

Ski-SE-Dit.info

Le journal communautaire de Val-David et ses environs
AOÛT 2015 – Vol. 41, n° 7 – 20 pages



Vivre à Val-David EST UN ART AUX MULTIPLES FACETTES

Minerva Ayon, du Mexique, aux Jardins du précambrien. Lire page 10. – Photo : Suzanne Lapointe



Chloé Sainte-Marie invitée cette fin de semaine aux Jardins du précambrien. Lire page 10.



Elle fait ses courses au Marché. Elle participera sans doute aussi à la Course aux trésors du Marché le 15 août. Lire page 2.



À lire page 13
Le clin d'oeil
municipal



Connaissez-vous Azote?
Il rigole, ce poney nourri
aux fines herbes!
Lire page 12.

Depuis 41 ans avec passion

www.mazdavaldavid.ca

MAZDA 3 GX 2015

D4XK65-AA00



64 \$ / 2 SEM.

Location 36 mois - 20 000 km/an
COMPTANT DE 769\$

MAZDA



PROGRAMME
POUR DIPLOMES

PROGRAMME
NOUVEAUX
PROPRIETAIRES
SIMPLE ET FACILE

VAL-DAVID



* Taxes et frais exclus; transport et préparation inclus.

On s'occupe de vous!

1004, Route 117, VAL-DAVID
(près du Petit Poucet)

819 322-3937
SF 1 877 322-3937



VENTES OUVERT LE SAMEDI



AU COEUR DU VILLAGE ET DES GENS !

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

RABAIS EN MAGASIN

*OFFRE
à ne pas
manquer*

4^e GRATUIT

À l'achat de 3 paquets de
SAUCISSES MAISON
saveurs variées

Sur présentation de ce coupon

* La gratuité sera appliquée sur le paquet au prix le plus bas

Ce coupon est valable
seulement chez votre marchand
Metro Dufresne de Val-David

Un coupon par achat
Expiration : 15 août 2015

RABAIS EN MAGASIN

Marché d'été



Ils se sont arrêtés pour admirer les très beaux produits de la Ferme des Petits Cailloux. De g. à dr. : Raymond Auclair, administrateur, et Michel Trotter, directeur général à la Caisse Desjardins de Sainte-Agathe-des-Monts; la mairesse Nicole Davidson et Bernard Généreux, directeur général de la Municipalité de Val-David; Diane Seguin et Nathalie Courville, respectivement directrice générale et présidente du conseil d'administration de l'OBNL qui dirige le marché.

Un marché d'été sans pareil

Tous ceux qui le fréquentent tous les samedis vous le diront : il y a là une atmosphère de tonnerre. La raison en est bien simple, tout le monde aime les bonnes choses à manger, et le Marché d'été de Val-David offre le plus grand choix qu'il soit de produits alimentaires de toute première qualité, voire exceptionnels.

La course au trésor du Marché d'été

À l'occasion de la **Semaine des marchés publics du Québec**, qui se tiendra cette année du 14 au 23 août, Diane Seguin propose aux clients du marché de Val-David de gagner jusqu'à cinquante prix en... espèces consommables et délectables, les samedis 15 et 22 juillet. Il suffira aux visiteurs de faire l'achat d'un produit pour avoir accès au tirage. Nos marchés, ce trésor national, ont un de leurs plus beaux fleurons rue de l'Académie, à Val-David. Profitons-en! Info plus : www.marchedetete.com

LE DINER des chefs

LA COMMUNAUTÉ SOUTIEN SON JOURNAL

Deux grands diners gastronomique des Amis du journal, dont l'essentiel des revenus iront au financement du plus ancien journal communautaire au Québec.

Le dimanche 27 septembre 2015, à 11 h 30

à La Table des Gourmets

2353, rue de l'Église, Val-David

aux fourneaux : les chefs Thierry Rouyé, restaurant la Table des Gourmets, Jason Bowmer, restaurant Les Zèbres, Bruno Léger, restaurant Recto/Verso (Sainte-Adèle).

Places : 75\$ par convive.

Le dimanche 25 octobre 2015, à 11 h 30

à La Table des Gourmets

2353, rue de l'Église, Val-David

aux fourneaux : les chefs du restaurant Le Baril Roulant, Thierry Rouyé, restaurant la Table des Gourmets, Jason Bowmer, restaurant Les Zèbres, Bruno Léger, restaurant Recto/Verso (Sainte-Adèle).

Places : 75\$ par convive.

On peut se procurer dès maintenant les billets no 1 à 30 pour le 27 septembre, et no 31 à 60 pour le 25 octobre, auprès de Suzanne Lapointe 819 322-7678 ou dans l'un des restaurants des chefs participants.

LE JOURNAL
Ski-SE-Dit
DEPUIS 41 ANS avec PASSION
Le journal communautaire de Val-David et ses environs

2496, rue de l'Église, suite 200
Val-David (QC) J0T 2N0
Téléphone : 819 322-7969
Courriel : ski-se-dit@cgocable.ca
Site Internet : ski-se-dit.info

LISEZ VOTRE SKI-SE-DIT EN LIGNE!
TAPEZ : ski-se-dit.info

Lisez « Entre les lignes », une page exclusivement disponible sur le site Internet.

Année de fondation du journal *Ski-se-Dit* : 1973
Premier rédacteur en chef : Guy Leduc

Conseil d'administration :

Suzanne Lapointe, présidente
Louise Duhamel, vice-présidente
Lucie Dufresne, trésorière
Jean-Patrice Desjardins, secrétaire

* M. Bourque s'est retiré du conseil d'administration du journal le 3 avril dernier.

Chroniqueurs et invités :

Jocelyne Aird-Bélanger
Gilles Bourret
Robert Clément
Louise Duhamel
Isabel Desgroselliers
Isabelle Gauthier
Suzanne Gohier
Martine Lavallée
Antoine Landry
Gilles Matte
Marie-France Pinard
Jacques Rivard
Dr Charles St-Pierre
Sophie Soliman
Marie-Andrée Trudeau

Merci à nos collaborateurs, à nos reporters et à nos membres de soutien.

Rédacteur en chef : Michel-Pierre Sarrazin
Révision linguistique : Maryse Froment-Lebeau
Mise en page : Pixel Créatif 819 216-1436
Impression : Hebdo Litho
Coordination publicité : Michel-Pierre Sarrazin
Livraison commerciale : Agnès Guay, Louis Sarrazin
Webmestre : Jean-Patrice Desjardins
Pour toute réservation publicitaire : 819 321-9269 ou par courriel à l'adresse ci-dessus.

Vous voulez être publié-e?

Suivez ces instructions : envoyez votre texte de moins de 500 mots en format Word 12 points, police Times ou Times New Roman sans mise en page excessive, ni bordures, ni trames. Vous augmentez ainsi vos chances que votre texte soit choisi... Pour les photos, rappelez-vous : une bonne ou haute définition augmente la qualité de la reproduction. Merci de votre collaboration.

PROCHAINE DATE LIMITE POUR ENVOYER PHOTOS ET TEXTES : 17 août 2015

Note : la date de tombée est la date limite pour nous faire parvenir vos textes et photos (ne pas envoyer de courriels plus lourds que 3 meg, ils seront automatiquement rejetés).

PROCHAINE PARUTION :
10 septembre 2015

VOICI LES 93 POINTS DE DISTRIBUTION DANS LA RÉGION OÙ VOUS POUVEZ TROUVER UN EXEMPLAIRE PAPIER DE VOTRE JOURNAL *SKI-SE-DIT* : Val-David • Auberge du Vieux Foyer • Auberge Le Creux du Vent • Auto Valeur Val-David • Bibliothèque de Val-David • Bio Sathva • Bistrot C'est la Vie • Bistro des artistes • Bistro Général Café • Bistro Le Mouton Noir • Bistro Plain Air • BMR Eugène Monette Inc. • Boutique Jeux Après-Ski • Brasserie et bistrot Le Baril Roulant • Bureau touristique La Petite Gare • Chalet Anne-Piché • Chalet Chanteclerc • Caisse Desjardins, succ. Val-David • Casse-Croûte du Parc • Centre d'exposition la Maison du Village • Chiropraticien, Dr. Charles St-Pierre • Clinique dentaire Dr Pitt • Coiffure Rita • Dépanneur Couché-Tard • Dépanneur des Vals Ultramar • École St-Jean-Baptiste • Fruits et légumes Val-David • Garage B. Grill et Fils Inc. • Herboristerie La Chef des Champs • Institut de Beauté Marie-Denise Tremblay • Magasin Général • Mairie de Val-David • Kilomètre 42 • Lavoir Val-David • Lézards Loco • Marchés d'été et d'hiver de Val-David • Mazda Val-David • Metro L. Dufresne et Fils • 1001 Pots • Pharmacie Familiprix Charland et Segard • Re/Max Étienne Savard • Restaurant Clémentine • Restaurant La Table des Gourmets • Restaurant Le Villageois • Restaurant l'Express Olié • Restaurant Jack Rabbit • Restaurant O Cèdre • Restaurant Le Petit Poucet • Restaurant Tim Horton's • Restaurant Station Val-David • Restaurant Subway • Rock & Ride • Simon Grouin, chirurgien dentiste • Soupes et desserts • Sous toutes les coutures • Toyota Ste-Agathe • Les Voiles Nord Sud • Yann & Cie • Sainte-Agathe-des-Monts • Bibliothèque Gaston-Miron • Bureau du Député Claude Cousineau • Bureau touristique Sainte-Agathe-des-Monts • Caisse populaire Desjardins • Centre de jardin La Jardinière • Couleur Café • Hyundai Ste-Agathe • La Colombe • Le Pommier Fleuri • Notaires Léonard, Page, Chailfoux, Piché • Metro Ste-Agathe • Pavillon Philippe-Lapointe, CSSS • Pharmacie Brunet • Restaurant des Monts • Restaurant Julio • Restaurant La Gourmandine • Restaurant La Maison 1890 • S. Bourassa Liée fruits et légumes • Taci • Sainte-Adèle • Clinique médicale Ste-Adèle • IGA Ste-Adèle • Optique Expert du Nord • Pharmacie clinique médicale • Pixel Creatif • Restaurant Coeur de Provence • Val-Morin • Bibliothèque • Boulangerie Aux Trois levains • Ca's pizza • Marché Ladouceur • Municipalité de Val-Morin • Restaurant de la Petite Gare.

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

ATTENTION : Ne pas envoyer de courriels de plus de 3 meg S.V.P.

Fonds de stabilisation et de consolidation des arts et de la culture du Québec

Le *Ski-se-Dit* reçoit l'appui du ministère de la Culture et des Communications.

Journal membre de

AMECQ
ASSOCIATION DES MEDIAS ÉCRITS
COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

Cirage certifié
AMECQ

DEPUIS AVRIL 2015, LE JOURNAL EST DISTRIBUÉ PAR PUBLI-SAC, EN PLUS DE LA DISTRIBUTION EN VRAC DANS LES ENDROITS HABITUELS. L'HORAIRE CI-JOINT EST SUJET À CHANGEMENTS. VÉRIFIEZ TOUJOURS LA PROCHAINE DATE DE PARUTION EN PAGE 2 DU JOURNAL POUR ÊTRE À JOUR.

TOMBÉE (Date limite pour recevoir votre matériel en fonction de la prochaine parution)	DISTRIBUTION Publi-sac et kiosque
21 sept.	15 oct. 2015
RELÂCHE (le journal n'est pas publié en novembre)	
16 novembre 2015	10 décembre 2015
25 décembre 2015	21 janvier 2016
18 janvier 2016	11 février 2016

Si vous désirez que vos communiqués ou annonces soient publiés dans notre journal, vous devez tenir compte des dates de tombée (date limite pour nous envoyer votre matériel, toujours indiquée en page 2 du journal). Certains frais peuvent être exigibles (voir grille de tarification). Cette grille annule et remplace la grille des parutions précédentes. Valide à compter du 26 janvier 2015.



2489, rue de l'Église, local 102, Val-David J0T 2N0

Réservations par téléphone seulement | 819.320.0899

www.bistroartistesvaldavid.com

www.lesjeux.ca

Chère citoyennes et citoyens de Val-David,

Notre boutique a ouvert ses portes en juin 2010, avec une centaine de produits seulement, de grande qualité, il faut bien le dire. Aujourd'hui, nous vous offrons pas moins de mille produits différents et cette croissance formidable, c'est à vous que nous la devons.

Merci de tout cœur. Nous vous invitons donc à nous rendre visite cet été pour célébrer notre cinquième anniversaire et pour profiter de nos diverses promotions / tirages. Nous sommes là pour vous, avec plaisir et passion.

Affectueusement,
Diana et Laetitia
Des jeux, plus que des jeux, encore des jeux

Merci!



Boutique de
jeux et jouets

1175 rue de la Sapinière,
Val-David 819-322-2205



Donnez une chance à nos 7 000 lecteurs de vous connaître... Prenez une publicité dans notre beau journal!

Info : 819 322-7969 | ski-se-dit@cgocable.ca

Le
**Rouge
Tomate**

Trouvez nos sauces
à nos points de vente



**YANN
& CIE**
METS CUISINÉS
POUR EMPORTER



&
à Montréal
**HERITAGE
MÉTAMAT**

Sainte-Agathe

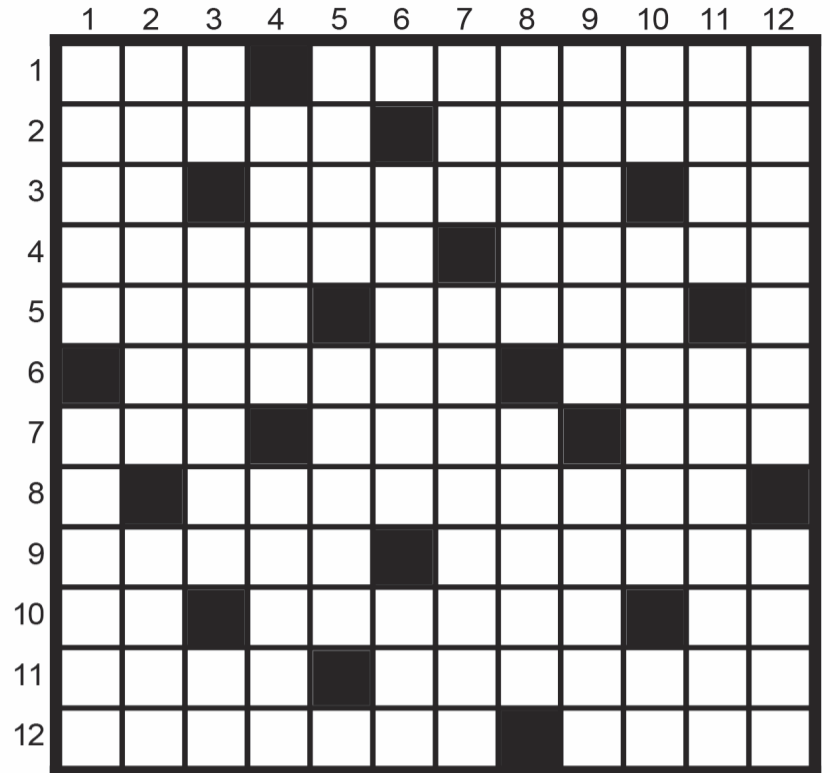
7, avenue de l'Église
Saint-Sauveur-des-Monts
QC J0R 1R0
Tél. : 450.227.3883

2035, rue Amherst
Montréal
QC H2L 3L9
Tél.: 438.382.7007

www.lerougetomate.com



EXCLUSIF - mots croisés
Auteur: Pierre L. Mongrain
Info: verbierniciste@gmail.com
Solution p. 4



Horizontalement

- Bécot - Auteur littéraire.
- Fisc - Fruit de l'amandier.
- Fréquence radio - Canot pneumatique - Europium.
- Impitoyable - Caillou.
- Impulsion - Partie du théâtre.
- Sans dents - Cuisine mexicaine.
- Mise en ordre - Enduit de graisse - Ce qui est donné.
- Risquer.
- Envoi postal - Blocage de l'urine.
- Iridium - Dépouiller - Préfixe.
- Individu quelconque - Vagabondage.

