

ACTUEL

SANTÉ À TIRE D'AILE « VERY SHOCKING! » PAGE 11



Pélicans blancs



MARIE-CLAUDE LORTIE

CHRONIQUE

La dope ou la vie

Difficile de ne pas être touché par les témoignages des mères toxicomanes que vous pourrez lire dans le reportage d'Isabelle Laporte, publié en ces pages, sur les mères du centre Portage.

Difficile de ne pas être frappé par les photos d'Alain Roberge. Par la normalité de la souffrance.

Ces femmes pourraient être nos voisines, nos sœurs, nos collègues.

On a l'impression de les connaître. De les avoir vues, tout près, avec leurs enfants, sans jamais se douter de quoi que ce soit.

On se demande qui on a côtoyé, ainsi, sans savoir qu'on aurait peut-être pu faire quelque chose.

Je ne connais pas beaucoup de gens aux prises avec de graves problèmes de toxicomanie, mais j'ai un ami qui s'est retrouvé en désintox l'hiver dernier, pour la seconde fois. Un Américain. Un vrai *winner*. Un diplômé de Harvard qui a fait des millions en travaillant comme un déchainé pendant des années.

« *No way I could have done it without drugs* », m'a-t-il avoué quand il m'a parlé pour la première fois de sa dépendance au crystal meth. Jamais il n'aurait pu travailler autant sans stimulant. Il a été accro au crystal pendant plus de deux ans. Quand ce n'était pas ça, c'était autre chose.

Complet Dior, chaussures Prada. Couple stable depuis 15 ans. Appartement à New-York, maison en Californie...

On est loin de Christiane F. et des clichés de *L'Herbe Bleue*...

Dans les médias et même parfois dans la rue, la drogue montre souvent son visage ravagé, ses bras percés, ses yeux hagards. Mais combien de fois trouve-t-elle son chemin vers la normalité la plus totale? Votre voisine, votre ami de bureau, l'ami que vous admirez tant parce qu'il a tout pour lui dans la vie.

De plus en plus, on entend dire que l'épidémie d'anorexie à Hollywood est liée à l'arrivée de nouvelles drogues coupe-faim. Et c'est sans parler des top-modèles et de la cocaïne (Kate Moss, ça vous dit quelque chose?), des sportifs qui se dopent, à tous les niveaux. Des gars ordinaires qui prennent toutes sortes de produits pour se gonfler les muscles. De nos amis sous Ativan, Prozac, Paxil, Zyban... Même les enfants sont sous Ritalin.

Et les poules prennent des antibiotiques!

Ce n'est pas drôle. Tout nous ramène à la pharmacie. Et au dopage de la banalité du quotidien.

Ce qui est frappant dans ce reportage, c'est que les femmes qu'on y rencontre, elles pourraient être vous et moi.

COURRIEL

Pour joindre notre chroniqueuse : mlortie@lapresse.ca



De jeunes mamans circulent dans les corridors de l'ancien centre Portage, à Montréal.

PHOTO ALAIN ROBERGE. LA PRESSE ©

LE COMBAT DES MÈRES TOXICOMANES

Dans la lutte contre la toxicomanie, les mères forment une clientèle à part. Lorsqu'elles sont moins capables de prendre soin de leurs enfants, elles craignent de les perdre. Du coup, elles s'isolent et se méfient des intervenants qui pourraient leur venir en aide. Pour contrer cette difficulté, le **centre Portage a créé un programme mère-enfant unique en son genre**. Hébergées avec leur progéniture dans un milieu chaleureux mais discipliné, les toxicomanes tâchent de reprendre leur vie en main, tout en améliorant leurs habiletés parentales. Une porte de sortie pour ces femmes qui sont allées au bout de l'enfer, et qui doivent maintenant vaincre les démons de la culpabilité maternelle. Un reportage d'Isabelle Laporte illustré en photos par Alain Roberge, à lire en pages 2 et 3.

Gagnez l'expérience Full HD

Faites l'achat de tout téléviseur BRAVIA, SXRD ou Grand WEGA Sony*, et vous pourriez gagner 1 des 90 fabuleux prix Full HD Sony!!

SONY



Gagnez 1 des 10 suites Full HD d'une valeur de presque 8000 \$ et maximisez votre expérience de télé HD!!

Gagnez 1 des 40 caméscopes Full HD!!

Gagnez 1 des 40 consoles PlayStation 3!!

Pour obtenir les détails, visitez fr.sony.ca/concoursfullhd

* L'achat de téléviseur doit être fait entre le 10 novembre 2006 et le 31 janvier 2007. Aucun achat requis. Pour consulter les règlements complets, visitez fr.sony.ca/concoursfullhd ou composez le 1-416-496-5615. Le concours prend fin à minuit (heure de l'Est) le 7 février 2007. Il y a 90 prix à gagner d'une valeur allant de 549,99 \$ à 7779,95 \$. Vous devez répondre à une question d'aptitude. Les chances de gagner dépendent du nombre de bulletins de participation reçus. La valeur des prix est basée sur le prix de détail suggéré du fabricant. Les détaillants peuvent vendre à des prix inférieurs.

GRAND WEGA BRAVIA SXRD

Sony et WEGA sont des marques déposées, et BRAVIA et SXRD sont des marques de commerce de Sony Corporation. PlayStation est une marque déposée de Sony Computer Entertainment Inc.

Full HD 1080

LE COMBAT DES MÈRES TOXICOMANES



PHOTO ALAIN ROBERGE, LA PRESSE ©

L'approche de Portage favorise l'entraide mutuelle et les interactions entre les participantes. Les toxicomanes apprennent autant de leur propre cheminement que de celui des autres. À la fin du programme, elles peuvent également profiter du soutien d'anciennes.

Sauver la mère et

ISABELLE LAPORTE
COLLABORATION SPÉCIALE

Elle avait fait couler un bain. C'était pour y noyer sa fille de 3 ans avant de se suicider. À 29 ans, Carolanne* traînait 10 ans de toxicomanie derrière elle et n'en pouvait plus. Mais il n'était pas question d'abandonner son enfant. Elle l'emmenait avec elle. Tout était prêt : les pilules, le bain... « Une petite voix – je suis sûre que c'est celle de ma grand-mère décédée – m'a dit : arrête! » Carolanne a craqué.

Atterrée par le drame qui avait failli se produire, elle a téléphoné à Suicide-Action, qui l'a aussitôt dirigée vers le centre Portage. Elle vit maintenant là, avec sa fille Lili*, depuis la fin de l'été. Elles partagent ce milieu de vie avec une dizaine d'autres mères

et leurs enfants, en plein cœur de Montréal.

Toxicomane fonctionnelle, Carolanne travaillait dans le domaine de la santé. Pour payer sa coke, elle volait de l'argent au père de Lili (propriétaire d'un bar), à sa mère et à sa sœur.

Carolanne a déjà tenté de se désintoxiquer, mais cette fois le succès pourrait être au rendez-vous. Portage est le seul centre offrant un programme d'hébergement adapté aux besoins particuliers des mères.

« Par crainte de se faire enlever leurs enfants, beaucoup de femmes hésitent à demander de l'aide », dit Kimberley Thibodeau, directrice du programme mère-enfant. À Portage, elles peuvent suivre une thérapie de longue durée sans perdre leur rôle maternel, souvent le dernier lien qui les raccroche à la vie.

Discipline pour les mères

Dans le cadre de ce programme, les participantes et leurs enfants vivent en groupe pendant huit à 10 mois. Les petits profitent d'un envi-

Les petits profitent d'un environnement souvent plus stable que par le passé et sont suivis par des éducatrices spécialisées.

ronnement souvent plus stable que par le passé et sont suivis par des éducatrices spécialisées. Selon leur âge, ils fréquentent une garderie sur place ou une école du quartier.

En semaine, les mères suivent une thérapie jusqu'au retour des jeunes. Puis, une fois les enfants couchés, les mères se réunissent avec une intervenante pour faire le point sur la journée, précise Carolanne, chargée de nous faire visiter les lieux. Le week-end, la thérapie est axée sur les activités familiales.

Les mères dorment généralement à deux par chambre, tout comme les enfants. Leur vie est très encadrée. Peu de télé, peu de musique. Sauf dans des cas exceptionnels, chaque participante a droit à seulement trois coups de fil de 15 minutes par semaine.

« Quand on arrive ici, on est souvent habitué à avoir tout, tout de suite », explique notre guide, une brune fière et dynamique. À Portage, il

faut respecter la « chaîne de commandement ». Par exemple, si une femme veut aller dans sa chambre pendant la journée, elle doit demander la permission à sa compagne responsable. « Il faut prendre l'habitude de tout prévoir », souligne la maman de Lili.

La discipline s'applique jusqu'à dans les armoires, où tout doit être bien rangé. « Ça peut sembler un détail, poursuit Carolanne, mais ça nous aide à retrouver nos valeurs. » Même les tâches ménagères servent à la thérapie : les femmes sont encouragées à échanger sur leur cheminement pendant qu'elles passent le balai ou le chiffon, en équipe de deux.

Ébranlées par cette rigueur et cette introspection constante, certaines finissent par avoir envie de

Portage déménagement

ISABELLE LAPORTE
COLLABORATION SPÉCIALE

La semaine dernière, les mères et les enfants ont déménagé dans un quartier résidentiel près du centre-ville. Depuis janvier dernier, ils étaient hébergés dans une aile de la maison des Sœurs grises, rue Saint-Mathieu, à l'angle du boulevard René-Lévesque.

De 15 000 pieds carrés, Portage pourra accueillir deux fois plus de mères toxicomanes, soit près de 25, avec leurs enfants. Les nouvelles admissions se feront par étape. Une fois le processus terminé, la clientèle se répartira en six unités, chacune dotée de chambres, d'une cuisinette et d'une pièce commune.

« Tout est mieux organisé, ici : le service de garde est conçu pour accueillir trois groupes d'âge allant des poupons aux petits de 5 ans. Ce nouvel emplacement nous permet de mieux répondre aux besoins des mères et des enfants, et même d'offrir des ateliers de cuisine où les nouvelles mères pourront préparer la purée des bébés », se réjouit Kimberley Thibodeau, directrice du programme mère-enfant.

« Nous avons décidé d'implanter le programme à Montréal

à cause de l'accessibilité des services », ajoute Peter Vamos, directeur général de Portage. Une partie de la thérapie consiste à éliminer la méfiance des femmes envers le réseau des services existants. En ville, les intervenantes peuvent faire visiter hôpitaux et CLSC plus facilement.

M. Vamos souligne également la proximité des centres d'éducation aux adultes et le plus grand

« Notre approche de groupe favorise l'émulation des femmes entre elles. »

choix d'activités et de sorties familiales les fins de semaine.

Enfin, la situation géographique favorise aussi le contact avec la famille, notamment celui des enfants avec leur père dans les cas de garde partagée. Quant à l'omniprésence des revendeurs de drogues, elle est perçue comme un défi. « Les femmes doivent apprendre à composer avec ces sources de stress », dit M. Vamos.

L'approche de Portage

« Notre approche de groupe favorise l'émulation des femmes entre elles », indique Kimberley

Thibodeau, directrice du programme mère-enfant. Carolanne, une participante, note aussi l'importance des interactions avec ses semblables. « On est les miroirs les unes des autres », dit-elle.

Les femmes apprennent autant en examinant leur propre cheminement que celui des autres. À la fin du programme, elles peuvent également profiter du soutien d'anciennes. Le programme valorise beaucoup l'entraide mutuelle. Dans le cadre d'une démarche de croissance personnelle à long terme, les mères déterminent la cause de leurs problèmes et des stratégies concrètes pour y remédier.

Diverses techniques thérapeutiques sont utilisées, dont des jeux de rôle et des discussions individuelles et de groupe. Le programme comprend également une période de transition d'environ huit mois, qui vise la réinsertion en emploi ou à l'école.

L'objectif : donner aux participantes en développant leur autodiscipline et leur sens critique. « Nous sommes là pour les aider, mais nous ne pouvons pas faire leur thérapie à leur place », conclut M^{me} Thibodeau.

Du crystal meth dans les cheveux des nouveau-nés

Les métamphétamines traversent la barrière du placenta, selon une nouvelle étude. La preuve : on en trouve des traces dans les cheveux de nouveau-nés.

De 1997 à 2005, des chercheurs ont analysé des milliers d'échantillons de cheveux provenant de mères soupçonnées d'avoir pris de la drogue pendant leur grossesse. Une équipe de l'Hôpital de Toronto pour enfants malades a décelé des traces de méthamphétamines dans 8 % des spécimens positifs.

En examinant un petit nombre d'échantillons de cheveux de nouveau-nés, les chercheurs y ont découvert des traces de drogue à des concentrations correspondant à celles notées chez leur mère.

Une explosion de mères accros?

La vaste majorité des spécimens positifs ont été prélevés en 2005. Assiste-t-on à une explosion du nombre de mères accros au fameux crystal meth, la forme purifiée de méthamphétamine, plus puissante et causant plus de dépendance?

Pas nécessairement, dit Jean-Sébastien Fallu, professeur adjoint de psychoéducation à l'Université de Montréal. « Ce serait comme dire que tous les adeptes de la cocaïne sont accros au crack », illustre-t-il.

Consommer à son insu

En fait, selon M. Fallu, la plupart des gens qui consomment des méthamphétamines le font à leur insu, croyant prendre de simples amphétamines ou speeds. « Il y a certainement des femmes enceintes qui ont fumé du crystal meth en toute connaissance de cause, mais ça m'étonnerait que ce soit la majorité », dit-il.

