

LA PRESSE

# VIVRE



BONHEUR  
**UNE AFFAIRE SÉRIEUSE**  
PAGE 6



**VIDEO**  
Voyez le défilé haut en couleur de Stella McCartney à la Semaine de mode de Londres sur [lapresse.ca/stella](http://lapresse.ca/stella)

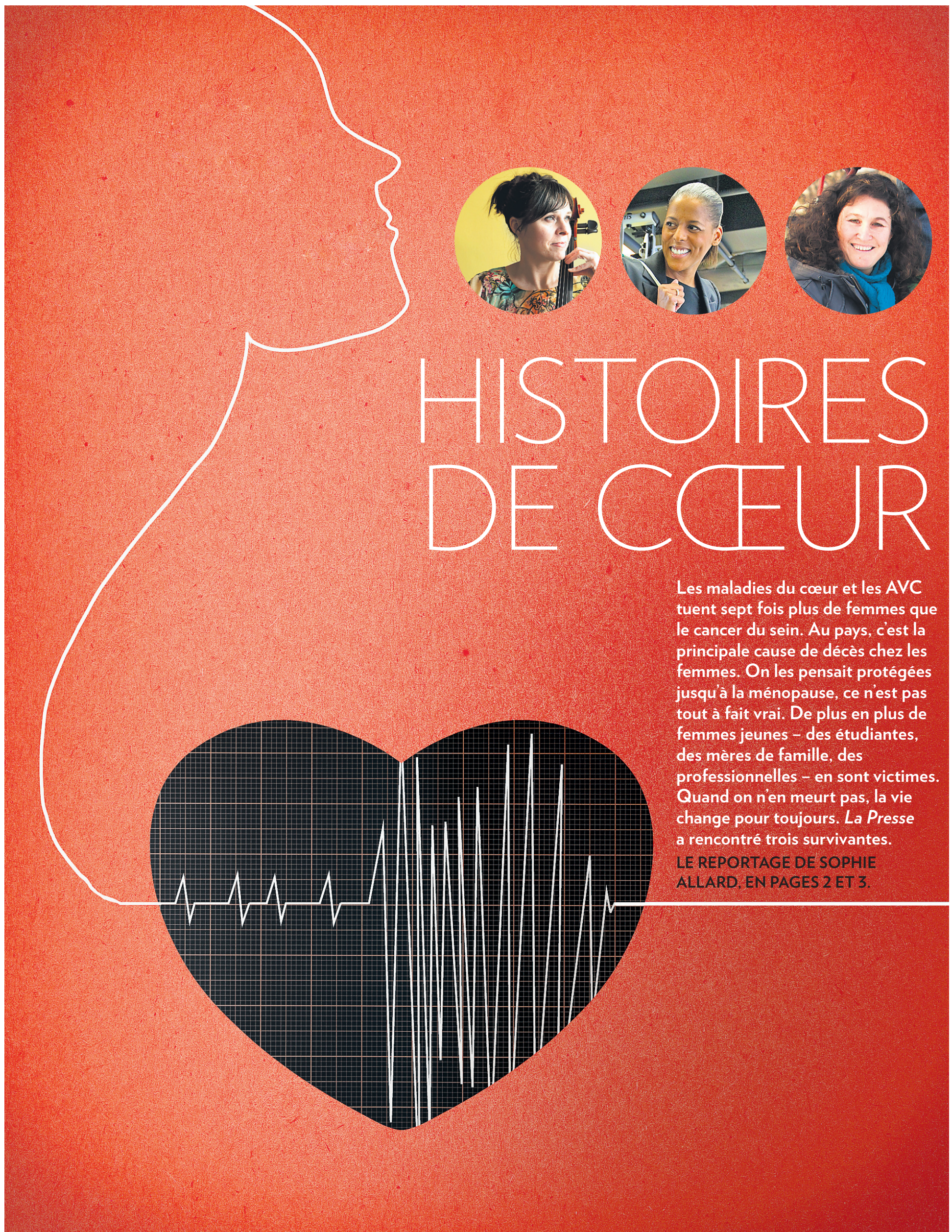
MODE  
**MARNI CHEZ H&M**

PAGE 5



BEAUTÉ  
**LE PROCÈS DE L'AVOCAT**

PAGE 4



# HISTOIRES DE CŒUR

Les maladies du cœur et les AVC tuent sept fois plus de femmes que le cancer du sein. Au pays, c'est la principale cause de décès chez les femmes. On les pensait protégées jusqu'à la ménopause, ce n'est pas tout à fait vrai. De plus en plus de femmes jeunes – des étudiantes, des mères de famille, des professionnelles – en sont victimes. Quand on n'en meurt pas, la vie change pour toujours. *La Presse* a rencontré trois survivantes.

