



# SAMEDI



## SANTÉ

Quand plaisir rime avec santé  
Page 4



## SAVEURS

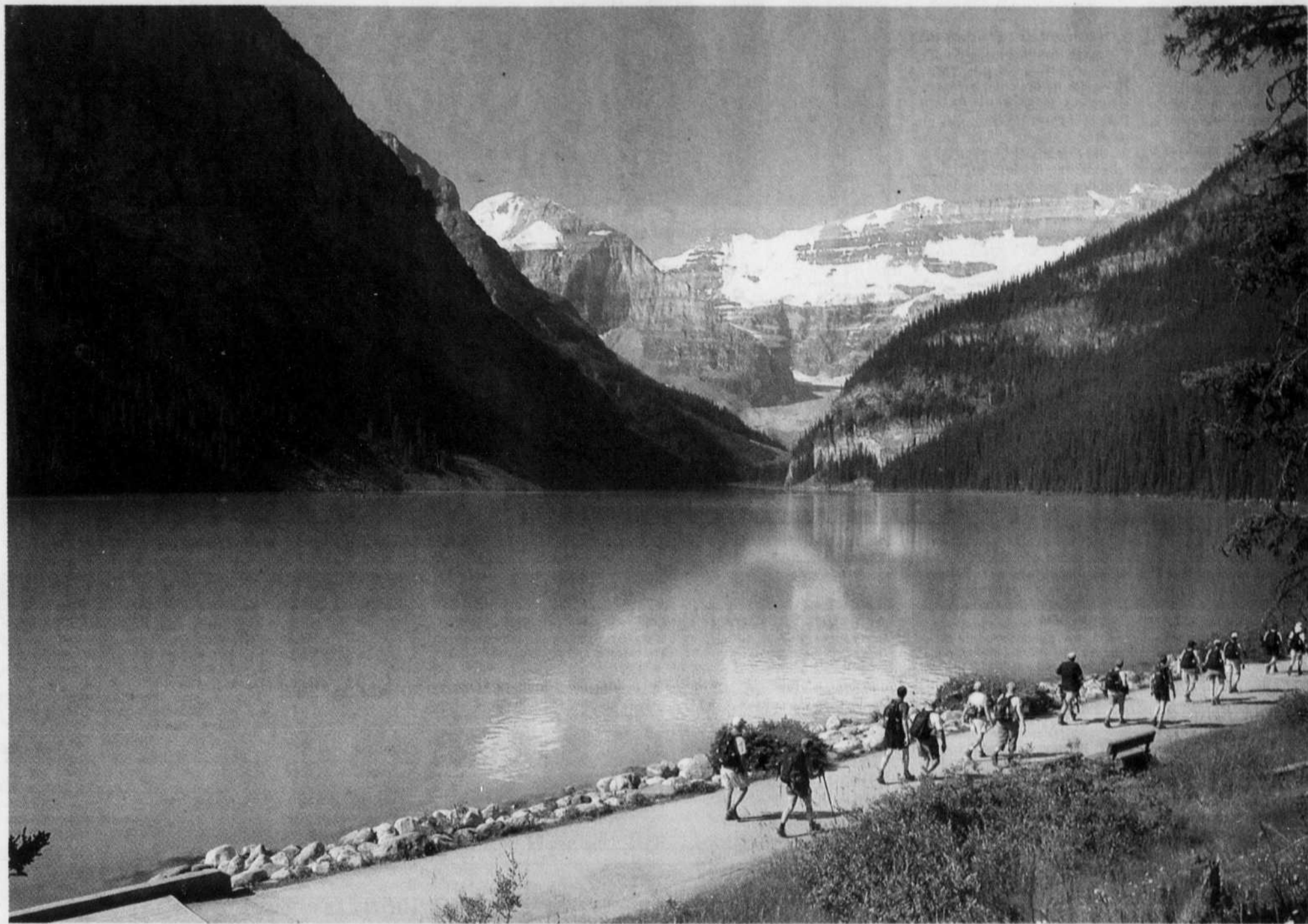
Petits fruits: vive l'été!  
Page 5



## JARDINS

Des idées dans le jardin des voisins  
Page 6

## TOURISME



PHOTOS CAROLYNE PARENT

Pour le randonneur, le lac Louise offre un décor magistral avec vue sur les Rocheuses canadiennes.

# Promenade avec vue

*Petite virée au lac Louise en compagnie de Bruce Bembridge, guide et poète-naturaliste*

Lorsque j'ai rencontré Bruce Bembridge, il s'apprêtait à se rendre au bureau, un bureau à ciel ouvert qui s'appelle... les Rocheuses canadiennes!

CAROLYNE PARENT

À titre de naturaliste, Bruce Bembridge est membre de l'équipe des guides de montagne professionnels de l'hôtel The Fairmont Chateau Lake Louise, en Alberta, et, aujourd'hui, nous irons au bois ensemble. Dans l'hôtel, au quartier général des guides, j'ai déjà enfilé les bottes de randonnée Salomon qui



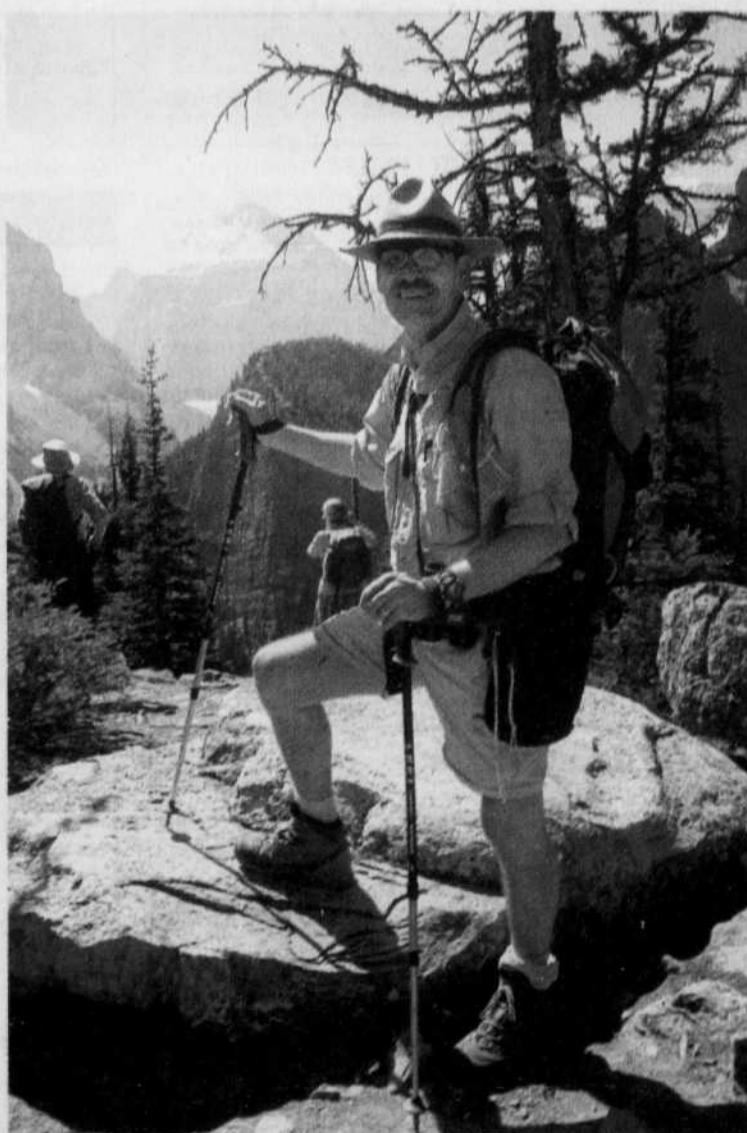
m'attendaient alors que mon sac à dos contient le hunch que le Chateau Deli a préparé pour nous.

«Alors, de quel côté allons-nous?», me demande Bruce. À droite du lac Louise, le teahouse est une destination populaire: tout le monde s'y rend parce que la vue est majestueuse. À gauche, il y a un sentier moins fréquenté qui mène au mont Fairview, mais c'est plus pentu.»

### Promenade avec vue

Et c'est parti pour une promenade avec vue. Sur le grand parterre fleuri, face au célèbre lac, trône un bronze marquant le centenaire de l'arrivée dans la région des premiers guides suisses de haute montagne. C'était en 1899. Bruce en profite pour raconter l'accident d'alpinisme qui s'était produit trois ans auparavant et les remous que celui-ci avait causés dans la collectivité: d'un nouveau sport à la mode, l'alpinisme était subitement devenu un sport meurtrier à interdire.

«Parce que de telles tragédies ne donnent pas du tout bonne presse à un hôtel de montagne, le chemin de fer Canadien Pacifique avait alors réagi en engageant des guides professionnels suisses qui, pendant 55 ans, ont enseigné aux hôtes comment gravir les Rocheuses en toute sécurité.»



À gauche ou à droite? Peu importe la piste, le guide Bruce Bembridge n'est pas à court d'histoires et d'anecdotes.

Ces guides ont également introduit au pays une tradition d'alpinisme encore bien vivante aujourd'hui. À propos de sécurité, je note que Bruce trimballe, accrochée à sa ceinture, un vaporisateur à gaz poivré antigrizzlis, mais ça ne m'inquiète pas du tout: la piste est si achalandée que nous aurons en effet bien de la veine si nous apercevons ne serait-ce qu'un écureuil...

«Vous savez, il n'y a pas si longtemps, en apprenant que des ours erraient par nos sentiers, on aurait tout simplement tiré sur ces "big buggers": "Eh, vous

VOIR PAGE D 2: PROMENADE

## SAMEDI

## TOURISME

LA VALLÉE BOW ET SA MER DE CONIFÈRES EMPLISSENT LE REGARD. LE LAC LOUISE, LUI, EST D'UN MYSTÉRIEUX TURQUOISE LAITEUX, UNE COULEUR QU'IL DOIT À L'EAU DES GLACIERS: EN DÉVALANT LES MONTAGNES, CELLE-CI BROIE EN EFFET LA ROCHE EN UNE «FARINE» QU'ELLE ENTRAÎNE DANS SON SILLAGE. AU LOIN, UN TRAIN ZIGZAGUE DANS LA NATURE.

## PROMENADE

SUITE DE LA PAGE D 1

arpentez le territoire des touristes! Le même traitement aurait été réservé aux cougars et aux loups qui fréquentent aussi nos parages. Aujourd'hui, si la faune est présente sur les sentiers, on les ferme, et c'est tout. On en a fait, du chemin: de nos jours, les ours ont la priorité!

## Toujours plus haut

Nous gravissons la montagne et, ce faisant, Bruce me cause épinettes, pins, pruches et sapins. Il pointe en direction d'un aigle royal qui fait l'acrobate au-dessus du glacier Victoria et vers les rayons du soleil qui dansent sur le lac Mirror. Le paysage glaciaire m'en met plein la vue. Oui, osons l'épithète éculée: c'est spectaculaire. Selon le naturaliste-poète, les quelque cinq millions de visiteurs qui sillonnent chaque année cette partie-ci du parc national Banff, un site du patrimoine mondial de l'UNESCO, disent exactement la même chose.

Mais à peine 5 % d'entre eux s'aventurent à plus de 100 mètres du stationnement. C'est tout de même une bonne nouvelle: les sentiers réussissent à les garder hors des centres commerciaux!

Au lac Mirror, où des touristes à cheval font boire leurs montures, une carte présente un enchevêtrement impressionnant de pistes. Nous admirons Big Beehive, une «ruche» de pierre, et poursuivons notre ascension jusqu'à un carrefour: à gauche, au pied du lac Agnes, le *teahouse*, dont il fut question plus tôt, est situé dans

une vallée perchée au-dessus du lac Louise; à droite, le mont Saint Piran. Bruce suggère qu'on aille de ce côté-là pour déjeuner sous les mélèzes.

