



# Michel Comeau lance un disque piano-voix

— Suite de la page C-1

«Sospiro», qui signifie «soupir» en italien, regroupe aussi bien des vieux classiques américains des années 30, 40 et 50 tels *Cry Me a River*, *Dancing in the Dark* et *Night and Day* que des chansons pop plus récentes comme *Both Sides now* de Joni Mitchell, *Don't Let Me Be Lonely Tonight* de James Taylor et *What the World Needs Now Is Love* de Burt Bacharach, arrangées pour piano et voix par Luc Beaugrand et chantées par Michel Comeau.

Des arrangements et une interprétation qui sortent souvent du cadre conventionnel de ces pièces. «Ce n'est pas vraiment du jazz et ce n'est pas du pop non plus, indique Michel Comeau. C'est quelque chose d'assez doux, quelque chose de proche d'une sensibilité qui nous échappe parfois de nos jours. C'est un disque qui est proche du coeur.»

Même l'accompagnement revêt un caractère spécial, tant à cause du jeu du pianiste que des arrangements eux-mêmes. «Le pianiste prend beaucoup de place là-dedans, souligne Comeau à cet effet. La façon d'accompagner de Luc sur cet album n'est pas une façon conventionnelle d'accompagner un chanteur.»

S'il regroupe plusieurs pièces en anglais, «Sospiro» compte aussi des chansons interprétées en français comme la célèbre *Les feuilles mortes* ou des adaptations francisées de pièces comme *Laisse faire la musique et danse* (*Let's Face the Music and Dance*), *Tu viens dans ma tête* (*You Go to my Head*) et *Pour te plaire* (*That's All*) réalisées par des gens comme Maxime Le Forestier, Carla Bruni et David McNeil.

Michel Comeau se dit très heureux d'avoir ainsi inclus des chansons en français sur le disque. «J'aime faire de la chanson française, confie-t-il. Même si j'ai beaucoup chanté en anglais au cours de ma vie, j'ai pris goût de plus en plus à chanter en français.»

«Sospiro» a été enregistré au cours de l'hiver dernier au studio de Michel Comeau où se trouve un piano Steinway de haute qualité, puis mixé par Claude Champagne à son propre studio. Piano et voix sont les seuls instruments qu'on y entend. «On est vraiment à nu quand on se retrouve juste piano et voix», souligne le chanteur.

## Michel Comeau et Luc Beaugrand

Artiste originaire de Saint-Jean-sur-Richelieu, Michel Comeau a à son actif une carrière bien remplie. À la fois chanteur et comédien, il a travaillé dans plusieurs groupes musicaux en plus de participer à des productions comme l'opéra «Nelligan» de Michel Tremblay et André Gagnon, «Dom Juan» et «Jeanne Dark». En tant que comédien, il campe différents rôles à la télévision, notamment dans «Virginie», «Le volcan tranquille», «Providence» et «Cher Olivier».

Michel prête aussi sa voix à des personnages de films de Disney comme «La Petite Sirène», «Pocahontas», «Histoire de jouets» et «Vie de bestiole», en plus de chanter dans nombre de publicités télévisées comme par exemple celle des restaurants Giorgio, de la Fédération du lait du Québec et de la Brasserie Molson.

Récemment, il a fait partie de la distribution de la revue musicale

«Sous les ponts de Paris» présentée au Casino de Montréal en 2004 et à celui du lac Leamy à Hull en 2005. «Nous sommes neuf sur scène, quatre chanteurs et cinq musiciens, indique-t-il. J'y fais principalement des chansons de Prévert, de Montand et de Regiani». Michel Comeau ajoute que ce spectacle a suscité un véritable engouement, ayant attiré, tant à Montréal qu'à Hull, des dizaines de milliers de personnes.

Depuis deux ans, Michel Comeau collabore également avec un orchestre du nom de «Blok Note», un big band de 18 musiciens avec lequel il présente un numéro de 45 minutes où il chante des pièces de Frank Sinatra, de Michael Bublê, etc. Le groupe se produit surtout dans des grands événements de type corporatif, souligne-t-il. «Blok Note» a ainsi joué pour des fêtes ou des événements donnés par des entreprises comme le Canadien National ou même le Cirque du Soleil.

Luc Beaugrand a quant à lui débuté sa carrière professionnelle en fondant, avec Michel Cusson, le célèbre groupe «Uzeb». Bachelier de l'Université McGill, il perfectionne son art au Berklee College of Music de Boston ainsi qu'au New England Conservatory.

Luc Beaugrand a donné et participé à de nombreux concerts, en plus d'avoir travaillé pendant dix ans à la télévision, aux émissions «Rendez-vous», «L'été chaud» et «Ad Lib». Au cours de sa carrière, il a eu l'occasion de jouer avec les



«C'est un disque proche du coeur, nous dit Michel Comeau à propos de son nouvel album. C'est un disque qui est proche de moi».

Grands Ballets Canadiens de Montréal, de même qu'avec des artistes tels Miroslav Vitous, Dizzy Gillespie, Ernie Watts, Michel Donato, Guy Nadon et Nick Ayoub.

Outre leur collaboration sur le disque qui vient de paraître, Comeau et Beaugrand travaillent aussi ensemble au restaurant Les Beaux Jedis du Thursday's à Montréal où ils jouent tous les samedis soir. Deux autres musiciens, Frédéric Alarie à la contrebasse et Camil Belisle, font partie de cette formation qui présente principalement un répertoire axé sur le jazz et la chanson française.

Lancé au début du mois de juin

à Montréal, «Sospiro» est depuis disponible dans la plupart des magasins Archambault et Renaud-Bray. On peut également écouter des extraits sur le site Internet de l'artiste à l'adresse [www.michelcomeau.com](http://www.michelcomeau.com).

Cette nouvelle réalisation maintenant sur le marché, Michel Comeau compte consacrer les prochains mois à en faire la promotion, par le biais de différents spectacles, comme par exemple au Casino de Charlevoix le 18 juin, et vraisemblablement par la suite dans les maisons de la culture. Une tournée en Suisse et en France est également en projet, souligne-t-il. ●

## Billy Soucy signe un deuxième album

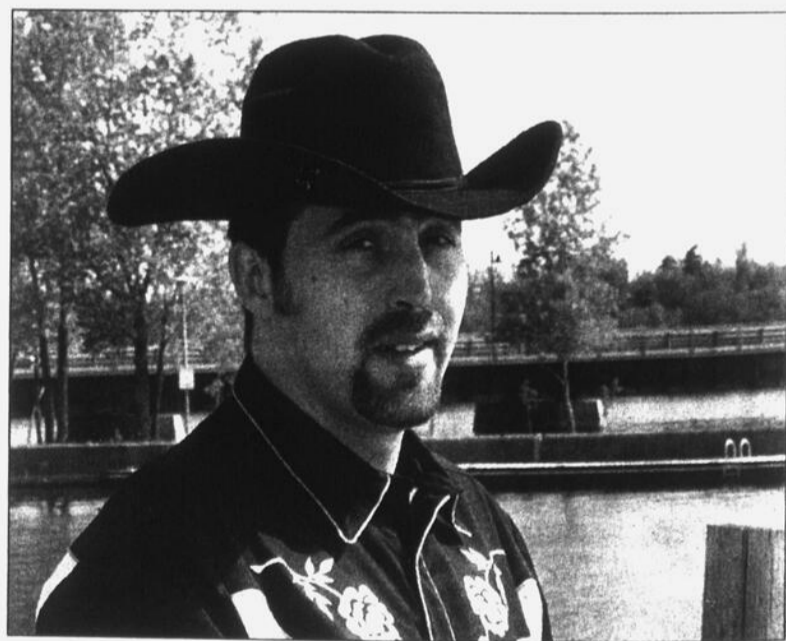
Michel PHANEUF  
michel.phaneuf@canadafrancais.com

Cinq ans presque jour pour jour après la parution de son premier disque, Billy Soucy signe un deuxième album. L'auteur, compositeur et interprète vient de terminer un tout nouveau disque de style country-western intitulé «Les dés sont jetés». Le lancement officiel a eu lieu le 4 juin dernier au Théâtre de Marieville.

«Les dés sont jetés» regroupe dix chansons, toutes des compositions de Billy Soucy, avec, pour certaines, la collaboration de Mario Lavoie. Daniel Laliberté, le batteur du groupe «Montana» a également participé à l'élaboration des rythmes d'une des chansons de l'album.

En général, le nouveau disque se veut plus doux et plus représentatif de son auteur, nous dit Billy Soucy. «C'est ma vie, c'est mon histoire», indique-t-il. De plus, à la différence du premier, toutes les pièces sont chantées en français, souligne-t-il.

Quant au style, tout en demeurant résolument country et western, certaines chansons de l'album ont une touche qui leur



Billy Soucy.

confère une dimension plus pop.

Maintenant que son nouveau disque est sur le marché, Billy Soucy compte en faire la promotion par le biais des nombreux festivals où il présente son spectacle au cours de l'année, tant au Québec qu'en Ontario. Seulement l'an dernier, il en a fait près d'une quarantaine, nous dit l'auteur-compositeur. Ici dans les environs, il

prévoit entre autres se produire à Cowansville de même qu'à Saint-Rémi-de-Napierville au cours des prochains mois.

D'ici là, les personnes qui voudraient se procurer «Les dés sont jetés» peuvent le faire en communiquant directement avec l'artiste au (450) 357-1392 ou par courriel à l'adresse [billysoucy@hotmail.com](mailto:billysoucy@hotmail.com). ●



## 115 ans bien soulignés

C'est en présence de quelque 300 personnes que le Cercle Philharmonique de Saint-Jean a souligné ses 115 ans d'existence le 4 juin dernier lors d'un grand concert à la cathédrale de Saint-Jean. Un concert qui s'est valu d'élogieux commentaires de la part des spectateurs, notamment au chapitre des pièces chantées, pièces qui ont été très appréciées des spectateurs, nous dit une porte-parole du Cercle. La présentation de la *Marche Richelieu* sous la direction de Aimé Lainesse, un ancien directeur de l'harmonie johannaise, a aussi constitué un des moments forts de la soirée. À noter que le Cercle Philharmonique présentera plusieurs autres concerts cet été, notamment à Cowansville le 10 juillet, au parc Marchand le 22 juillet et au Vieux-Port de Montréal, dans le cadre des Concerts Campbell, le 31 juillet. ●

# Le Musée consacre son expo d'été à Claude Raymond

Richard **HAMEL**  
richard.hamel@canadafrançais.com

Le Musée du Haut-Richelieu consacrera son exposition estivale à un grand nom du sport en même temps qu'à un personnage illustre de Saint-Jean-sur-Richelieu. Du 16 juin au 20 août, les gens de la région de même que tous les Québécois sont conviés à venir visiter l'exposition «Claude Raymond: Une légende au monticule».

Organisée en collaboration avec le Fonds Claude Raymond, l'exposition «Claude Raymond: Une légende au monticule» vise à raconter la vie d'un grand sportif, mais aussi celle d'un acteur important de notre région. Axée sur l'homme derrière la légende, elle tracera un portrait de ce célèbre sportif en partant de son amour pour son sport, pour en arriver à parler de l'impact qu'il a pu avoir sur le public québécois, en passant par ses exploits à titre de joueur professionnel, d'analyste et d'instructeur.

## Les objets présentés

Plusieurs objets exposés proviennent de la collection personnelle de Claude Raymond. D'autres ont été prêtés par l'organisation des Expos qui en avaient fait don au Panthéon des sports du Québec.

Parmi les articles présentés, on retrouvera des uniformes que le lanceur de relève a endossés au cours de sa carrière, notamment celui des Expos, des Braves d'Atlanta en 1967 et le chandail qu'il a porté lors du match des étoiles en 1966 sous les couleurs des Astros de Houston.

Des vestons à l'effigie des Jeux olympiques d'Atlanta, de Radio-Canada et de RDS rappelleront sa deuxième carrière de commentateur et d'analyste des matchs de baseball.

Les visiteurs pourront également admirer plusieurs trophées et honneurs que Claude Raymond a remportés durant sa carrière.

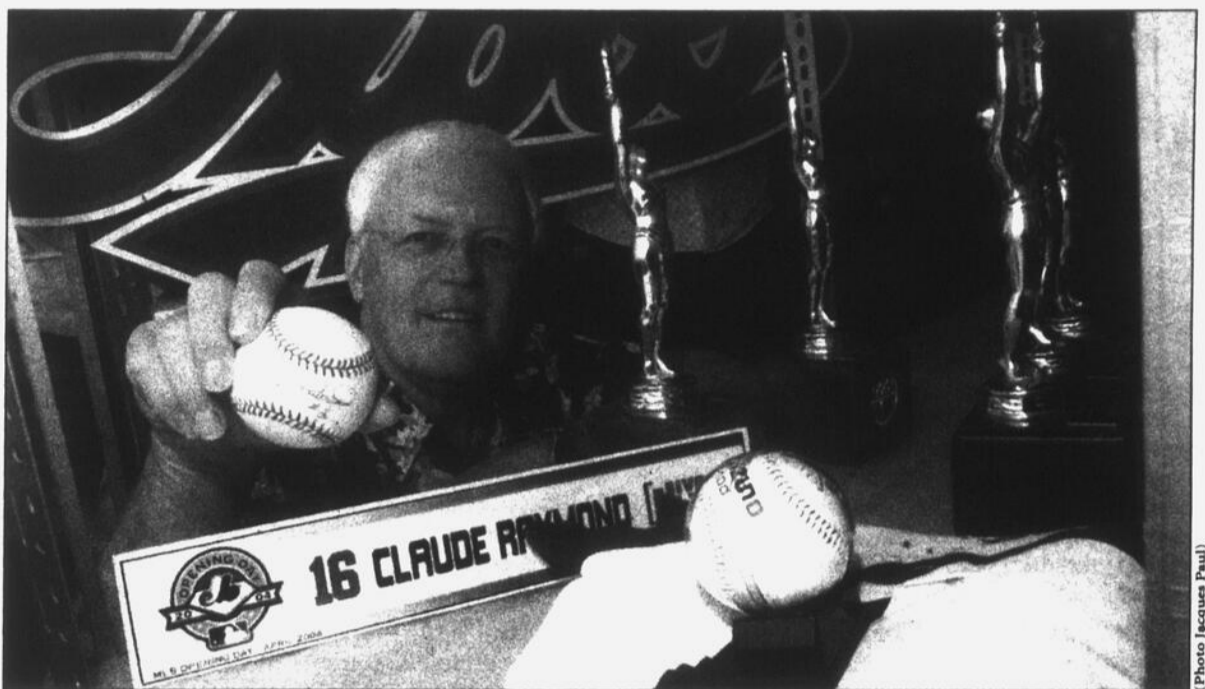
Enfin, des souliers, une balle autographiée, un bâton, des photos et quelques cartes de baseball seront en exposition.

«J'ai aussi retrouvé une photo de ma classe de sixième année à l'Académie commerciale», mentionne fièrement le lanceur.

En tant que musée d'histoire régionale, le Musée du Haut-Richelieu tient également à rendre

hommage au sport amateur tel que Claude Raymond a pu le connaître dès ses débuts dans le sport, mais aussi au sport amateur que M. Raymond, à travers sa fondation, a su encourager, souligne le directeur du Musée, Guillaume Philibert.

Toute la population est donc invitée à venir découvrir un grand personnage qui a marqué l'histoire de notre région et de notre nation, mais également celle d'un sport ayant également d'importantes et imposantes racines dans le Haut-Richelieu. Le vernissage de «Claude Raymond: Une légende au monticule» aura lieu le jeudi 16 juin prochain à compter de 17 heures. Le public est cordialement invité. Le Musée du Haut-Richelieu est situé au 182, rue Jacques-Cartier Nord à Saint-Jean-sur-Richelieu. ●



Plusieurs des objets exposés proviennent de la collection personnelle de Claude Raymond.

(Photo Jacques Paul)

## Manon Marchand illustre la roulotte d'animation de Chambly

Michel **PHANEUF**  
michel.phaneuf@canadafrançais.com

En février dernier, le Service loisirs et culture de la ville de Chambly lançait une invitation aux artistes afin d'illustrer la roulotte d'animation acquise l'année précédente. L'artiste sélectionnée pour réaliser ce travail est une artiste peintre bien connue dans toute la région, une artiste originaire de Sainte-Brigide, Manon Marchand.

Assorti d'un cachet de 800\$, le projet visait à rehausser l'apparence esthétique de la remorque et à faire en sorte que sa vocation soit facilement identifiée. Munie d'une scène intégrée, la roulotte d'animation sert à la diffusion de spectacles et supporte la tenue d'activités variées, tant culturelles que communautaires et sportives.

Après avoir vu sa proposition jugée la meilleure par le comité de sélection, Manon Marchand a créé des oeuvres pour les quatre côtés de la roulotte, y peignant des scènes ludiques et colorées où l'eau, le plein air, les activités culturelles et familiales sont à l'honneur.

L'artiste sera elle-même très active à Chambly, où elle a maintenant élu domicile, au cours des prochains mois. Accompagnée de la roulotte, elle travaillera dans les

«fêtes de quartier» dans les différents parcs de la ville, tous les mardis soir du 28 juin au 9 août. Elle y animera le kiosque des arts visuels, aux côtés d'autres activités comme le théâtre et différents jeux.

Manon Marchand participera aussi au symposium «Artistes sur le champ» les 13 et 14 août à Chambly, de même qu'à celui de Bromont les 19, 20 et 21 août. De plus, parallèlement à ces activités, elle enseigne toujours les arts sous les auspices du Service des loisirs de la ville de Saint-Jean-sur-Richelieu. ●



Manon Marchand devant une des illustrations qu'elle a réalisées pour la roulotte d'animation du Service loisirs et culture de Chambly.

## Le Bellerive (450) 347-4499

Restaurant et salles de réception



Venez savourer nos excellents repas sur notre nouvelle terrasse!



\* Menu à partir  
6,95\$

### Heures d'ouverture

Du jeudi au samedi dès 11 h 30

Dimanche de 9 h à 13 h 30 (brunch)

Dimanche de 16 h 30 à 20 h BBQ sur la terrasse

116, chemin des Patriotes Est, Saint-Jean-sur-Richelieu  
(à côté du Pont Marchand)

\*Permis d'alcool

351827-503-rfm



**Le Samuel 11**  
RESTAURANT

Ouvert tous les dimanches

291, rue Richelieu  
Saint-Jean-sur-Richelieu

RÉSERVATION: 347-4353

**TABLE D'HÔTE**  
Tous les soirs  
à partir de  
**24\$**

*Bon printemps!*  
*Cherchez l'âme*

# Absinthe et François Aubert à la Place publique

Michel PHANEUF  
michel.phaneuf@canadafrancais.com

Le groupe musical «Absinthe» sera en vedette le dimanche 19 juin prochain lors des activités d'animation à la Place publique du Vieux-Saint-Jean. Par ailleurs, François Aubert, auteur, compositeur et interprète, sera l'invité du diner musical du mercredi 22 juin, toujours à la Place publique.

Composé de Alex Cattaneo à la guitare acoustique, Sheila Hannigan au violoncelle, Annick Beauvais au hautbois et Éric Breton aux percussions, Absinthe propose une musique aux accents variés marquée d'influences de différentes cultures, dont celle du Moyen-Orient.

Alex Cattaneo, le fondateur du groupe, est originaire de Saint-Jean-sur-Richelieu. En plus de son travail avec Absinthe, il a signé en 2002 un album intitulé «The Path of Least Resistance» avec Coral Egan, album qui a été mis en no-



Formé de Éric Breton aux percussions, Annick Beauvais au hautbois, Alex Cattaneo à la guitare et Sheila Hannigan au violoncelle, le groupe «Absinthe» propose une musique variée et originale.

mination pour un Juno dans la catégorie Jazz vocal l'année suivante, et tout récemment un nouveau disque «Asansi Masa», enregistré en compagnie de Ganesh Anandan.

Le spectacle est prévu de débu-

ter à 13 heures. Il sera précédé, à compter de 11 heures, d'un atelier de percussions africaines animé par Annick Chartrand et Sébastien Perron (les personnes intéressées à participer sont priées d'apporter leur tam-tam). De plus,

Annick Desrosiers et ses élèves offriront une démonstration de danse baladi pendant environ une trentaine de minutes.

## Dîner musical

Rues principales, l'organisme

responsable des activités estivales à la Place publique du Vieux-Saint-Jean, invite également le public à venir pique-niquer en compagnie de François Aubert, le mercredi 22 juin à 12 heures (midi).

Originaire de Québec, François Aubert est chanteur, guitariste et harmoniciste. En octobre 1999, après avoir sillonné le Québec pendant plusieurs années avec le groupe NOX, il part en France pour enregistrer et lancer son premier disque solo qui s'intitulera «Sur le dos des coquillages». On dit de lui qu'il emballe sa poésie dans un folk-rock électroacoustique.

Les dimanches d'animation familiale et les diners musicaux du mercredi à la Place publique du Vieux-Saint-Jean se poursuivent tout l'été. L'animation familiale se déroule de 11 à 15 heures, tandis que les diners musicaux se tiennent de 12 à 13 heures.

## De jeunes musiciens se distinguent

Plusieurs jeunes musiciens et musiciennes ont fait honneur à l'École de musique Jocelyne Laberge de Saint-Jean-sur-Richelieu récemment en remportant des prix, médailles, trophées et bourses lors de différents concours et compétitions.

Ainsi, au Concours Inter-élèves de Vincent-d'Indy, Stéfanie Hébert, en 7<sup>e</sup> année de flûte à bec a obtenu la plus haute moyenne de sa catégorie. Elle a reçu une médaille d'or ainsi qu'une bourse, un prix et un trophée lors du concert gala. Stéfanie a aussi reçu une bourse de la Fondation Vincent-d'Indy pour avoir obtenu la plus haute moyenne en flûte à bec préparatoire à la 9<sup>e</sup> année.

Également en flûte à bec, Geneviève Pfister (6<sup>e</sup> année) a reçu une médaille d'argent ainsi qu'un 2<sup>e</sup> prix lors de sa participation au concert gala. En flûte à bec 5<sup>e</sup> année, Catherine Filion a pour sa part obtenu une médaille d'argent et un 3<sup>e</sup> prix, tandis que Alex Dornier (3<sup>e</sup> année) a reçu une médaille de bronze.

En piano, Caroline Morin-Houde (3<sup>e</sup> année), Valérie Lahaie (4<sup>e</sup> année) et Stéfanie Hébert ont obtenu une médaille d'or pour leur performance lors du concours, tandis que Julien Hébert (4<sup>e</sup> année), Valérie Lévesque (5<sup>e</sup> année) et Sophie Raymond (6<sup>e</sup> année) ont reçu une médaille de bronze.

Dans un autre concours, celui de «PianoManie» à Saint-Césaire, Caroline Morin-Houde et Julien Hébert ont obtenu les plus hautes moyennes (95,5%) avec chacun deux médailles d'or avec mention d'honneur ainsi qu'une bourse, respectivement pour les catégories imposée et solo.

Dans le groupe des 12-13 ans, ce sont Philippe Raymond et Carlie Raymond-Giasson qui ont remporté les honneurs avec eux aussi une bourse pour les catégories solo et imposée. Enfin, dans le groupe des 14-16 ans, Stéfanie Hébert a reçu une médaille d'or avec mention d'honneur ainsi qu'une bourse

pour la catégorie imposée.

Par ailleurs, au concours de musique classique «Vallée des champs» à Valleyfield, Sandrine Julien a remporté une médaille d'or, tout comme Caroline Morin-Houde en piano 3<sup>e</sup> année. En guitare classique 6<sup>e</sup> année, Marc-Antoine Tremblay a aussi récolté les honneurs en remportant une médaille d'or.