LE REPORTAGE DE SOPHIE ALLARD, EN PAGES 2 ET 3.

PHOTOS NINON PEDNAULT, ALAIN ROBERGE ET ROBERT SKINNER, LA PRESSE. ILLUSTRATION VERÓNICA PÉREZ TEJEDA, LA PRESSE

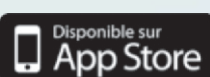


Téléchargez l'application ici



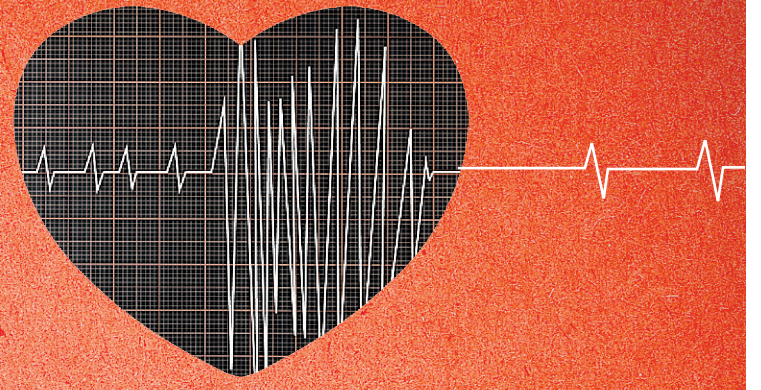
**RÉUSSISSEZ À TOUT COUP AVEC L'APPLICATION MOTS CROISÉS**

Débutant ou expert, jouez partout et en tout temps avec l'application La Presse Mots croisés pour iPhone et iPod touch. Pour renseignements : [lapresse.ca/mobile](http://lapresse.ca/mobile)



Une présentation de  **Hurtubise**

# À CŒUR OUVERT



SOPHIE ALLARD

Elles sont jeunes, à peine la quarantaine. Belles, minces, allumées. Elles ont des projets, des rêves. Et le cœur fragile. Un jour, sans prévenir, leur moteur a défailli et ça a laissé des traces. Leur vie, au quotidien, a pris une nouvelle tournure, un nouveau sens. Elles ont accepté de nous parler de leur réalité. Tantôt triste et difficile, tantôt porteuse d'espoir.

## Un ange gardien nommé Jici

### CENDRINE MATTHEWS INFARCTUS À 37 ANS

Cendrine Matthews, 39 ans, a désormais un ange gardien, fait de fils et de métal. Il y a un mois, on lui a implanté un défibrillateur cardiaque. Elle l'a surnommé Jici, en l'honneur du conjoint décédé de sa mère. Sous la clavicule gauche, la cicatrice est d'un rouge vif, encore sensible. «Je peux enfin m'endormir le soir sans avoir peur de ne plus jamais me réveiller.»

Un jour de juin 2009. Au volant de sa voiture sur le pont Champlain, Cendrine sent son cœur s'emballer follement sans raison. Elle a des palpitations depuis quelques mois déjà. À la clinique, on lui a dit que c'est de l'anxiété. Cette fois, le bas de son visage devient engourdi, insensible. Pour Cendrine, ça ne fait aucun doute: à 37 ans, elle est en train de faire un infarctus. Les mains crispées sur le volant, elle survit à la crise et poursuit sa route jusqu'à Theford Mines. Elle n'en dira mot à sa mère assise à ses côtés. «J'avais fait un

subitement et émettre 150 battements à la minute pendant des heures. «La première fois, j'étais assise dans mon salon, je lisais un roman. C'est paniquant.» L'infarctus n'a fait qu'aggraver ses peurs. «Je me demandais quand une nouvelle crise se produirait et si j'y resterais.»