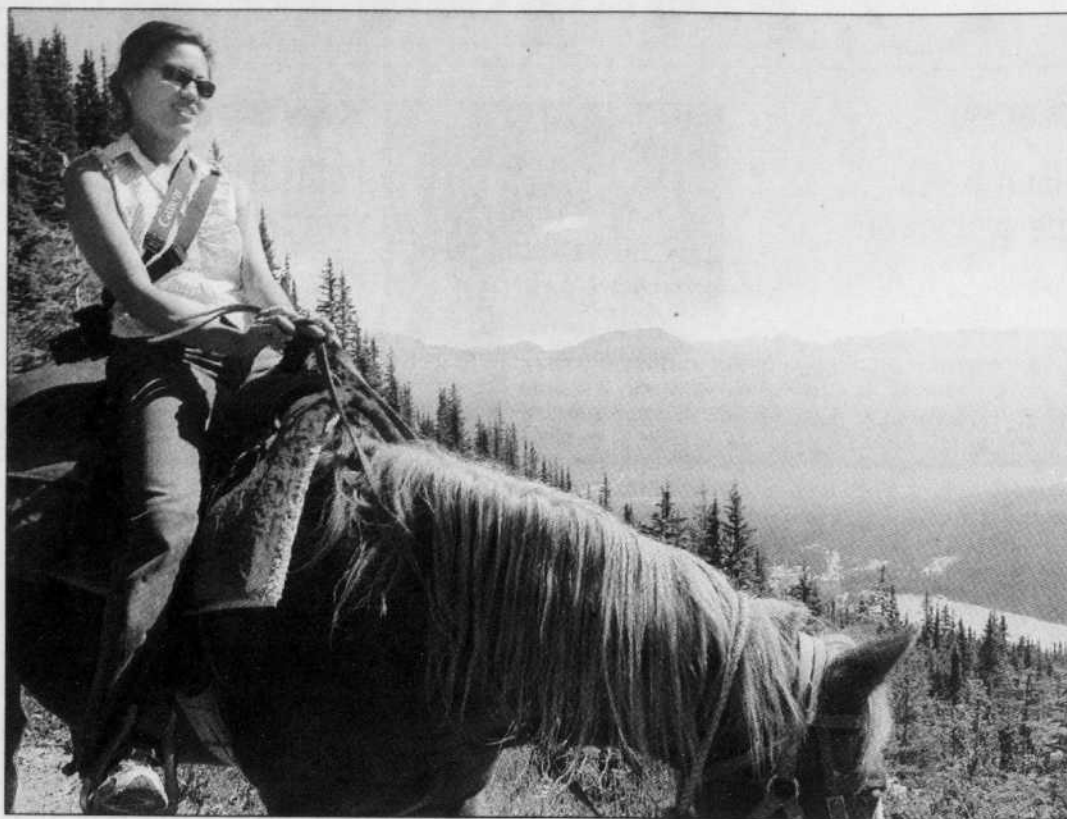
«À l'automne, les mélèzes virent au jaune et remplissent nos cœurs d'or!», dit-il. En ce mois d'août, le paysage est très joliment piqué de taches rouge vif, celui d'une fleur sauvage appelée castilleje par bien peu de monde et *Indian painbrush* par Bruce.

Nous dénichons un petit coin tranquille, nous nous tirons une bûche pour de vrai et dégustons nos délicies. De petites sittelles garnissent les arbres telles des boules de Noël. On n'entend qu'elles. Et personne ne s'exclame: «Ah, vive le silence!»

## D'autoroute et d'écureuils

Les sandwiches avalés, nous reprenons notre ascension. L'air se rafraîchit. Nous voilà arrivés au sommet de la montagne. La vallée Bow et sa mer de conifères emplissent le regard. Le lac Louise, lui, est d'un mystérieux turquoise laiteux, une couleur qu'il doit à l'eau des glaciers: en dévalant les montagnes, celle-ci broie en effet la roche en une «farine» qu'elle entraîne dans son sillage, m'apprend Bruce. Au loin, un train zigzague dans la nature.

«Sir John A. Macdonald, notre premier premier ministre visionnaire, voulait attacher ce pays ensemble à l'aide d'un ruban d'acier. Après le train sont venus les grands hôtels, mais après le train est venue l'automobile. Banff est probablement le seul parc natio-



CAROLYNE PARENT

Pourquoi marcher quand on peut se faire porter?

nal du monde qui soit traversé d'une autoroute!»

Mais les écureuils roux s'en moquent, de la Transcanadienne: les voilà qui grignotent des champignons en plein milieu d'un sentier tout aussi fréquenté. Oui, décidément, nous avons bien de la veine!

## En vrac

En 1883, trois employés du Canadien Pacifique (CP) découvrent fortuitement des sources thermales jaillissant d'une caverne sur le flanc est des Rocheuses. C'est ainsi que naît le parc national Banff, premier parc national du Canada. Il fait 6641 kilomètres

carrés et compte 1600 kilomètres de sentiers où on peut faire des promenades d'une heure comme des excursions d'un mois.

Le programme d'alpinisme et de randonnées pédestres Mountain Heritage des hôtels The Fairmont Chateau Lake Louise, Banff Springs et Jasper Park Lodge est

offert jusqu'au 30 septembre. En hiver, le programme comprend des sorties à skis de randonnée ou en raquettes avec observation d'étoiles.

C'est sir William Cornelius Van Horne, le premier directeur général du CP, qui a fait construire les hôtels Banff Springs (1888) et Chateau Lake Louise (1890). Alors davantage chalets de pin que somptueuses palaces, ils deviennent les symboles de l'ouverture des Rocheuses canadiennes au tourisme. En juin 1888, il en coûtait 3,50 \$ la nuitée à l'hôtel Banff Springs!

Outre la randonnée, il y a aussi le golf qui permet de prendre l'air dans ces parages. Au fait, savez-vous que la conception des terrains de golf a connu un formidable essor en Amérique du Nord dans les années 20? Au cours de cette décennie, Stanley Thompson en a dessiné environ 90 aux États-Unis et au Canada. En 1927, le CP lui a demandé d'en créer un pour son hôtel Banff Springs. Il a coûté près de un million de dollars... En 1954, Marilyn Monroe, qui séjournait à l'hôtel à l'occasion du tournage du film *A River Of No Return*, y a joué quelques rondes. En 1999, on a restauré le parcours, dont le célèbre trou n° 4, le Devil's Cauldron, un par-trois qui se joue par-delà un lac glaciaire. Aujourd'hui, il compte parmi les dix meilleurs terrains de golf au monde.

Renseignements: [www.fairmont.com](http://www.fairmont.com) et (Parcs Canada) [www.pc.gc.ca/banff](http://www.pc.gc.ca/banff).

Collaboratrice du Devoir

## HÉBERGEMENT EN RÉGION

POUR ANNONCER, CONTACTER JEAN DE BILLY AU (514) 985-3456 ou 1-800-363-0305 • [jdebilly@ledevoir.com](mailto:jdebilly@ledevoir.com)

## BAS DU FLEUVE

**AUBERGE AU MANGE GRENOUILLE \*\*\*** Une escale d'exception, une invitation au rêve. Auberge de charme, riche en son décor romantique et théâtral. Table gourmande, excellente carte des vins. Spa extérieur et jardin secret dominant les îles du B.C. Trois fois lauréate Nationale au Grand Prix du tourisme québécois, gastronomie, cuisine et hébergement. Prix Carte d'or 2005.

[www.aubergedumangegrenouille.qc.ca](http://www.aubergedumangegrenouille.qc.ca)

Info et réservation : (418) 736-5656

**AUBERGE LA SOLAILLERIE \*\*\*** Auberge de charme à Saint-André-de-Kamouraska. Un environnement champêtre et fluvial, une atmosphère envoûtante, des chambres au décor romanesque, une table créative et authentique mettant à l'honneur les produits du terroir et les légumes bio. Une expérience de bonheur et de plaisir! **Grand Prix de la Gastronomie: 2004 et 2002.** À proximité: randonnées pédestres, soins de santé, kayak, golf, croisières, Route Verte, musées...

[www.aubergelasollairie.com](http://www.aubergelasollairie.com)

Info et réservation : (418) 493-2914

## CANTONS DE L'EST

**AUBERGE GEORGEVILLE 1889 \*\*\*\***  
GASTRONOMIE ET AMOUR! La plus ancienne auberge du Canada de style victorien. Un véritable havre de paix où exploit culinaire de renom, élégance et intimité sont à l'honneur. Votée parmi les auberges les plus romantiques au Canada. Surplombant Georgeville sur le lac Memphrémagog. **ÉVASION ROMANTIQUE** 2 jours/2 pers. 350\$ incl. repas gastronomique, thè et sherry en après-midi, vélos, badminton, natation et encore. Fameuse cave à vin à visiter. Prochaine soirée vinicole le 5 août à 10 min. du théâtre Vieux Clocher, 90 min. de Montréal. Forfaits golf. Rabais membre CAA. Appareil massage de précision GRATUIT pour apporter chez vous!

[www.aubergegeorgeville.com](http://www.aubergegeorgeville.com)

Sans frais: 1 888 843-8686

**AUBERGE QUILLIAMS \*\*\*\***  
Auberge de charme 4 étoiles face au lac Brome, pour des moments magiques et inoubliables. Complètement rénové, 38 chambres et suites, 22 avec foyer. Cuisine raffinée et réputée. Carte des vins recherchée. Piscine int. et ext. saunas, bain tourbillon. Nouveau: «Salon des vins» et salon V.I.P. Boutiques et antiquaires à Knowlton à 6 km, un des plus beaux villages du Québec. Pistes cyclables et 5 golfs à proximité. Plusieurs forfaits disponibles dont: Forfait romantique et forfait golf. Rabais Age d'Or. Certificats cadeaux. Salles de réunions. C.A.A. 572 Lakeside, Lac Brome, aut. 10, sortie 90, rte 243 sud, 50 minutes du Pont Champlain

[www.aubergequilliams.com](http://www.aubergequilliams.com)

Réservations : 1-888-922-0404

Un des 100 meilleurs spas au monde tout près de chez vous. Venez voir pourquoi le Spa Eastman compte parmi les 100 meilleurs spas au monde selon Bernard Burt et Pamela Lechtman, auteurs du livre «100 Best Spas of the World». Offrez le cadeau rêvé à la personne aimée.

[www.spa-eastman.com](http://www.spa-eastman.com)

Réservations : (450) 297-3009 1 800 665 5272

## CHARLEVOIX

**AUBERGE LA PIGNORONDE\*\*\***  
Jusqu'à 22 juin, venez goûter le réveil de la nature avec notre forfait le «Printemps de Charlevoix», à compter de 124\$ par personne, occ. double pour 2 nuits, avec 2 déjeuners complets et le souper table d'hôte du premier soir. Incluant une bouteille de vin pour 2 personnes. Piscine intérieure et la plus belle vue de Charlevoix.

[www.aubergelapignoronde.com](http://www.aubergelapignoronde.com)

Tél. (sans frais) 1 888 554-6004

## GASPÉSIE

**AUBERGE DU GRAND FLEUVE \*\*\* METIS-SUR-MER**  
Forfait Jardins de Mérit. Lieu très calme à l'écart de la 132. Directement sur la plage avec panorama maritime unique. Une cuisine créative du jardin et de la mer exceptionnelle (360 km de Québec). Bouquin/couette.

[www.aubergedugrandfleuve.qc.ca](http://www.aubergedugrandfleuve.qc.ca)

Réservations: 418-936-3332

## ISLE-AUX-COUDRES

**AUBERGE LA COUDRIÈRE**  
Vue sur le fleuve, cuisine fraîcheurs, piscine chauffée, 49 motels, théâtre d'été.

Info hôtel: 1-888-438-2882

Info théâtre: 1-866-363-1329

[www.aubergelacoudriere.com](http://www.aubergelacoudriere.com)

**HÔTEL DU CAPITAINÉ «auberge et motels»**  
44 ANS D'ACCUEIL TYPIQUEMENT INSULAIRE! Cuisine terroir, souper-chanson, pisc. eau salée chauffée, vélos, terrasse ombre/soleil, menu campagne. 65 \$ à 95 \$ pour 2 personnes incluant petit déj, cuisiné. Offrez-vous une île!!