Verticalement

- Rayé - Implicite.
- Mêler - Antilope.
- Case postale - Relatif au radius - Polypropylène.
- Gaz bleuté - Éviter un objet.
- Tête de rocher - Acte de pensée.
- Destinée - Crêpe vietnamienne.
- Rayon - Animal mythique.
- Représentation - Récepteur.
- Libre - Relatif à la campagne.
- Année - Meneur d'hommes - Nickel.
- Opinion - Tenace.
- Particule élémentaire neutre - Lieu de délices.



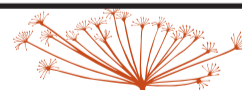
- Forêt environnante aménagée et protégée
- Maisons bioclimatiques sur mesure
- Visite de maison modèle sur rendez-vous

Maison modèle en construction



Entrez dans la modernité

www.ecodomaine.ca | 450.228.2255



Soli Terre
créateur de paysages

Gilbert Dionne
créateur de paysages
819-322-2876



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

www.soliterre.ca ■ info@soliterre.ca

Joindre chaque mois nos 7 000 lecteurs pour 1 cent par lecteur, c'est payant. C'est aussi une façon de faire savoir à la communauté de Val-David que vous êtes là pour tout un chacun.

céramiques . marbres . ardoises . mosaïques

cera-mosa
COMPTOIR DE GRANIT

R.B.Q. : 8280520118

Michel Lavallée
1615, Rte 117, Val-David (Québec) 819-322-3332

Du 14 au 23 août 2015
C'est la Semaine des Marchés Publics au Québec
Mangez pour vrai...
en achetant tout naturellement
des produits locaux santé
www.marchedete.com

ATELIER - BOUTIQUE

SOUS TOUTES LES
COUTURES

Lise Catafard

- Retouches et altérations de vêtements
- Cours de couture

1857, route 117, Val-David (Qc) J0T 2N0 819 322-1297
www.soustouteslescoutures.com

ASSEMBLÉE NATIONALE
QUÉBEC

Claude Cousineau
Député de Bertrand

Président de la Commission de l'économie et du travail
Porte-parole de l'opposition officielle en tourisme

197, rue Principale Est, bureau 101
Sainte-Agathe-des-Monts, Québec J8C 1K5
tél.: 819-321-1676 sans frais: 1-800-882-4757
télé.: 819-321-1680 | ccousineau-berr@assnat.qc.ca

CPA ORDRE DES COMPTABLES
PROFESSIONNELS AGRÉÉS DU QUÉBEC

Anne Monette, CPA

États financiers • Impôts • Tenue de livres

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

#1 Local et longue distance •
Service rapide et courtois •
Service aéroport •
Livraison de colis •

819-322-6182
TAXI DES VALS
VAL-DAVID • VAL-MORIN

Réservation transport adapté
Sans Frais : 1-888-322-6182

www.taxidesvals.info

RESTAURANT

Atmosphère conviviale
Cuisine familiale faite maison
Pizza au four à bois
Table d'hôte le midi (mardi au vendredi)
WI-FI

OUVERT du mardi au dimanche dès 11h

2481, rue de l'Église, Val-David
819 322-3104

Jack Rabbit

Donnez une chance à nos
7 000 lecteurs de vous connaître...

Prenez une publicité dans notre beau journal!

Info : 819 322-7969 | ski-se-dit@cgocable.ca

SOLUTION
mots croisés

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

PIXEL Créatif

1332, boul. Sainte-Adèle
Suite 120, Sainte-Adèle
T : 450 229-0395
C : 819 216-1436
pixelduocreatif@gmail.com

Infographie | Imprimerie | Impression numérique | Lettrage
Broderie | Sérigraphie | T-Shirts | Produits promotionnels

COIFFURE

Rita Service personnalisé pour Elle et Lui

Schwarzkopf PROFESSIONAL
BIOLAGE
LANZA
MOROCCANOIL

Certificat-cadeau

2507, de l'Église, Val-David (Face au Métro)
819 322-5858
Heures d'ouverture
Mardi à jeudi 9h à 18h | Vendredi 9h à 20h | Samedi 9h à 16h

Vous avez un dentiste qui s'occupe de votre hygiène dentaire

Vous avez peut-être aussi un podiatre qui soigne vos pieds

Vous avez un optométriste qui vous assure une bonne vision

Vous avez assurément un médecin de famille qui évalue votre état de santé

Mais qui s'occupe de votre colonne vertébrale?

Pour pouvoir manger, voir, marcher et s'assurer d'une bonne santé, vous devez avoir avant toute chose un **SYSTÈME NERVEUX OPTIMAL**.
Quelle structure protège ce système?
La colonne vertébrale!

« Permettez-moi de vous offrir une **SANTÉ OPTIMALE ENTRE BONNES MAINS!** »

Dr. Charles St-Pierre
chiropraticien

5-2510, rue de l'Église | Val-David, Québec J0T 2N0
819 322-5214 | www.stpierrechiropratique.com

*Toyota Ste-Agathe a le plaisir de vous annoncer
l'arrivée de Scion dans la famille.*



scion.ca



UN P'TIT NOUVEAU DANS LE QUARTIER.

Scion a créé une gamme de véhicules unique qui se distinguent par leur style et leur conception tout en présentant la qualité et la fiabilité propres à Toyota. Nous sommes donc très fiers d'apporter à votre communauté l'innovation et la passion des Scion.

Passez nous voir et faites la connaissance de la famille Scion aujourd'hui même.



xB

FR-S

tC

iM
(à venir prochainement)

TOYOTA SCION STE-AGATHE, 2330 Rte 117, Val David, QC J0T 2N0

Gilles Bourret

Le point d'information de la mairesse intitulé *Fête de famille* fut publié dans l'édition de juillet 2015.

Direction générale et ressources humaines

Le Conseil a autorisé la nomination de Mme Julie Duval au poste de responsable des communications (projet spécial) et assistante à la direction générale.

Le Conseil a autorisé la signature de l'entente avec la Commission de la santé et de la sécurité du travail (CSST) pour la constitution d'une Mutuelle de prévention. Cette entente sera signée par la Fédération québécoise des municipalités.

Le Conseil a autorisé la Municipalité à donner un mandat au Groupe Virage pour effectuer une étude en matière de développement organisationnel au coût de 15 617 \$ taxes incluses.

Greffes

Le Conseil a autorisé la Municipalité à confier un mandat à la firme d'avocats Dubé Guyot inc. pour percevoir les taxes non payés pour l'année 2014 et 2015.

Le Conseil a autorisé une modification au Règlement 652 car il y a eu un excédent de coût de 55 220 \$ qui sera pris à même les dépenses d'opération. Le coût total est donc de 1 418 775 \$ au lieu de 1 363 555 \$.

Trésorerie**Affaires courantes**

Le Conseil a ratifié le journal des décaissements du mois de juin 2015 totalisant 410 368,57 \$.

Le Conseil a ratifié des virements budgétaires de 93 668 \$ pour le mois de juin 2015.

Budget

Le Conseil a autorisé le renouvellement du contrat d'assurances pour l'escalade et le télémark auprès de la compagnie ERG inc. au coût de 2 628,50 \$ taxes incluses.

Le Conseil a autorisé les déplacements de Mmes Ghislaine Boisclair, Lynne Lauzon et Lucille Rocheleau pour assister au colloque Réseau québécois de Villes et Villages en santé (RQVVS) du 16 au 18 septembre à Salaberry-de-Valleyfield au coût de 825 \$ taxes incluses. Les frais d'hébergement et de déplacement s'ajoutent au frais d'inscription.

Le Conseil a autorisé un emprunt temporaire d'un maximum de 12 mois auprès de la Caisse populaire Sainte-Agathe-des-Monts concernant les règlements 691, 692 et 697.

Le Conseil a autorisé le paiement de la cotisation annuelle 2015-2016 à la Fondation Villes et Villages d'art et de patrimoine (VAP) au coût de 200 \$ plus taxes.

Le Conseil a autorisé le paiement de la cotisation annuelle à Réseau québécois de Villes et Villages en santé au coût de 75 \$ plus taxes si applicables.

Le Conseil a autorisé le paiement de l'adhésion annuelle à l'Association du loisir municipal Laval-Laurentides (ALMLL) au coût de 50 \$ plus taxes.

Travaux publics

Le Conseil a autorisé le paiement final de 4 285,56 \$, taxes incluses, pour le remplacement du groupe électrogène au poste Chicoine à la compagnie Les Entreprises Guy Beaulieu 2009 inc.

Le Conseil a entériné l'adjudication du contrat des travaux de pavage sur la montée Gagnon à Bélanger Asphalte inc. au coût total de 86 507,19 \$ taxes incluses.

Le Conseil a autorisé l'adjudication du contrat à Équipe Laurence inc. pour les services professionnels en ingénierie et la surveillance des travaux de voirie au coût de 17 188,76 \$ taxes incluses. Il y a eu plus d'une dizaine de soumissionnaires.

Le Conseil a autorisé le paiement final de 3 447,72 \$ taxes incluses, à l'entreprise 9088 9569 Québec inc. pour les travaux de branchements et drainage du projet du 1er rang de Doncaster.

Le Conseil a autorisé des travaux de rénovation à la bibliothèque au coût maximal de 25 500 \$ taxes incluses. Cette somme sera puisée à même le budget de fonctionnement non affecté.

Urbanisme

Le Conseil a accepté la demande de permis de lotissement faite par M. Daniel Lachaine moyennant une contribution de 2 816,67 \$ pour fins de parcs.

Le Conseil a accepté la demande de rénovation et d'enseigne au 989, Route 117.

VAL-DAVID

Assemblée du Conseil

DU 7 JUILLET 2015

Note : Je tiens à préciser que cet article n'est pas le compte rendu officiel de la Municipalité, mais un résumé des faits saillants de l'assemblée.

Le Conseil a refusé la demande de dérogation mineure faite par MM Marc-André Beaulieu et François Molini afin de permettre la construction d'un bâtiment multifamilial sur un lot de la rue de l'Église d'une superficie de 731,6 m² alors que le règlement demande une superficie de 750 m².

Le Conseil a accepté le projet d'enseigne au 2510, rue de l'Église.

Le Conseil a accepté le projet d'enseigne au 2270, rue de l'Église (Location de canots) à condition de peindre la structure de l'enseigne et d'installer les éléments décoratifs prévus au plan.

Le Conseil a accepté le projet d'enseigne sur poteau au 2483, rue de l'Église.

Le Conseil a accepté la demande de dérogation mineure faite par Mme Martine Alarie et M. Stéphane Ouellette du 968, rue des Bleuets afin de permettre la construction d'un bâtiment principal d'une hauteur de 11,70 m au lieu de 11 mètres et trois étages alors que le règlement en prévoit deux à condition de planter des arbres matures d'au moins 2 m en cour avant et de 1,5 m à deux m près de l'allée véhiculaire.

Le Conseil a accepté la demande de dérogation mineure faite par Mme Denise Normandin et M. Daniel Chartrand du 1577, rue James-Guilet afin de permettre l'empiètement d'un garage privé détaché en cour avant alors que le règlement ne l'autorise pas.

Le Conseil a reporté sa décision concernant la demande de dérogation mineure faite par Mme Andrée Dugas du 2363, rue Bastien afin de permettre l'empiètement de la piscine creusée de 4,42 mètres et la construction d'un mur de soutènement dans la rive alors que le règlement interdit toute construction dans la bande riveraine.

Le Conseil a approuvé la demande de dérogation mineure faite par Mazda Val-David du 1004, Route 117 afin de permettre une enseigne supplémentaire sur le bâtiment d'une superficie de 1,95 m² pour un total de quatre enseignes sur le bâtiment alors que le règlement autorise une enseigne sur le bâtiment.

Loisirs et Culture

Le Conseil s'est engagé à faire effectuer les modifications requises afin que le lieu d'accueil et de renseignements touristiques soit conforme aux exigences du rapport du ministère du Tourisme.

Le Conseil a affirmé son intention dans la réalisation d'un projet d'œuvre d'art extérieure permanente en 3 lieux en 2016 et de verser la somme de 2 000 \$ à la MRC à condition que celle-ci signe l'entente avec le ministère de la Culture et des Communications.

Le Conseil a accordé, dans le cadre du programme d'aide financière aux organismes et aux individus, la somme de 100 \$, sous forme de commandite, provenant du fonds général d'aide financière à Mme Agnès Guay pour le Collectif d'artistes Le Temps...Nous et 500 \$ provenant du Fonds les Abeilles à Mme Marie-Pier Parent pour l'organisation de l'épluchette de blé d'Inde au Lac Paquin le 29 août 2015. Le Conseil a entériné l'autorisation de l'usage gratuit de la salle communautaire à Cinémathèque Méliez pour un événement de levée de fonds tenue le 25 juin 2015 et il a autorisé l'usage gratuit de la salle communautaire au Club Optimiste Val-David/Val-Morin pour un événement de levée de fonds le 29 août 2015.

Le Conseil a autorisé la mairesse et le directeur général à soumettre une demande de subvention pour les projets communautaires dans le cadre du programme Nouveaux horizons pour les aînés (PNHA). Les subventions sont de 6 400 \$ pour la formation et 7 200 \$ pour l'achat d'équipements.

Dépôts

M. Bernard Généreux, directeur général, a déposé les États des activités financières pour la période se terminant le 30 juin 2015.

M. Bernard Généreux, directeur général, a déposé le procès-verbal de la rencontre du 15 juin 2015 du Comité consultatif d'urbanisme (CCU).

Il y a eu deux corrections au procès-verbal de l'assemblée du 9 juin 2015 :

- à la résolution 15-06-244, on devrait lire le lot 3 985 523 au lieu de 3 998 523;

- à la résolution 15-06-251, on devrait lire Gaétan Hogue au lieu de Gaétan Forget.

Point d'information des conseillers et de la greffière

Mme Poulin a invité les citoyens à consulter SOS Route verte pour appuyer la demande d'entretien faite au gouvernement car 27 000 personnes ont déjà signé la pétition en ligne. Elle a ajouté que le milieu doit se mobiliser pour le maintien de la Route verte. Elle a aussi mentionné qu'il y aura une consultation publique soit le 25 juillet ou le 1^{er} août au niveau de l'urbanisme du noyau villageois et que la firme APUR a déjà fait un bilan de la situation.

M. Charlebois a mentionné que la fête de la Saint-Jean avait été extraordinaire. Il y avait environ 125 personnes au spectacle de Nathalie Choquette et ensuite Félix Leroux poursuivi en chansons. Il a parlé du Programme particulier d'urbanisme (PPU) et de la rencontre de la firme APUR avec Mme Poulin pour le noyau villageois. Il a dit que la consultation publique se fera un samedi pour connaître la vision des résidents et aussi des visiteurs sur l'avenir de Val-David.

Mme Boisclair a dit qu'elle avait pris connaissance de la lettre disant que les travaux de réfection d'aqueduc et d'égout dans le secteur Alarie commenceront vers le 10 août 2015. Elle a ajouté que M. Yves Frenette, directeur des Travaux publics, a déjà rencontré des gens pour savoir où les citoyens veulent leur entrée d'eau et la connexion à l'égout de la Municipalité sur leur terrain puis elle a donné les coordonnées de M. Frenette aux personnes qui n'auraient pas encore été rejointes. Elle a terminé en souhaitant de belles vacances à tous.

Mme Paquin a rappelé l'épluchette de blé d'Inde au Lac Paquin le samedi 29 août à compter de 15 h. Le coût du billet est de 5 \$ pour les adultes et gratuit pour les enfants.