Vivant seule, elle emplissait à ras bord de nourriture l'écuille de son chat. «Je savais qu'il pourrait survivre plusieurs jours avant qu'on me trouve.» Avant de se mettre au lit, le cœur dans le tapis, elle textait à ses amis. «Je leur demandais de m'appeler au matin.» Elle avait toujours les doigts prêts à composer le 9-1-1. «J'essayais d'évaluer quel était le bon moment pour appeler. Puis, la crise passait.»

Aujourd'hui, Cendrine n'est pas «guérie», mais rassurée. «Dans mon cas, les palpitations peuvent mener à une mort subite. Alors, j'ai mon ambulancier en permanence», dit-elle, en touchant son défibrillateur. Elle a un anévrisme, ses artères sont bloquées et une valve de son cœur fuit. «Je suis suivie, je suis médicamentée, mais je n'exclus pas qu'un jour, je devrai subir une opération à cœur ouvert.»

«C'est humiliant, ce n'était pas dans ma tête que ça clochait. Si j'avais été un homme, m'aurait-on prise au sérieux?»

infarctus et j'étais vivante. Je ne voulais pas l'affoler.»

En trois jours, Cendrine perd 10 livres. Deux semaines plus tard, elle s'effondre alors qu'elle flâne dans une boutique. On la transporte en ambulance et, après une nuit en observation à l'hôpital, les médecins concluent qu'elle souffre d'anxiété. Les palpitations reviennent. Elle consulte et sort de la clinique avec, en poche, des anxiolytiques et une consultation en psychologie pour anxiété grave. «C'est humiliant, ce n'était pas dans ma tête que ça clochait. Si j'avais été un homme, m'aurait-on prise au sérieux?»

Au bout de huit mois, elle tombe sur un médecin qui décide de faire une investigation. Une batterie de tests confirme les dommages causés par l'infarctus. «J'étais soulagée, enfin j'allais être prise en charge.»

Avant de passer sur la table d'opération, Cendrine vivait avec une incessante crainte de mourir. Même râper du fromage et peler des betteraves l'essoufflait. Son cœur pouvait s'affoler

#### Pourquoi moi?

Avoir une insuffisance cardiaque dans la force de l'âge n'est pas sans inconvénient. «Je suis célibataire et, sur un site de rencontres, ça avait cliqué avec un gars. Je l'ai avisé de mon état avant de le rencontrer. Il ne m'a plus jamais donné signe de vie. Mon état, semble-t-il, peut rebuter les hommes. Pourtant, je peux fonctionner comme tout le monde.» Ou presque.

On lui a dit qu'elle ne pourrait jamais avoir d'enfant. «Je frôle la quarantaine, je m'étais déjà fait à l'idée.» Assembleuse de structures en aérospatiale, elle doit réorienter sa carrière. «J'adore travailler de mes mains, mais je ne me vois plus soulever des ailerons super lourds. J'ai encore le souffle court.»

Au beau milieu d'une salle d'attente bondée, en cardiologie, Cendrine a craqué. C'était l'an dernier. «Je me suis dit: pourquoi moi? Je ne suis pas sportive, mais je suis madame tofu et tisane! Je ne fumais pas, je ne buvais pas. Je n'en suis pas fière, mais j'avais du mal à être là parmi ces vieux hommes bedonnants,



PHOTO NINON PEDNAULT, LA PRESSE

aussi malade qu'eux.» Son trouble est peut-être héréditaire, elle ne le saura jamais. Elle ne connaît pas son père.

Grâce à Jici et à une nouvelle médication, Cendrine est maintenant optimiste. «Je me donne jusqu'à l'été pour retrouver ma forme.» D'ici là, elle se permettra une sortie au cinéma. «Je n'y suis pas allée depuis quelques années. Le son est tellement fort que j'avais des palpitations.» Et elle

reprendra le violoncelle. Musicienne depuis toujours, elle craignait de devoir accrocher son archet. Et si le défibrillateur limitait les mouvements de son bras gauche? Ce serait un drame. Pour la photographe de *La Presse*, elle sort l'instrument d'un étui poussiéreux. Elle l'appuie sur son cœur, nerveuse, et entame *L'Allemande*, deuxième suite pour violoncelle seul de Bach, le cœur léger.