Ces trois jeunes musiciens ont été invités à participer au concert Gala afin de représenter leur catégorie respective. Ce concert s'est tenu le 14 mai à la Salle Albert-Dumouchel du cégep de Valleyfield sous la présidence d'honneur d'Edgar Fruittier. Les musiciens y ont reçu de généreuses bourses ainsi que des trophées.

À ce même concours, William Benoit-Hébert a reçu une médaille d'argent pour sa performance en

piano préparatoire, tandis que Philippe Leclair et Antoine Pennet ont obtenu une médaille de bronze pour leur prestation en guitare classique 2<sup>e</sup> année.

Stéfanie Hébert et Marc-Antoine Tremblay se sont également illustrés au Festival de musique de l'Association des éducateurs de musique du Québec (AEMQ) à Montréal. Stéfanie en flûte à bec, catégorie 14 ans et moins, et Marc-Antoine en guitare, catégorie 12 ans et moins, ont tous deux remporté l'or avec une moyenne de 90% et plus.

Les professeurs qui ont enseigné à ces élèves à l'École de musique Jocelyne Laberge sont Brigitte Lamontagne (flûte à bec et piano), Caroline Tardif (flûte), Alexandre Brault (guitare classique), Mélissa Archambault (piano), Catherine Alix (piano) et Nathalie Duclos (piano).



Quelques-uns des élèves de l'École de musique Jocelyne Laberge qui se sont distingués lors de ces différents concours. À l'arrière: Catherine Filion, Carlie Raymond-Giasson, Stéfanie Hébert, Caroline Morin-Houde. À l'avant: Marc-Antoine Tremblay, Sandrine Julien, William Benoit-Hébert.

## Relaxez au motel

SPÉCIAL SIESTE

29<sup>95</sup>\$

(4 heures)

Days Inn - Montréal - Rive-Sud  
South shore Brossard



**DAYS INN**

8350, boul. Taschereau  
Brossard, Québec  
Canada J4X 1C2

Tél. : (450) 466-2186

APPROUVE



## Un Mariage... pas comme les autres

une comédie de  
Tony Calabretta  
traduction de  
Michel Tremblay  
mise en scène de  
Manon Lussier  
direction  
Jean-Bernard Hébert



avec  
Janine Sutto  
Patrice Dubois  
Audrey Lacasse  
Sophie Clément  
Gabriel Sabourin  
Isabelle Drainville  
Jennie-Anne Walker  
Jean-François Boudreau

**Théâtre  
Rougemont**

Les Productions  
Jean-Bernard Hébert Inc.

BROME

Réservations:  
(450) 469-1006  
(sans frais)  
1-888-666-3006  
370, rang de la Montagne,  
Rougemont, (Québec)  
Théâtre climatisé  
Forfaits disponibles!

## ARTS EXPRESS

Peinture et  
chants d'oiseaux

Art et peinture seront à l'honneur le dimanche 19 juin prochain au gîte du passant «Aux chants d'oiseaux» à Saint-Jean-sur-Richelieu. À l'invitation de Lisette Vallée, propriétaire de l'établissement, plusieurs artistes peintres seront sur place pour présenter une exposition de leurs oeuvres, pour peindre sous l'oeil des visiteurs et pour échanger avec eux. En plus d'admirer leur travail, les personnes qui le désirent pourront même participer à la création d'une toile collective.

Lorraine Doucet, Louise Guay, Marie Claprod, Michèle Benoit, Manon Lacerte, Denise Moreau, Pauline Vézina, Adèle Samson, Diane Ladouceur, Noëlla Dufour, Maryse Cloutier et Marie-Ange Delfosse sont au nombre des artistes qui prendront part à cet événement qui débutera le matin à 10 heures pour se terminer à 17 heures. Le gîte «Aux chants d'oiseaux» est situé au 310, chemin du Petit-Bernier à Saint-Jean-sur-Richelieu.

Martine Reid  
dans «Chanson\_matic»

Les finissants de l'École nationale de la chanson invitent le public à leur spectacle «Chanson\_matic» qui sera présenté le mercredi 15 juin au Cabaret Music Hall de Montréal ainsi que le vendredi 17 juin à la maison de la culture de Waterloo. Parmi les jeunes artistes qui prendront part à ces représentations, on retrouvera Martine Reid, une chanteuse que l'on a pu entendre à plusieurs reprises dans la région, notamment au bistrot A/A à Iberville ainsi qu'à Saint-Luc, Sainte-Brigide et Saint-Luc. Auteure, compositrice et interprète, Martine éprouve un intérêt tout particulier pour le folk, qu'il soit teinté de blues, de jazz, de soul ou de rock. Les personnes qui désireraient obtenir plus d'informations à son sujet, ou au sujet des spectacles «Chanson\_matic», peuvent contacter l'École de la chanson au (450) 372-6614, poste 399.

Claire Bienvenue  
expose à Chambly

Claire Bienvenue expose présentement au Salon des métiers d'Emma à Chambly, au 1715, avenue Bourgogne. Ce salon présente, en permanence, des oeuvres originales d'artistes et d'artisans professionnels. Mme Bienvenue y expose 8 créations en procédés mixtes, à partir de récupération et d'objets anciens appelés à revivre une autre vie. À l'exception du lundi, le Salon d'Emma est ouvert le mardi, mercredi, vendredi et samedi de 10 à 18 heures, le jeudi de 10 à 21 heures et le dimanche de 12 à 17 heures. Pour informations: (450) 658-5222. •

ECOLELABULLE.COM

Faites le tour!

349315-5c52 p

## Un deuxième week-end de danse

Michel PHANEUF  
michel.phaneuf@canadafrancais.com

Après une première série de représentations à la fin du mois de mai, les écoles de danse et d'arts de la scène de Saint-Jean-sur-Richelieu compléteront la fin de semaine prochaine leurs spectacles annuels.

C'est ainsi que les élèves de l'École LaBulle se produiront au Colisée Isabelle-Brasseur dans le secteur Saint-Jean les 18 et 19 juin, tandis que ceux du Studio Danse Ann-Marie Denicourt seront à l'Aréna Marcel-Larocque dans le secteur Iberville le dimanche 19 juin.

On se souviendra qu'en raison des travaux de rénovation actuellement en cours au Théâtre des Deux Rives, les écoles de danse de Saint-Jean ont dû trouver d'autres lieux où pouvoir présenter leurs spectacles de fin d'année.

À l'instigation et avec l'aide de la Chambre de commerce du Haut-Richelieu, plusieurs d'entre elles ont travaillé de concert pour tenir ces spectacles pendant deux fins de semaine au Colisée Isabelle-Brasseur et à l'Aréna Marcel-Larocque. Une première série mettant en vedette les élèves de l'École de Danse Denise Bonneau et l'École de Danse Maureen MacDonald a eu lieu les 28 et 29 mai; une deuxième, celle-là par les élèves de l'École LaBulle et

du Studio Danse Ann-Marie Denicourt, prendra l'affiche le week-end prochain.

## La Bulle

Regroupant plus de 200 personnes âgées entre 3 et 25 ans, l'École LaBulle, offrira un spectacle artistique multidisciplinaire où se côtoieront la danse contemporaine, la danse théâtrale, le piano, la guitare, le chant et le théâtre. À ces prestations s'ajouteront également celles des élèves du programme sports-arts-études, option cinéma et télévision.

Intitulé «Bonne nuit, rêves et cauchemars», ce spectacle sera présenté à deux reprises, soit le samedi 18 juin à 19 heures et le dimanche 19 juin à 13h30 au Colisée Isabelle Brasseur, 965, rue Choquette à Saint-Jean-sur-Richelieu.

Le coût du billet sera de 15\$ par personne (gratuite pour les enfants de 5 ans et moins). Ceux-ci sont disponibles auprès de l'École LaBulle au 231, rue Saint-Jacques, au téléphone (450) 347-2212.

## Le Studio Danse

Le Studio Danse Ann-Marie Denicourt présentera pour sa part son spectacle à l'Aréna Marcel-Larocque, 370, avenue Lareau dans le secteur Iberville, le dimanche 19 juin à 13h30. Quelque 140 danseurs et danseuses prendront part à ce neu-



Après les premières représentations du mois de mai, ce sera maintenant au tour des élèves de Ann-Marie Denicourt (agenouillée à gauche) et de Linda Cadieux (debout à droite) de se produire en spectacle. Le Studio Danse Ann-Marie Denicourt a choisi l'Aréna Marcel-Larocque, tandis que l'École LaBulle sera au Colisée Isabelle-Brasseur.

vième spectacle annuel qui proposera entre autres du ballet jazz, du funky, du hip-hop et de la claquette.

La première partie sera consacrée aux plus petits qui, sur le thème du rêve, entraîneront le public dans le mode de la danse créative. Les adolescents et les adultes prendront ensuite la relève et replongeront les spectateurs à l'époque des débuts de Musique Plus, cette station de télévision qui pour la première fois présentait en images les succès mu-

sicaux de l'heure. Les rythmes seront tantôt endiablés, tantôt mélancoliques, parfois exaltés, mais surtout pleins d'énergie.

Il en coûtera 15\$ aux adultes et 8\$ aux enfants de 5 à 12 ans pour assister à cette représentation. Pour se procurer des billets, ou pour obtenir plus de renseignements, on peut contacter le Studio Danse Ann-Marie Denicourt au 193, Delagrave à Saint-Jean-sur-Richelieu, au téléphone (450) 357-9119. •

## Malajube en spectacle à Saint-Jean le 25 juin

À la suite du succès qu'ont connu leurs récents spectacles au bar Le Vieux Saint-Jean, les productions Anonyme présenteront le groupe «Malajube» le samedi 25 juin prochain.

Formation en provenance de Montréal, «Malajube» offre un rock «indie» qu'on dit particulièrement accrocheur. Son vidéoclip pour la pièce *Le métronome* s'est rapide-

ment taillé une place au palmarès de la chaîne de télévision Musique Plus.

«Malajube» compte quatre musiciens: Julien à la guitare et à la voix principale, Mathieu à la basse, Joseph Bruno à la batterie et Thomas-Tom au clavier. Le spectacle du 25 juin marquera leur première visite à Saint-Jean-sur-Richelieu.

Un autre groupe, celui-là de la ré-

gion, se produira également lors de cette soirée. Il s'agira de «Médiklor», une formation de rock progressif constituée de Maxime Boivin à la basse, David-Olivier Ross au chant et à la guitare et de Mathieu Ostiguy à la batterie. De l'avis de plusieurs, ce groupe, inspiré d'artistes tels «A Perfect Circle»,

dégage une profondeur qui laisse présager un avenir fort prometteur.

Le prix des billets pour ce spectacle sera de 5\$ par personne. On pourra s'en procurer à la porte, 164, rue Richelieu, le soir de la représentation. À noter que l'entrée est réservée aux personnes de 18 ans et plus. •

Ouvert le dimanche

Carte de vins très variée

MEZZALUNA

ristorante italiano

fine cuisine italienne authentique

OUVERT DU MARDI AU VENDREDI  
Le midi avec table d'hôte

OUVERT DU MARDI AU DIMANCHE  
Le soir avec table d'hôte

68, rue Saint-Charles, Saint-Jean-sur-Richelieu

Stationnement 358.9333 Salons privés

Bleumarine

Fête des Pères

Dimanche 19 juin  
Menu spécial de 11 h.  
à la fermeture

- Marmite du jour
- Terrine de canard
- Filet de doré florentine
- Contre-filet de boeuf
- Gâteau croustillant Royal pommes et mûres

Menu à la carte également disponible

Table d'hôte

- Midi à partir de 8,95\$
- Soir à partir de 15,95\$

Festival de homard

À partir de 18<sup>95</sup>\$

le nautique

- OUVERT -  
Du lundi au vendredi dès 11 h  
Déjeuners dès 8 h  
Les samedis et dimanches

Réservations : poste 222  
55, rue Richelieu, Saint-Jean-sur-Richelieu 347-2341

## LECTURE

La montagne à portée de voix

## Comment apprivoiser un Absolu



Jean-François CRÉPEAU

La première montagne dont je me souviens, c'est le Pain de sucre lanudois. Beaucoup plus tard, j'aperçus les Alpes sous une zone de turbulences. Autrement, je me suis contenté de marcher Saint-Bruno, n'ayant ni goût ni talent pour les sports alpins. Or, voilà qu'un recueil de récits de montagne, préparé sous la direction d'Hélène Guy et Anne Brigitte Renaud, m'a permis de rattraper le temps perdu en me mettant virtuellement les crampons aux pieds et le piolet à la main, le temps de lire *La montagne à portée de voix* (XYZ éditeur, 2005).

Deux choses fort distinctes ont d'abord retenu mon attention: l'avant-propos et ma connaissance de l'un des treize auteurs alpinistes. Dans «Au delà de l'intime, à la croisée de la plume et du piolet», mesdames Guy et Renaud établissent le rapport entre l'alpinisme et l'écriture: «Mise en mots, mise en forme, mise en voix, ... l'écriture tient aussi au désir d'un sujet de réaliser son intériorité en un objet hors de lui.» Cette façon d'appréhender puis d'associer ces activités a éveillé ma curiosité et m'a poussé à poursuivre la lecture de l'ouvrage. Puis, je voulais apprécier la prose de Jean-François Lévesque,

un ami enseignant la langue et la littérature au cégep.

Il va de soi que l'originalité d'un tel recueil repose sur la diversité des genres et de là, du style des auteurs. Ici, certains sont des écrivains du dimanche, d'autres des écrivains établis, mais tous ont le talent de raconter une expérience en montagne, réelle ou imaginée.

Si «les trois premiers récits empruntent la voie normale du mont Blanc», les autres nous amènent de l'est des États-Unis, à l'Himalaya ou à la Cordillera occidentale de l'Équateur. La forme littéraire varie, passant du journal de bord au récit où un voyage réel devient une escalade virtuelle.

Ainsi, Jean Désy raconte un père et son fils partis à la conquête du mont Blanc. Écrivain de métier, Désy sait bien jouer de la nuance des émotions qui animent ses personnages, tant leur projet alpin que l'intimité qu'il leur procure. Certains détails unissent les héros de «Votre fils, le mont Blanc et vous», et la distance que l'auteur prend à l'égard du père éclaire l'importance de l'aventure en compagnie de son fils.

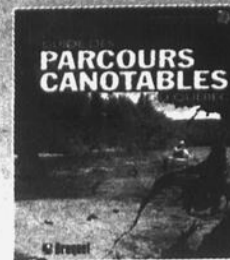
Un détail de ce récit, évoqué aussi dans «La Cordée du Coeur» de Gabriel Filippi, m'a rappelé un événement québécois qui fut plus qu'un fait divers. Il s'agit d'un

cardiologue, d'un de ses malades et d'une équipe escaladant le mont Blanc pour le mieux-être de ce greffé du cœur. Cette expédition et d'autres du genre représentent bien ce que l'être humain peut accomplir par souci de dépassement. Et cela n'est pas de la littérature.

Je ne résumerai pas un à un les récits de *La montagne à portée de voix*. Même s'ils ont des objets et des formes variables, ils ont en commun cette passion de la montagne que leurs auteurs transmettent à la mesure de leur talent. Tous nous font monter vers des sommets dont très peu d'entre nous oseraient rêver.

Quant à «Paysage en rouge quechua sur fond de neige», le récit fictif de Jean-François Lévesque, il raconte le lien qui unit K. et la montagne, laquelle «réconcilie l'infiniment bref et l'infiniment long, furtive parce que vivante, mythique parce qu'écrite.» Le style de mon collègue Lévesque est réfléchi et varié, la phrase épousant la lenteur ou la vivacité du propos. Comme pour les autres récits du recueil, l'expérience personnelle de l'auteur confère à l'aventure de son héros cette assurance qui fait parfois défaut à la fiction trop imaginative. C'est une histoire à lire absolument!

*La montagne à portée de voix* (XYZ éditeur, 2005) sous la direction d'Hélène Guy et Anne Brigitte Renaud.



## Guide des parcours canotables du Québec

(Broquet, 2005). Préparé par la Fédération québécoise du canot et du kayak, ce guide est un répertoire des parcours canotables et un outil de planification à l'usage de quiconque veut découvrir la nature en canot ou en kayak.

Tenant compte de l'évolution de leur pratique, cette 4e version du guide traite de la randonnée sportive de courte durée et de l'excursion de canot-camping ou de kayak de mer. Avec plus de 250 fiches, l'ouvrage permet de choisir un parcours, peu importe où il est situé, chaque région hydrographique faisant l'objet d'un chapitre qui débute par des renseignements généraux, suivis d'une carte de la région où on retrouve ces parcours canotables. Chaque rivière est décrite en détail, accompagnée de notes historiques. Un court chapitre traite de l'auto-évaluation des habiletés techniques permettant de choisir les destinations selon les compétences de l'équipage. Un incontournable!



## La France touristique dans la poche

(Sélection du Reader's Digest, 2005).

J'apprécie la façon originale qu'a cet éditeur de présenter ses guides de voyage. Cette fois, le territoire français est divisé en 12 régions et nous sommes invités à découvrir de nombreuses destinations réparties dans chacune d'elles.

Pour faciliter le repérage des 625 sites, ce guide dispose d'un atlas routier de l'ensemble du pays facile à consulter et d'utiles cartes régionales où figurent des adresses importantes. À chacun des sites correspond une entrée par ordre alphabétique et un numéro de page de l'atlas; il est ainsi très simple de s'y retrouver. En outre, huit pictogrammes fournissent des informations rapides relatives à la nature des sites: archéologie, architecture ancienne ou moderne, histoire, château, site naturel, musée, ville ou village de caractère, etc. Cette mine d'informations est mise en valeur par plus de 1 000 photos. Quand part-on?

Fidèle partenaire du Téléthon

**RE/MAX**  
Du haut-Richelieu  
1050, boul. du Séminaire, Saint-Jean-sur-Richelieu

et

**Opération Enfant Soleil**

Nous remercions également le Café Selena, le Groupe Canada Français, la police de Saint-Jean-sur-Richelieu ainsi que tous nos bénévoles pour leur implication.

Un gros merci et à l'an prochain!

Montant des dons qui seront remis dans notre région  
**39 000\$**

**Merci!**

Pour votre générosité lors du téléthon Opération Enfant Soleil qui a eu lieu les 4 et 5 juin.

Un remerciement particulier au **St-Gabriel Resto-bar** qui a nourri nos bénévoles durant tout le week-end

**GABRIEL** Resto Bar

**RECHERCHE...**  
« de nouveaux amis ! »

Saison 2005  
3 MILLIONS \$ D'INVESTISSEMENT POUR VOUS!

**FORFAIT CAMPING ET HÉBERGEMENT DISPONIBLE**

**NOUVEAU\*\***  
À L'ACHAT D'UN FORFAIT  
**2<sup>e</sup> JOURNÉE GRATUITE**  
AU PARC SAFARI

**FORFAIT SAFARI**  
1 nuit d'hébergement (camping) + admissions au Parc Safari pour 2 adultes et 2 enfants  
À PARTIR DE **89\$\*** Taxes en sus

**PARC SAFARI**

Plages et baignade dès le 24 juin

Safari automobile • Jardin zoologique  
Parc récréatif • Plages et baignade

**(450) 247-2727 • www.parc-safari.com**

Incluant l'hébergement en occupation double ou quadruple et l'admission pour 2 personnes ou 2 adultes et 2 enfants (17 ans et moins) au Parc Safari. Valable du 24 juin au 10 octobre 2005, selon disponibilité. Tarification basse saison aussi disponible du 20 mai au 23 juin 2005. Taxes en sus. **34<sup>e</sup> jour du 2<sup>e</sup> nuit également disponible.** \*Tarif à partir de.

À seulement 30 minutes au sud de Montréal • Autoroute 15 Sud, Sortie 6.

DVD/VIDÉO

# À Haïti, entre l'enfance et l'adolescence



Pascal **Cloutier**

Dany Laferrière est une personnalité bien en vue au Québec. Ce Québécois d'adoption nous a donné de bien beaux romans, des manuels d'utilisation («Comment faire l'amour avec un nègre sans se fatiguer») et surtout une vue privilégiée sur Haïti, un pays depuis longtemps troublé, mais avec qui nous avons des rapports d'amitié très forts.

Quelques personnalités bien connues prennent part à la nouvelle production découlant des écrits de Laferrière. Les chanteurs Luck Merville et Dan Bigras, le député fédéral Maka Kotto et la voix grave et reconnaissable entre toutes de Danny Laferrière lui-même à la narration, habitent le projet. Les jeunes filles sont jolies et interprètent avec talent les rôles féminins du titre. Koumba Ball est Miki, Néhémie Dumas est Marie-Erna et Maita Lavoie est Pasqualine. Filles légères, elles s'amuse et cherchent le bonheur que les parents ne se permettaient pas.

La réelle vedette de ce film est le jeune Lansana Kourouma. Ce nouveau venu joue avec justesse le petit Fanfan, un garçon surprotégé par sa mère (Mireille Métellus) qui découvre la vie. Son guide est nul autre que le plus délinquant de ses voisins, l'insolent Gégé (Urly Darly). En 1971, la situation politique est explosive et un incident avec un tonton-macoute apeure le jeune Fanfan qui se réfugie chez ses jeunes et jolies voisines. Miki est celle qui s'occupera le mieux du jeune garçon. Une prise de conscience entre l'enfance et l'adolescence tardive d'un petit garçon bien gentil. Quand Laferrière narre les événements, il faut comprendre que c'est Fanfan lui-même qui se remémore ces quelques heures cachées, ces quelques jours terribles pour la mère, une autre série d'événements problématiques en Haïti.

Le reste du monde s'intéresse peu à cette nation isolée des Antilles en 1971. Certains immigrants nous en parlent, mais somme toute, c'est une situation encore assez mal connue, le Québec étant lui-même engagé dans une prise de conscience profonde. Des journalistes épars dont les visites sont peu fréquentes se présentent à Port-au-Prince, mais les reportages suscitent bien peu d'intérêt et on sait que c'est à coup de persévérance qu'enfin on daignera, au cours des années 80, examiner la situation de plus près. La venue de deux journalis-



Le goût des jeunes filles.

tes, la reporter jouée par Daniela Akerblom et son photographe interprété par Dan Bigras, exprime bien la situation.

Un bout d'enfance où le personnage principal prend conscience de ce qui se passe chez lui et réussit à comprendre qu'ailleurs c'est pas pareil. Le genre d'histoire qu'on s'est fait raconter du temps de l'Expo 67 avec l'ouverture de la jeunesse d'ici sur le monde.

## Escouade américaine police du monde

Au grand dam de mes proches, à l'âge que j'ai, apprécier autant «South Park» et ses personnages déjantés, ne démontre pas beaucoup de maturité de ma part. Bon, ceci étant dit, n'a-t-on pas le droit de rigoler sans retenue aucune pour certaines choses que d'autres voient tout autrement? Les goûts ne sont-ils pas tous dans la nature? Je sais très bien que plusieurs n'embarquent pas dans le trip de Matt

Stone et Trey Parker et je respecte ça. Mais si vous êtes du nombre de ceux qui rient à gorge déployée depuis nombre d'années en voyant les folles de Stan, Kyle, Kenny et Cartman, ce film est pour vous.