Mme Marie-Pier Pharand, greffière, a rappelé qu'une municipalité parle par résolutions du Conseil et que l'assemblée publique est une courroie de transmission avec les citoyens. Elle a précisé que son rôle est d'orchestrer l'ensemble des résolutions. Elle a ajouté qu'il faut revoir les règles de régie interne et la période de questions pour que ce soit plus souple, mais que la Municipalité ne tolérera aucun propos diffamatoire.

Période de questions

Un citoyen a demandé à quoi a servi la dépense de 12 248 \$ payée à la Société Plan de vol inc.

Mme Pharand, greffière, a répondu que ce sont des consultants pour élaborer une gestion sans papier.

Le citoyen a demandé le pourquoi de la dépense de 3 976 \$ à la firme d'avocats Duntun Rainville.

Mme Pharand a répondu que c'était un mandat spécial qui ne pouvait pas être confié à la firme d'avocats habituelle pour éviter tout conflit d'intérêt.

Un citoyen a demandé quel est le mandat donné au Groupe Virage en matière de développement organisationnel et s'il y aura un rapport.

La mairesse a répondu qu'on veut être plus productif et on cherche à connaître par où commencer. Le consultant rencontrera les employés pour voir clair et posera des questions précises dont les réponses seront confidentielles même pour l'administration. Il y aura un rapport qui sera soumis à l'automne.

Le citoyen a demandé si le rapport sera disponible.

La mairesse a répondu qu'il sera disponible en faisant la

demande en vertu de la Loi d'accès à l'information. *Le citoyen a dit que les frais d'avocats sont de 15 000 \$ pour le mois de juin, ce qui fait un total de plus de 100 000 \$ pour les six premiers mois de l'année.*

M. Généreux a répondu que les frais juridiques totalisaient environ 73 000 \$ à la fin mai. Le litige en ressources humaines se chiffrait entre 23 000 \$ et 25 000 \$. Les frais juridiques incluent les besoins des différents services dont l'urbanisme. L'arrivée de Mme Pharand va éliminer certains frais juridiques en urbanisme.

Le citoyen a rajouté qu'avec le mois de juin, les frais juridiques sont d'environ 106 000 \$ car il a préparé un tableau.

M. Généreux a répondu qu'on va rapatrier à l'interne ce qui peut l'être.

Un citoyen a demandé s'il est possible d'être avisé par internet, 24 h avant une assemblée extraordinaire.

M. Généreux a répondu qu'il s'agit d'échéance qu'on ne contrôle pas comme le renouvellement des obligations qui arrivent à terme et qu'il faut renouveler la journée où le Ministère ouvre les soumissions.

La mairesse a rajouté que le but est aussi de faire avancer les dossiers plus rapidement.

Mme Pharand, greffière, a dit que l'assemblée extraordinaire doit se tenir le 14 juillet à 13 h 30 ou plus tard car l'heure reste à préciser.

Un citoyen a demandé si c'est possible d'installer un arrêt sur la rue de l'Église à l'intersection de la rue Dion car c'est difficile de sortir de cette rue surtout le samedi.

M. Généreux a répondu qu'il va voir où en est rendue la demande déjà faite au ministère des Transports du Québec pour l'installation d'un stop à l'angle des rues Dion et de l'Église.

M. Boisvert a demandé de féliciter Mme Lynne Lauzon et M. Guillaume Beauregard pour l'organisation de la belle Fête nationale du 24 juin.

Assemblée extraordinaire du Conseil du 14 juillet 2015

Le 14 juillet avait lieu une assemblée extraordinaire à 16 h 30 pour l'adjudication d'une émission d'obligations à la suite des demandes de soumissions publiques.

La Municipalité, par l'entremise d'un courtier en valeurs mobilières, émettra des obligations au montant de 3 169 000 \$ pour un terme de cinq ans en vertu des règlements 625, 629, 528, 461, 467, 476, 504, 563, 636, 670 et 652. Le terme de cinq ans est plus court que le terme prévu dans lesdits règlements.

Il y a eu quatre soumissionnaires : Mackie Research Capital Corporation, Valeurs mobilières Banque Laurentienne, Financière Banque Nationale et Valeurs mobilières Desjardins. Le coût réel de l'emprunt par obligation variait entre 2,41991 % et 2,54843 %.

Le Conseil a autorisé que l'émission d'obligations au montant de 3 169 000 \$ soit adjugée au plus bas soumissionnaire soit Mackie Research Capital Corporation au coût réel de 2,41991 % pour un terme de cinq ans en date du 28 juillet 2015.

Ensuite, il fut question d'adjudication du contrat de service pour l'aménagement paysager dans le parc des Amoureux.

Le Conseil a accepté la proposition reçue de l'entreprise Terre et Habitats inc. située sur le chemin de l'Île, à Val-David, au montant de 7 732,07 \$. La dépense sera prise à même le Fonds de parc. Il y a eu deux autres soumissionnaires : Croque Paysage et Passion florale du Nord.

Questions

M. Boisvert a demandé où se fera la plantation au parc des Amoureux.

M. Généreux a répondu que ce sera entre le belvédère et les toilettes le long de la rivière du Nord. Il s'agit d'arbustes autorisés par le ministère de l'Environnement et ça ne masquera pas la vue de la rivière.

Un comptable
est quelqu'un
qui connaît le
coût de toute
chose et la
valeur de rien.



COMPTABILITÉ
Tenue de livres
Soutien au développement

Catherine Bouruet Aubertot

438 884-2879 • cbouruet@gmail.com

Dîner communautaire DU 2 JUIN 2015



Ghislaine Boisclair, Florian Bergevin, Hermance Bergevin, Nicole Davidson et Lorraine Hamel.

Gilles Bourret

Avant le dernier dîner du 2 juin, le comité MADA (Municipalité amie des aînés) a procédé au lancement du bottin *Services et ressources offerts aux aînés*. La directrice du service Loisirs et culture Lynne Lauzon a remercié le travail réalisé par les membres du comité et Mme Lucille Rocheleau, présidente du comité, a procédé au lancement du bottin et a présenté les membres dudit comité.

Puis, on procéda au dernier dîner avant l'été. Quatre-vingt-onze personnes y ont assisté. Le service aux tables était fait par la mairesse Nicole Davidson, les conseillères Ghislaine Boisclair, Manon Paquin et Kathy Poulin, le directeur général Bernard Généreux, la directrice des Loisirs Lynne Lauzon et madame Suzanne Gohier adjointe au Cabinet de la mairesse.

Avant le dessert, Mme Ghislaine Boisclair, conseillère responsable du communautaire, a pris la parole soulignant que c'était un peu comme la dernière cène car il s'agissait du dernier repas organisé par Hermance Bergevin et Florian Bergevin après quatorze ans de loyaux services. Elle les a invités à monter sur la scène « *Hermance et Florian c'est à notre tour de vous dire merci. C'est à vous maintenant de vous faire servir.* » Tous se sont levés

pour applaudir chaleureusement Hermance et Florian très émus. Madame Boisclair a cédé la parole à la mairesse Mme Nicole Davidson qui les a remerciés de toutes ces années passées au service de la communauté. En guise de remerciement, elle leur a offert, au nom de la Municipalité, un certificat cadeau de quatre-vingts dollars pour un repas dans un restaurant de leur choix à Val-David. Puis, Mme Lorraine Hamel du Centre d'action bénévole les a remerciés et a remis un cadeau à monsieur Bergevin mentionnant que Mme Bergevin avait reçu des fleurs lors du dîner des bénévoles du 17 avril.

Madame Bergevin a ensuite remercié les bénévoles qui lui sont d'une aide précieuse et les personnes venues en si grand nombre au dernier dîner avant l'été. Elle a dit qu'ils étaient très touchés par tant de gratitude et souhaite vivement que quelqu'un prendra la relève. Avant de laisser place au dessert, Madame Boisclair a conclu : « *Hermance et Florian, vous aurez, après le dessert, votre mot de la fin avec les tirages.* » Toutes les personnes présentes les ont applaudis à nouveau en guise de remerciement.

Je tiens à dire merci à Hermance et Florian Bergevin pour leur implication et leur persévérance à organiser et cordonner le dîner communautaire mois après mois durant quatorze ans. C'est beaucoup de travail et de planification.

CLUB OPTIMISTE VAL-DAVID / VAL-MORIN Une récompense pour les élèves des écoles Saint-Jean-Baptiste et Sainte-Marie



À l'école Saint-Jean-Baptiste, depuis plusieurs années maintenant, des membres du Club Optimiste Val-David / Val-Morin viennent souligner les efforts de nos élèves de 6^e année. Cette année encore, le Club a remis un dictionnaire Larousse 2015 à chacun de nos 40 élèves finissants; un outil d'aide à la rédaction et à la correction qui accompagnera nos jeunes tout au long de leur secondaire.

Le 18 juin dernier, quatre représentants du Club optimiste Val-David / Val-Morin, M. Jean-Yves Gervais, Mme Lise Pagé, M. Jean-Guy Pagé et

M. Marcel Gaudet, nous ont aussi rendu visite pour souligner les efforts de nos jeunes lecteurs passionnés. Ainsi, six élèves de la 1^{re} et de la 2^e année ont reçu un méritas ainsi qu'un magnifique livre de contes.

Au nom des élèves et du personnel de l'école intégrée Saint-Jean-Baptiste, nous tenons à remercier le Club optimiste pour sa très grande générosité et son soutien à la réussite scolaire.

L'équipe-école

Le mercredi 19 août 2015 QUATORZIÈME TOURNOI DE GOLF DES JAL AU CLUB DE GOLF VAL-MORIN

La ligue de hockey JAL (Jeunes aînés des Laurentides), une association sportive fondée en 1998, regroupe des aînés de 60 ans et plus qui jouent au hockey tout en amassant des fonds destinés à la communauté de la région de Sainte-Agathe-des-Monts, Val-David, Val-Morin et des environs.

Nous vous invitons à vous joindre à nous le 19 août prochain au Club de golf Val-Morin pour une journée fort agréable qui nous permettra de remettre à différents organismes sportifs de la communauté des sommes appréciables, et ce, grâce à votre participation.

Ainsi, pour continuer notre œuvre, nous avons besoin de votre présence et de votre participation à notre tournoi de golf annuel. C'est le temps de former votre quatuor et d'inscrire cette date à votre agenda... C'est un rendez-vous avec la joyeuse équipe de JAL!

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à communiquer par courriel avec le président du comité organisateur 2015, Raymond Beaulieu, ou avec le président de JAL, Jacques Rivard. · rabeauli@gmail.com · jrivar000@sympatico.ca

MAINTENANT OUVERT Une nouvelle approche en dentisterie à Val-David

Je vous invite à prendre rendez-vous dès maintenant, mon équipe et moi prendrons soin de vous!

À bientôt!

Dr Simon Grondin



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



Simon Grondin
— CHIRURGIEN-DENTISTE —

PRISE DE RENDEZ-VOUS :

819 320-0265 | dentistesimongrondin.com

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

YOLANDE VILLEMAIRE ET CLAUDE BEAUSOLEIL : POÈTES ET FIDÈLES À VAL-DAVID!

Jocelyne Aird-Bélanger

On se rencontre au cœur du village, par hasard, encore une fois cette année, et je suis sûre que l'été est bien là! Yolande Villemaire et Claude Beausoleil reviennent à Val-David chaque été depuis 13 ans. Fidèles comme le symposium des Jardins du précambrien, où ils ont été invités à tour de rôle, fiables comme notre Marché d'été ou les 1001 Pots, ils nous reviennent avec les beaux jours pour profiter pendant trois mois de tout ce qui fait la vie culturelle si active de notre village. Ils montent en taxi de Montréal, car ces ardents marcheurs n'ont pas de voiture, ce qui ne les empêche pas de voyager beaucoup et souvent. Ils sont fréquemment invités dans des festivals de poésie, comme celui de Lourdes (la ville, pas le sanctuaire), où ils iront en octobre prochain. Ils y présenteront **Totempoésie**, un spectacle d'une heure où ils récitent leurs poèmes, chantent et font vivre leur œuvre devant le public. Ils continueront leur voyage jusqu'à Paris, où Claude recevra de l'**Académie française** le prix Heredia qu'il a obtenu pour son dernier recueil, **Mystère Wilde**. Grand honneur puisqu'il est le deuxième Québécois à le remporter, après Louis Fréchette, qui fut décoré de la sorte en 1880! Et pourquoi ne pas en profiter pour aller au lancement de leur livre de poésie respectif aux Éditions Caractères? Pour Claude, ce sera **Jack et Billie dans le blues de la nuit** et pour Yolande, **Nuit violette**. Malgré des tirages limités au Québec comme en France, il y a toujours une grande effervescence autour de la poésie, comme en



Yolande Villemaire et Claude Beausoleil au Général Café par un bel après-midi de juillet...

témoignent le Festival de la poésie de Montréal ou le site poezibao.com. Nos deux poètes sont aussi romanciers et ont chacun une longue liste d'œuvres à leur actif. Yolande verra bientôt sortir des presses **La rose des temps**, le roman auquel elle a travaillé durant les six dernières années. Ils préparent bien sûr leur spectacle de poésie pour octobre, mais ce sera un vrai été de vacances à refaire, le cœur léger,

les longues marches qui les amènent soit au mont Condor, soit à Sainte-Adèle, soit dans les bois. Inspirés par la nature qui nous entoure, ils viennent refaire leurs forces et remplir leur tête d'images, de senteurs et de lumière. Chacun d'eux a écrit et publié textes ou poèmes inspirés de Val-David, où ils sont toujours les bienvenus!

« Le feu s'élève, cheval au galop vers le croissant de lune qui déchire le ciel au dessus de Val-David »... Ainsi commence le roman **Poètes et centaures**, de Yolande Villemaire.

Dans les **Sonnets numériques** se retrouvent « Les sonnets de Val-David », où Claude Beausoleil écrit :

*la poésie retrouve les accents de l'oubli
dans ces feuillages tremblants qui chuintent
sans quitter le sentier des lignes éphémères*

*elle raconte cette nature que la vie la nostalgie
sont des espaces intérieurs où rêvasser
dans l'ordre du hasard discrètement arc-boutés*

LE TEMPS des artistes

Marie-France Pinard

À Agnès Guay et à tous les artistes de Val-David

« Cent fois sur le métier remettez votre ouvrage » : Boileau l'a affirmé. Mes ami(e)s le vivent. Agnès, Cécile, Pierre, Claude, Nathalie, Gilles, Maggie, Robin, Mireille, Lyne, Marie-Andrée, Martine ou Normand se reconnaîtront. Yves Gélinas et Claude Sarrazin aussi, pendant des années, ont vécu dans la précarité pour avoir choisi la beauté, envers et contre tout. Et cette précarité se décrit en désolantes statistiques...

Revenu annuel moyen d'un artiste visuel : 12 000 \$. Subventions du Conseil des arts : inaccessibles pour la plupart des personnes qui en font la demande. Matériel hors de prix. Ateliers aux loyers exorbitants. Galeries inaccessibles à cause de la politique de l'œuf et de la poule : puisque vous n'avez pas « fait vos preuves », nous ne vous exposerons pas. Nous ne vous avons pas exposé, vous ne serez donc pas connu et ne ferez pas vos preuves.

Malgré une situation aussi difficile, le talent fleurit au Québec. Danseurs, musiciens, acrobates, gens de théâtre, écrivains et artistes visuels y foisonnent, pour la plupart dans la misère.

Et ce n'est pas d'hier. Dans les années 70, un regroupement d'artistes de Val-David, les Créateurs associés, le vivait déjà. C'est grâce à leur créativité et leur obstination que nous avons maintenant la maison d'exposition du village. Mais elle ne suffit pas. Grâce à l'initiative d'Agnès Guay et à son inépuisable énergie, un autre collectif a donc vu le jour il y a cinq ans déjà. Il s'agit du Temps... nous. Je suis honorée d'en faire partie depuis maintenant trois ans. Sa mission : diffuser la production des artistes visuels d'ici, gratuitement, dans un lieu

public d'exception, soit l'église du village, avec la collaboration de la municipalité de Val-David.