[www.chateaux.qc.ca/hotelducapitaine](http://www.chateaux.qc.ca/hotelducapitaine)

1-888-520-2242

## LANAUDIÈRE

**AUBERGE AUX QUATRE MATINS\*\*\***  
VAL-SAINT-COME: Offrez-vous une escapade à deux dans une auberge de charme. 14 chambres douillettes. Forfait romantique à partir de 220 \$ / couple avec bain thérapeutique. Spa, massage, cuisine française. Auberge en exclusivité pour Lac-à-l'épaulé, réunions d'affaires en milieu champêtre, mariages, ateliers etc...

[www.auxquatremins.ca](http://www.auxquatremins.ca)

1-800-929-1932

## MAURICIE

**AUBERGE SANTÉ LAC DES NEIGES**  
Située sur une presqu'île, ce site en pleine nature vous offre des soins corporels et esthétiques par des thérapeutes professionnels. Nous disposons d'un salon avec foyer, une grande piscine intérieure chauffée, un sauna, un spa extérieur. Nous servons une fine cuisine champêtre. Lauréat régional en Restauration-cuisine. **Grand Prix du Tourisme 2002.** Salle de réunion équipée. Plusieurs forfaits.

[www.aubergesantelacdesneiges.qc.ca](http://www.aubergesantelacdesneiges.qc.ca)

1-800-757-4519

## Chalets &amp; Condos

## LANAUDIÈRE

**CHALET D'ÉMÉLIE \*\*\*** Lac Pierre (St-Alphonse-Rodriguez). Chaletueux et confortables, toutes commodités, 2 ou 3 c à c. Sur place: magnifique plage privée: kayak, chaloupe, pédalo, 12 km de sentiers en forêt privée; randonnée pédestre et vélo. À proximité: golf, équitation et canot en rivière, parcours aérien en forêt, parcs régionaux. Promo DIM au VEN en basse saison.

[www.chalets-emelie.com](http://www.chalets-emelie.com)

450-883-1550/514-214-1550

**AUBERGE JEAN CYPHOT**  
JOLLETTE (près de), domaine privé bordé par lac Priscault, classé 4 étoiles, tout équipé, 12 c.à.c. et s.d.b., foyer, piano. Week-end 1 200 \$, 2 nuitées semaine 1 000 \$. Ski alpin, de fond et motoneiges à proximité. Pour fêtes ou affaires.

[www.aubergejeanyphot.com](http://www.aubergejeanyphot.com)

(514) 973-9242

**CHALET DES PINS**  
Domaine privé, site enchanteur, hébergement en chalets tout confort, très propre, foyer, b. fourb. Lac naturel, plage de sable, embarcations, sentiers, tennis, équit., golf et +.

[www.chaletdespins.com](http://www.chaletdespins.com)

450-834-3401 ou 1.877.834-3401

## LAURENTIDES

**WENTWORTH-NORD** Les Villas du lac St-François-Xavier, classées 4 étoiles. Très grand chalet (jusqu'à 23 pers.) 15 min de St-Sauveur, bord du lac et de la piste cyclable le Corridor Aériobique. Tout équipé, 2 à 10 ch avec salle de bain privée. Grands salons, salle de conférence, foyer, piano à queue, salon de billard, salle de jeux, ping-pong, mississippi, babyfoot! Quai privé, pédalos, canots, kayaks, randonnée pédestre, ski de fond et raquettes. Week-end ou sem.

[www.lesvillas.ca](http://www.lesvillas.ca)

514-744-2422

## SAGUENAY / LAC ST-JEAN

**AUBERGE DES BATTURES, LA BAIE \*\*\***  
Surplombant le majestueux Fjord du Saguenay, 32 chambres. Ambiance d'intimité romantique. Cuisine fine et créative. Salles pour rencontres d'affaires ou de famille. **Forfaits spectacles:** Fabuleuse histoire d'un Royaume, Ecce Mundo, Québécoisissime. **Nombres activités à proximité:** golf, kayak, randonnées, équitation, musées, croisières...

[www.battures.ca](http://www.battures.ca)

1-800-668-8234

**AUBERGE DES CÉVENNES \*\*\***  
À l'Anse St-Jean, 14 chambres au confort moderne, de longues galeries et une cuisine classée 3 étoiles (guide Voir 2005). P.A.M. à partir de 57 \$ p.pers. occ. dble

[www.auberge-des-cevennes.qc.ca](http://www.auberge-des-cevennes.qc.ca)

1-877-272-3180

**HÔTEL LE PARASOL**  
Sur les plus hautes collines de Chicoutimi, Le Parasol vous offre une vue exceptionnelle sur la ville et la rivière Saguenay. Profitez de notre forfait «Plus Fjord que Tour» à partir de 142\$/pers. occ. dble, incl.: 1 nuit, 1 déj., 1 grand spectacle au choix, 1 croisière de votre choix dans le fjord du Saguenay à bord d'un des navires de Croisière Marjolaine. Option: ajoutez une 2<sup>e</sup> nuit et 1 déj., \$198./pers. occ. dble. Taxes en sus.

[www.aubergeleparasol.com](http://www.aubergeleparasol.com)

1-866-543-7771

## VIEUX-QUÉBEC

**AUBERGE ST-PIERRE**  
Distinctif... À deux pas du Vieux-Québec et au cœur du Vieux-Port, l'Auberge St-Pierre vous accueille avec ses planchers de bois, murs de pierres et de briques, baignoires à remous, couettes de duvet et bien plus... Vous y vivrez une expérience unique où le charme d'antan s'ajoute à la distinction d'un service haut de gamme! **Tarif à partir de 129 \$** (petit déjeuner gourmet inclus). Forfaits disponibles.

[www.auberge.qc.ca](http://www.auberge.qc.ca)

1 888 268-1017

## La fine fleur des maîtres hôteliers

Caractère Cuisine Charme Calme Courtoisie

## RELAYS &amp; CHATEAUX

## Charlevoix

**La Pinsonnière | Cap-à-l'Aigle**  
Une destination de charme au bord du Saint-Laurent. 26 chambres tout confort dont certaines avec baldaquin, foyer, sauna, baignoire à remous et panoramas idylliques. Table et cave de grand renom. Service personnalisé et attentif. Fêtez le retour des beaux jours avec le forfait 5 + 2 nuits, cocktail d'accueil, les copieux petits déjeuners, les repas du soir dont un grand repas de 7 d'vins services. A compter de 205\$/pers./nuit. Pour se réserver: piscine intérieure et soins détente au Spa. Autres forfaits sur [www.lapinsonniere.com](http://www.lapinsonniere.com) 1-800-387-4431.

## Laurentides

**Hôtel-restaurant L'Eau à la Bouche | Ste-Adèle**  
Relais & Châteaux de 25 magnifiques chambres - Restaurant Relais Gourmands à Ste-Adèle Spécial de juillet 145\$ par pers. occ. dble. par nuit, chambre supérieure, souper Table d'hôte et petit déjeuner taxes en sus (dimanche au jeudi). (450) 229-2991 ou 1-888-828-2991. [leaualabouche.com](http://leaualabouche.com)

## Montérégie

**Hostellerie Les Trois Tilleuls & Spa Venchy**  
[www.lesroistilleuls.com](http://www.lesroistilleuls.com) | St-Marc sur le Richelieu  
[www.spagvenchy.com](http://www.spagvenchy.com)

Pour annoncer, contactez Jean de Billy au 514-985-3456  
[jdebilly@ledevoir.com](mailto:jdebilly@ledevoir.com)

## Hôtellerie Champêtre

Auberges et Hôtels du Québec

Vous faire plaisir, c'est dans notre nature!

## LANAUDIÈRE

**AUBERGE DU LAC TAUREAU**  
Authentique auberge en bois rond, exceptionnelle plage de sable fin, lac immense, fine cuisine régionale et spa à la fine pointe des traitements thérapeutiques: voilà l'offre unique de l'Auberge du Lac Taureau. Tous les forfaits incluent le petit déjeuner, le souper table d'hôte 4 services, le poubroir ainsi que l'accès aux canots, pédalos, kayaks, tennis, sentiers de randonnée pédestre et une heure d'activité parmi les suivantes soit vélo de montagne ou planche à voile. Réservez dès maintenant votre séjour à partir de 123 \$ par adulte par nuit en occupation double (séjour minimum de 2 nuits).

[www.lactaureau.com](http://www.lactaureau.com)

1-877-822-2623

## SAMEDI

## TOURISME

IL PARLAIT PEU DE VOYAGES, M. MAUFFETTE. IL N'EN AVAIT PAS BESOIN. LE CABARET DU SOIR QUI PENCHE NOUS ENTRAÎNAIT LOIN, AUSSI LOIN QUE L'IMAGINAIRE POUVAIT PORTER. IL ÉTAIT UN GUIDE: ICI FÉLIX, LA VALÉRIE LAGRANGE, LÀ ENCORE BACH OU UN AIR DE JAZZ. «ENTREZ CHEZ MOI, TOUTES LES FENÊTRES SONT OUVERTES SUR L'INFINI...»

## VOYAGES

## Monsieur Mauffette



Normand Cazalais

Il a été pour moi — et sûrement pour beaucoup d'autres — un compagnon de voyage. Je n'ai connu ni le comédien ni le réalisateur. À peine, pendant quelques saisons, l'animateur de *La Boîte à surprises*.

Il a été l'oiseau de nuit, *the night bird*, comme il se qualifiait lui-même, celui qui nous accompagnait au retour vers la ville le dimanche soir. Nous écoutions, bien sûr, les disques qu'il faisait tourner mais surtout la musique de ses propos, les intonations de sa voix. Et ses silences.

Nous revenions vers le quotidien. La réalité nous attendait. Il nous proposait le rêve. Et, avec lui, nous allongions ce temps de grâce, la transition entre deux univers.

Il parlait peu de voyages, M. Mauffette. Il n'en avait pas besoin. *Le cabaret du soir qui penche* nous entraînait loin, aussi loin que l'imaginaire pouvait porter.

Il était un guide: ici Félix, là Valérie Lagrange, là encore Bach ou un air de jazz. «*Entrez chez moi, toutes les fenêtres sont ouvertes sur l'infini...*»

Vous le savez, quand on voyage, on chante, on turlutte, on fredonne, à voix haute ou dans sa tête. Il y a plein de cahiers de chansons pour les marcheurs, les marins, les montagnards. Quand on chante, on n'est pas seul.

M. Mauffette nous devenait ses compagnons et ses compagnes. Qui devenaient des amis. Dans l'auto, ils voyageaient avec nous et continuaient de le faire, une fois arrivés à la maison.

La première fois que je l'ai rencontré, c'était en studio. Une amie, Michèle Verrier, qui travaillait avec lui, m'y avait invité. J'avais hésité: qui étais-je devant un tel homme? Et puis, avouons-le, je craignais que la magie ne s'estompe, que l'individu fait de chair et d'os ne tienne pas le coup devant le personnage.

Que non! En studio, devant le micro, ses mains

partaient en arabesques, dessinaient des lointains. Les écouteurs sur la tête, il ressemblait à un amiral de vaisseau spatial, familier avec les envolées sidérales. Ses yeux, ses lèvres, les plis de sa bouche donnaient du corps à ses errances radiophoniques.

J'y suis retourné plusieurs fois, toujours accueilli avec le sourire de celui qui vous souhaite la bienvenue. Assis dans notre coin, bénéficiant d'un siège de première classe, nous écoutions. Parfois, pendant que les tables tournaient, il venait nous faire la conversation sur des sujets qui n'avaient rien à voir avec ce qu'il avait dit en ondes. Nous allions ailleurs.