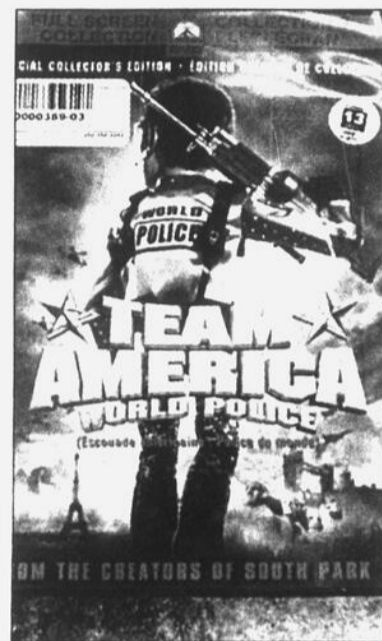
Stone et Parker ont mon âge. Nous avons suivi avec intérêt les mêmes émissions pour enfants. Vous souvenez-vous de ces films en «marionnettoscope»? «Fusée XL5», «Capitaine Scarlett», «Joe 90», «Les Sentinelles de l'air», ça vous rappelle des souvenirs? Moi si. Voilà que, délaissant les dessins animés de South Park, tournant le dos aux films conventionnels (Orgazmo et Basketball), les gars les plus malades de la télé américaine nous font le plaisir de ressusciter les superhéros en marionnette. Un regard fou sur les années Bush et les clichés terribles qu'entretiennent une majorité d'Américains au sujet du terrorisme. Si dans South Park on faisait de Saddam Hussein un personnage exagéré et caricaturé, cette fois-ci, le dictateur nord-coréen Kim Jong II en prend pour son rhume.

Le scénario est complètement «sauté», c'est le cas de le dire. Si certaines scènes tentent de passer un message plus ou moins correct, certaines ne font que ridiculiser l'utilisation d'acteurs de bois et de fils transparents. C'est vrai, à bien y penser, que l'idée était et demeure assez saugrenue. Des marionnettes... Utilisant dans les règles de l'art, ce médium assez faible finalement, les deux réalisateurs se seront bionnés du début à la fin d'un film d'une durée de 98 minutes.

Stone et Parker ne cesseront de nous étonner. Conscience sociale ou non, les deux Américains originaires du sud des États-Unis, nous confrontent aux grands

courants, pas toujours très édifiants, de leur nation soi-disant au sommet du monde. Il est à souligner que certains pays ont banni le film de leurs écrans. La Malaisie entre autres. Sarcastique et souvent à double sens, le film demeure une comédie. Même certains acteurs américains y sont ridiculisés comme on le fait dans l'émission télé des deux compères. Une bonne dose d'autodérision pour les Américains. Faut au moins constater que Parker et Stone ont une vision des États-Unis qui s'apparente assez à la nôtre.

Je m'en voudrais de passer plus de temps sur un film dont le ridicule ne tue pas mais qui, pour certains, pourrait s'avérer fatal par le bon gros rire absurde. Pas aussi drôle que le film de South Park mais assez comique pour nous faire sourire et crouler de rire à quelques reprises, ce film



Escouade américaine police du monde.

s'adresse aux fans de South Park seulement.

**JIM ZELLER** BONS SPÉCIAUX!  
- BIÈRE - FORT

VENDREDI 17 JUIN  
**5\$**  
à La Fiesta  
200, rue Cousins Nord  
545-1313

BELLE GUEULE

**MARINA le nautique** Resto - Bar-Terrasse St-Jean

**En spectacle!**

**CAILLOU'N ROLL BAND**

Vendredi 17 juin  
dès 22 h  
Admission : 5\$

**HOMMAGE à ZZ TOP**

Samedi 18 juin  
dès 22 h  
Billet : 10\$ en pré-vente

Fêtez la Saint-Jean avec nous!

Judi 23 juin :  
**CAILLOU'N ROLL BAND**

Vendredi 24 juin :  
**CAILLOU + BOBBY**

55, rue Richelieu, Saint-Jean-sur-Richelieu  
**347-2341** poste 4

LE BATEAU L'ESCALE présente

**Escales**

un spectacle musical de Sophye Nolet (DanseSing)

Un spectacle au rythme des musiques du monde... Fiesta et plaisirs assurés !!

Réservez  
10 h à 13 h

Souper / spectacle et forfaits  
450.584.4449  
1.866.669.4449

Billetterie sur place  
www.bateaulescale.com

Réseau Admission  
514.790.1245  
1.800.361.4595  
www.admission.com

super-spectacle à 18 h : 65\$  
vendredi et samedi : 70\$  
spectacle à 20 h 30 : 45\$  
vendredi et samedi : 45\$

Du 18 mai au 16 octobre  
du mercredi au dimanche  
spectacle à 20 h 30 : 45\$  
vendredi et samedi : 45\$

Saint-Marc-sur-Richelieu  
Autoroute 20, sortie 112  
Climatisé et entièrement rénové

## MUSIQUE

## Les deux personnalités des Foo Fighters



Gilles LÉVESQUE  
gilles.levesque@canadafrancals.com

In Your Honor

FOO FIGHTERS

♫ Performance: 8 sur 10

En entrevue à la télévision dimanche dernier, les Foo Fighters, dont l'un des membres est l'ancien batteur du groupe Nirvana (Dave Grohl), expliquaient que l'idée leur était venue de lancer deux albums coup sur coup. Le premier serait d'une facture électrisante, alors que le second nous ferait découvrir leur petit côté fleur bleue!



Et c'est ainsi que ces deux disques se sont retrouvés sur un seul et même album dont le lancement avait lieu hier.

Effectivement, les Foo Fighters déplacent beaucoup d'air sur le premier des deux disques. Ils nous proposent du rock pesant joué avec une certaine retenue pour ne pas sombrer dans la cacophonie. Quelques écoutes sont toutefois nécessaires pour embarquer dans cette atmosphère qui est parfois nirvanesque!

Après la tempête, on a droit à une jolie marche dans les prés en passant au deuxième album. Le changement d'atmosphère est si brusque qu'on se demande s'il

s'agit bien du même groupe. Les Foo Fighters nous proposent un enchaînement de ballades que l'on apprivoise instantanément. Des ballades qui nous rappellent Pink Floyd lorsqu'ils revenaient de l'espace!

Bref, sur cet album, on retrouve un disque pour fiston et un disque pour papa. Et croyez-nous, tous deux seront contents!

Out West

GOMEZ

♫ Performance: 8 1/2 sur 10

Ne vous fiez surtout pas à la pochette pour juger le contenu de cet album double enregistré en spectacle. Nous n'avons définitivement pas affaire avec des mafiosi mexicains qui ont décidé de se recycler dans la musique. Voilà pour la précision.



Enregistré en début d'année au légendaire club The Filmore, à San Francisco, cet album nous propose d'agréables surprises de la part d'un groupe qui est malheureusement méconnu au Québec. L'un des chanteurs nous fait beaucoup penser à Jim Morrison. On en a d'ailleurs des frissons lorsqu'on l'entend pour la première fois. Mais n'allez surtout pas vous imaginer que Gomez cherche à copier les Doors, car vous risqueriez d'être déçu.

Le rock de Gomez est à la fois progressif et alternatif, avec une toute petite touche de techno comme intro. C'est franchement

intéressant à écouter. Pour vous dire la vérité, nous avons écouté cet album double à deux reprises autour de la piscine dimanche dernier par une folle journée de canicule. Si j'étais vous, je leur prêteraient une oreille attentive. Vous risqueriez d'être étonné à votre tour.

Never Gone

BACK STREET BOYS

♫ Performance: 7 sur 10

Kevin, Howie D, Nick, Brian et AJ remettent ça. Soit qu'ils avaient besoin d'argent, soit qu'ils s'ennuyaient des petits cris stridents qu'ils entendaient du temps où ils étaient immensément populaires, un peu partout autour du globe.

Entre le passage remarqué des Back Street Boys à l'International de montgolfières de Saint-Jean-sur-Richelieu et le lancement de cet album que personne n'avait vu venir, il a évidemment coulé beaucoup d'eau sous le pont Marchand. Les petites filles qui ne se possédaient plus à l'époque sont devenues de grandes adolescentes ou encore de jeunes femmes qui ont aujourd'hui d'autres beaux mecs pour idoles. Retomberont-elles à nouveau en amour avec les Back Streets Boys? Si vous voulez notre avis, c'est loin d'être certain.

Ce n'est pas si pire que ça, me dit ma fille Gabrielle, après avoir vu leur vidéo. De peur de passer pour une kétéine, elle n'en dira pas plus. C'est effectivement vrai que ce n'est pas si pire que ça, mais force est d'admettre que ces petits gars qui sont devenus des hommes sont restés figés dans le temps. Plus commercial que ça, tu t'appelles Britney Spears!

Des succès potentiels, il y en a

quelques-uns sur ce disque qui profite d'une excellente production, mais le problème, c'est qu'on a l'impression de les avoir déjà entendus!

Abattoir Blues/The Lyre Of Orpheus

NICK CAVES & THE BAD SEEDS

♫ Performance: 7 1/2 sur 10

Nick Cave n'est pas un jeune homme. Il y a longtemps, très longtemps que ce rocker traîne sa bosse aux quatre coins de l'Amérique. Certains lui vouent une grande admiration, alors que plusieurs autres ne le connaissent toujours pas.

Comme pour les Foo Fighters, Nick Cave & The Bad Seeds nous offrent deux disques pour le prix d'un. Le premier est intitulé Abattoir Blues, alors que le second a pour titre The Lyre Of Orpheus. L'un est plus sombre, l'autre est plus rose. Et dans un cas comme dans l'autre, on a l'impression d'entendre la voix de David Byrne dans un contexte différent.

Il y a de bons moments sur ces deux albums, mais il y a aussi de brusques virages qui ont un effet déstabilisant. Après quelques écoutes, on s'y fait. On en vient même à apprécier le petit côté rebelle de cet artiste qui va probablement chanter jusque dans sa tombe. Intéressant.

The Dead 60s

THE DEAD 60s

♫ Performance: 7 sur 10

Si vous aimez le ska et le rock des années 60, vous pourriez

aimer cette nouvelle formation qui n'apporte toutefois rien de nouveau à ce style musical. D'autant plus que toutes les chansons au menu de cet album se ressemblent étrangement. Du ska, du ska et encore du ska.

Par contre, il faut admettre que nous sommes en présence de musiciens aguerris qui semblent avoir un plaisir fou à jouer ensemble. Ça s'entend, et c'est pourquoi on se surprend à taper du pied. C'est entraînant à souhait, mais aussi très redondant.



Waiting For The Sirens' Call

NEW ORDER

♫ Performance: 7 1/2 sur 10

On termine ça avec New Order, un groupe alternatif qui a beaucoup de millage dans le corps, mais qui continue tout de même à nous étonner au fil des ans. Ce nouvel album ne passera pas à l'histoire, c'est certain, mais c'est un disque que l'on se plaît à écouter et à réécouter.

New Order a ce petit quelque chose que les autres groupes alternatifs n'ont pas. C'est une formation qui a de l'audace et qui n'a jamais dévié de sa trajectoire. Au diable les succès commerciaux, semblent nous dirent les musiciens de New Order. Ils ont une identité qui leur est propre, et c'est sans doute ce qui leur permet d'être encore là aujourd'hui, alors que tant d'autres n'ont eu qu'un succès bien éphémère. Intéressant.

No

1-866-BROMONT

# Trempés tout l'été!

ABONNEMENT  
**40**\$  
+t.

Ski PARC AQUATIQUE  
Bromont.com

# CINÉMA

## «M. et Mme Smith»: une joyeuse comédie pleine de trous...



Daniel G. HÉBERT

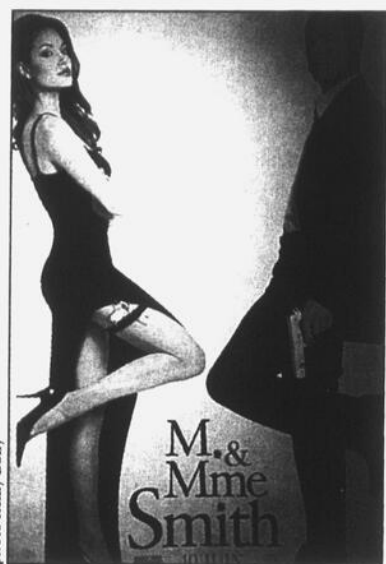


Photo Remy Bolly

**A**u premier regard, le film de Doug Liman («The Bourne Identity») déçoit par son écriture faible, par son intrigue pleine de failles. Mais ce qui l'emporte au bout du compte, c'est le charme irrésistible qui se dégage du tandem Brad Pitt-Angelina Jolie.

Il existe une excellente chimie entre les deux acteurs principaux qui donne le ton à l'ensemble. Voir le couple régler ses problèmes de ménage plutôt froidement alors qu'ils sont poursuivis par des tueurs crée un agréable paradoxe, très amusant.

Les traits d'humour ne manquent pas et s'avèrent particulièrement efficaces. La scène de l'ascenseur où le couple patiente entre deux escarmouches en écoutant une version sirupeuse de «Girl from Ipanema» vaut à elle seule le détour.

Tout de même. On a beau trouver le couple adorable, on a beau trouver leurs disputes torquantes dans le contexte des batailles, les absurdités du récit fi-

«M. et Mme Smith» doit tout son charme au jeu des acteurs principaux.

nissent par nous tomber sur les nerfs. Que monsieur et madame prennent le temps de passer une nuit d'amour et de prendre le petit déjeuner alors qu'ils savent que deux firmes d'assassins sont à leurs trousses ne tient pas debout. Même la finale n'a aucun sens.

John Smith (Brad Pitt, «Troy», «Fight Club»), «Legends of the

Fall») et sa conjointe Jane (Angelina Jolie, «Gone in 60 seconds», «Lara Croft : Tomb Raider») suivent une thérapie de couple: plus rien ne va, la communication est mauvaise, et chacun pense que l'autre lui dissimule des choses.

Dans les faits, sans le savoir, monsieur et madame Smith sont tous deux tueurs à gages pour des firmes concurrentes et cachent tout un arsenal sous le garage ou derrière les électroménagers. Le jour où ils se retrouvent sur le même coup, ils finissent par se reconnaître. Les règlements sont stricts à ce sujet: il faut éliminer celui qui vous a identifié dans les 48 heures sans quoi c'est vous qu'on élimine.

Au début, à travers le conflit de

couple, l'idée d'assassiner le conjoint ne paraît pas si mauvaise. Mais comme la passion renaît au fil des affrontements, c'est bientôt les deux firmes de tueurs qu'il

faudra combattre.

Bref, une comédie agréable mise en valeur par un bon duo d'acteurs et ce, en dépit d'un scénario pas toujours à la hauteur. ●

FONDS DE DÉVELOPPEMENT

« Présents pour l'avenir »

CÉGEP SAINT-JEAN SUR-RICHELIEU

Le Fond de développement du cégep Saint-Jean-sur-Richelieu: une fondation collégiale pour assurer toutes les ressources nécessaires à la réalisation de notre mission.

Fonds de développement, Cégep Saint-Jean-sur-Richelieu  
30, boul. du Séminaire, C.P. 1018, Saint-Jean-sur-Richelieu J3B 7B1  
Tél.: (450) 347-5301 # 2459 - Téléc.: (450) 357-9212

Merci à tous nos donateurs!

LE CANADA FRANÇAIS

Fier partenaire de l'enseignement supérieur

319177-5634

**CINÉMA LE CAPITOL** du 17 juin au 23 juin  
**Info-Film: 358-3030**  
290 rue Richelieu à St-jean-sur-Richelieu

**FILMS ET HORAIRES SUJETS À CHANGEMENTS**

**IDOLE INSTANTANÉE (G)**  
Ven. au dim.: 12h25 - 14h25 - 16h25 - 19h05 - 21h25  
Lun. au jeu.: 19h05 - 21H25

**MR. & MRS. SMITH v.f. (13+violence)**  
Ven. au dim.: 12h50 - 15h50 - 18h50 - 21h50  
Lun. au jeu.: 18h50 - 21H50

**BATMAN: LE COMMENCEMENT (13+violence)**  
Ven. au dim.: 12h30 - 15h30 - 18h30 - 21h30  
Lun. au jeu.: 18h30 - 21H30

**CINDERELLA MAN v.f. (13+violence)**  
Ven. au dim.: 15h20 - 21h20  
Lun. au jeu.: 21H20

**C.R.A.Z.Y. (13+)**  
Ven. au dim.: 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h45  
Lun. au jeu.: 18h45 - 21H45

**MADAGASCAR (G)**  
Ven. au dim.: 13h00 - 19h00  
Lun. au jeu.: 19H00

**STAR WARS: ÉPISODE 3 - LA REVANCHE DES SITH (G déconseillé aux jeunes enfants)**  
Ven. au dim.: 12h35 - 15h35 - 18h35 - 21h35  
Lun. au jeu.: 18h35 - 21h35

**BATMAN LE COMMENCEMENT**  
Version française de BATMAN BEGINS

**Cinderella Man**  
Russell Crowe  
Renee Zellweger

**STAR WARS ÉPISODE III LA REVANCHE DES SITH**  
Version Française de STAR WARS ÉPISODE III - REVENGE OF THE SITH

**CRAZY**  
MICHEL CÔTÉ  
MARC-ANDRÉ GRONDIN  
DANIELLE PROULX  
un film de JEAN-MARC VALLÉE

**Un été animé dans le Vieux-Saint-Jean**

SPECTACLES GRATUITS

À ne pas manquer cette semaine

**À la Place publique du Vieux-Saint-Jean**

**Mercredi 15 juin : Dîner-musical**  
12 h à 13 h - La Bande à Magoo, musique dixieland

**Dimanche 19 juin : Animation familiale**  
11 h à 15 h - Atelier de percussions africaines  
- Démonstration de danse Baladi  
- Groupe Absinthe, musique d'influence arabe

**Mercredi 22 juin : Dîner-musical**  
12 h à 13 h - François Aubert, auteur-compositeur de chanson québécoise

Pour plus de renseignements: 347 6249  
WWW.VIEUX-SAINT-JEAN.COM  
Une présentation de Rues principales Vieux Saint Jean

LE CANADA FRANÇAIS

Laudiom

# «Circulation corporelle» prend l'affiche chez Art[o]

Depuis le début du mois, Art[o], la coop créative, accueille une nouvelle exposition consacrée aux oeuvres de deux artistes de la région, Nadine Guesdon et Yoakim Bélanger. Une exposition intitulée «Circulation corporelle» et qui en a surpris plusieurs tant par son originalité que par son dynamisme, souligne Gilles Gemme, le président d'Art[o].

Nadine Guesdon est sculpteur et travaille le plâtre. Ses moulages tiennent à la fois de la réalité du mouvement et de la rêverie. Yoakim Bélanger est peintre. En plus de peindre des corps moulés accrochés au mur, il offre de grandes toiles où le rythme et la couleur sont à la base de cette vitalité qui saute aux yeux.

Cette exposition trouve aussi son

dynamisme dans la trame sonore et dans les projections qui accompagnent le tout. Une exposition à voir, affirme M. Gemme.

«Circulation corporelle» demeurera à l'affiche chez Art[o], 2, rue Saint-Georges à Saint-Jean-sur-Richelieu, jusqu'au 26 juin prochain. La coopérative est ouverte au public de 13 à 16 heures du lundi au dimanche. La fin de semaine, les artistes sont présents pour accueillir les visiteurs et leur parler de leur travail.

Ajoutons que lors du vernissage, le 2 juin dernier, un bon d'une valeur de 50\$ pour un souper au restaurant Lubie, partenaire d'Art[o], a été tiré. Monique Fontaine a été l'heureuse gagnante.



Nadine Guesdon et Yoakim Bélanger.



## À la claire fontaine...

Depuis le 3 juin dernier, le centre Action Art Actuel accueille une exposition qui propose une réflexion sur nos habitudes de surconsommation. Présentée par Annie Pelletier, cette exposition intitulée «À la claire fontaine ne pourrions plus nous y baigner» présente une installation qui amène le visiteur à réfléchir sur sa condition d'humain et sur les gestes qu'il nous est encore possible de poser dans cet environnement malmené qui est le nôtre. Le tout est accompagné d'un opuscule signé Jean-Yves Thérberge. «À la claire fontaine ne pourrions plus nous y baigner» est à l'affiche chez Action Art Actuel, 190, rue Laurier à Saint-Jean-sur-Richelieu, jusqu'au 3 juillet.



## À la Grande Bibliothèque

Un artiste de Saint-Jean-sur-Richelieu, Marcel Poirier, est un des participants à l'exposition collective de l'Atelier Circulaire de Montréal qui se tient présentement à Grande Bibliothèque nationale du Québec. Cette exposition explique toutes les techniques de la gravure et montre des estampes des membres de cet atelier dont M. Poirier est un membre régulier. Le tout a lieu à la salle d'exposition, au deuxième étage, et ouvert gratuitement au public aux heures de la bibliothèque. La visite, qui prend deux heures, permettra aux gens d'apprendre quelque chose de nouveau et de précis sur cet art généralement peu connu du public, souligne M. Poirier. La Grande Bibliothèque est située au 475, rue Maisonneuve Est à Montréal.

Le **Guide411**  
Pour et par les gens d'ici  
[www.leguide411.com](http://www.leguide411.com)  
RECHERCHE D'ENTREPRISES - RECHERCHE DE PERSONNES

## Quintin expose au Manoir Rouville-Campbell

Les personnes qui se rendront au Manoir Rouville-Campbell à Mont-Saint-Hilaire au cours du mois de juin pourront y admirer une exposition des oeuvres récentes de l'artiste peintre Quintin. Le vernissage de cette exposition intitulée «Falaises et Jardins» aura lieu le jeudi 16 juin à 19 heures.

Jean Quintin est originaire de Saint-Jean-sur-Richelieu. Après avoir évolué dans le milieu des sports - il a entre autres joué pour les Pirates au baseball, pour les Maraudeurs au hockey et pour les Géants au football - il s'est tourné vers les arts. Artiste peintre, il est entre autres membre de la coopérative Art[o] à Saint-Jean-sur-Richelieu.

Dans sa quête pour briser les barrières de l'ordinaire, Quintin déploie une fougue artistique qui résulte en des amoncellements de couleurs qui s'entremêlent, se font opposition ou se marient pour créer des formes dynamiques, peut-on lire à son sujet.

Influencé par les peintres automatistes, il a depuis longtemps une attirance pour les falaises rocailleuses, les grands jardins, les champs et les teintes variées qui les habillent au gré des saisons. À travers une



Jean Quintin est originaire de Saint-Jean-sur-Richelieu.

turbulence de couleurs éclatées ou encore sous de douces pulsions monochromes, une audace effrénée est toujours perceptible.

Étudiant du Frère Jérôme dans les années 70, ses influences sont Jean-Paul Riopelle et Jackson Pollock. Abondance, texture et mouvement sont les trois variables qui définissent sa démarche.

Quintin participe également à l'exposition virtuelle «Projekt 30» sur le web, exposition qui regroupe près de 200 artistes internationaux.

Il prendra part aussi au 10<sup>e</sup> Symposium d'Art du Haut-Richelieu au mois de juillet, à Bromont en Arts au mois d'août, à l'exposition collective «L'Art pour tous, tous pour l'Art» au Musée du Mont-Saint-Hilaire en septembre et prépare actuellement une exposition solo pour le mois d'octobre au très sélect University Club de Montréal.

Le Manoir Rouville-Campbell, propriété de Yvon Deschamps et de Judy Richards, est situé au 125, Chemin des Patriotes Sud à Mont-Saint-Hilaire.

