traditions,

dans le carnaval où j'irai danser un de ces jours, dans le créole que je ne comprends malheureusement qu'à moitié.

J'ai craqué pour la bonne humeur de Gesper, qui aime chanter autant que le café qu'il fait pousser. Pour les paysans de Vallée, aussi, qui exploitent la terre de leur communauté tout en évitant l'exode des jeunes.

Ma recommandation en Haïti: s'attarder dans le secteur de Vallée et de Petit-Goâve.

Israël s'est révélé un petit bout de terre à la fois. Ce qu'il a de surprenant, ce petit pays, c'est qu'il renferme justement tellement d'histoire et de richesses dans un territoire aussi restreint.

Les sites du patrimoine mondial de l'UNESCO ont de quoi combler les férus d'histoire. Ceux qui s'intéressent à l'actualité seront peut-être, comme moi, impressionnés par le Golan, d'où on peut voir (et entendre) le territoire syrien, et la Cisjordanie, qui donne un très bref aperçu du conflit israélo-palestinien.

Il était très étrange de combiner, dans une même escapade de deux semaines, le village hyperconservateur de Safed, les sites religieux d'importance pour le judaïsme, l'islam et le bahaïsme, en plus d'assister au plus gros événement LGBTQ+ du Moyen-Orient, à Tel-Aviv.

Ma recommandation en Israël: visiter Jérusalem, Hébron et Bethléem pour comprendre la situation géopolitique du territoire.

Coup sur coup, j'ai découvert le territoire innu d'Uashat, à Sept-Îles, et le territoire amérindien Amishk, près de Saint-Calixte. Une fois encore, j'ai réalisé qu'on parle trop peu des Premières Nations. Donnons-nous la peine d'en apprendre plus sur le Québec.

En Grèce, j'ai vu à quel point le tourisme de masse avait progressé au cours des dernières années. Athènes a alimenté mon conflit intérieur, ce déchirement entre le désir de voir des lieux mythiques et la réalisation que je fais partie des envahisseurs partout où je vais. Comment blâmer des commerçants de s'adapter à leurs visiteurs en leur offrant les produits qu'ils demandent, même s'ils n'ont

aucune composante locale? Nous contribuons tous un peu à effacer lentement les traditions qu'on cherche pourtant à découvrir.

Ma recommandation en Grèce: attardez-vous plus que quelques heures aux Météores ou visitez les îles en évitant les plus grandes villes comme Héraklion.

Ma brève incursion au Mexique, à Monterrey au nord, m'aura permis de constater qu'il y a bien plus que

Mexico, Cancún, Playa del Carmen et Puerto Vallarta dans ce pays. Les célébrations de la fête nationale, loin des centres touristiques, auront été mémorables.

Enfin, peu de pays nous forcent à surmonter nos préjugés comme la Colombie. Parce qu'on pense souvent aux FARC, à la drogue et à la violence à l'évocation de ce pays d'Amérique du Sud. Pourtant, les grandes villes sont très

touristiques et la jungle, qu'on la foule au nord ou dans la forêt amazonienne, vaut assurément une visite. À regret, la Colombie, je l'ai parcourue trop vite.

Ma recommandation en Colombie: la vallée de Cocora, avec ses palmiers géants.

Suivez mes aventures
au www.jonathancusteau.com



Le père Noël ne fait qu'une sortie
dans l'année pour livrer les jouets.
Votre camelot, beau temps, mauvais temps,
vous livre votre information.

Merci de votre confiance
et Joyeuses Fêtes!



Votre camelot

**leQuotidien
leProgrès**

10 albums qui ont tourné en boucle en 2018

NOMINATION

Monsieur Michel Simard, président et éditeur des journaux le Quotidien et le Progrès, est heureux d'annoncer la nomination de **ANDRÉANNE SIMARD** au poste de Directrice principale opérations et finances.

Madame Simard aura la responsabilité de la gestion du département du tirage, de l'administration, de la production, des employés de bureau et de l'immeuble. Elle conserve ses responsabilités actuelles de contrôleur pour le Quotidien, de responsable du contrôle interne et de l'audit annuel de Groupe Capitales Médias.

Au sein de l'entreprise depuis 7 ans et détentrice d'un titre de CPA, CA, nous sommes heureux de compter sur ses compétences exceptionnelles.

leQuotidien
leProgrès

Andréanne Simard
Directrice principale,
opérations et finances
418 690-8818
asimard@lequotidien.com

GENEVIÈVE BOUCHARD
gbouchard@lesoleil.com



LES TROIS ACCORDS

BEAUCOUP DE PLAISIR

Qu'il est bien nommé, ce réjouissant sixième album des Trois Accords! Percussive à souhait, indéniement festive et bien gamie de refrains vers d'oreille, cette collection de tableaux chansonniers toujours surprenants et juste un peu décalés provoque une irrésistible envie de danser.



LES LOUANGES

LA NUIT EST UNE PANTHÈRE

Entre le jazz, le hip-hop, le R & B et la chanson québécoise, le cœur de Vincent Roberge balance. Plutôt que de choisir un style, le Lévisien qui crée sous la bannière Les Louanges a plutôt amalgamé le tout pour affiner son son. Des couleurs musicales qui se démarquent et un flow bien à lui... Ce premier album complet tape dans le mille.



HUBERT LENOIR

DARLÈNE

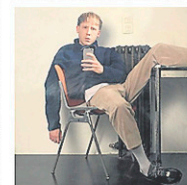
Si Hubert Lenoir a vécu une ascension fulgurante dans la dernière année, il ne l'aura certainement pas fait en marchant dans les sentiers battus. Complètement décomplexé, son album *Darlène* puise dans la pop, le rock progressif ou psychédélique et le jazz, pour créer signature qui va bien au-delà du succès *Fille de personne II*.



FISHBACH

À TA MERCI

Une électro-pop racée doublée de qualités d'interprétation intenses et théâtrales. La Française Fishbach fait bon usage d'influences puisées dans les années 80 pour élaborer ce premier album complet. On craque pour la voix chaude de cette artiste singulière qui cultive les contrastes.



EDDY DE PRETTO

CURE

Comparé à Stromae et à Pierre Lapointe – une parenté qui s'exprime dans le son et dans la voix –, le jeune auteur-compositeur-interprète a trouvé sa place entre le hip-hop et la tradition de la chanson française. Il en fait une démonstration aussi éloquente que mélodique sur ce premier album.



SALOMÉ LECLERC

LES CHOSES EXTÉRIEURES

Entrée seule en studio avec un ingénieur de son, Salomé Leclerc a à peu près tout fait sur ce troisième album, dont elle signe paroles, musiques, arrangements et réalisation en plus de jouer de presque tous les instruments. La musicienne à la voix au grain si caractéristique propose ses chansons les plus libres jusqu'ici. Et c'est franchement réussi.



CAMILA CABELLO
CAMILA

Il y a bien sûr eu la locomotive

Havana qui a ouvert la voie et qui nous est restée dans la tête longtemps. Mais il y a davantage dans ce premier album de la jeune sensation cubano-américaine, qui met de l'avant une pop accrocheuse et affirmée. On a eu encore davantage envie d'y revenir après avoir vu sa très solide prestation – une présence chaleureuse, incarnée et un message positif – sur les plaines d'Abraham au Festival d'été.



MILK & BONE

DECEPTION BAY

On ne se lasse pas du mariage des voix de Camille Poliquin et Laurence Lafond-Beaulne au sein du projet Milk & Bone. Les Montréalaises ont affiné leur électro-pop bien en nuances et en finesse sur ce très réussi deuxième album.



GUILLAUME BEAUGARD

DISPARITION

Guillaume Beaugard a beau avoir baissé le ton en se lançant en solo en marge du punk rock des Vulgaires Machins, sa parole continue de résonner fort sur ce deuxième album qui se démarque par l'adresse de ses mélodies et ses textes criants de vérité.



JACK WHITE

BOARDING HOUSE REACH

Plus libre que jamais, l'ex-White Stripes s'offre – et à nous aussi! – toute une virée sur son troisième album solo, qui abolit les frontières entre les genres musicaux. L'aventure s'avère parfois un peu déroutante, mais elle est surtout franchement rafraîchissante.

ARTS

CHICOUTIMI EN LUMIÈRE

L'artiste Paolo Armario a conçu des machines qui produisent des oeuvres sur papier à partir de données récoltées sur la lumière au centre-ville de Chicoutimi

PAGE M19



ARTS

L'INVISIBLE TRAVERSÉE

Le chemin de croix de Johanne Bilodeau



STÉPHANE BOUCHARD
sbouchard@lequotidien.com

La mort d'un proche parent qui voulait que ses cendres soient dispersées dans le fjord du Saguenay a inspiré à l'artiste Johanne Bilodeau, dont la famille paternelle a des racines à Arvida, une exposition d'une quinzaine de tableaux présentée à la Bibliothèque de Chicoutimi.

Ce proche, c'est le parrain de Johanne Bilodeau, Germain. Décédé il y a trois ans, l'homme avait formulé le désir que les restes de sa dépouille rejoignent l'immensité du Saguenay. Il en ressort une exposition composée de 15 toiles, intitulée *L'Invisible traversée*, qui rappelle les chemins de croix.

« Je n'ai pas osé lui demander pourquoi il voulait ça avant qu'il meure. On a procédé au rituel après son décès. Ses cendres ont été répandues dans l'embouchure du fjord », explique M^{me} Bilodeau au bout du fil. La création de ce projet a été un moyen de boucler la boucle, de se recueillir sur la volonté de cet homme qui était encore attaché au quartier d'Arvida, où il était né, et de tenter de trouver des réponses.

La quinzaine de tableaux montre une tranche de vie de la famille Bilodeau et est associée à un aspect du Saguenay. Il aborde la thématique de la « protection de l'intégrité écologique du fjord, vu comme le berceau d'une histoire individuelle et collective ».

Une toile comme *Arvida, ville berceau*, illustre le déversement

de boues rouges qui avait eu lieu dans le Saguenay en 2007. L'ensemble, quant à lui, raconte un récit qui débute avec la naissance et qui se termine avec la mort.

CHEMIN DE CROIX

Le résultat final inspire l'introspection, le recueillement, dans un style qui rappelle les vitraux d'une église dans des teintes pastel. *L'Invisible traversée* est un chemin de croix du 21^e siècle.

« Mon oncle était de la génération des baby-boomers, pour qui la religion catholique était un peu plus importante. Le résultat donne à réfléchir sur la vie et la mort » explique l'artiste qui habite maintenant la région montréalaise.

Les oeuvres exposées depuis le 15 novembre dernier ont tout de suite reçu un bel accueil du public de Chicoutimi. L'artiste a pu recevoir de premiers commentaires alors qu'elle accrochait ses toiles dans la bibliothèque.

INTÉGRITÉ

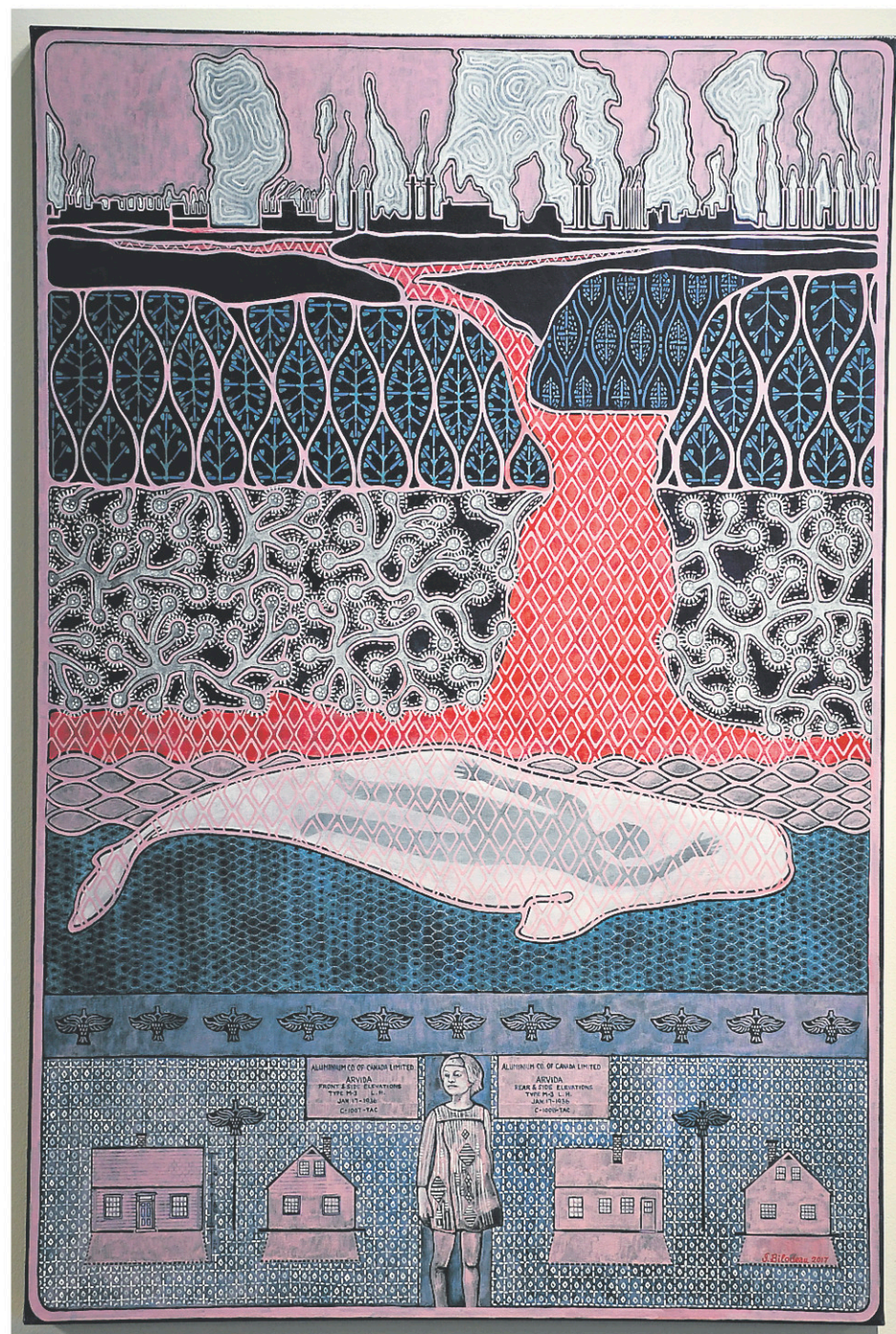
L'Invisible traversée tombe au moment où de grands projets industriels se dessinent dans le fjord et où un organisme a vu le jour pour protéger l'intégrité de cet attrait. Ce synchronisme parfait n'a pas été prévu par Johanne Bilodeau, mais la peintre est heureuse de susciter une réflexion sur le sujet.

« Comme beaucoup de gens au Saguenay, mon parrain aimait raconter des histoires. Il serait content de voir que le résultat de la dispersion de ses cendres va au-delà de simples gestes, qu'il touche les gens et qu'il suscite des réflexions sur l'environnement » soutient M^{me} Bilodeau.

L'exposition, qui a débuté le 20 novembre dernier, se poursuit jusqu'au 13 janvier 2019 à la Bibliothèque de Chicoutimi.

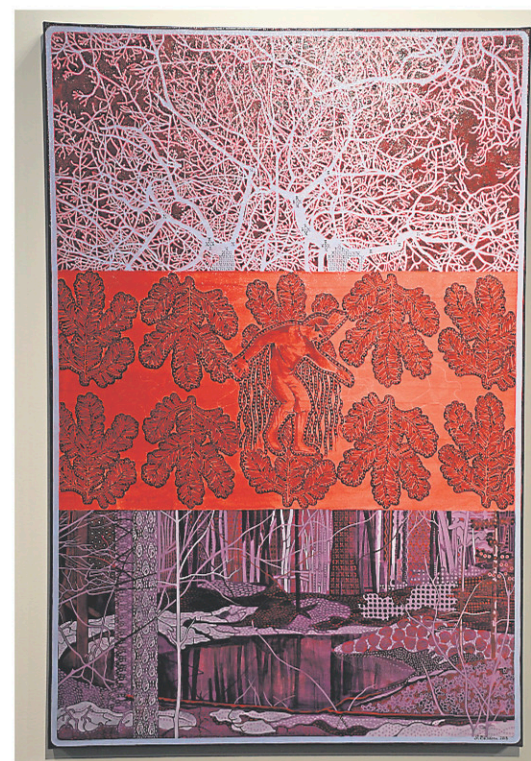
Arvida, ville berceau, illustre le déversement de boues rouges qui avait eu lieu dans le Saguenay en 2007. Le résultat final de l'ensemble des oeuvres inspire l'introspection, le recueillement, dans un style qui rappelle les vitraux d'une église dans des teintes pastel.

— PHOTO LE PROGRÈS, ROCKET LAVOIE



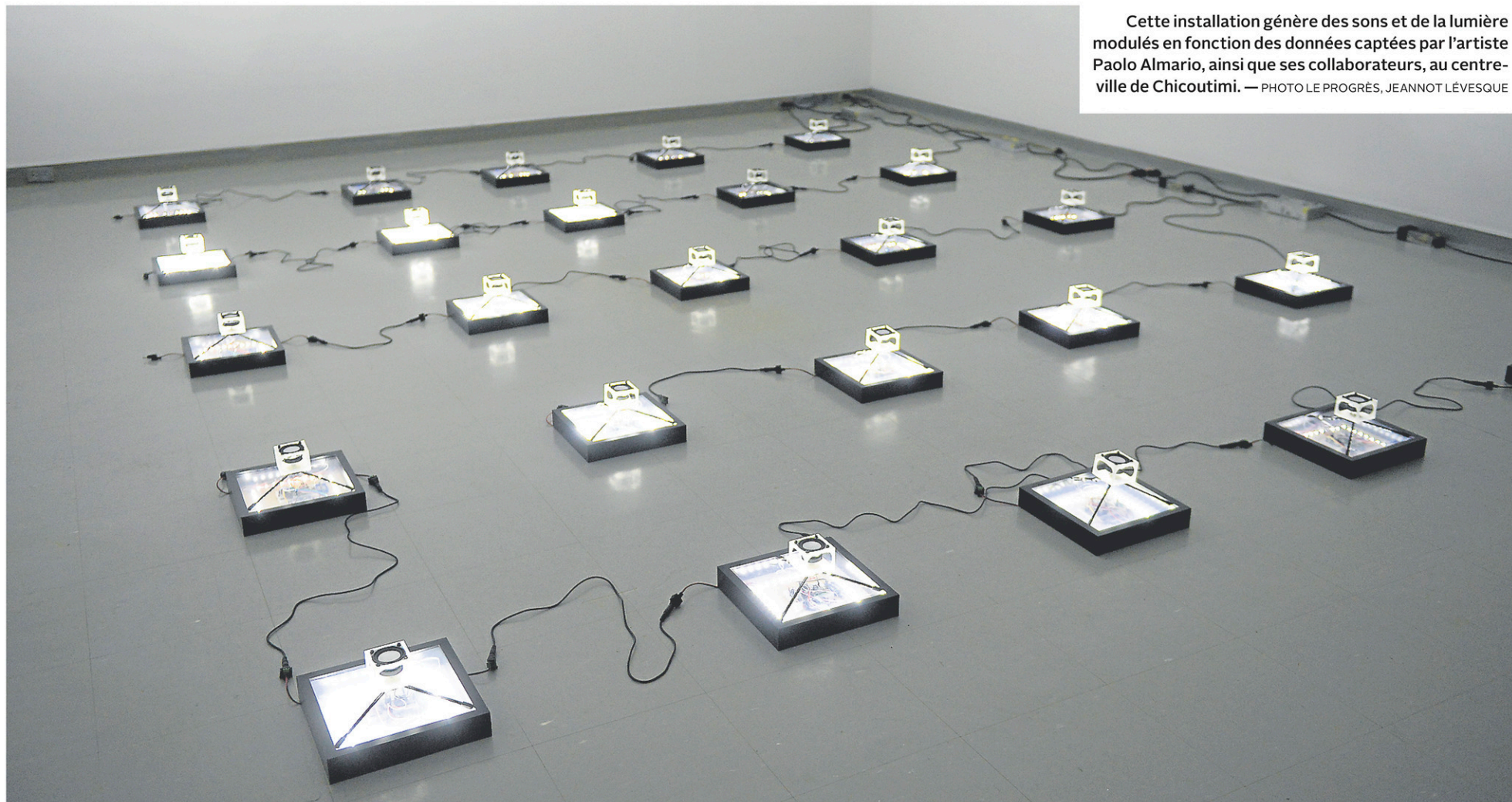
« Comme beaucoup de gens au Saguenay, mon parrain aimait raconter des histoires. Il serait content de voir que le résultat de la dispersion de ses cendres va au-delà de simples gestes, qu'il touche les gens et qu'il suscite des réflexions sur l'environnement. »

— Johanne Bilodeau



La quinzaine de tableaux montre une tranche de vie de la famille Bilodeau et est associée à un aspect du Saguenay. Ils abordent la thématique de la « protection de l'intégrité écologique du fjord, vu comme le berceau d'une histoire individuelle et collective ».

— PHOTO LE PROGRÈS, ROCKET LAVOIE



Cette installation génère des sons et de la lumière modulés en fonction des données captées par l'artiste Paolo Almario, ainsi que ses collaborateurs, au centre-ville de Chicoutimi. — PHOTO LE PROGRÈS, JEANNOT LÉVESQUE

UNE EXPOSITION DE PAOLO ALMARIO CHEZ BANG

L'HOMME QUI CRÉE DES OEUVRES AVEC LA LUMIÈRE

DANIEL CÔTÉ
dcote@lequotidien.com

Les artistes aiment à dire qu'ils peignent la lumière, alors que Paolo Almario crée des oeuvres avec la lumière. Poursuivant une démarche au long cours, laquelle a pour objet de représenter des villes au moyen de données relatives à la lumière extérieure, il a profité d'une résidence amorcée en janvier 2018, dans le cadre du projet D'Artagnan-O2 piloté par le Centre Bang, pour monter une exposition qui présente le centre-ville de Chicoutimi sous un jour inhabituel.

Intitulée *Datasets : Lumière : Chicoutimi*, elle occupera les deux salles du rez-de-chaussée jusqu'au 7 janvier. La première renferme quatre tables où des machines à dessiner fabriquent des oeuvres, un point à la fois. Ces images aboutissent sur les murs où se déploient les séries *Ensemble* et *Abstractions*, tandis qu'une vidéo diffuse de jolies animations constituées de cubes minuscules qui s'étirent, puis se contractent, en un mouvement à la fois imprévisible et séduisant.

Dans l'autre salle, une installation regroupant 25 dispositifs comprenant des haut-parleurs et des lumières DEL forme un carré sur

le plancher. Ils émettent un son répétitif, une trame de 40 minutes qui tourne en boucle. Le son, tout comme la lumière, est modulé par les données recueillies l'été dernier au centre-ville. « Il n'y rien d'interactif ici, ni à côté », précise Paolo Almario.

La série *Ensemble*, par exemple, montre des cartes du secteur. On reconnaît le nom des rues, mais rares sont ceux qui pourraient donner un sens aux chiffres contenus dans les espaces prévus à cette fin. En réalité, il s'agit d'informations qui ont été colligées dans différents lieux, des échantillons de lumière que l'artiste a patiemment prélevés en compagnie de trois collaborateurs.

« Nous avons déambulé dans la ville pour obtenir ces données. On sait quelle était l'intensité de la lumière à ce moment-là, la température, ainsi que l'importance relative du rouge, du vert et du bleu, les trois couleurs du spectre. Il y a des journées où l'une ou l'autre est plus présente », fait observer Paolo Almario. Il ajoute que ces outils scientifiques sont détournés, mis au service d'une démarche poétique, celle dont lui-même tire les ficelles.

Prenez la vidéo sous l'angle des cubes évoqués plus tôt. Ceux-ci reviennent constamment au fil de ses travaux. Ils font partie de sa signature, de son esthétique personnelle. « Ils forment des nuages en mouvance », énonce l'artiste. N'empêche que la matière première provient de la ville, de l'espace qui, d'une certaine manière, enserme le Centre Bang. C'est en se nourrissant de cette réalité que l'une des quatre machines à dessiner produit les oeuvres qui, chaque jour, enrichissent la série *Abstractions*.

Le crayon se déplace sur la feuille en se laissant guider par la banque de données. Il génère des dessins qui font penser à des taches surdimensionnées, mais aussi des données livrées dans toute leur nudité, touffues, incompréhensibles. Il est là, pourtant, le portrait de Chicoutimi à l'été 2018. Moins beau qu'un tableau de Turner, mais d'une précision redoutable.

« Partout, on parle du numérique,

mais sans savoir de ce que c'est vraiment. Il s'agit d'un moyen d'encoder la réalité pour constituer des banques de données », explique Paolo Almario, qui rêve de poursuivre sa démarche dans d'autres villes, puis de comparer celles-ci sous l'angle de la lumière. Vaste programme dont le point d'ancrage se trouve au Centre Bang.

« Nous avons déambulé dans la ville pour obtenir ces données. On sait quelle était l'intensité de la lumière à ce moment-là, la température, ainsi que l'importance relative du rouge, du vert et du bleu, les trois couleurs du spectre. »

— Paolo Almario

À LA UNE > Paolo Almario a fabriqué ces machines qui, jusqu'à la fin de son exposition présentée au Centre Bang, produisent des oeuvres sur papier qui aboutissent sur les murs de la salle où elles sont nées, un point à la fois. — PHOTO LE PROGRÈS, JEANNOT LÉVESQUE

BILAN DE
2018



LA SCÈNE CULTURELLE PAR DANIEL CÔTÉ



Julie Lévesque a remplacé Ariane Blackburn à la direction des Farandoles.
— ARCHIVES LE PROGRÈS, MARIANE L. ST-GELAIS



Le Quatuor Saguenay, version 2018. Marie Bégin est troisième à partir de la gauche.

— ARCHIVES LE PROGRÈS, JEANNOT LÉVESQUE

UNE ANNÉE DE CHANGEMENTS SIGNIFICATIFS

Dieu sait qu'il a été question du changement lors des élections provinciales, une notion qui, à bien y penser, résume bien l'année culturelle au Saguenay-Lac-Saint-Jean. Des personnes ont vécu des transitions importantes, au même titre que plusieurs organisations dont les pratiques, ainsi que le personnel, laissent voir des signes de renouveau.

Le cas le plus spectaculaire est celui de Diffusion Saguenay. Phil Desgagné a succédé à Pierre Mazurette à la présidence, tandis que Claude Simard a pris sa retraite, ce qui a mené à l'embauche d'Isabelle Gagnon au poste de directrice générale. Le désir de rétablir les ponts avec différents acteurs du milieu culturel a donné ses premiers fruits récemment,

ainsi que l'illustre le partenariat conclu avec la troupe Québec Issime et son fondateur, Robert Doré.

Un autre diffuseur, le Côté-Cour de Jonquière, a complété avec succès le repositionnement amorcé à la suite du départ du directeur général et artistique Réjean Bouchard. Après une période de flottement marquée par des expériences pas

toujours concluantes, l'organisme dirigé par Dario Larouche a trouvé ses repères. La chanson à texte constitue l'un de ses ancrages, ce qui ne l'empêche pas de flirter avec le rock, le théâtre et la littérature quand l'occasion se présente.

Il reste à voir comment évoluera le dossier de la restauration du bâtiment qui abrite le Côté-Cour, pour lequel on sollicitera divers

appuis, dont celui de la Ville de Saguenay. Plus vieux que l'église Saint-Dominique, son élégante voisine, il accuse le poids des ans et a besoin de beaucoup d'amour. Or, ses murs de brique rouge sont intimement liés à l'histoire de Jonquière.

Sur un registre similaire, il faut signaler les travaux menés à la chapelle Saint-Cyriac, elle aussi plus que centenaire. On notera que ce projet découle, pour une large part, du comité de citoyens qui organise des concerts à cet endroit. Ces événements très populaires ont fait la preuve, si besoin était, de l'utilité du lieu de culte, même si l'assistance à la messe tend à diminuer.

Puisqu'on parle de lieux de diffusion, mentionnons l'arrivée d'un nouveau joueur au centre-ville de Chicoutimi, Le Cavô. On y propose une programmation qui flirte joyeusement avec le champ gauche, que ce soit dans la chanson ou l'humour. Un peu plus bas sur la rue Racine, des gens d'affaires du Saguenay ont ouvert le Bistrot Café Summum, dont l'un des premiers invités fut Dumas en formule solo.



Les travaux à la chapelle Saint-Cyriac.
— ARCHIVES LE PROGRÈS, JEANNOT LÉVESQUE



Luc Boulianne
— ARCHIVES LE PROGRÈS, MICHEL TREMBLAY



Guillaume Côté devant le Bolshoï, il y a quelques jours. — PHOTO COURTOISIE



Surojit à Alma, dans le cadre du Tam Tam Macadam. — ARCHIVES LE PROGRÈS, GIMMY DESBIENS

FIN D'UNE ÉPOQUE

DANIEL CÔTÉ
dcote@lequotidien.com

Notre époque est oublieuse, d'où l'intérêt de rappeler le départ de la directrice de l'école de danse Les Farandoles, Ariane Blackburn. Pendant plus de 40 ans, cette femme a veillé à la bonne marche de l'organisation, en plus de partager son amour de la danse folklorique, qui demeure l'une des spécialités de la maison. Son dernier geste avant de prendre une retraite méritée fut de planifier sa succession, assumée par Julie Lévesque.

Pour le commun des mortels, cependant, Ariane Blackburn restera éternellement associée aux grands spectacles comme *Ecce Mundo* et *Paris Folies*. Cette aventure a débuté modestement, dans l'ombre du Carnaval-Souvenir de Chicoutimi, avant de devenir l'un des piliers de l'offre touristique saguenéenne aux côtés de *La Fabuleuse histoire d'un Royaume* et des productions de la troupe Québec Issime.

Au Quatuor Saguenay, pendant ce temps, c'est une arrivée qui a été officialisée au début de 2018, celle de la violoniste Marie Bégin. Elle a succédé à Laura Andriani et apporte un coup de jeune à la formation, ce qui correspond au vœu exprimé par ses nouveaux camarades. Sitôt installée au Saguenay, la jeune femme originaire de Québec s'est distinguée en accédant à la ronde finale du Concours international de violon Isaac Stern, tenu à Shanghai.