Une centaine d'artistes, des milliers de visiteurs et d'heures d'exposition depuis cinq ans. Du travail bénévole, de la patience et du rire. Des situations cocasses, de la fatigue et parfois, oui, du découragement, mais, somme toute, de belles années de solidarité, de création et une conviction inébranlable qu'un jour, le temps des artistes arrivera au Québec.

Parce que, dans une société civilisée, la beauté n'a pas de prix et parce que c'est un honneur de contribuer à faire connaître ceux et celles qui la produisent.

Quel beau projet que L'ACHAT ou la VENTE d'une propriété!

Pour une transaction en toute quiétude n'hésitez pas à m'appeler !



VAL-DAVID 98 000 \$ - Terrain à l'orée du Parc régional Val-David-Val-Morin, 5500 pieds carrés. À deux pas de la piste cyclable et 1 km du cœur du charmant village pittoresque de Val-David. Un des derniers terrains constructibles dans ce secteur!



STE-LUCIE-DES-LAURENTIDES - 125 000\$ - 18% en dessous du prix de l'évaluation! Chaleureux, sympathique et lumineux NID DOUILLET de 3 chambres. Orienté plein sud. Environnement campagnard et tranquille! Maison en grande partie refaite. Belle opportunité de clé en main.



VAL-MORIN - 298 000\$ - Clé en main! 4 ch, 2 sdb, foyer + combustion, salle familiale et bureau. Aire de vie principale située à la cime des arbres, vue sur la montagne 3 saisons. Emplacement intime, fenestration abondante. Rue sans issue, paisible, à proximité des services et autoroute (sans le bruit)! Amateurs de plein air trouveront activités 4 saisons à moins de 5 min.



VAL-DAVID - 345 000 \$ - Au pied de l'ancien Mont-Plante, piste de ski de fond à votre porte! Magnifique plain-pied, secteur tranquille et recherché. 3 ch., 3 sdb et un loft (Entrée privée, peut servir pour intergénération). Terrain entièrement plat de 14 445 p.c. Planchers chauffants. À 2 km du cœur du village.



ANITA CHOQUETTE

B.Sc. Ed.Phys. Cert. Adm
Courtier immobilier

Groupe Sutton - Humania
AGENCE IMMOBILIÈRE

bur. : 819 322-9911 Mtl : 514 990-5704

cell. : 819 324-7017

anitachoquette.ca

anitachoquette@gmail.com



Course à pied

UNE MEILLEURE POSTURE POUR UNE MEILLEURE SANTÉ ET... PLUS DE PERFORMANCE

Dr Charles St-Pierre
Chiropraticien

Vous avez sans doute un souvenir pas si lointain de votre mère qui vous rappelle constamment de faire attention à votre posture et de vous tenir droit. Elle croyait certainement qu'un enfant qui grandit droit devient un adulte fort. En fait, votre mère n'avait pas totalement tort. Bien plus que le simple fait de se tenir droit, la posture correspond à un ensemble de fines contractions musculaires qui vont permettre au corps d'exécuter adéquatement le prochain mouvement. Ce mois-ci, je fais un petit détour vers l'une de mes passions, la course à pied, pour vous parler de l'importance d'un alignement optimal du corps.

De manière générale, une bonne posture est essentielle afin de réaliser efficacement l'ensemble des activités de la vie quotidienne (travail et entraînement). La gravité qui nous tire vers le sol ne



prend jamais de pause. Si vous adoptez une mauvaise posture, vous dépenserez une énergie incroyable à tenter de combattre la gravité pour vous maintenir debout. Certains muscles seront sur utilisés et vous ressentirez des tensions principalement à la base de la nuque ou dans le bas du dos. Une posture voûtée vers l'avant en course à pied, par exemple, limite la respiration et l'expansion de la cage thoracique. À la longue, votre organisme se retrouvera sous-oxygéné, et la fatigue se fera sentir plus tôt. De plus, une bonne posture est synonyme d'économie d'énergie. Un bassin droit, une tête centrée sur les épaules, une colonne vertébrale allongée qui bouge bien ainsi

que des muscles abdominaux forts vous permettront d'aller plus vite, plus longtemps. D'un point de vue santé, la posture est le reflet de l'état fonctionnel du système nerveux. Ainsi, quelqu'un qui se tient droit, le torse bombé et qui regarde au loin dégage une plus grande confiance que quelqu'un dont la tête et les épaules sont tournées vers l'avant. Nos humeurs affectent notre posture tout comme notre posture peut influencer nos pensées. Comment l'améliorer? Avant d'aller courir ou encore marcher, essayez cet exercice tout simple : tenez-vous debout, fermez les yeux et imaginez qu'un fil vous tire par la tête vers le ciel alors que votre bassin est solidement ancré au sol. Respirez profondément pendant quelques

secondes; vous sentirez votre colonne vertébrale s'allonger!

Ainsi, en vous assurant de maintenir une bonne posture, non seulement lors de votre activité préférée, mais également dans toutes vos tâches quotidiennes, vous préviendrez bien des maux. Vos mouvements seront plus souples, vos muscles, plus forts et votre système nerveux, plus réactif. Cela limitera les risques de blessures causées par les mouvements répétitifs qui guettent toute personne à l'entraînement et même au travail. Alors, la prochaine fois que vous traverserez le fil d'arrivée de votre prochaine course, pensez à votre posture et ayez l'air triomphant!

Ça roule pour LE CHSLD DE MONT-TREMBLANT!

Grâce à la générosité de la population, la Fondation médicale a pu offrir ce fauteuil roulant électrique au CHSLD de Mont-Tremblant. L'appareil avait été offert en don au comptoir familial de la Fondation.

Ce fauteuil servira au service de physiothérapie, explique Sonia Raymond, chef de l'hébergement. Cette nouvelle acquisition fait le bonheur du personnel, puisqu'elle pourra être utilisée par les

résidents qui doivent faire réparer leur propre fauteuil. Un petit geste qui fait toute la différence!

L'année 2015 marque les 25 ans de la Fondation, votre Fondation. Pour célébrer en grand, la Fondation médicale donnera 1 000 000 \$ aux établissements de santé du territoire. Une partie des dons sera dédiée à l'unité des soins palliatifs de l'hôpital, ainsi qu'aux soins à domicile. En agissant ensemble, on agit vraiment!

S'offrir la beauté d'ici...

L'été des
Métiers d'art

Sainte-Agathe-des-Monts
Laurentides

Place Lagny
2, rue Saint-Louis

4 septembre : 16h à 21h
5 septembre : 10h à 17h
6 septembre : 10h à 17h


VILLE DE
SAINTE-AGATHE-DES-MONTS
...des arts, des métiers /
1-888-326-0457
www.ville.sainte-agathe-des-monts.qc.ca

BOUTIQUE
C'JÖLI
(N'importe quoi... et plus!)

**VÊTEMENTS &
ACCESSOIRES
UNIQUES**

Plus de 2 500 vêtements et accessoires pour femme, tous différents les uns des autres. Un brin d'usure ou échantillon neuf (de 9.95\$ à 26.95\$ en moyenne).

Une friperie avec une grande variété de marques autant mode, sport, confort que prestige. Nouveautés chaque semaine! Aucune consignation acceptée.

819.320.0516
1310, RUE DION, COIN DE L'ÉGLISE - VAL-DAVID

IMPRESSIONNANT LANCEMENT DU 40^e ANNIVERSAIRE DE L'ATELIER DE L'ÎLE



L'artiste de Val-David Bonnie Baxter, organisatrice de l'événement, l'écrivaine Monique Proulx et le poète Jean-Paul Daoust au milieu de la foule de spectateurs.

Jocelyne Aird-Bélanger

En imprimant au rouleau compresseur ou au laser 40 grands bois gravés à la main devant un public attentif et nombreux, l'Atelier de l'île célébrait le 18 juillet la fondation de son atelier par Michel-Thomas Tremblay en 1975. Installé derrière sa maison sur l'île de Val-David pendant une douzaine d'années, l'Atelier déménageait dans son local actuel en 1987.

La fête de ce samedi, organisée de main de maître par Bonnie Baxter, réunissait 20 jeunes étudiants en arts d'impression de l'Université Concordia et 20 artistes expérimentés de l'Atelier. Quelle équipe formidable, autant à la préparation qu'à la réalisation, et qui a travaillé à l'unisson, dans une atmosphère de plaisir et de collaboration tout au long de ce projet depuis des mois!

Cet événement voulait rappeler la performance au rouleau compresseur que l'Atelier avait réalisée au Musée d'art contemporain de Montréal en 1983. Comme à l'époque, Michel-Thomas Tremblay est monté sur le rouleau compresseur, conduit, cette fois-ci, par Michel Beaudry. Et comme la première fois, la poésie était présente à l'événement.

Surplombant la foule du haut de la machine au repos, Jean-Paul Daoust est venu faire lecture du poème qu'il a composé pour le 40^e anniversaire de l'Atelier.

Les résultats de cette expérience devant public, baignée de la musique du Stephen Barry Blues Band, qu'avait précédé le groupe de Michel Roy, sont éloquentes comme on peut le voir à l'Atelier de l'île ou encore à la petite gare encore quelque temps. Quant aux 40 grands bois gravés, ils seront accrochés tout autour du Centre d'exposition de Val-David, formant une fabuleuse murale visible tout l'été.

L'Atelier continuera à célébrer son 40^e anniversaire en présentant au Centre d'exposition de Val-David, du 23 septembre au 15 novembre, une exposition de livres d'artistes réalisés par 26 artistes de l'Atelier intitulée **FAIRE IMPRESSION - ARTS DU LIVRE - LIVRES D'ARTISTES**, autour du poème L'Archipel, de Jean-Paul Daoust. L'exposition inclura aussi un duo formé de Paul Ballard et Richard Purdy.

L'ATELIER DE L'ÎLE, ENCORE 40 ANS À S'ILLUSTRE dans les ARTS D'IMPRESSION et les ARTS DU LIVRE!

Les Jardins du précambrien

Si Perpignan était pour Dalí le centre du monde, Val-David est pour René Derouin et nombre d'entre nous le cœur de l'Amérique. C'est ici que convergent tous les désirs, tous les plaisirs de créer sous toutes les formes, comme en un creuset de roches métamorphiques entourant les Jardins du précambrien à flanc de mont Césaire. C'est ici que se rapaille l'Amérique, qu'elle soit du sud, du centre ou du nord, monstrueuse machine de pierre et de mer à remonter le temps, pas si lointain encore, où elle était l'eldorado des vieux Européens. C'est ici que commence la poésie même.

Dans le cadre du 20^e anniversaire des Jardins du précambrien, prenez part à l'événement **LES AMÉRIQUES RAPAILLÉES un hommage unique à Gaston Miron** Avec Pierre Nepveu, Jean Royer, René Derouin, Yanick Vilédieu et Chloé Sainte-Marie **À ne pas manquer le samedi 8 août 2015 à 14 h aux Jardins du précambrien** Réservation au 819 322-7167 ou billets à l'entrée : 1301, montée Gagnon, Val-David que commence la poésie même.

Songes d'été



Jocelyne Aird-Bélanger a photographié au village des mains qui ont transmis une invitation originale à tout le monde. On pouvait ainsi laisser des mots ou des phrases pour ajouter à la musique du festival Songes d'été, qui a lieu cette année du 30 juillet au 9 août prochains. Le poète Gilles Matte a complété l'œuvre collective par des poèmes de son cru.

SCULPTURE : Biscornet s'exporte

Nous savions qu'il avait quelques pierres en France, en Suisse et qui sait? peut-être aussi au pays de Mordor. Biscornet est tombé dans la pierre comme Astérix dans la potion magique. Elles lui parlent; il leur confie des secrets plus anciens que la matière grise dont elles sont, souvent, l'incarnation. Ce printemps, la Maison du Canada, à Londres, a fait l'acquisition d'une chouette sculpture (*Spirit Owl*), installée Trafalgar Square. Plus récemment, en feuilletant le catalogue de la collection de la multinationale d'affaires Aimia, on aura remarqué deux sculptures signées Jean-Denis Bisson Biscornet, *Anoëtre*, une œuvre en anorthosite de Morin (2014), et, dans la même pierre, *Ornilik* (2013), deux splendides messages de pierre au milieu d'une des plus belles collections d'œuvres d'art canadien du monde, installées à la tour Aimia, avenue Viger, à Montréal.

Ici même, à Val-David, où il continue de travailler tranquillement la pierre, discrètement installé sur la 117, Biscornet a laissé diverses empreintes de sa vision au village, sur le parc linéaire, à l'Écodomaine du cerf et, un jour peut-être, au milieu du parc régional, quand il aura donné au mont Césaire une



allure de grand hibou tranquille. Ce n'est peut-être pas dans ses projets à court terme, mais sait-on jamais? L'artiste en serait parfaitement capable. (MPS)

La maison du cinéma

PRIMEURS SORTIES DE AOÛT 2015



11 AOÛT

Sexy et en cavale / Hot pursuit

Comédie

Loin de la foule déchainée / Far from the madding crowd

Drame



18 AOÛT

La Sapienza

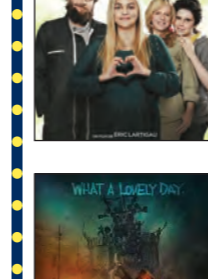
Drame étranger



25 AOÛT

Mississippi grind

Drame



25 AOÛT

La Famille Bélière

Comédie française

La leçon / Boychoir

Drame



1 SEPTEMBRE

The surface

Drame



8 SEPTEMBRE

Mad Max

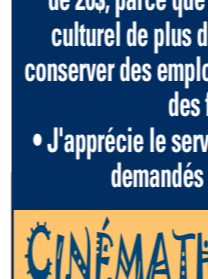
Action



8 SEPTEMBRE

Aurélien Laflamme 2

Comédie QC



8 SEPTEMBRE

Adaline / The age of Adaline

Drame

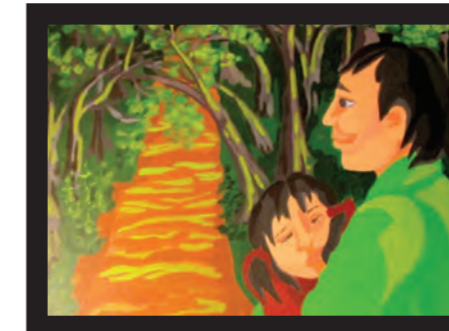
CINÉMATHEQUE MÉLIÈS

FILMS RÉPERTOIRE POPULAIRE

2501, de l'Église, Val-David - 819 322-2741

Espace Rhizomes de Val-Morin PROCHAINES EXPOSITIONS À LA GALERIE D'ART

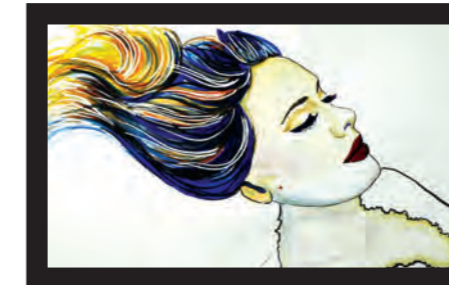
Rose-Marie Fournier
artiste du Collectif Espace Rhizomes
8, 9, 15, 16, 22 et 23 août de 12 h à 16 h
Vernissage : 8 août de 12 h à 16 h



Exposition Impermanence

Titulaire d'un baccalauréat en enseignement des arts, elle a travaillé comme enseignante jusqu'à sa récente retraite. Son univers pictural est unique, plein d'humanité. Ses toiles nous racontent des histoires. « Même si ma vie d'enseignante m'a laissé peu de temps libre, j'ai toujours dessiné ou peint mes petites histoires. Au début, je voulais montrer la vie des petites gens avec qui j'ai grandi. Par la suite, j'ai abordé des situations universelles qui me touchaient : la pauvreté, la violence, la guerre. Mes personnages m'apparaissent souvent au détour d'un trottoir ou d'un sentier. Ils vivent des moments de joie, de tristesse ou d'insécurité. Je tente d'exprimer ce qui pourrait les habiter s'ils étaient réels et de leur témoigner mon affection. Parfois, j'aimerais leur demander si leur monde est plus juste, s'il leur permet de réaliser leurs rêves. Mais ils ne me répondront jamais. Ils ne sont que lignes, taches, couleurs agencées en des formes qui pourraient disparaître en un coup de pinceau. Car ces formes sont comme tout objet, tout être : fugaces, impermanentes. »

Virginie Jeanne
artiste en arts visuels de Val-Morin
29 et 30 août, 5, 6, 7, 12 et 13 septembre
de 12 h à 16 h



Exposition Portraits

À l'adolescence, elle passait des heures à dessiner ou peindre ses idoles féminines. Par la suite, elle a suivi un parcours universitaire en art à Rennes 2, en France, ce qui lui a permis de découvrir le pop art. Cette forme d'art, simple et accessible à tous, tire son inspiration de la culture populaire telle que la publicité, les bandes dessinées, la télévision et les autres médias. Fortement influencée par ce mouvement artistique, elle nous livre une série de portraits. « Le pop art est sans doute le courant artistique qui se rapproche le plus de mon travail. J'aime la simplicité, les couleurs franches, et je peins avant tout pour le plaisir et la détente. Selon moi, l'art doit être accessible à l'ensemble de la population. »

Galerie d'art Espace Rhizomes
6140, rue Morin, Val-Morin
www.espacerrhizomes.com

1001 POTS

10 juillet au 16 août 2015



Les prix de la 27^e édition

Le prix Kathleen M. Laings a été exceptionnellement attribué cette année à deux personnes : Inge Sell, fondatrice de la Maison Emmanuel Centre éducatif, sous la forme d'une œuvre fabriquée par le groupe de poterie de la Maison Emmanuel, et Maggie Roddan, pour sa contribution remarquable au domaine de la céramique au Québec. Le prix remis est une œuvre de l'artiste Claudel Hébert.