*La beauté a ses raisons*

**CLINIQUE MÉDICO-ESTHÉTIQUE**  
**DR CÉLINE DAIGNEAULT**  
Omnipraticienne

**Nouveau traitement de l'acné**

• Lampe BLU-U et LEVULAN ALA  
Consultation sans frais  
(avec carte d'assurance maladie)

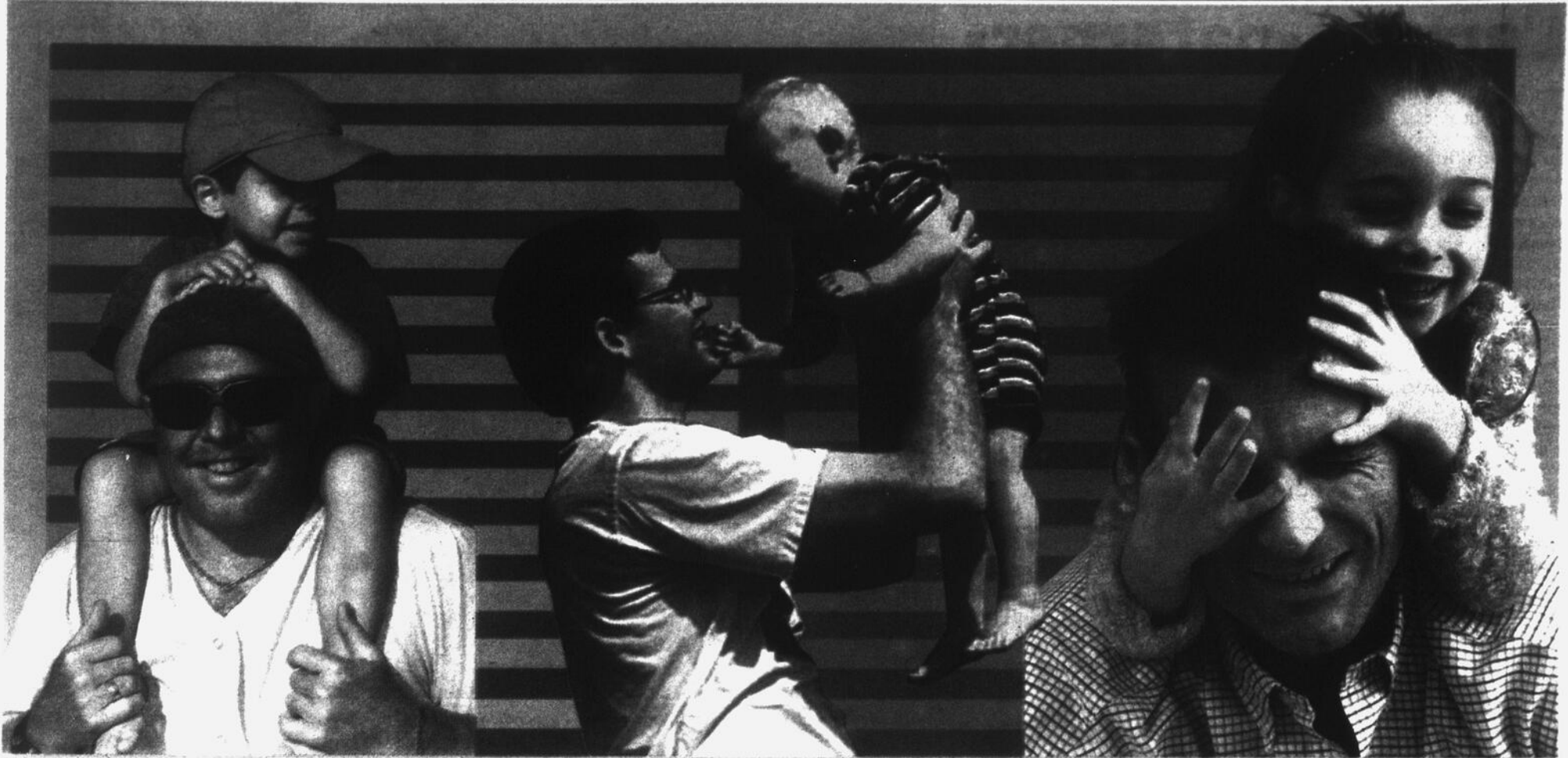
Soins médico-esthétiques complets :

Varices	Soins du visage
Couperose	Cellulite
Rides	Épilation laser Aurora

1211, rue Bourgogne, Chambly (450) 658-1116

*A prix comparable, offrez-vous la sécurité d'une supervision médicale!*

Dr Céline Daigneault  
Omnipraticienne



# Fête des Pères

Supplément

**LE CANADA  
FRANÇAIS**



**Boutiques  
Márcado** 

*C'est ta fête  
papa!*

*Pour cette occasion, un petit  
cadeau vous sera offert.*

**PRIX À GAGNER** sur place avec tout achat

\* Détails en magasin

3565, boul. Taschereau, Saint-Hubert  
Tél. : (514) 875-5500 • 462-9792

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

Jeu-di-Vendu-di de 10 h à 21 h  
Samedi-Dimanche de 9 h à 17 h



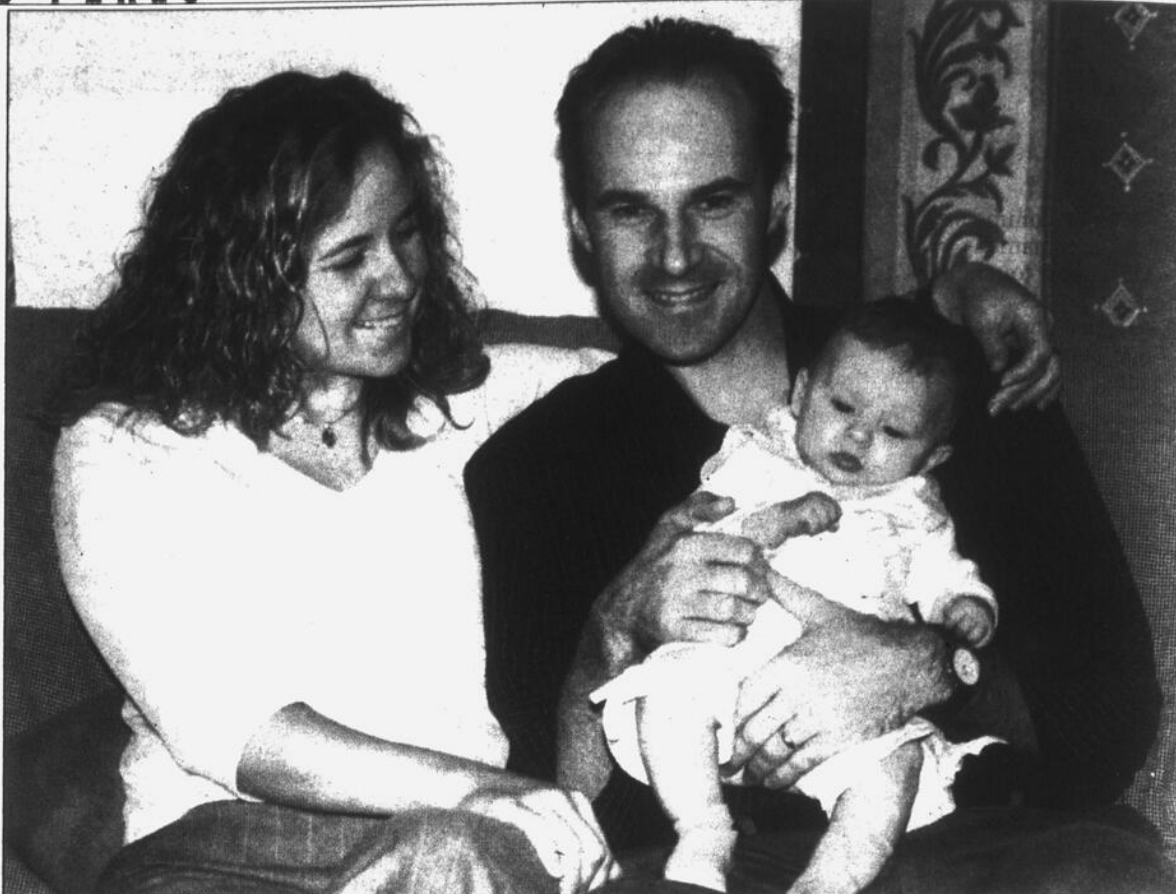
## L'art de «paterner»

En ce jour de la fête des Pères, on ne peut qu'être frappé de voir à quel point le rôle de père n'est plus ce qu'il était. Et si on a toujours beaucoup insisté sur l'importance du maternage pour le développement des enfants, on entend de plus en plus parler de la dimension de la place du père dans la famille. Serait-ce qu'un nouvel «art du paternage» est en train de s'écrire?

Combien d'éloges à la mère ont été écrits, du genre : «Elle vous a portés, elle vous a nourris, elle vous a soignés, elle a veillé sur vous jour et nuit...». Mais, voilà que, bientôt, s'écriront dans les cartes de fête des Pères des «je t'aime» et des «merci» pour tous ces papas qui ont tenu la

main de maman pendant l'accouchement, qui ont changé les couches et mouché les petits nez, qui ont aidé à faire les devoirs et consolé les gros chagrins...

Par contre, qu'on ne s'y méprenne pas! Il ne s'agit pas de transformer les hommes modernes en «deuxièmes mères»! Tout en partageant les responsabilités et plaisirs reliés aux enfants, les parents doivent respecter ce qu'ils sont et agir dans la complémentarité. Souvent plus portés à jouer ou plus exigeants, les pères ont une façon bien à eux de tisser leur relation avec leur enfant et de l'aider à grandir. Chacun doit donc trouver sa place et c'est peut-être le défi des couples modernes!



Bien que le rôle des pères se transforme à chaque génération, les papas ont donné le meilleur d'eux-mêmes à leurs enfants et c'est ce qui compte. (Photo RC)

Enfin, il ne faut pas penser que ces transformations enlèvent quelque chose aux papas des générations précédentes.

Chaque génération a ses forces, ses faiblesses et ses défis et, surtout, chaque papa a donné à ses enfants le

meilleur de lui-même et, pour ça, il mérite en cette fête des Pères sa marque d'affection et de reconnaissance.

buffet chinois **LE CANTON** Carrefour Richelieu

Joyeuse Fête des Pères!

Brunch

SERVICE DE LIVRAISON

**9.95\$**

Le plus gros buffet de la région

Souper  
Super buffet  
13,95\$ seulement

Plus de 100 choix incluant : En soirée

Mets chinois / széchuans / thalandais  
Cuisse de grenouilles  
Crevettes à l'ail  
Filets de poitrines de poulet  
Ailes de poulet barbecue  
Moules széchuans  
Bifteck de saumon  
Dim sum  
Poulet Général Tao

Table de rosbif  
Viande fumée, dinde, jambon, agneau  
Plus de 40 choix de salades  
Nombreuses variétés de desserts  
Choix de crèmes glacées

Permis d'alcool - Réservez tôt!

600, rue Pierre-Caspe, Saint-Jean-sur-Richelieu 359-7090 (livraison gratuite)

## Connaissez-vous bien votre papa?

L'image qu'un enfant se fait de son papa relève parfois du mythe. Combien d'enfants ont

dit un jour, fièrement : «Mon père, c'est le plus fort!» Puis, en grandissant, nous nous rendons

compte que la vision idéalisée que nous avons ne correspondait pas toujours à la réalité. L'adolescence nous amène même à croire que notre papa ne comprend rien et que, tout à coup, il n'est plus «cool» du tout. Mais, au-delà de ces images qui se transforment au gré de nos émotions et de nos attentes, existe une personne à la fois ordinaire et extraordinaire. La connaissez-vous? Faisons un petit test...

- Quels sont la couleur, le mets et la saison préférés de votre père?
- S'il avait une fin de semaine d'entière liberté, à quoi la passerait-il?
- De quoi votre père a-t-il le plus peur?
- Quelle a été sa première réaction à votre naissance?
- Vous lui offrez un voyage à la destination de son choix. Où va-t-il?
- Quelle est la réalisation dont il est le plus fier?
- Quel livre, quel disque et quel film l'ont le plus marqué?
- Où a-t-il rencontré votre mère?
- Pour qui a-t-il voté aux dernières élections?
- Quel métier aurait-il aimé faire à part celui qu'il exerce présentement?

Évidemment, ce questionnaire n'a rien de scientifique ni d'exhaustif. Cependant, si vous vous rendez compte que vous ne connaissez pas la réponse à plusieurs de ces questions, vous devriez peut-être profiter de la fête des Pères pour prendre un petit rendez-vous avec lui. Quoi de mieux qu'un souper au resto, une partie de pêche ou toute autre activité partagée pour apprendre à vous connaître davantage? C'est un merveilleux cadeau à lui offrir et à vous offrir!

## La fête des pères! Pensez-y ...

**Sonic PROPANE**

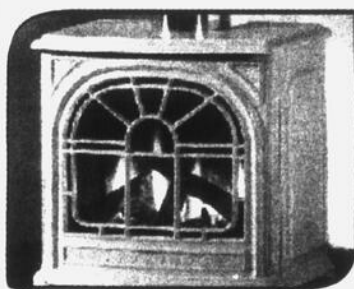
PROGRAMME CLÉ EN MAIN

évaluation • installation • approvisionnement  
vente • service après-vente

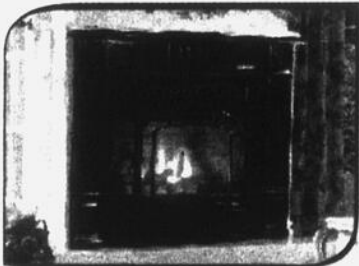
7 MODÈLES EN FONCTION



30 000 BTU



31 500 BTU



30 000 BTU



33 000 BTU

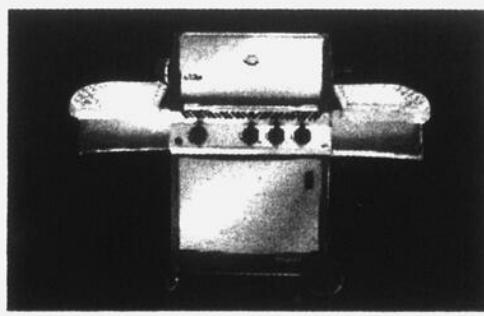
VERMONT

NAPOLEON

PROMOTION

LOCATION DE RÉSERVOIR 420 LB GRATUITE pour la 1<sup>ère</sup> ANNÉE ET POÊLE AU BUTANE GRATUIT AVEC TOUT ACHAT D'UN POÊLE OU FOYER AU PROPANE Valable jusqu'au 30 juin 2005 (VALEUR DE PLUS DE 100\$)

VENEZ VOIR NOS BARBECUES HAUT DE GAMME



NAPOLEON

VERMONT

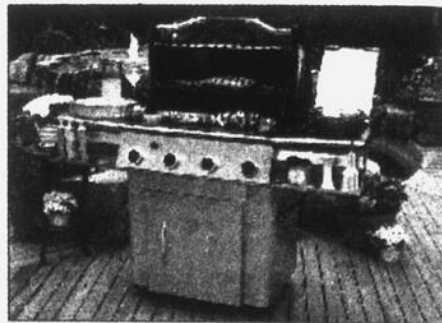
\*AVEC TOUT ACHAT DE BBQ OBTENEZ AU CHOIX

• UNE BONBONNE (20 LBS) REQUALIFIÉE AVEC UN REMPLISSAGE

• UNE HOUSSE À BBQ GRATUITEMENT

(\*Applicable sur certains modèles seulement.)

► FINANCEMENT DISPONIBLE SUR PLACE



Remplissage de votre bonbonne de B.B.Q. (20 lb) pour seulement

**8.99\$**

Valable jusqu'au 25 juin 2005

(450) 444-5530 1-800-361-9886

Boutique: (450) 444-2913

www.petrolesonic.qc.ca

4050, boul. Matte, (Près autoroute 30), Brossard

**Sonic PROPANE**

HEURES D'OUVERTURE

Lundi au mercredi : 8h à 12h - 13h à 17h00

Judi et vendredi : 8h à 12h - 13h à 21h

Samedi : 9h à 17h

## La fête des Pères, c'est aussi la fête des grands-pères!

Tout comme la fête consacrée aux mamans, celle qui célèbre les papas touche chacun d'entre nous, jeunes et moins jeunes, puisque, peu importe la relation entretenue avec lui, tout le monde a un père.

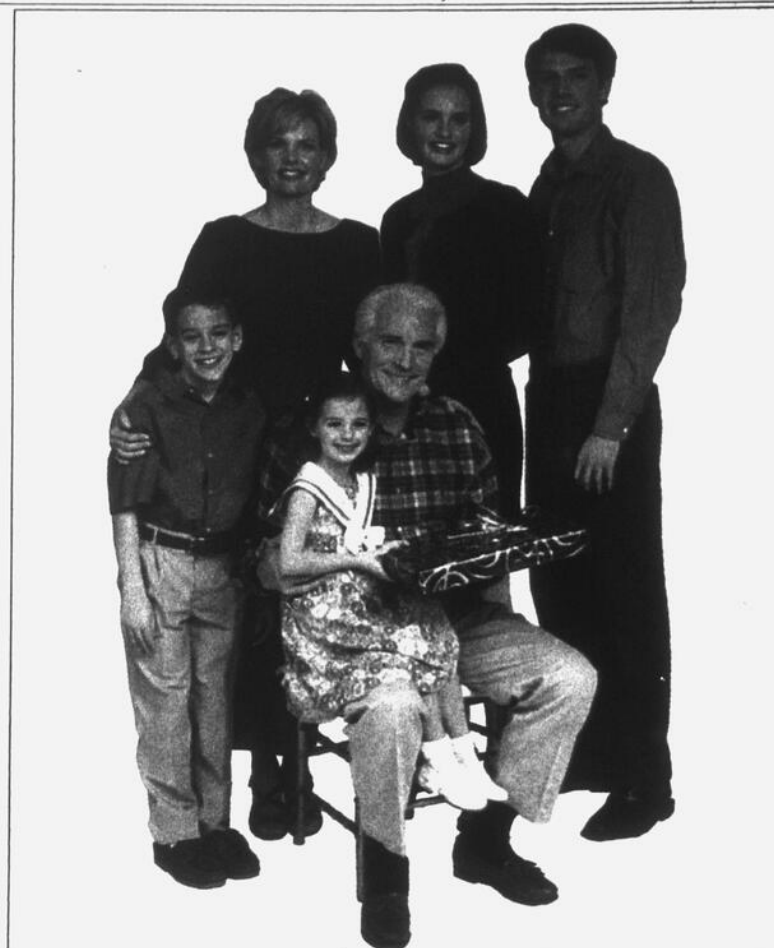
La fête des Pères, qui a lieu ce 19 juin 2005, nous permet d'exprimer, avec ou sans cadeau, l'amour que nous portons à notre père et de lui démontrer à quel point il est important pour nous. Or, la fête des Pères, c'est aussi la fête des grands-pères, alors pourquoi ne pas faire de cette célébration une véritable fête fami-

liale où l'on honore tous les pères de la famille en même temps? En effet, dans de nombreuses familles, la fête des Pères est célébrée chez les grands-parents, maternels ou paternels, ou les deux pour les plus chanceux.

Bien que certains enfants et parents boudent la fête des Pères, la qualifiant d'événement trop commercial, pour la majorité, la fête des Pères est un jour à souligner. Quand on les questionne, les pères répondent d'ailleurs généralement qu'ils trouvent cette fête bien sympathique et souvent très émouvante. Alors, il ne

faut pas hésiter à la souligner en faisant plaisir autant aux papas qu'aux grands-papas. De plus, pour une maman, la fête des Pères est une occasion unique de remercier le père de ses enfants d'être là pour sa famille, tout en témoignant à son propre papa l'affection qu'elle lui porte.

Bref, il faut profiter de la fête des Pères pour manifester tout notre amour à ces hommes, pères et grands-pères, qui ont été là pour nous, qui sont là chaque jour et qui demeureront dans nos cœurs pour l'éternité.



Pourquoi ne pas faire de cette célébration une véritable fête familiale où l'on honore tous les pères de la famille en même temps?

## Futurs papas à l'honneur

Face à cet événement tant attendu et aux différents changements psychologiques et physiologiques de la femme enceinte, le futur papa se pose une foule de questions sur le rôle qu'il a à jouer dans le cheminement de sa conjointe pendant la grossesse, et ce, jusqu'à l'accouchement. Vous ne voulez pas que votre conjointe se sente seule mais, en même temps, vous ne vivez pas du tout la chose de la même façon, et c'est normal. À l'occasion de la fête des Pères, prenez le temps de vivre la grossesse de votre conjointe avec elle et de l'accompagner du mieux que vous pouvez. Profitez de l'occasion pour vous informer sur votre futur rôle de papa sans vous angoisser et douter de vos capacités, car il n'y a pas de papa parfait, il y a seulement des hommes attentionnés souhaitant faire de leur enfant un être responsable et rempli d'amour.

Cette fête des Pères 2005 n'est peut-être pas encore la vôtre, mais

elle le sera dès l'année prochaine, alors préparez-vous à la vivre pleinement en permettant à la future maman de se sentir bien avec les changements qu'elle vit au quotidien. Parce que vous connaissez bien votre partenaire et que vous vous préoccupez de son bien-être, vous décèlerez peut-être plus rapidement qu'elle les signes de

stress ou de fatigue. N'hésitez pas à lui faire part de vos inquiétudes. Encouragez-la à se détendre et profitez-en pour faire des exercices de relaxation avec elle, vous en retirerez aussi les bienfaits.

Futurs papas, à l'occasion de la fête des Pères, vous êtes, vous aussi, à l'honneur!



**Buro.**  
PLUS

Voici des cadeaux originaux pour toi papa...

Pensez à un cadeau original pour papa!

**Collection de canards**

L'art comique de **Guillermo Forcino**

Pièces de collections! En édition limitée... Un certificat d'authenticité unique et numéroté accompagne chaque pièce.