Chose certaine, comme les cheveux ne poussent qu'à partir de la 20^e semaine de grossesse, les mères ont consommé alors qu'elles se savaient enceintes, estime l'auteur principal de l'étude, le Dr Gideon Koren. Et pas qu'occasionnellement. Il faut un usage prolongé pour que la drogue apparaisse dans les cheveux.

— Isabelle Laporte, collaboration spéciale

LE COMBAT DES MÈRES TOXICOMANES



Moment de recueillement pour Caroline et son petit de 13 mois.

PHOTO ALAIN ROBERGE, LA PRESSE ©

l'enfant

partir. La plupart restent, car elles savent qu'une rechute les guette à l'extérieur. Or, plus que tout, elles aspirent à la normalité pour leur enfant.

La culpabilité maternelle

Une des mères, Maude, a justement rechuté lors de sa première sortie autonome de 12 heures. En groupe, elle demande l'aide de ses compagnes pour comprendre ce qui s'est passé. Sa principale motivation? « Mon enfant en a déjà assez vécu comme ça. »

Plus tard, c'est au tour de Rima de se faire des reproches. « Ma fille a des problèmes respiratoires et je me sens coupable d'avoir consommé quand j'étais enceinte », dit la jeune femme, qui passera bientôt à la phase de suivi externe du programme.

Aux prises avec leur dépendance, ces femmes n'ont pas toujours su prendre soin de leur enfant. Leur culpabilité refait constamment surface.

La plupart des participantes ont

Ces femmes n'ont pas toujours su prendre soin de leur enfant. Leur culpabilité refait constamment surface.

grandi dans des familles dysfonctionnelles. Ainsi, le deuxième beau-père de Carolanne l'obligeait à le regarder battre sa sœur et sa mère, une femme par ailleurs douée dans l'art de la culpabilité, pour elle-même comme pour les

autres. Aujourd'hui, l'ex-toxicomane sait qu'elle doit trouver un autre modèle pour établir une relation saine avec sa propre fille.

« Avant, je tenais à ce que ma fille soit parfaite. J'essayais de cacher mes problèmes derrière elle. » Dans la chambre de Lili, différents collages rappellent, tant à la mère qu'à la fille, que la petite est responsable de s'habiller et de se laver les dents.

Quand on lui demande les raisons de sa présence au centre, Carolanne réfléchit un instant. Pesant ses mots, elle répond : « Parce que je veux vivre. Et je veux profiter des petits plaisirs de la vie avec mon enfant. »

*** Les noms sont fictifs, pour préserver l'anonymat des mères et de leurs enfants.**

L'histoire de Catherine

Vous la croiseriez dans la rue, jamais vous ne devineriez. Malgré son look d'étudiante sage, Catherine, 24 ans, s'est gelée la moitié de sa vie. Son grand-père l'a agressée dès l'âge de 6 ans. À 11 ans, à la mort d'un proche, elle a décidé de parler. Sa famille a fini par éclater, non sans d'abord rejeter tout le blâme sur elle.

Catherine s'est donc mise à consommer. De tout, même du crack et de l'héroïne. Dès l'âge de 16 ans, elle dansait dans les bars pour payer sa drogue, en attendant de pouvoir tourner des films pornos. Le jour même

de ses 18 ans, elle a participé à son premier tournage. Près de 250 autres ont suivi.

« Je pensais mourir à 20 ans. Mais à la place, j'ai accouché. Quelque part, c'est mon fils qui m'a sauvé la vie », raconte l'actrice. Peu après, elle a suivi son fiancé en France pour se désintoxiquer. Mais là-bas, on s'est contenté de la bourrer de cachets et de méthadone. « J'étais encore plus gelée », dit-elle avec un rien d'indignation dans la voix.

Elle décide de revenir au Québec, avec les meilleures intentions : se sevrer de la méthadone

et quitter son fiancé, avec qui elle avait un passé de consommation. Mais ses efforts d'autodésintoxication échouent. « J'étais rendue à un litre de GHB (ecstasy liquide) par semaine », avoue-t-elle.

Après deux accidents de voiture en une semaine à cause de la drogue, Catherine a finalement frappé à la porte de Portage. Elle et son fils de 4 ans habitent au centre depuis huit semaines. « Pour moi, c'est le programme d'une vie, dit-elle. Des fois, c'est dur, mais si tu veux vraiment changer, c'est le bon endroit. »

— Isabelle Laporte, collaboration spéciale

BULLETIN DE SANTÉ

LE CHIFFRE DE LA SEMAINE

TROIS FOIS C'est le risque accru de Parkinson, pour les personnes qui souffrent d'allergies saisonnières au pollen. L'étude de la clinique Mayo, au Minnesota, avance que les réactions inflammatoires joueraient un rôle dans l'apparition de la maladie de Parkinson. Les résultats sont basés sur l'étude du dossier de 400 patients. La prévalence du Parkinson reste toutefois rare : moins de cinq millions de personnes dans le monde en souffrent.

TRAUMATISMES D'ENFANCE, FATIGUE CHRONIQUE

Les traumatismes d'enfance augmentent le risque de fatigue chronique, selon des psychiatres américains de l'Université Emory, à Atlanta. Le risque de fatigue chronique, un trouble qui frappe 100 000 Canadiens, augmente de trois à huit fois chez les personnes ayant subi des traumatismes à l'enfance. Les traumatismes sexuels et émotifs sont particulièrement importants. L'étude a comparé 43 personnes souffrant de fatigue chronique à 60 personnes aux caractéristiques comparables. Tous les cobayes habitaient Wichita, au Kansas. La fatigue chronique frappe surtout les femmes dans la quarantaine et la cinquantaine, et peut soustraire 20 000\$ au revenu familial annuel.

DÉCALAGE HORAIRE MORTEL

Le décalage horaire important double la mortalité chez les vieilles souris, selon des biologistes de l'Université de Virginie. Les chercheurs ont soumis leurs cobayes à un décalage horaire une fois par semaine, pendant huit semaines. Moins de 20% des souris qui n'avaient pas eu de décalage sont mortes durant cette période, contre 32% de celles qui avaient un décalage hebdomadaire de moins de six heures, et 53% de celles qui avaient un décalage hebdomadaire de plus de six heures. L'étude, publiée dans *Current Biology*, avance que les voyages ou le travail de nuit pourrait ainsi augmenter le risque de mourir.

LA PROTÉINE MONTIGNAC

Des biologistes britanniques ont découvert le mécanisme qui expliquerait les succès relatifs des diètes Montignac ou Atkins, qui réduisent la consommation de pain et de pâtes en laissant libre cours à la consommation de viande. Les chercheurs du University College ont découvert qu'une hormone suscitait la sensation de satiété est davantage émise par les protéines (dont la viande est riche) que par les carbohydrates du pain ou des pâtes.

— Mathieu Perreault
SOURCES : The Economist, The New Scientist, EurekAlert, Science et Vie, Nature

J'AI TESTÉ

Solution pour les lèvres

Neutrogena promet toutes sortes d'effets rebondissants, rajeunissants, raffermissants... Nous avons retenu autre chose : la texture légère est agréable, tout comme le goût mentholé très frais. Le produit hydrate bien les lèvres, essentiel avec l'hiver qui arrive. Et le tout est proposé dans une petite pompe plutôt qu'en applicateur ou en bâton, ce qui signifie qu'on n'a pas l'impression de se transmettre les mêmes microbes sur les lèvres à chaque application.

Traitement régénérateur à lèvres Neutrogena Advanced Solutions. Une vingtaine de dollars pour une pompe de 9 ml, en vente en pharmacie.



Désinfectant pour les pieds



Après le savon sans eau pour les mains, voici le savon sans eau pour les pieds. Ce vaporisateur peut être utilisé dans les chaussures de sport, ou directement sur les pieds, après un passage sous la douche ou dans des vestiaires publics. L'objectif? Tuer les germes, ce qui est plutôt dur à vérifier. Chose certaine, il prévient, comme promis, les mauvaises odeurs. Testé dans les vieilles chaussures d'un ami cœur, le résultat est probant. Le produit sèche très vite et les chaussures ne sentent plus rien. Nada. Même après une longue journée d'activité. Que demander de plus?

Azuro-pied 7,99\$ pour 60 ml, en vente en pharmacie.

Agenda de la FADOQ

On sait tous qu'il faut faire de l'exercice. Mais quand? Histoire de vous motiver, la FADOQ-Mouvement des aînés du Québec a conçu un petit agenda de poche pas comme les autres. En plus des traditionnels calendriers, on trouve ici chaque semaine trois idées d'exercices tout simples, pour faire travailler le corps au grand complet, des yeux au petit bout des orteils. La plupart peuvent se faire dans le salon (seuls quelques étirements doivent se faire dans l'eau), avec peu de matériel.

10\$ l'agenda 2007, sur commande, 514-252-3017.

— Silvia Galipeau et Marie-Claude Lortie



CARDIO LATINO

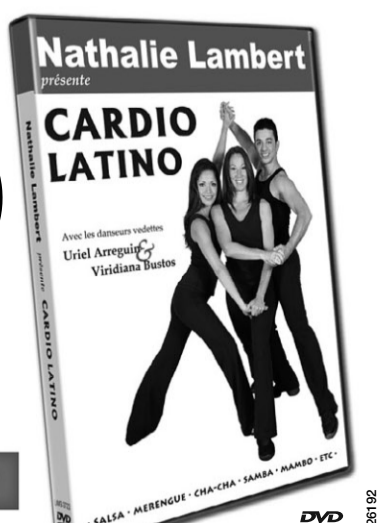
Avec Nathalie Lambert - Championne olympique; et les danseurs vedettes Uriel Arreguin et Viridiana Bustos, chorégraphes au « Match des étoiles »

EN BONUS
Les pas de base de la bachata, du cha-cha, de la samba, du mambo, de la salsa et du merengue

Danser pour se mettre en forme!

- Plus de 45 minutes de chorégraphies Cardio Latino
- Routine d'exercices de musculation
- Routine d'exercices d'étirement musculaire

EN VENTE CHEZ
FUTURE SHOP



ACTUEL SANTÉ

FAITS ET SCIENCE

LE CHIFFRE

12 milliards d'années

C'est l'âge de la plus ancienne galaxie en mouvement, selon des astronomes européens travaillant avec un télescope chilien. La rotation de cette galaxie, qui s'éloigne de la Terre à près d'un million km/h, ressemble beaucoup à celle de la Voie lactée. Cela surprend beaucoup les astronomes, qui pensaient que les galaxies aussi anciennes étaient moins ordonnées.

LA MÉDITATION

MI-HOMME MI-BOEUF

Des biologistes britanniques ont demandé la permission de créer un embryon hybride à partir de cellules humaines et bovines. Les universités de Durham et Newcastle veulent s'en servir pour étudier les maladies de Parkinson et d'Alzheimer. Ces embryons hybrides ne se développeraient que quelques jours. L'Autorité d'embryologie et de fertilisation humaine du gouvernement britannique décidera d'ici quelques mois si elle autorise l'expérience.



PHOTO AP

EN HAUSSE



L'EUROPE

Le risque d'un nouvel âge glaciaire semble se résorber. Depuis quelques années, plusieurs météorologues ont avancé que le réchauffement de la planète pourrait enrayer la circulation océanique dans l'Atlantique nord, qui amène l'eau chaude des Tropiques jusqu'en Europe du Nord-Ouest, notamment par le fameux Gulf Stream. C'était le thème du film-catastrophe *The Day After Tomorrow* (notre photo). De nouvelles études dévoilées à la Conférence sur les changements climatiques rapides, à Birmingham en Angleterre la semaine dernière, montrent que la force du Gulf Stream ne diminue pas. De plus, plusieurs simulations climatiques ne montrent pas de changements importants au rythme actuel de fonte des glaciers du Groenland.

EN BAISSÉ



L'EUROPE

Son réseau Galileo de satellites de géopositionnement, qui fera à partir de 2010 concurrence au réseau américain GPS, subira la concurrence chinoise. Le réseau de satellites Beidou ne devait à l'origine que répondre aux besoins de l'armée chinoise. Mais au début novembre, l'agence chinoise Xinhua rapportait que Beidou, dont les trois premiers satellites (sur un total de 35) ont été lancés entre 2000 et 2003, aura à partir de 2008 des clients commerciaux. Galileo, dont les 30 satellites coûteront trois milliards d'euros (deux sont déjà en orbite), entendait se tailler une part importante du marché chinois. Beidou est le nom chinois de la Grande Ourse, et la Chine a investi 230 millions d'euros dans Galileo.

TEXTES MATHIEU PERREAULT

SOURCES : SCIENCES ET VIE, EUREKALERT, NATURE, THE NEW SCIENTIST



PHOTO JEFF CHRISTENSEN, ARCHIVES REUTERS

Aveugle mais... très expressif. Le chanteur Ray Charles, en avril 2003, un an avant sa mort.

Les expressions faciales sont héréditaires

Les expressions faciales, comme par exemple la colère, sont en partie héréditaires, selon des biologistes israéliens. Les nerfs et muscles faciaux seraient contrôlés par des gènes transmis de génération en génération, afin de faciliter la reconnaissance des enfants par les parents.