Le concours de nos précieux partenaires Tucker's et Shippo a quant à lui été remporté par Eva Ferenczy-Reichmann.

Plus qu'une grande exposition de céramique à ciel ouvert, 1001 Pots propose des ateliers d'initiation et de perfectionnement pour petits et grands, des concours amicaux entre céramistes, des spectacles festifs ainsi que des moments de plaisir au Jardin de silice.

Pour la programmation complète : www.1001pots.com

créateurs, tout en respectant la tradition du chawan, objet très prisé par les connaisseurs de thé.

Le concours de nos précieux partenaires Tucker's et Shippo a quant à lui été remporté par Eva Ferenczy-Reichmann.

Plus qu'une grande exposition de céramique à ciel ouvert, 1001 Pots propose des ateliers d'initiation et de perfectionnement pour petits et grands, des concours amicaux entre céramistes, des spectacles festifs ainsi que des moments de plaisir au Jardin de silice.

Pour la programmation complète : www.1001pots.com

OUVERT AU PUBLIC

Lolipop

verre soufflé • glass blowing

Atelier-boutique de verre borosilicate soufflé et façonné au chalumeau
Borosilicate glass flameworking and glassblowing studio-boutique

L'atelier-boutique LOLIPOP est situé au 2354 rue de l'Église à Val-David

www.lolipop.ca | 514 797-1912 | f

Membre professionnel
SALON des MÉTIERS D'ART
du Québec

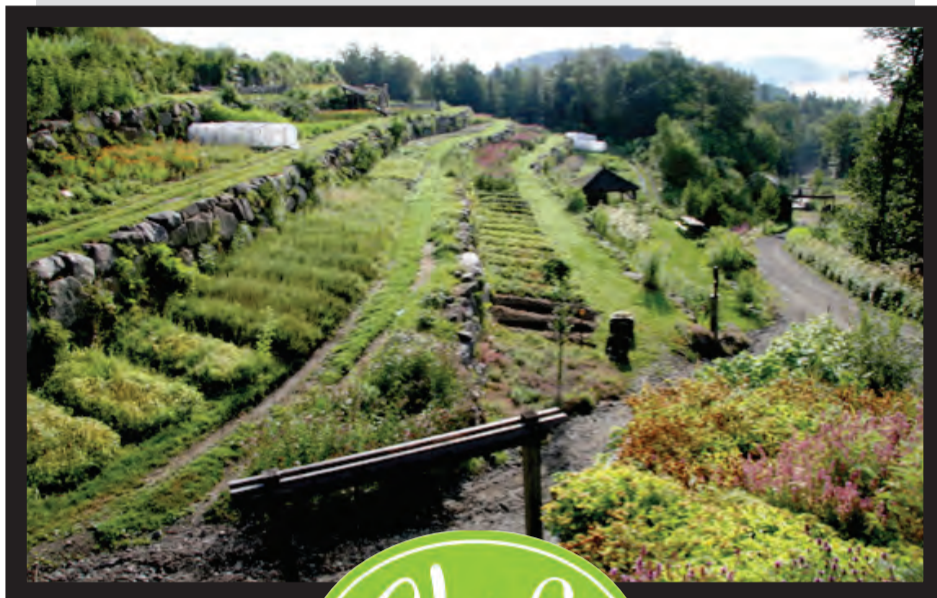
CMAQ
Conseil des Métiers d'Art
du Québec

lonely planet

JARDIN PUBLIC – PLANTES MÉDICINALES

Tout vert, et ouvert à la visite!

DU 18 JUILLET AU 23 AOÛT 2015



Regardez bien cette photo. Cet endroit devrait être classé monument national. Au sommet d'une montagne, à Val-David (76 km de Montréal à peine), se trouvent les jardins de la Clef des Champs. Ces remarquables jardins de plantes médicinales certifiés biologiques sont ouverts au public jusqu'au 23 août. Profitez-en. S'y promener est une expérience inoubliable avec un panorama à couper le souffle.

Depuis 1978, la Clef des Champs produit, récolte, transforme et éduque le public sur son action. Désormais, différentes formules de visite des jardins sont proposées, pour amateurs comme pour initiés : la visite guidée par une herboriste, la visite libre à l'aide d'un plan des jardins et la visite audioguidée, accompagnée par la maître herboriste Marie Provost, fondatrice de la Clef des Champs. Ces visites permettent une incursion dans le riche savoir ancestral des plantes médicinales.

En sillonnant les jardins, les familles peuvent découvrir bien plus que des plantes : elles pénètrent dans le mystérieux jardin des sorcières, où mythes, légendes et secrets sont dévoilés. Tout au long du parcours, des affiches éducatives expliquent aux visiteurs les principes actifs des plantes et leur mode d'action. Une aire de repos avec rafraîchissements est également prévue au cœur des jardins. Pour qui aime apprendre tout en humant l'air pur et parfumé

des lieux, un jardin de démonstration a été aménagé à l'entrée, accueillant les 15 plantes les plus utilisées de la pharmacopée occidentale. Des panneaux explicatifs illustrent chaque plante, offrant aux visiteurs une expérience condensée et accessible.

Cette année, les enfants trouveront un nouvel ami aux jardins. Il s'appelle **Azote**. Ce poney, en plus de sourire aux enfants, agira en tant qu'ambassadeur du processus de compostage et de culture biologique.

Pour compléter la visite par l'expérience, une terrasse, un bar santé et une boutique offrent le repos aux marcheurs et le boire à qui désire goûter les herbes et leurs merveilleux effets. Une carte d'infusions froides, de cafés au lait et de thés est offerte sur place. La Clef des Champs est une aventure au pays des plantes, de la transformation des plantes fraîches, de la semence à votre pharmacie. La boutique offre évidemment la gamme complète des produits fabriqués à partir des plantes fraîches du jardin et une grande sélection des meilleures tisanes, thés et épices biologiques. Un sommet dans l'art d'habiter la montagne.

Info : 819 322-3959 · jardin@clefdeschamps.net · www.clefdeschamps.net

Ouvert tous les jours du 18 juillet au 23 août de 10 h à 18 h

UN PREMIER PROJET

écoénergétique à Val-Morin

Louis Poliquin

Une grande opération de remplacement des luminaires de rue a débuté à Val-Morin. Misant sur la nouvelle technologie DEL, la Municipalité compte réaliser des économies d'électricité évaluées à plus de 17 000 \$ par année. Projetée sur une période de 10 ans, selon le directeur général de Val-Morin, Pierre Delage, l'économie totale dépassera 200 000 \$, en tenant compte de l'inflation.

Ainsi disparaîtront les 353 lampes actuelles à décharge à haute intensité dont la puissance nominale est comprise entre 70 W et 749 W. Elles seront remplacées par des luminaires à DEL neufs dont la puissance est de 320 W ou moins. Double avantage envisagé : un éclairage efficace et une pollution lumineuse diminuée.

Val-Morin profite d'une subvention d'un peu plus de 20 000 \$ d'Hydro-Québec pour cette opération qui coûtera, avant taxes, 62 549 \$, incluant l'achat et l'installation des nouveaux luminaires. L'investissement sera récupéré en moins de quatre ans grâce aux économies réalisées. Hydro-Québec incite les municipalités à faire le virage écoénergétique en optant pour l'éclairage public à DEL en fonction de leurs besoins. La technologie DEL pour l'éclairage urbain assure l'efficacité énergétique des infrastructures.

« C'est un premier projet d'économie d'énergie à Val-Morin, déclare le maire Guy Drouin. Il permet de conjuguer développement durable et saine gestion de nos finances publiques. De plus, cette meilleure utilisation de l'électricité contribue à la lutte aux changements climatiques. »



LÉZARTS
LOCO

Centre de Création, Diffusion et Formation

1287, J.-B.-Dufresne
Val-David, 819 322-6379
lezarts.loco@gmail.com
www.lezartsloco.org

Les Vendredisloqués du Lézarts!

• 28 août, 19 h

Poètes des Ardennes par Michel Bourlet et compagnie. Accompagné par Guy Richer : *aux Ardennes je préfère la dureté vraie de l'Afrique* (Rimbaud)

Poètes du Québec : choix spontané de textes offerts en un simple bordel informel avec musiciens performeurs et lecteurs à confirmer. Contribution volontaire suggérée de 7 \$ pour garder vivant le Centre de création.

• 4 septembre, 17 h - 5 à 7 d'artistes

Bienvenue aux artistes de toutes disciplines. Rencontres informelles et réseautage où un moment est réservé à un artiste invité pour nous parler de son travail artistique.

Ce mois-ci :

Clélia Marsadié, body-painting et maquillage d'art. Entrée libre.

19 h 30 Ciné-cabaret didactique :

Introduction à l'art moderne « Les 2 versants du surréalisme »

Contribution volontaire

La petite foire d'art contemporain au Lézarts Loco

Jusqu'au 29 août, la galerie MC3 présente la première édition de la petite foire d'art contemporain à Val David, à l'espace Lézarts Loco.

La petite foire est un événement continuellement en tournée dans différentes régions du Québec, et principalement dans la région des Laurentides. Il s'agit d'une belle occasion pour tous les acheteurs ou simplement spectateurs de soutenir des artistes québécois qui travaillent en art actuel. Heures d'ouverture : Lundi et jeudi 13 h 30 à 16 h 30, vendredi 18 h 30 à 20 h, et samedi 13 h 30 à 16 h 30.

Pour un rendez-vous : Martin Champagne galierienc3@gmail.com 450 431-9384

À surveiller en octobre

Le retour de Ciné Sarah et des vendredis d'improvisation avec la LLI et Cassiopée Danse

Toutes les infos en temps opportun sur www.lezartsloco.org ou lezarts.loco@gmail.com 819 322-6379

Appel aux artistes

Les artistes de toutes disciplines intéressés à participer à un de nos vendredisloqués peuvent nous contacter par courriel au lezarts.loco@gmail.com en spécifiant bien dans l'objet du courriel : les vendredis.

Les chefs Thierry et Max vous invitent sur la terrasse.

ltdg^{cs}

La table des gourmets

Midi : Mardi au vendredi jusqu'à 14 h
Dimanche : Brunch 10 h 30 à 14 h
Soir : Mardi au dimanche 17 h 30 à 21 h

2353, rue de l'Église à Val-David | Réservations : 819 322-2353

www.tabledegourmets.com

RESTAURANT

JARDIN PUBLIC PLANTES MÉDICINALES

18 JUILLET AU 23 AOÛT 2015

TOUS LES JOURS DE 10H À 18H

VISITE GUIDÉE À 10H30

819.322.3959 poste 333



www.clefdeschamps.net





Les bonnes nouvelles

Ici plus qu'ailleurs, nos sens sont stimulés tout au long de l'été. Nos yeux et nos oreilles s'en donnent à cœur joie, sans parler de notre odorat en plein carnaval de fleurs, de gazon coupé et d'appétissants BBQ chers à nos papilles. Le soleil sur la peau, la pluie sur le parapluie, les pieds dans le sable ou libres dans nos « gougounes », multiplient les petits bonheurs qui valent leur pesant d'or.

Contrairement à la plupart des hebdomadaires, le Ski-se-Dit s'applique à vous faire part des bonnes nouvelles et ces bonnes nouvelles ont de quoi me réjouir le cœur malgré les aléas de la vie politique. Heureusement, à Val-David, il suffit d'ouvrir grand les yeux et les oreilles pour les trouver et les apprécier.

Avez-vous vu le nouveau toit au-dessus du porche arrière de l'ancien presbytère? Il a été conçu et construit par des gens d'ici, des gens compétents, pour un résultat fort enviable.

Avez-vous noté la présence des tricots-graffitis qui ornent le même édifice? Mouvement urbain adopté par notre Cercle des Fermières, cet art nouveau invite à regarder, à admirer et à questionner.

Avez-vous remarqué la présence des pompiers qui dirigent la circulation le samedi durant les heures du marché et les panneaux sandwich indicateurs de stationnement?

BILLET DE LA *mairesse*



Quelle amélioration de régularisation du flux automobile et de la sécurité des piétons!

Avez-vous admiré les matrices de bois gravés à l'extérieur du Centre d'exposition? Elles ont servi lors de l'événement du 40^e de l'Atelier de l'Île. Des étudiants en art de l'Université Concordia et les artistes participants de l'Atelier de l'Île s'en sont donnés à cœur joie avec le rouleau compresseur! Je vous invite à faire le détour par l'Atelier de l'Île où sont exposées les œuvres imprimées à l'aide de ces panneaux. C'est impressionnant!

Et les tambours japonais? Tout simplement époustoufflant! Il n'y a pas d'autres mots.

Et vous chers citoyens qui me saluez durant ma promenade matinale avec ma chienne Angel. Vos vitres baissées pour dire bonjour, vos gestes amicaux, vos bonnes paroles, j'en ai le cœur gonflé à bloc! Vraiment, il fait bon vivre dans un village aussi vivant! Et l'été n'est pas fini!

Nicole Davidson

POÉSIE à vélo



Vendredi 21 août | 11 h

Balade guidée à vélo à partir de la gare de Val-David

Les artistes Geneviève Mercure et Marc-André Gendron vous accompagnent sur le parc linéaire pour une tournée des panneaux de signalisation poético-ludiques créés dans le cadre du projet Je pARTicipe à l'été 2014.

Info 819 324-5680, poste 2 | Gratuit

CONSULTATION PPU

La consultation populaire sur le programme particulier d'urbanisme du noyau villageois amorcée le 1^{er} août dernier se poursuit.

Sur place, les citoyens présents ont profité d'explications et ont eu l'occasion de poser des questions et d'émettre leurs opinions recueillies par les consultants de la firme APUR, mandatée pour ce projet.