**Accessoires pour vin**

**Accessoires pour cigare**

Toute la collection des produits «Tintin»

**Les stylos et accessoires Cross**

**Plusieurs autres spéciaux en magasin**

**MASSAGE EN PLEIN AIR**  
JARDIN MAGNIFIQUE!  
SPÉCIAL FÊTE DES PÈRES  
2 ÈME MASSAGE À 1/2 PRIX  
BIENVENUE!  
COUPLES  
GROUPE D'AMIS  
LA BONNE ÉTOILE  
828, 1 ÈRE RUE  
ST-JEAN-SUR-RICHELIEU  
150-357-1001  
Franco St-Pierre

**Louis Cyr** Rég. 36,95\$

**Roméo Dallaire** Rég. 36,95\$

**Guide des terrains de golf du Québec** Rég. 33,95\$

**Les oiseaux du Québec** Rég. 29,95\$

**Barbecue intérieur ou extérieur** Rég. 34,95\$


**LIBRAIRIE DU RICHELIEU**  
LIBRAIRIE AGRÉÉE

Papeterie • Ameublement de bureau  
Livres • Service • Location • Livraison

903 boul. du Séminaire, Saint-Jean-sur-Richelieu  
Tél. : 347-6446 • 347-4080

Ouvert les dimanches de 11 h à 17 h

# BON APPÉTIT ! *C'est le temps*



*Fruits de mer, grillades et pasta*

**MARINA St-Tropez**


Resto-Bar Terrasse  
de 9 h à 23 h  
Déjeuner dès 5 h 30

**HOT HOT PARTY**

- Groupe Grace (musique latine et D.J.)
- Cracheur de feu
- Spectacle baladi

À ne pas manquer!  
18 juin à 21 h

Réservation  
(450) 291-3300  
23, 39<sup>e</sup> Avenue  
Saint-Blaise-sur-Richelieu




APPORTEZ votre vin ou votre bière

*Grillades et fruits de mer*


**FESTIVAL DU HOMARD**

*"Joyeuses fête des Pères"*

RESTAURANTS

**CASA GRECQUE**  
(DEPUIS 1980)

315, rue MacDonald,  
Saint-Jean-sur-Richelieu  
(450) **359-4066**

Pour 12 personnes


*Votre réservation est-elle sur notre liste?*

**Mena d'été**

Braschetta  
Prosciutto aux figues  
Champignons sautés  
Escargots à l'italienne  
Salade d'été


Pennes sauce rosée 16,95\$  
Lasagne aux épinards sauce rosée 19,95\$  
Linguines primavera 17,95\$  
Linguines au saumon fumé 25,95\$  
Linguines aux fruits de mer 26,95\$  
Filet de doré 23,95\$  
Poulet parmigiana 23,95\$  
Osso Bacco 29,95\$

Douceur  
Café, thé ou tisane



**Restaurant de fondue et raclette**  
242, rue Richelieu  
Saint-Jean-sur-Richelieu

Ouvert du jeudi au dimanche dès 17 h  
(450) **347-0108**



ps de la

# RESTO-FOLIE



## Une fringale...



Livraison gratuite

Tout beau, tout neuf



# Orito

RESTAURANT  
141, rue Champlain  
Saint-Jean-sur-Richelieu  
(450) 347-0482



## PIZZERIA

depuis 1968



« Le Roi de la Vraie Pizza et de la fine cuisine italienne »



10, rue Jacques-Cartier Sud  
Saint-Jean-sur-Richelieu  
(450) 347-5348



## Goyez les bienvenus



### VENEZ DÉCOUVRIR NOS "4 à 7"

- Grillades et fruits de mer
- Pâtes et pizzas
- Salades repas
- Mets mexicains
- Sandwichs et hamburgers
- Sautés

2 pour 1 Ailes de poulet

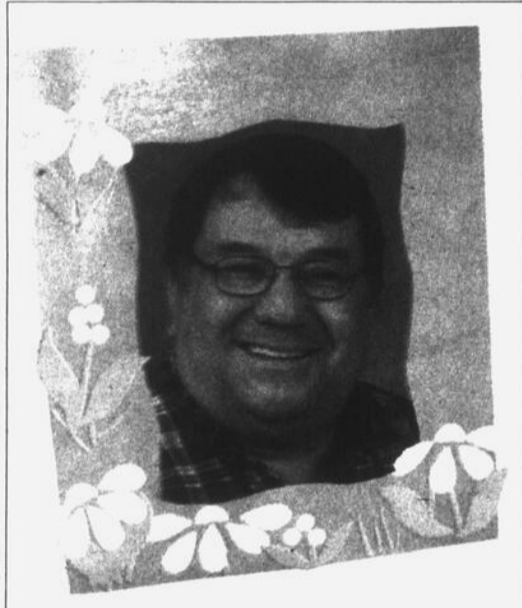
NOS FAJITAS gagnants du concours «Quebec Texmex 2005»



232, rue Richelieu, (450) 347-2232

## Enfants bricoleurs pour papa cajoleur!

Les enfants aiment bien joindre au cadeau de la fête des Pères un petit quelque chose fait de leurs mains. C'est une joie dont il ne faut pas les priver! Cependant, à force d'accumuler les dessins et collages de leurs petits, les parents ne savent parfois plus quoi faire de tous ces chefs-d'œuvre bien mignons mais, somme toute, un peu encombrants. Pourquoi ne pas proposer à vos enfants, cette année, des idées de bricolages utilitaires à offrir à papa pour lui témoigner leur affection?



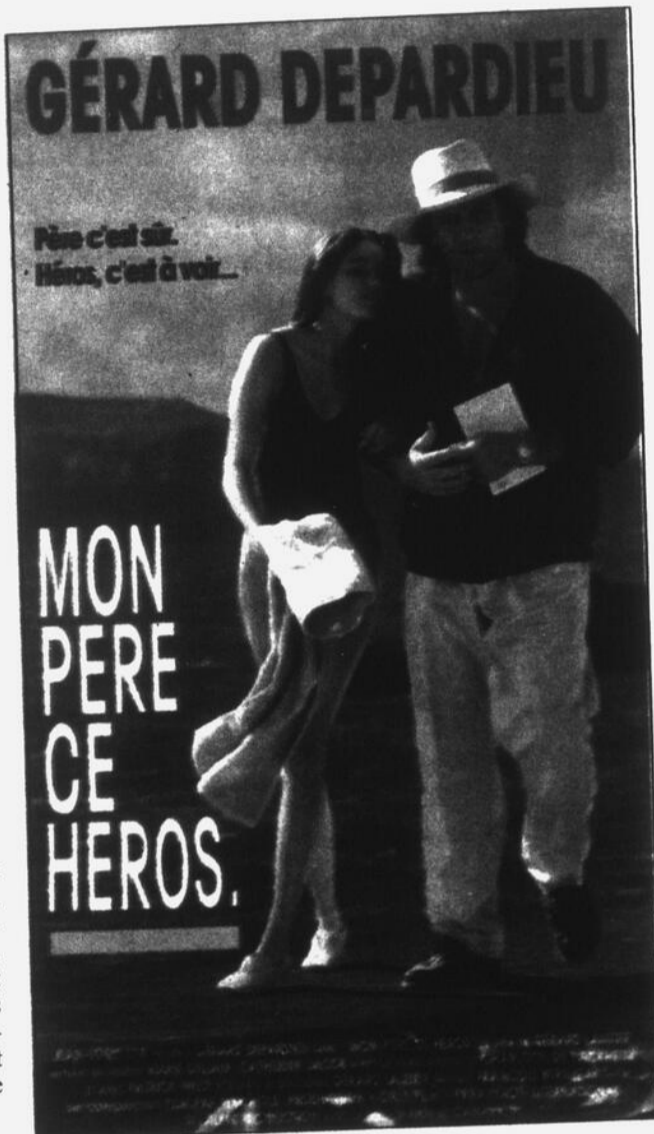
Les livres et sites de bricolage regorgent d'idées intéressantes, tel ce cadre fait main, qui sauront plaire à papa autant qu'à vos enfants. (Photo SP)

Cela peut prendre toutes sortes de formes selon votre imagination et les habilités de vos enfants. Par exemple, fabriquez un porte-clés dans de la pâte à sel ou de l'argile à l'aide d'un emporte-pièce et d'un anneau articulé. Faites un collage sur un grand carton et plastifiez-le ensuite pour en faire un napperon. Essayez-vous au dessin sur chandail (des crayons sont conçus pour cela) ou faites des empreintes de peinture sur un tablier de travail pour l'engoliver. Un porte-crayons créé à partir d'une boîte de conserve recouverte de feutrine peut aussi être très pratique, ou une petite boîte décorée pour ranger les cartes professionnelles. Du cadre au signet, de la poubelle décorative à la boîte compartimentée pour clous et vis, ce ne sont pas les possibilités qui manquent!

L'important, en fait, c'est que le choix de bricolage plaise à vos enfants et qu'il soit suffisamment simple pour que vous n'ayez pas à le faire à leur place. Cherchez aussi un objet dont papa se servira vraiment. Vos petits n'en seront que plus fiers!

## Littérature et cinéma... réflexions pour les enfants et leurs papas

Quoi de mieux qu'un bon roman ou un film empreint de réalisme pour nous faire réfléchir sur les relations que nous entretenons avec nos proches? Chaque famille a son histoire et chacun d'entre nous a une place toute spéciale dans le cœur pour cet homme qui demeure extraordinaire à sa façon. Quelle que soit la relation que nous entretenons avec notre père, nous souhaitons être le plus près possible de lui et avoir la chance de bien le connaître. À l'occasion de la fête des Pères, qui a lieu le dimanche 19 juin, pourquoi ne pas vous attarder sur un film ou un livre qui raconte l'histoire d'un père et de sa fille, ou la rencontre d'un papa et de son petit garçon? Que notre père soit décédé ou encore en vie, ces expériences culturelles permettent une réflexion le plus souvent positive sur nos propres rapports. Elles nous donnent la chance de rire et de pleurer, parfois de se rappeler...

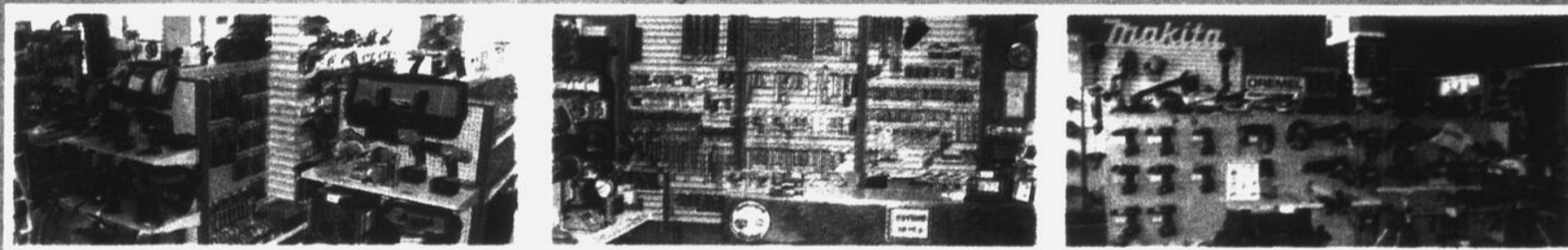


Que ce soit à l'écran ou dans la littérature, depuis toujours on raconte les pères. On les analyse, on les aime, on les déteste, on leur pardonne, on les admire... Père traditionnel, père autoritaire ou père aimant, il y en a pour tous les goûts, et toutes les émotions y passent. Bien entendu, il y a des classiques du cinéma qu'on veut revoir et qui nous rappellent le nôtre. Et pourquoi pas ce petit roman qui fait parler un papa de ses propres émotions?

«Les pères doivent toujours donner pour être heureux. Donner toujours, c'est ce qui fait qu'on est père.» Honoré de Balzac

Que ce soit à l'écran ou dans la littérature, depuis toujours on raconte les pères.

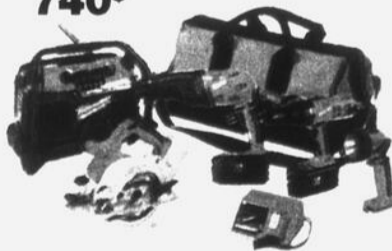
# BONNE FÊTE DES PÈRES



# 0923-29 - Ensemble combiné  
Scie circulaire 6-1/2 po, perceuse à percussion 1/2 po, scie alternative et lumière de travail, avec sac à outils ultra résistant  
Rég. 750\$  
**625\$**



# 0923-25 - Ensemble combiné  
Scie alternative, perceuse à percussion 1/2 po, scie circulaire de 6-1/2 po, radio de chantier et lumière de travail, avec sac à outils ultra résistant  
Rég. 875\$  
**740\$**



# 0614 - Perceuse à percussion 1/2 po  
Rég. 255\$  
**230\$**



# 6507 - Scie alternative  
Rég. 150\$  
**135\$**



# 93624hdcrl - Ensemble combiné  
3e batterie gratuite!  
**790\$**



# 4000-07 - Scie de table 10 po  
Avec cet achat, obtenez gratuitement une sableuse!  
**625\$**



# 6394 - Scie circulaire  
Rég. 242\$  
**190\$**



BOSCH

Ensemble combiné  
# 93618hdcrlj - 18 V **699\$**  
# 92614dcj - 14.4 V **500\$**



MOTEURS ÉLECTRIQUES  
ST-JEAN INC.

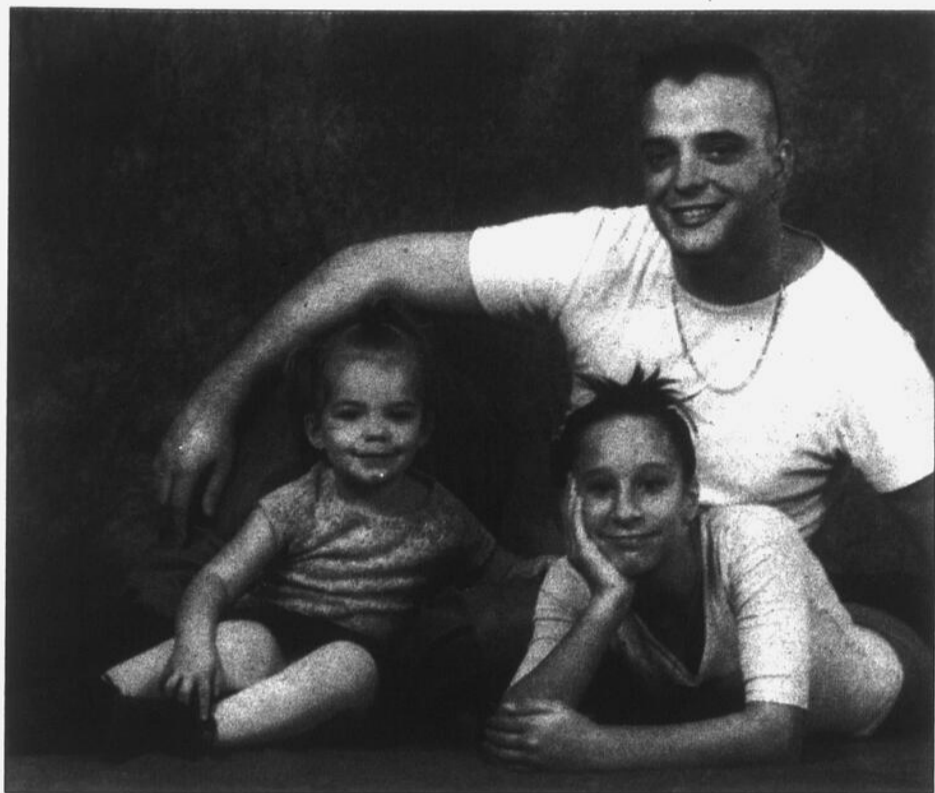
688, rue Saint-Jacques, Saint-Jean-sur-Richelieu (450) 347-3265

## La famille a-t-elle abandonné ses pères?

On imagine toujours la fête des Pères comme une occasion heureuse où les enfants témoignent à leur père amour et reconnaissance en le couvrant de petites surprises. Or, la fête des Pères ne revêt pas toujours ce visage. Avec l'accroissement du nombre de familles éclatées ou reconstituées, la place du père n'est pas toujours au premier rang.

Les statistiques à ce sujet sont d'ailleurs assez criantes. À la suite d'un divorce, les tribunaux ne privilégient habituellement pas la garde partagée si bien que, dans 70 % des cas, les mères obtiennent la garde exclusive des enfants, et ce n'est pas toujours par désengagement de leurs conjoints. Aussi, cinq ans après la rupture, le quart des enfants ne voit plus leur père et un autre tiers ne le fréquente qu'en de rares occasions. Le père divorcé se trouve donc relégué aux oubliettes, sauf quand il s'agit de calculer la pension alimentaire, bien sûr!

Problème légal, abus des mères, irresponsabilité des pères, indifféren-



La place du père divorcé dans la famille est plus que précaire. La fête des Pères est peut-être l'occasion de rectifier le tir. (Photo SP)

ce des enfants? Il ne s'agit pas ici de trouver un coupable, mais simplement de souligner la gravité de la situation. D'autant plus que les études ne cessent de montrer l'importance de l'implication du père pour le développement sain des enfants.

La fête des Pères est peut-être le moment idéal pour y réfléchir. Com-

ment encourager et fortifier la relation père-enfant à la suite d'une rupture afin que les hommes puissent retrouver leur place au sein de la famille et jouir des plaisirs de la paternité, et que les enfants puissent profiter pleinement de ce contact si riche pour eux? Une petite visite chez papa serait peut-être l'occasion d'en discuter ouvertement et de repartir du bon pied.

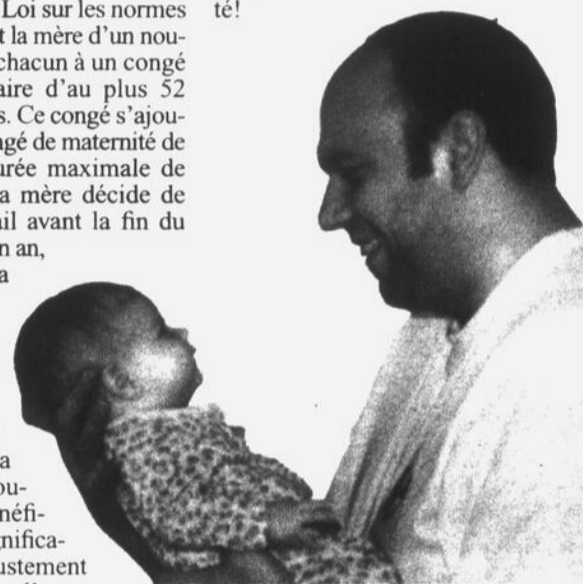
## FÊTE DES PÈRES - 19 JUIN 2005 Le congé de paternité fait de plus en plus d'adeptes

Quel moment idéal pour parler du papa nouveau genre que le mois de juin qui coïncide avec la fête des Pères! Ce dernier veut passer plus de temps avec ses enfants, souhaite les voir grandir, s'occuper d'eux et de leur éducation. C'est ainsi que le congé de paternité gagne des adeptes. Ce temps d'arrêt de travail, qui ne s'adressait habituellement qu'aux femmes, est aujourd'hui de plus en plus pris par le papa.

En effet, selon la Loi sur les normes du travail, le père et la mère d'un nouveau-né ont droit chacun à un congé parental sans salaire d'au plus 52 semaines continues. Ce congé s'ajoutant bien sûr au congé de maternité de la mère, d'une durée maximale de 18 semaines. Si la mère décide de retourner au travail avant la fin du congé parental d'un an, le père a donc la possibilité de profiter du reste de ces moments privilégiés avec bébé. De plus en plus d'entreprises offrent également la possibilité aux nouveaux pères de bénéficier d'un congé significatif en offrant un ajustement du revenu donné par l'assurance-emploi. La famille s'en trouve alors valorisée pour notre plus grand

bonheur à tous.

L'arrivée d'un bébé chamboule bien des choses. Et pour les mères qui travaillent, concilier grossesse, naissance et activités professionnelles n'est pas toujours une sinécure. Ainsi, comme le père peut également profiter du congé parental, l'organisation devient plus flexible pour les familles où les deux parents mènent de front des carrières. Eh oui, c'est maintenant à la mode d'être en congé de paternité!



Grâce au congé parental, le père a désormais la possibilité de profiter de moments privilégiés avec bébé. (Photo MB)

**N'ACHETEZ RIEN!** Avant de passez chez



**Londero Sports**

Bonne fête des Pères!

À l'achat d'un ensemble canne et moulinet de 50\$ et plus, achetez cet étui (valeur de 35\$)

pour **9.95\$**



**Spécial moucheur!**

Ensemble canne et moulinet



**299.95\$**

**«Down Rigger»**

Cannon

Spécial **549.95\$**

Rég. 709,95\$



Mini-mag 2 électrique incluant

canne «Redwolf» et moulinet «Silstar Bait Feeder»

QUANTITÉ LIMITÉE

**Tente «Woodland»**

9x8

**169.95\$**

**Eureka!**



**Couteau électrique** de **Nor-mark**



**STORM**

**24.95\$**



**Vestes de flottaison**

A partir de

**29.95\$**

Vaste choix de sacs à dos

**Prix variés**



À l'achat de 6 leurres, obtenez la 7e

**GRATUITEMENT\***

\*Sur le prix le moins cher.

Achetez 1 vêtement de marque «Misty Mountain» (homme ou femme) et procurez-vous le 2e à moitié prix\*.  
(Applicable sur l'article le moins cher des deux).

**EN VIGUEUR JUSQU'AU 23 JUIN INCLUSIVEMENT.**



**Londero Sports**

349, boul. du Séminaire, Saint-Jean-sur-Richelieu



Nous sommes agent pour l'état du Vermont (permis de chasse et pêche).

**349-2332**

**3 PRIMES  
GRATUITES**

À L'ACHAT D'UN TRACTEUR  
NEUF DE SÉRIE 100\*



**JOHN DEERE**  
DEERE, C'EST TOUT DIRE

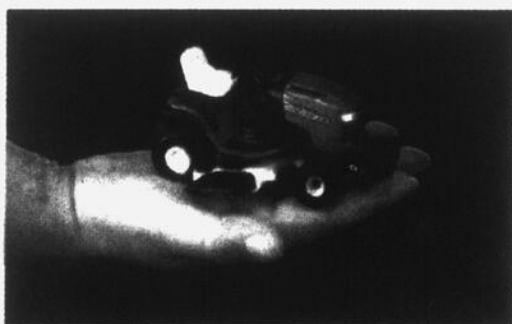


## UN EXCELLENT TRACTEUR, 3 PRIMES GRATUITES.

Achetez maintenant un tracteur de pelouse neuf John Deere de série 100 avec système de coupe The Edge<sup>mc</sup>. Nous vous offrons un ensemble de trois primes - un étui arrière spacieux, un tracteur miniature John Deere et une housse de tracteur - GRATUITEMENT après remise postale. Profitez-en dès aujourd'hui !



**Étui GRATUIT†**



**Mini GRATUIT†**



**Housse GRATUITE†**

OBTENEZ-LES CHEZ VOTRE CONCESSIONNAIRE JOHN DEERE - MAINTENANT ! [www.JohnDeere.com/Homeowners](http://www.JohnDeere.com/Homeowners)



**LES ÉQUIPEMENTS**  
**LAGUÉ**

**LES ÉQUIPEMENTS LAGUÉ LTEE**  
122, RUE LAGUE  
L'ANGE GARDIEN, QC J0E1E0  
(450) 293-8146

**LES ÉQUIPEMENTS LAGUÉ LTEE**  
7, ROUTE 133  
PIKE RIVER, QC J0J1P0  
(450) 248-7597

\*Cette offre temporaire, valable jusqu'à épuisement des stocks, est réservée aux résidents du Canada. L'offre est nulle là où la loi l'interdit. Recevez à l'achat d'un tracteur de pelouse neuf de série 100 (l'offre exclut G100) un ensemble prime composé d'un étui pratique, d'une housse de tracteur et d'une réplique miniature, une valeur de 150\$. L'achat doit être effectué entre le 2 et le 26 juin 2005. Pour obtenir la remise, envoyez le formulaire de remboursement et une copie du reçu à John Deere Ltée, C.P. 1100, Grimsby, Ontario L3H 4H5. L'offre est nulle si le formulaire de remboursement est oblitéré par la poste après le 15 juillet 2005. Limite d'un ensemble prime par client, par période de promotion (du 2 au 26 juin 2005). Prévoyez un délai de livraison de 8 à 10 semaines. Les adresses de route rurale ne sont pas admissibles. L'ensemble prime ne peut pas être échangé contre de l'argent comptant et doit accompagner le tracteur si celui-ci est retourné. Aucun substitut offert. Valable uniquement chez les concessionnaires participants. Il peut y avoir d'autres restrictions. L'agencement jaune et vert de John Deere, le symbole du cerf bondissant et JOHN DEERE sont des marques de commerce de Deere & Company.

## TRESORS DE FAMILLE

### Une première évaluation



Mario WILSON

Cette première pièce de mobilier ancien, dont on me demande une évaluation, est une bibliothèque deux portes de style Mission, datant des années 1890 - 1920. Bien qu'originaires des États-Unis, suite à un emprunt d'un style d'Angleterre, ce mouvement décoratif appelé Arts & Crafts sera très vite repris par les menuisiers-ébénistes québécois.

Les trois plus grands noms américains étant Stickley, Limbert et Roycroft, les meubles portant cette signature auront donc une très grande valeur. Toute-

fois, au Québec, la très grande majorité de nos meubles Arts & Crafts seront des reproductions de ces trois grands américains et, fort malheureusement, ne portent pas la signature de leur fabricant.