PHOTO ALAIN ROBERGE, LA PRESSE

## Une urgence de vivre

### CAROLINE LAVALLÉE TACHYCARDIE À 30 ANS

Caroline Lavallée, 41 ans, travaille dans une tour de bureaux du centre-ville. Juchée sur des talons hauts et vêtue d'un tailleur moult, elle marche d'une allure assurée. Au bout de quelques pas, elle s'arrête. «Je suis essoufflée aujourd'hui.» Son cœur, réparé, fait encore des siennes à l'occasion. Rien de grave, lui a-t-on assuré. Heureusement, parce qu'elle est bien décidée à participer à son premier demi-marathon l'été prochain.

Un matin de l'année 2000, Caroline s'est réveillée avec le souffle court, les doigts engourdis et d'intenses palpitations. Son rythme cardiaque était de 180 battements à la minute, comme s'il voulait sortir de sa poitrine. «Ça avait duré une partie de la nuit. Je ne me sentais pas bien. Je me suis quand même rendue au bureau et là, j'ai vu que c'était sérieux.»

Transportée en ambulance à l'hôpital, Caroline a reçu des bêtabloquants



PHOTO ROBERT SKINNER, LA PRESSE

## La vie autrement

**ANNIE CINQ-MARS  
AVC À 28 ANS**

**E**nceinte de 20 semaines, Annie Cinq-Mars revenait de sa promenade matinale lorsque sa vie a basculé, là, dans la cuisine. À peine avait-elle poussé la porte de la maison qu'elle perdait pied. Puis, elle a cessé de voir de l'œil droit. Paniquée, elle a alerté son mari. Les mots, désordonnés, peinaient à sortir de sa bouche. À l'hôpital, on a diagnostiqué un accident vasculaire cérébral. Un caillot venu du cœur. Elle avait 28 ans.

« On ne sait pas pourquoi ça m'est arrivé. J'étais jeune, je ne fumais pas, je mangeais bien. C'est probablement lié au phénomène de la grossesse », dit-elle. Sa vision est revenue après quelques jours. Aussi la jeune enseignante pensait-elle que son bobo était chose du passé. Deux semaines plus tard, des décharges électriques parcouraient son corps. Le danger était toujours là.

« Je ne m'inquiétais pas pour moi, je ne réalisais pas. Je craignais plus pour mon bébé. Pour chaque médication, chaque test, je m'informais des risques. Ce qui comptait, c'était sa santé. » Annie a accouché du petit Sacha à terme, sans problème. La suite s'est avérée plus ardue. « J'étais extrêmement fatiguée, j'avais des troubles de mémoire et mon sens de l'organisation avait foutu le camp. Je croyais au départ que c'était lié à ma vie de nouvelle maman », raconte-t-elle. Mais les séquelles sont toujours là, 11 ans plus tard.

Annie était enseignante en adaptation scolaire au secondaire. Au retour

de son congé de maternité, elle a jeté l'éponge après sept semaines. « J'étais fatiguée, je pleurais tout le temps. J'étais intolérante au bruit, j'étais incapable de me concentrer et de gérer des choses simultanément. » Entre plusieurs arrêts de travail, vécus un à un comme des échecs, elle a occupé un poste d'orthopédagogue. Incapable de travailler plus de deux jours par semaine, elle a perdu sa permanence. « M'occuper de plusieurs enfants en même temps est devenu impossible. » Actuellement, elle est sans contrat et songe à réorienter sa carrière.

« Je n'ai pas de symptômes physiques et, pour cette raison, ça m'a pris du temps à réaliser que je ne fonctionnerais plus jamais comme avant. »

**« J'ai compris que j'aurais des difficultés pour le reste de mes jours et qu'il fallait que j'apprenne à vivre avec. »**

Au début, ça me fâchait. Un soir, alors qu'on regardait un film à la télévision, j'ai éclaté en sanglots. J'étais inconsolable. J'ai compris que j'aurais des difficultés pour le reste de mes jours et qu'il fallait que j'apprenne à vivre avec. J'ai cessé de me battre. »

Elle a suivi un programme au Centre de réadaptation Lucie-Bruneau. « Ils m'ont aidée à développer des trucs pour m'organiser. Je fais beaucoup de listes et j'accepte mes limites. » Le matin, quand son fils est parti à l'école, elle fait une sieste de deux

heures. « Avant, je me sentais coupable. Je n'ai pas le choix si je veux être en forme le soir, auprès de mon fils et de mon mari. C'est important pour moi d'avoir une belle vie de famille. »

Son couple a vécu des hauts et des bas. « Rien n'est encore acquis. Mon mari a appris à vivre avec la nouvelle Annie. Ça lui a demandé beaucoup de patience. Est-ce que si j'avais gardé des séquelles physiques il serait encore avec moi? » Elle hausse les épaules.