Afin de poursuivre la collecte d'informations, un questionnaire a été mis en ligne auquel tous les citoyens, présents ou non à la rencontre, peuvent encore répondre jusqu'au 31 août prochain.

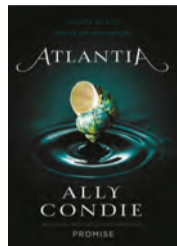


Le questionnaire est accessible en ligne (section Nouvelles et actualités de valdavid.com) ou sur papier à la mairie.

Les NOUVEAUTÉS de la BIBLIOTHÈQUE



Aïchai
Marek Halter



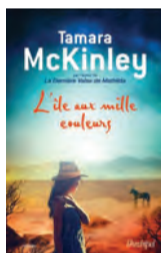
Atlantia
Ally Condie



La boîte à musique
Mary Higgins Clark



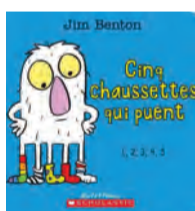
L'Hôtel des Cœurs en miettes
Deborah Moggach



L'île aux mille couleurs
Tamara McKinley



Les beignets d'Oscar
Fausto Brizzi



Cinq chaussettes qui puent
Jim Benton



Je suis là
Clélie Avit

À NOTER
LA BIBLIOTHÈQUE SERA FERMÉE
DU 18 AU 29 AOÛT
(TRAVAUX D'ENTRETIEN ET
DE RAFFRAÎCHISSEMENT)

RETOUR DES CUISINES COLLECTIVES

Intéressé ou simplement curieux?
Rencontre d'information
Jeudi 3 septembre, 10 h 30
Chalet Dion

Info Lucille Rocheleau
819 322-5786
clode1@cgocable.ca

FIN D'ÉTÉ sportif



Tournoi de soccer
Samedi 22 août | 8 h 30 à 16 h
Parc Dion
Animation, maquillage, jeux gonflables, etc.
Dîner hot-dogs (1\$ - gratuit pour les joueurs)

Bouge-toi d'là
Vendredi 28 août | 14 h à 22 h
Parc Dion
Tournoi de ballon-panier en après-midi
Inscription au Centre communautaire Cri du Coeur - Prix de présence
Spectacles de musique en soirée
Info 819 322-9997
centrecriducoeur@gmail.com

SKATE N' RELATE

Dans le cadre de l'événement **SONGES D'ÉTÉ**

Entièrement consacrées aux moins de 30 ans (mais ouvertes à tous!), les activités du Skate 'N' Relate mettent en valeur le talent et l'énergie de nos jeunes.



Mercredi 5 août
15 h à 19 h
Skate Jam
Parc Dion

Avec Conor Neeson, skateur et représentant de Vans, accompagné de **Leon Chapdelaine**, Vans skateur qui a grandi sur les rampes du parc.
BBQ, musique, cadeaux.

Samedi 8 août | Midi à 16 h
LE 12-16
Parc Dion



Atelier de personnalisation artistique d'une

planche à roulettes, animé par David Chapdelaine, illustrateur émergent et amateur de skateboard.
Limite de 20 personnes.
Matériel fourni.
Inscription préalable suggérée à songesdete@gmail.com



Samedi 8 août
à partir de 16 h 30
S N R
à la gare

Musique et performance avec Duo Team White (atelier de hip hop), The Goldilocks Project, Aramis (rock, folk et indie), Foreign Diplomats, etc.

Toutes les activités sont gratuites.

DONNER la vie



Collecte de sang de l'Association des pompiers de Val-David
Lundi 10 août 2015
13 h 30 à 19 h 30
Salle communautaire (église)
2490, rue de l'Église

VÉLO nouveau



Les amateurs de vélo de montagne seront comblés par le tout nouveau sentier de type tracé simple (single track) inauguré le 10 juillet dernier. Cette piste de 1,5 km, dénommée La Far Hills, s'adresse tant aux vététistes intermédiaires qu'experts. Une piste «signature», pour les amateurs de vélo de montagne à la recherche de nouveaux défis à rouler.



Grâce à la nouvelle signalisation-vélo et au circuit Le Grand Tour, les vététistes de tout calibre pourront découvrir les beautés du parc en se rendant d'un chalet d'accueil à l'autre et avoir accès à une série de sentiers spécialement désignés pour leurs attraits et défis techniques.

Un autre sentier d'une longueur de 2,3 km sera également complété plus tard cet été dans le secteur Dufresne. Avec cet ajout, plus de 35 km de sentiers de vélo de montagne seront dorénavant accessibles aux sportifs sur deux roues.

Gratuit pour les résidents de Val-David et Val-Morin
Recevez des nouvelles du parc régional en vous abonnant à l'infolettre sur www.parcregional.com

ÉPLUCHETTE de blé d'Inde

Samedi 29 août
Midi à 23 h
Parc du Lac-Paquin
5 \$/pers. - Gratuit 12 ans et moins
Apportez vos breuvages
Info et billets : 819 323-2099



LES JARDINS de PRÉCAMBRIEN



Journée portes ouvertes
Dimanche 30 août à compter de 14 h
Hommage à la famille David
Entrée gratuite pour les citoyens de Val-David.

RAPPEL
4^E VERSEMENT DES TAXES MUNICIPALES
MARDI 25 AOÛT 2015
(FERMETURE DE LA MAIRIE À 16H30)

Cinq ans de zen À VAL-DAVID



Chaque être humain est unique, tout en ayant les caractéristiques communes à tous les êtres humains. De même, l'instant présent est unique et éternel à la fois. Le lieu où je suis est unique et en même temps l'univers. C'est ainsi qu'il faut comprendre la Voie. Zazen est au delà du bien et du mal. Il ne s'agit pas d'une éducation morale. Zazen prend place où finissent les «ismes». Zazen n'a rien à voir avec apprendre à devenir quelqu'un. Zazen, c'est arrêter d'être quelqu'un.
Kôdô Sawaki*

Depuis cinq ans, nous avons au village un petit groupe de zen. Nous nous réunissons pour pratiquer le zazen, une forme de méditation qui se caractérise par sa simplicité et sa rigueur : s'asseoir en silence, se concentrer pour demeurer dans le présent et garder une posture adéquate.

Le flot des pensées ne s'arrête pas, mais l'activité mentale se calme progressivement. La respiration devient tranquille et naturelle. Notre esprit s'éclaire.

Cette pratique suit la tradition bouddhiste du zen Sôtô. Cela nous permet de baigner dans les enseignements des grands maîtres qui se sont succédé depuis le Bouddha. Le zen est plus large que l'activité de méditer. Les gestes et les comportements autour du zazen expriment notre lien à la communauté des pratiquants.

Même si on peut pratiquer le zazen chez soi, le fait de s'asseoir en groupe nous procure un soutien qui augmente notre concentration. Cela nous rappelle aussi que nous contribuons à une œuvre de conscience collective.

La pratique du zazen n'est pas facile au premier abord. On peut être rebuté par les règles et la nécessité de rester immobile dans le silence. Cela dit, chaque forme de méditation comporte des

contraintes, parce qu'il ne s'agit pas d'une activité faisant partie de notre mode de vie occidental. On peut toutefois s'y préparer en s'informant par les lectures ou par les vidéos qui sont accessibles sur le Web.

Si cette pratique vous intéresse, vous pouvez consulter le site www.dojozen.net ou appeler Antoine Landry (819 320-0342) ou Stéphane Lalonde (819 320-0701).

* Kôdô Sawaki est considéré par certains comme le plus important maître du bouddhisme zen japonais de l'école Sôtô du XX^e siècle (1880-1965). Le zen est une voie de vigilance et de connaissance de soi qui se pratique en posture assise, zazen, ainsi que dans toutes les actions de notre vie quotidienne. Il a son origine dans la quête spirituelle d'un homme, Bouddha Shakyamuni, qui vécut en Inde cinq siècles avant Jésus-Christ. Cherchant les causes de la souffrance humaine, assis en zazen, il réalisa l'éveil : l'éternel présent est au cœur de l'impermanence unissant dans l'interdépendance tous les êtres vivants. Cet éveil s'est transmis d'Inde en Chine, puis de Chine au Japon, et enfin en Europe grâce notamment à Maître Deshimaru. Cette expérience que nous pouvons faire par nous-mêmes est à l'origine du bouddhisme.

Cependant, la pratique du zen n'impose aucun dogme, aucune croyance, aucun sectarisme. Elle nous permet d'entrer en contact avec la dimension spirituelle et universelle de notre existence, nous fait retrouver une foi profonde en ce qui nous relie aux autres êtres vivants. Zazen, c'est shikantaza, simplement s'asseoir sans but ni profit, corps et esprit en unité comme une montagne bien établie sur ses bases, quelle que soit la violence des vents qui l'assailent à son sommet.

VAL-DAVID : En deuil le 24 juin

Robert Clément

Le drapeau du Québec en berne le jour de la Fête nationale! Raison officielle : « À la demande du gouvernement du Québec, nous l'avons mis en berne pour les funérailles de M. Parizeau. Nous avons commandé un drapeau neuf, que nous n'avons pas encore reçu. Lorsque nous le recevrons, nous ferons le changement », dit une représentante officielle de la Municipalité. Cet argument ne méritait aucune réplique. Huit jours plus tard, le drapeau est toujours à mi-mât. Le fleurdelisé est le peuple du Québec. Il est chacun de nous.

Il est notre honneur, notre avenir, notre existence, notre passé. Avec nos ténérables fondateurs, il est nos courageux Patriotes exécutés pour avoir défendu nos droits. Ce manque de respect flagrant, d'une indifférence blasphématoire, d'une ignorance crasse, est impardonnable. Tous les peuples de cette Terre honorent leur drapeau. Hors des cérémonies, le



drapeau ne doit pas toucher le sol. Il est plié et déplié dignement et avec soin. S'il est endommagé, on ne le jette pas aux ordures. Il est brûlé. Il est le peuple, le drapeau, chacun de nous! Pour ma part, jamais je n'accepterai sans mot dire ce sacrilège.

Nouveaux propriétaires



Félicitations! Le 1^{er} juillet est passé, les boîtes sont presque toutes déballées et vous vous sentez enfin chez vous dans votre nouvelle demeure. La décoration est toute fraîche, les souvenirs sont accrochés aux murs; il serait bien dommage de tout gâcher en raison d'un incendie... la fumée qui envahit la maison, imprégnant ainsi tissus et meubles. Chers nouveaux résidents de Val-David, voici quelques points à ne pas oublier :

- **Installez rapidement des avertisseurs de fumée, même durant les travaux.** Amis bricoleurs, veillez à ce que les avertisseurs de fumée retirés pendant les travaux de peinture ou de sablage soient remis en fonction, du moins de façon temporaire pour la nuit. Un détecteur par étage et dans les corridors menant aux chambres à coucher est requis. Il sera préférable de l'installer directement dans la chambre si vous avez l'habitude de dormir la porte fermée.
- **Identifiez tous les disjoncteurs de votre panneau électrique.** C'est une bonne occasion de vous familiariser avec les circuits de votre nouvelle demeure et peut-être d'identifier ceux qui présenteraient une surcharge potentielle (consultez rapidement un électricien à cet effet). En cas d'urgence, vous ou les pompiers pourrez rapidement fermer un circuit problématique et ainsi éviter bien des dommages. Malgré que le déménagement soit récent, attention de ne pas encombrer l'accès au panneau électrique. Un dégagement de 1 mètre devant le panneau est requis en tout temps.

• **Faites inspecter le foyer et la cheminée AVANT la première utilisation.** Vérifiez avec un spécialiste certifié la gaine

intérieure de la cheminée, déterminez si le ramonage doit être fait, inspectez le foyer afin de voir s'il est réellement fonctionnel (et ce, même si le vendeur vous a assuré qu'il n'y avait aucun problème à cet effet...). Vérifiez en même temps qu'il y ait 18 pouces de surface incombustible devant la porte de votre foyer.

- **Vous munir d'un détecteur de monoxyde de carbone.** Si vous possédez un appareil à combustion, que ce soit un foyer (gaz ou bois), une fournaise à huile ou une cuisinière au gaz (propane ou gaz naturel), vous devriez installer à chaque étage où se trouve un de ces appareils un détecteur de monoxyde de carbone. Ce gaz incolore et inodore peut être très nocif et même mortel en cas d'accumulation. Un **garage** se trouve à même le bâtiment de votre résidence? Un détecteur de monoxyde de carbone devrait se trouver à proximité de la porte d'accès dans la maison.

Ces quelques conseils et bien d'autres sont abordés durant les visites résidentielles de prévention incendie des pompiers de Val-David. Durant tout l'été, nous circulons dans les différents secteurs de Val-David : n'hésitez pas à faire appel à nous pour plus d'informations concernant la sécurité de votre nouveau nid!

BMR

Eugène Monette inc.

OUVERT 7 JOURS

MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION • VENTE & PRÉPARATION DE POUTRES

au *centre* de la rénovation

Depuis toujours
LIVRAISON GRATUITE

1-800-265-3833

VAL-DAVID
2650, 1 Rg, Doncaster
819-322-3833

STE-MARGUERITE
310, Ch. Ste-Marguerite
450-228-2526



La soupe du jour

Louise Duhamel

enseignante, École hôtelière des Laurentides

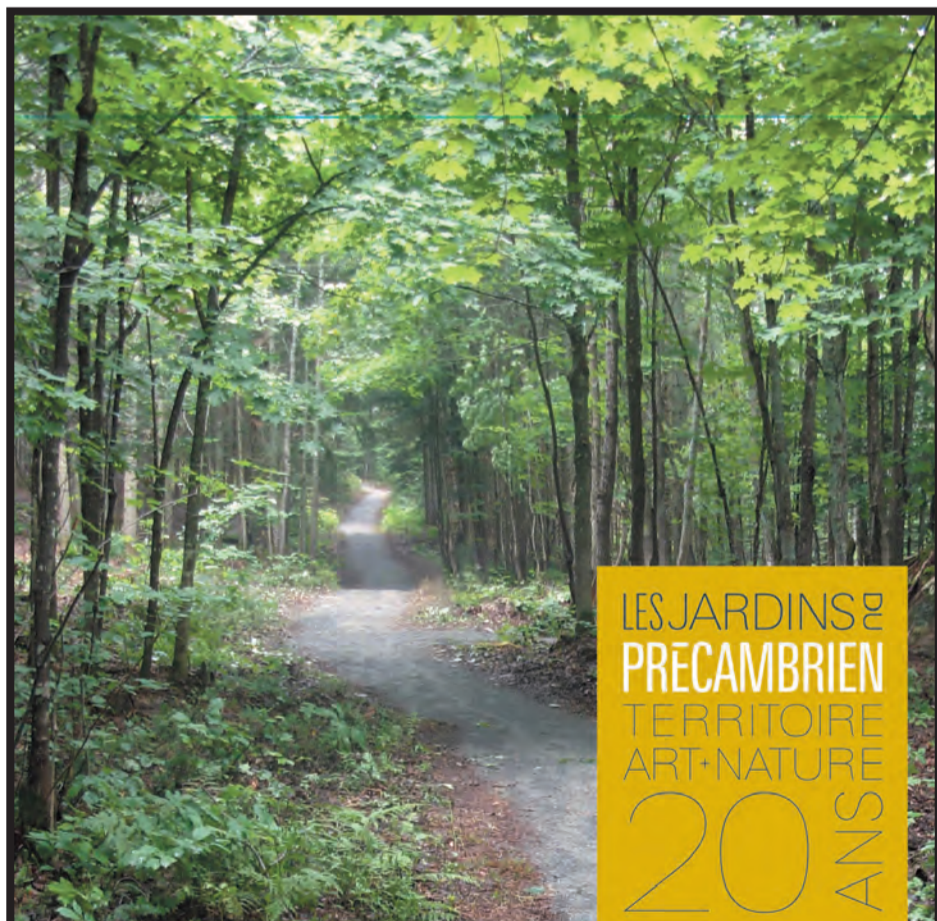
On connaît bien le gaspacho, peut-être aussi le consommé madrilène, mais moins la soupe aux cerises. Le lien entre ces potages est qu'ils se servent tous bien froids, voire glacés. Ce sont de vrais potages de saison, vive l'été!