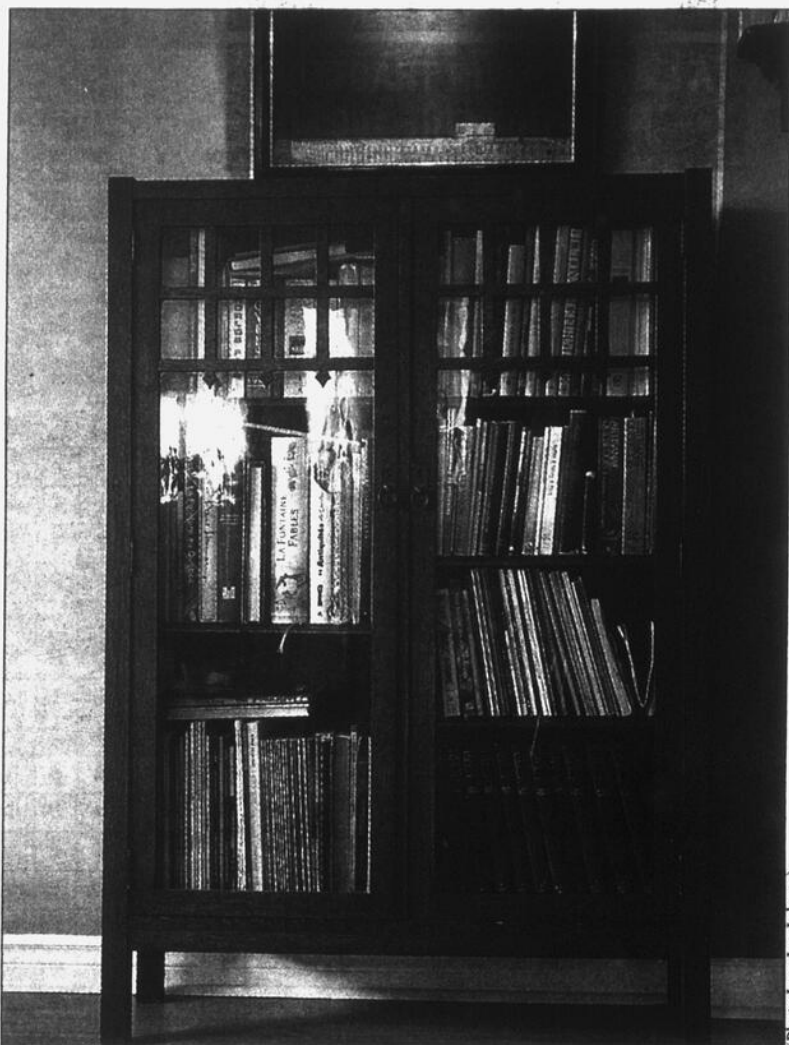
La bibliothèque représentée ici ne fait pas exception à cette particularité. Faite de chêne, avec son style très épuré, à tablettes réglables et son motif à carrelage aux deux vitres des portes, ce meuble s'apparente exactement à la production américaine. Très en vogue à cause, justement, de la demande importante de nos voisins du sud, mais également pour le très grand avantage de son côté pratique (dimensions et protection des livres ou du contenu), ce style de bibliothèque a la cote

chez les collectionneurs et amateurs de meubles anciens.

#### Évaluation

Les catalogues d'évaluation de ces meubles américains, nous apprennent qu'une bibliothèque très semblable, signée Stickley ou Roycroft, aurait une valeur marchande entre 3 500 et 5 000\$ en devises américaines. Comme on peut présumer que celle-ci est de fabrication québécoise, sa valeur moindre se situe plus modestement entre 1 000 et 1 300\$ en devises canadiennes.

Vous pouvez toujours me faire parvenir vos demandes d'évaluation d'antiquités à l'adresse électronique suivante: wilsonévaluation@hotmail.com C'est avec plaisir que je prendrai rendez-vous avec vous.



(Photo Jean-Luc LeBrun)

Une bibliothèque très semblable, signée Stickley ou Roycroft aurait une valeur marchande variant entre 3 500\$ et 5 000\$ en devises américaines.

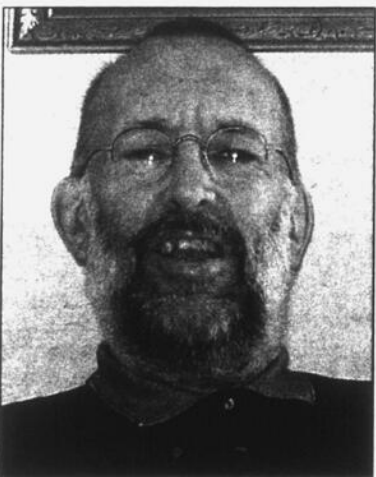
## LES JOIES DU PARRAINAGE

### Jeffrey cherche un parrain civique bilingue

Le Parrainage civique du Haut-Richelieu a pour mission de jumeler des personnes bénévoles avec des personnes ayant une déficience intellectuelle afin que par l'entremise de cette approche personnelle, chaleureuse et égalitaire, les besoins tant pratiques qu'affectifs des personnes ayant une déficience intellectuelle soient satisfaits.

#### À la recherche d'un parrain civique

Jeffrey est un anglophone à la recherche d'un parrain civique bilingue avec qui il pourrait discuter et faire de courtes activités intéressantes. Jeffrey se décrit comme une personne sociable; il s'intéresse à plusieurs activités dont la musique, ses choix varient du rock'n roll d'Elvis Presley aux Beatles et John Lennon, il est tellement un fan de Lennon qu'il a choisi ses lunettes semblables à celle de son idole. À l'occasion, il regarde la télévision surtout les miniséries. Il apprécie les sorties telles que de courtes marches ou aller au restaurant déguster une bonne pizza. Il aime regarder le baseball et le basket-ball, se rappelant qu'un jour il est allé voir l'équipe de basket du Harlem Globe-Trotter au



Jeffrey est un anglophone à la recherche d'un parrain civique bilingue avec qui il pourrait discuter et faire de courtes activités intéressantes.

Forum de Montréal; il avait grandement apprécié cette sortie et le jeu des athlètes. Comme plusieurs personnes, Jeffrey a un rêve, celui de gagner à la Loto. La personne qui souhaiterait devenir le parrain civique de Jeffrey sera comblée: car il aime parler et qu'il sait aussi écouter.

#### Capsule de sensibilisation

Pour assurer à la personne ayant une déficience intellectuelle une intégration de qualité, certaines conditions sont nécessaires. D'une part, il est essentiel de lui offrir les moyens de s'adapter et de s'intégrer véritablement. Il est important de lui fournir toutes les conditions nécessaires afin qu'il puisse développer au maximum son autonomie et son potentiel en l'aidant à accroître ses compétences et ses habiletés sociales. Il est souhaitable également de lui offrir la possibilité d'agir, de communiquer et de se déplacer d'une façon qui convient à son groupe d'âge. De faire confiance en ses capacités d'apprendre à utiliser les services de la collectivité.

Si vous croyez avoir des affinités avec Jeffrey et que vous avez envie de le rencontrer pour partager certaines activités avec lui, il en serait très enthousiasme et reconnaissant. Donc, si vous désirez vivre une expérience valorisante, où l'implication est de quelques heures par mois, n'hésitez pas à nous contacter au 347-8091.

**Psychologues Desnoyers Letourneau**

Services de psychothérapie individuelle et de groupe  
Adultes - Adolescents - couples  
Sessions de croissance

624, boul. du Séminaire N  
Saint-Jean-sur-Richelieu  
450.349.6191

canadafrancais.com

www.canadafrancais.com

Allez-y voir!

**SEULEMENT 1 SEMAINE**

**Bouclair**

**50% DE RABAIS**

**TOUS**

**TISSUS À DRAPERIE EN JACQUARD\* ENSEMBLES DE TRINGLE VASES EN VERRE**

**40% DE RABAIS**

**COUSSINS Achetez-en 1 2<sup>e</sup> GRATUIT\* STYLES SELECTIONNES**

**STORES EN BOIS ET IMITATION BOIS**

L'origine de vos créations [www.bouclair.com](http://www.bouclair.com)

ST-JEAN 180, boul. St-Joseph (voisin des Halles) (450) 348-1145

VENTE EN VIGUEUR DU 15 AU 21 JUIN, 2005. \*Rabais applicables sur la marchandise sélectionnée à prix régulier et en magasin seulement. À l'exception des jacquards « Unique », des patrons, des commandes sur mesure et de la marchandise discontinuée (étiquettes jaunes). Rabais non-applicables sur la marchandise achetée avant cette promotion.

# MOTS CACHÉS

## 10 LETTRES CACHÉES

A  
angoissé  
année  
aquarelles  
artiste  
arts  
asile  
aspect  
aspire  
autoportraits  
B  
base  
beauté  
bouquets  
brève  
but

C  
célèbre  
chevalet  
colorées  
coupe  
création  
créé  
critique  
D  
désir  
dessins  
E  
effet  
émois  
essor  
estimé  
êtes

## MOT-CACHÉ

être  
expressif  
F  
face  
fin  
fleur  
formes  
G  
galerie  
goûts  
I  
images  
inspirer  
intérêt  
interné  
iris  
issue

L  
lieu  
lutte  
M  
millions  
murs  
musée  
N  
nature  
norme  
O  
oeuvre  
opté  
oreille  
orner  
Orsay  
Otterlo

## LA VIE DE VAN GOGH

P  
Paris  
paysages  
peintre  
peinture  
pinceau  
précurseur  
Provence  
public  
R  
rare  
S  
savoir  
sens  
signe  
solitaire  
sortait

styles  
suicide  
T  
tableau  
talent  
titre  
toiles  
tragique  
type  
U  
unique  
V  
Van Gogh  
vécut  
Vincent  
vois

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

SOLUTION DE CE MOT CACHÉ: TOURNESOLS

# ENTRECROISÉS

## 7 LETTRES CACHÉES

2  
er  
ne  
on  
le  
3  
cet  
ici  
ira  
ont  
set

## LES ENTRECROISÉS

son  
sur  
4  
donc  
écru  
être  
main  
pile  
tenu  
tons  
type

vrai  
5  
coton  
donne  
droit  
forme  
notai  
perse  
teste  
tissé  
tissu

## LES MAGASINS DE TISSU

twweed  
verge  
voile  
6  
achète  
étapes  
éttoffe  
servir  
7  
coupons  
couture

économome  
imprimé  
lisière  
mesurer  
naturel  
percale  
satines  
velours  
vendeur  
8  
dentelle

entrepôt  
tailleur  
vêtement  
9  
populaire  
10  
extensible  
12  
échantillons  
spécialement

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1																				
2																				
3																				
4																				
5																				
6																				
7																				
8																				
9																				
10																				
11																				
12																				
13																				
14																				
15																				
16																				
17																				
18																				
19																				
20																				

SOLUTION DE LES ENTRECROISÉS: COUPONS

# MOTS CROISÉS

## Problème No 655

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											

### HORIZONTAL

- Femme qui inspire un artiste.
- Originaires. - Quote-part.
- Période d'études pratiques. - Signe apparent et probable qu'une chose existe.
- Matière textile fournie par les feuilles de l'agave. - Qui manque de netteté.
- Labiée à fleurs jaunes. - Mollusques.
- Prendra une expression de gaieté. - Récipient.
- Pièces de théâtre bouffonnes. - Se suivent inversement.
- Personnel. - Relatif aux infractions qui peuvent frapper leurs auteurs. - Lettre de l'alphabet grec.
- Sécrite, élabore.
- Ville d'Espagne. - Réveille.
- Rayon. - Risqué. - Ville de Grande-Bretagne.
- Exercer une action en justice. - Existerait.

### VERTICAL

- Relatif à l'inspiration de l'air pulmonaire.
- Fête de Noël. - Tondus.
- Unité de poids et de monnaie. - Chaussée peu élevée, formée de pieux et de cailloux pour arrêter le poisson au reflux.
- Année. - Qui concerne l'alpinisme.
- Ivette. - Personnel. - Conjonction.
- Gamme. - Qui coulent sans se diviser en gouttes.

- Mouche velue. - Ingénues.
- Première annonce d'un événement arrivé depuis peu.
- Punaises ailées. - Attacher, maintenir avec un lien.
- Dans le temps présent. - Doublée. - Petit bouclier d'osier.
- Grande porte laissant le passage des voitures vers la cour (pl.). - Légalité.
- Saison. - Dépôt meuble laissé par les eaux ou le vent.

### Solution du dernier problème

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

Autonné par Jean-Claude Langlois

**HAUT-RICHELIEU Volkswagen**  
950, Douglas, St-Jean-Sur-Le-Richelieu • (450) 359-4222 • (514) 990-4222 • www.hrvolks.com

**ENFIN, TOUTE UNE NOUVELLE**  
La nouvelle Jetta 2006  
TDI

**MAINTENANT**  
**DISPONIBLE**

Êtes-vous fait pour Volkswagen?



302201-561-p

Défi J'arrête, j'y gagne

# Julie Héliou s'illustre sur la scène régionale

Dans le cadre du défi provincial de cessation tabagique J'arrête, j'y gagne, tenu entre le 1<sup>er</sup> mars et le 11 avril, un volet régional de promotion a été mis en place afin de sensibiliser davantage les clientèles où l'on retrouve un niveau élevé de prévalence du tabagisme, soit chez les 15-24 ans.

C'est à l'occasion de la Journée mondiale sans tabac qui a eu lieu le 31 mai dernier que Michel Boivin, chef de programme en jeunesse et aux services courants aux sites des CLSC et CHSLD Champagnat de la Vallée des Forts, et Myrèse Stewart, du Centre Vivre mieux sans fumer, ont procédé à la

remise d'un prix de 100\$ à Julie Héliou pour sa performance lors du Défi.

Souignons les efforts de Julie Héliou qui, parrainée par son copain Alexandre Chénier, a cessé de fumer le 25 février dernier, avant le début du Défi, et tient toujours le coup depuis!

En terminant, les personnes qui souhaitent cesser de fumer et qui ont besoin d'aide peuvent avoir recours au Centre d'abandon du tabagisme (CAT) du CLSC. De l'information quant à la tenue des prochains groupes d'aide à la ces-

sation tabagique, de même que du support téléphonique peuvent être obtenus en communiquant avec Mme Myrèse Stewart, du Centre Vivre mieux sans fumer, en composant le (514) 849-3804 ou le (450) 358-2572, poste 2828. ●



Sur la photo, on reconnaîtra Michel Boivin, Julie Héliou et Myrèse Stewart.

## ANS VOTRE ASSIETTE

### Cuisson au grill: trucs simples et pratiques



Sylvie LAROCHE

Comme je l'ai promis, voici la suite de la chronique de la semaine dernière. J'espère qu'elle vous fournira de bonnes idées pour mieux réussir vos grillades!

- Assurez-vous de toujours avoir amplement de combustible. Rien n'est plus ennuyeux que de manquer de propane en plein milieu d'un barbecue de famille!

- Pour éviter que les aliments colent sur la grille, préchauffez le grill de 15 à 20 minutes avant la cuisson. Un autre excellent truc: huilez la grille.

- Comme la cuisson sur le grill se déroule assez rapidement, assurez-vous d'avoir préparé à l'avance les salades et les sauces d'accompagnement.

- Afin de ne pas oublier les aliments sur le grill, évitez de vous en éloigner trop longtemps ou mieux encore, gardez une minuterie dans votre poche.

- Comme ce sont les viandes

minces qui cuisent plus rapidement, placez-les loin de la source de chaleur.

- Prenez soin de retourner et de déplacer régulièrement les aliments durant la cuisson.

#### Les marinades sèches ou humides?

Il existe deux types de marinade: la marinade sèche et la marinade humide. On utilise la marinade sèche pour parfumer et rehausser la saveur des aliments, sans nécessairement les attendrir. Pour ce qui est de la marinade humide, on l'utilise principalement pour attendrir les viandes qui sont un peu moins tendres.

Cette dernière se compose généralement d'un liquide acide comme le vin, le vinaigre ou le jus de citron. Peu importe le type de marinade que l'on utilise, les aliments doivent mariner dans un contenant hermétique au réfrigérateur.

#### La cuisson des viandes et poissons

- Pour éviter que la viande ne perde son jus et se dessèche, il vaut mieux la saler en fin de cuisson seulement.

- Pour éviter que les viandes plus

minces ne brûlent, grillez-les à feu modéré.

- Pour vous assurer que les viandes plus épaisses sont bien cuites, vérifiez la température intérieure à l'aide d'un thermomètre.

- Ne piquez jamais vos viandes car elles perdront leur jus et saveur. Mieux vaut utiliser une pince pour les retourner.

- Portez une attention particulière à la viande hachée. Grillez-la jusqu'à ce que la viande et son jus soient clairs plutôt que rosés.

- Pour manipuler plus facilement les poissons sur le grill, procurez-vous un panier métallique conçu spécialement pour le poisson.

- Pour que le poisson conserve toute sa saveur, il faut éviter d'en prolonger inutilement la cuisson puisqu'il deviendra plus sec et coriace. On recommande généralement de 3 à 6 minutes de cuisson par centimètre d'épaisseur. Bon soleil et à la prochaine!

Pour des informations en nutrition ou un changement de vos habitudes alimentaires, contactez-moi au (450) 358-2002 ou visitez le site Internet [www.harmoniesante.com](http://www.harmoniesante.com). ●



Michelle Rassart  
Stagiaire  
(en collaboration avec  
Alain Papillon,  
pharmacien)

### LES CONSEILS DE VOTRE PHARMACIEN

## Les infections vaginales

Les infections vaginales, qui portent également le nom de vaginites, consistent en l'inflammation du vagin et parfois également de la vulve.

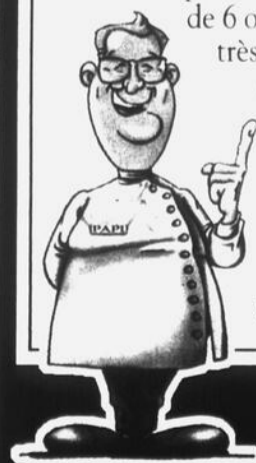
L'inflammation entraîne des symptômes très désagréables comme de la douleur, des démangeaisons et parfois des écoulements. Les vaginites les plus fréquentes sont d'origine bactériennes et fongiques (champignons). Les principales différences proviennent de l'odeur (très forte pour la vaginite bactérienne) et des démangeaisons (présentes davantage dans les vaginites fongiques).

La plupart des femmes vont souffrir à un moment ou à un autre de leur vie d'une infection vaginale. C'est en effet un problème assez courant car les causes sont très nombreuses. Voici quelques facteurs augmentant les risques: la grossesse, certaines méthodes contraceptives, la prise d'antibiotiques, l'activité sexuelle, la sécheresse vaginale, le cycle menstruel, le diabète, le port d'un maillot de bain mouillé durant une longue période et la fièvre.

Seules les infections vaginales causées par Candida (une sorte de champignons) peuvent être traitées par les médicaments vendus sans prescription en pharmacie. Toutefois, cela correspond à un bon pourcentage de toutes les infections vaginales. Lorsqu'on soupçonne une vaginite causée par une bactérie ou encore que l'on a essayé un traitement et que les symptômes sont encore présents à la fin, il est alors nécessaire de consulter un médecin.

Les deux traitements les plus connus disponibles en pharmacie sont les crèmes ou comprimés vaginaux Canesten® (clotrimazole) et Monistat® (miconazole). Leur efficacité est comparable, la différence provient de la durée du traitement. En effet, ces médicaments sont disponibles en traitement de 1 jour, de 3 jours et de 6 ou 7 jours. Les traitements de 1 jour sont très concentrés et donc très irritants, il est préférable d'utiliser les traitements plus longs. De plus, les symptômes disparaissent habituellement en 2 à 3 jours, il est donc inutile d'aller vers des traitements de plus courte durée.

Vous voulez en savoir davantage, consultez votre pharmacien(ne).



Membre affilié à  
**ESSAIM**  
Visitez notre site au  
[www.essaim.ca](http://www.essaim.ca)

### Alain & G.M. Papillon Pharmaciens

900, boul. du Séminaire Nord  
Saint-Jean-sur-Richelieu

**348-4931**

## A BOUSTIFAILLE

# Meilleures QU'AVANT...



Michèle TRAHAN

Les bonnes vieilles recettes qui se cuisinent depuis des décennies demeurent toujours aussi populaires. On peut nommer tout un éventail de plats qui semblent toujours avoir fait partie du quotidien de nos familles et qui se retrouvent encore sur nos tables... parce que c'est bon!

Ces recettes sont encore meilleures qu'avant parce qu'aujourd'hui, nous avons le loisir de choisir nos ingrédients et ce, en fonction de nos goûts et de nos besoins; on peut par exemple opter pour un produit laitier faible en gras, etc. Vive la cuisine d'antan au goût d'aujourd'hui!

- 1 boîte de saumon (7 1/2 oz/213 g)
- 30 ml de mayonnaise (2 c. à table)
- 15 ml de jus de lime (1 c. à table)
- 5 ml de moutarde de Dijon (1 c. à thé)
- 5 ml de ciboulette (1 c. à thé)
- pincée d'estragon
- 375 ml de chapelure (1 1/2 tasse)
- 1 œuf battu
- sel et poivre
- 30 ml de beurre (2 c. à table)
- sauce à l'avocat \*

Combiner les 6 premiers ingrédients et ajouter 250 ml (1 tasse) de chapelure; bien mélanger et ajouter l'œuf puis assaisonner au goût. Façonner en 4 croquettes; si nécessaire, ajouter plus de chapelure. Enrober les croquettes de chapelure.



## Croquettes de Saumon

Faire dorer les croquettes dans le beurre chaud, environ 5 minutes de chaque côté et servir avec un plat de riz et la sauce à l'avocat. 4 portions

- \* Sauce à l'avocat
- 1 tomate hachée
  - 175 ml de concombre haché (3/4 tasse)
  - 1/2 poivron jaune finement émincé
  - 2 échalotes émincées

- 1 gousse d'ail émincé
- pincée de coriandre
- 1/2 avocat pelé et haché
- jus d'une lime
- sel et poivre

Combiner tous les ingrédients, sauf le dernier, et bien fouetter pour rendre la préparation homogène; assaisonner au goût. Réfrigérer au moins 30 minutes avant de servir.

## Lasagne

- 500 g de boeuf haché (1 lb)
- 1 oignon haché
- 50 ml de carottes râpées (1/4 tasse)
- 50 ml de céleri en dés (1/4 tasse)
- 1 gousse d'ail émincé
- 30 ml de persil frais émincé (2 c. à table)
- 5 ml de romarin (1 c. à thé)
- 5 ml d'estragon (1 c. à thé)
- 5 ml de thym (1 c. à thé)
- 5 ml de flocons de poivron séchés (1 c. à thé)
- pincée de clou moulu
- 1 boîte de tomates (28 oz/796 ml)
- 1 boîte de pâte de tomate (5 1/2 oz/156 ml)
- 125 ml d'eau (1/2 tasse)
- 1 œuf légèrement battu
- pincée de poivre
- 500 ml de fromage cottage (2 tasses)
- 125 ml de fromage parmesan (1/2 tasse)
- 250 ml de fromage mozzarella râpé (1 tasse)
- 6 lasagnes, cuites et égouttées

Dorer le boeuf jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée; jeter l'excédent de gras. Ajouter l'oignon, les carottes, le céleri et l'ail et continuer la cuisson encore 5 minutes, en tournant. Ajouter le persil, le romarin, l'estragon, le thym, les flocons de poivron et le clou. Bien remuer.

Incorporer les tomates, la pâte de tomate et l'eau et amener à ébullition; réduire le feu et laisser mijoter à découvert pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que la sauce ait légèrement épaissi. Remuer à l'occasion. Combiner l'œuf, le poivre et les fromages cottage et parmesan.

Dans un grand plat rectangulaire, étendre le quart de

la sauce et couvrir d'une rangée de lasagnes; étendre la moitié du mélange de fromage et saupoudrer le tiers du fromage mozzarella. Répéter les étages et terminer par le fromage mozzarella.