Un soir, son humour si particulier s'échappait. Le printemps était déjà là et Lucien Rivard, criminel notoire, venait de s'évader du pénitencier de Bordeaux au cours de la patinoire extérieure de l'établissement... Il s'était payé leur tête, M. Mauffette, avec élégance et finesse, aux gardiens, policiers et politiciens de ce monde. D'entrée de jeu à l'émission, il avait fait chanter Piaf: *Salut Lucien!*

Il était de son temps, M. Mauffette. Aujourd'hui, tout comme au cours des dernières décennies, on le joue à la nostalgie. Je ne suis pas sûr qu'il appréciait...

Je l'ai connu plus tard sous un autre jour. Le hasard a voulu que j'étudie à l'université avec sa fille aînée, Michèle. Très vite, nous nous sommes liés

d'amitié. Au début, je ne lui ai pas parlé de son père: ce n'est pas toujours facile d'avoir un père célèbre, surtout de la carrure de celui-là. À Radio-Canada, la semaine dernière, j'ai entendu un de ses fils, Louis — du moins, je crois que c'était lui — qui disait affectueusement: «*Vous savez, parfois, on aurait aimé avoir un père comme tous les autres...*»

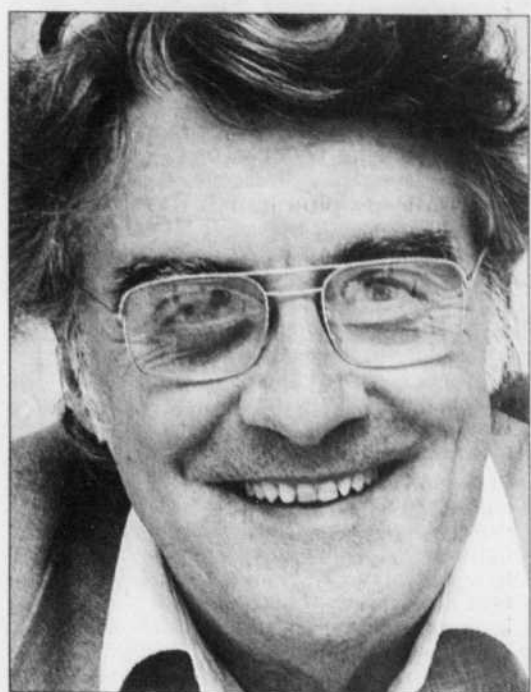
Chez lui, quelquefois, nous avons partagé une grande table. Toujours gentille, Louise, sa femme, nous mettait à l'aise: nous mangions, mon ami Alain et moi, avec la famille. Au bout de la table, M. Mauffette se faisait discret, pas du tout vedette, riant des blagues et des narrations de ses enfants.

Dans les années 70, je me suis permis de lui demander un service. Avec d'autres géographes, j'avais été invité à faire une tournée du Canada, de Toronto jusqu'à Victoria. Objectif: expliquer le Québec aux anglophones. Rien que ça! Au programme: conférences, tables rondes, groupes de discussion, entrevues à la radio et à la télé, rencontres de conseils municipaux et de groupes universitaires.

Comme outils «pédagogiques», nous avions un ensemble de stands démonstratifs portant sur différents thèmes: la langue, l'éducation, la culture, la question nationale, tout le bataclan! Mais il manquait quelque chose: une ambiance. Alors, une semaine avant le départ, je suis allé le voir et lui ai demandé: «*M. Mauffette, voudriez-vous nous préparer une bande sonore de deux heures que nous pourrions faire jouer partout, en tout ou en partie, qui exprimerait et résumerait le Québec?*» Simple, n'est-ce pas?

Eh bien, il a accepté, comme ça, sans faire de ronds-de-jambe ni de vagues-hésitations. Au moment voulu, la bande était prête, magnifique, meilleure encore qu'on aurait pu l'espérer. Tout le Québec était là, en chansons et en musique.

Et, à travers les vastes plaines et les hautes montagnes, jusqu'au bout pacifique du Canada, cette ban-



JACQUES GRENIER LE DEVOIR

Guy Mauffette en 1979.

de nous a tenu compagnie, nous rappelant quelle terre nous venions de quitter, nous ouvrant des pistes pour nous imbibler de celles que nous parcourions.

Ainsi était-il.

Allez! Bon voyage, M. Mauffette!

Collaborateur du Devoir

## CLIN D'ŒIL

## Pour se réconcilier avec la politique

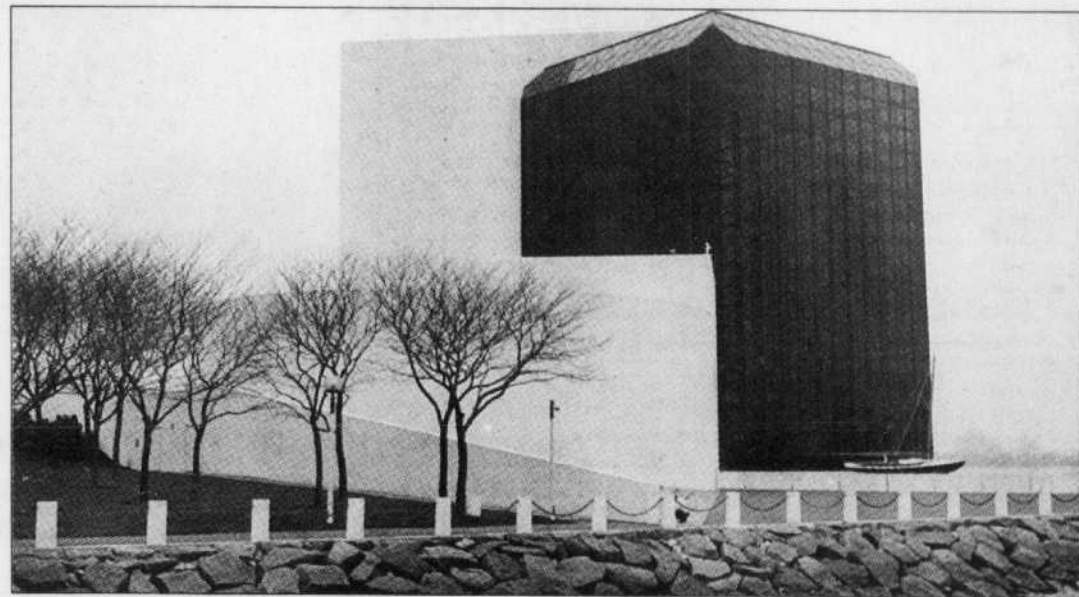
CLAUDE MORIN

«*But let us begin.*» Cet appel du président Kennedy, lors de son discours d'assermentation du 20 janvier 1961, caractérise bien cet homme d'idées qui avait les pieds sur terre et qui aimait la mer, particulièrement celle de Cape Cod. En ces temps de morosité politique, une visite à la Bibliothèque et au Musée John F. Kennedy de Boston peut certainement favoriser la réconciliation entre citoyens et politiciens.

D'abord pour se remémorer les idées préconisées par ce brillant homme d'Etat et ensuite pour s'imprégner de l'impact historique de son trop court mandat à la Maison-Blanche. Toutes les idées sur les droits civiques, sa lutte contre la pauvreté, la défense de la liberté, la main tendue aux négociations de paix, l'éradication des maladies et la conquête de l'espace avaient été mises en avant ce 20 janvier 1961. C'est lors de ce fameux discours que le président Kennedy a lancé son cri du cœur aux citoyens américains («*Ne vous demandez pas ce que votre pays peut faire pour vous: demandez-vous plutôt ce que vous pouvez faire pour votre pays*») et aux citoyens du monde («*Ne vous demandez pas ce que l'Amérique fera pour vous mais ce que nous pouvons faire ensemble pour la liberté de l'humanité*»). Le président connaissait l'ampleur de tous ces défis; c'est pourquoi, de manière bien réaliste, il soulignait que tous ces objectifs ne seraient pas atteints dans les 100 premiers jours de son mandat, ni dans les 1000 premiers, ni même au cours de la durée de vie de cette planète, mais il implorait son peuple de lui laisser la possibilité de commencer.

La Bibliothèque et le Musée John F. Kennedy nous permettent de voir et d'entendre le discours dans son intégralité mais aussi de vivre ou de revivre des moments charnières de l'histoire contemporaine avec la campagne présidentielle de 1960, la guerre froide, la crise des missiles de Cuba, le discours à la nation sur les droits civiques et son allocution près du mur de Berlin.

Le magnifique bâtiment dessi-



CLAUDE MORIN

À l'extérieur de l'immense pavillon de verre de la Bibliothèque et du Musée John Fitzgerald Kennedy qui s'ouvre sur le port de Boston et la Baie du Massachusetts, il vaut la peine de s'arrêter quelques minutes pour regarder le *Victoria*, ce petit voilier à un mât, offert à John pour ses 15 ans par ses parents Joseph et Rose Kennedy.

né par l'architecte I. M. Pei, érigé sur la pointe Columbia face au port de Boston, permet d'effectuer un parcours historique de la vie de John F. Kennedy, de ses exploits à bord du torpilleur *PT 109* dans l'océan Pacifique en 1943 jusqu'à son assassinat à Dallas, le 22 novembre 1963. Sobrement, de ce moment tragique, le musée a choisi l'annonce de sa mort par le chef d'antenne de CBS, Walter Cronkite. Avec émotion, l'anchorman regarde l'horloge, enlève ses lunettes et annonce que le décès du président Kennedy a été officiellement constaté à 14h, heure de l'Est, après qu'il eut été atteint par balles quelques minutes plus tôt à Dallas.

À la sortie du musée, l'inscription «*But let us begin.*», «*Permettez-nous de commencer.*», vient nous rappeler l'immensité de la tâche à accomplir pour réussir à atteindre les objectifs fixés. Kennedy a dit: «*Un homme peut mourir, les nations peuvent voir le jour ou disparaître, mais seuls les idéaux franchissent l'espace du temps.*»

À l'extérieur de l'immense pavillon de verre qui s'ouvre sur le port de Boston et la baie du Mas-

sachusetts, il vaut la peine de s'arrêter quelques minutes pour regarder le *Victoria*, ce petit voilier à un mât, offert à John pour ses 15 ans par ses parents Joseph et Rose Kennedy. Un présent qu'il a chéri tout au long de sa vie

et qui nous aide à comprendre pourquoi John F. Kennedy avait le plus grand respect pour les vagues de l'océan Atlantique au large d'Hyannis Port.

Collaboration spéciale

## CLIN D'ŒIL

## À l'école du Dam Band

Musicien sur les bateaux de croisière, une belle expérience

CAROLYNE PARENT

Pour le guitariste montréalais Charles Laporte-Pike, 24 ans, les navires de la ligne de croisières Holland America se sont avérés d'excellentes écoles musicales. «*Ce sont mes professeurs, au cégep de Saint-Laurent, qui m'ont conseillé de travailler sur des bateaux de croisière pour apprendre à jouer avec différents artistes et acquérir une expérience de scène.*» dit-il.

Deux ans et demi après avoir été recruté par une agence de placement spécialisée dans le personnel de croisières, le jeune bassiste a bourlingué en Alaska, sur la côte Ouest américaine jusqu'à Panama, à Hawaï et en Europe au fil de ses contrats avec HAL. Il officie d'ailleurs jusqu'au 20 juillet prochain à bord du *Westerdam*, où nous l'avons rencontré. En soirée, avec les cinq autres musiciens du Dam Band, il accompagne les ar-

tistes-invités qui se produisent au Vista Lounge.

«*Je voyage, je travaille un maximum de 15 heures par semaine, je suis logé, nourri, blanchi, je ramasse de l'argent. C'est une belle expérience*

à vivre quand on est jeune, mes professeurs avaient raison. Mais là, j'ai le mal du pays et, après ce contrat de huit mois, je rentre chez moi. J'ai une copine qui m'attend. Fespre!