Quand il fait chaud, on n'aime pas avoir à utiliser le fourneau. Vivement le mélangeur pour mettre en purée ce que l'on a sous la main et faire preuve de créativité avec, par exemple, des mélanges de concombre, aneth et yogourt, de tomate, poivron rouge grillé et cumin ou encore de melon d'eau, citron et menthe.



Parfois, pour préparer un potage froid, on ne peut échapper à la cuisson, mais ô comme cela en vaut la peine!... comme pour la vichyssoise, mon potage estival favori! Elle peut être servie de façon traditionnelle, ou parfumée à la livèche ou encore à l'oseille. On obtient la texture extrêmement veloutée de la soupe vichyssoise grâce à l'ajout de crème ainsi qu'à la présence de pomme de terre et de bouillon de poulet. Le bouillon se doit d'être fait maison pour avoir la texture gélatineuse nécessaire à produire ce velours liquide. Sur le même principe de préparation, je vous propose un velouté à base d'oignon, de pomme de terre et de chou-fleur avec

une note d'exotisme grâce à l'ajout de gingembre et de lait de coco. Dégustez ce potage en écoutant La soupe du jour, chanson qui sert de trame sonore au court métrage d'animation du même nom. Ce petit film à saveur musicale, culinaire et humoristique, que vous trouverez sur le site de l'ONF, a été réalisé par Lynn Smith et la chanson est interprétée par Susie Arioli et Damien Robitaille. Il dépeint la vie au restaurant d'un couple coloré sur fond de musique doo-wop joviale et il est inspiré de la chanson *Soup of the Day* d'Alexander (Zander) Ary. Sur un air des plus estivaux, voici donc la recette du velouté glacé au chou-fleur et lait de coco.



LES JARDINS DE
PRÉCAMBRIEN
TERRITOIRE
ART·NATURE
20 ANS

SYMPOSIUM INTERNATIONAL
D'ART-NATURE MULTIDISCIPLINAIRE

1301, montée Gagnon, Val-David
4 juillet au 12 octobre 2015

jardinsduprecambrien.com

Pour 4 personnes

Ingrédients du potage

60 ml (4 c. à soupe) d'huile végétale
1 oignon moyen, émincé
2 gousses d'ail, émincées
30 ml (2 c. à soupe) de gingembre frais, râpé
10 ml (2 c. à thé) de poudre de cari
1 chou-fleur, défilé en petits bouquets
1 l (4 tasses) de bouillon de poulet ou de légumes
2 pommes de terre, pelées et coupées en menus morceaux
Au goût sel et poivre
250 ml (1 tasse) de lait de coco

Ingrédients de la garniture

60 ml (4 c. à soupe) de crème 35 %
30 ml (2 c. à soupe) d'huile végétale
60 g (2 oz) d'amandes effilées
1 lime, zeste et jus
Au goût coriandre fraîche
1. Mettre quelques petits bouquets de chou-fleur de côté.

2. Dans une grande casserole, chauffer l'huile végétale. À feu moyen-élevé, y faire revenir l'oignon, les pommes de terre et l'ail pendant 2 à 3 minutes.
3. Ajouter le gingembre et le cari et bien mélanger. Ajouter les bouquets de chou-fleur et faire suer 5 minutes à couvert. Saler et poivrer au goût.
4. Ajouter le bouillon et le lait de coco. Porter à ébullition puis laisser mijoter pendant 15 minutes, ou jusqu'à ce que les légumes soient bien cuits.
5. Dans un mélangeur, réduire le tout en purée bien lisse. Vérifier l'assaisonnement. Refroidir.

Pour servir

1. Dans un poêlon, faire sauter les amandes jusqu'à coloration. Ajouter les bouquets de chou-fleur mis de côté, saupoudrer de zestes de lime et arroser de jus. Assaisonner au goût.
2. Ajouter la crème 35 % dans le velouté. Bien mélanger et verser dans des bols.
3. Déposer les amandes et les bouquets de chou-fleur au centre de la soupe et parsemer de coriandre fraîche hachée.

CET ÉTÉ À LA SALLE COGECO DU THÉÂTRE DU MARAIS : Les années Cat Stevens



DECouvrez L'APPLICATION VAL-DAVID PLUS



ÉVÉNEMENTS

CULTURE

RESTAURANTS

HÉBERGEMENT

ET BIEN PLUS!

Téléchargez
maintenant



Available on
iTunes

Google play

Présenté par **IMAGE MOBILE.ca**

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

Cet été, le Théâtre du Marais vous offre trois belles soirées avec le spectacle *Les années Cat Stevens*. Les 8, 15 et 22 août, Pierre Trépanier, Martin Lessard et Alain Couture (*L'Heure JMP*, Mercedes Band) vous feront revivre la belle époque de Cat Stevens. Ils interpréteront pour vous des chansons que vous fredonnerez tout au long de la soirée. Des succès inoubliables tels que *Father & Son*, *Wild Word*, *Moonshadow*, *Where Do the Children Play*, *Oh Very Young*, *Morning Has Broken*, *Can't Keep it In*, *Hard Headed Woman*, *Two Fine People* et plusieurs autres.

En ce moment, l'équipe travaille fort pour vous offrir un beau feuillet de programmation pour la prochaine saison, un tout nouveau site Web et un système de billetterie en ligne. À l'ouverture de la billetterie, le 17 août à 10 h, vous aurez le choix de réserver vos billets et de choisir vos places dans la nouvelle salle, dans le confort de votre salon ou encore directement au Théâtre. Surveillez vos boîtes aux lettres : vous recevrez le feuillet dans quelques jours! En attendant, réservez vos billets pour *Les années Cat Stevens* dès maintenant au 819 322-1414, au www.theatredumarais.com ou sur la page Facebook du Théâtre du Marais.

CLINIQUE VITALITÉ : Déjà six ans!

Sophie Soliman

Fondée en 2009, la Clinique Vitalité réunit au cœur du village de Val-David une équipe multidisciplinaire de professionnels qualifiés et expérimentés afin d'offrir un éventail de choix en thérapies parallèles et complémentaires en soins de santé. Les approches proposées sont l'acupuncture, l'ostéopathie, l'éducation somatique selon la méthode Feldenkrais^{MD} et la massothérapie.

Des soins professionnels dans un environnement chaleureux

La Clinique Vitalité a pour mission d'offrir des services de première qualité pour permettre une santé optimale tout en ramenant la personne à son équilibre et en favorisant le maintien de celui-ci. Que ce soit pour un moment de détente ou dans un but thérapeutique (douleurs, allergies, troubles digestifs, grossesse et fertilité, soins de toute la famille...), notre équipe travaille en collaboration pour maximiser le bien-être de sa clientèle.

Nous croyons que la santé du corps implique une approche autant mécanique que globale de la personne. Nous nous engageons à employer le meilleur de nos connaissances pour vous aider à retrouver un maximum de qualité de vie.

Nous sommes fiers de vous offrir notre savoir ainsi que notre expertise et espérons avoir le plaisir de vous rencontrer à la clinique.

Pour plus d'informations, consultez notre site Web au cliniquevitalite.jimdo.com ou communiquez avec nous au 819 322-3081 pour prendre rendez-vous.

Notre équipe

Sophie Soliman, acupunctrice et ostéopathe (FRM)

Sophie Soliman s'intéresse pour la première fois à l'acupuncture en 1999. Après quelques traitements, ses allergies saisonnières disparaissent comme par magie! Elle entreprend alors une formation en acupuncture traditionnelle au Collège de Rosemont et obtient son diplôme en 2002. Elle est fascinée de découvrir que l'acupuncture peut aider de multiples états de santé, parfois même très rapidement. Cette approche en médecine parallèle lui permet de comprendre que le corps possède la capacité de retrouver son équilibre si on le stimule aux bons endroits.

Elle commence sa pratique en 2004, à l'ancienne Clinique d'ostéopathie de Val-David.

Sa curiosité pour la palpation et son désir de mieux comprendre l'anatomie l'amènent à poursuivre ses études en ostéopathie au Collège d'études ostéopathiques de Montréal. Elle termine sa formation de premier cycle en 2012 et rédige actuellement un mémoire sur les douleurs pelviennes de la femme enceinte, ce qui lui permettra d'obtenir son titre de D.O. L'ostéopathie ajoute à sa pratique une vision structurelle, biomécanique et globale à l'approche énergétique de la médecine chinoise.

Avec douceur et précision, elle cherche le meilleur moyen de rétablir le bien-être, l'équilibre et l'harmonie chez sa clientèle. Selon la raison de la consultation et l'historique de santé, elle peut suggérer une des deux approches qui, selon son expérience, apportera un soulagement plus rapide.

Parfois, l'acupuncture et l'ostéopathie pourront être combinées dans la même séance.

Chantal Martin, massothérapeute et praticienne de la méthode Feldenkrais^{MD}

Depuis près de 30 ans, Chantal Martin propose les outils nécessaires à quiconque souhaite atteindre un mieux-être. Massothérapeute depuis 1986 (membre de la FQM), elle intègre diverses techniques de massothérapie visant à améliorer l'équilibre corps/esprit. Elle est également praticienne certifiée de la méthode Feldenkrais^{MD} (AFQ) depuis 1996. Elle détient un diplôme d'études supérieures spécialisées (DESS) en éducation somatique du département de danse de l'UQAM.

Chantal offre des séances individuelles en massothérapie et en éducation somatique avec la méthode Feldenkrais^{MD} et donne des séances de groupe hebdomadaires de gymnastique douce ainsi que des ateliers thématiques (*La marche autrement, La souplesse du dos, Améliorer sa posture assise et debout...*). Elle offre des conférences et ateliers d'éducation somatique en entreprises et enseigne également dans les écoles de massothérapie.

Parce que nos attitudes corporelles sont souvent inconscientes, nos gestes peuvent devenir sources de tensions chroniques; Chantal met l'accent sur la qualité de vie de la personne dans la capacité qu'a chaque individu de s'améliorer dans son action en prenant conscience de ce qu'il fait. Il est possible de se réapproprier son corps et d'apprendre à mieux bouger avec moins d'efforts, moins de douleur et plus de plaisir et d'efficacité.

La méthode Feldenkrais^{MD} fait appel à la sensibilité plutôt qu'à l'esprit de performance. Les personnes sont amenées à explorer des mouvements doux et agréables qui favorisent une prise de conscience des attitudes et habitudes qui nuisent au confort. On agrandit son répertoire de mouvements et il est alors possible de bouger d'une façon plus optimale.

La massothérapie et la méthode Feldenkrais^{MD} permettent de vivre des expériences corporelles douces et concrètes qui aident à apprivoiser et à mieux habiter son corps, dans le but d'atteindre un mieux-être et d'améliorer ainsi l'équilibre corps/esprit.

Christopher Garbrecht, acupuncteur

Christopher Garbrecht est acupuncteur depuis 2009 et thérapeute à la Clinique Vitalité depuis 2010. Son chemin vers l'acupuncture a commencé durant un séjour de trois ans au Japon. À la suite d'une blessure au dos lors d'une partie de tennis, il a décidé de donner une chance à la médecine traditionnelle. Il a alors été ébloui par la rapidité et l'efficacité de l'acupuncture contre sa douleur.

Après cette expérience concluante avec l'acupuncture, il s'ouvre à la possibilité d'une approche parallèle pour remédier aux douleurs et améliorer divers troubles de santé. Dès son retour à Montréal, il s'inscrit au programme d'acupuncture du Collège de Rosemont. Sa curiosité innée et sa passion pour l'acupuncture sont partie intégrante de sa pratique.

Désirant partager ses connaissances, Christopher a déjà écrit plus d'une quarantaine d'articles sur l'acupuncture et la santé pour le journal Main Street. Il est constamment à la recherche de nouvelles approches et techniques pour améliorer

ses résultats et le bien-être de sa clientèle. Il adore le fait que l'acupuncture soit un constant apprentissage. Il utilise plusieurs styles d'acupuncture qui répondent bien à la complexité et à l'unité du corps humain. Son but est de toujours donner la plus haute qualité de soins personnalisés à chaque patient, avec les meilleurs résultats possible.

Audrey Limoges, ostéopathe (D.O.)

C'est son envie de comprendre la biomécanique, l'anatomie et la physiologie du corps humain qui ont décidé Audrey à opter pour l'ostéopathie. Elle porte de l'intérêt à tous les types de symptômes et traite tous les types de clientèles. Elle aime découvrir comment le corps s'adapte et la manière d'amener un relâchement.

En plus de sa pratique générale, Audrey possède une spécialisation en périnatalité. Elle a suivi un cours d'accompagnement à la naissance et a assisté à une quinzaine d'accouchements autant en milieu hospitalier qu'à domicile avec des sages-femmes.

Audrey est diplômée du Collège d'études ostéopathiques. Elle a terminé son baccalauréat en 2008 et a été reçue ostéopathe en 2011 à la suite d'une recherche qui s'intéressait aux effets du traitement du

diaphragme sur la mobilité du thorax. En parallèle de sa pratique ostéopathique, elle supervise des étudiants pratiquant en consultation externe au Collège d'études ostéopathiques et enseigne l'anatomie à des accompagnantes à la naissance et à des professeurs de yoga.

Espace Fresque

Église de Val-David

Vernissage : samedi 1er août 2015 de 17h à 19h.
Exposition du 1er août au 4 octobre 2015

Les expositions sont organisées par le

5 ANS DE DÉMARCHE CULTURELLE

Collectif Le Temps...Nous présente l'art contemporain

FINANCÉ ET COUVERTURE DES VISITES AVEC ARTISTES SUR PLACE : LES SAMEDIS DE 10H À 10H ET DIMANCHES DE 10H À 10H
Nous joindre : letempsnous010@gmail.com

CLINIQUE VITALITÉ

Une équipe de professionnels pour votre bien-être à Val-David!

ACUPUNCTURE
OSTÉOPATHIE
MASSOTHÉRAPIE
ÉDUCATION SOMATIQUE
MÉTHODE FELDENKRAIS^{MD}

Profitez d'un été en santé et en mouvement

DES SOINS POUR TOUTE LA FAMILLE

Votre équipe Vitalité
Audrey Limoges
Christopher Garbrecht
Sophie Soliman
Chantal Martin

CLINIQUE VITALITÉ
1288, rue Jean-Baptiste Dufresne,
Val-David

819-322-3081
cliniquevitalite.jimdo.com

BRÈVES Nouvelles



Association des auteurs des Laurentides a déménagé. L'organisme est désormais logé au 200, rue Principale, suite 10, Saint-Sauveur (Québec) J0R 1R0. Une activité de financement aura lieu du 24 au 26 juillet à Saint-Sauveur. Info : Ginette Sabourin : 450 744-0123.

morts infantiles ou liées à la grossesse, etc. Avant la lever des élections de cet automne, demandons aux chefs des partis de nous faire part de leur intention d'embarquer dans le vaisseau construit par Pearson et de contribuer à l'éradication de la pauvreté. (Yannick Alie)



En agissant ensemble, on agit vraiment

Le slogan de la Fondation qui affirme qu'en agissant ensemble on agit vraiment s'avère une vérité encore cette année. Le 10 juin dernier, la Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut a organisé avec l'aide financière de la Fondation Le Support (Fondation de la déficience intellectuelle), une journée d'activités afin de remercier un groupe de bénévoles vivant avec une déficience intellectuelle ou un trouble du spectre de l'autisme. Ceux-ci proviennent de la Polyvalente des Monts et du Centre du Flores (CISSSL) point de service de Sainte-Agathe-des-Monts. Ils apportent une aide formidable au sein du comptoir familial de la Fondation médicale et ce, tout au long de l'année. Agissant comme bailleur de fonds (pour une cinquième année), la Fondation Le Support, par son programme d'aide financière aux organismes de bienfaisance a grandement aidé la Fondation médicale à rendre tout ce beau monde heureux. Info : Hugo Lajeunesse 819 323-4565 · tanya@fondationmedicale.com



La MRC des Laurentides désire informer la population que les services des 10 écocentres du territoire sont gratuits jusqu'à 26 visites par année, soit plus d'une visite aux deux semaines. Pour plus d'info : www.mrlaurentides.qc.ca/reseau-decocentres-gratuit/

Tout ce qu'il nous est possible d'accomplir...