MATHIEU PERREAULT

« Nous avons la première preuve solide d'une idée avancée par Darwin voilà 130 ans », affirme l'évolutionniste Eviatar Nevo, en entrevue depuis l'Université de Haïfa. « L'un de ses livres portait sur les émotions, et il y affirmait qu'il s'agissait d'un puissant outil pour améliorer les soins aux bébés. »

Les chercheurs israéliens, qui publient leurs travaux dans la revue américaine *Proceedings of the National Academy of Sciences*, ont étudié 21 aveugles de naissance et 30 de leurs proches parents. Ils ont analysé les similitudes de leurs expressions faciales montrant de la concentration, de la tristesse, de la colère, du dégoût, de la joie et de la surprise. La convergence entre les aveugles et leurs proches parents oscillait entre 60 et 80 %, avec des scores particulièrement élevés pour la colère.

« En utilisant des aveugles, nous évitons l'imitation visuelle des rictus des parents », explique

M. Nevo. Il s'agit donc de mécanismes génétiques, qui n'ont rien à voir avec l'environnement. L'expression des émotions par des expressions faciales est universelle, mais il existe des signatures individuelles. »

Selon M. Nevo, l'importance de la convergence liée à la colère montre qu'il s'agit d'un mécanisme important de l'évolution. « On peut imaginer que le bébé, quand il a faim ou froid, pleure et a des rictus de colère. Si sa mère se reconnaît dans ces rictus, elle est plus susceptible de subvenir à ses besoins. »

Ces recherches pourraient mener à des percées dans le traitement de troubles intellectuels ayant comme symptôme des expressions faciales distordues, comme l'autisme ou la trisomie, selon M. Nevo. « Nous voulons maintenant nous pencher sur les gènes impliqués dans les expressions faciales. Nous pourrions peut-être intervenir chez les autistes ou les trisomiques, grâce à ces informations. »

L'étude consistait en un test de lecture (en braille pour les aveugles). Certains passages du texte étaient dégoûtants, d'autres tristes. Les chercheurs provoquaient aussi des réactions de colère et de surprise en interrompant les cobayes, parfois d'une manière impolie. Ils leur demandaient ensuite quelles émotions les avaient habitées. Une vidéo relevait la symétrie, l'intensité et la fréquence des rictus.

D'autres études ont comparé l'expression faciale des jumeaux monozygotes et dizygotes (les dizygotes ont moins de similitudes génétiques), et ont trouvé des bases génétiques aux expressions faciales. Mais M. Nevo pense que l'utilisation des aveugles donne des résultats encore plus convaincants. « Contrairement à la croyance populaire, dit-il, les aveugles n'apprennent pas à lire les émotions de leurs proches en leur touchant le visage. Il s'agit d'une image véhiculée par Hollywood et la littérature romantique. »

CARRIÈRES
POUR TROUVER.
Le samedi dans LA PRESSE

RONFLEMENT
CENTRE DU RONFLEMENT DE MONTRÉAL
(514) 327-5060
TRAITEMENTS AU
LASER
PAR DES OTO-RHINO-LARYNGOLOGISTES
www.ronflement.qc.ca

Les précieux conseils de D^{re} Nadia dans une toute nouvelle collection

Procurez-vous les deux premiers volumes!

Offerts en librairie

Les Éditions LA PRESSE

Vous êtes abonné à La Presse? OBTENEZ DE 10 % À 30 % de rabais sur l'achat en ligne de ces livres. Livraison à domicile gratuite. C'est facile : www.cyberpresse.ca/privilèges



ABONNÉS LA PRESSE

PRIVILÈGES

JUSQU'À 30 % DE RABAIS

Recherchons volontaires avec diabète de type 1 pour nouveau projet de recherche

Le but de l'étude est de comparer l'effet d'une insuline en inhalation, administrée à l'aide de l'appareil AERx®IDMS, versus l'insuline NovoRapid® en injections sous-cutanées prise avant les repas sur le contrôle glycémique (A1C), en utilisant une nouvelle insuline de base détémir (Levemir®) sur une période de 104 semaines.

Chercheur principal :
D^r Jean-Louis Chiasson

Pour de plus amples renseignements sur une participation à cette étude, communiquez avec Mme Danielle Poisson à l'Hôtel-Dieu du CHUM au 514-890-8000, poste 12914.

CHUM
CENTRE DE RECHERCHE

Pour être admissible à ce projet, il faut répondre aux critères suivants :

- Être non fumeur
- Être âgé de 18 ans et plus
- Être connu diabétique de type 1
- Être traité à l'insuline
- Avoir une A1C ≤ 11 %
- Avoir un indice de masse corporelle ≤ 40 kg/m²
- Aucune maladie pulmonaire

Produits et Services
AMAIGRISSEMENT

MAIGRIR: Vous avez vécu plusieurs échecs et voulez comprendre pourquoi. VOUS VOULEZ RÉUSSIR. Équipe de professionnels (médecin-psychothérapeute, diététiste, éducateur physique) vous attend. Clinique de Médecine et de psychothérapie 514-252-0898.

ESTHÉTIQUE ET ÉLECTROLYSE

ACADÉMIE ÉDITH SEREI: Vous voulez des soins en esthétique ou en électrolyse à prix raisonnable? Appelez l'Académie Édith Serei pour vous faire goûter par nos étudiantes. Soins sur rendez-vous seulement. (514) 849-6171.

Si vous désirez annoncer dans cette rubrique, communiquez avec Louise Mathieu au (514) 285-6950 ou 1 800 667-5961.

Ne manquez pas
D^{re} Nadia, psychologue à domicile
du mardi au jeudi à 19 h 30 et
du mercredi au vendredi à 16 h 30

canal vie
Ça fait partie de ma vie

Devons-nous tous couper le sel?



JACINTHE CÔTÉ
LA NUTRITION
COLLABORATION SPÉCIALE

Depuis plusieurs années, on trouve sur le marché des craquelins, bouillons et autres repas congelés dont la recette a été modifiée pour réduire leur teneur en sodium. Jocelyne Marcotte, bien qu'elle ne souffre pas d'hypertension, se demande si elle doit surveiller la quantité de sel qu'elle consomme et choisir ce type de produits.

La principale source de sodium dans notre alimentation provient d'aliments transformés auxquels on ajoute du sel pour améliorer leur saveur et les conserver plus longtemps. Chaque gramme de sel contient 0,4 g de sodium.

En suivant l'état de santé des populations, on a constaté que la tension artérielle a tendance à augmenter avec l'âge dans les pays industrialisés. Le sel en est-il la cause ou est-ce notre style de vie stressant, sédentaire? Difficile à dire.

Par ailleurs, dans les pays moins industrialisés où la

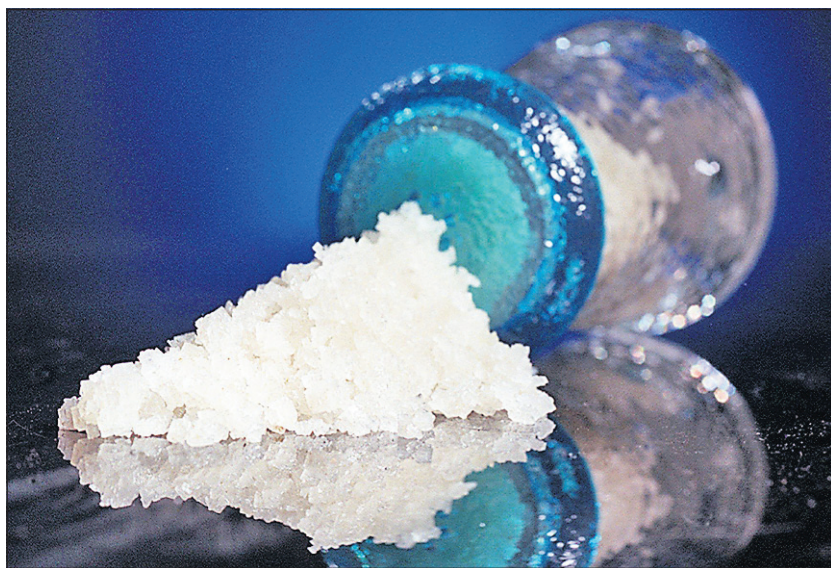


PHOTO ARCHIVES LA PRESSE

Progressivement, les papilles gustatives s'ajustent à une diminution du sel dans les aliments.

consommation de sel est minime, la tension artérielle n'augmente pas avec l'âge et le pourcentage des personnes souffrant d'hy-

mode de vie plus moderne, leur tension a tendance à augmenter et ils finissent par souffrir d'hypertension.

Pour remplacer la saveur du sel de table, l'idéal est de recourir aux noix grillées et aux herbes fraîches.

pertension demeure très bas. Par contre, quand les habitants de ces mêmes pays ayant une tension artérielle normale adoptent un

Ces données suggèrent une forte relation entre la consommation de sodium et la tension artérielle. Elles ont finalement

TOUJOURS PAS CONVAINCU?

> Sachez que votre corps n'a besoin chaque jour que d'environ 500 milligrammes de sel pour fonctionner normalement. Mais notre alimentation, composée d'aliments hautement transformés, lui en fournit 10 fois plus!
> En plus de contribuer à l'hypertension, la surconsommation de sel peut augmenter les risques de cancer de la région du nasopharynx et de l'estomac, ainsi que les risques d'ostéoporose. Ainsi, peu importe vos raisons, vous gagnerez à réduire votre consommation quotidienne de sel.

été appuyées par plusieurs études cliniques.

On peut donc recommander une réduction de la consommation de sodium pour prévenir l'augmentation de la tension artérielle chez les gens ne souffrant pas d'hypertension.

Cette recommandation est encore plus importante pour ceux qui ont une tension élevée ainsi que pour les personnes âgées et les Américains d'origine africaine, reconnus pour être plus sensibles à une surconsommation de sodium.

Restreindre le sel dans l'assiette

Pour réduire la consommation de sodium, on peut commencer par ranger la salière dans l'armoire et redécouvrir le plaisir de cuisiner! Car la plupart des produits alimentaires préparés commercialement sont bourrés de sel, donc à éviter. Les personnes habituées à manger très salé devraient réduire leur consommation de sodium graduellement. Essayez de remplacer les chips, les soupes en sachet ou en conserve, les légumes et légumineuses en conserve et les craquelins salés par une version non salée préparée maison.

Bien sûr, il faudra dire adieu à la saucisse, au jambon, au bacon, au lard salé et compagnie. Progressivement, vos papilles gustatives vont s'ajuster. Pour remplacer la saveur du sel de table, l'idéal est de recourir aux noix grillées et aux herbes fraîches.

L'auteure de cette chronique hebdomadaire est membre de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec. Cette chronique porte sur vos questions et commentaires. Adressez-les à : Chronique nutrition, La Presse, 7, rue Saint-Jacques, Montréal (QC) H2Y 1K9, ou par courriel à : questiondenutrition@hotmail.com

Le sucre tue 3 millions de personnes par année

AGENCE FRANCE-PRESSE

PARIS — Plus de 3 millions de décès par an dans le monde seraient causés par un excès de glucose dans le sang, dont 960 000 directement à cause du diabète et 2,2 millions en raison de troubles cardiovasculaires, selon des travaux publiés dans la revue médicale britannique *The Lancet* datée d'hier.

L'excès de glucose dans le sang fait 3,16 millions de morts par an, soit trois fois plus que les décès attribués au diabète lui-même en 2001. Ces chiffres sont comparables aux décès annuels dus au tabac (4,8 millions de morts), à l'excès de cholestérol (3,9 millions) et aux surpoids et à l'obésité (2,4 millions), soulignent les chercheurs, à la veille de la journée mondiale du diabète, le 14 novembre.

Environ 1,5 million de décès par infarctus du myocarde (soit 21 % du total) et 709 000 décès à la suite d'un accident vasculaire cérébral (13 % du total des décès par AVC) sont attribuables à un taux trop élevé de glucose dans le sang, mais néanmoins plus faible que la définition traditionnelle du diabète, selon Goodarz Danæi et Majid Ezzati, de la Harvard School of Public Health de Boston, aux États-Unis, et leur équipe.

La plupart de ces décès (1,224 million suite à un infarctus du myocarde et 623 000 après un AVC) surviennent dans des pays à faibles ou moyens revenus, d'après les chercheurs, qui se sont servis de données sur les taux de glucose sanguin dans 52 pays.

Pour l'infarctus, l'Asie du Sud est la région la plus touchée avec 548 000 décès, suivie par l'Europe et l'Asie centrale (313 000). L'Asie du Sud est aussi en tête pour les AVC (215 000 décès) suivie par la région Asie de l'Est et l'Asie-Pacifique (190 000).

« Un taux de glucose plus élevé que la dose optimale est une cause majeure de mortalité cardiovasculaire dans de nombreuses régions du monde », concluent les auteurs, invitant à ne pas s'attaquer au diabète et aux maladies cardiovasculaires comme s'il s'agissait de problèmes appartenant à des « sphères différentes ».

Une réduction de l'incidence du diabète de type 2 est possible en incitant durablement (quatre années d'accompagnement) les personnes à risque à pratiquer une activité physique modérée, à modifier leur alimentation (plus de fibres, moins de graisses) et à perdre du poids, selon une étude finlandaise également publiée dans *Lancet*.



OUVERTURE PRINTEMPS 2007
LOCATION EN COURS!

Le Boisé Notre-Dame : vous serez bien chez vous.

Boisé Notre-Dame...

Un milieu de vie chaleureux et stimulant... Voilà ce que vous offre **Le Boisé Notre-Dame**, un endroit privilégié pour les personnes retraitées qui désirent profiter pleinement de chaque instant dans la sérénité et le plaisir, en toute sécurité. Avec son personnel hautement qualifié ainsi que ses logements spacieux et fonctionnels, votre résidence vous donne accès à une multitude de services et vous offre le meilleur de tous les mondes, en toute saison.

Des offres invitantes en guise de bienvenue!