Le changement a aussi touché les deux événements qui se donnent pour mission de faire connaître les musiques d'ailleurs. C'est ainsi que le Festival international des Rythmes du Monde a proposé plusieurs spectacles payants sur la Zone portuaire de Chicoutimi, dont celui, excellent, de Wyclef Jean. À Alma, le Tam Tam Macadam a étrenné un nouveau lieu de diffusion, voisin de la scène extérieure de la rue Collard. Le groupe Mosaïque, appuyé par le musicien Surojit, du Bengale, fut le premier à s'y produire.

Sur la scène country, l'un des artistes les plus populaires de la

région, le Jeannois Luc Boulianne, a donné son dernier spectacle en 2018. La demande restait vigoureuse, mais il souhaitait se concentrer sur l'écriture de chansons. En même temps, cet artiste sympathique se sentait arrivé à la croisée des chemins. Il aurait eu besoin d'un coup de main pour amener sa carrière à un niveau supérieur, au lieu d'assumer lui-même des responsabilités telles que le «booking».

Et pour revenir au monde de la danse, il importe de mentionner l'honneur que le Bolshoï a conféré au Jeannois Guillaume Côté. Lui dont la carrière internationale est florissante depuis près de 20 ans n'avait jamais foulé la scène mythique. Or, non seulement a-t-il réussi son entrée dans le ballet *Roméo et Juliette*, mais la direction l'a invité à revenir. C'est bien la preuve qu'à 37 ans, le fils le plus illustre de Lac-à-la-Croix demeure au sommet de son art.

LIRE LA SUITE DU BILAN CULTUREL DE 2018 > M22 ET M23

« Clairement le film du temps des Fêtes. »
RENÉE DUMAIS-BEAUDOIN, ICI RADIO-CANADA PREMIÈRE

« Un film qui fait du bien à l'âme, autant qu'aux yeux. »
DANIEL CÔTÉ, LE QUOTIDIEN

« Une sortie en famille parfaite pour le temps des Fêtes. »
JEAN-PHILIPPE DION, RYTHME FM

ISABELLE HONTEBEYRIE, LE JOURNAL DE QUÉBEC

TRAME SONORE OFFICIELLE DU FILM DISPONIBLE DES MAINTENANT

LA COURSE DES TUQUES

et des chansons interprétées par GAROU CORNELLE ALEX NEVSKY DUMAS ALEXE LUDOVICK BOURGEOIS KIM RICHARDSON LULU HUGHES JOSHUA MORENO
Beautiful Day de U2 interprétée par LES COOL KIDS

Scénario de PAUL RISACHER et CLAUDE LANDRY & MAXIME LANDRY Directeur de la photographie et Conseiller à la réalisation JEAN-FRANÇOIS POULIOT Coréalisateur FRANÇOIS BRISSON Réalisateur BENOÎT GOUBOUT

LaCourseDesTuques.com

PRÉSENTÉMENT AU CINÉMA

LesFilmsSeville

BILAN DE
2018



LA SCÈNE CULTURELLE

PAR DANIEL CÔTÉ (LA SUITE)

CINÉMA, ARTS VISUELS, MUSIQUE
CLASSIQUE ET LITTÉRATURE

BREF PORTRAIT D'UNE ANNÉE CULTURELLE FOISONNANTE

Plusieurs événements ont animé la scène culturelle en 2018, ce qui témoigne de la vitalité du Saguenay-Lac-Saint-Jean dans toutes les sphères de la création. Il est impossible de tous les relever, mais voici quelques-uns d'entre eux, juste pour le plaisir de se les remémorer. Les personnes qui n'ont pu y assister peuvent se consoler en se disant que 2019 s'annonce aussi foisonnante.

Mentionnons enfin l'honneur qui a été conféré à Jean-Marc E. Roy et Philippe-David Gagné quand leur long métrage rendant hommage au cinéaste Marc-André Forcier, *Des histoires inventées*, a été projeté lors de la soirée d'ouverture du Festival de cinéma de la Ville de Québec.

Si *Le monde de Tintin* a attiré des milliers de visiteurs à La Pulperie de Chicoutimi, il importe de mentionner l'exposition *Datasets: Lumière: Chicoutimi* de Paolo Almario, dont il est question ailleurs dans ces pages (voir page 19). Il suffit d'y jeter un oeil au Centre Bang, de plonger au coeur de sa démarche, pour comprendre ce qui a poussé le Conseil des arts et des lettres du Québec à lui remettre le prix destiné au créateur de l'année au Saguenay-Lac-Saint-Jean.

L'art voyage plus que jamais, comme le démontrent les artistes à l'origine du groupe AMV, Mathieu Valade, Julien Boily et Cindy Dumais. Leur dernière sortie, à laquelle d'autres créateurs étaient associés, les a menés à Berlin. Une exposition collective proposée par la galerie rosalex a présenté des oeuvres de leur cru, tandis que son directeur, Tiny Domingos, a fait escale à la galerie L'Oeuvre de l'Autre de Chicoutimi, en novembre.

La performance la plus impressionnante est toutefois celle de Lyzane Potvin. Elle a profité d'un

séjour chez ses parents, à Alma, pour créer un tableau immense qui a abouti à Langage Plus, le temps d'une exposition à laquelle participait également Rober Racine. Intitulée *Les abysses*, c'est son oeuvre la plus ambitieuse, un projet fou réalisé dehors, parfois sous la neige.

QUATRE LONGS MÉTRAGES

Au cinéma, le long métrage de Sébastien Pilote, *La disparition des lucioles*, a montré le Saguenay sous un jour différent, tout en jetant une lumière tantôt douce, tantôt crue, sur une adolescente désenchantée. Un autre réalisateur d'ici, François Girard, a créé la fresque historique *Hochelaga*, tandis que Samuel Thivierge a présenté *Identités* au printemps.

En parallèle, plusieurs projets de courts sont en chantier, dont trois qui ont maillé des réalisateurs à des compositeurs de la région, sous l'égide de la bande Sonimage et du Centre d'expérimentation musicale. Mentionnons enfin l'honneur qui a été conféré à Jean-Marc

E. Roy et Philippe-David Gagné quand leur long métrage rendant hommage au cinéaste Marc-André Forcier, *Des histoires inventées*, a été projeté lors de la soirée d'ouverture du Festival de cinéma de la Ville de Québec.

En musique, par ailleurs, plusieurs événements ont frappé les esprits, à commencer par le concert des Violons du Roy donné le 16 décembre, à la cathédrale de Chicoutimi. La performance de l'autre invitée de marque, la soprano colorature Marie-Ève Munger, restera gravée dans les mémoires. Signalons également le concert qui a réuni le Choeur Amadeus et le Choeur de Québec. À Arvida, puis à Québec, ils ont fait honneur à une oeuvre de l'Anglais Karl Jenkins, *L'Homme armé*, un vibrant plaidoyer pacifiste.

La communauté de Mash-teuiatsh a aussi eu de la belle visite, alors que l'Orchestre symphonique de Montréal, dirigé par le maestro Kent Nagano, a présenté un concert centré sur la légende de Tshakapesh. Fait important, ce projet a résulté d'une étroite

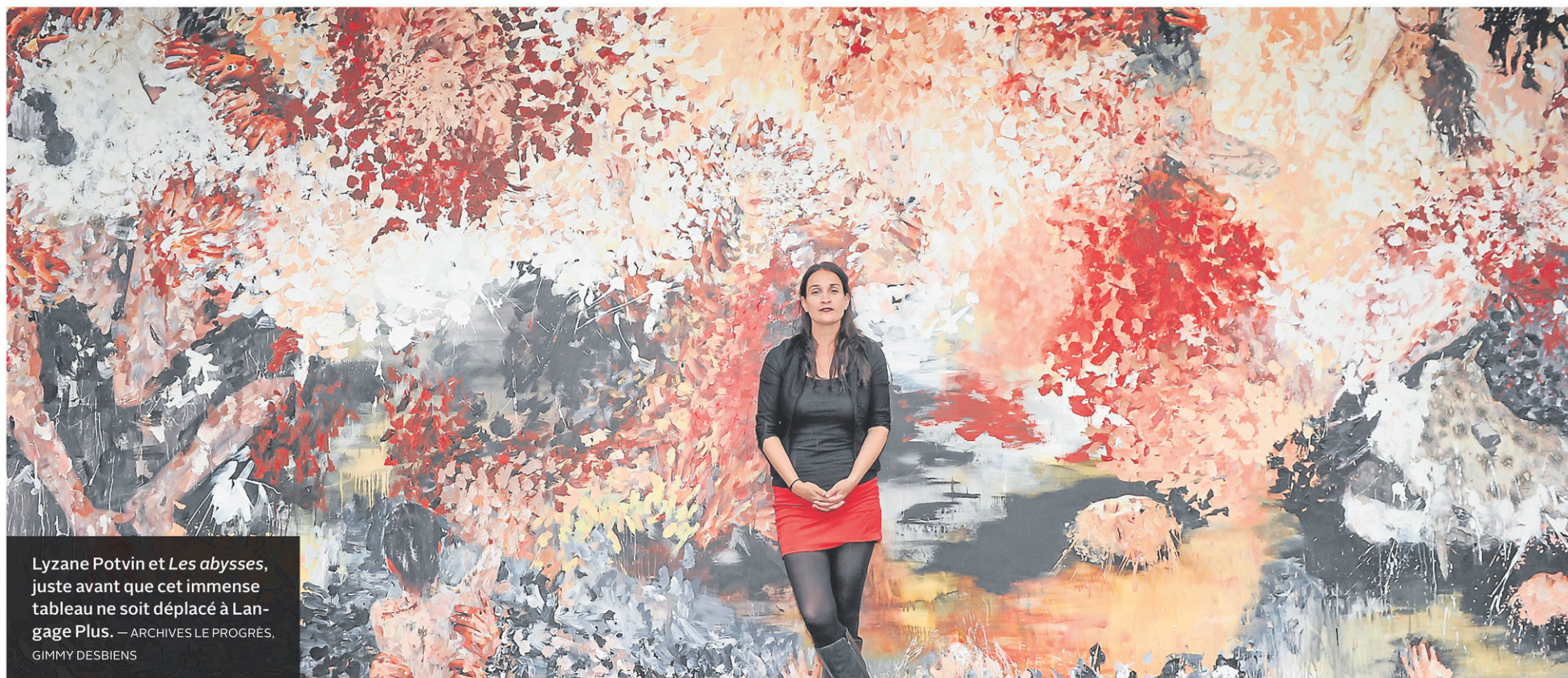


Frédéric Lavoie — ARCHIVES LE PROGRÈS, JEANNOT LÉVESQUE



Mustapha Fahmi
— ARCHIVES LE PROGRÈS,
MARIANE L. ST-GELAIS





Lyzane Potvin et *Les abysses*, juste avant que cet immense tableau ne soit déplacé à Langage Plus. — ARCHIVES LE PROGRÈS, GIMMY DESBIENS



Jean-Marc E. Roy et Philippe-David Gagné — ARCHIVES LE PROGRÈS, ROCKET LAVOIE



Kent Nagano dirigeant l'Orchestre symphonique de Montréal à Mash-teuiatsh.

— ARCHIVES LE PROGRÈS, GIMMY DESBIENS

collaboration avec des artistes autochtones, dont Florent Vollant, qui assurait la narration en langue innue.

L'opéra *Faust*, lui, a exploré d'autres thématiques au cours des représentations données au Théâtre Banque Nationale de Chicoutimi, sous l'égide de la Société d'art lyrique du Royaume. Le sinistre Méphistophélès était incarné avec vigueur par Gino Quilico, tandis que France Bellemare a campé une Marguerite émouvante. Il s'agissait de la dernière mise en scène de Guylaine Rivard pour la compagnie. C'est Rodrigue Villeneuve qui planchera sur la prochaine production, *La Traviata*.

Ville d'Alma Spectacles a aussi eu la bonne fortune d'accueillir la contralto Marie-Nicole Lemieux en mars, à la Salle Michel-Côté. Un

mois plus tôt, c'était au tour du violoniste Alexandre Da Costa de s'y pointer. Dans chaque cas, il faut y voir l'aboutissement des efforts consentis par les initiateurs de la filière Concerto, dédiée depuis longtemps à la musique classique.

S'agissant de la littérature, enfin, impossible d'omettre le remarquable essai de Mustapha Fahmi publié par La Peuplade, une réflexion philosophique ayant pour titre *La leçon de Rosalinde*. Ce fut aussi une grande année pour Frédéric Lavoie, qui a publié deux livres en 2018. Le premier, *Avant l'après*, a reçu le Prix du Gouverneur général. Puis est sorti un ouvrage à quatre mains, *Frères amis, frères ennemis*, fruit d'une correspondance avec son frère Jasmin. Celui-ci était basé au Pakistan, alors que l'aîné vivait en Inde.



Faust, la dernière mise en scène de Guylaine Rivard pour la Société d'art lyrique du Royaume.

— ARCHIVES LE PROGRÈS, ROCKET LAVOIE

AS-TUVUÇA

- ❶ Le Cri du Loup
- ❷ Le Grand Duc
- ❸ L'Incendie
- ❹ Un Chamois sur un rocher
- ❺ Le Cri de l'Aigle
- ❻ Le Renard rouge
- ❼ Le Bouquetin du mont Billiat
- ❽ Rencontre avec un Gypaète

— PHOTOS JULIEN NONNON

COMPLAINTE ANIMALE

❶

L'artiste français Julien Nonnon se fait le porte-voix du loup, du lynx, de l'ours, du faucon, du bouquetin, les animaux les plus menacés des pays alpins. Armé de puissants projecteurs, il arpente la nature à la recherche de parois rocheuses, qui recevront ses fresques lumineuses en très grand format. Cette nouvelle série photographique de l'artiste, fasciné depuis son jeune âge par les peintures rupestres, s'intitule *Crying Animals*. Son bestiaire confère aux paysages alpins une allure presque irréelle et onirique. Julien Nonnon, qui travaille normalement en milieu urbain, envisage de poursuivre son oeuvre de sensibilisation ailleurs dans le monde. Pour voir l'ensemble de son travail, on visite le site julien-nonnon.com. ALEXANDRA PERRON, LE SOLEIL

❷

❷

❸

❹

❺

❻

❼

UN TOAST
À LA
NOUVELLE
ANNÉE

M30

OBJETS
D'INSPIRATION
CARREAUX

M26

DES BOÎTES
DE PRODUITS
À DÉCOUVRIR

M28

BILAN POSITIF
POUR LE PROJET
MUNICIPALITÉS
NOURRICIÈRES

M32



**INSPI
RATION**

TRADITIONNELS CARREAUX

Souvent mis en valeur au chalet, le carreauté est synonyme de tradition, de réconfort et de détente. Qu'importe qu'ils soient imprimés sur la nappe de la salle à manger ou sur le coussin de la chambre à coucher, en 2019, les carreaux demeurent tendance et sont tout à propos dans les décors chaleureux qui invitent à passer d'agréables moments en famille. **SOPHIE RICHARD**

1 Ensemble de trois boîtes de rangement carreautesées noir et rouge – *Tanguay*

2 Coussin grizzly – *Monpanier.ca*

3 Tasse à carreaux avec cerf – *Stokes*

4 Renne décoratif – *Home Hardware*

5 Serviettes de table rouges à carreaux. Paquet de quatre – *Ricardo*

6 Courtepointe rouge, gris et crème de la collection Buck – *Brunelli*

7 Porte-pantoufles et pantoufles. Cinq paires – *Mode Choc*

8 Station de recharge – *La Fabrique champêtre*



Toit & moi

VOTRE CAHIER HABITATION

Votre équipe de rédaction publicitaire

Mélissa Bradette
mbradette@lequotidien.com

Sophie Richard
srichard@lequotidien.com

CONGÉ DES FÊTES: DES MESURES DE SÉCURITÉ À ADOPTER

SOPHIE RICHARD

Rédactrice publicitaire
srichard@lequotidien.com

Entre les soupers familiaux, les soirées jeux et les 5 à 7 festifs, il n'y a pas à dire, durant les congés des Fêtes, vous êtes plus souvent absents de la maison qu'à l'habitude, mais ça, nul n'a besoin de le savoir.

Afin d'éviter les mauvaises surprises qui pourraient faire de l'ombre à cette période de réjouissance, assurez-vous que votre demeure et vos biens soient en sécurité durant vos absences.

FAITES-VOUS DISCRETS

Vous aimez étaler votre vie, vos joies et vos moments de folies sur les réseaux sociaux. Soit! Mais durant les Fêtes, il serait plus judicieux de vous la jouer discret. Pourquoi? Tout simplement, parce qu'il n'y a pas que des personnes bien intentionnées qui scrutent vos comptes.

Pour les cambrioleurs, les réseaux sociaux peuvent être d'une aide précieuse pour cibler leurs prochaines victimes. Ainsi, évitez de vous identifier chez tante Brigitte pour le Nouvel An ou en vacances à Saint-Glinglin jusqu'au 7 janvier.

COMME SI VOUS Y ÉTIEZ

Pour les voleurs, rien de plus tentant qu'une maison visiblement inoccupée dans laquelle, de surcroît, on a laissé traîner des objets de valeur ici et là.

Lorsque vous quittez votre domicile, assurez-vous que vos biens ne soient pas à la vue de tous. Si l'on regarde par la fenêtre du salon, on ne devrait pas voir les cadeaux fraîchement déballés regroupés sous le sapin, ni de iPod et de iPad sur la table basse.

Les assureurs recommandent également à leurs clients de faire comme s'ils étaient à la maison en laissant, par exemple, une voiture dans l'allée et en s'assurant que la cour soit déneigée, soit par une entreprise spécialisée en la matière ou simplement par un membre de la famille ou un voisin dévoué.

Vous devriez également laisser de la lumière dans la maison. Vous pourriez installer un minuteur sur une lampe ou tout simplement laisser la lumière du passage ouverte.

Évidemment, le système d'alarme reste la meilleure protection qui soit pour éloigner les voleurs. N'oubliez donc pas de l'activer avant votre départ.

LA SÉCURITÉ AVANT TOUT

Il n'y a pas que les bandits qui pourraient gâcher votre temps des Fêtes, un incendie serait sans doute encore pire. Raison de plus pour s'assurer que vos avertisseurs de fumée soient 100% fonctionnels. Prenez également soin de vérifier que vos décorations de Noël ne représentent pas un risque d'incendie.

Si vous avez un sapin naturel, assurez-vous que celui-ci soit suffisamment arrosé au quotidien et qu'il se trouve à un peu plus d'un mètre de toute source de chaleur.

Éteignez les bougies lorsque vous quittez la maison et débranchez les appareils électriques inutilisés.



5261751



En cette période des fêtes, nos pensées se tournent avec gratitude vers notre clientèle qui rend possible notre succès.

De toute l'Équipe de Lavoie au carré, un gros merci et Joyeuses Fêtes!



JULIE KIROUAC
CONTRÔLEUR
418 543-5511

LOUIS BRODEUR
COURTIER IMMOBILIER
RÉSIDENTIEL
418 590-3422

HÉLÈNE LAVOIE FRI
COURTIER IMMOBILIER
AGRÉÉ, DA
418 693-4293

JACQUES LAVOIE
COURTIER IMMOBILIER
418 557-4293

KARINE TREMBLAY
ADJOINTE
418 543-5511

MARYLÈNE BOIVIN
COURTIER IMMOBILIER
RÉSIDENTIEL
418 944-9533



CHICOUTIMI

864, Chabanel
19466538

CHICOUTIMI-NORD

200, Nicolet
27672256

CHICOUTIMI-NORD

28, de la Paix
28380288

JONQUIÈRE

2003, Powell
22744814

LA BAIE

3772, Route de l'Anse-à-Benjamin
9341048

SAINT-FULGENCE

385, du Saguenay
20528723

WWW.LAVOIEAUCARRE.COM

UNE VERSION ACTUALISÉE DES SACS À SURPRISE

MOI D'ABORD

Cette boîte mensuelle santé nous offre plusieurs produits à découvrir, chaque mois. Elle représente le fruit des efforts d'une kinésiologue et d'une nutritionniste qui souhaitent donner à leurs clients des produits bons pour eux. Des aliments santé sont offerts dans la boîte, accompagnés d'entraînements à faire à la maison, sans équipement. Tout a été pensé pour que les produits, autant l'entraînement que la nourriture, s'ajoutent facilement dans la routine de tous!

Chaque boîte contient: un programme d'entraînement à faire à la maison structuré par la kinésiologue, un ingrédient découverte, deux recettes conçues par une nutritionniste qui utilisent l'ingrédient du mois, en plus de trois collations santé. Les produits sont surtout québécois ou canadiens. Tous les produits sont changés chaque mois. Différents abonnements sont offerts: mensuel, semestriel ou annuel.

Pour ceux qui hésiteraient parce qu'ils ne seraient pas certains d'apprécier les produits, il est possible de voir sur le site Internet de la compagnie ce qu'il y avait dans les boîtes précédentes. Une façon efficace de savoir si les produits nous intéressent et d'avoir une meilleure idée du contenu prochain de cette boîte à surprise. Il est même possible d'offrir un abonnement en cadeau. Le destinataire recevra alors chez lui trois boîtes santé, directement devant sa porte.

Envie de commencer l'année du bon pied? Que diriez-vous de recevoir une boîte remplie de surprises, une fois de temps en temps? Plusieurs compagnies ont créé ces boîtes thématiques avec des abonnements mensuels, qui font que leurs clients reçoivent une fois par mois, une boîte remplie de nouveaux produits devant leur porte. Et ça marche! L'effet de surprise, les produits de qualité, ainsi que la découverte de nouveaux produits intéressent plusieurs personnes qui choisissent de s'abonner à ces différents concepts. Voici quelques compagnies québécoises qui ont décidé de suivre cette tendance. **COLLABORATION SPÉCIALE**



Photo tirée de Facebook



FOLLES D'ICI

Folles d'ici, une épicerie de Joliette spécialisée dans le zéro déchet, la nourriture et l'achat local, propose quatre types de boîtes remplies d'une foule de produits-surprises. Avec un abonnement d'un an, on reçoit quatre boîtes, soit une à chaque saison. Les types de boîtes sont les suivantes: 100 % bouffe, mixte, zéro-déchet ou végane.

Avec la tendance zéro déchet qui monte en popularité, cette boîte semble particulièrement intéressante. Chaque saison, les clients reçoivent quatre à huit items zéro déchet, faciles à utiliser au quotidien et fabriqués par des entreprises québécoises. L'abonnement permet aussi d'avoir accès au site web de l'entreprise pour obtenir toutes les informations sur les produits, leur utilité et leur entretien. Un code promo pour une prochaine commande en ligne est aussi disponible dans la boîte.

Il est également possible de voir le contenu des boîtes précédentes, afin de nous guider dans notre choix de catégorie. Par exemple, dans la boîte zéro déchet de l'automne dernier, il y avait du shampoing solide, des mouchoirs réutilisables et des emballages alimentaires réutilisables! Des alternatives qui permettent de modifier un simple geste du quotidien tout en ayant un grand impact positif sur sa consommation.



5362353

Bonne et heureuse nouvelle année!
Je vous souhaite autant de bonheur qu'il y a de flocons dans le ciel, autant de bonnes nouvelles qu'il y a d'aiguilles sur le sapin, autant d'amour qu'il y a d'étincelles dans le feu d'une cheminée et surtout la santé.

Michelle AUDET
 Courtier immobilier
418 812-8811
 michelleaudet1@gmail.com

 JONQUIÈRE 3025-3027, du Royaume	 JONQUIÈRE 2333, Labrecque
 JONQUIÈRE 2358, Maltais	 JONQUIÈRE 3163, Cadieu
 JONQUIÈRE 3657-3663, Senneville	 JONQUIÈRE 3910, d'Orléans

5363558

VOUS PENSEZ IMMOBILIER? PENSEZ

Guy SIMARD
 418 550-6561
 Courtier immobilier

Pierre-Olivier S. SIMARD
 418 550-5136
 Courtier immobilier

François CHAYER
 581 235-2429
 Courtier immobilier résidentiel

Équipe Simard
Courtiers immobiliers

viacapitale SAOULNIER-LAC-SAINT-JEAN

Photo tirée de Facebook



LA BOÎTE DIY

La boîte DIY s'adresse à tous ceux et celles qui aiment bricoler, sans se compliquer la vie. C'est d'ailleurs ce qui aurait motivé les deux créatrices québécoises à imaginer ce produit. Elles souhaitent rassembler dans une boîte tous les produits, les outils et les explications sur la réalisation de certains projets DIY, (Do it yourself ou Fais-le toi-même). Cet abonnement est idéal pour ceux qui voudraient essayer de nouveaux projets, mais qui manquent de temps, de connaissances ou d'idées.

Sur leur site Internet, on peut voir quelques projets ayant été réalisés grâce aux boîtes précédentes. Une boîte de rangement à cellulaire en bois, une guirlande d'origami et un masque contre les points noirs, sont des exemples de projets que La boîte DIY a permis aux clients de réaliser.

Il est possible de s'abonner pour recevoir un projet par mois pendant un an, six mois, ou trois mois. Il y a certains projets que l'on peut se procurer en ligne, sans abonnement ! Ce qu'il y a d'intéressant, c'est qu'on peut aussi se procurer un kit d'outils de démarrage, dans leurs produits offerts en ligne, afin de réaliser des projets par nous-mêmes sans avoir à parcourir plusieurs boutiques pour se procurer le matériel. Tout arrive devant notre porte et on est fin prêt à créer.

**QUELLE
BOÎTE
CHOISIRIEZ-
VOUS
?**



Photo tirée de www.follesdici.com

*Les courtiers
profitent de l'occasion
pour vous remercier
de votre confiance
et vous souhaiter
leurs meilleurs
vœux de bonheur,
de santé et
de prospérité pour
la nouvelle année !*



VINS ET BULLES POUR CÉLÉBRER LA NOUVELLE ANNÉE

Q. Quels sont les vins que tu recommandes pour servir avec la dinde, la tourtière, les pâtés à la viande et autres mets traditionnels du temps des Fêtes ?

R. Pour les vins blancs, je recommande **Les Cocalières et le Costa & Pampa**.

Les Cocalières, Domaine d'Aupilhac, Languedoc 2017, est un vin blanc issu d'un assemblage de Roussanne, Marsanne, Rolle (Vermentino), Grenache blanc. Ce vin certifié biologique et biodynamique, est rond, élégant et se distingue par sa touche délicatement boisée en bouche. Le fait qu'il soit élevé en Foudres et en barriques non neuves confère à ce vin du Languedoc-Roussillon une belle mise en valeur et une grande complexité. Au nez, on remarque notamment des notes fruitées et florales à l'issue desquelles le vin prend des arômes de fleurs blanches, de yogourt et de

pêches fraîches. Ce vin blanc passe-partout s'accorde parfaitement aux plats des Fêtes et accompagne à merveille les plateaux de fromages.

Prix : 31 \$



Le Costa & Pampa la réputée maison Trapiche est une belle découverte. Ce Chardonnay provenant d'une nouvelle région viticole de l'Argentine, située près de la Mer de Plata, à quelques kilomètres de l'océan

et de Buenos Aires, met en valeur les terroirs de la côte Atlantique. Le climat océanique procure à ce vin blanc fraîcheur et minéralité, tandis que son léger passage sous bois (fût français) lui donne une belle rondeur. Ses arômes fruités, sa rondeur en bouche et sa finale rafraîchissante plairont à coup sûr à vos convives. Un vin délicieux, à prix accessible.

Prix : 24,95 \$

En ce qui a trait au vin rouge, je conseille **le Devois des Agneaux et le Pian delle Vigne**.

Le Devois des Agneaux est un vin du Languedoc assez connu. Je l'ai choisi parce que son nez fruité sur fruits plus noirs, comme la cerise rouge, ainsi que sa note épicée se rapporte à la tourtière avec ses arômes dominants de muscade. En bouche, les épices reviennent avec des notes de cacao. **Le Devois des Agneaux** se distingue aussi par ses tanins soyeux et plus enrobés. Ce vin bien équilibré plaira à tous autour de la table. Une belle valeur sûre, à prix raisonnable.

Prix : 19,45 \$



Allons maintenant vers un rouge plus léger avec le **Pian delle Vigne**. Ce nouveau vin, 100 % sangiovese, à la trame plus légère est parfait pour accompagner la dinde et le chutney aux canneberges. Les notes fruitées prédominantes

Vous recevez pour le jour de l'an? Puisqu'il est toujours agréable de servir à nos convives de bons vins qui s'accordent bien à nos plats, le Toit & Moi s'est entretenu avec la sommelière et chroniqueuse vin Caroline Chagnon. Voici ses suggestions de vins et de bulles pour célébrer la nouvelle année sur une note parfaite.

MELISSA BRADETTE



Photo courtoisie

avec des arômes de canneberges ressortent au nez. Ce vin juteux se démarque aussi par ses tanins ultras souples. Ce rouge s'accordera à merveille à tous les plats de viande blanche et de poissons. Pour les inconditionnels de vin rouge le **Pian delle Vigne** est aussi un très bon vin d'apéro. À découvrir!

Prix : 29,95 \$

Q. Dans quel ordre déguster les vins ?

R. L'important lorsqu'on choisit l'ordre de dégustation du vin et de faire notre sélection en terme de saveurs d'intensité, de finesse et de qualité. L'ordre de service s'établit en fonction des critères suivants. On va du vin le plus sec au plus doux, du vin le moins intense, au plus intense et du vin le plus simple au plus qualitatif. Aussi, il n'y a pas de mal à servir un rouge avant un blanc, si on respecte ces critères. Par exemple, un rouge comme le **Pian delle Vigne** peut très bien être servi à l'apéro, avant un blanc comme **Les Cocalières**.

Q. Quels sont tes coups de cœur que tu invites les gens à découvrir ou à offrir en cadeaux ?

R. Mon choix s'arrête sur deux vins taillés pour la garde! Le **Château la Nerthe**, il fait partie de mon Top 3 des Châteauneuf-du-pape disponibles au Québec, et le **Badia a Passignano** Classico-Chianti gran



selezione 2015, un vin italien tout simplement délicieux.