La sonde *New Horizons* a fait un face à face avec Pluton il y a quelques jours! À une vitesse de 49 000 km/h! Si nous sommes capables de nous approcher à ce point de la planète naine, située à plus de 5 milliards de kilomètres de nous, imaginez ce que nous sommes en mesure d'accomplir plus près de chez nous. Pour ma part, je commencerais par améliorer la vie des plus pauvres de ce monde jusqu'à éradiquer complètement la pauvreté. Oui, nous en avons les moyens! La première phase de ce rêve a eu lieu lorsque le premier ministre canadien Lester B. Pearson a lancé la solution pour la lutte contre la pauvreté : que tous les pays riches accordent 0,7% de leur revenu national brut (RNB) aux pays les plus démunis. En 1970, de nombreux pays ont fait décoller ce projet en s'engageant à donner une part de leur RNB à l'aide internationale. Malheureusement, à ce jour, seuls quelques pays ont respecté leur engagement de donner 0,7% : le Royaume-Uni, la Norvège, la Suède, les Pays-Bas et le Danemark. Le Canada, lanceur de l'idée, est loin derrière avec 0,24% de son RNB.

Ce 0,7% contribuerait à combler les écarts de financement actuels et d'en venir à bout avec les maladies liées à la pauvreté, à la malnutrition, aux



Groupe des élèves de la Polyvalente, du Florès et les intervenants.

LE BARBECUE :
Pour ne pas qu'il se transforme en drame!

Isabelle Gauthier

Intervenante et spécialiste en comportement canin

La belle température est enfin arrivée! Les fêtes sur le bord de la piscine, les grillades sur le BBQ, les feux en famille et entre amis.

Pour nous, c'est la joie et le petit verre de vin ou la petite bière. Pour nos amis canin, c'est plus souvent qu'autrement une source de stress!

Il est important d'offrir à votre chien un lieu où il pourra se réfugier et se reposer. Pourquoi, me direz-vous?

Parce que, pour votre chien, toutes ces situations sont stressantes.

Les enfants font du brouhaha, les adultes parlent et rien plus fort, il y a de la nourriture pas mal partout et votre chien devient soit surexcité ou cherche à se cacher dans un coin. Donc, à ce moment-là, votre chien peut très bien devenir en réflexe de défense s'il sent son environnement envahi ou encore que son corps peut être en danger. Par le fait même, étant donné que pas mal tout le monde est à la



fête, personne ne remarque les signes de stress ou d'inconfort de celui-ci et BANG! Quelqu'un se fait mordre!

La nourriture aussi peut être une cause de morsure. Imaginez un petit bambin de 4 ans qui veut jouer avec le superbe chien (qu'il voit comme une peluche)

lorsque celui-ci gruge son os ou, encore, a subtilement volé un petit pain! Il est assuré que les risques que ce bambin se fasse mordre soient multipliés par 1000!

Il vaut mieux lui offrir des périodes où il sera tranquille dans sa cage ou dans une pièce juste pour lui à certains moments. Cela lui permettra de se retrouver dans ses poils afin d'éviter un accident qui peut facilement être grave.

Un chien, même le plus gentil et sociable au monde, restera toujours un chien. Il a ses perceptions et n'a pas la capacité de rationaliser comme nous.

Donc, pour l'amour de nos toutous et de nos convives, soyons prévoyants et prudents! Bon été!

WWW.LAJARDINIERE.CA
1300, PRINCIPALE EST, SAINTE-AGATHE-DES-MONTS | 819 326-8826

Centre de Jardin

La Jardinière
Sainte-Agathe

OUVERT 7 jours / 7
DE PÂQUES À NOËL

LES VIVACES SONT EN FLEURS!
VISITEZ NOTRE SECTION LIQUIDATION 50% DE RABAIS ET +

25% de rabais

Pour tout le mois de juillet, obtenez 25% de rabais sur les petits fruits et les arbres fruitiers avec présentation de ce coupon

10\$ DE RABAIS sur nos tarifs réguliers incluant l'accès au SPA - SAUNA - BAIN NORDIQUE

Reçu de massothérapie - carte fidélité - massage seul ou en duo - enveloppements - facial - pédicure manucure et plus encore...ouvert tous les jours sur réservation 819-322-2686 # 0 en vigueur jusqu'au 31 novembre 2015 Ne peut être jumelé à aucun autre rabais- offre ou promotion

AUBERGE DU VIEUX FOYER VAL-DAVID
Spa • Fine Cuisine • Villégiature

Brunch tous les dimanches 10h30 ou 12h30

Moules et frites maison à volonté Les mardis soirs

19,95\$ Chacun - Taxes et service en sus

819-322-2686 | 800-567-8327
3167 1er Rang Doncaster, Val-David, Qc, J0T 2N0
www.aubergeduvieuxfoyer.com

DE BONS CONSEILS DE LA SÛRETÉ DU QUÉBEC : Prévenir les introductions par effraction

Isabel Desgroseilliers, sergente

Coordonnatrice locale en police communautaire

Avec l'arrivée de la saison des vacances, le poste de la MRC des Laurentides tient à rappeler quelques conseils de prévention dans le but de mieux protéger votre domicile et de dissuader ainsi les cambrioleurs :

- Verrouillez vos portes et fenêtres lorsque vous vous absentez, ne serait-ce que pour quelques minutes. Ne laissez pas de clés de secours dans la boîte aux lettres; c'est le premier endroit que les voleurs vérifient.
- Installez une minuterie permettant d'allumer ou d'éteindre des lampes, d'ouvrir ou de fermer la radio synthétisée, de préférence à un poste qui diffuse des émissions de tribune téléphonique.
- Ne conservez pas de grosses sommes d'argent à l'intérieur de votre domicile.
- Identifiez vos biens de valeur. Les voleurs ne s'intéressent pas aux pièces marquées.
- En votre absence, demandez à un voisin de confiance de ramasser les circulaires, les journaux locaux et le courrier, de sorte qu'ils ne

demeurent pas sur le paillason plusieurs jours.

- Demandez à ce voisin de déplacer votre voiture ou encore, de garer la sienne dans votre entrée.
- Mettez vos poubelles au chemin, puis demandez à ce voisin de les retirer du chemin une fois que les éboueurs ont passé.
- Sachez que vous pouvez en tout temps interrompre la livraison de vos journaux en communiquant avec l'administration de ceux-ci. Vous pouvez aussi utiliser le service de retenue du courrier offert par Postes Canada, surtout si vous attendez des chèques durant cette période.
- Inspectez les lieux avant votre départ et fermez la remise à clé.
- Ne laissez aucun objet permettant aux malfaiteurs d'accéder à une fenêtre.
- Laissez votre voiture dans le garage pour y mettre les bagages afin de rendre votre départ plus discret.
- Si vous voyez une personne suspecte flâner près de chez vous ou chez un voisin, faites appel au 9-1-1.
- À votre retour, si malheureusement vous constatez un vol, ne touchez surtout à rien. Quittez les lieux et appelez le 310-4141.

NOS ANIMAUX DE COMPAGNIE Les dangers de l'été

Martine Lavallée, B.A.A.

et technicienne en santé animale
martinelavalleetsa.wix.com/2015
facebook.com/martinelavalleetsa
marlav@hotmail.ca

Avec l'été viennent les belles soirées. On se retrouve entre amis près du feu et autour de la piscine pendant qu'un bon repas grésille sur le barbecue. Malheureusement, ces moments de détente peuvent être gâchés par un banal incident. Je vous présente ici certains dangers qui guettent nos animaux de compagnie lors de ces rassemblements.

Brûlures

Un BBQ ou des flammes, ça brûle, mais nos animaux ne le savent pas nécessairement! Les briquettes, la graisse chaude, le métal du BBQ, les ustensiles et les aliments sont tous des sources potentielles de brûlures. Quant aux flammes du feu de joie, elles pourraient brûler votre animal s'il s'en approche trop; et du poil, ça prend feu rapidement!

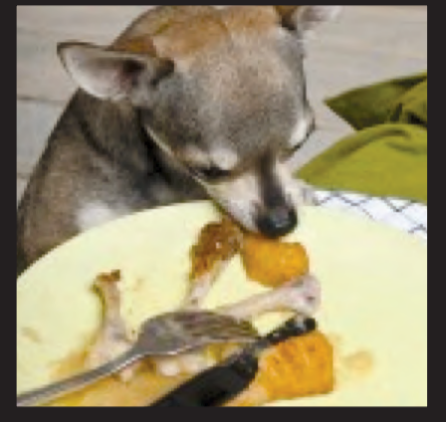
Pancréatites, os et pics à brochettes

Les odeurs de BBQ sont attirantes! Vous aimeriez peut-être en faire profiter votre compagnon, mais retenez-vous! De grandes quantités de gras dans son alimentation peuvent lui causer des troubles digestifs, comme l'inflammation du pancréas. Et les os et pics à brochettes font des désastres : ils peuvent causer de graves dommages, dont la perforation du tube digestif. N'oubliez pas de protéger votre poubelle pour que votre chien n'y ait pas accès.

Aliments et plantes toxiques

Voici une liste de choses que votre animal ne devrait jamais ingérer, car elles pourraient nuire à sa santé :

- Alcool
- Avocat
- Bulbes
- Caféine (tout ce qui peut en contenir)
- Champignons
- Chocolat
- Compost
- Cônes de houblon
- Feuilles et tiges de rhubarbe, de pommes de terre et de tomates
- Gomme à mâcher avec ou sans xylitol
- Grande quantité de sel ou de foie
- Hortensia
- Laurier rose
- Marrons
- Noix de Grenoble et de macadamia



- Noyaux de pomme, d'abricot, de cerise et de pêche
- Raisins frais et secs

Piscine

En réalité, nombreux sont les chiens et les chats qui ne savent pas nager. Chaque été, plusieurs sont victimes de noyade. Voici quelques mesures à prendre lors d'un « party » piscine, car une noyade résulte d'un manque d'attention :

- Conservez une perche à proximité de la piscine;
- Veillez à ce que le sol soit sec autour de la piscine;
- Désignez toujours un surveillant;
- Lorsque la baignade est terminée, enlevez les jouets sur l'eau qui pourraient attirer votre chien.

Coup de chaleur

Il s'agit d'une attaque brutale et rapide caractérisée par une hyperthermie corporelle occasionnée par une température ambiante trop élevée, faisant en sorte que votre animal ne parvient plus à conserver une température normale (38,5 °C - 39,5 °C), car les animaux se refroidissent en respirant de l'air frais.

Produits du tabac et drogues illicites

S'ils sont ingérés en grande quantité, ces produits peuvent être mortels pour les animaux. Voilà pourquoi il faut les garder hors de leur portée.

Piqûres d'insectes en tout genre

Dans notre région, divers insectes piqueurs s'en donnent à cœur joie! Après s'être fait piquer, votre animal peut présenter de simples lésions rouges sur sa peau, mais aussi une réaction allergique plus grave, avec des boursouffures locales ou généralisées, ou même des difficultés respiratoires, des tremblements et de la fièvre.

Bref, en général, il vaut mieux garder nos compagnons à l'écart des sources de danger, dans un endroit frais et paisible.

LA RENTRÉE ARRIVE À GRANDS PAS...

TU ES DE NIVEAU :
COLLÉGIAL ?
PROFESSIONNEL ?
UNIVERSITAIRE ?

Nous t'invitons à venir **RENCONTRER UNE CONSEILLÈRE** à la Caisse pour voir les différentes options qui te sont offertes...
MULTITUDE D'OUTILS POUR T'ACCOMPAGNER DANS TES PROJETS...

Renseigne-toi aussi sur le **CONCOURS :**
« JE VEUX. JE PEUX. »

Tu es âgé entre 18 et 30 ans, tu fais fait l'acquisition de l'un des produits admissibles pendant la période du concours, et tu cours la chance de gagner le prix de 10 000 \$ pour réaliser tes projets.



Desjardins
Caisse populaire
de Sainte-Agathe-des-Monts

819 326-2883

ltdg^s

La table des gourmets

Menus midi : 16,50\$ à 22\$

Brunch : 5\$ à 14\$

Soir : 8\$ à 35\$

*La grande cuisine,
ça n'a pas de prix!*

2353, rue de l'Église à Val-David | Réservations : **819 322-2353**

www.tabledegourmets.com

RESTAURANT



affiliées à :



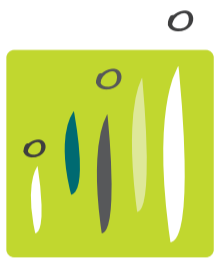
Maxim Charland
et **Véronique Segard** pharmaciens



T 819 322.3232 F 819 322.6434

1291, rue J-B Dufresne, Val-David, Qc J0T 2N0

Lun. au vend. : 9 h à 20 h | Sam. : 9 h à 17 h | Dim. : 10 h à 17 h



clinique
DENTAIRE
VAL-DAVID

DR JEAN-FRANÇOIS PITT
Chirurgien-dentiste

Heures d'ouverture
Lundi et mercredi : 10 h à 20 h
Mardi et jeudi : 8 h30 à 17 h

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

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

Avec plus de quinze ans d'expérience,
M. Hébert offre ici même à Val-David
une gamme complète de services
en denturologie.

Consultation, fabrication, réparation
et entretien de prothèses.



BENOÎT HÉBERT, D.D., DENTUROLOGISTE

CLINIQUE DENTAIRE VAL-DAVID
DR JEAN-FRANÇOIS PITT, chirurgien-dentiste
2350, rue de l'Église, Val-David

819-322-9999



RE/MAX
RE/MAX Laurentides inc
BUREAU EXCLUSIF À VAL-DAVID
2515, de l'Église, Val-David
Tél.: (819) 322-3666
www.etiennesavard.com
Étienne Savard
Courtier immobilier

L'ACHAT LOCAL EST PROFITABLE À TOUS!

CLOUTIER & FILS EXCAVATION
1310, route 117, Val-David, 819 322-1421

PIZZA NIKO'S
950, Route 117, Val-David, 819 322-3422

Faites-vous connaître avec **Ski-se-Dit**.
4 000 lecteurs assidus, chaque mois. 819 322-7969 • ski-se-dit@cgocable.ca



WINDOWS - MAC - LINUX
IPHONE - IPAD - ANDROID
CTRL-ALT-MAT
Services informatiques
info@ctrl-alt-mat.com
450-675-4693



MARCHÉ de Qualité
Val-David

15^e
année

30 MAI AU 10 OCTOBRE 2015

tous les samedis de 9 h à 13 h, rue de l'Académie

CHOIX • QUALITÉ • AMBIANCE • TRAÇABILITÉ

De 70 à 80 producteurs tous les samedis

www.marchedete.com • 819 322-6419



**L'ENDROIT PAR EXCELLENCE
POUR LES AMATEURS DE BIÈRE !**
La plus grande gamme de
BIÈRES IMPORTÉES, SPÉCIALISÉES
et de MICROBRASSERIES du Québec
Plus de 300 variétés pour satisfaire
les plus fins connaisseurs !



AU COEUR DU VILLAGE ET DES GENS !

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

**SERVICE DE COMMANDES
ET LIVRAISON À DOMICILE**

Disponible du lundi au vendredi



Appelez-nous pour
plus d'information

819 324-1479

LIVRAISON