»

Finie, donc, la vie à deux employés dans l'espace restreint d'une cabine et «*l'ambiance d'école secondaire*» qui règne à bord du navire pour lui et ses confrères. Finies, aussi, les dé-

mandes spéciales qui l'ennuient, genre Duke Ellington. D'ailleurs, si vous le croisez cet été, faites-lui donc plaisir: demandez-lui plutôt de vous jouer du John Scofield ou, pourquoi pas, du Charles Laporte-Pike.

Collaboratrice du Devoir

## Bon voyage

## PRAGUE ET LA BOHÈME...

NOUS Y RETOURNONS DU 13 AU 27 SEPT.

- Pour son festival d'automne de musique classique ou se produire les meilleurs orchestres d'Europe
- Pour ses somptueuses églises et palais baroques
- Pour ses stations thermales réputées

Claude Julien, accompagnateur

VOYAGES manne-poule FRASER

PETIT GROUPE - PLACES LIMITÉES P.S. : nous vous réservons les billets de concert.

RENSEIGNEMENTS : Marie-Paule au 274-5056 ou 1-877-274-5050

Permis du Québec

## VOYAGES CULTURELS

(Filiale de Voyages d'une Vie inc.)

La culture, notre préoccupation quotidienne

## TURQUIE

5 AU 29 OCT. (Complet)  
12 OCT. AU 5 NOV. - 6 places  
25 jours : 4 581 \$ tt inclus

## INDE

Inde du Nord et du Sud : 23 jours  
5 NOVEMBRE : 6 599 \$  
2 places

## GRAND TOUR D'ARGENTINE

1<sup>er</sup> AU 24 NOV. 2005  
24 jours : 5 049 \$ - 6 places

## VIP

## ÉGYPTE

28 OCT. AU 21 NOV. - 4 places  
4 AU 29 NOV. (Complet)  
10 NOV. AU 4 DÉC. - 2 places  
25 jours : 4 774 \$ tt inclus  
Hébergement : 5\*

## CHINE

1<sup>er</sup> AU 29 OCT. 2005  
Écoles : Vancouver (1 jr),  
Tokyo (3 jrs), Hong Kong (2 jrs)  
6 459 \$ tt inclus - 4 places

Petits groupes — Itinéraires exclusifs. Demandez les itinéraires détaillés. Renseignements : 514-844-0407

## CHEZ VLB, LA MAISON DU TÉLÉROMAN

Dans des lieux restaurés, plongez avec Victor-Lévy Beaulieu dans l'univers des téléromans québécois de 1950 à aujourd'hui. Des décors authentiques, des accessoires, des costumes, des pièces de collection uniques, des jeux interactifs, des histoires à regarder. Pour votre plaisir aussi, un resto-bar (cuisine régionale), une librairie, un magasin d'antiquités et d'artisanat, une galerie d'art. Ouvert jusqu'au 5 septembre tous les jours des 10 heures. Une seule adresse: 23 rue Pelletier, Trois-Pistoles.

Pour informations: 1 (418) 857-2000

Paris à la carte! Économisez jusqu'à 45% par personne à partir de 589\$

Départs entre le 10 juillet et le 31 août à partir de 794\$

Départs entre le 1<sup>er</sup> septembre et le 31 octobre à partir de 589\$

LA FRANCE — Départs entre le 10 juillet et le 31 octobre à partir de 684\$

Lyon, Marseille, Nantes, Toulouse, Nice

Forfait à PARIS 7 nuits à l'hôtel des Arts à partir de 1264\$

Départs entre 1<sup>er</sup> et 31 août

Forfait à NICE 7 nuits à l'hôtel Mognigny à partir de 1399\$

Départs entre 10 juillet et le 31 août

Les tarifs comprennent: le vol de Montréal; 7 nuits d'hébergement en 3 ou 4 étoiles; les transferts; une croisière d'une heure et les taxes.

Club Med L'États-compagnie EXPERT N°1 AU CANADA à partir de 1390\$

TURKOISE... Épargnez jusqu'à 800 \$ par couple. Départs entre le 10 juillet et le 29 août à partir de 1599\$

San Diego, La Caravelle, Turkoise, Punta Cana, Colombus Isle, Cancun Départs entre le 3 septembre et le 25 octobre à partir de 1390\$

Les prix sont par personne, pour une chambre standard en 3 ou 4 personnes. Les non-membres Club Med doivent acheter une carte de membre de 30 \$. Le tout est sujet à disponibilité et à changement sans préavis.

CINQUIÈME SAISON (514) 270 1237 sans frais 1 800 5-SAISON 30 AVENUE DE L'ÉPÉE (ANGLE LAURIER), OUTREMONT

Pour annoncer dans ce regroupement, contactez Jean de Billy au 514-985-3456

jdebilly@ledevoir.com

SAMEDI

SANTÉ

Quand plaisir rime avec santé



Carole Vallières

Le chef de L'Eau à la bouche à Sainte-Adèle a une feuille de route impressionnante: c'est elle, le rapport Desjardins sur les produits du terroir qui figurera au menu de la Chambre des communes à l'automne...

Le Devoir. Les grandeurs des portions, les gras, les OGM, que pensez-vous de ces débats? A.D. Pour tous ces sujets, on revient toujours à l'appât du profit. On bourne le ventre des gens avec des aliments peu coûteux. C'est la protéine qui coûte cher, et je peux vous assurer que les grosseurs des portions sont liées à ce qui va autour de la protéine...

délicieuses. Je me souviens: je n'avais pas faim. Mais je ne pouvais pas laisser ce qu'il y avait dans mon assiette. Les banquets, les invitations... tu es dépendant de ton métier. En France, on ne mange pas du foie gras tous les jours, mais quand on te reçoit, on t'en donne tous les jours!

Le Devoir. Les grandeurs des portions, les gras, les OGM, que pensez-vous de ces débats?

A.D. Pour tous ces sujets, on revient toujours à l'appât du profit. On bourne le ventre des gens avec des aliments peu coûteux. C'est la protéine qui coûte cher, et je peux vous assurer que les grosseurs des portions sont liées à ce qui va autour de la protéine. Dans ma cuisine, je calcule le nombre de grammes de protéines que je donne, et c'est pesé. Je ne calcule pas les légumes. Alors que j'étais étudiante, j'ai lu Sans viande et sans regrets (Frances Moore Lappe) et j'ai compris ce qu'est la réaction chimique, ce dont on a besoin, pas pour être en santé, pour vivre, pour avoir de l'énergie...

Le Devoir. Le bon but, ce serait quoi? A.D. Il faut que ce soit bon pour l'humanité, pour la communauté. C'est facile de dire que ça peut être dangereux pour la santé! Les producteurs ont toujours cherché à améliorer leur produit. M. Fraiser est venu en Amérique chercher la fraise des champs des autochtones, qu'il a greffée au plant européen. Greffer n'est pas naturel, c'était aussi monstrueux à l'époque que le genre pour les gens aujourd'hui. Est-ce qu'on va empêcher les gens de faire l'amour parce qu'il y en a qui peuvent être pédophiles? C'est l'idée derrière la personne qui fait l'amour qui peut faire problème, pas l'amour! Cela dit, je suis membre de Slow Food, j'aime les interrogations que cela suscite. A mon restaurant, presque 80% des produits sont bios. C'est un peu une question d'attitude. Le producteur bio est méticuleux, il choisit des variétés et, finalement, c'est un produit qui est meilleur.



GUILAUME POULIOT

Le chef de L'Eau à la bouche, à Sainte-Adèle, Anne Desjardins.

Le Devoir. Quelles sont vos pratiques de santé? A.D. Je ne suis jamais malade. Mon père était chiropraticien. Quand j'ai eu 30 ans, il m'a dit: 'Tu as un métier debout, si tu ne veux pas avoir mal au dos, tu as besoin de bonnes chaussures', et il m'a donné huit exercices à faire, que j'ai toujours faits deux ou trois fois par semaine, et je n'ai jamais eu de maux de dos. A 28 ans, on m'a enlevé la vésicule biliaire; chez nous, toute la famille y a passé. Je crois plus à l'hérédité qu'à la médecine. On naît d'un père et d'une mère, ce ne sont pas des barreaux de chaise! On risque plus de mourir des maladies que nos parents avaient, et c'est ce qu'il faut surveiller.

On a continué notre conversation, on a regardé des livres, elle m'a offert le sien, dont les photos, c'est vrai, donnent l'eau à la bouche...

vallieca@hotmail.com

Rencontres ANNONCEZ-VOUS GRATUITEMENT en composant le (514) 985-2507

Annoncez-vous GRATUITEMENT: Récupérez vos messages RAPIDEMENT: Répondez aux annonces RAPIDEMENT:

Placez gratuitement votre annonce en composant le (514) 985-2507. Enregistrez votre annonce avant le lundi 9 h pour une parution le samedi suivant.

FEMME CHERCHE HOMME

FIÈVRE DU PRINTEMPS... DE 40 ANS?

Femme de Mt, 44 ans, chev blonds, yx bleus, mature, authentique, aime ciné, musique, cherche H 40-55 ans, pour relations intimes et plus. 1022848

PLAISIRS ET RIRES RECHERCHÉS... ÇA PRESSE!

Mitaise, 37 ans, 5'8", 143 lb, chev Auburn, yx bruns, belle app, enjouée, respectueuse, cherche H 30-50 ans, pour sexualité et plus. 848421

UN PEU DE GÂTERIE, UN PEU DE ROMANTISME ET BEAUCOUP DE FIDÉLITÉ

Lavalloise, 47 ans, 5'8", blonde, yx verts, belle app, positive, authentique, cherche H 47-55 ans, pour amour et plus. 1055965

ADVENTURE ET DIVERTEMENT

Mitaise, 35 ans, 5'5", 136 lb, châtain, yx pers, app agréable, indépendante, intellectuelle, aime sports de raquette, cherche H 33-43 ans, pour sexe. 1340943

ELLE FERAIT UNE BONNE COMPAGNE...

Outaouais, 55 ans, 5'8", mince, châtain, yx verts, aime arts, actualité, entraîne, chats, marche, cherche compagne avec affinités. 10682

FATIGUE DE CHERCHER? MOI AUSSI!

Femme de Mt, 23 ans, 5'5", 140 lb, blonde, yx pers, app agréable, respectueuse, passionnée, aime plein air, cherche H 23-30 ans, pour amour. 1508431

MIGNONNE, ENJOUÉE ET ESPÉRE

Adorable avocate, 5'3", 100 lb, délicate, aime rire, bouger, découvrir, cherche H 35-50 ans, intelligent, au coeur grand comme océan, pour vivre heureux à deux. 10703

JOLIE, SOURIANTE ET BOHÈME

Mt, 40 ans, aime littérature, ciné, peinture, musique, cherche H cultivé, pour partager cafes, longues promenades et plaisirs culturels. 10459

CURIEUSE ET OUVERTE D'ESPRIT

31 ans, 5'9", 130 lb, chev et yx bruns, n-fum, professionnelle, sans enfant, fait exercice, aime voyages, dialogue, cherche n-fum, universitaire, avec affinités. 10694

BRIN DE FOLIE, DOUCEUR ET SENSUALITÉ À FLEUR DE PEAU...

Mitaise, 36 ans, 5'6", 126 lb, châtain, yx bruns, belle app, drôle, aime sports, cherche H 45-52 ans, pour relation amoureuse et plus. 819197

BELLE DIVOY

36 ans, 5'3", mince, blonde, yx bleus, visage jeune, intello, artiste, cherche H 30-40 ans, n-fum, pour relation sérieuse, visiter musées, marche et plus. 10578

MONTREALAISE CAPABLE DE GRANDE PASSION

40 ans, grande, mince, sensible, aime littérature, cherche H de passion et de dévouement, 40-45 ans, ayant brin de folie, pour amour. 10704

SEUL LE COEUR SAIT TROUVER CE QUI EST PRÉCIEUX

Belle brunette et respectueuse, 43 ans, 5'7", 148 lb, yx bruns, drôle, aime golf, désire H 35-55 ans, pour amour et plus. 1557328

SOLEIL, SOIRIÈRES ET SUEUR AU PROGRAMME!