- Laveuse et sècheuse gratuites*¹
- ou
- Jusqu'à 800 \$ pour régler vos frais de déménagement*²
- ou
- 60 repas gratuits à notre salle à manger*³

EN PLUS :

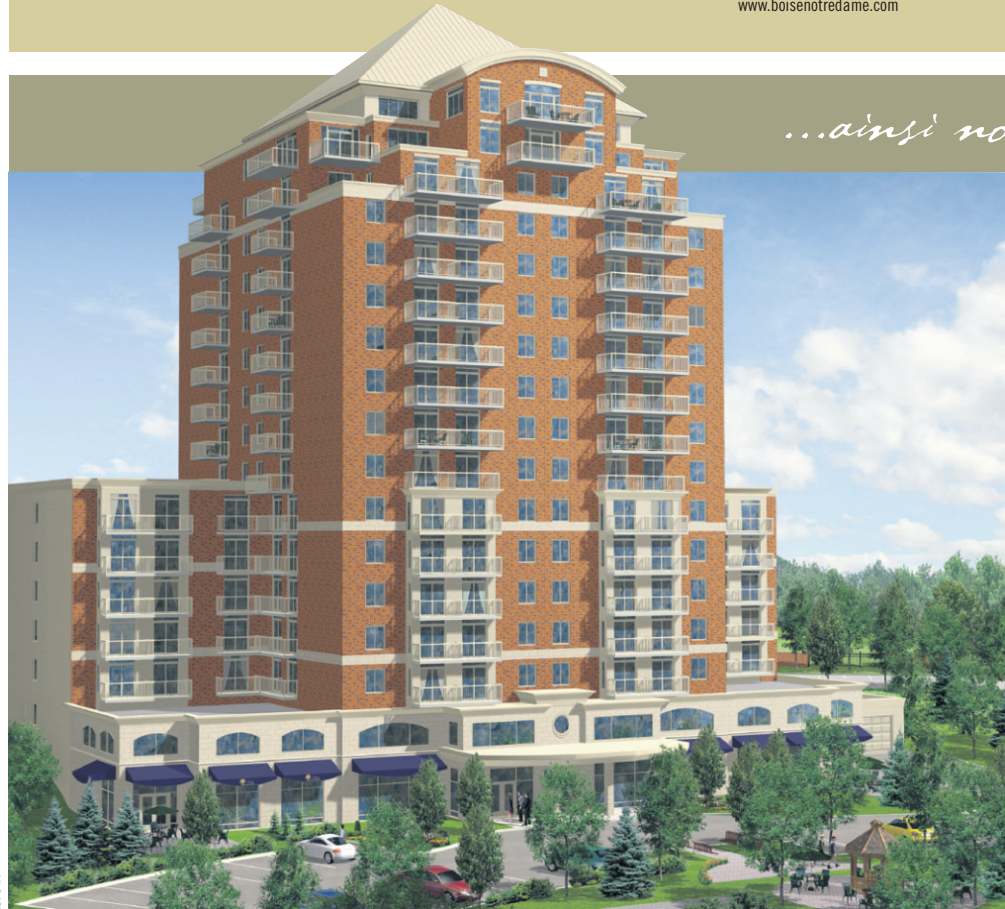
- Loyer gratuit pour la période de location avant le 1^{er} juillet 2007⁴
- Courez la chance de gagner une croisière pour deux personnes⁵



FAITES VITE ! CERTAINES OFFRES PRENNENT FIN LE 30 NOVEMBRE 2006 !**

*L'offre applicable dépend de la date de signature du bail. (1) Ensemble d'appareils de marque Moffat de General Electric (24 po), d'une valeur approximative au détail de 1 000 \$ par ensemble (taxes incluses). (2) Le remboursement s'applique aux frais engagés pour le camion de déménagement et les déménageurs rémunérés. (3) Parmi les plats du jour servis à notre salle à manger. (4) Possibilité d'emménager entre le 15 mai et le 1^{er} juillet 2007, sous réserve de certaines conditions, même si le loyer n'est payable que pour la période commençant le 1^{er} juillet 2007. (5) Concours ouvert aux personnes de 18 ans et plus. Le prix sera remis sous forme d'un chèque-cadeau échangeable auprès de l'agence de voyage Voyage Vasco à Chomedey contre une croisière pour deux personnes d'une valeur maximale de 3 000 \$, taxes incluses. Aucun achat requis. Pour tous les détails du concours, consultez le règlement disponible au bureau de location ou au www.boisenotredame.com

**Certaines restrictions s'appliquent. Pour tous les détails, renseignez-vous auprès du bureau de location ou visitez le www.boisenotredame.com



...ainsi nous habiterons nos saisons.



BOISÉ NOTRE-DAME
LES RÉSIDENCES

Bureau de location

Heures d'ouverture :
du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h
samedi et dimanche, de 11 h à 17 h
3100, boul. Notre-Dame, bureau 107
Laval (Québec) H7V 4C1
T 450 681.3055 F 450 978.3077
leboise3050@bellnet.ca

Visite virtuelle au www.boisenotredame.com



BOUGE! DONC!

CHRISTIAN GEISER

1 > RETROUVER L'INSPIRATION

La natation, il y a rien de tel. Ça rafraîchit, on flotte en état d'apesanteur, c'est bon pour le cardio, ça sollicite tous les muscles sans surcharger les articulations. L'activité idéale. Mais voilà, faire ces interminables longueurs vous décourage et la routine commence à vous lasser. joignez-vous au club des maîtres de votre piscine pour mettre un peu de piquant dans votre eau. Au menu : des entraînements dirigés avec des nageurs de votre calibre (les participants sont répartis dans les couloirs selon leur vitesse) qui vous forceront à vous dépasser. Vous améliorerez vos temps, parcourez des distances que vous auriez cru impossibles et peaufinez votre technique, le tout dans une ambiance de franche camaraderie. Comme l'organisme s'habitue aux efforts qu'on lui demande (faire à chaque séance le même nombre de longueurs à la même intensité devient de moins en moins efficace), varier vos entraînements sera non seulement plus amusant, mais également plus bénéfique. Une belle façon de transformer une activité parfois un peu trop routinière.

Fédération de natation du Québec
www.fnq.qc.ca/associations.html

2 > POUVRE À VOLONTÉ



On est en manque ! On a beau savoir qu'un divin drapeau blanc recouvrira bientôt le Québec, on essaie de se raisonner, de se dire qu'il est un peu tôt pour commencer à farter ses skis et à installer le support sur la voiture. C'est dur. Mais grâce à des exercices de méditation, ça va. Du moins, ça allait. Jusqu'à ce que tous ces efforts soient ruinés par l'annonce de la boutique Le Yéti de sévir de nouveau avec *D'la poudre pour tout le monde 3*. Cette soirée cinématographique sur le télémark hors piste ne manquera pas de bouleverser notre fragile équilibre. Soit maudit, abominable homme des neiges !

Mercredi le 15 novembre, 19h30, au bar le Belmont.
www.leyeti.com

3 > P'TIT TOUR À OKA

Une petite virée au parc national d'Oka aujourd'hui pourrait bien valoir la peine. C'est journée porte ouverte. Pour le coup, l'accès est gratuit. Voilà l'occasion de faire une petite balade en nature. Par ailleurs, le centre de ski organise une vente de matériel d'occasion et reçoit les inscriptions pour l'école de ski de fond (enfants de 4 à 13 ans).

www.sepaq.com

ÉLAN



PHOTO JOHN FROSCHAUER, AP

Pour maigrir, il ne suffit pas de faire de l'exercice : il faut choisir les bonnes activités et être assidu dans son entraînement.

Maigrir par l'exercice : les trois erreurs à éviter



RICHARD CHEVALIER
COLLABORATION SPÉCIALE

Les études épidémiologiques tendent à démontrer que l'obésité et l'embonpoint qui nous affligent actuellement sont causés principalement par une diminution généralisée de la dépense calorique dans la population plutôt que par une augmentation de l'apport calorique. Bref, on engraisse de plus en plus parce qu'on bouge de moins en moins. Augmenter sa dépense calorique en faisant plus d'exercice s'avère donc une approche logique pour maigrir puisqu'elle s'attaque à la cause même de l'excès de gras, soit le manque d'exercice. Mais cette approche est-elle efficace pour perdre son excédent de gras ? La recherche est également claire à ce sujet : l'exercice fait maigrir (voir l'encadré) et en plus, il renforce le cœur, les muscles et les os, ce que ne font pas les régimes amaigrissants expéditifs et encore moins la liposuction, une méthode d'amaigrissement radicale tristement devenue à la mode.

À ne pas faire

Toutefois, la méthode exercice ne fera fondre le surplus de gras que si elle est appliquée de la bonne manière. Hélas, ce n'est pas toujours le cas. Les personnes qui n'ont pas réussi à maigrir en faisant de l'exercice ont commis au moins une des trois erreurs suivantes.

1. Choisir les mauvais exercices. La première erreur consiste à utiliser des exercices localisés pour maigrir dans une région précise du corps. L'exemple classique est celui des exercices pour le ventre (demi-redressement du tronc, élévation des jambes et tutti quanti). Ces exercices raffermissent les abdominaux mais ne diminuent en rien la couche de tissu gras qui les recouvre.

2. En faire trop sans être prêt. Une autre erreur fréquente consiste à se lancer dans un marathon d'exercices sans être assez en forme et motivé. En agissant de la sorte, on obtient le même résultat qu'une personne qui désire perdre du poids en suivant un « régime catastrophe » de 800 calories par jour. Courbaturés, fatigués, voire blessés, ces boulimiques impulsifs de l'exercice lâchent tout après quelques séances. Et ils n'ont évidemment pas maigri !

3. Ne pas être assidu. La troisième erreur est le manque de régularité. On démarre

avec quatre ou cinq séances par semaine, puis on diminue à deux ou trois, pour ensuite augmenter à trois ou quatre et finalement diminuer encore. Ce manque de régularité se traduit la plupart du temps par des résultats non significatifs. C'est comme si on suivait un régime seulement quand on en a envie. Avec une telle approche, il n'est donc pas étonnant que la formule de l'exercice pour maigrir ne marche pas pour ces personnes !

Heureusement, des milliers d'autres personnes ont maigri en faisant les bons exercices, c'est-à-dire en respectant les règles de base qui permettent de s'attaquer

Une à deux séances d'exercice par semaine sont insuffisantes pour réduire sa masse grasse. En fait, on applique ici le principe des diètes hypocaloriques que l'on doit suivre tous les jours.

efficacement au surplus de gras. Rappelons ces règles de base.

Règle n° 1 : Démarrer progressivement pour ne pas se blesser ni se brûler physiquement, et pour préserver sa motivation.

Règle n° 2 : Faire les bons exercices, c'est-à-dire commencer avec des exercices généralisés de type aérobique, car ils activent, modérément, les grandes masses musculaires des membres inférieurs et du bassin, ce qui est suffisant pour dépenser pas mal de calories, mais surtout pour faire rouler plus vite le métabolisme. La marche rapide est un bon exemple d'exercice aérobique de démarrage si vous n'êtes pas en forme. Et rappelez-vous qu'une fois terminé, l'exercice aérobique continue à « chauffer » les cellules (métabolisme) pendant plusieurs heures, ce qui contribue à vous faire perdre des calories supplémentaires sans même que vous ayez à lever le petit doigt.

Règle n° 3 : Faire les bons exercices tous les jours ou presque. Si on veut commencer à observer sur son corps des résultats tangibles dans un délai raisonnable (de quatre à six semaines). Une ou deux séances d'exercice par semaine sont insuffisantes pour réduire sa masse grasse. En fait, on applique ici le principe des régimes hypocaloriques que l'on doit suivre tous les jours.

Règle n° 4 : Se rappeler que nous ne sommes pas égaux devant la calorie. Vous avez sûrement observé ce phénomène : deux personnes suivent le même plan pour maigrir mais n'obtiennent pas, à la

fin, la même perte de poids. L'une pourra avoir maigri plus que l'autre. Les recherches du Dr Claude Bouchard, à l'époque où il était chercheur à l'Université Laval, ont validé scientifiquement ce constat. Soumis au même programme d'exercice, de vrais jumeaux perdaient sensiblement le même poids, tandis qu'il y avait des écarts importants entre des non-jumeaux. Ces résultats laissent supposer que des facteurs génétiques influencent la rapidité avec laquelle une personne peut perdre ou gagner du poids. Néanmoins, si votre plan d'exercice est bon et que vous le suivez à la lettre, vous maigrirez, même si ce n'est pas au même rythme que l'autre qui fait exactement la même chose que vous.

Vous voulez poser une question à Richard Chevalier ? Il attend votre courrier à actuel@lapresse.ca ou à Richard Chevalier, Actuel, La Presse, 7, rue Saint-Jacques, H2Y 1K9.

Courrier

Q J'ai 54 ans et je trouve difficile de toujours essayer de recommencer à m'entraîner. Je me demandais s'il existe ici ou ailleurs des endroits genre camp d'entraînement pour quelqu'un qui veut se remettre en forme. Je pense à une remise en forme avec repas santé, etc. Ça peut être de jour à Montréal ou à l'extérieur. Merci de votre réponse.
- J. Leduc, Brossard.

R Le YMCA du Grand Montréal (514-849-5331), le CEP SUM ou Centre d'éducation physique et des sports de l'Université de Montréal (514-343-6150) ou encore les Centres d'activités physiques des cégeps de la région de Montréal (Ahuntsic, Maisonneuve, Bois-de-Boulogne, Vieux-Montréal, Édouard-Montpetit, Montmorency), qui offrent différentes formules de mise en forme.