Cuire au four à 190C (375F), environ 30 minutes ou jusqu'à ce que la préparation bouillonne. Laisser reposer 10 minutes avant de servir. 8 portions

## Poulet aux fines herbes

- 4 poitrines de poulet, la peau enlevée
- paprika
- 30 ml d'huile (2 c. à table)
- 1 oignon haché
- 30 ml de farine (2 c. à table)
- 500 ml de lait (2 tasses)
- 5 ml de sauge (1 c. à thé)
- 5 ml de thym (1 c. à thé)
- 5 ml d'estragon (1 c. à thé)
- sel et poivre
- 1 paquet de pois verts surgelés, dégelés (10 oz/284 g)
- persil frais haché

Saupoudrer le poulet de paprika; dorer dans l'huile chaude, quelques minutes de chaque côté, jusqu'à ce qu'il soit doré. Retirer le poulet du poêlon. Ajouter l'oignon et continuer la cuisson quelques minutes ou jusqu'à ce qu'il soit ramolli.

Incorporer la farine et verser le lait graduellement, en tournant; ajouter la sauge, le thym et l'estragon et assaisonner au goût; amener à ébullition, sans cesser de tourner. Ajouter le poulet, réduire le feu et continuer la cuisson, pendant 10 minutes.

Incorporer les pois verts et cuire encore 10 minutes ou jusqu'à ce que le poulet soit cuit. Garnir de persil et servir. 4 portions

## Astuce Maison

### PETITS CADEAUX...



Les petits cadeaux d'amitié invitent à la convivialité... pourquoi attendre le temps des fêtes pour en cuisiner quelques-uns qui plairont par leur bon goût et leur originalité. Par exemple, concoctez une liqueur de canneberge : dans un grand pot à large ouverture, déposez les ingrédients suivants : 500 ml (2 tasses) de canneberges grossièrement hachées, 400 ml (1 2/3 tasse) de sucre, 250 ml (1 tasse) de gin et quelques gouttes d'essence de vanille. Scellez le pot et gardez à la température de la pièce. Remuez doucement le pot tous les jours pendant la première semaine, puis une fois par semaine pendant 3 semaines. Égouttez et transférez le jus dans une bouteille de fantaisie ; gardez au frais et à l'obscurité jusqu'au moment d'offrir. Ou encore dans une casserole, combinez 375 ml (1 1/2 tasse) de sucre et 150 ml (2/3 tasse) d'eau et amenez à ébullition; réduisez le feu et couvrez puis laissez mijoter 5 minutes. Réfrigérez 20 minutes. Versez le jus dans un grand pot à large ouverture et ajoutez les ingrédients suivants : 375 ml (1 1/2 tasse) de vodka, 15 ml (1 c. à table) de jus de lime, 2 ml (1/2 c. à thé) d'essence de vanille et quelques gouttes de colorant vert. Scellez et gardez à la température de la pièce pendant un mois; transférez dans un joli flacon de fantaisie au moment d'offrir. En guise d'accompagnement à vos liqueurs maison, confectionnez le mélange suivant : 1 kg (2 lb) de noix salées mélangées, 250 g (1/2 lb) de fruits séchés mélangés et 125 g (1/4 tasse) de gingembre cristallisé coupé en fines lamelles.

Recettes

# Honda présente le prototype de la Civic Si

Jean-François **GUAY**

Dans le cadre du Grand Prix du Canada, le prototype de la Honda Civic Si a été présenté en primeur canadienne jeudi dernier aux médias du pays au Mount Stephen Club de Montréal par les pilotes de l'écurie BAR Jenson Button et Enrique Bernoldi.

Le prototype de la Civic Si a fourni un aperçu réaliste de l'allure et des performances qui caractériseront le tout nouveau Coupé Civic Si 2006, lorsque la production de ce modèle débutera plus tard cette année. La gamme Civic qui sera lancée l'automne prochain comprendra une berline 4

portes, un coupé 2 portes, et un modèle Hybrid de deuxième génération qui sera encore moins polluant et plus économique en consommation de carburant.

Le prototype de la Civic Si est animé par un quatre cylindres i-VTEC, à DACT et 16 soupapes développant une puissance de 200 chevaux à 8 000 tr/min. Ce moteur est couplé à une boîte de vitesses manuelle à six rapports rapprochés. Pour coller à la route et freiner sur une pièce de dix sous, les ingénieurs lui ont greffé des pneus de 18 pouces et quatre freins à disques dotés d'étriers Brembo à quatre pistons.

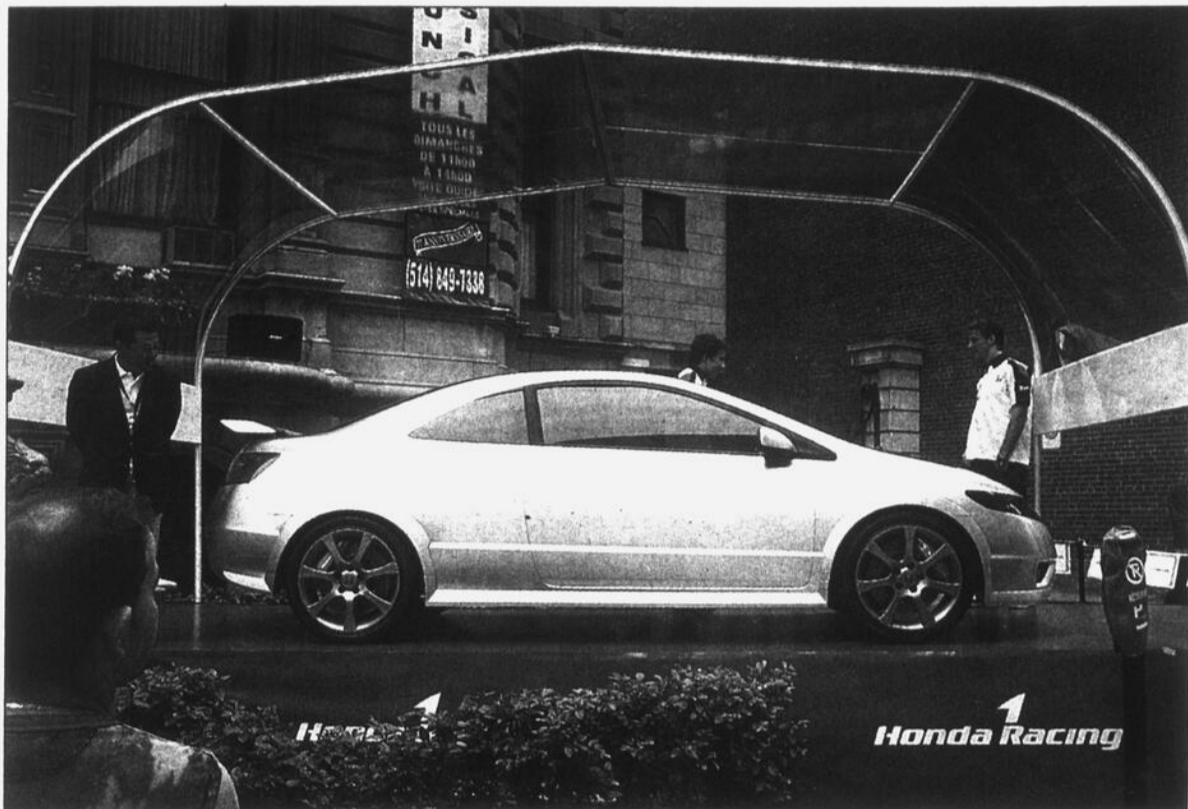
## Journée au centre d'essai

Pour se refaire une jambe auprès des médias et tenter de faire oublier les deux dernières courses

de Formule Un où Honda a été suspendu pour avoir été pris avec des véhicules non conformes munis de deux réservoirs d'essence, les dirigeants de Honda ont orga-

nisé jeudi dernier au centre d'essai et de recherche PMG à Blainville une journée avec deux de ses pilotes de Formule Un: Jenson Button et Enrique Bernoldi.

Le Canada Français était sur place et nous avons eu la chance de discuter et de côtoyer de près ces deux as du volant sur les pistes de PMG... ●



Le prototype Civic Si de Honda a été dévoilé au réputé Mount Stephen Club de Montréal sous la gouverne du président de Honda Canada, M. Hiroshi Kobayashi, et des pilotes de Formule Un, Jenson Button et Enrique Bernoldi



Sur l'un des circuits de PMG, Honda nous a permis de vérifier le comportement routier de l'actuelle Civic en réalisant un test consistant à ne pas laisser s'échapper un ballon logé dans une cuve sur le capot. Inventé par l'ancien pilote de Formule Un Jackie Stewart, cet exercice permet de constater la «grâce» d'une voiture...



Les pilotes de l'écurie BAR nous ont donné une démonstration de leur talent (ou de leur fougue) au volant de ces deux Honda S2000. Si jamais ces deux voitures se retrouvent sur le marché de l'occasion..., je vous conseille de demander une garantie prolongée! En effet, ces deux mécaniques ont passé un mauvais quart d'heure dans les mains de ces deux jeunes...



Le britannique Jenson Button, pilote numéro un de l'écurie BAR, a accepté volontiers de répondre aux questions du Canada Français. Il a démontré qu'il était un gentil garçon et qu'il ne fallait pas toujours se fier aux ragots.



Honda a permis aux journalistes de mettre à l'épreuve leur talent au volant de deux modèles Civic de la Série Challenge Honda Michelin. Ces voitures permettent de courir à faible coût.

## VOUS ET VOS ENFANTS

## Bien préparer les enfants au déménagement



Chantal DAVID  
chantaldavid01@hotmail.com

C'est la période des déménagements et pour les tout-petits, c'est une adaptation importante. Pour les grands aussi d'ailleurs! Il y a bien sûr les déménagements prévus, anticipés avec plaisir, qui amélioreront les conditions de vie, à un endroit qui nous attire particulièrement, mais il y a aussi les déménagements imprévus, non souhaités, dus à une situation financière précaire, à une séparation, associés à des pertes de tout genre.

Avec la crise du logement que nous traversons, plusieurs se retrouvent dans des situations de non-choix et vivent des angoisses très fortes. Plus un déménagement se fait dans des conditions difficiles, plus les parents vivent du désarroi et plus il est compliqué d'accompagner les enfants. Pourtant, ceux-ci ont besoin de support et d'être rassurés. Il sera donc important pour les parents d'aller se chercher de l'aide pour leurs démarches mais aussi pour parler et ventiler.

#### Les besoins des enfants

Le bébé a besoin de sa routine pour le sécuriser. Tout changement le perturbe. Il est donc important de lui laisser ses objets familiers (succe, doudou, toutou, etc.) et de le fai-

re garder par des gens bien connus pendant cette période. Le jour du déménagement, cela pourrait être apaisant de se retrouver chez sa gardienne habituelle plutôt que dans le brouhaha.

Autant que possible, il est préférable de ne pas changer de gardienne en même temps, car le bébé perd alors beaucoup de ses points de repère. Naturellement, quand le parent ne peut pas faire autrement, il peut s'assurer d'entourer l'enfant de choses connues (odeurs, bruits, touchés rassurants, etc.), et il doit s'attendre à des réactions de celui-ci (agitation, pleurs, sommeil perturbé, perte d'appétit, etc.).

L'enfant d'âge préscolaire est ouvert au monde extérieur, il se fait des amis assez facilement. Il veut découvrir le nouvel endroit où il ira demeurer, il se montre curieux et intéressé. Entre 18 mois et 3 ans, il a besoin d'explorer le nouveau «territoire». Il est important de replacer des choses familières là où elles étaient dans sa chambre. Il faut assurer la sécurité physique de l'enfant le plus possible dans ce contexte car il veut toucher à tout! L'enfant de 3 à 6 ans peut être intégré en mettant ses jouets dans des boîtes ou en transportant de petites choses.

Le parent peut lui donner des choix de couleurs pour sa chambre par exemple. Il peut ranger des ser-

viettes ou son linge. Il va sans doute se montrer enthousiaste. Cependant, il va peut-être démontrer ses inquiétudes à l'heure du dodo, moment où les peurs refont surface. Il vaut mieux sécuriser l'enfant dans sa chambre en laissant une veilleuse allumée ou en l'entourant de ses toutous préférés. Il se pourrait que l'enfant éprouve des problèmes de sommeil, ou face à la nourriture (perte ou augmentation de l'appétit). Le plus vite il connaîtra les environs et aura rencontré de nouveaux amis, le plus vite il s'adaptera.

À six ans, l'enfant d'âge scolaire aura plus de difficulté à accepter un déménagement. Changer d'école, de groupe d'amis, de quartier et de maison peut sembler dramatique pour l'enfant de cet âge. Il est primordial de l'impliquer, de lui faire visiter la nouvelle demeure, sa future école si possible, et de faire l'inventaire avec lui des avantages de son nouveau quartier (parcs, piscine, arènes, observer s'il y a des enfants de son âge, etc.). Il est important d'accueillir les sentiments de l'enfant. Par exemple, en lui disant: «Ça peut être vraiment difficile de changer de maison. J'entends et je comprends ta peine.», plutôt que d'essayer de le convaincre du bien-fondé du déménagement ou de nier ce qu'il vit. Il faut pouvoir maintenir une ou des amitiés après le déménagement.

En planifiant une première visite

rapidement, le jeune sera rassuré et aura hâte de vivre cette expérience. Il est évident qu'un enfant qui éprouve déjà certaines difficultés de socialisation ne réglera pas son problème en déménageant, cependant cela pourrait lui permettre de s'ouvrir à de nouvelles personnes.

#### Comment faciliter un déménagement

-Expliquer les raisons du déménagement, en autant que l'enfant comprenne tout en évitant de vous justifier. Vos choix sont valables et c'est à vous, le parent, de prendre ce genre de décisions.

-Accueillir les sentiments de l'enfant tels qu'ils sont sans les juger. Il est normal que l'enfant (et ses parents!) soit plus anxieux et qu'il devienne plus dépendant pendant la période d'adaptation. Il peut également avoir certains comportements régressifs (avoir des accidents plus souvent alors qu'il allait aux toilettes, etc.)

-Encourager l'enfant à dessiner, bricoler, se défouler sur un coussin, etc., pour ventiler ses émotions.

-Maintenir les rituels des repas, du bain et du dodo.

-Trouver des moments courts dans la journée pour jouer, rire, faire une activité, lire avec l'enfant malgré l'horaire chargé en cette période particulière (15 minutes par jour sont suffisantes).

-Faire une boîte à souvenirs de la maison que vous quittez avec l'enfant (photos, objets, etc.)

-Faire une promenade dans le nouveau quartier rapidement afin de rencontrer des enfants. Aller au parc et autres endroits favorisant des contacts amicaux. Ne rien forcer toutefois et respecter le rythme de l'enfant surtout s'il est de type plus gêné habituellement.

-Aménager rapidement sa chambre pour qu'il y retrouve ses objets familiers et rassurants même si tout n'est pas terminé dès la première journée!

En tout temps, il faut éviter les déménagements fréquents ou pendant l'année scolaire. De plus, déménager alors qu'il vient juste d'arriver un événement important tels un décès, une séparation, la maladie d'un parent ou le retour au travail de la mère, est à éviter puisque l'enfant devra alors s'adapter doublement.

En conclusion, il faut souligner que le parent fait de son mieux dans une situation qui peut être lourde et complexe parfois. Ne vous demandez pas la perfection. Choisissez un objectif réaliste pour vous et votre famille pendant cette période d'adaptation. Et soulignez les bons coups des enfants (comportements, idées, aide apportée, etc.) ainsi que les vôtres à chaque fois que c'est possible. Bon déménagement! ■

## CHIROPRA-TIQUE

## Mais qu'est-ce que la fasciite plantaire?

Dre Karine PELLERIN

Peut-être avez-vous déjà éprouvé de la douleur au talon lors des premiers pas en vous levant le matin ou après une longue période d'inactivité? Peut-être avez-vous déjà eu une sensation de brûlure ou l'impression d'avoir une lame de rasoir sous le pied? Peut-être avez-vous déjà ressenti une douleur vive au centre du talon alors que vous mettiez du poids sur votre pied? Si ces symptômes vous sont familiers, alors il est possible que vous ayez ou ayez déjà souffert d'une fasciite plantaire.

Le fascia plantaire est une fine bande musculaire et tendineuse qui s'attache sous le talon, au niveau du calcanéus (os du talon), et qui s'étend jusqu'à la base des orteils. Le «ite» du terme fasciite désigne la présence d'une inflammation au niveau de l'insertion du fascia plantaire. Il est à remarquer que la fasciite implique le fascia plantaire, mais aussi les autres muscles profonds du pied et que ce sont souvent eux qui sont responsables des douleurs ressenties. Cela explique pourquoi on peut

avoir une fasciite plantaire sans avoir de douleur à la palpation superficielle du fascia.

#### Nuance

Bien souvent on mélange le diagnostic d'une épine de Lenoir ou «heel spur» et la fasciite plantaire. Une petite nuance est à apporter. L'épine de Lenoir est en fait une formation de nouvel os au niveau de l'insertion du fascia plantaire. L'épine en soi est indolore (sans douleur). Elle se forme à la suite de l'inflammation et de l'adhésion du fascia plantaire et des autres muscles profonds du pied. C'est une réponse de l'os au stress appliqué à cet endroit. L'épine de Lenoir est visible sur radiographie et peut persister même après la résolution complète de la fasciite plantaire. Il n'y a pas non plus de lien entre le pronostic et la présence ou l'absence de l'épine de Lenoir lors d'une fasciite plantaire.

La fasciite plantaire est une blessure due à des stress répétitifs qui se développent généralement sur une longue période de temps. La liste suivante contient des exemples de stress ou de conditions

pouvant amener à la fasciite plantaire:

Anomalies mécaniques du pied telles qu'un pied plat ou un pied creux (pied très rigide qui ne pourra absorber les chocs)

Se tenir debout sur une surface dure telle que le ciment, pour une longue période de temps.

Porter des chaussures qui n'offrent pas un support d'arche approprié.

Altération de la biomécanique normale du pied par des activités physiques.

Blessure aiguë au pied (fracture ou trauma direct sur le fascia)

Restriction musculaire (manque de souplesse ou muscles hypertoniques) pouvant toucher les muscles du pied, du mollet ou de l'arrière de la cuisse (ischiojambiers)

Mouvements répétitifs qui stressent les tissus mous des pieds et des jambes.

Augmentation subite du niveau d'activité physique ou des charges à transporter.

Surplus de poids.

Il est donc facile de comprendre que les coureurs, les caissiers/ières, les travailleurs d'usine, les infirmiers/ières, les postiers/ières, les joueurs de football ou de basketball sont des exemples de gens plus à risque de développer une fasciite plantaire.

#### Traitement

Le chiropraticien est un professionnel de premier contact très bien formé afin d'évaluer et de traiter la fasciite plantaire. En effet, puisque la fasciite plantaire est une blessure qui implique le fascia plantaire, mais aussi les muscles de l'ensemble du pied et de la chaîne cinétique du membre inférieur, il est important de ne pas limiter le traitement au fascia lui-même.

Par des ajustements chiropratiques et du travail musculaire, le chiropraticien verra à améliorer la biomécanique du pied jusqu'au bassin et ainsi diminuer les stress appliqués au fascia. Le chiropraticien fera aussi des recommandations afin d'éliminer la source du problème et ainsi maximiser l'effet des traitements. Ces recommandations incluent de l'application

de glace à la maison, des étirements et des exercices en regard des muscles impliqués.

Il est aussi important de voir à la qualité des chaussures portées lors des diverses activités ainsi qu'évaluer la nécessité d'une orthèse pour soutenir ou corriger l'arche plantaire. La modification de certaines habitudes ou de certaines activités peut aussi faire partie des recommandations afin d'éliminer la source du problème. La clef du succès dans le traitement de la fasciite plantaire est de ne pas seulement enlever la douleur en ne traitant que le fascia lui-même, mais bien de voir à améliorer la fonction mécanique de toute la chaîne cinétique du membre inférieur, des orteils au bassin et de bien sûr, diminuer la charge de stress sur le fascia plantaire et les autres muscles du pied.

Pas à pas, prenez soin de vos pieds, car c'est eux qui vous supportent jour après jour!

Il est à noter que cette chronique a été rédigée pour le compte du Regroupement des chiropraticiens du Haut-Richelieu. ■

## EN VOYAGE AUTOUR DU MONDE

# À défaut de plonger, on fait de la randonnée!



Dominic CADIEUX

«**L**a météo n'a malheureusement pas d'adresse, on ne peut donc pas la citer à procès». Voilà les sages paroles d'un chauffeur de taxi guadeloupéen. C'est ainsi que je dois subir, sans broncher, plusieurs journées d'averses. Souvent confiné à la maison de mes hôtes, j'en profite alors pour relaxer, lire et aiguïser ma patience qui sera mise à dure épreuve tout au long de ce voyage.

Le passage de différents ouragans dans la région a laissé une mer agitée et brouillée, de sorte qu'aucun bateau de plongée ne quitte la rive. Je ne pourrai donc pas visiter ce paradis des plongeurs. La déception est majeure.

Oublions donc les activités aquatiques, je me rabats plutôt sur la randonnée pédestre. Ainsi, lorsque le soleil prend le dessus, je profite à fond de chacune des journées pour explorer une facette différente - bananeraie, rumerie, plages, montagnes, jungle - de cet archipel de huit îles. Les précipitations des derniers jours auront au moins l'avantage de gonfler les su-

perbes chutes d'eau et d'entretenir cette nature luxuriante. Il en résulte de magnifiques forêts compactes de palmiers, de fougères géantes, de lichens et de lianes que je découvre avec plaisir.

Où que j'aïlle, une présence me guette. Enorme silhouette qui se profile à l'horizon, celle-ci m'attire et bientôt me fascine. Il s'agit de La Soufrière, un imposant volcan de 1467 mètres de haut, toujours en activité. Aussitôt que la météo me le permet, je vais à lui et entame son ascension.

Au fil de la montée, le paysage change et la flore se fait de plus en plus rare. La marche est éprouvante mais combien satisfaisante. Arrivé au sommet, une vue périphérique me rappelle la petitesse de la Guadeloupe et me permet de voir aussi loin que la Martinique, une autre île française située à 150 kilomètres de là.

Je passerai ensuite plus d'une heure à observer un paysage lunaire fait de petites pierres noires volcaniques, de lichens et de fleurs étranges. Je suis tellement emballé que je traverse sans trop m'en rendre compte le périmètre de sécurité (le «danger zone»). M'approchant un peu naïvement d'une des crevasses où s'échappe un gros nuage de fumée, je vois alors la terre cracher un liquide vert fluo en ébullition qui, à sa sortie, cla-



Les impressionnantes chutes du Carbet dans le parc national de la Guadeloupe, sur l'île de Basse-Terre.



Les beaux paysages ne manquent pas à la Guadeloupe. Voici la vue du charmant village de Le Bourg, sur l'archipel des Saintes.



Me voici posant fièrement au sommet du volcan La Soufrière, à 1467 mètres d'altitude, au milieu des nuages.

que sur les rochers. Quel spectacle! Ce décor infernal s'avère fort impressionnant, mais la puissante odeur de soufre qui s'en dégage m'incommoder un peu. Je reviens

donc dans les sentiers battus et retourne tranquillement au bas de la montagne, où j'emprunte à nouveau l'un des nombreux autobus locaux, lent mais efficace.

Emballé par cette dernière aventure, je m'appête maintenant à quitter la Guadeloupe. Même si je m'étais fait une image mentale idéalisée de l'endroit, évacuant

pauvreté et inégalités sociales, je suis néanmoins fort satisfait de tout ce que j'ai vécu lors des deux dernières semaines.

Mes batteries rechargées, je remercie chaleureusement mes hôtes et quitte pour l'Europe, où une toute nouvelle étape de mon périple s'amorce. Barcelone m'attend!

## ÉGLISE D'ICI

### Bonne fête papa!

C'est l'occasion rêvée, en ce jour, d'exprimer à un père en or ce que je ressens en pensant à toi. J'ai le cœur en fête, et cet état d'esprit, je veux te le faire partager: je t'aime.

Tu as quelquefois été déçu et souvent inquiet à cause de moi; il m'est même arrivé de te faire du mal. Malgré tout, tu m'aimes toujours autant.