Mitaise, 36 ans, 5'8", 140 lb, châtain, yx bruns, app agréable, positive, passionnée, cherche H 32-42 ans, pour amour et plus. 1338698

PARTAGEZ LES PETITS BONHEURS DU QUOTIDIEN

Mitaise, 57 ans, 5'7", 130 lb, brune, yx pers, belle app, attentionnée, authentique, cherche H 50-65 ans, pour amour et plus. 1539514

ÉPICE SÉRIEUSE POUR ASSAISONNER MA VIE

Mitais, 28 ans, 5'8", 125 lb, chev et yx bruns, belle app, passionnée, franche, aime aérobie, cherche H 28-35 ans, pour sexe et plus. 860133

POUR TOUJOURS LA MUSIQUE...

Mitais, 39 ans, 5'5", 112 lb, chev bruns, yx pers, belle app, passionnée, généreuse, aime sports, musique, cherche H 35 ans et plus, pour amitié. 1025168

FEMME DE PASSION ET D'ACTION

Veuve retraitée, de niveau universitaire, cherche professionnel sérieux, intelligent, articulé, fier de lui, pour vie amusante et différente. 10708

EN TE PARLANT DE CHARME, DE SENSUALITÉ ET DE PASSION...

Mitaise, 39 ans, 5'8", 164 lb, châtain, yx bruns, belle app, passionnée, cherche H 33-55 ans, pour amour et plus. 1601497

ES-TU PASSIONNÉ TOUT SIMPLEMENT?

Lavalloise, 47 ans, 5'7", 154 lb, châtain, yx bruns, belle app, généreuse, sociable, aime plein air, cherche H 50-57 ans, pour sexe et plus. 824163

GOLF, VÉLO, PLEIN AIR, POUQUOI PAS? C'EST L'ÉTÉ!

Lavalloise, 58 ans, 5'5", 110 lb, rousse, yx bruns, belle app, authentique, aime pêche, cherche H 54-63 ans, pour sexe et plus. 897880

ÊTRE HEUREUX, C'EST SIMPLE

Mitaise, 42 ans, 5'5", 115 lb, brune, yx bleus, belle app, passionnée, drôle, aime sports d'équipe, cherche H 35-45 ans, pour aventure et plus. 1565877

ACTIVE ET SOURIANTE

Représentative, professionnelle, aime activités culturelles, voyages, certains sports, cherche H d'affaires ou professionnel, 55-62 ans, pour partager qualité de vie. 10705

TOUJOURS SOURIANTE, JE LAISSE LA VIE ME SURPRENDRE

Mt, 24 ans, 6', 150 lb, chev bruns, yx pers, belle app, mature, enjouée, cherche H 25-32 ans, pour amour et plus. 1536731

FEMME RECHERCHÉ CHIMIE

Mt, 54 ans, 5'4", mince, jolies, sportive, féminine, aime golf, vélo, souhaite connaître H 60-65 ans, intéressés. 10713

LIBERTÉ, INTÉGRITÉ ET HONNÊTE

Jolie Lavalloise, 53 ans, 5'4", 116 lb, châtain, yx bruns, spontanée, indépendante, aime vélo, ciné, cherche H 45-55 ans, pour amour et plus. 1313002

À LA RECHERCHE DE L'AMANT

Représentative, 59 ans, petite, poids prop, n-fum, charmante, désire complice de son âge, chaleureux, sincère, respectueux, pour relation amoureuse épanouissante. 10664

L'ESPRIT CHERCHE, QUESTIONNE ET C'EST LE COEUR QUI Y RÉPOND

Mitaise, 59 ans, 5'5", 129 lb, blonde, belle app, sociale, enjouée, aime randonnées, désire H 58-66 ans, pour amour. 514064

PROFESSIONNELLE SYMPATHIQUE ET SOURIANTE

48 ans, 5'7", châtain, yx bleus, douce, cultivée, aime catholique-pratiquante, cherche H 5'11" et plus, pour relation harmonieuse et sports. 10730

PEUT-ÊTRE QUE C'EST TOI

Femme de Mt, 45 ans, 5'4", 121 lb, châtain, yx bruns, app agréable, sociable, respectueuse, aime sports nautiques, cherche H 38-48 ans, pour amitié. 1479689

CULTIVÉE ADORANT LA NATURE

Mitaise, 50 ans, 5'4", 120 lb, blonde, belle app, sans enfant, aime plein air, marche, vélo, natation, arts, voyages, cherche n-fum, 60-62 ans, grand, mince, n-fum, pour but amical. 10717

HOMME RACÉ RECHERCHÉ

Professionnelle, blonde, yx bleus, souriante, aime voyages, arts, sorties culturelles, sports, cherche H 55-82 ans, professionnel, distingué, pour partager projets. 10683

EN QUÊTE D'UN COMPAGNON POUR SORTIES CULTURELLES

Mitaise, sexagénaires, 5', 105 lb, niveau universitaire, désire rencontrer. 10716

PSYCHÉ CHERCHE ÉROS

Sherbrookeuse, début 60s, 5'5", 155 lb, n-fum, professionnelle de la santé, cherche H 50-65 ans, n-fum, sensible, viril et spirituel. 10688

INTELLIGENTE, CULTIVÉE, JOLIE, CHARMANTE ET LIBRE

Anglo, 53 ans, 5'5", 117 lb, blonde, yx bleus, belle app, respectueuse, réfléchi, cherche H 53-65 ans, pour amour et plus. 169495

PASSIONNÉE DES LANGUES ET DES VOYAGES

Châteauguay, 50 ans, 5'2", 121 lb, brune, yx pers, de belle app, passionnée, sportive, cherche H 52-62 ans, pour intimité et plus. 825454

NOUS SOMMES DES ANGES EN DEVENIR

Lavalloise, 40 ans, 5'5", 123 lb, chev et yx bruns, belle app, passionnée, aime badminton, cherche H 39-45 ans, pour amour et plus. 1578169

PETITE RICANEUSE

Rive-Sud, 58 ans, aime plein air, discussions, lecture, musique, cherche H 58-62 ans, aimant la vie, pour amitié et plus. 10676

AVEC MES HOODS ET MES BANNNI!

Femme de Mt, 60 ans, 5'6", 129 lb, yx pers, belle app, franche, passionnée, aime ciné, littérature, cherche H 55-60 ans, pour relation amoureuse et plus. 1049824

CRÉATIVE ET SÉLECTIVE

58 ans, 5'5", 135 lb, curieuse, positive, sensible, cinéphile, aime nature, marche, vélo, golf, lecture, recherche compagne raffinée, sincère, aimant la vie, pour partager projets de vie. 10144

LA FEMME RÉVÉE, C'EST CELLE QUE L'ON AIME!

Lavalloise, 57 ans, 5'5", 149 lb, blonde, yx bleus, belle app, spontanée, aime sports, cherche H 50-65 ans, pour sexualité et plus. 784133

UNE FLEUR À LA RECHERCHE D'UN RAYON DE SOLEIL

Mitaise, 55 ans, 5'11", chev et yx bruns, app agréable, authentique, sociable, aime ciné, cherche H 48-60 ans, pour amour. 106500

AUTENTICITÉ ET RÉCIPROCITÉ

Professionnelle, 51 ans, 5'6", 140 lb, yx bleus, passionnée, aime musique, littérature, nature, voyages, cherche compagne, pour amitié et plus. 10680

REpondez aux annonces au 1 900 451-6528

VEUVE EN QUÊTE DE...

59 ans, 5'6", 137 lb, châtain, yx bleus, n-fum, à l'aise, ayant goûts variés, cherche H sérieux. 10673

QUEL EST TON RÉVÊT

Femme de Mt, 51 ans, 5'11", 130 lb, chev châtain, yx bruns, positive, pantoufard, aime randonnées, musique, cherche H 25-35 ans, pour amour. 1545102

INDÉPENDANTE, HONNÊTE ET SPORTIVE

Laval, 43 ans, 5'6", 130 lb, rousse, yx bleus, belle app, authentique, aime ciné, plein air, cherche H 25-45 ans, pour amour et plus. 327978

PRINCESSE MÉDIÉVALE AYANT BU L'ÉLIXIR DE LA JEUNESSE

Mt, 36 ans, 5'3", 104 lb, blonde, yx bleus, belle app, gentille, enjouée, sportive, cherche H 28-45 ans, pour relation amoureuse et plus. 536851

DÉCONNER POUR SÉRIOSITÉ

Femme début 50s, 5'4", mince, rousse, yx bleus, mi-intello, mi-sportive, cherche H 50s, pour faire bout de chemin, déconner et philosopher. 10652

AMATRICE DE VOYAGES

Universitaire, 41 ans, aime musique jazz, campagne, danse contemporaine, aimerait rencontrer H. 10689

GÉNÉREUSE, PASSIONNÉE ET JOLIE

48 ans, petite, savante, allure jeune, aime vélo, tennis, cherche H 50s, de Mt ou Rive-Sud, n-fum, vil, actif, ayant intérêts culturels et sportifs. 10687

UN NOUVEAU DÉPART...

Lavalloise, 56 ans, 5'11", 126 lb, chev yx bruns, de belle app, spontanée, passionnée, aime littérature, plongée, cherche H 34-45 ans, pour amour. 828416

PETITE BRUNE AIMANTE

40 ans, sensible, intellectuelle, ouverte, cherche H 38-46 ans, ouvert, ayant conscience sociale, pour relation épanouissante à long terme. 10690

JOYEUSE ET ÉLEGANTE

Artiste, professeur, aime musique, spectacles de danse contemporaine, jazz, voyages, cherche H 50-55 ans, n-fum, nature, authentique, pour amitié et plus. 10687

HOMME CHERCHE FEMME

COEUR ARDENT

Européen de 46 ans, tendre, élégant, cultivé, intense, cherche F 50s, grande, mince, ravissante, lumineuse, pour vivre belle histoire d'amour. 10623

JACQUES, COMMUNICATIF ET SIMPLE

Bécanour, n-fum, divorcé, libre, aime sports, recherche F 50s, grande, mince, n-fum, aimant vie simple, voyage, calme, jubilante et équilibrée. 10692

MI-INTELLO, MI-SPORTIF

Mitais, 45 ans, 6'3", poids prop, cherche F 20-50 ans, n-fum, pour sorties au Centre-ville de Mt, ciné, resto, spectacles et danse. 10702

FRANÇOIS EST ÉLÉGANT ET CULTIVÉ

Quinquagénaire, grand, 175 lb, blond, yx bleus, n-fum, avocat retraité, divorcé, débouillé, cherche F gentille, attentionnée, calme, jubilante et équilibrée. 1406445

PROFESSIONNEL DÉSIRANT FONDRE UNE FAMILLE

Mt, fum, sans enfant, désire F 31-38 ans, sans enfant, pour relation harmonieuse basée sur respect et complicité. 10608

ALLO L'ÉTÉ!

Mitais, 29 ans, 5'8", 171 lb, châtain, yx bruns, belle app, authentique, aime randonnées, ski nautique, cherche F 22-35 ans, pour amour et plus. 247614

APPRIVOISÉ-MOI!

Homme de Mt, 38 ans, 6', 176 lb, brun, yx bleus, app agréable, drôle, attentionné, aime ciné, musique, cherche F 30-44 ans, pour amour et plus. 1157198

DEHORS TOUT LE MONDE!

Mitais, 49 ans, 5'9", 168 lb, chev et yx bruns, belle app, généreux, intellectuel, aime sports de raquette, plein air, cherche F 40-53 ans, pour amour et plus. 850333

ALLER JOYEUSEMENT AU BOUT DE SOI

Homme de Valleyfield, 62 ans, 5'9", 191 lb, chev et yx bruns, app agréable, généreux, franc, aime ciné, cherche F 45-60 ans, pour amour et plus. 836253

ÉPICURIEN EN QUÊTE DE...