Contrairement aux autres Châteauneuf-du-pape, qui sont généralement plus costauds, le **Château la Nerthe** s'inscrit dans la finesse. Ce vin biologique issu d'un assemblage de grenache, de syrah, de mourvèdre et de Cinsault a des notes de cuir, de violettes

et un peu de fines herbes, comme le thym. Ce rouge élancé, balancé et d'une grande complexité est assez juteux. Si vous avez un amateur de bon vin dans la famille, ce vin fera un cadeau de choix!

Prix : 58,50 \$

La trame de fruits confits et le nez aux notes animales et terreuses du **Badia a Passignano** apportent profondeur et chaleur à ce Chianti. Ce vin ample et enveloppant en bouche avec des tanins souples accompagne bien les plats des Fêtes. En outre, son côté plus musclé s'accorde à merveille aux pièces de viande rouge. Un rouge sublime qui convient parfaitement aux amateurs de vins plus corsés.

Prix : 54,25 \$



ST-HONORÉ : 1247, CH. ST-MARC OUEST
199 999 \$
Maison à étage de style Canadien à air ouverte sans voisin arrière. Elle est située à St-Honoré au Chemin St-Marc Ouest. Terrain d'une superficie de 23 000 pi².
À voir!
Centris : 18510850

CHICOUTIMI : 153, DES SAGUENÉENS
199 500 \$
Grand bungalow tout briques avec entrée indépendante à l'extérieur au sous-sol ayant plusieurs possibilités dont une inter-génération. Six chambres à coucher en tout et (2) salles de bain. À proximité de tous les services quotidiens situés sur la rue des Saguenéens. Affiché sous évaluation municipale!!!
Centris : 10084349

JONQUIÈRE : 1941-1943, STE-FAMILLE
240 000 \$
Grand Triplex avec garage double situé à Jonquière sur la rue Ste-Famille avec petit terrain intime pour les locataires. Bonne rentabilité. Nouveau Prix!! À qui la chance!
Centris : 14056822

Proprio Direct
Marie-Eve Rathé Courtier immobilier résidentiel
418 817-4933
marieratte@hotmail.com

Le Top 5 «Bulles» de Caroline Chagnon

1 Brut nature Reserva de la Familia, Juvé y Camps, Cava gran reserva 2014, (Mousseux biologique).
Prix : 22,25\$

2 Roederer Estate Brut Anderson Valley.
Prix : 35,35 \$

3 Lallier Grande Réserve Grand Cru, Champagne.
Prix : 48 \$

4 Pol Roger Brut, Champagne.
Prix : 63 \$



À DÉCOUVRIR

Patrick Piuze, Domaine Moutard Diligent. Mousseux français, 100 % Chardonnay, non dosé, méthode traditionnelle. L'appellation non dosé indique qu'il y a peu de liqueur de dosage ajoutée au processus avant l'embouteillage. Ce qui donne au mousseux un profil très pur. Puisqu'il contient peu de sucre, le mousseux est très sec, ce qui en fait un très bon vin d'apéro. Son goût et sa robe or foncé lui donnent un caractère unique. Un mousseux non conformiste, qui a du caractère.
Prix : 24,80 \$



Bonne et heureuse année
À vous tous chers clients, je profite de cette occasion pour vous offrir le plus GROS DES MERCI pour votre confiance à mon égard. Que vos coeurs et vos maisons rayonnent de BONHEUR, D'AMOUR ET DE PAIX. Que la santé accompagne votre quotidien. Au plaisir de vous rencontrer pour vos projets 2019!

Hélène Turgeon
Courtier immobilier
Cell.: 418 590.1818

via capitale
Via Capitale Saguenay-Lac-St-Jean Agence immobilière

via capitale
Via Capitale Saguenay-Lac-St-Jean Agence immobilière
via PROTECTIONS

Hélène Turgeon

Courtier immobilier

Cell.: 418 590.1818

AU PIED DES PENTES



LIBRE RAPIDEMENT
SAINT-DAVID-DE-FALARDEAU
68, De Tremblant

Clés en main! 1 1/2 étage, meublée et équipée, plancher céramique chauffants, dans le bas de la piste 4, 4 chambres, cuisine fonctionnelle et plus!

DE PLUS EN PLUS DE MUNICIPALITÉS NOURRICIÈRES AU SAGUENAY- LAC-SAINT-JEAN



Inauguration du
jardin collectif,
Jardin Bourget, à
Saint-Charles-de-Bourget.
Photo tirée de Facebook

COLLABORATION SPÉCIALE

La création d'un jardin collectif et d'un marché public, un îlot de forêt nourricière, voilà des exemples de ce que les municipalités ont développé lorsqu'elles ont commencé la démarche Municipalité Nourricière, créée par Eurêko. Depuis 2017, l'organisme à but non lucratif à la défense de l'environnement encourage les petites municipalités de 5000 habitants et moins à prendre un virage écologique. À ce jour, sept villes, dont Labrecque, Saint-Nazaire et Saint-Charles de Bourget, ont suivi cette démarche environnementale qui vise à améliorer la résilience alimentaire des citoyens de la région.

«La démarche Municipalité Nourricière nous permet d'augmenter notre capacité à être



Atelier sur les fleurs comestibles à Saint-Nazaire. Photo tirée de

résilient, c'est-à-dire à se procurer des aliments le plus près possible. C'est donc d'utiliser les espaces communs et de faire des projets qui vont nous permettre d'augmenter la production, la consommation et peut-être même la transformation des aliments», explique Marie-Lise Chrétien-Pineault, chargée de projet pour l'organisation, dans la vidéo promotionnelle de l'initiative.

Dans son bilan de l'année, Eurêko explique que depuis le lancement de cette démarche, plusieurs espaces publics comestibles ont vu le jour dans les municipalités de la région. De nombreux citoyens ont pu être informés sur la cueillette de champignons, sur le jardinage, sur les différentes méthodes de conservations des aliments et sur la taille des arbres fruitiers, lors d'ateliers. La sécurité alimentaire, la résilience locale et l'adaptation aux changements climatiques sont maintenant mieux comprises par plusieurs.

Six autres municipalités sont actuellement inscrites dans la démarche et devraient devenir Municipalité Nourricière d'ici 2020. Eurêko est par ailleurs toujours à la recherche de municipalités et de citoyens intéressés à faire un changement dans leur communauté.

2 ENGAGER LE POLITIQUE

La signature d'un protocole doit être faite avec au moins un membre du conseil municipal ce qui assure la faisabilité du projet. Cette personne sera le pont entre les membres du projet et les élus.

3 INFORMER LA POPULATION

Ensuite, une rencontre d'informations est organisée pour informer la population sur la démarche Municipalité Nourricière. Selon les informations dévoilées par Mme Chrétien-Pineault dans la vidéo promotionnelle du programme, toutes les grandes lignes du projet sont présentées lors de cette audience, mais aussi les raisons ayant amené Eurêko à faire cette démarche.

4 FORMER LE COMITÉ MUNICIPALITÉ NOURRICIÈRE

Par la suite, un comité Municipalité Nourricière est formé. Il a comme mission de dresser le portrait de sa municipalité. Ensemble, les membres du comité cartographient les ressources de cette dernière: qui sont les agriculteurs? Les producteurs? Les fermiers? Ils établissent le bilan des ressources et les problématiques alimentaires du coin.

5 RÉALISER L'ACTIVITÉ PARTICIPATIVE

«L'idée de cette activité-là, c'est vraiment d'inviter les acteurs intéressés de la municipalité à réfléchir et à trouver des projets qu'ils veulent mettre en branle», souligne la chargée de projet. Les décisions se prennent collectivement, pour arriver à un projet final.

6 CONCRÉTISER DES PROJETS

La dernière étape est la concrétisation du projet. En le décrivant clairement, en le budgétant et en lui trouvant un espace, les élus et les citoyens mettent sur pied un projet Municipalité Nourricière pensé pour leur communauté et répondant à ses besoins. Les municipalités reçoivent aussi des outils pour mieux se prendre en main et améliorer ainsi leur résilience alimentaire.

COMMENT ÇA FONCTIONNE?

Le processus de Municipalité Nourricière se décline en six étapes.

1 IMPULSER LA DÉMARCHE

La première étape consiste à trouver des gens qui aimeraient avoir plus de résilience en matière de nourriture locale. Ça peut être des élus, un comité ou encore des agents de développement. «La résilience alimentaire, ça ne se crée pas par magie», continue la chargée de projet, alors qu'elle voit ce projet dans une démarche de démocratie participative avec des personnes de tous les milieux.

GRUPE
Sutton
NOUVELLE
DEMEURE
AGENCE IMMOBILIÈRE



Robert
BOIVIN
418
690-7587



Rodrigue
COMÉAU
418
540-2442



Julien
TREMBLAY
418
820-3665



POUR
ACHETER
OU VENDRE
CONTACTEZ-
NOUS!

TROIS CONSEILS POUR RÉUSSIR VOS RÉNOVATIONS INTÉRIEURES CET HIVER

(EN) Plusieurs d'entre nous hésitent à entreprendre des rénovations intérieures pendant les mois d'hiver, c'est pourtant un excellent moment de l'année pour s'attaquer à de tels projets. Il suffit de faire des recherches et de bien planifier.

Premièrement, vous êtes beaucoup plus susceptible de trouver un entrepreneur disponible en hiver, puisque la majorité des gens préfèrent réaliser des projets résidentiels durant les mois plus chauds. Deuxièmement, rénover votre foyer en basse saison vous permet de dénicher des aubaines et de meilleurs prix sur des matériaux et des outils. Qui ne souhaite pas épargner de l'argent, qu'ils pourront dépenser sur des choses dont ils ont vraiment besoin?

Si vous désirez faire des rénovations chez vous cet hiver, voici trois conseils simples pour réussir votre projet.

1 PROCUREZ-VOUS LES BONS OUTILS POUR FAIRE LE TRAVAIL

La réussite d'un projet de rénovation va de pair avec l'utilisation des bons outils. En ce qui concerne les projets de bricolage à réaliser soi-même, les outils électriques et manuels Craftsman sont ceux qui permettront de les exécuter avec succès. Cette marque, qui offre de nouvelles catégories en magasin et en ligne chez Rona, Réno-Dépôt et ACE, vous fournira la puissance dont vous avez besoin pour accomplir toutes vos rénovations, qu'elles soient petites ou importantes.

2 FAITES DES RECHERCHES AVANT DE COMMENCER

Vous ne voulez surtout pas avoir débuté un projet pour ensuite vous rendre compte qu'il n'est pas réalisable. Faites des recherches approfondies telles que visionner des tutoriels en ligne, visiter votre centre de rénovation local ou consulter des entrepreneurs pour confirmer la faisabilité de votre projet.

3 FIXEZ-VOUS UN BUDGET ET UN ÉCHÉANCIER

Le temps, c'est de l'argent, c'est bien connu. Même si vous êtes plus susceptible d'économiser sur le coût des matériaux et les honoraires d'un entrepreneur durant l'hiver, établissez un budget à

l'avance. Le temps des Fêtes et les congés scolaires font que l'hiver est une période chargée. C'est pourquoi il faut planifier un échéancier en plus d'un budget pour vous assurer que votre projet sera réalisé à temps, sans surprises financières.



L'équipe GRUPE **Sutton** **NOUVELLE DEMEURE**
AGENCE IMMOBILIÈRE

vous souhaitez une
Bonne année 2019

5362719

Merci
400 000 fois
à notre clientèle!
Pour chaque transaction,
un montant est remis
à l'organisme

DANS LA RUE

pour les jeunes
en difficulté.

 418 540-3459	 418 820-9145	 418 591-0937	 418 820-3665	 418 929-5801	 418 812-2430	 418 812-9660
 418 540-2442	 418 820-5160	 418 812-1252	 418 695-6334	 418 815-5530	 418 542-7587	 418 487-8779
 418 668-7587	 418 690-7587	 418 480-7367	 581 306-2442	 Adjointe administrative	 Adjointe administrative	 Adjointe administrative

■ CHICOUTIMI 345, Des Saguenéens | 418 543-7587 ■ JONQUIÈRE 2395, St-Dominique | 418 542-7587

www.sutton.com

RECETTES PRATIQUES

INGRÉDIENTS



- 1** 3 DEMI-POIVRONS DE COULEURS VARIÉES ÉMINCÉS



- 2** PAPRIKA FUMÉ DOUX 10 ML (2 C. À THÉ)



- 3** QUINOA RINCÉ ET ÉGOUTTÉ 250 ML (1 TASSE)



- 4** LENTILLES ROUGES SÈCHES RINCÉES 250 ML (1 TASSE)



- 5** PÂTE DE TOMATES 30 ML (2 C. À SOUPE)

PRÉVOIR AUSSI:

- 1 petit oignon émincé
- 625 mL (2 ½ tasses) de bouillon de légumes sans sel

FACULTATIF:

- 30 mL (2 c. à soupe) de persil frais haché

PHOTO TIRÉE DU MAGAZINE 5 INGRÉDIENTS - 15 MINUTES, JANVIER 2018



LA RECETTE DE LA SEMAINE

PAËLLA VÉGÉ AU QUINOA ET LENTILLES

Préparation: 15 minutes
Cuisson: 17 minutes
Quantité: 4 portions
Végé/Sans noix/Sans oeuf

1 Dans une grande poêle à haut rebord, chauffer un peu d'huile d'olive à feu moyen. Cuire les poivrons et l'oignon de 2 à 3 minutes.

2 Ajouter le paprika fumé, le quinoa, les lentilles, la pâte de tomates et le bouillon de légumes. Porter à ébullition, puis laisser mijoter de 15 à 18 minutes à feu doux, jusqu'à ce que le quinoa et les lentilles soient tendres. Saler et poivrer.

3 Si désiré, garnir de persil au moment de servir.

SECRET DE CHEF

À la toute fin, le sel!

Trouvez-vous souvent les lentilles cuites coriaces? Saviez-vous que le sel peut faire durcir l'enveloppe des lentilles pendant la cuisson? C'est pour cette raison que nous utilisons dans cette recette du bouillon de légumes sans sel et que nous assaisonnons le plat à la toute fin seulement. Ce petit truc vous permettra d'apprécier encore davantage les plats à base de lentilles et vous donnera encore plus envie de faire et de refaire ce délicieux souper de semaine!

PAR PORTION

Calories.....	434
Protéines.....	20 g
M.G.	8 g
Glucides.....	74 g
Fibres.....	11 g
Fer.....	7 mg
Calcium.....	70 mg
Sodium.....	101 mg

Recette tirée du magazine
5 ingrédients - 15 minutes, janvier 2018



SMOOTHIE BOWL FRAISES ET FRAMBOISES

Préparation: 15 minutes • Quantité: 2 portions

INGRÉDIENTS

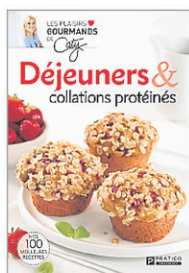
- 375 mL (1 ½ tasse) de framboises surgelées
- 375 mL (1 ½ tasse) de fraises coupées en quatre
- ½ paquet de tofu mou soyeux (de type Sunrise) de 300 g
- 125 mL (1/2 tasse) de lait 2 %
- 30 mL (2 c. à soupe) de sirop d'érable

Pour la garniture:

- 125 mL (1/2 tasse) de bleuets
- 8 fraises émincées
- 60 mL (1/4 de tasse) d'amandes tranchées

PRÉPARATION

- 1 Dans le contenant du mélangeur, déposer les framboises, les fraises, le tofu, le lait et le sirop d'érable. Émulsionner de 1 minute à 1 minute 30 secondes, jusqu'à l'obtention d'une préparation lisse et onctueuse.
- 2 Répartir le smoothie dans deux bols. Garnir de bleuets, de fraises et d'amandes.



Recettes tirées du livre *Déjeuners & collations protéinés* de la collection *Les plaisirs gourmands de Caty*

C'est aussi beau que bon!

On est souvent à la course les matins de semaine, mais lors des jours de congé, il vaut la peine de préparer un déjeuner aussi satisfaisant pour les pupilles que pour les papilles! Pensez alors aux *smoothie bowls*, qui n'ont pas d'égaux à ce chapitre! Sortez votre plus belle vaisselle, et misez sur le mélange des couleurs et des textures pour un look appétissant. Un bol de bonheur à manger à la cuillère, on adore!

PAR PORTION

Calories.....	363
Protéines.....	12 g
Matières grasses.....	14 g
Glucides.....	54 g
Fibres.....	14 g
Fer.....	3 mg
Calcium.....	225 mg
Sodium.....	40 mg



PHOTO TIRÉES DU LIVRE DÉJEUNERS & COLLATIONS PROTÉINÉS

BISCUITS BANANES ET BLEUETS

Préparation: 20 minutes • Cuisson: 20 minutes • Quantité: 12 biscuits
Se congèle

INGRÉDIENTS

- 375 mL (1 1/2 tasse) de flocons d'avoine à cuisson rapide
- 250 mL (1 tasse) de noix de coco non sucrée râpée
- 125 mL (1/2 tasse) de pacanes hachées
- 80 mL (1/3 de tasse) de bleuets
- 60 mL (1/4 de tasse) d'amandes en bâtonnets
- 30 mL (2 c. à soupe) de graines de chia
- 3 bananes réduites en purée
- 125 mL (1/2 tasse) de beurre de cajou
- 1 oeuf
- 60 mL (1/4 de tasse) de sirop d'érable
- 15 mL (1 c. à soupe) de zestes de citron

PRÉPARATION

- 1 Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
- 2 Dans un bol, mélanger les flocons d'avoine avec la noix de coco, les pacanes, les bleuets, les amandes et les graines de chia.

- 3 Dans un autre bol, mélanger la purée de bananes avec le beurre de cajou, l'oeuf, le sirop d'érable et les zestes.
- 4 Incorporer graduellement les ingrédients secs aux ingrédients humides et remuer jusqu'à l'obtention d'une préparation homogène.
- 5 Sur une plaque de cuisson tapissée de papier parchemin, former douze biscuits.
- 6 Cuire au four de 20 à 25 minutes. Ces biscuits se conservent à température ambiante.

PAR PORTION

Calories.....	268
Protéines.....	6 g
Matières grasses.....	17 g
Glucides.....	26 g
Fibres.....	4 g
Fer.....	2 mg
Calcium.....	50 mg
Sodium.....	12 mg



PHOTO TIRÉES DU LIVRE DÉJEUNERS & COLLATIONS PROTÉINÉS

RÉGAL



L'événement Montréal Passion Vin, au profit de la Fondation de l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont, a permis, cette année, d'amasser 1 475 184 \$ pour l'amélioration des soins aux patients, l'enseignement et le développement de la recherche. — PHOTO TIRÉE DE FACEBOOK

MONTRÉAL PASSION VIN

DÉGUSTER POUR LA CAUSE

À LA VÔTRE



CAROLINE CHAGNON
caroline.chagnon@gcmedias.ca

Le mois dernier avait lieu la 17^e édition de Montréal Passion Vin – l'événement-bénéfice mettant en vedette quelques-uns des plus grands vins au monde, et certains des dirigeants et propriétaires des châteaux et domaines les plus prestigieux.

Cette année, la perspective était complètement différente, puisque la dernière fois, je tournais le dos aux conférenciers, aux œnologues et aux vigneron. Je faisais

alors partie de l'imposante délégation de sommeliers bénévoles et responsables de verser les précieux liquides dans les coupes des participants.

Les 8 et 9 novembre, nous étions nombreux à être venus boire les paroles des grands du milieu et buvoter leurs cuvées plus grandes que nature. Sur deux jours, huit grandes maisons pas piquées des vers ont défilé au Grand Quai du Port de Montréal, Jetée Alexandra – Château Margaux, Louis Jadot, Krug, Niepoort, E. Guigal, Tenuta Luce, Château de Figeac et Roberto Voerzio, Philippe Guigal et autres vigneron se sont généreusement déplacés depuis la France, le Portugal et l'Italie pour faire découvrir 55 cuvées mythiques aux amateurs de vin et philanthropes présents.

Tout ce branle-bas vinicole est mis en œuvre au profit de la Fondation de l'Hôpital

Maisonneuve-Rosemont (HMR). Cette année, pas moins de 1 475 184 \$ ont été amassés pour l'amélioration des soins aux patients, l'enseignement et le développement de la recherche. En 17 ans d'activités, les partenaires et participants de cette grande messe du vin ont directement financé le centre d'excellence en thérapie cellulaire et le centre intégré de cancérologie, deux projets porteurs grâce auxquels l'HMR peut aujourd'hui s'affirmer comme leader en thérapie cellulaire, plus particulièrement en immunothérapie du cancer. Ils mettent au point et reproduisent des médicaments-cellules programmés pour réparer des tissus, supprimer les cellules malignes du cancer et guérir les plus graves maladies de notre temps. Ces médicaments-cellules peuvent notamment guérir des patients qui ne répondent pas aux traitements traditionnels.

LOUIS JADOT

Créée en 1859, la Maison Louis Jadot possède 240 hectares en Bourgogne et 150 crus. Au micro avec Nadia Fournier, auteure du *Guide du vin Phaneuf*, Pierre-Henry Gagey, président de la Maison Louis Jadot, a émerveillé les convives présents avec une série de 2015, grand millésime chaud et solaire pour la Bourgogne. « On a eu peur de ne pas conserver cette "lumière" qui caractérise les blancs de Bourgogne », racontait Pierre-Henry. Dans cette région où dominent le pinot noir et le chardonnay, où on est à la limite de la maturité, le confort de la vigne peut parfois être dangereux. Le soleil de 2015 aurait pu se traduire en un excès de richesse, mais fort heureusement, il n'en est pas.

La dégustation s'est ouverte sur un puligny-montrachet les referts 1^{er} cru. Provenant de la limite de Meursault et de Puligny, ce referts présentait une texture grasse, un « beurré » léger et un équilibre parfait entre richesse et finesse, qui rappelait beaucoup d'un meursault.

Ont suivi un corton-charlemagne grand cru, un volnay en l'ormeau 1^{er} cru, un corton-grèves grand cru, un gevey-chambertin petite chapelle 1^{er} cru et un clos vougeot grand cru. Joindre l'utile à l'agréable n'a jamais été aussi délicieux!

Santé et bonne année!



1 LACONIA 2016, KYDONITSA, MONEMVASIA WINERY
19\$ > 13 638 249 > 13% > 2,1 G/L

Cépage autochtone et ancien, le kydonitsa doit son nom au cognassier – arbre fruitier cultivé pour ses fruits, les coings – en raison de la couleur dorée de ses baies et de son arôme fruité ressemblant audit fruit. Cépage rare et pratiquement disparu des radars, il a été repris par quelques vignobles croyant en son potentiel, dont la Monemvasia Winery. Il donne des vins blancs, secs et aromatiques. Le nez présente des arômes d'abricot, de fleur et une délicate minéralité. Un léger perlant point à l'ouverture, puis disparaît graduellement. C'est suave et tout en fraîcheur. Servir avec un plateau de coquillages.



2 MANTINIA 2017, DOMAINE SPIROPOULOS
17,25\$ > 13 190 982 > 12% > 1,6 G/L

Un autre blanc grec, cette fois à base du cépage moschofilero. De jolies notes de fleurs blanches, de citron confit et de miel de rose s'éclatent au nez. L'acidité se fait discrète et le profil est léger. Le blanc d'apéro idéal! **B**

B BIO

Vous avez des questions ou des commentaires? Écrivez-moi à caroline.chagnon@gcmedias.ca.



PAIN D'ÉPICES

UN DÉLICE ANCIEN ET SECRET

Agence France-Presse

TORUN, Pologne — Avec de longs couteaux, deux maîtres boulangers tout de blanc vêtus découpent une grosse et lourde tranche de pâte à pain d'épices dans un gros bac métallique au fond de l'une des plus anciennes boulangeries du monde.

Comme le vin, la pâte a mûri depuis quelques mois, à l'abri d'une cave de l'usine de confiserie Kopernik, dans la vieille ville de Torun, en Pologne. Les employés y goûtent et vérifient si tous les bacs sont prêts pour la cuisson.

L'entreprise utilise un mélange d'épices dont la composition est un secret bien gardé depuis sa fondation en 1763. Depuis deux siècles et demi, elle fonctionne pratiquement sans interruption, sauf pour quelques années pendant la Deuxième Guerre mondiale.

Les initiés qui connaissent les proportions et les espèces des épices utilisées ne sont que six, selon le porte-parole, Jakub Kopczynski. « Les clous de girofle préservent la pâte qui contient bien entendu de la farine et du sucre, et lui permettent d'acquiescer son parfum unique pendant qu'elle mûrit », explique-t-il.

La cannelle, le gingembre et le poivre font également partie du mélange, ajoute-t-il, avant de refuser poliment d'en dire davantage.

« Comme le bon vin, le bon pain d'épices doit vieillir. Et, comme pour le vin, ce processus nécessite beaucoup de savoir-faire », poursuit Kopczynski.

Il parle au milieu d'une centaine de bacs alignés sur le sol de l'usine, chacun pesant environ 700 kilos.

VÉGANE, CASHER, SANS OGM

L'arôme attirant du pain d'épices flotte sur la grande usine à la sortie de Torun.

Sa recette secrète descend de la tradition remontant au Moyen-Âge, quand les épices d'Inde ou du Moyen-Orient ont commencé à arriver à Torun, devenue par la suite un important carrefour commercial hanséatique.

Si ses origines sont fort anciennes, le pain d'épices de Torun sait évoluer avec son époque : il est certifié végane, casher, sans OGM et sans huile de palme.

« C'était depuis toujours notre tradition, maintenant c'est reconnu formellement », commente Kopczynski, passant dans une partie de l'établissement où un tapis roulant fait entrer des pains d'épices en forme de coeur dans un four long de 36 mètres où ils subissent une cuisson de sept minutes.

L'usine est une société par actions appartenant à son personnel, actuel et ancien. Les propriétaires ont repoussé des offres d'investisseurs étrangers pour éviter qu'ils s'emparent de la précieuse recette.

L'entreprise portant le nom de Nicolas Copernic, le célèbre astronome né à Torun, appelé Mikolaj Kopernik en Pologne, a produit cette année 3500 tonnes de pain d'épices vendu en Pologne et partout dans le monde.

PRODUIT DE LUXE

Une lycéenne, Jagoda, enfonce une boule de pâte à pain d'épices dans un moule en bois sculpté à la main. Le gâteau prend l'aspect d'un fer à cheval affichant le mot « *szczęście* », « chance » en polonais.

Jagoda est venue avec sa classe de la ville voisine de Bydgoszcz pour un cours pratique de boulangerie au musée du pain d'épices de Torun, installé dans l'ancien bâtiment de briques rouges de l'usine Kopernik.

« Dans ma famille, nous avons une tradition de pains d'épices décorés que nous offrons comme cadeaux de Noël », explique la jeune fille de 17 ans, montrant un gâteau en forme de coeur avec un motif floral.

Sortant de leurs moules en bois et ressemblant aux chevaliers, anges, princesses ou carrosses, les grands pains d'épices ont fait office de cadeaux de choix de l'ère préindustrielle, jusque vers la fin du 18^e siècle.

« Comme les épices importées étaient chères, le pain d'épices était un produit de luxe que seule l'élite pouvait s'offrir », explique la directrice du musée, Malgorzata Mikulska-Wernerowicz. Ses fabricants étaient eux aussi riches et occupaient une place élevée dans la société d'autrefois.

« Les rois visitant Torun recevaient du pain d'épices offert par le conseil municipal », ajoute-t-elle, montrant des moules sculptés dans le bois de pommier ou de poirier, datant des 17^e et 18^e siècles.

PAIN AU POIVRE

Invités par un prince local, les Chevaliers Teutoniques sont



Dans une partie de l'établissement, un tapis roulant fait entrer des pains d'épices en forme de coeur dans un four long de 36 mètres, où ils subissent une cuisson de sept minutes. — PHOTO AFP

venus de Terre Sainte pour fonder Torun en 1233.

Ce sont probablement eux qui ont apporté les premières épices du Moyen-Orient. Leur goût a suscité une demande et ensuite un commerce lucratif, qui a contribué à faire de Torun l'une des plus riches villes d'Europe jusque pendant la Renaissance.

Le pain d'épices reste toujours une affaire qui marche à Torun, une ville de quelque 200 000 habitants, avec des dizaines de boulangeries et de magasins, et même un musée interactif privé.

À la différence du pain d'épices mince et croustillant de tradition scandinave ou britannique, celui de Torun est épais et moelleux.

Si ses ingrédients de base sont le miel, l'alcool et la farine de blé et de seigle, des documents anciens montrent que la variété de Torun était déjà fabriquée au milieu du 16^e siècle par des boulangers allemands et que son nom, *pfefferkuchen*, est venu de celui du poivre plutôt que du gingembre.

Le terme polonais utilisé aujourd'hui, *piernik*, a la même origine.

Selon la légende, Copernic lui-même aimait mâcher du pain d'épices. « Il venait d'une famille de riches marchands, donc on ne voit pas pourquoi il se priverait du pain d'épices », plaisante Mikulska-Wernerowicz, avec un clin d'oeil.

VOYAGES

DANS LA QUIÉTUDE



NORMAND PROVENCHER
nprovencher@lesoleil.com

Montpellier est la ville française qui a connu la plus forte croissance économique et démographique dans les dernières décennies. En 40 ans, sa population a doublé avec l'invasion de jeunes venus des quatre coins de l'Hexagone. Un habitant de Montpellier sur cinq est un étudiant. La qualité de vie exceptionnelle de la ville n'est certainement pas étrangère à cet afflux.

Pour y avoir séjourné à cinq ou six reprises depuis une douzaine d'années, je confirme qu'il existe dans la capitale du Languedoc-Roussillon un art de vivre et une quiétude qu'on ne retrouve pas ailleurs pour une ville de cette dimension (268 000 habitants). Montpellier offre de quoi occuper la tête, et surtout les jambes. Son centre-ville piétonnier, à la fois historique et résolument moderne, est le plus vaste de France.

Avec sa grandiose architecture haussmannienne, sa statue-fontaine baptisée les Trois Grâces et son magnifique opéra (réaménagé par Garnier), la place de la comédie est le point de ralliement de la jeunesse montpelliéraine et des touristes. Elle est surnommée l'Oeuf en raison de l'ovale originel au sol, autour duquel les voitures tournaient lorsque la circulation était autrefois permise. Aujourd'hui, le tramway y déverse chaque jour un flot de visiteurs.

Une marche en direction du fleuve côtier qui traverse la ville, le Lez, mènera à la découverte du visage avant-gardiste de Montpellier, celui du quartier Antigone, signé par l'architecte Ricardo Bofill. S'y greffe Le Polygone, un endroit très couru pour les amateurs de magasinage.