COMMENT L'EXERCICE FAIT MAIGRIR

À court terme, l'exercice nous fait certes perdre du gras en rétablissant un équilibre entre l'apport et la dépense de calories. Mais à moyen et long terme, l'exercice nous garde maigres en réveillant un métabolisme de base endormi par la vie sédentaire, en préservant notre masse musculaire, en réduisant le taux sanguin de leptine (hormone qui régularise l'appétit) et en favorisant la combustion (oxydation) des graisses.

À VENDRE À LOUER IMMOBILIER

145 CONDOMINIUMS COPROPRIÉTÉS
AUX DAUPHINS SUR LE PARC
145, au 28e, orientation Sud-Ouest. Vue exceptionnelle sur la montagne et Centre-Ville.

147 CHALETS
SUTTON, près des pentes, 3 ch., tout équipé, Internet haute vitesse.

148 CHAMBRES PENSIONS
BOISÉ NOTRE-DAME
Laval Centre, condo neuf, béton, 4%, ascenseur, gar., a/c central.

149 PROPRIÉTÉS
CENTRE-VILLE, condo neuf, 20e, 1 ch., stat. int., piscine, sd/exercices.

152 GARAGES À LOUER
ENTREPOSAGE auto, garage chauffé, saison hiver, 5 choix d'emplacements.

155 SOUS LOCATION
CARTIERVILLE, 3%, balcon, confortable, déc.-avril, 690 \$, 1 mois gratuit.

156 APPARTEMENTS MEUBLÉS À LOUER
AHUNTSIC, cond. de luxe, 3% meublé, gar. int., à côté André Grasset.

157 CHALETS
3 CHALETS À STE-ADELE
Avec option d'achat. Saisonnier ou à l'année.

158 CHALETS
À MONT-TREMBLANT
10 min. des pentes, meublé, très propre, 2 ch., foyer, 1er nov. gratuit.

159 CHALETS
À TREMBLANT, bord lac, 3 ch., 1898-688-3347

160 CHALETS
AUSTIN, à 10 min. d'Orford Magog, 3 ch., saison/mois sem.

161 CHALETS
BORD DE L'EAU, rivière St-François, maison de ferme équipée, idéal kit de fond, raquette et repos.

162 CHALETS
CHALET NEUF meublé au lac Libby, près d'Orford et St-Bromont.

163 CHALETS
CHARLEVOIX, vue fleuve Lac-Fox, 418-435-3810

164 CHALETS
CHERTSEY, au bord de l'eau, Lac Beaulac, à 5 min. de ski.

165 CHALETS
ESTRIE, entre Sutton - Owl's Head - Jay Peak, saison, 514-721-7655

166 CHALETS
LAC BRÔME, 15 min. ski, cott. équipé, 2 ch., non fumeur, triq. début nov.-avril.

167 CHALETS
LAC BRÔME, chalet bord de l'eau, près pistes de ski, tout équipé, saison.

168 CHALETS
LAC NOIR, St-Jean-de-Matha, 5 ch., foyer, saison complète.

169 CHALETS
MONT-TREMBLANT, luxueux, meublé, 3 ch., 2 s/bains, foyer, près pentes.

170 CHALETS
MT-GABRIEL, Haut des pistes, maison toute équipée, 3 ch., 2 s/bains, grand sol fini.

171 CHALETS
MT-ORFORD, 4 min., 3 ch., a/c, 1 s/bain, saison, 514-297-0239

172 CHALETS
SAINT-SAUVEUR, 2 ch., foyer, skieur. Déblaiement et chauff. compris.

173 CHALETS
STE-AGATHE, bord lac, 3 ch., 2 s/bains, 22 août-28 déc.

174 CHALETS
ST-HIPPOLYTE, bord lac, retiré, foyer, saison 3700 \$

175 CHALETS
ST-JOVITE, 20 chalets, foyer, plage, ski, patin 818-688-2809

176 CHALETS
ST-JOVITE, bord lac, 2-8 ch., équipé, plage, 819-425-3900

177 CHALETS
STONEHAM, chalets équipés, 2-3-4 ch., + de 40 unités.

178 CHALETS
ST-SAUVEUR, suisse, 4 ch., 2 s/bains, 2 salons, 1er nov. inclus.

179 CHALETS
SUTTON, en montagne, vue magnifique, 2 ch., foyer, équipé.

MARCHANDISES & SERVICES

203 AUDIOVISUEL
ACHÉTERAIS appareils photo + acc. Leica, Hasselblad, Nikon et autres.

205 INSTRUMENTS DE MUSIQUE
Achète-rais HARPE CELTE minium de 30 cordes.

206 MEUBLES ÉLECTROS
PIANO À OUEUE, Kawai 1985, 5 pi neuf, refait à neuf.

207 MEUBLES ÉLECTROS
SET S/DINER, set cuisine, sofas; set ch. à c. pour jeune; etc.

208 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

209 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

210 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

211 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

212 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

213 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

214 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

215 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

216 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

217 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

218 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

219 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

220 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

221 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

222 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

223 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

224 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

225 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

226 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

227 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

228 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

229 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

230 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

231 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

232 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

233 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

234 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

235 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

236 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

237 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

238 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

239 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

240 ANTIQUITÉS OUVRES D'ART BIJOUX
ACHAT ANTIQUITÉS meubles, vaisselle, tableaux, etc.

OFFRES D'EMPLOI

319 VENTE COMMERCE
CONSEILLÈRE(F) FUNÉRAIRE
avec exp., temps plein. Leila candidat(e) bilingue.

320 VENTE COMMERCE
NOUVEAU CONCEPT Chef de cuisine
Avec connaissance en cuisine bistro, fusion, française.

321 HÔTELLERIE RESTAURATION ALIMENTATION
UNIVERS RESTO-BAR, Laval • Barman(maid); • Cuisinier (ère).

322 HÔTELLERIE RESTAURATION ALIMENTATION
BARMAN/MAID / Serveur/les cours et emplois (depuis 1981) www.ecoledesmaitres.com

323 HÔTELLERIE RESTAURATION ALIMENTATION
CAFÉ CHERRIER cherche cuisinier(e) connaissance en petit déjeuner.

324 HÔTELLERIE RESTAURATION ALIMENTATION
CHEF DE SOIR, Bistrot français Centre-Ville.

325 HÔTELLERIE RESTAURATION ALIMENTATION
CHEF SUSHI, serveur(euse) assistant-gérant(e), busby, bar-maid.

326 HÔTELLERIE RESTAURATION ALIMENTATION
WAL-MART CANADA, région Laval-Mtl recherche candidates de plancher.

327 EMPLOIS DIVERS
JEAN COUTU Commis de réception, temps plein, min. 1 an d'expérience.

328 EMPLOIS DIVERS
GÉRANT(E) demandé(e) avec exp. Compagnie en croissance.

SERVICES PERSONNELS

406 LIGNES DE RENCONTRES
LAVALIFE
Là où les gens cliquent. Appelez maintenant pour rencontrer des centaines de personnes dans la région de Montréal.

407 LIGNES DE RENCONTRES
MASSOTHÉRAPIE SOINS, PRODUITS-NATURELS
2ième vie, filles chinoises, propre, bonne ambiance.

408 LIGNES DE RENCONTRES
AMBIANCE CHALEUREUSE
Professionnel. Stat. et reçu. * 514-932-1299 *

409 LIGNES DE RENCONTRES
ATTENTION 45 \$/h. Centre de massage chinois par spécialistes orientaux.

410 LIGNES DE RENCONTRES
DONNER ET RECEVOIR ANGE MASSAGE THAI 4 mains.

411 LIGNES DE RENCONTRES
EXCELLENT massage suédois, chinois, réflexologie.

412 LIGNES DE RENCONTRES
L'LINE EXOTIQUE c'est unique 5 min centre-ville, stat. gratuit, reçu, massage.

413 LIGNES DE RENCONTRES
MASSAGE SHIATSU
Bain chinois, 450-448-7575 climatisé, www.smnv.ca

414 LIGNES DE RENCONTRES
NOUVEAU Centre Massage, mont Charlevoix, massage chinois, th. et 4 mains.

415 LIGNES DE RENCONTRES
NOUVEAU, exc. massage chinois, th. stat. gratuit.

416 LIGNES DE RENCONTRES
NOUVEL endroit, excellent massage chinois / californien / japonais.

417 LIGNES DE RENCONTRES
STUDIO AGAPAE, massages prof. chinois, suédois, exc. service, stat. gratuit.

418 LIGNES DE RENCONTRES
UNIQUE th. suédois, reçu, th. chinois, suédois, exc. service.

419 LIGNES DE RENCONTRES
VOUS méritez d'être traité comme un roi.

VÉHICULES AUTOMOBILES

501 AUTOMOBILES
VOLVO
D'OCCASION CERTIFIÉE
C170 HT *22 900 \$
C20 X40 AWD *19 900 \$

502 AUTOMOBILES
AUDI A4 3.0 2004, Cabrio A1, 41 500 \$.

503 AUTOMOBILES
AUDI A6 2005, 70 000 km, noire int. amareto, tout équipé.

504 AUTOMOBILES
AUDI A6 Quat. 3.0L 03, Gar. Audi, 6 ans/120 000 km incl.

505 AUTOMOBILES
AUDI A8 2002 à 2006-11ccy, 45 en inventaire.

506 AUTOMOBILES
AUDI A4 3.0 2004, Cabrio A1, 41 500 \$.

507 AUTOMOBILES
AUDI A6 2005, 70 000 km, noire int. amareto, tout équipé.

508 AUTOMOBILES
AUDI A6 Quat. 3.0L 03, Gar. Audi, 6 ans/120 000 km incl.

509 AUTOMOBILES
AUDI A8 2002 à 2006-11ccy, 45 en inventaire.

510 AUTOMOBILES
AUDI A4 3.0 2004, Cabrio A1, 41 500 \$.

511 AUTOMOBILES
AUDI A6 2005, 70 000 km, noire int. amareto, tout équipé.

VÉHICULES AUTOMOBILES

501 AUTOMOBILES
Hyundai Accent 2005
16955\$ PDSM
9995\$

502 AUTOMOBILES
Hyundai Elentra 2002
5885\$
0\$ comptant disponible

503 AUTOMOBILES
Chevrolet Cavalier 2003
5950\$
0\$ comptant disponible

504 AUTOMOBILES
Ford WindStar 2002
6490\$
0\$ comptant disponible

505 AUTOMOBILES
Chrysler Sebring 2006
26775\$ PDSM
13395\$

506 AUTOMOBILES
Hyundai Santa Fe 2002
8790\$
0\$ comptant disponible

507 AUTOMOBILES
Chevrolet Uplander 2005
29140\$ PDSM
14390\$

508 AUTOMOBILES
Hyundai Sonata 2006
24640\$ PDSM
18390\$

509 AUTOMOBILES
Dodge Durango 2006
43920\$ PDSM
24990\$

510 AUTOMOBILES
Honda Civic 2002
9995\$
0\$ comptant disponible

511 AUTOMOBILES
Honda Accord 2002
12990\$
0\$ comptant disponible

512 AUTOMOBILES
Dodge Caravan 2005
11490\$
0\$ comptant disponible

513 AUTOMOBILES
Chrysler Pacifica 2004
16990\$
0\$ comptant disponible

514 AUTOMOBILES
Cadillac SRX 2006
39900\$

515 AUTOMOBILES
Mercedes ML500 2005
44990\$

516 AUTOMOBILES
BMW 325xi 2003
27988\$

517 AUTOMOBILES
BMW 323i 1999, noir int. cuir, gr. élect. complet.

518 AUTOMOBILES
BMW 325 Cabrio 04 60000km aut. 2.9% gar. 160 000 km.

519 AUTOMOBILES
BMW 325i 2004, 23 000 km, man., 5 vit., noire, xenon, 8 pneus.

520 AUTOMOBILES
BMW 325xi 03-04 aut et man. 2.9% garantie 6 ans 160 000 km.

521 AUTOMOBILES
BMW 320i 2000, aut, 94 108 km, tout équipé, bleu.

522 AUTOMOBILES
BMW 330 Cab 2004, 31 000 km, gar. 6 ans 120 000 km 2.9%.

523 AUTOMOBILES
BMW 320xi 03-04 aut et man. 2.9% garantie 6 ans 160 000 km.

524 AUTOMOBILES
BMW 330xi 05, MPackage, aut, GPS, 11 500 km, garantie.

525 AUTOMOBILES
BMW 330i 2003, 21 000 km, noir, cuir, mag. 207-340 HP III.

526 AUTOMOBILES
BMW 325i 03-04 aut et man. 2.9% garantie 6 ans 160 000 km.

527 AUTOMOBILES
BMW 320i 2000, aut, 94 108 km, tout équipé, bleu.

528 AUTOMOBILES
BMW 330 Cab 2004, 31 000 km, gar. 6 ans 120 000 km 2.9%.

529 AUTOMOBILES
BMW 320xi 03-04 aut et man. 2.9% garantie 6 ans 160 000 km.

530 AUTOMOBILES
BMW 330xi 05, MPackage, aut, GPS, 11 500 km, garantie.

531 AUTOMOBILES
BMW 330i 2003, 21 000 km, noir, cuir, mag. 207-340 HP III.

532 AUTOMOBILES
BMW 325i 03-04 aut et man. 2.9% garantie 6 ans 160 000 km.

533 AUTOMOBILES
BMW 320i 2000, aut, 94 108 km, tout équipé, bleu.

534 AUTOMOBILES
BMW 330 Cab 2004, 31 000 km, gar. 6 ans 120 000 km 2.9%.

535 AUTOMOBILES
BMW 320xi 03-04 aut et man. 2.9% garantie 6 ans 160 000 km.

536 AUTOMOBILES
BMW 330xi 05, MPackage, aut, GPS, 11 500 km, garantie.

537 AUTOMOBILES
BMW 330i 2003, 21 000 km, noir, cuir, mag. 207-340 HP III.



VÉHICULES AUTOMOBILES 500

PROTÉGÉ 5 2003, bleu, laser, a/c, CD, gr. élect. seul. 13 950 \$ ALBI L'Entrepôt 450-474-2222
PT CRUISER décap. 2005-06, garantie, très bas km, www.cloginor.com 1-866-487-7711
RSX Type S 2003, man. 6 vit., cuir, toit ouvrant, faut voir! ALBI LE GÉANT, 514-593-1411
RX-8 GT 2004, man. 6 vit., argent, cuir, toit, gr. élect. ALBI LE GÉANT 514-593-1411
SENTRA GXE 03, aut., a/c, bas km, faut voir! 12 950 \$ ALBI LE GÉANT 514-593-1411
SENTRA SER SPEC-V 04, man. 6 vit., rouge, impeccable ALBI LE GÉANT 514-593-1411
SONATA GLX V6 2004 (CUJIR) 42 000 km, (gar. 7 ans), a/c, +, 16 500\$ nég. 450-652-3550
SPECTRA 5 EX 2006, aut. a/c, 15 687 km ALBI LE GÉANT 514-593-1411