57 ans, marié, cherche F mariée, épiciurien, pour complicité amoureuse. 10711

HOMME D'AGRÉABLE COMPAGNIE

Oc, 36 ans, en forme, cherche une femme pratiquant certaines activités de plein air et etc. 10706

MÉTÉO ÉQUILIBRÉ

39 ans, coincopte 27-50 ans, pour pratiquer naturisme à l'extérieur. 10722

PROFESSIONNEL RETRAITÉ

Hautes-Laurentides, divorcée F 50-63 ans, 5'2", 5'8", poids prop, n-fum, romantique, nature, humour, voyages, pour relation simple et agréable. 10715

AMI POUR LA VIE

Mitais, 36 ans, 5'11", 160 lb, chev et yx bruns, belle app, compréhensif, passionné, aime sports nautiques, cherche F 27-35 ans, pour amour et plus. 1512099

RANDONNÉE PÉDESTRE

Homme de Mt, 50 ans, 5'5", 146 lb, chev poivre et sel, yx pers, app agréable, respectueux, sociable, cherche F 25-50 ans, pour relation amoureuse et plus. 260179

CHERCHE PASSIONNÉE DE PLEIN AIR

Mitais, 63 ans, 6'11", 201 lb, chev poivre et sel, yx bruns, belle app, authentique, positif, aime sports, cherche F 46-57 ans, pour amour et plus. 868642

BEAU ET CHARMEUR

55 ans, 5'5", cherche jolies F 45-48 ans, n-fum, sensuelle, intellectuelle, pour relation stable. 10660

À LA RECHERCHE DE MES PAPPILONS!

Longueuil, 34 ans, 6', 190 lb, châtain, yx bruns, app agréable, réservé, aime sports d'équipe, badminton, cherche F 23-32 ans, pour amour et plus. 127646

ENSEIGNANT AYANT LE SENS DE L'HUMOUR

56 ans, 6'11", 185 lb, chev blancs, yx bleus, sensible, désire rencontrer F, pour aventures sexuelles. 10724

TU VEUX PASSER L'ÉTÉ AVEC MOI?

Lavallois, 41 ans, 5'9", 154 lb, chev et yx bruns, belle app, romantique, passionné, aime ciné, cherche F 25-40 ans, pour amour et plus. 650137

SI TU RECHERCHES UN GARS COOL...

Lavallois, 37 ans, 6', 175 lb, chev et yx bruns, app agréable, mature, respectueux, aime ciné, cherche F 25-45 ans, pour amour et plus. 522163

BLEU COMME LE CIEL

Mt 30s, 5'5", poids prop, chev châtain, yx verts, belle app, souriant, genti, aime sports, activités culturelles, cherche F épanouie, pour amour et plus. 10723

RONALD EST BOHÈME

49 ans, professionnel, aime plaisirs charnels et intellectuels, cherche F prête à se livrer dans joie et rire. 10678

JOYEUX, VIVANT ET DE BONNE COMPAGNIE

Mt, 50 ans, 5'11", 159 lb, chev et yx bruns, belle app, respectueux, passionné, aime sports, cherche F 35-49 ans, pour amour et plus. 220657

## SAMEDI

## SAVEURS

C'EST LE TEMPS DES PETITS FRUITS: CERISES, FRAISES, FRAMBOISES, MÛRES, GROSEILLES, BLEUETS. SI LES MEILLEURES CONFITURES SE FONT AVEC LES MEILLEURS FRUITS, IL N'Y A PAS QUE LES CONFITURES: IL EXISTE AUSSI UNE FOULE DE RECETTES À FAIRE AVEC CES PETITS FRUITS, QU'IL FAUT LE PLUS POSSIBLE SAVOURER À LA TEMPÉRATURE AMBIANTE.



Groseilles à maquereau. Il est suggéré de ramasser les fruits tôt le matin ou en fin d'après-midi.

PHILIPPE MOLLE

## Petits fruits: vive l'été!



Philippe Mollé

**J'** aime l'été, pas seulement pour les longues et chaudes journées que la saison nous offre mais aussi pour la beauté des étals des marchés publics. Le rouge est prédominant et inonde de beauté. C'est le temps des petits fruits.

Pendant trois mois, on peut ainsi déguster cerises, fraises, framboises, groseilles, mûres et bleuets. Ces petits fruits qu'on qualifie trop souvent de fruits des champs poussent aussi en serre. Tout l'été, je vous ferai découvrir les marchés de Montréal ainsi que ceux des quartiers et de la grande banlieue. De plus en plus populaires, ces marchés retrouvent avec bonheur la place qu'ils avaient perdue. Les supermarchés, sentant l'intérêt croissant de la population pour les marchés publics, essaient à leur façon de combattre ce regain mais n'arriveront jamais à transmettre la vie ou la passion d'un producteur comme Jacques Rémillard, au marché Jean-Talon, qui sait communiquer son engouement aux consommateurs.

### Que faire avec les petits fruits?

Il n'y a pas que les confitures: il existe aussi une foule de recettes à faire avec ces petits fruits, qu'il faut savourer le plus possible à la température ambiante. Le problème se pose lorsque la chaleur perdure. Les fruits s'altèrent alors très rapidement. Il est donc préférable de les acheter en petites quantités. La cerise de France, en réalité de Washington, est disponible et compte parmi les meilleures, tout comme la cerise dite Raignier, ou cerise blanche. Ces cerises peuvent se conserver au frais pendant plusieurs jours ou encore se congeler une fois dénoyautées. Que peut-on en faire? Des coulis, des gâteaux, des sorbets ou, pour les plus ambitieux, un canard aux cerises. Restent alors les confitures ou les cerises à l'eau-de-vie. Dans un tel cas, il faut conserver le noyau et la queue dans le bocal et oublier le tout pendant six mois.

Fraises, framboises et mûres: tous ces petits fruits ne sont pas issus des mêmes variétés. Leur teneur en sucre, leur consistance et leur goût peuvent varier. Insistez auprès de votre producteur pour connaître la variété vendue, même si cela est parfois difficile. Par exemple, les fraises Jewel ou Chambly n'offrent pas le même pourcentage d'eau ni de sucre et peuvent influencer tant sur votre recette de confitures que sur la confection de vos tartes.

Les framboises et les mûres qui arriveront bientôt, tout comme les fraises, peuvent fort bien se congeler et doivent être traitées rapidement après l'achat ou la cueillette. On les lave avant de les équeuter, puis on les assèche avant de les déposer sur une plaque ou un plateau au congélateur. Après 24 heures, il



Des fraises bonnes à croquer...

PHILIPPE MOLLE

suffit de les conserver dans de petits sacs à glissière et de les identifier. Vous serez contents de les retrouver à Noël ou pendant l'hiver pour agrémenter de longues journées sans soleil.

Pour les personnes qui pratiquent l'autocueillette, il est suggéré de ramasser les fruits tôt le matin

ou en fin d'après-midi. Une façon de se débarrasser des petits insectes à l'intérieur des framboises ou des mûres consiste à utiliser une cuillerée à thé de vinaigre ou de jus de citron pour cinq litres d'eau. Les fruits doivent impérativement être asséchés par la suite.

Les bleuets, maintenant. On les

aime petits, même si le marché actuel propose de plus en plus des variétés à gros grains. Les petits bleuets de l'Abitibi ou ceux du Lac-Saint-Jean arrivent plus tard en saison et se consomment nature, avec de la crème ou du yogourt, sans parler des fameuses tartes.

### Confitures

Les meilleures confitures se font avec les meilleurs fruits. N'hésitez pas un instant à prendre les fruits les plus beaux, gorgés de soleil et bien mûrs, pour faire vos confitures. Les fruits légèrement marqués ou abîmés doivent servir aux compotes ou aux coulis, à consommer immédiatement. Après les bleuets, il reste les cerises de terre et le plaisir de savourer vos cueillettes de l'été plusieurs semaines durant.

La semaine prochaine, je vous invite au marché Maisonneuve, où je vous ferai partager ma passion pour les huiles de fines herbes.

Philippe Mollé est conseiller en alimentation.



C'est le temps des petits fruits!

PHILIPPE MOLLE

### La recette de la semaine

## Pain grillé à l'ail, à l'huile d'olive, au jambon cru et à la tomate

- 4 belles tranches de pain de campagne  
- 45 ml d'huile d'olive avec beaucoup de goût (comme la picholine)  
- 4 tranches de jambon Serrano ou de Parme, tranché finement  
- 2 gousses d'ail frais  
- 2 tomates mûres  
- 8 feuilles d'estragon

Faites griller le pain des deux côtés, puis frottez-le avec les gousses d'ail. Arrosez d'huile d'olive et disposez sur le dessus les dés de tomate mélangés avec l'estragon.

Terminez avec les tranches de jambon cru et consommez en entrée avec un bon rosé ou un vin léger.

### GASTROSCOPIE

#### Chants de marins et gastronomie à Saint-Jean-Port-Joli

Nouvelle mouture du fameux Festival des chants de marins à Saint-Jean-Port-Joli, qui se déroulera les 19, 20 et 21 août. De nombreux artistes se produiront pour

l'événement sous la présidence d'honneur de Jacques Gingras. Avec quatre chefs invités, Pierre Waters propose un menu de la mer le samedi 20 août sous le grand chapiteau.

Renseignements: ☎ (418) 598-9993.

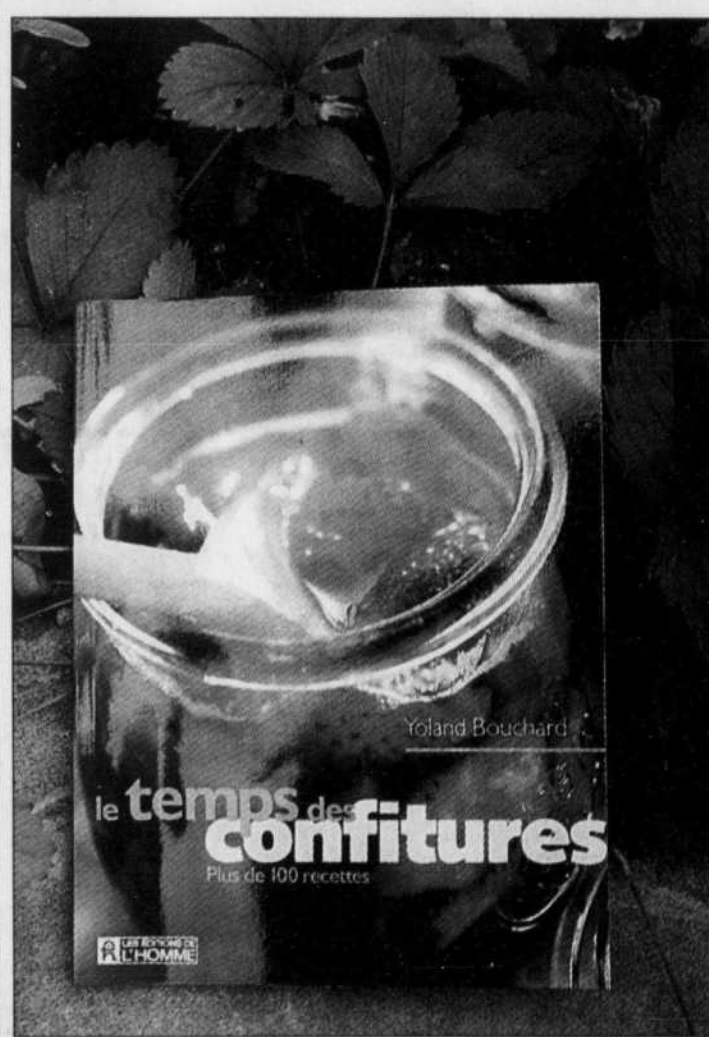
#### L'aventure gourmande dans les Laurentides

L'aventure au bout de la fourchette: c'est ce que proposent les membres de «Par monts et délices», qui répondent à un cahier des charges très strict définissant ainsi cette route gastro-

nomique. Restaurants, boutiques ou producteurs attendent convives et gourmets. Quatorze entreprises répondent à une demande qui dépasse largement la région.