Mais se perdre des heures dans la vieille ville, à travers les ruelles médiévales et les charmantes placettes, demeure l'activité incontournable. D'une fois à l'autre, on ne s'en lasse jamais, surtout la nuit tombée, la mairie ayant déployé depuis 2006 un vaste programme de mise en lumière de son centre-ville.

Au coeur du quartier historique, la très animée place Jean-Jaurès



est l'un des points de chute des étudiants. Autour de la statue du célèbre leader socialiste abondent terrasses, bars et restaurants où il fait bon s'attarder.

CLIN D'OEIL DE MONTCALM

Au fil de la promenade, les rues aux noms évocateurs sortis d'une autre époque défilent : rue des Trésoriers-de-la-Bourse, rue de l'Argenterie, rue de la Vieille Intendance, rue Jean-Jacques Rousseau, une des plus anciennes de la ville. Ici et là, à travers galeries

et boutiques, l'un des 80 hôtels particuliers du vieux Montpellier, érigé aux XVII^e et XVIII^e siècles, attire le regard.

C'est le cas de l'édifice du 5, rue de l'Ancien-Courrier. Au mur, une plaque rappelle à notre mémoire un personnage bien connu de notre histoire, le marquis de Montcalm. L'hôtel a appartenu à la famille du célèbre général, de 1632 à 1841. « C'est d'ici que partit le 6 février 1756 le marquis de Montcalm pour défendre avec gloire le Canada et trouver une mort héroïque sous les murs de Québec, le 14 septembre 1759. »

Un arrêt à la magnifique place de la Canourgue, bordée de majestueuses façades, permet de jouir d'une jolie perspective sur la cathédrale Saint-Pierre, jumelée à la faculté de médecine. Fondée au XIII^e siècle, c'est la plus ancienne du monde occidental. Au Moyen-Âge, l'endroit accueillait comme élèves Rabelais et un certain Michel de Notre-Dame, alias Nostradamus. Une visite à la collection exceptionnelle du conservatoire d'anatomie vaut le détour. Les monstruosités dans le formol sont nombreuses ; coeurs sensibles s'abstenir...

ARBRE À VŒUX

Un arrêt au Jardin des plantes s'impose, surtout en été, lorsque le mercure s'affole. L'endroit s'enorgueillit lui aussi d'un titre honorifique lié à l'ancienneté, soit le plus ancien jardin botanique de France. L'endroit abrite quelque 2000 espèces de végétaux, notamment un filaire au tronc crevassé, dont les alvéoles recueillent depuis des siècles vœux et souhaits écrits sur des bouts de papier.

Montpellier possède aussi son Arc de triomphe, jaune et ocre

DE MONTPELLIER



1 Le château d'eau sur la promenade du Peyrou
— PHOTOS LE SOLEIL, NORMAND PROVENCHER

2 La cathédrale Saint-Pierre vue de la place de la Canourgue

3 La place de la Comédie, où trône la fontaine des Trois Grâces

4 et 5 Rue de l'Ancien-Courrier, des plaques évoquent un personnage bien connu de notre histoire, le marquis de Montcalm.

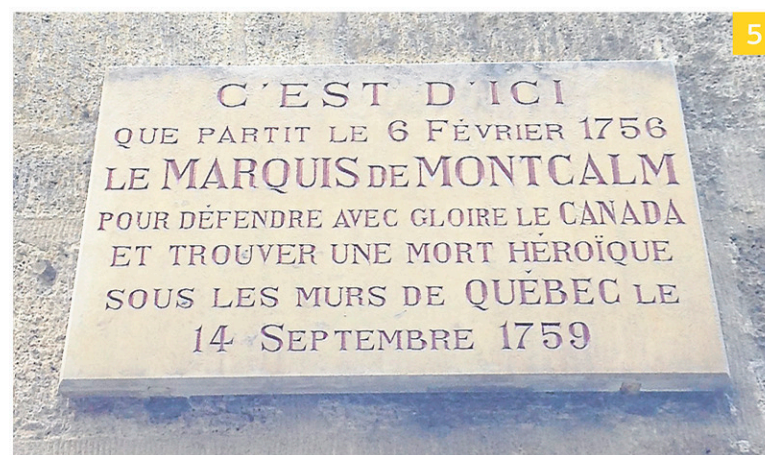
celui-là. C'est le passage obligé pour rentrer dans Montpellier depuis la promenade du Peyrou, symbole du grand urbanisme qui prévalait au XVII^e et XVIII^e siècle. C'est un endroit très recherché par les habitants qui viennent relaxer sur les bancs, à l'ombre de la statue équestre de Louis XIV.

MUSÉE FABRE

Derrière le Château d'eau, un magnifique panorama s'étend sous nos yeux. Au-delà des quelque 800 mètres de l'aqueduc Saint-Clément, inspiré du pont de

Gard, on peut apercevoir au loin le pic Saint-Loup et la mer.

On ne saurait trop vous recommander de garder une place dans votre horaire pour une visite au musée Fabre, à proximité de la Place de la Comédie. Fondé en 1828, le vaste établissement accueille l'une des plus importantes collections de beaux-arts de France, avec ses oeuvres de Rubens, Courbet, Ingres, Degas, Delacroix, Matisse et autres. L'été dernier, le musée a accueilli une centaine d'oeuvres de Picasso issues des plus grandes collections internationales.



Trait d'union
WWW.TRAITDUNION.CA



RÉPONDEZ

AUX ANNONCES QUI VOUS INTÉRESSENT EN TÉLÉPHONANT

1-900-789-7777*

#7979* BELL, ROGERS/FIDO
TELU, VIDEOTRON

ANNONCEZ-VOUS

PUBLIEZ VOTRE ANNONCE GRATUITEMENT EN COMPOSANT LE

418-698-2777

ENREGISTREZ VOTRE ANNONCE DÉTAILLÉE OU ÉCOUTEZ
LES AUTRES MEMBRES TOUT À FAIT GRATUITEMENT



VOUS DESIREZ PLUS D'INFORMATIONS: Questions générales? Fonctionnement? Abonnement express? Conseils? Contactez-nous au 1-855-529-3479. Ouvert 7 jours sur 7 / 24 heures sur 24.

FEMME CHERCHE HOMME

FIÈRE SÉGUENÉENNE CHERCHE COMPAGNON SÉRIEUR, 50aine, brune aux yeux noisette, recherche un homme, avec qui s'adonner à diverses sorties et activités sportives, aller au ciné, au resto et partager de bons moments à deux. **409474**

AU PLAISIR MESSIEURS! Jeune femme du Saguenay-Lac-St-Jean, 42 ans, cherche à contacter H, sympa, avec qui elle pourrait jaser un peu d'abord. **402386**

CATHERINE RECHERCHE LA COMPATIBILITÉ, étudiante en cuisine de 37 ans, aime activités de plein air, chasse, pêche, 4 roues, bon vin, soirées tranquilles ou entre amis, souhaite découvrir H, simple et ayant bonne écoute. **402023**

CHICOUTIMIENNE CROYANT TRÈS FORT À L'AMOUR DURABLE, 47 ans, 5'11", grasselette très bien assumée, yx noisette, fum, franche, sensible, fidèle, a bon sens de l'humour, désire H 50-52 ans, semblable, pour relation sérieuse. **402245**

TU TE SENTIRAS IMPORTANT À MES CÔTÉS... Féminine châtaine aux yx bleus, 35 ans, belle silhouette, timide mais coquine à ses heures, désire H, doux, curieux, patient, aimant partager, pour se dorloter mutuellement. **366071**

JOLIE FILLE EN QUÊTE D'UN BON AMI! 41 ans, 5'11", environ 115 lb, chev noirs, yx bruns, à Chicout, a petit chien, cherche ami, avec qui sortir au resto, prendre un verre la fin de semaine ou marcher. **409423**

AMOUR COMPLICE, femme de 51 ans, 5'3", sans enfant, demeure à Jonquière, souhaite contacter H, franc et ayant bon sens de l'humour, pour rencontre à but amical. **409364**

IL FAUT DE L'HUMOUR POUR CHARMER GUYLAINE! Jolie blonde du Saguenay, 66 ans, 5', 150 lb, authentique, a humour, aime marche, danse country, désire H 55-67 ans, fier, ayant aussi humour, aimant dialoguer et plus. **409181**

À TOI DE ME DÉCOUVRIR! Femme de Chicout, 72 ans, très propre, sérieuse, aime loisirs à deux, balades et sorties au resto, cherche à connaître H, n-fum et sérieux dans sa démarche si possible. **553387**

LAISE-MOI UN BEAU MESSAGE INTIME... Femme de 57 ans, 5'4", chev gris, yx bleus, sincère, souhaite contacter H 57-62 ans, chaleureux, doux et charitable si possible. **409231**

JOLIE PETITE BLONDE AU GRAND SENS DE L'HUMOUR, Diane, 60 ans, 5', 150 lb, fière, franche, fidèle et authentique, recherche H 58-66 ans, semblable, ayant aussi humour, afin d'apprendre à se connaître. **408945**

JE NOUS VOIS ENSEMBLE, POUR LONGTEMPS, blonde aux yx verts de Jonquière, 56 ans, 5'6", 156 lb, souhaite découvrir H 50-62 ans, n-fum si possible, sérieux, avec qui entreprendre belle relation à long terme. **408765**

LA SINCÉRITÉ D'ABORD, dame de 67 ans, de grandeur adéquate, chev grisonnants, beaux yx verts, d'app jeune, cherche ami, n-fum, très propre, sincère, avec qui sortir et partager activités. **408756**

DÉCOUVREZ VÉRONIQUE! 35 ans, 2 filles (4 et 10 ans), 1 garçon (13 ans), aime sorties au resto et au ciné, souhaite connaître H, intéressé, avec qui développer relation sérieuse. **408062**

RIEN D'AUTRE QUE DU SÉRIEUR! Femme dans 50aine, demeure à Chicout, cherche à connaître H 50-65 ans, n-fum, avec qui poursuivre but sérieux seulement. **407680**

POUR DE BONNS MOMENTS À DEUX, femme de 56 ans, propre, seule, souhaite rencontrer H 56 ans et plus, sincère, communicatif et amical, avec qui partager bons moments. **407798**

À SON ÂGE, LISE A BESOIN DE COMPAGNIE, 71 ans, de signe vierge, demeure à Jonquière, aimerait beaucoup rencontrer monsieur, possédant certaines affinités. **407686**

SORTONS ENSEMBLE! Femme de Chicout, dans 50aine, souhaite prendre contact avec H, n-fum et gentil, avec qui dialoguer et faire petites sorties. **407592**

NOUS POURRIONS ALLER À LA PÊCHE ENSEMBLE! Petite châtaine de Chicout, 56 ans, 5'2", yx pers, propre, a lunettes, aime cuisine, discussions, natation, nature, désire H 56-65 ans, sérieux, pour amitié d'abord. **407110**

CETTE JOLIE ROUQUINE POURRAIT DEVENIR VOTRE AMIE! Saguenay, 65 ans, légèrement enrobée, yx pers, veut découvrir bel H, engagé lui aussi, pour développer belle relation amicale et peut-être plus d'affinités. **406838**

UN BEAU GARS SYMPA POUR LINDA-MARIE! jolie noisette aux yx noirs du Saguenay, 105 lb, colleuse, possède moto, aime voyages, plage, camping, cherche à connaître H 45-50 ans, grand de préférence, honnête et drôle. **403372**

BELLE MADAME SEULE, 66 ans, 5'4", chev et yx noirs, souhaite connaître H, chaleureux et respectueux, avec qui partager activités telles que sorties au ciné, bons repas au resto et tout le reste. **406611**

LINDA EST DU GENRE PLUTÔT TRANQUILLE, 5'11", yx bleus, demeure à Alma, cherche à rencontrer monsieur 65-70 ans, avec qui tisser bons liens amicaux. **406769**

BELLE BLONDE DÉBORDANTE D'ÉNERGIE! 31 ans, 103 lb, yx bleus, célibataire, sans enfant, a toujours quelque chose à dire et besoin de bouger, désire connaître gars respectueux, avec qui discuter et voir où ça peut mener. **406374**

LAISSONS LE HASARD NOUS SURPRENDRE! Anne, 35 ans, en forme, directe, indépendante, sportive, aventureuse, prend soin d'elle, a humour, aime voyages, nature, animaux, musées, désire H, semblable et courageux. **406376**

À TOI QUI ME RESSEMBLE! Femme de 56 ans, chev gris et yx bleus, célibataire, douce et affectueuse, souhaite trouver H, ayant qualités similaires et goûts semblables. **406542**

COMMENCEZ L'ANNÉE EN BEAUTÉ!

EN CETTE NOUVELLE ANNÉE,
procurez-vous un bloc de temps et obtenez
PLUS DE MINUTES GRATUITES!

À L'ACHAT DE 15 MINUTES = OBTENEZ 5 MINUTES GRATUITES!
À L'ACHAT DE 30 MINUTES = OBTENEZ 10 MINUTES GRATUITES!
À L'ACHAT DE 60 MINUTES = OBTENEZ 20 MINUTES GRATUITES!

Bonne Année 2019

Pour profiter de cette offre contactez le service à la clientèle 1-888-985-2233

POUR MOI, L'AMOUR N'A PAS DE CHIFFRE,

Saguenéen de 59 ans, n-fum, sensible et affectueux, a passé réglé, aime marche, dialogue, cherche F, fidèle et croyant encore en l'amour, avec qui vivre relation à long terme. **388772**

SAGUENÉEN POSSÉDANT LA JEUNESSE DU COEUR, 71 ans, 5'9", 145 lb, a enfants et petits enfants, souhaite connaître F, de formation universitaire ou équivalence de préférence. **408969**

GUY VOUS ESPÈRE DRÔLE ET SINCÈRE, Lac Kénogami, 65 ans, 6', 145 lb, cherche F 57-65 ans, fidèle, pour belle relation. **407970**

CLAUDE EST QUELQU'UN DE PLUTÔT TRANQUILLE, 66 ans, casanier, demeure à Chicout, désire dame peu importe l'âge, aimant tranquillité, pour rencontres occasionnelles et plus si affinités. **409028**

GÉRALD FAIT LA BELLE VIE MAIS IL EST SEUL, retraité de 68 ans, demeure à Alma, aime dialogue, compréhension, plaisir, sorties, soupers à la chandelle, désire F, pour développer relation sérieuse à long terme. **408927**

AMATEUR DE CHASSE ET DE NATURE, monsieur de 69 ans, souhaite contacter belle madame, ayant intérêts similaires, avec qui faire sérieuse rencontre. **408807**

JEUNE HOMME EN QUÊTE DE NOUVELLES EXPÉRIENCES, 25 ans, timide, demeure à Alma, peut recevoir et se déplacer, recherche F 50 ans et moins, avec qui partager diverses expériences. **409062**

IL PRÉFÈRE LA BEAUTÉ DU COEUR, monsieur de Chicout, 74 ans, 6', n-fum, en santé, d'allure BCBG, autonome, a bonnes valeurs, désire respectueuse compagne, sincère, pour sérieuse relation. **408977**

JE SUIS LÀ POUR RENCONTRER! Jeune femme de 41 ans, 5'11", 170 lb, blond-châtain aux yx bleus, souhaite contacter F, intéressée, avec qui faire belle rencontre. **408928**

ES-TU VRAIMENT PRÊTE À RENCONTRER QUELQU'UN? Homme de 41 ans, 5'11", 170 lb, chev blond-châtain et yx bleus, souhaite contacter F, intéressé à rencontrer. **408864**

SOYONS AMANTS MAIS SÉRIEUSEMENT, Homme du Saguenay, début 50aine, 6'3", 175 lb, doux, sérieux, gentil et très respectueux, souhaite trouver amie-amante. **408548**

VOICI UN HOMME TRÈS BIEN! 50 ans, propre de sa personne, de signe scorpion, souhaite contacter F, ayant forte libido, avec qui vivre belles rencontres occasionnelles. **408406**

TU VEUX T'AMUSER? APPELLE PIERRE! 32 ans, 5'5", châtain aux yx bleus, demeure à Roberval, souhaite contacter F, pour conversations érotiques au téléphone ou rencontres intimes. **408256**

FAITES-MOI SIGNED MESSADAMES! Homme de 59 ans, 6'1", 235 lb, propre, tendre et sentimental, souhaite rencontrer F, avec qui passer bon temps sur base occasionnelle. **408116**

ENSEMBLE, SE BÂTIR UN FOYER POUR LE FUTUR! Ingénieur en informatique de race noire, cherche à connaître F 20-35 ans, célibataire et sans enfant, avec qui développer relation sérieuse. **408211**

SÉUL DEPUIS TROP LONGTEMPS, retraité de 70 ans, 5'9", 195 lb, propre, généreux, affectueux, vit à Jonquière, recherche dame, avec qui faire connaissance et profiter des bons moments de la vie. **407820**

DAVID EST TRÈS OUVERT! 30 ans, pas difficile, aimerait beaucoup contacter demoiselle, avec qui avoir bonne discussion. **408657**

VIENS T'AMUSER AVEC DIEGO! 30 ans, de belle app, demeure dans région de Gaspé, aime longues balades en voiture et se déplace, désire F, pour partager intimité lors de discussions téléphoniques ou en personne. **407947**

POUR LE PLAISIR DE PIERRE... Roberval, 32 ans, 5'5", châtain aux yx bleus, souhaite contacter une ou deux F, avec qui avoir plaisir et peut-être développer belle relation à long terme. **408227**

BEAU BONHOMME PAS COMPLIQUÉ,

37 ans, 5'8", 138 lb, souhaite rencontrer beau garçon, avec qui il pourrait discuter, partager et avoir beaucoup de plaisir. **407893**

POURRAIS-JE VENIR TE VOIR EN SECRET? Jeune homme du Saguenay, 24 ans, 5'10", châtain, en forme, recherche H 35 ans et plus, bien pourvu, propre, pouvant recevoir en toute discrétion, pour relation complète. **400999**

MESSAYER C'EST M'ADOPTER! Homme de 60 ans, désire H 30 ans et plus, de Chicout ou Saguenay, bien pourvu, passif, pouvant recevoir, désirant recevoir longues et langoureuses fellations, sur base régulière. **48548**

MASCLUIN MAIS EFFÉMINÉ À SES HEURES... Qc, 34 ans, 5'7", 145 lb, peu poilu, chaud, aime sous-vêtements féminins, jeux de domination, veut contacter grand H 45-58 ans, bien pourvu, pouvant recevoir, pour belles rencontres. **409186**

GÉRALD ADORE LA NATURE, 60 ans, 5'7", 125 lb, demeure à Jonquière, aime activités en nature, souhaite rencontrer H. **409265**

RICHARD EST PLUTÔT À L'AISE, Chicout, 56 ans, 5'9", 170 lb, chev et yx bruns, possède 3 maisons, aime s'amuser, cherche à rencontrer H, du Qc ou de l'Ontario, pour amour et plus. **3988591**

T'ENTENDRE GÉMIR SERA MON PLAISIR... 39 ans, reçoit en toute discrétion, cherche H, passif, voulant se faire soulager par bouche gourmande pendant visionnement de films xxx, avec qui avoir plaisir, sur base régulière. **390089**

TANTÔT MASCULIN, TANTÔT FÉMININ, beau jeune homme de 35 ans, 5'8", 145 lb, masculin mais efféminé au lit, adore porter sous-vêtements féminins, cherche H 40aine, de Qc, coquin, dominant et de couleur si possible. **409175**

DES APRÈS-MIDI BIEN COQUINS... Saguenéen de 60 ans, 5'6", 155 lb, souhaite contacter 1 ou 2 H ou travesti, avec qui regarder films XXX en après-midi. **404443**

BEAU ET MASCULIN, IL CRAQUE POUR LES DESSOUS FÉMININS, 50aine, 5'10", chev poivre et sel, yx bruns, demeure au Lac-St-Jean, recherche H, semblable, aimant porter dessous féminins, avec qui avoir plaisir. **408650**

UN GARS QUI AIME ÇA! Célibataire de Roberval, 32 ans, aime vélo, marche, hockey, sorties dans les bars, soirées à la maison, cherche gars 60 ans et moins, pour relation intime de courte durée. **408702**

CE BEAU JEUNE HOMME ATTEND DE VOUS NOUVELLES! 37 ans, chev bruns ml longs et yx bruns, demeure à Jonquière, aimerait H 30-55 ans, avec qui vivre relation sérieuse à long terme. **408518**

JE CHERCHE MON SEMBLABLE! Homme 65 ans, rasé, demeure au Saguenay, a petits seins et porte brassière 38B, aime embrasser, cherche à rencontrer autre H. **408602**

PIERRE POURRAIT VOUS INTÉRESSER... 32 ans, demeure à Roberval, souhaite rencontrer autre H, avec qui vivre relation intime et peut-être bâtir quelque chose à plus long terme. **408607**

ANDRÉ ATTEND TON APPEL! 72 ans, 6', 145 lb, demeure à Chicout, aimerait rencontrer H, passif, pour lui faire plaisir totalement. **408428**

MARCEL VEUT ESSAYER... Saguenay, 58 ans, 5'8", 170 lb, sans expérience, peut recevoir, cherche à contacter H, pour échanger bons massages érotiques lors de rencontres discrètes. **400239**

SALUT LES BEAUX MECS! Donald, 52 ans, 5'8", 150 lb, bien pourvu, vit à St-Bruno, adore faire fellations, veut beau ml, bien pourvu. **406776**

INVITE-MOI! Homme de Chicout, 63 ans, 170 lb, rasé, propre, veut H, aimant lingerie féminine, avec qui partager divers fantasmes. **383114**

FRÉDÉRIK VEUT CONNAÎTRE CETTE SENSATION... Saguenay, 58 ans, curieux de connaître l'amour avec un homme, recherche H, pour expérience caresses, fellations, bons moments et autre trucs que l'on fait entre hommes. **407508**

TU AIMS LES BLONDS AUX YEUX BLEUS? Jeune saguenéen dans 50aine, blond aux yx bleus, aimerait bien rencontrer H d'environ même âge ou peut-être un peu plus jeune, intéressé. **407306**

SALUT MEC! Homme de 57 ans, bien pourvu et très ouvert, souhaite contacter autre H, célibataire, bien pourvu lui aussi et pouvant recevoir, pour plaisir. **406560**

BEAU JEUNE HOMME BI, DE PASSAGE AU SAGUENAY, dans fin 30aine, 5'9", aime plaisir, souhaite contacter H, pour chaudes rencontres sensuelles, respectueuses et en bonne compagnie. **406993**

ICI SANDRA!

55 ans, 5'7", 160 lb, chev noirs et yx pers, désire H, n-fum, sobre, ayant belles valeurs, aimant nature et loisirs à deux. **406378**

QUE DIRAIS-TU D'UN BON SOUPER À DEUX? Femme de 72 ans, très sociable, aime marche, musique, bons soupers avec bonne bouteille, voyages, balades en auto, cherche monsieur, intéressé. **268798**

CHRISTINE VOUS EMMÈNERAIT BIEN DANSER! Jonquière, divorcée, timide et sociable à la fois, a 2 enfants, aime lecture, jardinage, séries télé, vitrail, cherche H 59-65 ans, doux, sympa, sociable et ayant bon coeur. **405816**

PETITE SAGUENÉENNE FERVENTE DE PLEIN AIR, 70 ans, 5'3", aimerait bien rencontrer H d'environ même âge, aimant chasse, pêche et autres sports de plein air. **405864**

SAGUENÉENNE TRÈS CONFORTABLE, 57", recherche grand gars 55-65 ans, gentil, avec qui voyager, faire excursions, road trips à Qc et MtL, voir spectacles, discuter, prendre bon café et plus. **398015**

LA BELLE GIGI EST CÉLIBATAIRE! Jonquière, 5'4", chev grisonnants courts, yx bleus, aime sorties diverses, souhaite rencontrer H 55 ans et plus, célibataire, avec qui vivre relation amicale. **405190**

QU'IL EST TRISTE D'ÊTRE SEULE... Dame de Chicout, 81 ans, souhaite connaître H du même âge, pour se rendre mutuellement service, discuter et peut-être bien finir nos jours ensemble. **404745**

ÉPICURIENNE DE NATURE CURIEUSE, Saguenéenne retraitée de 60 ans, app jeune, féminine, a humour, désire rencontrer H, ayant belle présentation, bonne culture générale, aimant cuisiner, pour agréables moments et acti-vités. **404367**

ANDRÉE, UNE GRANDE FAN DE SPORTS MOTORISÉS, belle blonde aux yx bleus de 50 ans, 5'2", petit surpoids, fière, aime mode, marche, moto, motoneige, ski alpin, bateau, voyages, danse, recherche bon ami, fidèle et sérieux. **404518**

TENDRESSE ET DOUCEUR RECHERCHÉES! Femme de Ship-shaw, 63 ans, 5'3", 125 lb, n-fum, app jeune, respectueuse, fidèle, fière, aime balades, marche, resto, désire bel H 58-65 ans, fier, ayant valeurs, pour but durable. **404190**

RETRAITÉE DE L'ÉDUCATION TRÈS SOIGNÉE, début 60aine, app jeune, scolarisée, aime marche et sorties au ciné, veut bon partenaire 55-62 ans, avec qui partager sorties sociales et culturelles. **403287**

ÉLÉGANTE SAGUENÉENNE EN QUÊTE DE BELLES DÉCOUVERTES! 63 ans, grande, poids prop, curieuse, aime plein air, voyages, cultures étrangères, musées, spectacles, cherche grand H dans 60aine, avec qui avoir plaisir et plus. **403694**

JE CHERCHE MON SEMBLABLE! Dame de 5'4", 150 lb, très propre, demeure à Jonquière, souhaite contacter H 56-65 ans, avec qui faire belle rencontre. **404114**

TU N'AS PAS BESOIN D'ÊTRE PARFAIT! Jolie châtaine de 36 ans, mince, yx bleus, douce, aime rire, avoir plaisir, cherche affectueux prince charmant, doux, patient, ayant bon coeur, pour agréables moments complices. **366700**

SE CONNAÎTRE D'ABORD ET PEUT-ÊTRE S'AIMER! Petite femme de 60 ans, de taille moyenne, sociable, sait ce qu'elle veut, désire H, assez beau, sociable, drôle et facile à vivre, pour but amoureux. **402937**

QUAND BEAUTÉ ET DOUCEUR SONT RÉUNIES! Femme de Jonquière, 55 ans, 5'4", 160 lb, yx bleu, sincère, cherche à connaître H 55-60 ans, doux et sincère lui aussi. **402717**

BRUNETTE PLUTÔT RICANEUSE, Jonquière, 55 ans, 5'7", poids prop, chev bruns, yx verts, indépendante, aime balades, nature, marche, recherche H, vrai, drôle et fidèle, pour amitié d'abord. **401785**

LES HEUREUX HASARDS, jolie brune de Dolbeau, 65 ans, 5'7", 141 lb, yx bruns, sociable, sympa, a 2 petits fils et chien, aime sports, musique, voyages, cherche H 55 ans et plus, jovial, pour amour. **2822701**

GRAND BESOIN DE CHANGEMENT!