Combien de fois t'es-tu oublié

juste pour moi! Et, même si tu n'avais pas toujours le cœur à rire, combien de fois m'as-tu offert ta consolation, tes encouragements, alors que c'est toi qui aurais eu besoin d'un mot ou d'un geste affectueux pour te remonter le moral!

Papa, tu as toutes les qualités qui font de toi un homme extraordinaire et un père merveilleux. Lorsque je m'arrête pour réfléchir à ce que tu représentes, je

comprends pourquoi tu as l'amour et le respect de tous.

Quel bonheur que tu sois mon père! Merci d'être ce que tu es et de m'accepter telle que je suis.

Je remercie le Seigneur d'avoir créé des papas comme toi. Vous êtes l'expression de la bonté de Dieu «Notre Père»!...

Christiane

Bonne fête à tous les papas! ●

224, rue Jean-Talon, Saint-Luc  
Tél.: 359-1166

<p><b>San Salvador</b> NOUVELLE DESTINATION Amérique Centrale Départ de groupe: 12 janvier Hôtel 4 étoiles 2 semaines <b>1 735\$</b></p>	<p><b>Camaguey</b> Voyage de groupe Départ: 30 janvier Hôtel 4 étoiles tout inclus 2 semaines Adultes: <b>1 450\$</b> Enfants: <b>850\$</b> Ados: <b>1 128\$</b></p>	<p><b>Croisière - Caraïbes</b> Vive les croisières! Navire 4 étoiles Départ: 19 décembre De la République Dominicaine (La Romana), île de Catalina, Tortola, Ste-Lucie, Pointe à Pitre, Antigua, St-Martin Inclus: vol, taxes, transferts, croisière Cabine intérieure 1 semaine <b>1 749\$</b></p>
<p><b>Riviera Maya</b> Départ: 24 juin Hôtel 4 étoiles Tout inclus 1 semaine <b>1 179\$</b></p>	<p><b>Croisière à Hawaï</b> Navire 4 étoiles Départ: 13 août D'Honolulu, Hilo, Maui, Kauai, île de Fanning, Kona Inclus: vol, taxes, croisière 11 jours <b>2 128\$</b></p>	<p>Formis du Québec Region Bedford, contactez Jacques ou Diane 248-2516 316464-9c3-pg</p>

## ASTROLOGIE

Les prévisions  
de la semaine avec  
**Marie-Blanche**

Semaine du 15 juin  
au 21 juin 2005

### BÉLIER

(21 MARS - 20 AVRIL)

Vous avez beaucoup de choses à entreprendre en peu de temps. Amour : Votre vie affective est très bouleversée. Argent : Vous avez plusieurs manières de mieux gérer votre argent. Travail : Vous commencez à vivre les choses professionnelles d'une manière épanouissante. Chiffres chanceux : 48-37-52-14-19-21

### TAUREAU

(21 AVRIL - 20 MAI)

Votre vie extérieure prend beaucoup de vos énergies. Amour : Vous évaluez tout d'une manière heureuse. Argent : Vous êtes préoccupé au plan financier. Travail : Vous savez agir pour que tout soit très bien vécu professionnellement. Chiffres chanceux : 92-84-53-21-49-37

### GÉMEAUX

(21 MAI - 21 JUIN)

Vous voulez que tout soit harmonieux. Amour : Vous entreprenez des choses très intéressantes dans vos amitiés. Argent : Vous avez besoin que l'on ait confiance en vous. Travail : Votre vie devient meilleure au plan professionnel. Chiffres chanceux : 49-52-97-24-18-36

### CANCER

(22 JUIN - 23 JUILLET)

Semaine importante pour tout ce qui touche vos liens familiaux. Amour : Vous allez vers des choses qui vous aident à mieux vous comprendre. Argent : Vous analysez tout d'une manière très concrète. Travail : Votre vie professionnelle ne doit pas nuire à vos sentiments. Chiffres chanceux : 76-15-49-28-92-54

### LION

(24 JUILLET - 23 AOÛT)

Semaine qui met l'accent sur du succès. Amour : Vous avez besoin d'être rassuré dans vos sentiments. Argent : Vous connaissez les gens que vous aimez d'une façon qui est liée à l'argent. Travail : Vous ne devez pas vous en faire pour des choses sans importance dans le travail. Chiffres chanceux : 83-52-91-18-38-12

### VIERGE

(24 AOÛT - 23 SEPTEMBRE)

Semaine capitale pour des questions d'ordre professionnel. Amour : Vous êtes très étonné de voir jusqu'à quel point on vous aime. Argent : Vous savez ce qui compte vraiment pour vous au plan financier. Travail : Vous élaborer des plans nouveaux dans le domaine du travail. Chiffres chanceux : 88-15-62-12-87-89

### BALANCE

(24 SEPTEMBRE - 23 OCTOBRE)

Semaine importante pour des questions d'ordre matériel. Amour : Vous vous achetez vers une situation heureuse. Argent : Vous vous interrogez sur plusieurs choses au plan financier. Travail : Possibilité de tout voir d'une manière différente au plan du travail. Chiffres chanceux : 95-52-43-12-19-54

### SCORPION

(24 OCTOBRE - 22 NOVEMBRE)

Semaine importante pour tout ce qui est relié à vos projets. Amour : On compte beaucoup sur vous pour que tout aille bien. Argent : Vous ne devez pas trop vous inquiéter financièrement. Travail : Vous savez ce qui est capital pour votre vie professionnelle. Chiffres chanceux : 48-12-59-61-37-93

### SAGITTAIRE

(23 NOVEMBRE - 21 DÉCEMBRE)

Vous êtes dans une semaine où tout prend de la valeur au plan financier. Amour : Vous vous achetez vers ce qui est capital pour vous. Argent : Vous devenez plus sûr de votre bon vouloir au plan matériel. Travail : Vous apprenez beaucoup de choses qui vous aident dans le travail. Chiffres chanceux : 67-34-89-52-48-23

### CAPRICORNE

(22 DÉCEMBRE - 20 JANVIER)

Semaine qui vous demande de grands efforts dans plusieurs domaines. Amour : Vous savez ce qui est valable pour vous. Argent : Vous allez vers des choses nouvelles au plan financier. Travail : Votre imagination vous rend plusieurs services dans votre vie professionnelle. Chiffres chanceux : 49-51-75-27-82-19

### VERSEAU

(21 JANVIER - 18 FÉVRIER)

Semaine qui vous apprend à mieux vous faire confiance. Amour : Vous êtes obligé de tout voir d'une manière nouvelle. Argent : Votre vie financière est dans un grand tournant. Travail : Vous ne devez pas vous énerver pour des choses qui bientôt seront heureuses dans votre vie professionnelle. Chiffres chanceux : 85-38-49-62-74-19

### POISSONS

(19 FÉVRIER - 20 MARS)

Semaine qui vous demande d'être vraiment relié à ceux que vous aimez. Amour : Vous ne voulez pas perdre de temps au plan affectif. Argent : Vous êtes sûr de ce que vous commencez au plan financier. Travail : Vous allez vers des choses qui vous donneront de grandes satisfactions. Chiffres chanceux : 43-29-51-12-17-58

# Une campagne pour le contrôle de l'herbe à poux

Dans le cadre de la journée de l'Air pur, la Table québécoise sur l'herbe à poux (TQHP) lance sa campagne provinciale de sensibilisation «L'herbe à poux: j'en NEZ assez!». Cette campagne vise à informer la population et, plus particulièrement, les personnes allergiques à cette plante dans le but de les aider à protéger leur santé. Une affiche éducative, une fiche d'information offerte en français et anglais et un site Internet permettront aux citoyens de toutes les municipalités du Québec de mieux connaître l'herbe à poux et d'agir efficacement pour la contrôler.

Durant sa période de pollinisation, de la fin juillet aux premières gelées de l'automne, le pollen de l'herbe à poux se propage dans l'air sous forme d'une fine poussière microscopique. De tous les aérogènes saisonniers connus au Québec, le pollen de l'herbe à poux est un des plus importants. Elisabeth Masson, répondante de la TQHP précise: «Sa production de pollen très abondante et les allergènes actifs qui le composent provoquent une rhinite allergique saisonnière importante chez les personnes sensibilisées. Cette allergie respiratoire, appelée communément rhume des foins, affecte près d'un Québécois sur dix chaque année.»

Les affiches ainsi que les fiches d'information seront distribuées au cours du mois de juin dans les directions de santé publique et dans les municipalités du Québec où l'herbe à poux est susceptible de croître. Le nouveau site Internet de la TQHP offre un éventail de renseignements destinés à la population et aux profes-

sionnels concernés par l'herbe à poux. En visitant le site www.tqhp.qc.ca, vous pourrez visionner de nombreuses photographies de la plante et consulter une documentation complète sur le sujet.

### Si vous êtes allergique, protégez-vous

Loin de s'atténuer, cette allergie touche de plus en plus de personnes. Depuis les dix dernières années, le nombre de Québécois souffrant d'allergies respiratoires saisonnières n'a cessé d'augmenter. «Au même titre que les polluants atmosphériques, les pollens allergènes constituent une véritable pollution biologique» ajoute madame Masson.

Le réchauffement climatique n'améliorera pas la situation. Une température plus chaude favoriserait une croissance plus prolifique des végétaux et allongerait la saison de pollinisation. L'herbe à poux n'y ferait pas exception. Les relevés de concentration de pollen enregistrés à Montréal démontrent que le pollen de l'herbe à poux est présent dans l'air sur une plus longue période. De plus, l'indice moyen du pollen d'herbe à poux suit une tendance à la hausse depuis quelques années. On comprend encore mieux l'importance d'agir!

Si vous êtes allergique à l'herbe à poux, certaines mesures simples peuvent vous aider à en diminuer les effets. Durant la période de propagation du pollen, respectez les mesures qui suivent:

- évitez de fréquenter les lieux infestés par l'herbe à poux;
- évitez les activités de plein air

quand la concentration de pollen dans l'air est élevée, soit surtout entre 7 heures et 13 heures, par temps chaud, sec et venteux. Après la pluie, les grains de pollen se sont déposés au sol, ce qui réduit les réactions allergiques;

- évitez de tondre vous-même la pelouse ou de ramasser les feuilles;

- ne faites pas sécher vos vêtements à l'extérieur;

- laissez, si possible, les fenêtres fermées pour empêcher le pollen d'entrer dans la maison; utilisez un système de climatisation ou de filtration d'air;

- évitez le contact avec d'autres irritants, comme la fumée de tabac, qui peuvent amplifier les symptômes d'allergies.

### Limiter l'impact de l'herbe à poux

En apprenant à reconnaître adéquatement la plante, vous pouvez agir afin de limiter son impact sur votre santé et celle de votre communauté.

Différentes méthodes de contrôle permettent d'en réduire efficacement l'expansion. «L'herbe à poux est une plante robuste qui s'implante facilement sur les

sols nus. Elle n'a pas besoin d'un sol riche et bien fertile pour se multiplier, explique madame Masson. Par contre, elle est peu compétitive et se laisse rapidement étouffer lorsqu'une autre plante envahit son territoire. En général, on ne la retrouve pas sur des terrains bien entretenus.» Sur un terrain résidentiel, une des méthodes efficaces connues est l'arrachage des plants d'herbe à poux dès le début de juillet, avant qu'ils n'aient eu le temps de libérer leur pollen dans l'air. Maintenir une pelouse dense et en bonne santé limite l'apparition de mauvaises herbes. L'utilisation de paillis permet de réduire l'implantation de l'herbe à poux sur le sol à nu, par exemple dans les plates-bandes et le potager.

Cette campagne de sensibilisation est le fruit de la collaboration de l'ensemble des partenaires de la TQHP et, plus particulièrement, d'Hydro-Québec, des ministères de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation, du Développement durable, de l'Environnement et des Parcs, de la Santé et des Services sociaux et des Transports ainsi que des Directions de santé publique de l'Estrie, de Lanaudière, de la Montérégie et de Montréal. ●

## LES OUTREMANGEURS ANONYMES

### Accoutumance malade

Mon accoutumance malade à la nourriture, je l'ai acquise en voulant assurer ma survie, pour être capable de faire face, autrefois, à des situations

douloureuses. Deux mythes s'imposèrent alors: d'abord, la croyance que la souffrance devait être évitée à tout prix et, ensuite, celle que je pouvais m'en soulager impunément en mangeant. Ces deux mythes m'étaient alors utiles, mais aujourd'hui, ils sont devenus chimériques.

Plus je veux accepter la vérité qui m'est révélé grâce au mode de vie, plus les mythes auxquels je m'accrochais désespérément perdent de crédibilité. Je n'ai plus besoin de m'anesthésier; je peux m'arrêter à vivre mes émotions. Je ne crois pas qu'il y ait quelque chose d'anormal du fait que chaque minute n'en est pas une de bonheur.

Pensée du jour: Plus j'accepte la réalité des choses, plus je vis en tout confort et en toute sérénité.

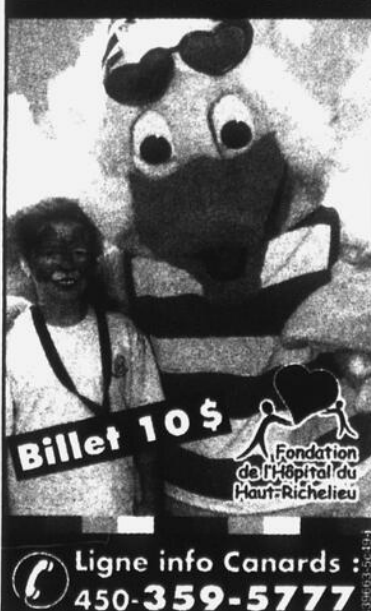
Information Pierre 450-346-7836. ●



Ambulance, police, pompiers:	911
Sûreté du Québec (urgences):	310-4141 (4141 cellulaire)
Info-Santé:	(450) 349-3000
CLSC-CHSLD Châteauguay de la Vallée des Forts:	(450) 358-2572
Croix-Rouge (urgences aînées):	1 877 362-2433
La ligne parents:	(514) 289-8665
Info-dépression:	1 800 268-0999
Tel-Jeunes:	(514) 289-2266
Protection de la jeunesse:	1 800 361-6310
Drogues - aide et référence:	1 800 268-2626
Centre de prévention du suicide du Haut-Richelieu:	(450) 348-6300
Coup d'Éto (femmes victimes de violence):	(450) 348-1848
Centre de référence du Grand Montréal:	(450) 527-1375
Centre de référence du Centre d'action bénévole de Saint-Jean-sur-Richelieu:	(450) 347-7527
Centre Claude Bilodeau Algamas pour joueurs compulsifs:	1-866-933-0411 (450) 248-0411

**EN CAS D'URGENCE**

La Course des Canards



Ligne info Canards:  
450-359-5777

# SEXUALITÉ

## La vulnérabilité des femmes face au SIDA et aux MTS



Nancy MICHAUD  
n.michaud@videotron.ca

Le VIH/SIDA fait rarement les manchettes de nos jours. S'il était considéré autrefois comme une maladie dévastatrice et mortelle par le public et les médias, nous pourrions dire que cette perception a beaucoup évolué, de sorte que le VIH/SIDA est désormais considéré comme un état médical chronique avec lequel il est possible de composer. Les gens sont facilement portés à croire qu'ils ont la situation en main. Malheureusement, cela n'est pas le cas, et de loin.

Bien que certaines personnes vivent plus longtemps et en meilleure santé avec la maladie, le VIH/SIDA tue encore des millions de personnes et d'innombrables autres en sont très malades. Pire encore, de nouvelles données révèlent que le nombre de cas de séropositivité et de SIDA est en train d'augmenter à l'échelle mondiale, et les femmes sont les plus vulnérables. Selon l'ONUSIDA, 37,2 millions d'adultes vivent avec le VIH à l'échelle mondiale; près de 50% d'entre eux sont des

femmes. Le taux d'incidence le plus élevé est celui des adolescents et des jeunes adultes. Selon une récente étude publiée par le département de santé publique de Toronto, l'incidence de nouvelles infections a augmenté considérablement chez les femmes au cours de la dernière décennie à Toronto, un grand centre urbain où les risques sont plus grands que dans le reste du pays. En Ontario, environ le quart des nouveaux cas implique des femmes. Les statistiques canadiennes sont alarmantes.

Pourquoi donc les femmes sont-elles tellement vulnérables? Les experts attribuent largement les risques à un manque de connaissances, à un accès insuffisant aux services préventifs, à l'incapacité de négocier le sécurisexe et à un manque de méthodes contraceptives appropriées. Les hommes transmettent le VIH plus facilement aux femmes que vice versa. Les femmes risquent davantage d'être infectées lors de relations sexuelles parce que les concentrations de VIH sont plus élevées dans le sperme que dans les liquides vaginaux. De plus, le vagin et le col utérin ont une superficie plus grande et les membranes de ces derniers sont plus fragiles. Le condom constitue un moyen de prévention efficace qui permet de

freiner la propagation du VIH et d'autres maladies transmissibles sexuellement (MTS), mais son utilisation peut être difficile à négocier dans le cadre de certaines relations. Quand une femme vit avec le VIH/SIDA, ses tâches quotidiennes deviennent encore plus difficiles à accomplir. Par exemple, elle est habituellement la soignante principale de la famille et le VIH/SIDA ne constitue qu'un ennui de plus dans le courant d'une journée pour elle. De plus, elle doit s'assurer que ses enfants ont mangé, qu'ils vont à l'école, qu'ils ont des vêtements, qu'ils ont un toit et qu'ils sont en bonne santé. Peut-être trouvera-t-elle le temps de s'occuper d'elle-même aussi... si elle parvient à se faire soigner... De plus, nombre de femmes élèvent seules leurs enfants, ont de faibles revenus ou un conjoint abusif. Certaines femmes finissent par vendre leur corps afin d'augmenter leurs revenus. Si elles prennent des drogues intraveineuses, les risques s'accroissent encore, 30% des femmes séropositives ont également une autre MTS.

Des changements sont nécessaires sinon les taux d'infection continueront d'augmenter chez les femmes. Les raisons pour lesquelles les femmes ont de la difficulté à négocier le sécurisexe sont multiples; les

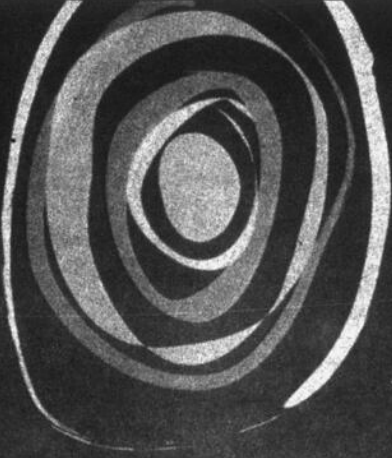
mauvais traitements qu'elles subissent de la part de leur conjoint en sont une. Quant aux victimes de viol, elles n'ont aucun choix. Le traitement postexposition est disponible pour les victimes de viol, et en Ontario on envisage de normaliser cette pratique. Il existe de très bons traitements et programmes de soutien dans plusieurs parties du monde, y compris au Canada. Toutefois, la société a encore tendance à associer le VIH aux hommes gais, et les services VIH/SIDA les plus courants sont destinés principalement aux hommes. Les autorités devront étudier davantage les effets du VIH/SIDA et la toxicité des médicaments sur les femmes, leurs cycles hormonaux, la fertilité et les menstruations. Si elles veulent offrir des options thérapeutiques efficaces, il faudra examiner les besoins des femmes indépendamment de ceux des hommes, tant dans le contexte clinique que communautaire.

Souvent, les femmes sont diagnostiquées plus tard que les hommes. Parfois, le diagnostic est posé quand elles cherchent à obtenir de l'assurance ou à faire un don de sang ou bien quand elles tombent malades ou découvrent que leur nouveau-né est séropositif. De plus, de nombreux médecins n'envisagent pas la possibilité que leurs patientes soient infectées par le VIH. À

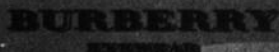
l'heure actuelle, les femmes enceintes ne subissent pas systématiquement un test de dépistage du SIDA au Canada. Dans les régions où un dépistage est effectué, il est possible que certains médecins n'offrent pas de counseling prétest et posttest. L'incidence de la transmission mère-enfant a presque doublé à l'échelle mondiale. Les femmes ne sont pas diagnostiquées et traitées assez tôt pour l'éviter. Au Canada, pour réduire le risque de transmission, les femmes reçoivent des médicaments anti-VIH pendant la grossesse et le travail, et l'accouchement se fait par césarienne. Le bébé reçoit des médicaments anti-VIH dans les 72 heures suivant l'accouchement. Les statistiques révèlent que cette démarche permet de réduire considérablement le risque de transmission.

La situation mondiale est telle que le VIH/SIDA pourrait décimer des générations et provoquer l'écroulement d'économies mondiales; l'impact mondial est donc énorme. Si vous avez des questions, il existe de nombreuses ressources pour l'information et la prévention à ce sujet (sites Internet, livres, feuillets informatifs, etc.). À la semaine prochaine. Si vous désirez communiquer avec moi, vous pouvez le faire au (514) 580-5051 ou n.michaud@videotron.ca


La  
**irénésie**  
de l'été




VALENTINO




BURBERRY



EMPORIO ARMANI



POLO RALPH LAUREN





Profitez pleinement de l'été avec cette offre spéciale

Recevez jusqu'à

**100\$** de remise postale

à l'achat de lentilles traitées antirayure et antireflet et de montures modes sélectionnées. Offre valide jusqu'au 11 septembre 2005. Détails en magasin.

**IRIS**  
OPTOMETRISTES • OPTICIENS

Danièle Georges, o.d.  
Docteure en optométrie  
Martine Hébert, o.o.d.  
Opticienne d'ordonnance

**Saint-Luc**  
(voisin du IGA) 300, boul. Saint-Luc, suite 18  
**450.349.4009**

\*\* Marque déposée d'AIR MILES International Trading B.V., employée en vertu d'une licence par Loyalty Management Group Canada Inc. et IRIS. Le Groupe Visuel (1998) Inc.

# Nostalgie sur roues

Exposition de voitures anciennes (20 ans et plus non modifiées)  
et engins militaires

## 18 et 19 juin 2005

Admission générale de 10h à 17h • Inscription des voitures de 9h à 12h

**PARC WILFRID-LAURIER**  
Saint-Jean-sur-Richelieu

Spectacle  
**EN PORTÉE JAZZ**

Représentation  
18 juin : 14h30 • 19 juin : 13h



Pierre-Armand Tremblay, Anne Duchesne, Yves Deleseleuc

Remise de trophées  
aux exposants  
dimanche le 19 juin  
à 14h30 en présence  
de M. Daniel Pilon



Admission  
Adulte : 5\$  
12 ans et moins  
GRATUIT  
Inscription voitures  
membre VAQ :  
GRATUIT  
Non membre : 10\$

Organisée par

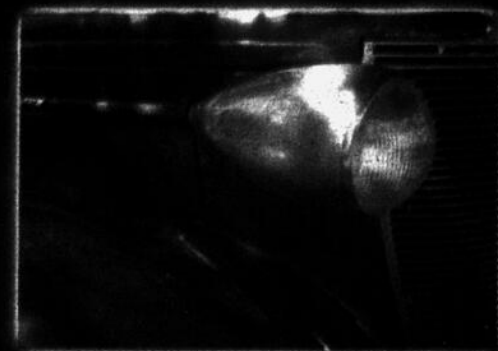


Scènes d'autrefois sur la rue Richelieu dans les années 60  
Photo: Michel Gauthier

Président  
d'honneur



Daniel Pilon



Sur la Rive Sud de Montréal à 20 minutes du pont Champlain - Autoroute 10 sortie 22

**INFO VAQ**  
**514 990.9111**



www.ville.saint-jean-sur-richeleu.qc.ca