Renseignements: [www.montsetdelices.com](http://www.montsetdelices.com) ou ☎ (819) 688-7335.

### BIBLIOSCOPIE



#### LE TEMPS DES CONFITURES

Yoland Bouchard  
Éditions de l'Homme  
2005, 113 pages

Ne cherchez pas les photographies, il n'y en a pas. Ce petit livre bien sympathique offre

tout ce qu'il faut pour réaliser vos gelées de fruits ou vos confitures.

Si, comme moi, vous ne savez plus quoi faire de votre menthe envahissante, voilà une belle façon de l'utiliser avec la recette de gelée de menthe au vin blanc, une des 100 recettes proposées dans l'ouvrage.

LES  
**ARTISANS**  
DE LA TABLE

*Marché* **Jean-Talon**



**CHEZ NINO**  
Le fruit de 35 ans d'expérience

Oh! qu'ils sont beaux mes melons,  
Oh! qu'ils sont beaux...

**MELONS DE CAVAILLON**  
et 12 autres variétés de melons  
sucrés et juteux

Marché Jean-Talon (514) 277-8902

Pour annoncer dans ce regroupement,  
contactez Micheline Ruelland au 514-985-3457

# JARDINS

## Des idées dans le jardin des voisins



PHOTOS JEAN-CLAUDE VIGOR

Dans le jardin Daniel A. Séguin, un petit pont qui pourrait vous mener vers un petit coin de paradis terrestre.



Jean-Claude Vigor

Un chapeau de paille, peut-être une belle canne, l'appareil photo, le trépied, les jumelles, les sacs Ziploc au cas où il y aurait de quoi enrichir mon jardin, un Arsène Lupin ou le sac de Louis de Funès dans *L'Aile ou la Cuisse*, sans oublier le pique-nique: le saucisson lyonnais, la ficelle 24 heures, le beurre non salé et le camembert au lait cru. Ah! j'ai oublié l'essentiel: le beaujolais-village et la rincette de calva. Maintenant, je suis prêt à faire ce que j'aime probablement le plus dans la vie: visiter de beaux jardins et placoter avec des jardiniers.

Le Guide des jardins, à visiter au Québec, par ailleurs très bien écrit par Julie Boudreau, m'a convaincu d'aller visiter ou de revisiter certains d'entre eux. J'en ai inscrit plusieurs dans mon

agenda pour cet été. En voici quelques-uns.

■ Les Jardins de la Sagi-Terre à Saint-Charles-de-Mandeville. «C'est le paradis de la plante inconnue et mystérieuse. Ici, rien n'est banal [...]. Les phytolaques de l'Himalaya côtoient les cierges d'argent de plus de trois mètres de hauteur. Bien intégré à son environnement, ce jardin glisse naturellement vers le paysage sauvage.»

■ Les Jardins des curiosités à Saint-Ours: «C'est un jardin qui bouge et qui change. Au total, on peut y apprécier plus de 800 espèces et cultivars de plantes vivaces, tous numérotés. La visite se fait accompagnée d'un livret d'identification [...]. [On se rend compte qu'il est possible de] cultiver sans se ruiner car la majorité des végétaux qui font leur entrée dans le jardin sont issus de semis.»

■ Le Jardin de Jean-Pierre à Sainte-Christine: «Créé dans les années 80, en même temps que la pépinière, le jardin présente des centaines de spécimens de conifères à leur taille adulte, accompagnés d'arbustes et de plantes vivaces.»

■ Le Domaine Joly-de Lotbinière à Sainte-Croix: «Dès l'arrivée, on reconnaît les caractéristiques typiques d'un jardin de l'époque pittoresque, qui s'est étendue de 1820 à 1860. [...] Une

vieille épinette de près de 140 ans, dont l'une des branches qui pendait au sol a fini par se marcotter et s'enraciner pour créer une seconde plante [...], est une des vedettes du jardin.»

Puisque charité bien ordonnée commence toujours par soi-même, je vous invite à visiter ou à revisiter le jardin Daniel A. Séguin, lieu d'apprentissage des élèves du département d'horticulture de l'Institut de technologie agroalimentaire, campus de Saint-Hyacinthe. Cette année, un groupe d'élèves a conçu et réalisé l'Eco-Jardin. C'est à voir.

Malgré les 16 jardins thématiques qui composent ce jardin, c'est dans un petit coin caché sous un conifère surplombant l'humble maison de thé du jardin d'inspiration japonaise réalisé par Milan Havlin que je rêve au son du shishi-odoshi à la princesse Kono-han-no Sakura-Hime, celle qui donna son nom à la cerise.

♦ ♦ ♦

Vous aimeriez que je traite d'un sujet en particulier? Vous désirez que je réponde à votre question? Vous acceptez que le jardinier prenne son temps? Écrivez-moi!

jean-claude.vigor@mapaq.gouv.qc.ca



C'est dans un petit coin caché sous un conifère surplombant l'humble maison de thé du jardin d'inspiration japonaise réalisé par Milan Havlin que je rêve au son du shishi-odoshi à la princesse Kono-han-no Sakura-Hime, celle qui donna son nom à la cerise.

### La semaine du jardinier

■ Samedi 9 juillet, Sainte-Amandine. Faites d'une pierre deux coups: visitez le Jardin Daniel A. Séguin et participez aux encans d'antiquités à midi, aujourd'hui et demain. Jardin Daniel A. Séguin, en face de l'ITA, 3215, rue Sicotte, Saint-Hyacinthe. Autoroute 20, sortie 123. Internet: [www.itash.qc.ca/jardindas](http://www.itash.qc.ca/jardindas). Stationnement gratuit. Prix d'entrée: 5 \$.

■ Dimanche 10 juillet, Saint-Ulrich et Sainte-Félicité. Avis aux amateurs de voitures anciennes: toujours au Jardin Daniel A. Séguin, il y a une exposition de voitures anciennes datant de 1900 à 1939 de 13h à 16h. Le jardin est ouvert de 9h à 17h. Prix d'entrée: 5 \$.

■ Lundi 11 juillet, Saint-Benoît et Saint-Savin. Il y a 25 millions d'années, des magnolias fleurissaient au Groenland, qui signifie d'ailleurs «terre verdoyante»...

■ Mardi 12 juillet, Saint-Olivier. L'olivier est un symbole de paix depuis que la colombe, remise en liberté par Noé après les grands troubles du déluge, est revenue tenant un rameau d'olivier dans son bec. Faute de pouvoir cultiver l'olivier

(*Olea europaea*) dans nos jardins, le magnifique olivier de Bohême (*Eleagnus angustifolia*), au feuillage gris argenté, fera bonne figure au plein soleil dans un sol léger, légèrement alcalin et sec.

■ Mercredi 13 juillet, Saint-Henri et Saint-Joël. Allez, joyeux anniversaire, mon cher Joël Le Bigot! N'oubliez pas de butter légèrement les poireaux, de tuteurer les plants de tomates, d'arroser le fenouil et de surveiller les bibittes à patates!

■ Jeudi 14 juillet, fête nationale des Français. Aujourd'hui, le jardinier fait relâche. Pétaque, pétaque et re-pétaque ou, en cas de pluie, belote, belote et dix de der...

■ Vendredi 15 juillet, Saint-Donald. Le lendemain de la veille. Alors, soupe au chou cabus, chou mariné et choucroute. «Si, dans un repas, vous désirez boire largement et manger avec appétit, mangez auparavant des choux crus, confits dans le vinaigre, et autant que bon vous semblera, mangez-en encore après le repas. Le chou entretient la santé.» — Caton l'Ancien, 234-149 avant Jésus-Christ.

### Belle américaine cherchant place au frais

«Belle américaine cherche place au frais.» Non, ce n'est pas une petite annonce désespérée d'une starlette sudiste aux formes de Vénus callipyge souffrant de la chaleur: il s'agit plutôt — hélas — de cette éblouissante légumineuse originaire du comté de Santa Cruz, à San Francisco.

Remarquez que cette belle remonte sans cesse la côte du Pacifique pour s'installer en Colombie-Britannique. Mais à l'occasion, elle ne dédaigne pas non plus les prairies humides et tourbeuses à l'intérieur des terres jusqu'au Nevada.

Vous avez deviné, je crois: oui, il s'agit bien du lupin (*Lupinus polyphyllus*), ce grand précurseur des grands lupins cultivés pour nos jardins.

Certains lupins américains, sous la pelle hardie d'horticulteurs esclavagistes, furent transplantés dans les terres de Sa Majesté en Grande-Bretagne vers 1826. Puis, hélas, ils furent un peu oubliés...

Le jardinier de Mme Michlethwaite à York, George Russell, commença à les cultiver de façon sérieuse mais en fit surtout une sélection très rigoureuse. Chaque année, il ne conservait que les graines des plants les plus beaux, qu'il ressemait ensuite. C'est grâce à ce jardinier talentueux et perspicace que nous connaissons le lupin «Limelight» à fleurs jaunes ainsi que le remarquable lupin «Vogue» bleu et blanc.

À compter de 1937, ces lupins ont été reconnus et appréciés à travers le monde sous le nom de lupins Russell.

Les frères Woodfield ont poursuivi le travail de Russell et

se sont illustrés par les cultivars «La Châtelaine», «Magnificence», «My Castle» et plusieurs autres.

Dans les jardinerie et chez les producteurs de plantes vivaces, vous pourrez trouver des lupins Russell.

Mais voilà que cette conquête se transforme en un petit drame. En effet, ces lupins (comme moi, d'ailleurs) souffrent de la chaleur! Dans toute la grande région de Montréal, il faut hélas abandonner cette somptueuse vivace qui peine à survivre à la chaleur.

Pendant des années, je me suis acharné à leur donner toutes les conditions requises, allant jusqu'à couvrir le sol de glaçons lors des journées de canicule. Rien n'y a fait. La région se réchauffe par la pollution que nous engendrons.

Vous devinez donc mon bonheur quand, au détour d'un chemin, faisant route vers le nord-est, je tombe sur un plein massif de lupins *Lupinus polyphyllus* échappés de culture, libres d'envahir fossés et champs abandonnés!

À deux pas du ruisseau Jurieux, dans Charlevoix, près de La Malbaie, on peut admirer ces lupins libres, échappés de culture.

Les lupins aiment les étés frais, un sol bien drainé, légèrement acide, sableux mais surtout sans fumier azoté. Il ne faut pas les laisser former leurs graines. À la fin de la floraison, coupez la hampe florale le plus bas possible. Si vous désirez récupérer des semences, sélectionnez les plus beaux plants et ne conservez que ceux-ci pour récupérer les graines.

### Le livre de la semaine

Je me souviens très bien de cette étudiante en horticulture, cette «bibitte» curieuse et joyeuse, maintenant diplômée depuis plus de dix ans de l'Institut de technologie agroalimentaire de Saint-Hyacinthe. Comme vous le savez peut-être, voilà plus de 25 ans que j'enseigne l'horticulture dans cette institution.

Diplôme d'horticulture en poche, Julie Boudreau a en effet participé à la construction des Grands Jardins de Normandin et a été horticultrice pour les jardins du Casino de Montréal. Elle nous invite à visiter 90 jardins

au Québec. Certains sont bien connus, comme le fabuleux Jardin botanique de Montréal, mais d'autres le sont hélas trop peu. Comme vous le savez, les jardins sont des œuvres fragiles, changeantes, qui réclament l'inlassable travail des jardiniers pour notre émerveillement.

#### GUIDE DES JARDINS À VISITER AU QUÉBEC

Julie Boudreau  
Éditions Bertrand Dumont  
2005, 220 pages, 24,95 \$



À deux pas du ruisseau Jurieux, ces lupins libres, échappés de culture, dans Charlevoix, près de La Malbaie.