Brunette aux yx verts de Chicout, 35 ans, 5'5", 139 lb, cherche à rencontrer H 34-46 ans, avec qui elle pourrait avoir bonnes relations intimes et plus. **4575237**

FEMME DE CARRIÈRE À CONNAÎTRE! 42 ans, possédée maison, aimerait rencontrer H, pour jaser et avoir beaucoup du fun. **402811**

JE SUIS COMME UN CADEAU DU CIEL! Blonde aux yx bleus de Jonquière, 54 ans, 5'2", sympa, simple, recherche H 48-59 ans, de même région, n-fum, avec qui elle pourra continuer sa vie. **4218874**

HOMME CHERCHE FEMME

BRICOLEUR TRÈS JOVIAL, Chicoutimi, 67 ans, 5'6", est doux, aime les voyages et la cuisine, recherche une femme, ayant les mêmes goûts, avec qui partager les beaux moments de la vie. **409583**

ÉRIC EST SUPER SYMPATHIQUE, Jonquière, 39 ans, 5'10", 190 lb, app jeune, bien pourvu, en forme, s'entraîne, a sens de l'humour et bonne libido, cherche à découvrir F, ouverte aussi, avec qui s'amuser lors de rencontres occasionnelles. **409566**

SORTEZ DE LA ROUTINE AVEC CE BEAU GRAND JEUNE HOMME! Saguenay-Lac-St-Jean, 43 ans, blond aux yx bleus, désire F, mariée, avec qui vivre expérience hors de l'ordinaire. **409530**

QUI SAIT CE QUE L'AVENIR NOUS RÉSERVE! Homme de 67 ans, souhaite rencontrer dame dans 60aine, libre, avec qui partager belles sorties, bons repas à deux et peut-être plus. **409558**

LE BEAU KEVIN AIME SE FAIRE DU FUN, 30 ans, paraît bien, aime prendre petit verre entre amis, cherche F, du Saguenay ou Lac-St-Jean, pour faire belle rencontre ou passer belle soirée à 2. **409565**

JEUNE HOMME AU SOURIRE CRAQUANT! 34 ans, 5'9", 160 lb, chev noirs, yx pers, demeure au Lac-St-Jean, désire F, ayant envie de s'amuser, avec qui faire activités, avoir plaisir et plus. **408339**

FIER SAGUENÉEN À CONNAÎTRE! 67 ans, de belle app, cherche à rencontrer F, fière elle aussi et possédant bonnes valeurs, pour apprendre à se connaître d'abord. **408056**

PARCE QU'IL FAUT VIVRE NOTRE VIE! Travailleur de la construction de Chicout, 50 ans, chev rasés, colleux, affectueux, en relation platonique, aime animaux, désire connaître F, pour bons moments, moto, 4 roues, resto et plus. **392723**

LE BEAU DANIEL EST QUELQU'UN D'ACTIF ET DE RESPECTUEUX, Jonquière, début 50aine, 5'3", 120 lb, fum, fidèle, seul depuis quelques années, cherche F, avec qui partager doux moments et apprendre à se connaître. **407853**

OUI, JE SUIS UN GENTLEMAN! 49 ans, 5'11", châtain aux yx verts, souhaite rencontrer F, enjouée, dynamique, disponible pour faire diverses sorties et partager petits moments d'intimité. **409382**

BRUNO EST TRÈS BEL HOMME, 42 ans, 5'10", surplus de poids, chev noirs, yx bruns, souhaite contacter F, avec qui parler au téléphone ou peut-être se rencontrer afin de partager moments intimes. **409412**

UN ADEPTE DE PLEIN AIR ET DE VOYAGES, retraité de 63 ans, 5'8", 165 lb, aime voyages en petit motorisé, cherche à connaître F 55-64 ans, n-fum, mince, en forme, avec qui développer belle complicité et profiter de la vie. **333281**

DISCUSSIONS TRÈS CHALEUREUSES... Homme de 22 ans, souhaite contacter F, avec qui avoir très chaudes conversations téléphoniques et peut-être se rencontrer si ça clique. **409408**

VOYONS-NOUS AU MOINS UNE FOIS! Homme de 59 ans, 5'10", 145 lb, souhaite contacter dame, avec qui jaser, se coller ou se masser, lors de belles rencontres matinales sur semaine si possible. **373925**

AS-TU LES MÊMES BESOINS QUE MOI? Jeune homme de 45 ans, 180 lb, yx bleus, souhaite rencontrer F, mariée, ayant goûts similaires, avec qui vivre belle aventure seulement. **409360**

HOMME CHERCHE HOMME

J'ATTENDS ÇA DEPUIS SI LONGTEMPS... Homme marié du début 60aine, 6', 190 lb, nouvellement retraité, en pleine forme, d'allure très chic, désire un homme de 50 ans et plus, chic, non-vulgaire, pour enfin découvrir les plaisirs entre hommes. **361293**

CES LONGS MOMENTS À SE CARESSER... Homme de 50 ans, 5'10", 170 lb, bien pourvu, aime bas de nylon, cherche à contacter autre H, aimant dessous féminins tout comme lui, pour masturbation, fellations et plus. **409047**

BEAUX APRÈS-MIDIS EN VUE! Homme de Chicout, 60 ans, 5'6", 155 lb, très propre, souhaite contacter autre H, pouvant recevoir, avec qui s'amuser à l'aide de divers objets sexuels. **409557**

POUR UN PETIT MOMENT DE PLAISIR... Homme de 37 ans, peut recevoir à l'occasion, cherche à rencontrer autre H, du Lac-St-Jean ou Saguenay, pouvant recevoir, aimant se travestir, porter petites culottes et regarder films XXX. **406721**

SI TU AIMS ÇA AUTANT QUE MOI... Homme de Saguenay, 59 ans, 235 lb, bien pourvu et coquin, cherche un ou plusieurs H, n-poilus et bien pourvus, avec qui regarder films XXX, se caresser, se coller et beaucoup plus. **407068**

ET SI NOUS ALLIONS PLUS LOIN? Homme de 32 ans, souhaite connaître autre H, avec qui entretenir relation intime à long terme ou peut-être même un jour, former couple. **408251**

BEAU PETIT MEC SYMPA! Alma, 65 ans, 5'4", 148 lb, chev poivre et sel, yx verts, en forme, romantique, drôle, a humour, aime faire du théâtre, jaser, voyager, veut H 45 ans et plus, pour intimité et plus. **1775808**

DE MÉMORABLES EXPÉRIENCES... Homme de Chicout, 56 ans, 62 ans, aimerait connaître autre H, pouvant recevoir le jour si possible, pour expériences intimes occasionnelles. **405645**

SAGUENÉEN TRÈS AGRÉABLE À REGARDER, 30 ans, 6', 190 lb, propre, sympa, ouvert, célibataire, vit seul, cherche gars, propre, en forme et vicieux, pour être à l'aise et se satisfaire sans regrets. **406620**

FEMME CHERCHE FEMME

CATHERINE SE DIT PLUTÔT JOLIE! 41 ans, 140 lb, demeure à Chicout, a petit chien, désire connaître F, sobre, n-droguée, joviale, sociable, ayant sens de l'humour si possible, aimant resto, ciné et beaucoup plus. **408898**

JASER ET SORTIR ENSEMBLE! Femme de 58 ans, aimerait bien rencontrer autre F 55-65 ans, avec qui elle pourrait dialoguer et faire diverses sorties. **408102**

KAYLA A QUELQUE CHOSE DE FUN À VOUS PROPOSER! 38 ans, 5'7", 170 lb, chev brun foncé longs, yx brun-vert-pers, bisexuelle, cherche à contacter couple HF ou F 23-48 ans, féminine, pour amitié et rencontres intimes. **407381**

BELLE COQUINE VOLANT S'OFFRIR À TOI! brune réservée de Chicout, 28 ans, 5'7", 110 lb, yx pers, souriante, très curieuse, en couple, aime rire et se faire gâter, recherche belle F 21-55 ans, avec qui partager belle nuit chaude. **3978282**

COUPLE

POUR LE PLAISIR DE MADAME... Couple du Saguenay, 50aine, elle; très jolie, aime porter vêtements sexy, désire H 60 ans et plus, pour voir sa femme être caressée par un autre homme. **409532**

À L'ÉCRAN

BEL CANTO

Qui sont les barbares ?

ÉRIC MOREAULT
emoreault@lesoleil.com

CRITIQUE

Bel Canto se déroule en 1996, dans un pays non précisé d'Amérique du Sud, mais le sujet est terriblement d'actualité: une prise d'otages par un commando de la guérilla pour dénoncer l'oppression du régime en place. Malgré ses ratés, plutôt mineurs, le drame soutenu et bien réalisé de Paul Weitz pose une question importante: qui sont les véritables barbares ?

Il faut être un peu bon public pour accepter la prémisse du récit, soit la présence de Katsumi Hosokawa (Ken Watanabe), un industriel japonais, à une petite fête donnée par les autorités locales pour le convaincre d'implanter une usine. On y a invité la fameuse soprano américaine Rozane Coss (Julianne Moore), quelques notables, diplomates (dont l'ambassadeur français joué par Christophe Lambert) et membres du clergé.

Mais le récital est à peine commencé que des révolutionnaires avec le commandant Benjamin (Tenoch Huerta) à leur tête font irruption et prennent tout ce beau monde en otage. Ils exigent la libération de tous les prisonniers politiques du pays. Les autorités vont jouer la carte de l'usure...

Alors que les jours et les semaines passent, les combattants vont délaissier leur rhétorique révolutionnaire, se décriper et



fraterniser avec leurs otages. Les barrières sociales tombent. Il y a même de l'amour dans l'air...

Pendant ce temps, Messner (Sebastian Koch), le négociateur de la Croix-Rouge, va multiplier les efforts pour dénouer la crise. Ses allées et venues servent de lien entre l'intérieur et les soldats rassemblés à l'extérieur, mais aussi à sortir du huis clos et à laisser respirer le film.

Weitz réussit à rendre plausible la relation qui s'installe entre les révolutionnaires et leurs otages, qui semblent affligés par une forme de syndrome de Stockholm. Toutefois, malgré son immense talent et son effort indéniable, on a de la difficulté à croire à Julianne Moore en soprano. L'actrice synchronise bouche et lèvres sur le chant de Renée Fleming et ça paraît. La finale, en concert, est totalement superflue et s'avère un couac dans cette partition bien exécutée par Weitz.

Le réalisateur de *Pour un garçon* (2002) et *d'Admission* (2013) sait saisir les petits moments quotidiens pour leur donner une familiarité crédible. Mais il se distingue aussi par sa caméra très mobile et son montage

efficace sur les interprétations de la soprano qui servent d'ellipses.

Bel Canto est un bel effort, un long métrage qui démontre que dans toute situation, il y a plusieurs nuances de gris. Mais il montre aussi le visage d'un régime oppressif, voire dictatorial, où son président se croit tout permis pour assurer son culte de la personnalité. C'est déjà pas mal pour un film américain...

Au générique

Cote: ★★★

Titre: *Bel Canto*

Genre: Drame

Réalisateur: Paul Weitz

Acteurs: Julianne Moore, Ken Watanabe, Sebastian Koch

Classement: Général

Durée: 1h42

On aime: La distribution, la réalisation bien exécutée, le sujet

On n'aime pas: Le lip-sync raté, la finale superflue



PHOTOS COURTOISIE, TVA FILMS

Entendre mieux...
les festivités.

**GROUPE
FORGET** 
AUDIOPROTHÉSISTES

1-800-OREILLE
ENTENDRE-MIEUX.COM

PAIEMENT MENSUEL DISPONIBLE

LE CENTRE DE L'AUDITION

CHICOUTIMI

1000, Chabanel | 418 545-8800

LA BAIE

874, Victoria | 418 544-1234

ROBERVAL

1005, Olivier-Vien | 418 275-1105

DOLBEAU-MISTASSINI

1621, des Pins | 418 276-8888

SAINT-FÉLICIEN

1307, Sacré-Coeur | 418 679-9900

LUNDI À LA TÉLÉ																	* La grille complète et détaillée de l'horaire télévision est publiée, chaque semaine, dans Voilà.			
31 DÉCEMBRE	8h00	8h30	9h00	9h30	10h00	10h30	11h00	11h30	12h00	12h30	13h00	13h30	14h00	14h30	15h00	15h30	16h00	16h30	17h00	17h30
ICI RC Télé	Pac-Man/ Peanuts	Les contes de Grimm	Marina Orsini			Ricardo	TJ Extra	Téléjournal Midi	Les Parent	SISSI (1955) avec Karlheinz Böhm, Magda Schneider, Romy Schneider.			Lumière sur... / Roger Tabra	Entrée principale			Silence, on joue!			
V	Moment V	Moment V	Infopublicité	Infopublicité	Nashville / Rêves déçus	Atomes crochus	COUP DE FOUDRE ET QUIPROQUOS (2017) Alix Angelis.			D'AMOUR ET DE GLACE (2015) avec Shawn Roberts, Jewel Staite.			Les Simpson	Les Simpson	Atomes crochus					
CJPM	LE FILM LEGO (2014)				HÔTEL TRANSYLVANIE (2012) Adam Sandler.			(:45) Tom et Jerry	Nouvelles	Animal cherc	SHREK (2001)		(:45) Tom et Jerry	TRANSFORMERS 3: LA FACE CACHÉE DE LA LUNE - Les Autobots partent vers la lune à la recherche d'un vaisseau cybertronien.						
TQc	(:55) Robocar Poli	Lassie	IGOR (2008)		Dragons: Les rives	(:55) Miraculous	Chipmunks	L'ÉCOLE DU ROCK (2003) avec Joan Cusack, Jack Black, Mike White.			Sentineilles	Zorro/ (:50) Petit Sp.	As de jungle	LA ROUTE D'ELDORADO (2000) Kevin Kline.		(:10) Chat Potté	(:35) Cités d'or			

31 DÉCEMBRE	18h00	18h30	19h00	19h30	20h00	20h30	21h00	21h30	22h00	22h30	23h00	23h30	00h00	
ICI RC Télé	Le Téléjournal	La Petite Vie	En direct de l'univers / Spéciale du jour de l'An			À l'année prochaine			Le Téléjournal	Infoman 2018 / Chantal Lamarre, MC Gilles.		Bye Bye 2018		
V	Un souper parfait	Un souper parfait	FILM DE SUPER-HÉROS (2008) avec Sara Paxton, Christopher McDonald, Drake Bell.			(:45) LES APPRENTIS CHAMPIONS (1993) avec Doug E. Doug, Malik Yoba, Leon.			Ces gars-là		NVL	Moment V		
CJPM	TVA nouvelles	Le Tricheur	LOL (-)	LOL (-)	NOUS SOMMES LES MILLER (2013) avec Jennifer Aniston, Emma Roberts, Jason Sudeikis.			(:15) TVA nouvelles	(:45) UN MONDE FOU, FOU, FOU (1963) avec Ethel Merman, Sid Caesar, Spencer Tracy.					
TQc	La Pat'Patrouille	ASTÉRIX ET CLÉOPÂTRE (1968) Roger Carel.		(:50) Les Dalton	LAWRENCE D'ARABIE (1962) avec Alec Guinness, Anthony Quinn, Peter O'Toole. - Le lieutenant britannique, Lawrence, est chargé de contacter les tribus arabes.			(:55) LE DÎNER DE CONS (1998) Thierry Lhermitte.						
TV5	(:17h50) QuestChamp	Le Journal de France 2	Un village français / Les devoirs de mémoire		Mon sac chéri			Le plus grand cabaret du monde / Le plus grand cabaret sur son 31 - Patrick Sébastien présente les meilleurs moments de l'année lors de cette émission.						
CANAL D	Galas ComédiHa! 2016 / Mario Tessier	Panique sur la 401 / Garde d'honneur	Alaska: La ruée vers l'or			La guerre des enchères	La guerre des enchères	La guerre des enchères	La guerre des enchères	La guerre des enchères	La guerre des enchères	La guerre des enchères	La guerre des enchères	
ICI RDI	Le Téléjournal	RDI économie	24/60 / Hors-série: La Petite Vie		Les grands reportages			Le Téléjournal	Le Téléjournal	Le Téléjournal	Le National	Le National	Le National	Le National
RDS	(:16h00) IHHF Hockey (D)	Sports 30	Sports 30	Hockey 360° (D)		LNH Hockey / Canadiens de Montréal c. Stars de Dallas (D)						IHHF Hockey / Russie c. Canada - Championnat du monde junior		
VIE	Naissances / Le transport	Ouvrez, on ne sait / Chambly	Ouvrez, on ne sait jamais!	Ouvrez, on ne sait jamais!	Ouvrez, on ne sait jamais!	Ouvrez, on ne sait / Québec	Pas le choix de rénover! / Maison rustique revisitée		Le Club Mel / Jean-Philippe Dion		Les 7 petits Johnston / Les grands projets		CARTE VERTE (1990)	
SERIES+	Code Black (v.f.) / La vie entre nos mains	Bull (v.f.) / Quoi de neuf docteur?	Les enquêtes du NCIS / Une vie meilleure			NCIS: Nouvelle-Orléans / Sauver la mise		NCIS: Los Angeles / La beauté du geste		Rizzoli & Isles / Dans la tourmente		Blue Bloods		
Z	Plus dur qu'on pense	Patrice Lemieux 24/7	Week-end de bois	Week-end de bois	Week-end de bois	Week-end de bois	SIGNES (2002) avec Joaquin Phoenix, Cherry Jones, Mel Gibson.			South Park	Jobs de bras	Grimm		
HISTORIA	L'atelier de restauration / Des chevaux sous le capot	Chasseurs d'épaves	Chasseurs d'épaves	La malédiction d'Oak Island / La vérité au fond du trou			La malédiction d'Oak Island / Libérer la voie		Extraterrestres / La malédiction du pharaon		Pirates et trésors / Le lien avec les templiers		Pirates et trésors	
ÉVASION	Ultimate Airport Dubai	Le wine show			Grands restos de la planète		Avis de voyageurs / Lake District		Avis de voyageurs Édition australienne		Bienvenue chez nous / Hélène et Jean-Philippe		Hotel impossible	
ICI ARTV	Le temps d'une paix	Le temps d'une paix	Le temps d'une paix	Pour l'amour du country		Les jours de la semelle			L'homme qui plantait	Faire oeuvre utile		La magie de Casse-Noisette		



WWW.ENTENDRE-MIEUX.COM



MARDI À LA TÉLÉ																	* La grille complète et détaillée de l'horaire télévision est publiée, chaque semaine, dans Voilà.			
1 JANVIER	8h00	8h30	9h00	9h30	10h00	10h30	11h00	11h30	12h00	12h30	13h00	13h30	14h00	14h30	15h00	15h30	16h00	16h30	17h00	17h30
ICI RC Télé	(:15) Sonic Boom	Les contes de Grimm	Marina Orsini			Ricardo	Silence, on joue!	Téléjournal Midi	Les Parent	IMPÉRATRICE SISSI (1956) avec Karlheinz Böhm, Romy Schneider.			Lumière sur... / Michel Jasmin	Entrée principale			Silence, on joue!			
V	Moment V	Moment V	Infopublicité	Infopublicité	Nashville / Les liens du sang	Atomes crochus	UN ROMAN D'AMOUR (2015) avec Dylan Bruce, Emily Tennant, Amy Acker.			UN MARIAGE D'AMOUR (2008) avec Cynthia Stevenson, Wendie Malick.			Les Simpson	Les Simpson	Atomes crochus					
CJPM	LUCKY LUKE (2009) avec Jean Dujardin, Sylvie Testud, Melvil Poupaud.				HÔTEL TRANSYLVANIE 2 (2015)			(:45) Tom et Jerry	Nouvelles	Animal cherc	SHREK 2 (2004)		(:45) Tom et Jerry	Les 400 coups!		UN CORDONNIER BIEN CHAUSSÉ (2014) avec Adam Sandler, Dan Stevens.				
TQc	(:55) Robocar Poli	Lassie	GNOMÉO ET JULIETTE (2011) James McAvoy.		Dragons: Les rives	(:55) Miraculous	Chipmunks	LES DEUX FONT LA PAIRE (1995) Mary-Kate Olsen.			(:50) As de la jungle	Sentineilles	Zorro/ (:50) Petit Sp.	As de jungle	LES DOUZE TRAVAUX D'ASTÉRIX (1976)		Chat Potté	Cités d'or		

1 JANVIER	18h00	18h30	19h00	19h30	20h00	20h30	21h00	21h30	22h00	22h30	23h00	23h30	00h00	
ICI RC Télé	Le Téléjournal	En direct de l'univers / Spéciale du jour de l'An			Infoman 2018 / Chantal Lamarre, MC Gilles.			Bye Bye 2018		Le Téléjournal	DREAMGIRLS (2007) avec Beyoncé Knowles, Eddie Murphy, Jamie Foxx.			
V	Un souper parfait	Un souper parfait	ESPION ET DEMI (2002) avec Owen Wilson, Famke Janssen, Eddie Murphy.			LE NINJA DE BEVERLY HILLS (1996) avec Robin Shou, Nicollette Sheridan, Chris Farley.			Ces gars-là		NVL	Moment V		
CJPM	TVA nouvelles	Le Tricheur	VLOG / La revue de l'année		FAMILLE RECOMPOSÉE (2014) avec Drew Barrymore, Wendi McLendon-Covey, Adam Sandler.			(:15) TVA nouvelles	(:45) LES ROIS DU PATIN (2007) avec Jon Heder, Craig T. Nelson, Will Ferrell.					
TQc	La Pat'Patrouille	ASTÉRIX ET LES INDIENS (1994)			LE FABULEUX DESTIN D'AMÉLIE POULAIN (2000) avec Mathieu Kassovitz, Audrey Tautou.			(:15) CHOCOLAT (2000) avec Johnny Depp, Alfred Molina, Juliette Binoche.						
TV5	(:17h50) QuestChamp	Journal de 13h	Un village français / Au bout du tunnel		(:05) Chanson française / Michel Sardou, Johnny Hallyday, Liane Foly / Michel Sardou, Johnny Hallyday.			Burlesque / Viva Las Burlesque!		TV5 le journal	Journal Afrique	Rendez-vous		
CANAL D	Galas ComédiHa! 2016 / Mario Tessier	Panique sur la 401 / Nerfs d'acier	Alaska: La ruée vers l'or			Galas ComédiHa! 2016 / Mario Tessier		Galas ComédiHa! 2016 / Mario Tessier		Galas ComédiHa! 2016 / P-A Méthot		Réal Béland		
ICI RDI	Le Téléjournal	Vocation: Leader	Le National	Le National	Les grands reportages / Lève-toi et marche			Le Téléjournal	Ursulines de Québec	Le Téléjournal	Le National	Le Téléjournal	Le National	Le Téléjournal
RDS	Sports 30	Sports 30	Les Soirées Classiques / Dans la voûte: LNH entraîneur-chefs Québécois			Les Soirées Classiques / Dans la voûte: Spécial Martin Brodeur			Sports 30		Sports 30	Histoires de sentiers		
VIE	L'Unité des naissances	C'est quoi ton plan?	C'est quoi ton plan?	C'est quoi ton plan?	C'est quoi ton plan?	C'est quoi ton plan?	On efface et on recommence / Sainte-Marthe-sur-le-Lac		Le Club Mel		Les 7 petits Johnston / Mes deux pères		LA PROPOSITION	
SERIES+	Code Black (v.f.) / Écoutez votre instinct	Bull (v.f.) / La théorie du genre	Blue Bloods / Le prix de l'uniforme			Élémentaire / Sexe, mensonges et vidéos		Hawaii 5-0 / A'ole e'olelo mai ana ke ahi ua ana ia		Longmire / Un brouillard qui ne se lève pas		Blue Bloods		
Z	Plus dur qu'on pense	Patrice Lemieux 24/7	Comédie sur mesure	Comédie sur mesure	LE COWBOY DE SHANGHAI (2000) avec Lucy Liu, Jackie Chan, Owen Wilson.			South Park	Jobs de bras	Grimm				
HISTORIA	Pirates et trésors perdus des Templiers / L'île au trésor	À feu et à sang / La bataille de Fredericksburg	À feu et à sang / La percée de Petersburg		Pawn Stars	Pawn Stars	Pawn Stars	Pawn Stars	Pawn Stars	Pawn Stars	Pawn Stars	Pawn Stars	Pawn Stars	
ÉVASION	Safari photo / Le crapaud buffle d'Australie	Couple c. nature / Delta de l'Okavango: Botswana		Maraton Man / Jordanie		Mission café / Waragi		Le marcheur du Caucase / De l'Azerbaïdjan à la Géorgie		Bienvenue chez nous / Carole et Hugues		Vacances de Bruno		
ICI ARTV	Le temps d'une paix	Le temps d'une paix	Le temps d'une paix	Quelle famille!	Grantchester / Ici et maintenant		Grantchester / Amours contrariés		Pique-nique à Hanging Rock		Les Borgia / L'épuration		Docteur March	

MERCREDI À LA TÉLÉ																				* La grille complète et détaillée de l'horaire télévision est publiée, chaque semaine, dans Voilà.																			
2 JANVIER	8h00	8h30	9h00	9h30	10h00	10h30	11h00	11h30	12h00	12h30	13h00	13h30	14h00	14h30	15h00	15h30	16h00	16h30	17h00	17h30																			
ICI RC Télé	Garfield (35) Garfield	Les sapiens	Marina Orsini	Ricardo	Silence, on joue!	Téléjournal Midi	Les Parent	SISSI FACE À SON DESTIN (1957) avec Karlheinz Böhm, Romy Schneider.	Lumière sur... / Micheline Lanctôt	Entrée principale										Silence, on joue!																			
V	Moment V	Moment V	Infopublicité	Infopublicité	Nashville / Trahisons	Atomes crochus	SONGE D'UNE NUIT D'ÉTÉ HAWAÏENNE (2016) Alexandria Deberry.	QUAND LA MAGIE OPÈRE (2015) avec Azie Tesfai, Ryan McPartlin.	Les Simpson	Les Simpson	Atomes crochus																												
CJPM	LE TYRAN DES FOURMIS (2006) Julia Roberts.	(45) JACK LE CHASSEUR DE GÉANTS (2013) avec Ewan McGregor, Stanley Tucci, Nicholas Hoult.	Nouvelles	Animal cherc	SHREK LE TROISIÈME (2007)	Nouvelles / (15) Infopublicité	V.R. (2006) avec Cheryl Hines, Jeff Daniels, Robin Williams.																																
TQc	(55) Robocar Poli	Lassie	POULETS EN FUITE (2000)	Dragons: Les rives	(55) Miraculous	(35) Chipmunks	MATUSALEM (1993) avec Émile Proulx-Cloutier, Marc Labrèche.	Sentinelles	Zorro / (50) Petit Sp.	As de jungle	PLANÈTE 51 (2009)							(05) Chat Potté	Cités d'or																				
2 JANVIER	18h00	18h30	19h00	19h30	20h00	20h30	21h00	21h30	22h00	22h30	23h00	23h30	00h00																										
ICI RC Télé	Le Téléjournal	Défier la magie	Le Grand Rire de... / Les François de l'humour	À l'année prochaine			Les coulisses du Bye Bye 2018	(15) Le Téléjournal	(45) VÉRITÉ (2015) avec Robert Redford, Dennis Quaid, Cate Blanchett.																														
V	Un souper parfait	Un souper parfait	LES COLLÉGIENNES DE BEVERLY HILLS (1995) avec Stacey Dash, Brittany Murphy, Alicia Silverstone.	LA GUERRE DES POMPONS (2009) avec Eric Christian Olsen, Sarah Roemer, Nicholas D'Agosto.			Ces gars-là	NVL	Moment V																														
CJPM	TVA nouvelles	Le Tricheur	La poule aux oeufs d'or	Les beaux malaises	LE RETOUR DE PAPA (2015) avec Mark Wahlberg, Linda Cardellini, Will Ferrell.			TVA nouvelles	LE DERNIER SAMOURAÏ (2003) avec Ken Watanabe, Billy Connolly, Tom Cruise.																														
TQc	La Pat'Patrouille	RANGO (2011) avec Voix de Isla Fisher, Timothy Olyphant, Johnny Depp.	LE DÎNER DE CONS (1998) avec Jacques Villaret, Francis Huster, Thierry Lhermitte.			Dans les médias / 2018, la revue de l'année			MA MÈRE ET MOI (2015) avec Rose Byrne, J.K. Simmons, Susan Sarandon.																														
TV5	(17h50) QuestChamp	Journal de 13h	Un village français / Prisonniers de guerre	Chanson française / Patrick Fiori, Johnny Hallyday, Sylvie Varta, Johnny Hallyday.			(50) Chanson française / Florent Pagny, Robert Alagna, Eddy Mitchell, Vianney.	TV5 le journal	Journal Afrique	Berlin 56'																													
CANAL D	Galas ComédiHa! 2016 / P-A Méthot	Panique sur la 401 / À ma façon	Alaska: La ruée vers l'or			En pleine tempête	En pleine tempête	En pleine tempête	En pleine tempête	En pleine tempête	En pleine tempête	En pleine tempête	Un tueur si proche																										
ICI RDI	Le Téléjournal	Vocation: Leader	Le National	Le National	Les grands reportages / Super héros		Le Téléjournal	RDI économie	Le Téléjournal	Le National	Le Téléjournal	Le National	Le Téléjournal																										
RDS	(16h00) IHHF Hockey (D)	Sports 30	Sports 30	Hors-jeu 2.0	IIHF Hockey - Championnat du monde junior Quart de finale (D)																																		
VIE	Naissances / La joie	La réno	La réno	La réno	La réno	La réno	On efface et on recommence / Sainte-Marthe-sur-le-Lac		Le Club Mel / Émilie Bégin		Les 7 petits Johnston / Papa est un scout		REMUE-MÉNAGE																										
SERIES+	Code Black (v.f.) / Morts sur la conscience	Bull (v.f.) / Le quatrième pouvoir	Le fardeau de la preuve / Pilote			Dre Mary / Le berceau de Judas		Solitaire / Oh Sarah		Mélinda, entre deux mondes / Unis par les flammes		Blue Bloods / La menace																											
Z	Plus dur qu'on pense	Patrice Lemieux 24/7	Prêt sur gage / La probation	Prêt sur gage / Au voleur!	Prêt sur gage	Prêt sur gage	LES CHEVALIERS DE SHANGHAI (2003) avec Owen Wilson, Donnie Yen, Jackie Chan.				Jobs de bras	Grimm / L'inugami																											
HISTORIA	Pawn Stars	Pawn Stars	Prêt au combat	Prêt au combat	De l'acier et du feu / La navaja		De l'acier et du feu / Le sabre d'abordage		De l'acier et du feu / Khukuri		Les rois de la scrap	L'Amérique de Michel	Légendes de la route																										
ÉVASION	Des routes au Québec	Trip Flip	Lydiane autour du monde / Le grand départ		Coups de Food / Mickaël Gouin		Piscines avec vue		Guide et Bourlingueur / Pérou-Équateur		Bienvenue chez nous / Christ et Philippe		Splendides hôtels																										
ICI ARTV	Le temps d'une paix	Le temps d'une paix	Le temps d'une paix	Moi et l'autre	Victoria / La jeune Angleterre		Victoria / Une fille de soldat		Victoria / Le monstre aux yeux verts		Victoria / Chaînes et trames		Katy Perry PRISMATIC																										