SUBARUCAR.NET

Outback Impreza Legacy CAA vente service 1-877-822-7805
SUBARU Forester Ltd 02, aut., toit, moteur neuf 0 km. Outback 01, 5 vit. CL Inc 450-430-3556
SUBARU Impreza 2.5 TS 03, SE, 5 portes, 92 000 km, pneus d'hiver inclus, 450-649-4870.
SUBARU Impreza Outback Sport 2004, 69 000 km, man., gris, 18 500 \$, 450-431-0852.
SUNFIRE 2004, noir, man., a/c, comme neuve, 48 000 km. ALBI LE GÉANT 514-593-1411
TOYOTA Echo 02, 4 ptes, 5 vit., 89 000 km, gar. prolongée, 1 proprio, superbe! 514-344-1664.
VOLKUS Beetle GLS 99 man. 143 000 km, pneus hiver, 7300\$ 514-238-9814, 450-645-9320.

VOLKUS GOLF, 2005, TDI, GLS, 5 portes, 29 000 km Auto Metz 450-622-4666

VOLKUS GOLF GTI VR6 2001, man. cuir, mags 177, prix réduit, a/c, bas km, 514-567-6226
VOLKUS GTI 1.8 T 01, 95 000 km, 1 proprio, 8 pneus. Accidentée, réparée, toujours entretenue chez VW. 9500\$. 514-288-9195

VOLKUS Jetta 2000, TDI (diesel), 4 ptes, aut., tout élect., a/c, 1 proprio, impecc. 514-515-8229.
VOLKUS Jetta fam. TDI 2004, tout équipée, 111 000 km, 18 900 \$, 514-844-3031 soir

VOLKUS Jetta TDI fam. 2004, 5 vit. vit. toit, mags, 450-430-1460.

LAUZON.QC.CA

VOLKUS Passat 98, aut., toit, 4 roues hiver + été, mise au point récente, 176 000 km, 5200 \$, 450-471-9198.

VOLKUS Passat TDI fam. 05, aut., 68 000 km, 450-430-1460

LAUZON.QC.CA

Volvo Auto Avodic

VOLVO 2002 S60, 2.4T, 54 000 km, 17 900 \$, 02 XC70 96 000 km, 18 500 \$, 04 S60 2.5T 80 000km, 19 500 \$, 04 S60 T5 48 000 km, 26 900 \$, 04 S60 85 000 km, 18 900 \$, 02 S60 T5 62 000 km 18 500 \$ 514-381-5292 www.avodic.com

VOLVO, + de 30 disp./sem., à prix imbattable, impeccable, 514-381-5292 www.avodic.com

VOLVO DE BROSSARD

www.volvoebrossard.com 9425 Taschereau Brossard 450-659-6688 514-725-6688 Véhicules inspectés, Véhicules certifiés Volvo. Garantie prolongée Volvo 5 ans / 160 000 km. Financement à partir de 2.8%

VOLVO

Plusieurs modèles Révisés et garantis Garage Blainville 450-434-1169 www.servicevolvo.com

VOLVO S40 04, aut., cuir, 45 000km, gar., reprise banque 18 995\$, CL Inc 450-430-3556.

VOLVO S70, 1998, man., tout équipée, 130 000 km, 8 pneus, cuir, 8200\$, 514-978-7700.

VOLVO S80 00, A-1, argent, 149 000 km, tout équipée, mags, 13 750 \$, 514-273-6629.

VOLVO S80 2001, aut., sable, int. cuir, A1, entretien Volvo. A voir! 14 250 \$, 450-461-3972.

VOLVO V70 Turbo 01, tout équipé, cuir, 8 pneus, 105 000 km 13 900 \$, maladie, 514-993-3284

VOLVO XC70 01, 125 000 km, A1, couleur java, cuir beige, 16 800 \$, 450-444-3985, soir.

VOLVO XC70 2002, cond. A-1, 4 CD, toit, cuir etc., 15 500 \$ 175 000 km, 514-820-5113

VOLVO XC-70 2006, 1600 km, 5 cyl., turbo, 4x4; tout équipée. 46 000 \$, 514-866-9114 jour. 450-248-7261 soir.

502 VÉHICULES 5000 \$ ET MOINS

BUICK Regal LTD 1994, tout équipée, bon état, 3000 \$, 450-653-3581.

BUICK Riviera 1995, A1, tout équipé, 3500 \$. Patrice 514-527-6513.

CHEV Caprice Classic 89, méc. + cond. A1; 144 000km, a/c, vitre élect. 2900\$. 514-943-7799

CHEVROLET Beretta 95, aut., a/c, 140 000 km, 2 ptes, rouge, 1800 \$ nég., 514-237-2750.

CHEVROLET MALIBU 98, 159 000 km, démar., toit ouvrant, A-1, 3600 \$, 514-863-8073

CHEVROLET Venture LS 99, aut., a/c, rég. de vit., tout équipé, 3500 \$ nég., 514-483-5155.

CHRYSLER Cirrus LX1 1995, tout équipé, V6, 179 000 km, 2600 \$, 514-886-0463.

CHRYSLER Intrepid 1996, tout équipé, a/c, 71 000 km, pas d'hiver, méc. A-1, un proprio, 3690 \$, 514-515-8229.

CHRYSLER Sebring LX 2001, 2 ptes, aut., a/c, tout équipé, A1, 4900 \$, 514-886-0463, crtr.

DAEWOO Nubira SX 99, 4 ptes, aut., tout équipé, 97 000 km, 3900 \$, crtr, 514-886-0463.

FORD Escort 98 SE fam. aut., grille pour l'hiver, impeccable, gr. élect. 2600\$. 514-493-9800

FORD Escort fam. 96, tout équipé, 151 000 km, man. impéc. a/c, 2600\$ crtr 514-886-0463

FORD Focus 00, 4 ptes, 123 000 km, man. impéc. gar. disp. 4295\$. 514-592-9300.

FORD Focus SE 2000, aut., 4 ptes, 4 cyl. 139 000 km, a/c, CD, siège rabattable. Superbe! Une proprio, 4900 \$ 514-583-4554

FORD Taurus 97, aut., tout équipé et élect., a/c, méc. A1, pas de rouille 146 000km, 1 proprio, 2900\$, 514-515-8229.

FORD Windstar GL 98, aut., tout équipé, sièges capitonnés 132 000 km, 1 proprio, tout impecc., 3700 \$, 514-944-9511.

HONDA Civic CX 95, man., 154 000 km, anti-rouille, 4000\$, femme proprio, 514-935-3276.

HONDA Civic CX 97, noire, man., 3 ptes, A-1, 150 000 km, 4200 \$, 450-922-4914.

509 PIÈCES ET ACCESSOIRES

GROS inventaire d'hiver, pneus, jantes, neufs/usagés. Réparer, polir mags, 450-435-3561

600 LOISIRS ET VÉHICULES RÉCRÉATIFS

667 VÉHICULES RÉCRÉATIFS

PROWLER 1995, 6 pers. a/c, douche, four, seul, 9950 \$. ALBI LE GÉANT 514-593-1411

710 OCCASIONS D'AFFAIRES

ACHÉTERAIS, entreprise de création de sites web. Montréal ou Rive-Sud. Martin 450-676-5454 martin@vaskey.com

Bienvenue aux retraités

CAMELOTS, ADULTES AVEC VOITURE demandés, à temps partiel, pour la livraison de LA PRESSE à domicile

• Rémunération à commission Dans les secteurs suivants

- Dollard-des-Ormeaux
• Pierrefonds
• Côte St-Luc

Responsabilités

- Livraison de La Presse devant être effectuée avant 6 h 30 le matin, du lundi au vendredi, et avant 8 h, le week-end.
• Perception des abonnés.

Pour joindre l'entrepreneur de votre région,

M. David Huneault

composez le (514) 271-0034

Courriel : dhuneault@lapresse.ca

3441 533

DÉCÈS, PRIÈRES, REMERCIEMENTS

INDEX DES DÉCÈS

FROMENT, Guylaine

Rosemère
GRUTMAN, Henri
St-Mathias-sur-Richelieu
MOUCHBAHANI, Michel
Montréal

N'oubliez pas de commander votre signet. Laissez vos coordonnées au 514-285-6816 (un signet par annonce) cyberpresse.ca/necrologie



FROMENT, Guylaine 1961 - 2006

De Rosemère, le 8 novembre 2006, à l'âge de 45 ans, est décédée madame Guylaine Froment, conjointe de M. François Provost. Outre son conjoint, elle laisse dans le deuil ses enfants Alexandra et Olivier, son père Guy Froment, ses beaux-parents Maurice Provost et Denise Beauchamp, ses beaux-frères, belles-sœurs, ses neveux ainsi que plusieurs autres parents et amis. La famille recevra les condoléances le mardi 14 novembre dès 13 h en l'église Ste-Françoise Cabrini, 210, de l'Église, Rosemère, suivies des funérailles à 13 h 30. Des dons à l'hôpital Juif de Montréal ou à la Société canadienne du cancer seraient appréciés.

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

BMW X5, 03, 3 litres 65 000km, gar. 6 ans 2.9% 160 000 km Park Avenue BMW 450-445-4555 514-875-4415

BMW X5 04, 3L, 3 ans service, 48 000 km, gris, impéc. + options 40 000 \$, Charles, 514-483-6686

CADILLAC Escalade 05, gar. GM, bas km, véhicule canadien, nég. www.cloginor.com 1-866-497-7711

CORVETTE 2006, 7500 km, noire-noire, targa, 6 vit., 54 000\$, 514-592-4077.

CRV LX 4x4 2003, 4 cyl., a/c, bien équipé, 51 000 km. ALBI LE GÉANT 514-593-1411

CUBE FORD F-350, 1994, diesel mécanique A1, 514-725-4685

DODGE 2003-04 Ram 1500 Quad 4x4, bas km, nég., www.cloginor.com 1-866-497-7711.

DODGE Durango 4x4 03-05, garantie, très bas km, www.cloginor.com 1-866-497-7711

DODGE Grand Caravan 06 stow n go, siège élect. cond. mag 20 500\$ 514-968-9888 crtr

DOMPEUR, Ford 350 1993, 6 roues, diesel aut. 160,000 km, bon état. 514-592-7979.

ENVOY XL Denali 2005, tout équipé, pneus d'hiver, CD/DVD et gar. prol. 19 000 km. Transfert de bail (32 mois), paiement mensuel 786 \$, 514-574-9809.

FORD F150, F250, F350, 4x4 2003-04-05, très bas km, nég. www.cloginor.com 1-866-497-7711

FORD Windstar lx 99, tout équipé, alarme, démar. 112 000km 5500\$ nég450-839-6011

HONDA Odyssey EXL 2003, DVD, gris, 121 000 km, exc. cond. 18 450 \$. 514-702-8115.

INFINITI FX35 2003 tout équipé + "technology pack" (GPS); cuir. Impec. Grise, int. noir. Méc. A1. Transmission Hybride, 8 pneus. 39 000 \$. 514-244-1844

JEEP TJ SPORT 2003, 6 cyl., man. radio CD, 64 000 km ALBI LE GÉANT 514-593-1411

LEXUS RX330 '05, 15 000 km argent, cuir beige, garantie, 42 000\$, 514-592-4077.

MAZDA 5 GT 06, 6 passagers a/c, gr. élect., toit, 25 000 km ALBI LE GÉANT 514-593-1411

MAZDA 5 GT 2006, 6 passagers, a/c, gr. élect. seul, 800km!! ALBI L'Entrepôt 450-474-2222

MERCEDES ML320 '00, A1, gar. Mercedes 117 000 km, tout équipé, 16 000\$, 514-487-3431

MERCEDES ML 320 2000 Elegance, vert pneus neufs dame proprio 18 900\$ 514-945-2224

MPV DX 2003, 6 cylindres, 3.0L 7 passagers, impeccable. ALBI LE GÉANT 514-593-1411

MPV LX 2002, 3.0 L a/c, CD bien équipé, seul. 56 000 km ALBI LE GÉANT 514-593-1411

NISSAN Pathfinder 1999, 5 vit., certifié CAA Qc, 80 200 km, A-1, 10 250 \$, 514-522-6328.