1-800-OREILLE



JEUDI À LA TÉLÉ																				* La grille complète et détaillée de l'horaire télévision est publiée, chaque semaine, dans Voilà.																			
3 JANVIER	8h00	8h30	9h00	9h30	10h00	10h30	11h00	11h30	12h00	12h30	13h00	13h30	14h00	14h30	15h00	15h30	16h00	16h30	17h00	17h30																			
ICI RC Télé	Garfield (35) Garfield	Les sapiens	Marina Orsini	Ricardo	Silence, on joue!	Téléjournal Midi	Les Parent	IL ÉTAIT UNE FOIS (2007) avec Patrick Dempsey, James Marsden, Amy Adams.	Lumière sur...	Entrée principale										Silence, on joue!																			
V	Moment V	Moment V	Infopublicité	Infopublicité	Nashville / Secousse sismique	Atomes crochus	QUAND LA DEMOISELLE D'HONNEUR S'EN MÊLE (2016) Danica McKellar.	LES FLEURS DE L'AMOUR (2018) avec Victor Webster, Shantel VanSanten.	Les Simpson	Les Simpson	Atomes crochus																												
CJPM	(6h00) Salut Bonjour	JUMANJI (1995) avec Bonnie Hunt, Kirsten Dunst, Robin Williams.	Nouvelles	Animal cherc	SHREK 4: IL ÉTAIT UNE FIN (2010) Mike Myers.	(45) Nouveilles	L'ère de glace	LES BOYS IV (2005) avec Pierre Lebeau, Luc Guérin, Rémy Girard.																															
TQc	(55) Robocar Poli	Lassie	RANGO (2011) avec Voix de Isla Fisher, Timothy Olyphant, Johnny Depp.	Miraculous	(35) Chipmunks	DANS UNE GALAXIE PRÈS DE CHEZ VOUS (2004) Sylvie Moreau.	Sentinelles	Zorro / (50) Petit Sp.	As de jungle	IL PLEUT DES HAMBURGERS (2009)				(10) Chat Potté	(35) Cités d'or																								
3 JANVIER	18h00	18h30	19h00	19h30	20h00	20h30	21h00	21h30	22h00	22h30	23h00	23h30	00h00																										
ICI RC Télé	Le Téléjournal	Bleu	L'HISTOIRE DE PI (2013) avec Irrfan Khan, Adil Hussain, Suraj Sharma.				Le Grand Rire de...	Le Téléjournal	OMERTÀ (2012) avec Rachele Lefevre, René Angelil, Michel Côté.																														
V	Un souper parfait	Un souper parfait	UNE NUIT AU MUSÉE: LE SECRET DU TOMBEAU (2014) avec Robin Williams, Owen Wilson, Ben Stiller.			VIVE LA FRATERNITÉ (2003) avec Luke Wilson, Vince Vaughn, Will Ferrell.			Ces gars-là	NVL	Moment V																												
CJPM	TVA nouvelles	Le Tricheur	LOL :-)	Spécial Bloopers TVA	Le bon docteur / Éclat de verre			Le bon docteur / Sale boulot	TVA nouvelles	LE HOBBIT: UN VOYAGE INATTENDU (2012) avec Ian McKellen, Richard Armitage, Martin Freeman.																													
TQc	La Pat'Patrouille	ASTÉRIX ET LES VIKINGS (2006)			LE RÉVEUR: INSPIRÉ D'UNE HISTOIRE VRAIE (2005) avec Dakota Fanning, Kris Kristofferson, Kurt Russell.			(55) La symphonie de Télé-Québec	(10) GAZ BAR BLUES (2003) avec Gilles Renaud, Serge Thériault.																														
TV5	(17h50) QuestChamp	Journal de 13h	Un village français / Sur la grève	Devoir d'enquête / Publifin, le bal des lampistes - Est-ce que 'les pourris' seront-ils punis par la justice?			Anomalia			TV5 le journal	Journal Afrique	Berlin 56'																											
CANAL D	Galas ComédiHa! 2016 / P-A Méthot	Panique sur la 401 / Aux antipodes	Alaska: La ruée vers l'or			Le convoi de l'extrême / Convoi XXL		Cauchemar sur l'autoroute / Cadeau de Noël			Patrouille en direct	Patrouille en direct	Un tueur si proche																										
ICI RDI	Le Téléjournal	Vocation: Leader	24/60 / Édition spéciale: Omar Khadr	Les grands reportages / Super héros			Le Téléjournal	Mordus de politique	Le Téléjournal	Le National	Le Téléjournal	Le National	24/60																										
RDS	Sports 30	Hockey 360° (D)		LNH Hockey / Canucks de Vancouver c. Canadiens de Montréal (D)																																			
VIE	Naissances / Le guerrier	Les gratteux	Les gratteux	Les gratteux	Les gratteux	Les gratteux	On efface et on recommence / Saint-Amable Partie 1		Le Club Mel / Léane Labrèche-Dor		Les 7 petits Johnston / L'opération d'Alex		LA LETTRE ÉCARLATE																										
SERIES+	Code Black (v.f.) / Les fantômes du passé	Bull (v.f.) / Callisto	Quantico / Dans la gueule du loup			Madame la Secrétaire d'État / Une place sur la banquise		Bull (v.f.) / Rattrapé par son passé		DéTECTIVES PRIVÉS / Partenaires particuliers		Blue Bloods																											
Z	Plus dur qu'on pense	Patrice Lemieux 24/7	Les pros du ticket	Les pros du ticket	Les pros du ticket	Les pros du ticket	NUMÉRO QUATRE (2011) avec Timothy Olyphant, Dianna Agron, Alex Pettyfer.			South Park	Jobs de bras	Grimm / Les rapaces																											
HISTORIA	De l'acier et du feu / Khukuri	Les moteurs	Les moteurs	Fous des bolides	Fous des bolides	Fous des bolides	Fous des bolides	DéTROIT: bêtes d'acier / Fusées et robots		Traqueurs d'ondes	De père en fils / Forgerons	Chasseurs d'épaves																											
ÉVASION	Les routes mythiques / La route de l'Inde de demain	360@ / Inde			Spots de baignade secrets			Tous à bord / Joyeuse croisière		Bikinis et ski	Bikinis et ski	Bienvenue chez nous / Sylvie et Valérie		Avec ou sans cash																									
ICI ARTV	(17h30) L'appel du coeur	L'appel du coeur / Explications	Mr Bean	Lumière sur... / Gérard Poirier	Grantchester / Une envie de liberté			Grantchester / L'heure des choix		Les jours de la semelle																													

EN SALLE JUSQU'AU 3 JANVIER

AQUAMAN
(Alma, Chicoutimi, Jonquière, Roberval, Saint-Félicien)
Les origines d'un héros malgré lui, dont le destin est d'unir deux mondes opposés, la terre et la mer. Cette histoire épique est celle d'un homme ordinaire destiné à devenir le Roi des sept mers.

BUMBLEBEE
(Alma, Chicoutimi, Dolbeau-Mistassini, Roberval)
1987. Alors qu'il est en fuite, l'Au-tobot Bumblebee trouve refuge dans la décharge d'une petite ville balnéaire de Californie.

DEUXIÈME ACTE
(Chicoutimi)
Une caissière dans une grande surface astucieuse va se lancer dans le monde de la publicité

LA COURSE DES TUQUES
(Alma, Chicoutimi, Dolbeau-Mistassini, Roberval, Saint-Félicien)
Spectaculaire course de luge au village. François Les Lunettes et son équipe, avec Sophie comme coureuse, contre le nouveau venu, le ténébreux et prétentieux Zac, et son athlétique cousine Charlie.

LA MULE
(Jonquière)
À plus de 80 ans, Earl Stone est aux abois. Il est non seulement fauché et seul, mais son entreprise risque d'être saisie. Il accepte alors un boulot qui – en apparence – ne lui demande que de faire le chauffeur. Sauf que, sans le savoir, il s'est engagé à être passeur de drogue pour un cartel mexicain.

LA POSSESSION DE HANNAH GRACE
(Alma)
Travailler dans une morgue n'a jamais été un rêve. Megan n'a pas le temps de s'acclimater à son nouvel emploi que la dépouille de Hannah Grace lui cause des problèmes. En enquêtant, l'ancienne policière découvre que cette jeune femme est décédée il y a trois mois à la suite d'un exorcisme. Elle semble pourtant plus vivante que jamais...

LE RETOUR DE MARY POPPINS
(Alma, Chicoutimi, Dolbeau-Mistassini, Roberval)
Suivant une grande perte personnelle dans la vie de Michael, l'énigmatique nounou Mary

Poppins revient dans les vies de la famille Banks et, avec l'aide de l'optimiste allumeur de réverbères Jack, utilise ses habiletés magiques uniques afin d'aider la famille à redécouvrir la joie et les merveilles qui manquaient à leur vie.

LES ANIMAUX FANTASTIQUES: LES CRIMES DE GRINDELWALD
(Chicoutimi)
En 1927. Quelques mois après sa capture, le célèbre sorcier Gellert Grindelwald s'évade, comme il l'avait promis, et ce, de façon spectaculaire.

MÉCANIQUES FATALES
(Alma, Chicoutimi)
Dans un monde post-apocalyptique, sur une Terre ravagée par une guerre de 60 minutes, Londres est devenue une immense machine en déplacement constant.

SPIDER-MAN: DANS LE SPIDER VERSE
(Alma, Chicoutimi)
Quatrième volet des nouvelles aventures de Spider-Man, initiées en 2012.

HOROSCOPE

Bélier du 21 mars au 19 avril - Étant donné que la Lune se trouve en face de votre Signe, en Balance, il serait sage de ne pas rater une bonne occasion de vous exprimer, mais calmement. Car attention, tombant peut-être dans de mauvaises oreilles, certains de vos commentaires pourraient revenir vous hanter et vous mettre dans l'embarras. D'ici demain, vous gagnerez probablement à être prudent et à ne pas trop chercher à attirer l'attention sur vous.

Taureau du 20 avril au 20 mai - Parce qu'un âne aurait fait faux pas, devrait-on lui couper la jambe? L'influence du duo Soleil-Saturne en Capricorne pourrait vous amener à verser dans l'intransigeance. Avant de sévir le ton face à quelqu'un, assurez-vous d'avoir perçu la situation avec empathie. Si la personne n'a pas eu l'habitude de vous décevoir, vous devriez probablement faire part de souplesse à son endroit. La Lune est en Balance...

Gémeaux du 21 mai au 21 juin - La présence simultanée de Mercure et de Jupiter face à votre Signe (Sagittaire), devrait créer un climat cordial à l'intérieur duquel vous disposerez de tous les atouts pour impressionner, voire charmer, la personne qui vous intéresse. Saisissez votre opportunité, mais ne forcez pas la note. Il suffira d'être pleinement vous-même et de vous montrer sous votre vrai jour. Rendez-vous intéressant en perspective!

Cancer du 22 juin au 22 juillet - Intensifiant votre charme, la présence du Soleil en face de votre Signe (Capricorne), devrait faire en sorte que vous vous sentiez bien à l'aise en société. Tandis que votre humour tombera à point, c'est vous qui mènerez le bal. Vous vous mériterez plus facilement la sympathie du plus grand nombre, tout en éveillant la curiosité d'une personne dont vous souhaiteriez vous rapprocher...

Lion du 23 juillet au 22 août - Il est bon d'avoir de la considération pour les autres et leurs sentiments, mais il ne faudrait pas en arriver à négliger votre propre paix d'esprit pour autant. Avec le cycle de la Lune de passage en Balance, vous gagneriez à mettre les choses au clair et à éliminer toute forme d'ambiguïté. Bien que la vérité ne soit pas nécessairement facile à exprimer, elle vous épargnera bien des ennuis à plus long terme.

Vierge du 23 août au 22 septembre - Vous pourriez amener autrui à partager vos loisirs, mais vous devrez d'abord les laisser venir vers vous. Faites mention des activités auxquelles vous aimeriez les voir participer sans oublier qu'une insistance excessive pourrait les faire reculer. Et avec la Lune en Balance, vous aurez également la possibilité de renouer des liens avec des personnes que vous aviez fréquentées par le passé.

Balance du 23 septembre au 23 octobre - Avec le cycle de la Lune en Balance, vos émotions seront plus fortes et il pourrait être plus délicat de faire un cadeau à quelqu'un. Les objets qui vous plaisent ne feront pas forcément le bonheur des autres. Avant d'offrir quelque chose, assurez-vous que ce présent conviendra à la personne qui le recevra. Patientez, et décelez les indices que les gens vous laissent pour bien cerner leurs goûts...

Scorpion du 23 octobre au 21 novembre - Le passage de Vénus en Scorpion devrait faire en sorte que vous vous sentiez à l'aise dans n'importe quelle situation. Les loisirs récréatifs et les activités sociales devraient vous amener à faire de nouvelles rencontres stimulantes. Il suffira de prendre votre place afin de recevoir la reconnaissance qui vous est due. En rétrospective, le seul regret possible serait celui de ne pas avoir osé.

Sagittaire du 22 novembre au 21 décembre - Quelqu'un s'attend peut-être à recevoir vos commentaires et tout silence de votre part risque d'être interprété comme de l'indifférence, ou pire encore, comme de l'insatisfaction. Issu de négligence bien involontaire, un oubli serait toutefois regrettable. Mieux vaudra profiter du passage de Mercure et de Jupiter actuellement en Sagittaire pour verbaliser vos impressions, quelles qu'elles soient.

Capricorne du 22 décembre au 19 janvier - En cette étape anniversaire, tandis que la Lune parcourt le Signe de la Balance, il est probable qu'une personne se décide à faire des concessions et accepte de jouer selon vos règles. Si vous souhaitez que la bonne entente dure, n'anticipez pas sur sa bonne volonté et accordez-lui un minimum de souplesse. Par ailleurs, il serait mal vu de refuser les choses que d'autres se feront un plaisir de vous offrir.

Verseau du 20 janvier au 18 février - Grand tonnerre, pas de pluie. Les gens qui font le plus de bruit ne sont pas les plus menaçants. Ne vous laissez pas insécuriser inutilement par les propos alarmistes de ceux qui ont un goût pour le drame. Avec l'appui de la Lune en Balance et des astres en Sagittaire, il n'y aura pas grand-chose à votre épreuve. Faites-vous confiance et chassez toute crainte des gens susceptibles de vous faire reculer.

Poissons du 19 février au 20 mars - Le passage de la Lune en Balance devrait vous offrir un samedi tel que vous les appréciez. Devant un choix d'alternatives diversifiées, l'ennui et la monotonie ne figureront pas au menu. Il y aura moyen d'accomplir tout ce que vous envisagez et d'éprouver une profonde satisfaction. Toutefois, il ne faudrait pas vous laissez influencer par l'assurance excessive d'une personne qui en connaît moins que vous.



WWW.ENTENDRE-MIEUX.COM



VENDREDI À LA TÉLÉ * La grille complète et détaillée de l'horaire télévision est publiée, chaque semaine, dans Voilà.

4 JANVIER	8h00	8h30	9h00	9h30	10h00	10h30	11h00	11h30	12h00	12h30	13h00	13h30	14h00	14h30	15h00	15h30	16h00	16h30	17h00	17h30
ICI RC Télé	Garfield (35) Garfield	Les sapient	Marina Orsini		Ricardo	Bleu	Téléjournal Midi	Les Parent	ALEXANDRE ET SA JOURNÉE ÉPOUVANTABLEMENT TERR...		(45) Crac	Lumière sur... / Soeur Angèle		Entrée principale			Silence, on joue!			
V	Moment V		Moment V		Histoire succès	Histoire succès	Nashville / Ains	Atomes crochus	UNE PASSION 3 ÉTOILES (2014) avec Shawn Roberts, Danielle Panabaker.		TEMPÊTE DE GLACE (2017)			Les Simpson		Les Simpson		Atomes crochus		
CJPM	(6h00) Salut Bonjour		LA CHANCE D'UNE VIE (2016) avec Joel Lawrence, Missi Pyle, Greer Grammer.		Nouve		Animal cherc	LE CHAT POTTÉ (2011) Antonio Banderas.		(45) Les 400 coups! / Les coups de coeur		(45) COMBAT REVANCHE (2013) avec Sylvester Stallone, Kim Basinger, Robert De Niro.								
TQc	(55) Robocar Poli	Lassie	SOURIS CITY (2006)		Dragons: Les rives	(55) Miraculous	Chipmunks	L'EXTRAVAGANT VOYAGE DU JEUNE ET PRODIGIEUX T. S. SPIVET (2013)		Sentine	Zorro / Petit Sp.	As de jungle	ASTÉRIX ET LA SURPRISE DE CÉS...		(50) Les Dalton	Chat Potté	Cités d'or			

4 JANVIER	18h00	18h30	19h00	19h30	20h00	20h30	21h00	21h30	22h00	22h30	23h00	23h30	00h00	
ICI RC Télé	Le Téléjournal	TJ Extra	LA COULEUR DES SENTIMENTS (2011) avec Viola Davis, Bryce Dallas Howard, Emma Stone.		Le Grand Rire de...		Le Téléjournal		LA PLANÈTE DES SINGES (2001) avec Helena Bonham Carter, Tim Roth, Mark Wahlberg.		Ces gars-là		NVL	Moment V
V	Un souper parfait	Un souper parfait	XXX: L'ÉTAT DE L'UNION (2005) avec Samuel L. Jackson, Scott Speedman, Ice Cube.		COBRA (1986) avec Brigitte Nielson, Reni Santoni, Sylvester Stallone.		Ces gars-là		NVL		Moment V			
CJPM	TVA nouvelles	Le Tricheur	BONJOUR LES VACANCES (2015) avec Christina Applegate, Skyler Gisondo, Ed Helms.		La liste noire / Abraham Stern, Aida Turturro.		TVA nouvelles		LE HOBBIT: LA DÉSOLATION DE SMAUG (2013) avec Marin Freeman, Richard Armitage, Ian McKellen.					
TQc	La Pat'Patrouille	DRÔLES DE PETITES BÊTES (2017)		(05) TIGRE ET DRAGON (2000) avec Michelle Yeoh, Zhang Ziyi, Chow Yun-Fat.		(15) MOULIN ROUGE (2001) avec Ewan McGregor, Richard Roxburgh, Nicole Kidman.								
TV5	(17h50) QuestChamp	Journal de 13h	Cap Sud-Ouest	100 jours / En apnée		Les petits meurtres d'Agatha Christie / Cartes sur table		(15) Un plan d'enfer	ChersVoisins / ChersVoisins	TV5 le journal	Journal Afrique	Berlin 56'		
CANAL D	Galas ComédiHa! 2016 / Ti-Mé	Panique sur la 401 / En une fraction de seconde		Alaska: La ruée vers l'or		Le convoi de l'extrême / L'aventure continue		Cauchemar sur l'autoroute / Bras de fer avec la montagne		Patrouille en direct	Patrouille en direct	Un tueur si proche		
ICI RDI	Le Téléjournal	Vocation: Leader	24/60	24/60	Les grands reportages / Elon Musk: Inventer l'avenir		Le Téléjournal	Isabelle Richer	Le Téléjournal	Le National	Le National	24/60		
RDS	(16h00) IIHF Hockey (D)	Sports 30	CH Express	Hockey 360° (D)	IIHF Hockey - Championnat du monde junior Demi-finale (D)		Sports 30		Sports 30	Sports 30	IIHF Hockey - Championnat du monde junior Demi-finale			
VIE	Naissances / Prendre soin	On se marie où?	On se marie où?	On se marie où?	On se marie où?	On se marie où?	On efface et on recommence / Saint-Amable Partie 2	Josée Boudreault plus forte que l'AVC		Nombreux et heureux / Les Lacroix, 11 enfants		PLAN DE VOL (2005)		
SERIES+	Les enquêtes du NCIS / L'effet d'une bombe		Les enquêtes du NCIS / Un parfum de thé		Le résident / Bienvenue à Chastain		Hawaï 5-0 / A'ole e 'olelo mai ana ke ahi ua ana ia		Dre Mary / Le berceau de Judas		Élémentaire / Sexe, mensonges et vidéos		NCIS: Los Angeles	
Z	Plus dur qu'on pense	Patrice Lemieux 24/7	Les stupéfiants		Les stupéfiants		LE PRESTIGE (2006) avec Hugh Jackman, Scarlett Johansson, Christian Bale. - Une compétition amicale entre deux magiciens se transforme bientôt en rivalité meurtrière.		Grimm					
HISTORIA	Traqueurs d'ondes	De père en fils / Forgerons	G.O.L.F.: son histoire au Québec / Ladies & Gentlemen		Les montagnards / Nulle part où aller		Les montagnards / Se battre et mourir		Les montagnards / Coincé		Le lot du diable		De l'acier et du feu	
ÉVASION	L'homme tortue	L'homme tortue	Vivre sous zéro / Seul en pleine nuit		Vivre sous zéro / De toute urgence!		Xtrême adrénaline	Xtrême adrénaline	Josh Gates, traqueur d'extraterrestres		Bienvenue chez nous / Finale de la semaine 19		Monstres d'eau douce	
ICI ARTV	Moi et l'autre	Mr Bean	Les jumelles Dionne		La revue culturelle de 2018		Étoiles sur glace		Les quatre filles du docteur March		Katy Perry: La tournée mondiale 'PRISMATIC'			

SAMEDI 29 DÉCEMBRE**12h00 TQC LES SENTINELLES DE L'AIR**

(1) (Thunderbirds) 2004. Science fiction de Jonathan Frakes avec Sophia Myles, Ben Kingsley, Brady Corbet. Des amis font face à un criminel dangereux qui a pris contrôle d'une brigade de sauvetage. (1h42)

12h30 V INSPECTEUR GADGET

(1) 1999. Comédie de David Kellogg avec Joe Fisher, Dabney Coleman, Matthew Broderick. Un gardien de sécurité naïf et inepte est transformé en un curieux personnage. (1h30)

13h00 SRC LE JOURNAL D'UNE PRINCESSE

(2) (The Princess Diaries) 2001. Comédie de Garry Marshall avec Mandy Moore, Julie Andrews, Anne Hathaway. Une adolescente normale de San Francisco apprend qu'elle est une vraie princesse. (2h)

14h00 TVA LE MASQUE

(2) (The Mask) 1994. Comédie de Charles Russell avec Peter Greene, Cameron Diaz, Jim Carrey. Un masque ancien transforme un célibataire timide en personnage incroyable. (2h)

14h00 V MON PÈRE NOËL SECRET

(Dear Secret Santa) 2013. Drame de moeurs de Peter Sullivan avec Jordyn Sparks, Bill Cobbs, Tatyana Ali. Une jeune femme reçoit des lettres d'amour de son voisin, décédé il y a trois ans. (2h)

15h00 SRC LE JOURNAL D'UNE PRINCESSE 2: LES FIANÇAILLES ROYALES

(2) (Princess Diaries 2: Royal Engagement) 2004. Comédie de Garry Marshall avec Hector Elizondo, Julie Andrews, Anne Hathaway. La princesse Mia apprend qu'elle va être sacrée reine et devra se marier. (2h)

15h30 TQC TONNERRE ET LE MANOIR MAGIQUE

(Thunder and the House of Magic) 2012. Dessin animé de Ben Stassen, Jérémie Degruson avec Alexis Victor, Bernard Alane, Henri Bungert. Le petit chat Tonnerre s'aventure dans un manoir mystérieux appartenant à un magicien. (1h30)

16h00 TVA LE GRAND MIRACLE

(3) (Big Miracle) 2012. Drame de Ken Kwapis avec John Pingyak, John Krasinski, Drew Barrymore. Des gens s'unissent pour sauver trois baleines prisonnières des glaces. (2h)

16h00 V LE POUVOIR DE NOËL

(2) (All I Want for Christmas) 2014. Comédie de Fred Olen Ray avec Marliss Amiea, Brad Rowe, Melissa Sagemiller. (2h)

18h00 V HARRY POTTER ET LE PRINCE DE SANG-MÊLÉ

(4) (Harry Potter and the Half-Blood Prince) 2009. Action de David Yates avec Emma Watson, Rupert Grint, Daniel Radcliffe. Harry découvre un livre mystérieux et en apprend plus concernant le passé de Voldemort. (3h15)

18h30 TVA GRAVITÉ

(3) (Gravity) 2013. Drame de Alfonso Cuarón avec Ed Harris, George Clooney, Sandra Bullock. Deux astronautes doivent rejoindre la Station spatiale pour pouvoir revenir sur Terre. (1h45)

18h30 TQC M. PEABODY ET SHERMAN: LES VOYAGES DANS LE TEMPS

(Mr. Peabody and Sherman) 2014. Dessin animé de Rob Minkoff avec Un chien à l'intelligence exceptionnelle explore des périodes historiques avec son fils. (1h33)

20h15 TVA VOL

(3) (Flight) 2012. Drame Don Cheadle, Nadine Velazquez, Denzel Washington. La vie fracassée d'un pilote d'avion en lutte avec son addiction aux drogues et à l'alcool. (2h45)

21h15 V POMPIERS EN ALERTE

(3) (Backdraft) 1991. Drame de Ron Howard avec Robert De Niro, Kurt Russell, William Baldwin. Un jeune pompier assiste un détective qui enquête sur une série d'incendies. (2h45)

23h05 TQC ORGUEIL ET PRÉJUGÉS

(3) (Pride and Prejudice) 2005. Comédie de Joe Wright avec Donald Sutherland, Matthew Macfadyen, Keira Knightley. L'arrivée de nouveaux voisins dans un petit village, cause des affaires de coeur. (2h17)

23h30 SRC LA FIÈVRE DU SAMEDI SOIR

(3) (Saturday Night Fever) 1977. Comédie de John Badham avec Barry Miller, Karen Gorney, John Travolta. Les ambitions d'un adolescent de Brooklyn qui veut oublier son quotidien banal. (2h30)

23h30 TVA UN JOUR SANS LENDemain

(3) (Edge of Tomorrow) 2014. Action de Doug Liman avec Bill Paxton, Emily Blunt, Tom Cruise. Une puissante horde d'extraterrestres dotée de pouvoirs exceptionnels a envahi la Terre. (2h15)

DIMANCHE 30 DÉCEMBRE**12h00 TQC ESPIONS EN HERBE 2: L'ÎLE DES RÊVES ENVOLÉS**

(1) (Spy Kids 2: Island of Lost Dreams) 2002. Aventure de Robert Rodriguez avec Antonio Banderas, Carla Gugino, Steve Buscemi. Deux enfants doivent retrouver un système avant qu'il neutralise la planète entière. (1h48)

12h30 V UNE SECONDE CHANCE POUR NOËL

(A Christmas Wedding Date) 2012. Drame de moeurs de Fred Olen Ray avec Catherine Hicks, Chris Carmack, Marla Sokoloff. (1h54)

14h15 TVA LES NOUVELLES AVENTURES D'ALADIN

2015. Comédie de Arthur Benzaquen avec Vanessa Guide, Jean-Paul Rouve, Kev Adams. Un Père Noël de magasin raconte une version personnelle des aventures d'Aladin. (2h)

14h30 V LE PÈRE NOËL PREND SA RETRAITE

(My Santa) 2014. Famille de Sam Irvin avec Julie Brown, Matthew Lawrence, Samaire Armstrong. (2h)

15h00 SRC SENS DESSUS DESSOUS

(4) (Inside Out) 2015. Dessin animé de Pete Docter, Ronnie Del Carmen avec Voix de Lewis Black, Bill Hader, Amy Poehler. Les émotions d'une fillette sont en désordre à la suite d'un déménagement. (2h)

15h30 TQC TOUS À L'OUEST: UNE AVENTURE DE LUCKY LUKE

(2) 2007. Dessin animé de Olivier Jean-Marie avec Voix de François Morel, Clovis Cornillac, Lambert Wilson. Lucky Luke escorte des immigrants qui doivent se rendre en Californie. (1h30)

16h15 TVA ASTÉRIX: LE DOMAINE DES DIEUX

(Asterix and Obelix: Mansion of the Gods) 2014. Dessin animé de Louis Clichy, Alexandre Astier avec César tente d'éliminer les Gaulois en absorbant les villageois dans la culture romaine. (1h45)

16h30 V UN MARIAGE SOUS LE SAPIN

(The Spruces and the Pines) 2016. Drame de John Stimpson avec Steven Breton, Jonna Walsh, Nick Ballard. La rivalité entre deux familles exploitait chacune une ferme forestière. (2h)

18h30 V LA VEILLE DU NOUVEL AN

(2) (New Year's Eve) 2011. Comédie de Garry Marshall avec Ashton Kutcher, Jessica Biel, Sarah Jessica Parker. Les vies de plusieurs couples à la veille du nouvel an. (2h30)

18h30 TQC GNOMÉO ET JULIETTE

(2) (Gnomeo & Juliet) 2011. Dessin animé de Kelly Asbury avec Voix de Maggie Smith, Emily Blunt, James McAvoy. Une histoire d'amour cause de l'animosité entre deux familles de nains de jardin. (1h30)

20h00 SRC MOANA (V.F.)

2016. Dessin animé de Ron Clements, Don Hall avec Voix de Rachel House, Dwayne Johnson, Auli'i Cravalho. Une adolescente s'allie avec un demi-dieu afin de sauver son île et sa culture. (2h)

20h00 TVA MARLEY ET MOI

(3) (Marley & Me) 2008. Comédie de David Frankel avec Jennifer Aniston, Eric Dane, Owen Wilson. Les aventures d'un couple qui adopte un jeune labrador très impulsif et indisposé. (2h15)

21h00 V VOYAGE AU CENTRE DE LA MÉMOIRE

(3) (Total Recall) 1990. Science fiction de Paul Verhoeven avec Michael Ironside, Rachel Ticotin, Arnold Schwarzenegger. Un ouvrier est pourchassé sur la planète Mars par des agresseurs mystérieux. (2h30)

22h30 SRC CAMILLE REDOUBLE

(2) (Camille Rewinds) 2012. Comédie de Noémie Lvovsky avec Judith Chemla, Samir Guesmi, Noémie Lvovsky. Une femme se retrouve dans le passé, alors qu'elle était une adolescente. (2h)

22h30 TQC PARFUM DE FEMME

(3) (Scent of a Woman) 1992. Comédie dramatique de Martin Brest avec James Rebhorn, Chris O'Donnell, Al Pacino. Un soldat accompagne un capitaine aveugle dans un voyage de Milan à Naples. (2h47)

22h45 TVA ABSOLUMENT TOUT

(Absolutely Anything) 2015. Comédie de Terry Jones avec Sanjeev Bhaskar, Kate Beckinsale, Simon Pegg. Des extraterrestres donnent à un modeste enseignant des pouvoirs illimités. (1h45)

LUNDI 31 DÉCEMBRE**12h00 TQC L'ÉCOLE DU ROCK**

(3) (School of Rock) 2003. Comédie de Richard Linklater avec Jack Black, Joan Cusack, Mike White. Se faisant passer pour prof, Dewey, viré de son groupe rock, enseigne la musique. (2h)

13h00 SRC SISSI

(2) 1955. Comédie de Ernst Marischka avec Magda Schneider, Karlheinz Böhm, Romy Schneider. L'empereur d'Autriche rencontre celle qu'on lui destine, mais préfère sa soeur Sissi. (2h)

13h00 TVA SHREK

(4) 2001. Dessin animé de Andrew Adamson avec Rechercheant la tranquillité, l'ogre Shrek tente de secourir la fiancée de Lord Farquaad. (1h45)

15h00 TVA TRANSFORMERS 3: LA FACE CACHÉE DE LA LUNE

(2) (Transformers: Dark of the Moon) 2011. Action de Michael Bay avec Tyrese Gibson, Rosei Huntington-Whiteley, Shia LaBeouf. Les Autobots partent vers la lune à la recherche d'un vaisseau cybertronien. (3h)

15h30 TQC LA ROUTE D'ELDORADO

2000. Dessin animé de Eric 'Bibo' Bergeron avec Voix de Rosie Perez, Kenneth Branagh, Kevin Kline. Deux araqueurs se dirigent vers l'Eldorado croyant avoir trouvé la fortune. (1h38)

18h30 TQC ASTÉRIX ET CLÉOPÂTRE

(3) 1968. Dessin animé de René Goscinny, Lee Payant avec Voix de Michelle Dax, Jacques Morel, Roger Carel. Cléopâtre fait appel à des Gaulois pour construire un temple en moins de trois mois. (1h20)

19h00 V FILM DE SUPER-HÉROS

(2) (Superhero Movie) 2008. Comédie de Craig Mazin avec Christopher McDonald, Sara Paxton, Drake Bell. Après avoir été mordu par une libellule radioactive, Rick devient un super-héro. (1h45)

20h00 TVA NOUS SOMMES LES MILLER

(3) (We're the Millers) 2013. Comédie de Rawson Marshall Thurber avec Emma Roberts, Jennifer Aniston, Jason Sudeikis. Un narcotraffiquant se crée une fausse famille pour transporter une cargaison de drogue. (2h15)

20h00 TQC LAWRENCE D'ARABIE

(3) (Lawrence of Arabia) 1962. Biographie de David Lean avec Anthony Quinn, Alec Guinness, Peter O'Toole. Le lieutenant britannique, Lawrence, est chargé de contacter les tribus arabes. (3h54)

20h45 V LES APPRENTIS CHAMPIONS

(2) (Cool Runnings) 1993. Comédie de Jon Turteltaub avec Malik Yoba, Doug E. Doug, Leon. Les difficultés surmontées par la première équipe jamaïcaine de bobsleigh. (2h15)

22h45 TVA UN MONDE FOU, FOU, FOU

(2) (It's a Mad, Mad, Mad, Mad World) 1963. Comédie de Stanley Kramer avec Sid Caesar, Ethel Merman, Spencer Tracy. Un gangster mourant révèle la cachette du butin d'un vol à plusieurs personnes. (3h)

MARDI 1^{er} JANVIER**12h00 TQC LES DEUX TONT LA PAIRE**

1995. Comédie de Andy Tennant avec Philip Bosco, Ashley Olsen, Mary-Kate Olsen. Deux fillettes au physique semblable décident d'échanger leurs rôles. (1h48)

13h00 SRC IMPÉRATRICE SISSI

1956. Drame historique de Ernst Marischka avec Wilma Degischer, Karlheinz Böhm, Romy Schneider. La femme de l'empereur d'Autriche se heurte à l'hostilité de sa belle-mère. (2h)

13h00 TVA SHREK 2

(3) (Shrek 2) 2004. Dessin animé de Andrew Adamson avec De retour de leur lune de miel, Shrek et Fiona sont invités chez les parents de la mariée. (1h45)

15h30 TQC LES DOUZE TRAVAUX D'ASTÉRIX

(3) (Les 12 travaux d'Astérix) 1976. Dessin animé de René Goscinny, Albert Uderzo avec Voix de Jacques Morel, Pierre Tornade, Roger Carel. Les Gaulois doivent accomplir douze épreuves afin de conserver leur indépendance. (1h29)

16h00 TVA UN CORDONNIER BIEN CHAUSSÉ

(The Cobbler) 2014. Comédie dramatique de Thomas McCarthy avec Steve Buscemi, Adam Sandler, Dan Stevens. Un cordonnier ennuyé découvre un objet magique qui lui permet de devenir ses clients. (1h59)

18h30 TQC ASTÉRIX ET LES INDIENS

(3) 1994. Dessin animé de Gerhard Hahn avec César fait enlever Panoramax, la source de son incapacité à mener à terme sa conquête. (1h30)

19h00 V ESPION ET DEMI

(1) (I Spy) 2002. Comédie de Betty Thomas avec Famke Janssen, Owen Wilson, Eddie Murphy. Un agent secret s'associe à un champion de boxe pour une dangereuse mission d'espionnage. (2h)

20h00 TVA FAMILLE RECOMPOSÉE

(3) (Blended) 2014. Comédie de Frank Coraci avec Wendi McLendon-Covey, Drew Barrymore, Adam Sandler. Après un rendez-vous mal tourné, un homme et une femme se retrouvent en vacances. (2h15)

20h00 TQC LE FABULEUX DESTIN D'AMÉLIE POULAIN

(3) 2000. Comédie de Jean-Pierre Jeunet avec Mathieu Kassovitz, Audrey Tautou. Une jeune femme naïve et généreuse décide d'améliorer la vie des gens qui l'entourent. (2h13)

21h00 V LE NINJA DE BEVERLY HILLS

(1) (Beverly Hills Ninja) 1996. Comédie de Dennis Dugan avec Nicollette Sheridan, Robin Shou, Chris Farley. Un ninja tente d'aider une belle et mystérieuse américaine. (2h)

22h15 TQC CHOCOLAT

(2) 2000. Drame de moeurs de Lasse Hallstrom avec Alfred Molina, Johnny Depp, Juliette Binoche. Dans les années 50, une jeune femme arrive dans un village et ouvre une chocolaterie. (2h12)

22h45 TVA LES ROIS DU PATIN

(2) (Blades of Glory) 2007. Comédie de Josh Gordon, Will Speck avec Craig T. Nelson, Jon Heder, Will Ferrell. Deux vedettes masculines du patinage artistique forment un duo lors d'une compétition. (1h45)

MERCREDI 2 JANVIER**12h00 TQC MATUSALEM**

(3) 1993. Aventure de Roger Cantin avec Jod Léveillé-Bernard, Émile Proulx-Cloutier, Marc Labrèche. Un jeune garçon vient en aide à un fantôme qui tente de récupérer un parchemin. (1h56)

13h00 SRC SISSI FACE À SON DESTIN

(2) 1957. Drame de Ernst Marischka avec Magda Schneider, Karlheinz Böhm, Romy Schneider. Sissi rentre auprès de son mari après avoir contracté une maladie en Hongrie. (2h)

13h00 TVA SHREK LE TROISIÈME

(2) (Shrek the Third) 2007. Dessin animé de Chris Miller avec Shrek doit trouver un successeur au trône laissé vacant après la mort du roi Harold. (2h)

15h30 TQC PLANÈTE 51

(3) (Planet 51) 2009. Dessin animé de Jorge Blanco avec Lorsqu'un astronaute atterrit sur leur planète, les extraterrestres croient à une invasion. (1h34)

16h00 TVA V.R.

(1) (R.V.) 2006. Comédie de Barry Sonnenfeld avec Jeff Daniels, Cheryl Hines, Robin Williams. Un père tente de resserrer les liens familiaux en planifiant un voyage d'affaires en V.R.. (1h57)

18h30 TQC RANGO (V.F.)

(3) 2011. Dessin animé de Gore Verbinski avec Voix de Timothy Olyphant, Isla Fisher, Johnny Depp. Un caméléon devient le shérif d'une petite ville qui est à la merci de bandits. (1h59)

19h00 V LES COLLÉGIENNES DE BEVERLY HILLS

(3) (Clueless) 1995. Comédie de Amy Heckerling avec Brittany Murphy, Stacey Dash, Alicia Silverstone. Une adolescente prend en charge une camarade de classe à l'allure négligée. (2h)

20h00 TVA LE RETOUR DE PAPA

(Daddy's Home) 2015. Comédie de Sean Anders avec Linda Cardellini, Mark Wahlberg, Will Ferrell. Deux pères, un biologique et l'autre adoptif, luttent pour l'attention de leurs jeunes. (2h)

20h30 TQC LE DÎNER DE CONS

(3) 1998. Comédie de Francis Veber avec Francis Huster, Jacques Villaret, Thierry Lhermitte. Un souper est l'hôte de personnages colorés un peu bêtes. (1h31)

21h00 V LA GUERRE DES POMPONS

(2) (Fired Up!) 2009. Comédie de Will Gluck avec Sarah Roemer, Eric Christian Olsen, Nicholas D'Agosto. Deux gars populaires abandonnent le football pour joindre l'équipe de meneuses de claques. (2h)

22h30 TVA LE DERNIER SAMOURAÏ

(3) (The Last Samurai) 2003. Drame de Edward Zwick avec Billy Connolly, Ken Watanabe, Tom Cruise. Un américain est engagé comme conseiller militaire par l'empereur du Japon. (3h)

22h45 SRC VÉRITÉ

(2) (Truth) 2015. Biographie de James Vanderbilt avec Dennis Quaid, Robert Redford, Cate Blanchett. Le drame qui a mené à la démission de Dan Rather. (2h30)

JEUDI 3 JANVIER**12h00 TQC DANS UNE GALAXIE PRÈS DE CHEZ VOUS**

(3) 2004. Science fiction de Claude Desrosiers avec Guy Jodoin, Claude Legault, Sylvie Moreau. Les aventures d'explorateurs, à la recherche d'une nouvelle planète pour les Terriens. (2h)

13h00 SRC IL ÉTAIT UNE FOIS

(3) (Enchanted) 2007. Aventure de Kevin Lima avec James Marsden, Patrick Dempsey, Amy Adams. Une reine jalouse expulse une princesse hors du monde magique et enchanté. (2h)

13h00 TVA SHREK 4: IL ÉTAIT UNE FIN

(2) (Shrek Forever After) 2010. Dessin animé de Mike Mitchell avec Voix de Eddie Murphy, Cameron Diaz, Mike Myers. Un magicien accorde les souhaits de Shrek, avec des conséquences malheureuses. (1h45)

15h30 TVA LES BOYS IV

(3) 2005. Comédie de George Mihalka avec Luc Guérin, Pierre Lebeau, Rémy Girard. Les Boys participent à un tournoi dont l'enjeu est un match contre les Légendes de la LNH. (2h28)

15h30 TQC IL PLEUT DES HAMBURGERS

(3) (Cloudy with a Chance of Meatballs) 2009. Dessin animé de Phil Lord, Chris Miller avec Un inventeur transforme l'eau en nourriture, donc lorsqu'il pleut la manne tombe. (1h38)

18h30 TQC ASTÉRIX ET LES VIKINGS

(2) 2006. Dessin animé de Stefan Fjeldmark, Jesper Moller avec Astérix et Obélix sont chargés de veiller sur le neveu du chef et d'en faire un homme. (1h30)

19h00 SRC L'HISTOIRE DE PI

(3) (Life of Pi) 2013. Aventure de Ang Lee avec Adil Hussain, Irrfan Khan, Suraj Sharma. Un adolescent se retrouve sur un canot de sauvetage avec un tigre suite à un naufrage. (2h30)

19h00 V UNE NUIT AU MUSÉE: LE SECRET DU TOMBEAU

(2) (Night at the Museum: Secret of the Tomb) 2014. Aventure de Shawn Levy avec Owen Wilson, Robin Williams, Ben Stiller. Un gardien au Musée d'histoire naturelle de New York remarque quelque chose d'étrange. (2h)

20h00 TQC LE RÊVEUR: INSPIRÉ D'UNE HISTOIRE VRAIE

(2) (Dreamer: Inspired by a True Story) 2005. Drame de John Gatins avec Kris Kristofferson, Dakota Fanning, Kurt Russell. Un entraîneur de chevaux et sa fille tentent d'aider une jument qui est gravement blessée. (1h55)

21h00 V VIVE LA FRATERNITÉ

(2) (Old School) 2003. Comédie de Phillips Todd avec Vince Vaughn, Luke Wilson, Will Ferrell. Trois amis dans la trentaine vivent les aventures d'une confrérie d'étudiants. (2h)

22h30 SRC OMERTÀ

2012. Drame criminel de Luc Dionne avec René Angélil, Rachele Lefevre, Michel Côté. Un policier doit démolir la pègre qui s'apprête à exécuter une casse ambitieuse. (2h)

22h35 TVA LE HOBBIT: UN VOYAGE INATTENDU

(3) (The Hobbit: An Unexpected Journey) 2012. Aventure de Peter Jackson avec Richard Armitage, Ian McKellen, Martin Freeman. Le mage Gandalf entraîne le Hobbit Bilbo à se joindre à une bande de treize nains. (3h30)

23h10 TQC GAZ BAR BLUES

2003. Drame de Louis Bélanger avec Sébastien Delorme, Gilles Renaud, Serge Thériault. Le patron d'un commerce a des relations tendues avec ses fils, qui ont d'autres rêves. (2h06)

VENDREDI 4 JANVIER**12h00 TQC L'EXTRAVAGANT VOYAGE DU JEUNE ET PRODIGEUX T. S. SPIVET**

(The Young and Prodigious T.S. Spivet) 2013. Aventure de Jean-Pierre Jeunet avec Judy Davis, Helena Bonham Carter, Kyle Catlett. Un garçon inventeur prend un train afin de recevoir un prix prestigieux. (1h52)

13h00 SRC ALEXANDRE ET SA JOURNÉE ÉPOUVANTABLEMENT TERRIBLE, HORRIBLE ET AFFREUSE

(1) (Alexander and the Terrible, Horrible, No Good, Very Bad Day) 2014. Comédie de Miguel Arteta avec Ed Oxenbould, Jennifer Garner, Steve Carell. La veille de son anniversaire, un gamin jette un mauvais sort aux membres de sa famille. (1h45)

13h00 TVA LE CHAT POTTÉ

(2) (Puss in Boots) 2011. Dessin animé de Chris Miller avec Voix de Zach Galifianakis, Salma Hayek, Antonio Banderas. L'histoire du chat potté avant qu'il ait rencontré Shrek et

RENDEZ-VOUS

12 ÉTAPES. La prochaine fin de semaine intensive pour hommes et femmes alcooliques aura lieu les 25, 26 et 27 janvier au monastère Saint-Sacrement de Chicoutimi. 418 548-8123.

AFÉAS SACRÉ-COEUR. Si vous êtes une femme d'action, rejoignez nos rangs. 418 693-1355 ou afeas.monique.gg@gmail.com.

AL-ANON. Que pouvez-vous faire lorsqu'un de vos proches boit trop? Communiquez avec les groupes familiaux Al-Anon. De l'espoir et de l'aide! 1 844 725-2666.

ALCOOLIQES ANONYMES. Tu es écoeuré de te geler? On peut t'aider. Narcotiques Anonymes. 1 855 544-6362 ou www.naquebec.org.

AQDR SECTION SAINT-FÉLICIEN. L'AQDR section Saint-Félicien est fière de vous convoquer à son déjeuner-conférence du jeudi 17 janvier à la salle Maria-Chapdelaine de l'hôtel du Jardin (1400, boul. du Jardin, Saint-Félicien). Conférence: L'histoire d'une réussite familiale par Lise Bradette de la Ferme 3 J. Nous vous y attendons à partir de 8 h 30. Le prix est de 12\$ pour les membres et de 15\$ pour les non-membres, taxes et pourboire inclus. Réservation obligatoire au plus tard le mardi 15 janvier. 418 679-0558 ou aqdr.saint-felicien@hotmail.com.

BÉNÉVOLES DEMANDÉS. Avec l'ouverture de la nouvelle Maison de soins palliatifs du Saguenay, nous sommes à la recherche de bénévoles pour supporter l'équipe actuelle. Nous avons besoin prioritairement de bénévoles pour l'aide à la cuisine et pour des remplacements à l'accueil et à la réception. Marlène-Denise Tremblay, coordonnatrice des bénévoles, 418 696-1176, poste 6.

CARDIO-CERVEAU. Venez vous amuser tout en faisant travailler votre mémoire, votre attention et votre cerveau. Ça se passe le mardi matin, à la salle du pavillon Mellon, à Arvida. Date de début à confirmer. Claire Bouchard, 418 548-2368.

CLUBS D'ÉCHECS. Les clubs d'échecs de Chicoutimi (Pierre Jean,

418 544-8299 ou pjjean20@gmail.com) et de Jonquière (Michaël Dufour, 418 695-5367 ou michaeldu@videotron.ca) vous invitent à leurs activités. Déjeuners rencontres. Des déjeuners pour personnes seules de 60 ans et plus ont lieu tous les dimanches matins, de 10h30 à 12h30, au restaurant La Pause détente (2234, rue Saint-Jean-Baptiste, à Jonquière). 418 547-9501 ou 418 612-1451.

FIBROMYALGIE. L'Association de la fibromyalgie du Saguenay-Lac-Saint-Jean tiendra son troisième déjeuner mensuel le mercredi 16 janvier, à 9 h 30, au Resto Roberto (1378, boul. Saint-Paul à Chicoutimi). 418 602-3552.

FONDATION DES CULTURES À PARTAGER – DONS DE LIVRES. Aidez à faire circuler la culture. Apportez vos livres, et nous verrons à les partager à travers la Francophonie, ainsi qu'à les offrir à la communauté. Notre mission est de promouvoir l'éducation et l'alphabétisation par la lecture. 418 545-3133 ou infochicoutimi@culturesapartager.org.

GRANDES RETROUVAILLES DU 50^e DU PROGRAMME EN GÉOGRAPHIE DE L'UQAC. Un comité s'est donné comme objectif de rassembler tous les diplômés du baccalauréat en géographie et les titulaires des certificats en télédétection, en coopération internationale et en cartographie, de même que tous les professeurs du département, de 1969 à aujourd'hui, à l'occasion des activités du 50^e anniversaire du programme de géographie de l'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC). Plusieurs activités seront proposées pour souligner ce demi-siècle d'existence, dont la tenue d'un colloque. Bruno Simard, 418 817-1911 ou brunosim2033@gmail.com, Denis Dahl, 418 550-1219 ou denisdahl@videotron.ca, ou Majella-J. Gauthier, 418 543-8867 ou majella_gauthier@uqac.ca.

GROUPE D'ESTIME DE SOL. Tu as besoin de refaire ta confiance après avoir vécu des moments difficiles. Tu désires être écouté et encouragé

dans une approche constructive. Un groupe Deuil O2 débute bientôt. 418 602-1388.

HAVRE DE L'HOSPITALITÉ. Le havre de l'Hospitalité est un lieu qui favorise le développement et l'accomplissement des personnes et des groupes par la croissance humaine et spirituelle. Le centre, qui offre ses services dans la région depuis 35 ans, est à la recherche de bénévoles pour différents besoins, dont le service aux tables, la cuisine, le ménage et l'entretien. 418 668-6411.

INFORMATION JURIDIQUE GRATUITE. Le Centre de justice de proximité du Saguenay-Lac-Saint-Jean offre des services d'information juridique gratuitement à toute la population, peu importe le revenu. Sur une base régulière, nos juristes peuvent vous accompagner dans l'identification de vos besoins juridiques et de l'éventail des options qui s'offrent à vous pour que vous puissiez trouver une solution à votre problème. Venez aussi nous rencontrer, avec ou sans rendez-vous. 418 412-7722 ou 1844 412-7722.

MAÎTRE DE SES CHOIX. Le programme Maître de ses choix sera offert gratuitement cet automne à Alma pour les personnes de 50 ans et plus. Vous réfléchissez à un changement de milieu de vie? Vous voulez connaître les ressources et les services offerts dans votre milieu? Vous souhaitez garder le contrôle des décisions qui vous concernent? Les rencontres se tiennent les lundis, de 13h30 à 15h30, à la bibliothèque d'Alma (500, rue Collard Ouest). Justine Bouchard, 418 662-5188.

MINITENNIS. Venez rire et vous amuser dans une ambiance amicale en jouant au minitennis intérieur! Cette activité est réservée aux personnes de 50 ans et plus. Le mini-tennis se joue avec une balle en mousse, qui est moins rapide. L'activité se déroule le mercredi, de 9h à 11h, au pavillon Mellon, et les raquettes sont fournies. Vital Dufour, 418 542-8752.

NARCOTIQUES ANONYMES. Problème de drogue? On peut t'aider!

Les Narcotiques Anonymes ont un groupe fermé, le jeudi, à 20h, à la chapelle de l'hôpital de Jonquière, et un groupe ouvert, le dimanche, à 20h, sur l'avenue du Pont, à Alma, dans le sous-sol de l'église Saint-Pierre. 1 855 544-6362 ou www.naquebec.org.

OUTREMANGEUR ANONYME. Souhaitez-vous changer vos habitudes alimentaires? Découvrez OA. Nous vous offrons un support pour vous aider à arrêter de manger compulsivement. Réunions offertes les mercredis à 13h30 à Rivière-du-Moulin, les mercredis à 19h30 à Arvida et à 20 h à Alma, et les vendredis après-midi à 13h30 à Kénogami. 418 547-7425, 418 674-9375 et 418 668-3551. Veuillez prendre note, également, qu'à partir du 5 décembre, le groupe La Chaîne de l'amitié de Chicoutimi tiendra ses réunions le mercredi après-midi de 13h30 à 15h, plutôt que le mardi de 19h30 à 21h.

SAINT-VINCENT DE PAUL.

- Venez nous rencontrer à la Saint-Vincent de Paul (1671, rue Croft, ancienne école Pedneault, quartier Saint-Jean-Eudes). Nous sommes ouverts tous les mardis de 11 h à 14h30. Vous y retrouverez des vêtements pour toute la famille et différents articles à très bon prix.

- Réouverture du comptoir vestimentaire Almacueil, de la Saint-Vincent de Paul Saint-Joseph, qui est situé au 80, rue Collard, à Alma. Ouvert le mercredi et le vendredi, de 13h à 16h. 418 662-5040.

- Pour un cadeau original et pour aider les démunis, les bénévoles confectionnent de belles courtoises à prix très abordable. Iréna Bouchard, 418 668-4589.

SÉPARÉS-DIVORCÉS. Pour personnes séparées ou divorcées depuis au moins six mois, un groupe d'entraide existe afin de vous aider à vivre un nouveau départ. 418 602-1388, en avant-midi; 418 696-8861, en après-midi.

SERVICE D'APPELS TÉLÉPHONIQUE. Service d'appels

téléphoniques visant à briser l'isolement et l'insécurité vécus par des aînés à domicile. C'est un moment privilégié où la personne peut s'exprimer et être écoutée. Le service est dispensé par des équipes de bénévoles ayant été formées à l'écoute téléphonique. Il est offert aux citoyens d'Alma et des municipalités environnantes. 418 662-5188.

SURMONTER SA PEUR DE PARLER DEVANT UN GROUPE. Stressé à l'idée de parler devant un groupe? Vous n'êtes pas seul. Le club Toastmasters francophone de Chicoutimi vous offre l'occasion et l'encadrement pour pratiquer avec des gens qui ont et ont eu vos préoccupations. Des réunions hebdomadaires ont lieu au restaurant Le Coq rôti, sur le boulevard Talbot, à Chicoutimi, le mardi soir, de 18 h à 20 h. Venez assister à une réunion pour voir si notre formule vous convient.

TRICOT-CAFÉ. Apportez vos projets de tricot, le mercredi, à 13h30, au restaurant du dépanneur Maestro Gino de la rue Sainte-Émilie, à Arvida. Nous partagerons notre expertise et nos projets. 418 548-2368.

VAL-JALBERT. Val-Jalbert recherche ses trésors perdus! Qu'il s'agisse d'un ustensile trouvé lorsque le village était abandonné ou du chapeau porté par votre père, ancien résidant, qui risque d'être oublié dans un grenier, Val-Jalbert est preneur et veut les exposer! Chez nous, ces objets retrouveront tout leur sens. Ce sont des symboles précieux de ce petit village, des habitants qui y ont vécu, des familles qui y ont aimé, ri et pleuré un départ obligé. Vous avez des biens à nous donner? 418 275-3132, poste 621 ou valjalbert@valjalbert.com.

VIVRE LA LIBÉRATION ET GUÉRISON. La prochaine session Vivre la libération et guérison intérieure par l'amour Mission Agapè se déroulera du 13 au 18 janvier au monastère du Très-Saint-Sacrement (379, rue du Saint-Sacrement, Chicoutimi). Lise Corriveau, 418 548-5795, ou lise-corriveau@gmail.com.



› NOUVEAU BAR

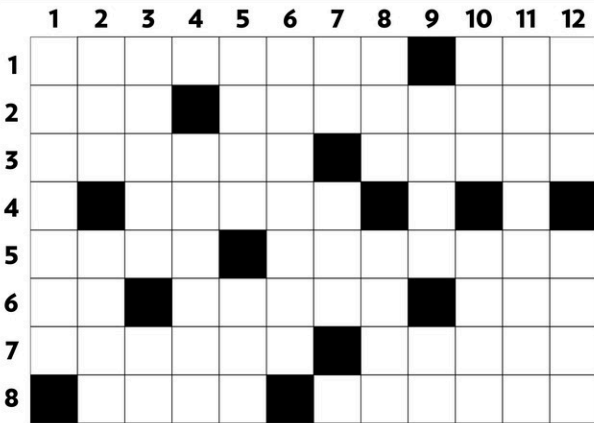
Le relais de moto-neige La Chapelle, du lac Jalobert, présente un nouveau visage cet automne, puisqu'on y a aménagé une section-bar à l'intérieur. Pour ce faire, on n'a pas eu besoin d'agrandir la bâtisse. Il a suffi d'utiliser l'espace autrefois réservé à la cuisine, qui a été déménagée dans ce qui servait d'entrepôt. Sur la photo: la copropriétaire Mylène Aubry. — PHOTO LE PROGRÈS, NORMAND BOIVIN

› LOTERIE

Réjean Desbiens, du Saguenay-Lac-Saint-Jean, aime beaucoup jouer aux loteries à chiffres, comme Le Banco et La Quotidienne. Se considérant comme assez chanceux, il a tout de même eu une grosse surprise en s'apercevant qu'il remportait 22 875\$ au tirage de La Quotidienne du 6 décembre. Il avait acheté sa participation à la pharmacie Uniprix de l'avenue du Pont Sud à Alma. Il a réclamé son lot au bureau de Loto-Québec à Québec. — PHOTO COURTOISIE



MOTS CROISÉS JUNIOR



HORIZONTALLEMENT

- Géants forgerons n'ayant qu'un oeil au milieu du front - Interjection qui exprime l'indifférence.
- Interjection qui marque l'embarras, le doute - Emploi où l'on est payé beaucoup pour très peu de travail.
- Donner de la vie - Frisé naturellement en touffes serrées.
- Ensemble de soixante-dix-huit cartes servant au jeu et à la divination.
- Qui ne sont plus jeunes - Petit récipient pour boire.

- Première dans la gamme - Ce qui préoccupe, trouble et inquiète - Celle de Robinson Crusôé était déserte.
- Qui fait preuve d'obstination - Petit oiseau chanteur.
- On y attend le train - Empêché d'avancer.

VERTICALEMENT

- Devinette où l'on doit deviner un mot de plusieurs syllabes à partir de définitions.
- Monnaie principale du Japon - Disque de métal suspendu qui vibre en produisant un son lorsqu'on le frappe.

- Préparée au four - La tienne.
- Frotter et pétrir le corps avec les mains.
- Prendre des risques - Enlève un objet.
- Embarcation légère et allongée d'Amérique, d'Afrique et d'Océanie.
- Préposition qui indique la matière - Imitation d'objets précieux.
- Qui a perdu sa fraîcheur - Baiser sur la joue.
- Parle très fort - Conjonction qui marque la liaison entre deux mots.
- Avalée - Suivre des yeux en identifiant une écriture.
- Il a perdu son père et sa mère.
- Incendie - Gardé dans sa main.

SOLUTION du dernier numéro



MOT MYSTÈRE

ADOPTER
ADOPTIF
AINEE

BAIN
BEBE

CONTE
CRI
CULOT

DEMON
DRAP

ECZEMA
ELEVER
ENFANCE
ENFANT
ENVIE
EPINGLE
ESPIEGLE

FAMILLE
FEE
FOETUS
FRERE
FREROT

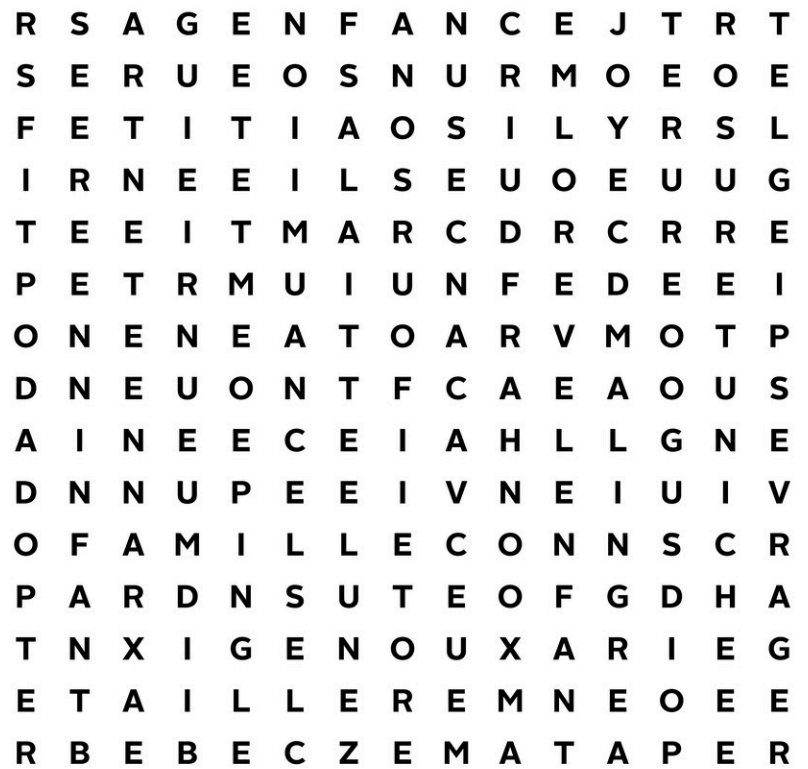
GENOUX

INFANT
INNE

LAIT
LECON

MALINGRE
MERE
MIOCHE
MUANCE
MUE

ENFANTS - Un mot de 7 lettres



Solution du dernier numéro : INDUSTRIEL

29-12-2018

NAITRE	OURSON	SEVRAGE	TAPER	VACANCES
NICHEE		SOEUR	TETEE	VAGIR
NID	PERE	SUCER	TETER	VITAMINES
NOUE	POIDS	SURDOUE	TITI	
ONDOYER	SAGE	TAILLE	UTERUS	

MOTS CROISÉS

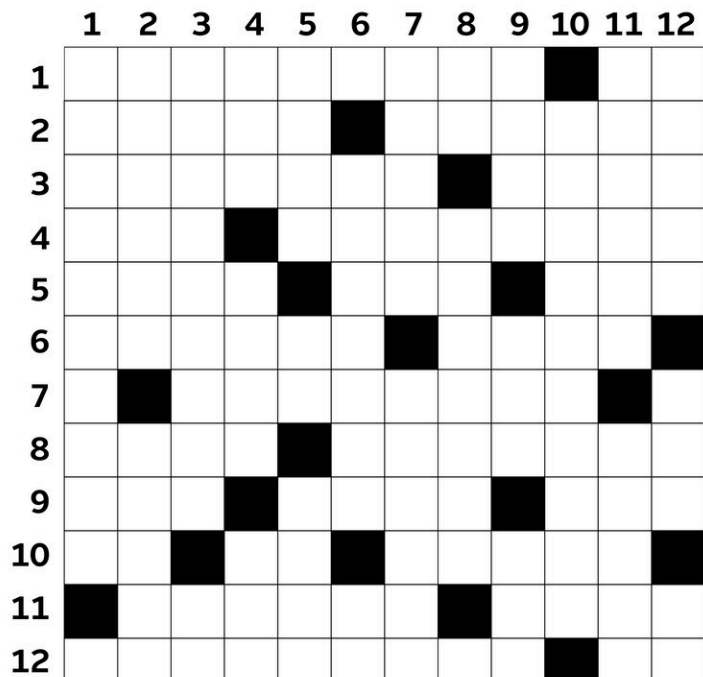
HORIZONTALLEMENT

- Etoffe tissu artisanalement, utilisant en trame des bandes de tissu - Pluriel.
- Pratique un acte chirurgical sur - Volée de coups.
- Compétition sportive - Certains sont aigus.
- Maladie des plantes - Formée de matière minérale dure.
- S'égosille - Prénom - Pour la troisième fois.
- Touche à la France - Adverbe.
- Trompe-l'oeil.
- Pas sobre - Etat d'une personne complètement rassasiée.
- Peut être conjugale - S'oppose à ceci - Boeuf sauvage.
- Article de Cadix - Titre abrégé - Celui qui professe des opinions extrêmes.
- Etendue d'eau marine retenue derrière un cordon littoral - La Chine s'y trouve.
- Enormes - Se dit entre potes.