NISSAN QUEST SL 2004, IMPECCABLE faites vite!! ALBI LE GÉANT 514-593-1411

RANGER EDGE 2004, 6 cyl., man. a/c, clim., 14 950 \$ ALBI LE GÉANT 514-593-1411

RANGER XLT 4x4 2004, aut., moteur 4L, bed, a/c, 45 000km, ALBI L'Entrepôt 450-474-2222

SEDONA EX 2002, 49 000 km, bien équipé, seul. 10 950 \$. ALBI LE GÉANT 514-593-1411

SORENTO LX 2003, 4x4, très bien équipé, 58 000 km ALBI L'Entrepôt 450-474-2222

TOYOTA Highlander '03, V6, AWD, 60 000 km, argent, état A-1, 25 000 \$, 450-447-3188.

TOYOTA Sienna CE 2005 30 000 km, bal, garantie Park Avenue BMW 450-445-4555 514-875-4415

TRACKER 2003, noir, automatique, impeccable. Faut voir ALBI L'Entrepôt 450-474-2222

TRIBUTE GS 2005, 6cyl., titane, a/c, gr. élect. comme neuf ALBI LE GÉANT 514-593-1411

TRIBUTE GX 2006, 4 cyl., seulement 3000 km!! Sauvez \$\$\$ ALBI L'Entrepôt 450-474-2222

TUCSON GLS 4RM 2006, 6cyl., bien équipé, marche pied ALBI LE GÉANT 514-593-1411

VUE 2003 AWD, aut., a/c, bien équipé, économique ALBI L'Entrepôt 450-474-2222

700 AFFAIRES

ACHÉTERAIS, entreprise de création de sites web. Montréal ou Rive-Sud. Martin 450-676-5454 martin@vaskey.com

Conférence Conférence Conférence

Les Auberges du coeur www.aubergesducoeur.com

Maisons d'hébergement pour jeunes en difficulté et sans abri

4001



GRUTMAN, Henri 1925 - 2006

De St-Mathias-sur-Richelieu, le 11 novembre 2006, à l'âge de 81 ans, est décédé M. Henri Grutman, époux de Mme Elza Haumont. Outre son épouse, il laisse dans le deuil ses enfants, Béatrice, Fabien (Marie-Andrée Fontaine), Sabine (Yves Vigneault) et Ludger (Diane Côté), ses petits-enfants, Alexandrine, Vanessa, Caroline, Virginie et Etienne, ses frères et soeur, René (Jeanne Collinge), Maggy (Alphonse Juprelle) et Nicolas (Annie Juprelle), ses nombreux neveux et nièces, autres parents et amis. Il est exposé au:

DESNOYERS

Complexe Funéraire 1981, Boul. de Périgny, Chambly

Tél: (450) 658-8551 Fax: (450) 658-1397 sympathie@maison-desnoyers.com

Visites: mercredi de 14 à 17 heures et de 19 à 22 heures, jeudi dès 9 h 30. Les funérailles seront célébrées le jeudi 16 novembre à 11 heures en l'église de St-Mathias-sur-Richelieu, suivies de l'inhumation. Des dons à Amnistie Internationale seraient appréciés.

Complex funéraire régional Guay inc. 418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère

418, boul. Labelle (angle autoroute 640) Rosemère</

Faim extrême!



PHOTO CATHAL MCNAUGHTON, AP

Le pélican blanc du parc St. James à Londres, sur le point d'avaler son repas... un pigeon biset bien dodu.

LE CARNET D'OBSERVATION



PHOTO PRISE PAR CLAUDINE BESSE. Junco ardoisé.

Migrateurs à l'île Sainte-Hélène

Pour les observateurs d'oiseaux, l'île Sainte-Hélène peut s'avérer un lieu de choix en novembre. La présence du fleuve semble créer un microclimat qu'affectionnent certains migrateurs de passage. Par exemple, cette semaine, on pouvait y voir une paruline vermorelle et une paruline grise, deux espèces exceptionnelles au Québec. Elles ont été signalées à deux pas du restaurant Hélène de Champlain. Autres migrateurs toujours présents ces derniers jours : paruline à croupion jaune, merle, grive, grimpeur, roitelet, pic maculé, pic flamboyant, junco, jaseur, plusieurs bruyants, etc. À 10 minutes du centre-ville en métro. Qui dit mieux?



PIERRE GINGRAS À TIRE-D'AILE

La scène, captée sur le vif, a fait le tour du monde presque instantanément. Ce n'est pas tous les jours que l'on peut observer un placide pélican blanc – pris soudainement d'une furieuse envie d'un gras-souillet pigeon –, se mettre à table sans aucune retenue dans le parc St. James, au centre de Londres, à deux pas du palais de Buckingham.

Devant des promeneurs, n'écoulant que son estomac, le grand oiseau à la démarche dandinante s'est précipité sur un pigeon qui se tenait tout près, l'a saisi de son énorme bec pour ensuite le faire disparaître dans sa poche gulaire. Le palmipède s'est ensuite dirigé calmement vers l'étang, situé à proximité, non sans que le pigeon ne se débâte durant une vingtaine de minutes, jusqu'à ce que déglutition s'ensuive. « Very shocking! » se sont exclamés plusieurs promeneurs et touristes qui ont assisté à la scène. Le repas inusité a d'ailleurs été présenté au *Téléjournal* de Radio-Canada. Une vidéo montrant une scène semblable au même endroit est aussi accessible gratuitement sur plusieurs sites Internet, donc YouTube. Il suffit de cliquer « white pelican » sur un site de recherche. Impressionnant à voir!

Acquis par Henri VIII en 1532 afin d'en faire une chasse gardée, le grand domaine fut ultérieurement

aménagé en parc. Les premiers pélicans devaient y faire leur apparition quelque 130 ans plus tard sous le règne du jeune roi Charles II, un cadeau de l'ambassadeur de la Russie. Aujourd'hui, le parc St. James héberge quatre pélicans blancs et un pélican brun, une espèce du Nouveau Monde, des oiseaux d'élevage aujourd'hui très familiers. Nourris tous les jours sur la place publique, ils sont devenus de véritables attractions touristiques. D'ailleurs, le com-



PHOTO BEVERLY JOUBERT, GETTY

Le pélican blanc est considéré comme l'oiseau ayant la plus grande envergure d'ailes au monde.

portement du mangeur de pigeon étonne d'autant plus que les grands pélicans avalent environ un kilo de poissons par jour.

Pourtant, si le régime alimentaire du pélican blanc est normalement constitué de poissons, à l'instar d'ailleurs des cinq autres espèces de pélicans dans le monde, il existe des exceptions à la règle. Selon des données de l'Université du Cap, en Afrique du Sud, la population de pélicans à l'ouest du Cap est surveillée attentivement par les biologistes justement à cause de leur

prédation aux dépens de certaines espèces d'oiseaux qui nichent dans les mêmes colonies. Par exemple, les pélicans ont avalé à maintes reprises des œufs et des oisillons de cormorans, de goélands et de sternes. En 2001, indique la biologiste Marta de Ponte Machado, la colonie de sternes huppées de l'île Dassen a finalement déménagé parce que tous les petits avaient été dévorés par des pélicans.

Les chercheurs ont d'ailleurs constaté que l'oiseau s'est adapté

merveilleusement à l'industrie agricole locale en s'alimentant régulièrement de déchets d'abattoir sur les fermes avicoles. D'ailleurs dans la région, les bébés pélicans sont nourris presque exclusivement de poulet au lieu de poissons, un régime alimentaire très riche qui serait en partie responsable de l'essor démographique de l'espèce dans ce coin de pays.

Après l'incident de Londres, plusieurs observateurs ont raconté avoir vu, au cours des années, les pélicans du parc avaler des pigeons

et même un canard.

Sac gulaire d'une capacité de 12L

Le pélican blanc (qu'il ne faut pas confondre avec le pélican d'Amérique que l'on peut observer de temps à autre dans la région de Montréal) est en déclin un peu partout dans son aire de distribution, exception faite de la région du Cap. Considérée comme l'espèce ayant la plus grande envergure d'ailes avec certains albatros – on parle de 3,6 m –, cet oiseau est répandu dans certains pays de l'Europe de l'Est (Roumanie et Grèce), dans plusieurs régions d'Asie et en Afrique. La population africaine était récemment estimée à environ 70 000 individus. Les oiseaux nordiques migrent vers le Sud pour passer l'hiver. Cette espèce affectionne souvent l'intérieur des terres, soit les lacs, marais et marécages, des endroits où la profondeur de l'eau est limitée. Elle vit et niche en colonie. Chaque couple produit deux œufs par année, mais habituellement un seul petit survit.

Sauf ses ailes qui sont noires, son plumage est blanc, son bec jaune et gris bleuté, à l'extrémité rouge, et son sac gulaire jaune ou orangé. Son régime alimentaire est composé à 90% de poissons qu'il pêche souvent en groupe, plusieurs oiseaux faisant front commun pour apeurer leurs proies et les chasser vers le rivage où elles seront plus faciles à capturer en raison de la faible profondeur de l'eau. Sa poche gulaire spectaculaire a une capacité d'une douzaine de litres. Le palmipède peut y stocker près de quatre kilos de nourriture, au moins... quatre ou cinq pigeons dodus.



Les nids du mont Saint-Bruno

Les naturalistes du parc national du Mont-Saint-Bruno vous invitent, comme à chaque année, à profiter du couvert dénudé pour découvrir les nids d'oiseaux et identifier leurs anciens propriétaires. Cette activité a lieu tous les dimanches de novembre. De 10h à 11h30, les participants se rendent sur le terrain en compagnie d'un expert. Ensuite, ils sont conviés à visiter une exposition d'une vingtaine de nids dans la salle du Vieux-Moulin, situé près du lac du même nom. Les frais pour la randonnée sont de 6\$ pour les adultes et de 3\$ pour les enfants, taxes en sus. Pour info: 450-653-7544 ou www.parcquebec.com.

11 NOVEMBRE

En hommage aux vétérans à plumes



DR FRANÇOIS LUBRINA LES ANIMAUX

Place de la Confédération, à Ottawa, se dresse un monument de granit mesurant 21 m de haut, entouré de 22 figures en bronze de 2,44 m chacune. La plus imposante de ces statues, qui commémorent la Première Guerre mondiale, est un cavalier à cheval. Outre les poilus, de nombreux soldats « à poil », en effet, appartenant à la Brigade de cavalerie canadienne, sont morts au champ d'honneur lors de ce sanglant conflit. L'ultime mission canadienne à cheval s'est d'ailleurs déroulée lors de l'avance sur Mons, en 1918.

On peut aussi apercevoir, sur ce même monument, un membre du Corps canadien des transmissions. Outre le télégraphe et la radio, en effet, les 4000 militaires de ce corps d'élite firent grand usage de pigeons voyageurs pendant la Grande Guerre.

Difficile d'imaginer, en ce temps-là, et même jusqu'au milieu du XX^e siècle, un réseau de transmission militaire sans ces fidèles estafettes volantes. Les Américains, lors de la Deuxième Guerre



PHOTO MOHAMMED ZAATARI, AP

Une « escadrille » de pigeons survole le navire de guerre italien *San Marco*, actuellement au large du port de Naqoura, au sud du Liban.

mondiale, avaient jusqu'à 54 000 pigeons entraînés. Quant aux Anglais, ces as du renseignement, ils parachutèrent, entre 1940 et 1944, 16 554 pigeons voyageurs en France pour soutenir leurs services d'espionnage et faciliter leurs liaisons avec la résistance. Les Allemands durent même dresser des faucons pour intercepter ces *homing pigeons* en plein vol.

En 1917 et 1918, les pigeons voyageurs sont utilisés par toutes les armées. Le général Foch, fort satisfait de leurs performances, décide d'en munir systématiquement les trains, leshydravions de reconnaissance, les sous-marins... Selon le généralissime des armées alliées, en effet: « Seuls les pigeons voyageurs fonctionnent

régulièrement, malgré les bombardements, la poussière, la fumée ou la brume, et apportent, dans un délai relativement court, des précisions sur la situation des troupes engagées. »

Les armées françaises disposaient, le 11 novembre 1917, de 30 000 pigeons répartis dans 400 colombiers fixes ou mobiles. Il s'agissait, en fait, d'autobus à impériale judicieusement transformés...

Capables de parcourir 800 km en une journée, certains pigeons militaires accomplirent de véritables exploits. Ce fut le cas du « Vaillant », matricule 787.15, « fortement intoxiqué, (il) est arrivé mourant au colombier », conclut laconiquement le texte de cette même citation.

Et ce, « malgré les difficultés énormes résultant d'une intense fumée et d'une abondance de gaz », pour reprendre le texte de la citation par laquelle ce volatile sera honoré de l'Ordre de la Nation. Le message du chef de la garnison se lisait comme suit: « Nous tenons toujours, mais nous subissons une attaque par les gaz et les fumées très dangereuses. Il y a urgence à nous dégager... C'est mon dernier pigeon. » Coincés dans cette forteresse, les 300 hommes de la garnison, privés d'eau, subissant les gaz, les bombardements, le feu et une chaleur suffocante, en étaient réduits, pour se désaltérer, à boire leur propre urine ou à lécher l'humidité qui suintait des parois de la forteresse! Quant au matricule à plumes 787.15, « fortement intoxiqué, (il) est arrivé mourant au colombier », conclut laconiquement le texte de cette même citation.