VERTICALEMENT

- Qui contraint.
- Contribution - Agglomération relativement importante.
- Ere géologique - Est en usage quand le soleil se lève.
- Unité de mesure de surface - Pronom personnel - Le bronze a le sien.
- Possession - Avant nous - Pas cuits.
- Cambrioleuse - Dénudé.

- Etat du sud-est de l'Europe - Rendre hommage.
- C'est un drame - Etablissement où sont effectués des soins médicaux.
- Partie d'un violon - Il faut le mettre échec et mat - Pyramide.
- Proxénètes.
- Imaginé - Marque distinctive.
- Faire du tort à - Permet de surélever une balle - Soutiré.



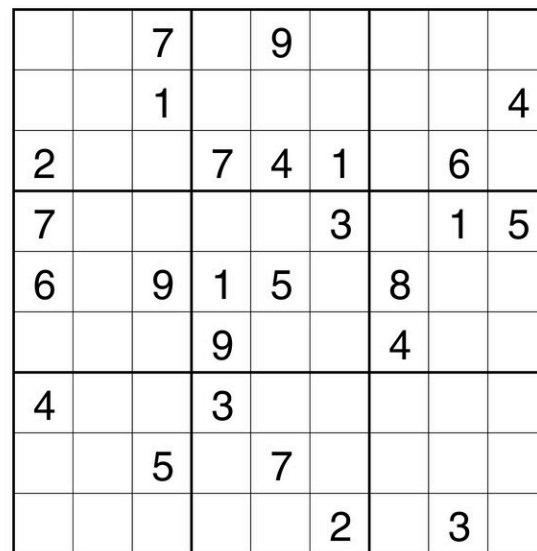
SOLUTION DU DERNIER NUMÉRO



29 décembre 2018

N° 5360

SUDOKU



Niveau de difficulté : moyen

4635

4634

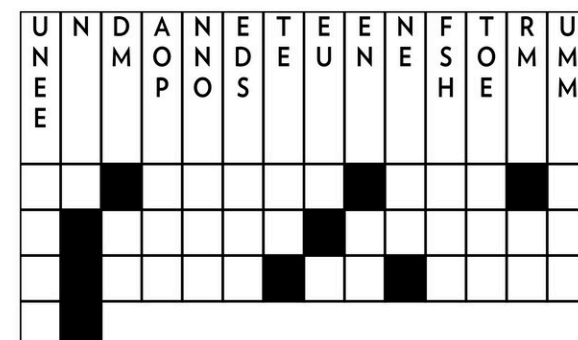
Placez un chiffre de 1 à 9 dans chaque case vide. Chaque ligne, chaque colonne et chaque boîte 3x3 délimitée par un trait plus épais doivent contenir tous les chiffres de 1 à 9. Chaque chiffre apparaît donc une seule fois dans une ligne, dans une colonne et dans une boîte 3x3.

SOLUTION DU DERNIER SUDOKU

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

Ce jeu est une réalisation de Ludipresse • Informations www.les-mordus.com ou écrivez-nous à info@les-mordus.com

CITATION SECRÈTE par Isabelle Vadeboncoeur



Thème : Citation de Victor Hugo

Placez les lettres de chaque colonne dans la case appropriée de manière à former une phrase complète. Les mots sont séparés par une case noire.

Solution du dernier numéro :

Citation de Francis Bacon: Les preuves sont un antidote contre le poison des témoignages.

MOTS FLÉCHÉS No 860

www.hannequart.com

ACTRICE ITALIENNE TORPEUR	CANDIDE LUTTER POUR UNE CAUSE	LE PEUPLE QUELQU'UN	RONDELET	INFLEXIBLE ÉPREUVES DE VITESSE	QUI NE SE RELÂCHE PAS	EXQUISES PRINCIPE CHINOIS
					EFFACE →	
CONTOUR TROISIÈME PERSONNE			CÉTACÉ →			
		BRUIT DE MOTEUR ANCIENS SOUVERAINS			PAS VOUS FIN DE POSTÉRITÉ	
HUILÉE BORNÉ			COURTE CHAUSSURES SOUPLES			DÉCHARGE
			PAS À EUX →		SIGNIFIE CONTRE SAINTE	
DIEU SOLAIRE CONGÉDIER		A MOINS DE 20 ANS COLORANT ROUGE		SÈCHE EN FROTTANT PARTIE DE CHEVAL		
			GROUPE SOCIAL POUR DÉSIGNER		PETIT COURS ANCIEN OUI	
ENFANT	RÉCOMPENSE D'ACTEUR DISTANTE			AUTEUR ITALIEN DIEU GREC		SCIENCE MATHÉMATIQUE
		CROCHET DOUBLE SOURIS SAUTEUSE			RHIZOME COMMUN	
INDEX ET MAJEUR SOUS-VÊTEMENT				PETITES OFFRANDES		
			BASÉ SUR LE CORAN HORS CIRCUIT			ÉQUIPE UN VOILIER
ON Y HISSE LES VOILES	DESPOTE ROMAIN EMPLETTE			MYSTÈRE S'EMPLOIE POUR FAIRE		ÉCORCHÉ
		PRÉSIDENTS, PÈRE ET FILS TROP MÔ		OUVRIR UNE FENÊTRE		
CHIEN PAYS TRÈS ÉTROIT			SPÉCIALISTE PARTIE D'ÉGLISE		LETTRE GRECQUE BIEN DISTINCT	
			DÉVÈUE →		FORCE ACTIVE INTERJECTION	
BÊTE DE TRAIT ÉCIME				ON Y TROUVE DES		
			STIMULÉE →			

ÊTES-VOUS OBSERVATEUR ?

Ces deux dessins sont en apparence identiques. En réalité, il y a entre eux HUIT petites différences.



SOLUTION
1 La manche de la femme est plus courte. 2 Oreille droite du chien non indiquée. 3 Jante de la roue avant de la voiture. 4 Un enjoliveur en moins sur la calandre de cette voiture. 5 Le capot sous le phare de la voiture du bas à droite. 6 Nez du capot de la voiture du haut à droite. 7 Bas de la portière de la voiture de gauche. 8 Montant du pare-brise de la voiture du haut à gauche.

30 novembre 2018

E	E	T	E	U	O	F	E	T	E	T	E	E
L	N	H	C	S	S	E	S	A	N	E	A	T
F	R	N	E	N	I	L	I	H	C			
A	E	R	L	O	R	T	O	B	A	C		
R	E	R	A	E	S	H	B	A	T			
E	M	G	I	N	E	N	O	R	E	N		
O	E	L	A	M	I	S	L	A	I	N	E	G
S	E	L	O	B	O	S	T	S	I	G	O	D
E	G	I	T	S	E	S	E	S	E	L	S	F
S	O	C	E	R	C	A	R	S	O	S	G	
U	R	E	A	S	T	E	R	A	R	E	R	V
I	E	S	S	E	O	A	D	A	R	E	S	R
C	I	N	A	S	M	E	S	U	S	T	O	B
O	I	E	V	E	R	E	B	E	I	N	T	O
I	O	I	W	O	U	B	R	E	L	E		
A	L	U	Q	R	O	R	E	N	E	G	L	
E	T	E	C	E	N	C	E	L	E	N	O	S
D	S	F	E	P	I	L	E					

INSOLITE

Un faux prêtre colombien démasqué après 18 ans d'exercice

MADRID, Espagne — Un Colombien, prêtre catholique depuis 18 ans, n'avait en réalité jamais été ordonné et a été démasqué peu avant Noël, au diocèse du sud de l'Espagne, où il exerçait dernièrement. L'eucharistie administrée ou les confessions entendues par ce prêtre sont donc considérées comme «invalides», a dit une porte-parole du diocèse de Cadix et de Ceuta, avant d'assurer que «la grâce de Dieu agissait» sur les fidèles, de bonne foi et trompés par ce faux curé. Les mariages et les baptêmes restent en revanche valides, et «les gens ne doivent

pas se remarier», a-t-elle poursuivi. Miguel Angel Ibarra, installé en Espagne depuis octobre 2017, était, lorsqu'il a été démasqué, chargé de la bonne marche de l'église de Medina Sidonia, une petite ville de 11 000 habitants en Andalousie. «L'Archidiocèse colombien a averti, le 13 décembre dernier, le diocèse de Cadix et de Ceuta, à la suite d'une plainte pour faux concernant ses documents d'ordination, qu'une enquête poussée avait été effectuée et concluait que Miguel Angel Ibarra n'avait jamais été ordonné prêtre», a expliqué le diocèse espagnol dans un communiqué. Le faux prêtre a été convoqué devant son archevêché d'origine en Colombie, Santa Fe de Antioquia, a poursuivi le diocèse espagnol, regrettant que «des faits comme ceux-ci puissent assombrir le

labour de ses paroissiens et de ses prêtres dûment ordonnés, qui servent chaque jour l'Église de manière exemplaire». AGENCE FRANCE-PRESSE



PHOTO 123RF

SUPERGRILLE le Progrès

HORIZONTELEMENT

- Décoration - Décorer - Décorations.
- Une fête très décorée - L'abominable homme des neiges - Décoration tout en haut du sapin - Harmonie - Qui convient au sujet.
- Pièces plates pour certains jeux - Pas lisse - Types - Animal fabuleux en forme de serpent d'eau - Substantifs.
- Plante piquante - Béryllium - Regardent avec mépris - Son duvet est recherché - Rembourse - Deux.
- Général sudiste - Fine bouche - Rejoint le Rhône - Capitale de la Zambie - Se dit de la senteur des algues.
- Enduit imitant le marbre - De forme massive - Languir - Voie d'eau artificielle.
- Cale en forme de lettre - Relatif aux corps célestes - Appât - Eut très chaud - Infinitif - Automobile.
- Barre pour fermer une porte - Rayon - Trouvaille - Thymus de l'agneau - Gendre de Mahomet - Arrivé à destination.
- Rassemblement pour l'indépendance nationale - Abat rouge - Rude et âpre - Échassier aux ailes armées de deux éperons - Dirige.
- Ville du Japon, sur le Pacifique - Jeune branche destinée à être greffée - Faire comme un rapace nocturne - Rivière du Congo - Mantra monosyllabique.
- Fromage affiné à pâte molle - Qui a ce qu'il a demandé - Mignon - Chien du groupe des dogues - Vin qui se sert frais.
- Bons coups, au tennis - Fin de verbe - Plante à fleurs bleues - Étendue d'eau - Mer située entre la Grèce et la Turquie.
- Adresse internet - A la mode - Expression de la voix - Mèches rebelles - Plante à fleurs blanches - Groupé.
- Métal blanc - Tentent - Trois fois - Parcourue des yeux - Pouah !.
- Autre nom de la baudroie - Groupe de langues - Tumeur conjonctive maligne - Monarques - Risqués.
- Finit en décembre - Période de fortes températures - Plantes grimpanes - Fleuve qui traverse Paris - Chiens d'arrêt - Appris.
- Repaire - Victoire de Napoléon - Étoile très brillante - Localisé - Régime d'épargne.
- Une partie de la peau - Substance dure et blanche - Restes de truite - Inaccoutumés - Exprime l'accélération d'un véhicule.
- Petite plaque noire servant à jouer - Encouragement - Parfums - La discrimination sur cette base est interdite - Première page.
- Rémunération - Antilope à cornes recourbées - Ancien nom d'une ville du Japon - Venue au monde - Strophe ou poème de neuf vers.
- Région sans neige - Poète grec - Partie d'un oiseau - Mammifère ongulé - Situation particulière - Nettoie avec de l'eau.

- Ouvrent la porte - Pipelines - Maréchal de France qui a été fusillé - Stalle pour un cheval - Défraîchi.
- Bôme - Étendue désertique - Se tape dans un navigateur - Atteints - Suites d'aventures - Navires de guerre.
- Agitation - Matière à paniers - Mammifère carnivore de l'Afrique et de l'Inde - Obstacle de concours équestre - Peuvent être martiaux.
- Te trouves - Véhicule public - Donne un cadeau - Sans diversité - Siège à New York - Habitait un jardin.
- Capitale religieuse de l'islam (La) - Aphrodite - Débauché - Clown - Idem.
- Oiseaux ratites - Infâme - Détériorés - Mis par écrit - Se bidonner - Aimable.
- Négation - Liquide - Causer une grande peine - Enlever - Capitale et port européen - Fruit rouge aigret.
- Conjonction - Grande plaine herbeuse - Qui ne sont pas courants - Célèbre mont.
- Ébranlé - Partie d'un cours d'eau - Celui qui aime bouquiner - Pas révolutionnaires - Vague espagnole - Dialecte gaélique.
- Recouvrer de son prestige (... son blason) - Appuya fortement sur - Dieux guerriers - Petite peau très mince - Mont philippin.
- Polies - Anciens chefs - Myriapodes - Gaz rare de l'atmosphère.
- Demeure - Nourrit le bétail - Peu compact - Étourdi - Charger de dettes.
- Qui a un point commun avec une courbe, sans la couper - Qui provient - Lac écossais - Qui ne peut rien croquer.
- Dadaïs - Sous la peau - Écorce de chêne - Inflorescences - Blanchir le linge en le passant au bleu - Orchestre.
- Soumis à un devoir strict - Bourse - Mesure linéaire - Permet d'ouvrir une porte - A des grains.
- Neptunium - Article - Attachée - Surveiller secrètement - La Birmanie s'y trouve.
- Rajeunir (deux mots) - Roche sédimentaire - Requiescat in pace - Propres aux baudets.
- Verse régulièrement de l'argent à un organisme - Lieu où les écuyers s'entraînent - Algue comestible - Vend des livres - Néon.
- Balancés - Monuments funéraires - Fouiller méthodiquement (un quartier) pour rechercher des malfaiteurs - Nuances délicates.

VERTICALEMENT

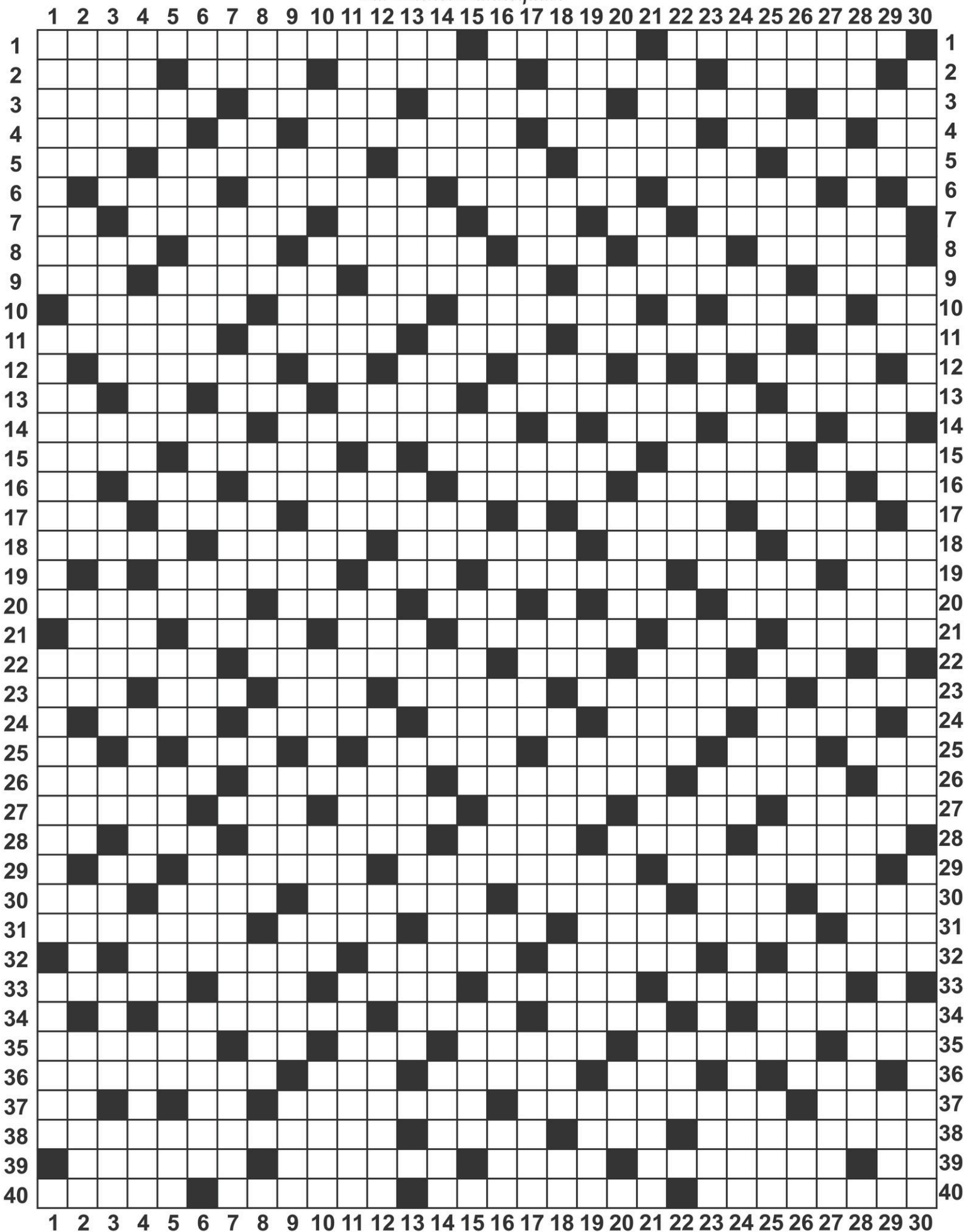
- Décorer - Décorations - Décorer - Décorations.
- Lagune d'eau douce - Organe dur et pointu - Stéréo... - Son de nourrisson - Répandu çà et là - Supérieure d'un couvent - Catégorie.
- Plantes potagères - Anarchistes - Liaison - Bouffonnerie - Démonstratif - Luth du Proche-Orient - Connait par intuition - Partie de la langue.
- Patron des métallurgistes - Luth à trois cordes - Pommadée - Durée déterminée de la vie - (Se) payer la tête de - Coule en Roumanie - Trouve à redire sur des vétilles.
- Souverain d'Éthiopie - Tsigane - Réchauffé légèrement - Nouveau - Touchent au Québec - Courte mélodie de caractère gracieux - Exprime.
- Plante bulbeuse - Alloués - Élimée - Celle qui prononce un discours - Algues comestibles - Refuges.
- C'est-à-dire - Ingurgité - Mode musical de la musique de l'Inde - Langage informatique - Héraclès y tua un lion - Oscillation parasite sonore - Arbres africains.
- Inventeur québécois né à Drummondville - Sud-sud-ouest - Oiseau d'Amérique du Sud - Dans la gamme - Se dit d'un nombre - Pointe de corne.
- Titre de Jagger - Incorrectement - A du culot - Plaque de neige isolée - Sonnerie de cloche - Cerf aux bois aplatis - Évalués - Petit citron.
- Existez - Fixé profondément - Période de l'année pendant laquelle un tribunal a le devoir de siéger - Construit - Dérobés - Agave du Mexique.
- Bracelets métalliques - Soûls - Argile jaune - Modeste offrande - Permet de respirer un peu - Coléoptère.
- Pour mettre des lunettes - Action d'accorder à titre de faveur - Couvrir de chapelure - Cours d'eau qui ne gèle pas - Personne méchante - Écrivain français - Archipel portugais.
- Drame japonais - Province de Chine - Chiffres romains - Zone externe du globe terrestre - Fond de bouteille - Spectacle splendide - Filin frappé sur une ancre.
- Axes de plantes - Bouclier - Revêtues - Engrais azoté - Chevreuil - Dans le ciel - Dont le poids est peu élevé.
- Poissons - Relatif au cheval - Mollusque - Carré d'étoffe marqué d'un numéro - Mammifère - Couper.
- Mouches - Petit avion léger - Cheminée - Grosse mouche piqueuse - Qui sont sans expression - Épongé - Obtint.
- Tamias - Mentionner - Poignée - Les bonnes ne sont pas mariées - Céréales et fruits secs.
- Multitude dense - Détesté - Charançon - A l'intention de - Brillante - Naturelles - Versus.
- Mis en réserve - Oeuvre dialoguée - Possessif - Whisky canadien - Il a survécu au Déluge - Insuffisances - A deux pas.
- Pouffé - Sévère - 100 mètres carrés - Déduit - Impératrice née à Athènes - Crin - Grands pores des éponges - 102.
- Infusions - Mémoire d'ordinateur - Grand bassin ayant issue libre vers la mer - Arrêt de circulation - Ils ont des gants - ...-Agathe - Exécuter sans soin.
- Chanteuse québécoise - Ficeler - Coquille - Pelles pour vider l'eau d'une embarcation - Site de Brooklyn - Terme de photographie - Calme et décontracté.
- Veste à capuchon en drap de laine imperméable - Rivière d'Alsace - Supprimées - Organiser autour de - Provocation - Parente - Crédule.
- Juif d'Espagne ou du Portugal converti de force au catholicisme et qui continuait à pratiquer en secret sa religion - Conspué - Porte au pouvoir - Ils sont cinq - Elle criaille - Escamote - Galette suisse.
- Opinion - Attardé - Consommer - Xénon - Épuisant - Grand lac salé d'Asie - Rait - Des clopinettes.
- Interjection - Partie d'une manivelle - Gratitude - Romanesques - Qui concerne la campagne - Banquette de pierre - Sans fringues.
- Forme instrumentale - Avalée - Prendre des risques - A pour source - Formulée - Période - Personnes semblables.
- Auteur italien - Se mange à Noël - On en fait des omelettes - Cheval dont la robe est un mélange de blanc, alezan et noir - Direction - Partie du littoral - Querelle.
- Sous la croûte - Monnaies - Réfutés - Organisme humanitaire - Ajoute de l'alcool dans des mouës - L'hiver a les siens - Congénital.
- Ses rameaux sont flexibles - Roche dont la poudre est utilisée comme abrasif - Fatigué à l'excès - Touche à la Finlande - Tube d'éclairage - Raides.

SUPERGRILLE Solution du No 862

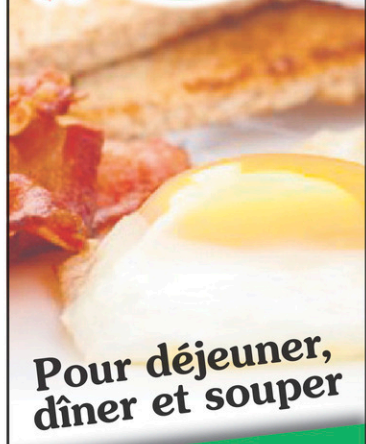
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
1	A	R	R	A	N	G	E	R	B	O	U	G	E	R	M	O	U	V	O	I	R	C	A	S	E	R							
2	V	O	U	T	E	E	O	B	U	S	E	C	U	L	E	S	I	R	R	I	T	E											
3	A	N	E	F	L	A	N	D	G	L	U	E	T	E	T	E	I	F	C	A	N	A	D	A									
4	N	D	L	R	E	N	D	I	G	U	E	M	E	G	S	A	I	N	T	V	I	S	A	I	M								
5	C	O	L	I	S	G	B	E	R	A	E	D	E	S	P	L	A	I	N	E	C	U	L	T	E								
6	E	E	N	U	C	L	E	A	T	I	O	N	O	R	T	E	I	L	S	I	C	L	E	A	D								
7	R	I	S	B	A	D	N	N	U	I	T	S	I	L	E	T	O	U	I	S	T	I	T	I									
8	R	V	I	G	I	E	K	E	T	M	I	E	P	U	S	I	L	L	A	E	R	E	R										
9	I	O	T	A	U	S	N	E	E	R	E	C	I	T	E	T	U	R	I	O	N	S	I	S									
10	N	N	O	L	I	E	A	N	T	E	E	D	O	N	N	E	S	M	U	S	E	R	A	I									
11	S	T	R	I	E	S	J	U	D	A	S	V	E	N	D	R	E	V	A	S	S	E	E	S	E								
12	T	D	G	E	N	E	O	B	T	E	R	I	F	E	O	S	O	M	A	G													
13	A	B	A	C	A	O	U	D	A	M	A	S	V	E	L	O	U	T	E	N	T	S	E	I	N	E							
14	L	I	N	O	T	T	E	A	C	C	O	U	P	L	E	U	R	O	T	R	A	M	N	O	N								
15	L	O	T	O	A	L	P	H	A	U	A	I	L	L	O	L	I	R	E	I	N	P	E	U	T								
16	E	T	L	O	F	A	U	D	E	L	A	M	O	I	R	E	L	A	M	E	N	T	O	E									
17	R	I	O	R	I	E	L	E	S	T	I	V	E	A	O	L	I	V	E	E	O	L	I	E	N								
18	N	U	I	T	A	M	M	E	N	T	R	A	S	A	N	T	E	M	E	R	I	L	L	O	N	O							
19	M	E	R	C	I	O	E	T	A	L	E	I	D	E	R	O	G	E	I	V	E	S	D	R	U								
20	U	A	T	E	M	I	O	S	L	O	N	E	O	O	U	R	L	R	E	T	I	R	E	E									
21	T	A	L	E	I	S	S	U	E	T	E	P	S	A	U	M	E	U	S	A	O	B	I	E	R								
22	E	L	R	O	M	T	R	O	P	I	S	M	E	I	S	E	C	E	C	I	D	I	E	L									
23	R	E	J	E	T	O	N	D	U	E	E	U	R	O	S	R	O	U	T	I	E	R	R	A	S	H							
24	P	O	A	S	I	N	I	E	N	S	N	O	U	E	S	V	I	T	E	O	I	E	S	E									
25	L	I	B	E	R	A	L	E	S	T	E	I	N	T	P	R	I	S	E	I	L	S	O	U	R								
26	O	N	V	I	S	L	A	T	I	U	M	S	I	M	I	E	N	S	A	N	E	T	H	N	O								
27	C	E	L	E	E	F	O	C	S	P	E	T	L	I	R	E	O	C	T	O	H	Y	M	E	N								
28	A	I	N	S	U	M	S	E	A	U	A	L	E	A	U	T	A	H	E	M	E	U	S										
29	L	E	N	T	S	A	B	L	E	R	T	R	U	E	L	L	E	S	S	E	R	P	E	N	T	S							
30	I	P	E	R	A	T	O	R	A	T	E	E	S	L	E	D	U	C	N	E	E	E	U	E	S								
31	S	A	S	S	E	N	T	I	G	N	E	A	S	I	E	I	R	I	D	A	C	E	E	E	C	O							
32	E	R	E	T	I	O	L	E	L	O	G	I	S	A	C	I	D	E	R	N	Y	L	O	N									
33	R	C	O	L	S	S	O	A	S	T	I	O	U	S	T	E	C	O	U	R	T	E	U	N									
34	E	T	A	L	E	E	T	A	I	A	R	M	E	T	E	R	A	L	O	I	N	D	R	E									
35	P	R	E	S	E	N	T	E	S	E	N	A	T	L	A	S	L	A	P	I	D	E	U	S									
36	O	M	I	S	U	S	V	E	R	I	S	E	U	T	F	I	N	E	R	O	C	D											
37	S	I	B	E	R	I	E	K	I	M	O	N	O	S	B	E	C	A	S	S	I	N	E	N	A	G	E						
38	E	T	O	N	L	E	S	I	N	E	S	D	E	M	I	L	I	D	A	M	O	C	L	E	S								
39	R	E	U	N	I	E	P	L	A	N	D	E	N	U	E	R	R	E	V	E	U	R	E	R	I								
40	S	C	E	L	E	R	A	T	T	A	R	E	T	S	E	V	E	R	E	S	T	E	S	T	E	R							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			

Par Michel Hannequart

N° 864



Une grande variété de repas succulents à prix abordables



Pour déjeuner, dîner et souper

Jonquière
2315, St-Hubert
418-695-1555

Alma
11, Scott Est
418-662-2191

Chicoutimi
1378, boul. St-Paul
418-543-2139

Bonne chance à tous!
Votre prix sera expédié par la poste.

GAGNANTS DU 27 DÉCEMBRE

1^{ER} PRIX: 50 \$ Thérèse Gaudin
Chicoutimi

2^E PRIX: 30 \$ Marthe Dumais
La Baie

3^E PRIX: 20 \$ J.-Jacques Leblanc
Falardeau

À GAGNER : CHÈQUES-CADEAUX RESTO ROBERTO

Tirage tous les jeudis

NOM: _____

ADRESSE: _____

VILLE: _____ C.P.: _____

TÉL.: _____

FAIRE PARVENIR VOTRE GRILLE AVANT LE 10 JANVIER 2019

POSTER À:

MOTS CROISÉS N° 864

1051, BOUL. TALBOT
CHICOUTIMI - G7H 5C1

le Progrès

Brillez de mille feux!



Que ce Noël vous
apporte bonheur
et douceur.

Et que 2019 soit
à la hauteur
de vos ambitions
les plus folles.

Joyeuses Fêtes

leQuotidien
leProgrès

PAPIER / INTERNET / TABLETTE / MOBILE