Aujourd'hui, c'est peu de dire que le pigeon voyageur militaire est un oiseau rare! Mais, à une époque où les systèmes de transmission, même les plus sophistiqués, peuvent être piratés, la NASA a fort curieusement acheté des pigeons voyageurs à Roubaix pour lutter contre certaines « fuites ».

En France, il subsiste encore un ultime et fort curieux colombier militaire, celui du 8^e Régiment des transmissions, cantonné au fort du mont Valérien. Unique en

son genre, le Colombier militaire du mont Valérien est installé à Suresnes, le long de la Seine, en banlieue sud-ouest de Paris. Le Colombier militaire et le Musée colombophile militaire, qui renferment une mine de trésors historiques colombophiles, peuvent être visités gratuitement les mardis, mercredis et jeudis par groupes de 11 à 55 personnes, maximum. Il faut, au préalable, en aviser l'autorité militaire en communiquant avec l'adjudant Philippe Ouvrard au 0.11.33.1.41.44.52.13.

LE CONSEIL VÉTÉRINAIRE : SI VOTRE CHIENNE ATTEND DES PETITS

La vaccination est déconseillée pendant la gestation. Les produits antipuces ne sont pas souhaitables pendant l'allaitement. En cas de nécessité, prévoyez un traitement préventif pendant la gestation avec une molécule non tératogène (qui n'a pas d'effets nocifs sur l'embryon) ni embryotoxique. Nombre de vermifuges sont contre-indiqués pendant le premier mois de gestation. Au cours de la deuxième partie de la gestation (laquelle dure 63 jours au total) l'exercice physique devrait être limité. Le sport est contre-indiqué, tout comme les voyages en voiture, en train ou en avion. Pour la préparation du nid, prévoyez une grande corbeille confortable, une large boîte en carton ou bien un matelas, ainsi que des draps facilement lavables et des serviettes éponges. Placez-le tout près d'une source de chaleur.

TECHNAUTE /// JEUX VIDÉO



SOMMET DU JEU

PARTAGE D'EXPERTISE AU SOMMET

PHOTO ANDRÉ TREMBLAY, LA PRESSE ©

Pour la troisième année de suite, des centaines de concepteurs et d'artisans de l'industrie du jeu vidéo se sont donné rendez-vous dans la métropole à l'occasion du Sommet international du jeu de Montréal (SIJM), qui avait lieu mercredi et jeudi derniers au Palais des congrès.

FÉLIX LOCAS
COLLABORATION SPÉCIALE

L'événement a permis à quelque 900 professionnels de la création, de la conception et de la production de jeux vidéo de se réunir afin de brasser des idées et de partager leur expertise. Durant les deux jours que durait le Sommet, les participants ont eu accès à une cinquantaine de séances de formation, de conférences et d'ateliers.

Le SIJM est organisé par Alliance NumériQC, une association à but non lucratif qui vient en aide aux entreprises du multimédia au Québec.

Selon Jean-Pierre Faucher, directeur développement du partenariat d'Alliance NumériQC et directeur délégué de l'événement, la mission du SIJM est d'abord de « développer l'expertise locale et de stimuler l'esprit créatif, mais aussi d'attirer l'attention des entreprises et des médias étrangers sur ce qui se fait ici. Les entreprises de jeux vidéo du Québec réussissent donc à se faire voir, plutôt que d'être noyées dans des grosses foires commerciales à l'étranger ».

C'est à quel sujet?

Cette année encore, les conférences et ateliers proposés au SIJM abordaient des sujets très variés. Ils avaient d'ailleurs été choisis par un comité consultatif désigné par l'Alliance NumériQC et formé de 14 artisans de l'industrie du jeu vidéo, des designers, des concepteurs, des producteurs, etc.

Certains sujets, plus pointus, s'adressaient davantage à des auditoires spécialisés et au courant des réalités techniques de l'industrie. Parmi ceux-ci, « l'effet de glissement de la peau en temps réel », « le développement logiciel agile vu de l'intérieur » ou encore : « comment les entreprises indépendantes favorisent-elles l'innovation? »

D'autres présentations – les conférences principales – abordaient des thèmes plus généraux, et la plupart

des visiteurs y assistaient avec intérêt.

À titre d'exemple, mentionnons l'exposé de Ken Perlin, professeur en sciences informatiques à l'Université de New York, qui a séduit son assistance en faisant part de ses recherches sur l'illusion de vie chez les personnages interactifs. Il a notamment démontré, avec une efficacité déconcertante, comment un élément 3D simple, comme un prisme animé par ordinateur, pouvait donner l'impression d'exprimer des émotions humaines à partir d'un minimum de détails visuels. Les participants au Sommet ont été conquis par ce petit triangle qui, en sautillant de façon toute simple, exprimait tantôt la joie, tantôt le désarroi.

Les conférenciers Chaim Gingold

« Certains de ces conférenciers sont capables d'intéresser autant les artistes que les ingénieurs. Ce sont des domaines très différents et pourtant, le message passe. »

— LOUIS-PIERRE PHARAND, PRODUCTEUR CHEZ UBISOFT

et Chris Hecker ont quant à eux partagé leur expertise à propos de la création de prototypes de jeux vidéo. Leur discours, prononcé à un rythme effréné, a permis à l'assistance d'en apprendre davantage sur la conception d'une maquette de jeu vidéo et sur les écueils à éviter lors de la présentation d'un projet. Ils ont notamment expliqué de quelle façon un prototype peut être conçu avec peu de moyens, rappelant que chaque amélioration significative apportée à une maquette peut faire bondir son coût.

C'est aussi lors d'une de ces rencontres principales que Reggie Fils-Aimé, président de Nintendo Amériques, a expliqué la vision de sa compagnie à quelques jours de la sortie de la console Wii. Après avoir fait l'éloge de la Nintendo DS et du succès qu'elle connaît, il a rappelé l'objectif principal de l'entreprise nipponne : attirer de nouveaux joueurs. « Je suis de ceux qui ont vu les manettes de jeu évoluer, a-t-il précisé lors d'une entrevue avec *La Presse*. Je suis de ceux également

qui ont un peu abandonné les jeux vidéo quand ils sont devenus plus compliqués, à partir de la Nintendo 64. Je suis donc le genre de personne que Nintendo veut reconquérir. Nos cibles sont bien sûr les amateurs de jeux vidéo, mais aussi leurs frères, leurs sœurs, leurs parents. »

Un auditoire passionné et averti

Entre les conférences, dans les couloirs et les salles du Palais des congrès, il régnait durant le SIJM une ambiance de fraternité et de complicité, malgré la présence de compagnies qui sont habituellement en concurrence. « On a tous à apprendre des autres et durant le Sommet, on met notre ego de côté », explique Louis-Pierre Pharand, producteur chez Ubisoft et participant à l'événement. Le Sommet « nous donne la chance de rencontrer des gens de l'extérieur et de voir des façons de faire différentes des nôtres ».

Louis-Pierre Pharand apprécie d'ailleurs le fait que les ateliers du SIJM soient animés par différents types d'intervenants, des chercheurs provenant du milieu universitaire par exemple. « Certains de ces conférenciers sont capables d'intéresser autant les artistes que les ingénieurs, souligne-t-il. Ce sont des domaines très différents et pourtant, le message passe. »

Marie-Jo Leroux, directrice de jeu chez A2M, croit pour sa part que le grand avantage d'un événement comme le SIJM, c'est la possibilité de « parler aux meilleurs concepteurs de l'industrie. Comme si tu avais un petit salon de 900 personnes sur le cinéma, mais où il serait possible de rencontrer Steven Spielberg. On est chanceux de faire partie d'une industrie qui est si petite et si jeune ».

Mais Marie-Jo Leroux demeure tout de même lucide et rappelle que, si de grandes choses sont dites durant le Sommet, les idées ne se concrétisent pas toujours. « D'une année à l'autre, on répète souvent les mêmes choses, déplore-t-elle. On dit souvent qu'il faut innover davantage, qu'il faut aller chercher un plus grand marché. Je suis d'accord, mais qu'est-ce qu'on fait pour y arriver? Répéter ce qu'on devrait faire, ça ne donne pas les moyens de le faire. »

POLYGONES EN BREF

FÉLIX LOCAS
COLLABORATION SPÉCIALE

BEAUCOUP, BEAUCOUP DE FFXII

Le concepteur et distributeur Square Enix est très fier de sa toute dernière création, le jeu *Final Fantasy XII*, exclusif à la Playstation 2. Il est vrai que la série fait partie de ces rares chefs-d'oeuvre dont les joueurs ne se lassent pas, même après 12 chapitres. C'est donc en toute confiance que la compagnie japonaise a rendu disponibles pas moins de 1,5 million de copies en Amérique du Nord, le jour de la sortie du jeu, le 31 octobre dernier. Il s'agit d'un record pour Square Enix, qui profite de l'occasion pour rappeler que plus de 68 millions de jeux *Final Fantasy* ont été vendus, tous chapitres confondus.



Final Fantasy XII

UN GRAND CONCOURS SIGNÉ TÉLÉFILM CANADA

Téléfilm Canada a annoncé mercredi le lancement du grand concours du jeu vidéo canadien, qui récompensera les petites et grandes entreprises du pays qui présenteront les meilleurs concepts de jeu. Les gagnants se partageront plusieurs prix en argent, totalisant quelque 2 millions de dollars, en plus de recevoir les conseils de grands noms de l'industrie. « Cela fait déjà six ou sept ans que nous soutenons le domaine des nouveaux médias, explique Michel Pradier, de Téléfilm Canada. On essaie d'être proche de l'industrie et notre objectif (avec ce concours) est d'aider les entreprises canadiennes à se positionner dans le domaine. » Les compagnies intéressées à participer doivent s'inscrire à l'adresse www.telefilm.gc.ca/jeu avant le 15 décembre 2006. Les 10 concepteurs ayant proposé les meilleures idées mériteront alors des bourses pouvant atteindre 50 000 \$ pour définir leur concept de jeu. Par la suite, le concours se déroulera en plusieurs tours durant lesquels les compagnies canadiennes présentant les projets les plus pertinents recevront des bourses de 250 000 \$, ainsi qu'un grand prix de 500 000 \$ pour la commercialisation du jeu gagnant.

SONIC LE RETARDATEIRE



Sonic the Hedgehog

Le personnage de Sonic, ce hérisson bleu qui amasse des anneaux dorés à la vitesse de l'éclair depuis ses premières aventures sur SEGA Genesis, en 1991, ne sera pas de la sortie de la Playstation 3. En effet, le dernier jeu de la populaire licence, baptisé simplement *Sonic the Hedgehog*, devait à l'origine faire partie des titres lancés en même temps que la nouvelle console de Sony, le 17 novembre en Amérique du Nord. Mais le distributeur du jeu SEGA a repoussé sa date de sortie, laissant toutefois entendre que le titre pourrait être lancé avant la fin de l'année.

40 MILLIONS DE PS2 EN EUROPE

Sony a annoncé vendredi avoir vendu 40 millions de consoles Playstation 2 en Europe. Selon la compagnie japonaise, ce nombre symbolique fait de la PS2 la console la plus populaire auprès des joueurs européens, la PSOne ayant atteint 39 millions d'unités vendues avant d'être peu à peu éclipsée par sa grande sœur en 2000. Selon David Reeves, PDG de Sony Computer Entertainment Europe, « les ventes de consoles PS2 ont bondi ces derniers mois, dépassant les 100 000 unités vendues par semaine à travers l'Europe ». Ces statistiques incluent également les autres pays du monde dont les appareils électroniques fonctionnent avec le système de codage vidéo PAL.

LES SORTIES DE LA SEMAINE



RAINBOW SIX: VEGAS

> XBOX 360

FINAL FANTASY III

> DS

ERAGON

> PC, PSP, PS2, GBA, DS, XBOX, XBOX 360

DEAD OR ALIVE XTREME 2

> XBOX 360

NEED FOR SPEED COLLECTION

> PS2

Source : EBGames

PALMARÈS LOCATION



GAMECUBE

- 1> NEED FOR SPEED: CARBON
- 2> FLUSHED AWAY
- 3> LEGO STAR WARS II: THE ORIGINAL TRILOGY
- 4> SPONGEBOB: CREATURE FROM THE KRUSTY KRAB
- 5> SPLINTER CELL: DOUBLE AGENT
- 6> NARUTO: CLASH OF NINJA 2
- 7> NICKTOONS: BATTLE FOR VOLCANO ISLAND
- 8> OPEN SEASON
- 9> MARIO PARTY 7
- 10> THE SIMS 2: PETS

Source : Blockbuster



XBOX

- 1> NEED FOR SPEED: CARBON
- 2> DESTROY ALL HUMANS 2
- 3> SPLINTER CELL: DOUBLE AGENT
- 4> SCARFACE
- 5> MORTAL KOMBAT: ARMAGEDDON
- 6> NHL 07
- 7> LEGO STAR WARS II: THE ORIGINAL TRILOGY
- 8> LEGO STAR WARS II: THE ORIGINAL TRILOGY
- 9> JUSTICE LEAGUE HEROES
- 10> NHL 2K7



PS2

- 1> NEED FOR SPEED: CARBON
- 2> FINAL FANTASY XII
- 3> DESTROY ALL HUMANS 2
- 4> SCARFACE
- 5> NHL 07
- 6> SPLINTER CELL: DOUBLE AGENT
- 7> MORTAL KOMBAT: ARMAGEDDON
- 8> MARVEL ULTIMATE ALLIANCE
- 9> JUSTICE LEAGUE HEROES
- 10> FAMILY GUY