Les soupers entre amis ne sont plus tout à fait les mêmes. Pendant longtemps, Annie s'est retirée des conversations. « J'avais l'impression que je ne savais plus m'exprimer correctement, alors je me taisais. Peu à peu, j'ai repris confiance. Mais quand j'ai eu une grosse journée, c'est plus difficile. »

Et son fils? Depuis peu, Sacha pose des questions sur l'AVC. Il veut connaître les détails de l'incident. Comment ça s'est passé. Sait-il qu'il était là, en elle? Que sa mère aurait pu mourir? Probablement pas. « Il se demande plutôt pourquoi je me couche une heure après m'être réveillée et pourquoi je ne travaille pas », dit Annie. Son plus grand regret: n'avoir pu connaître le bonheur d'une deuxième grossesse. Les médecins le lui ont fortement déconseillé. « Mon plus grand deuil. »

Annie Cinq-Mars n'est plus amère. « Ma vision de la vie a changé. C'est important de faire ce qu'on souhaite, de se respecter comme personne et de chérir ceux qu'on aime. La valorisation liée à l'emploi me manque, mais je suis présente pour mon fils, j'ai désormais le temps de m'en occuper. C'est un gros plus dans ma vie. Dans nos vies. »

Les maladies du cœur et les accidents vasculaires cérébraux (AVC) sont la principale cause de décès chez les Canadiennes. Plus de femmes meurent de maladies du cœur et d'AVC que de tous les cancers. Pourtant, à peine 13% des femmes considèrent les maladies du cœur comme le plus important problème de santé féminin.

Un médecin sur quatre ne croit pas que les femmes jeunes sont à risque de maladie cardiaque. Dans la population, c'est une personne sur deux.

Parmi nos patients, on voit de plus en plus de jeunes femmes. Les filles fument plus et sont moins actives que les garçons. Les hormones protègent jusqu'à la ménopause, mais les risques ne sont pas abolis», affirme la D<sup>re</sup> Anique Ducharme, cardiologue à l'Institut de cardiologie de Montréal.

Les femmes échouent souvent à faire le lien entre les facteurs de risque, comme l'hypertension artérielle et l'hypercholestérolémie, et leurs propres risques de souffrir de maladies du cœur.

« Les symptômes sont plus atypiques chez les femmes. Le diagnostic est souvent plus difficile. Mais la façon d'intervenir devrait être agressive, surtout parce que les femmes jeunes ont souvent des enfants, une longue espérance de vie. Si elles ne sont pas soignées à temps, correctement, ça peut être assez dramatique », dit la D<sup>re</sup> Anique Ducharme, cardiologue à l'Institut de cardiologie de Montréal.

— Sophie Allard  
Sources : American Heart, Fondation des maladies du cœur

par intraveineuse pour ralentir son rythme cardiaque. On lui a dit qu'elle souffrait peut-être de tachycardie supraventriculaire. Sept ans ont passé avant que son cœur ne s'affole à nouveau. « J'étais assise au salon quand mon rythme cardiaque s'est mis à accélérer. J'avais des engourdissements. Je pensais faire une crise cardiaque. »

Au départ, Caroline et son conjoint ont pensé qu'il s'agissait de surmenage. « J'avais un emploi stressant. Mais plus les crises se multipliaient, plus je savais que c'était physique. Les épisodes de palpitations revenaient plusieurs fois par mois. Ça pouvait durer deux minutes comme une heure. Mon cœur était déchaîné, je me sentais étouffée, étourdie. C'était imprévisible. »

Après un monitoring cardiaque prolongé, le diagnostic soupçonné s'est confirmé: Caroline souffrait de tachycardie supraventriculaire. Ce trouble inconfortable ne mène généralement pas à la mort, mais il peut conduire à un AVC. « Ce n'est pas dramatique dans mon cas. Je n'ai jamais eu de colère, mais je cherchais à comprendre. Je ne connais pas mes antécédents familiaux. On ne sait pas. »

En 2008, Caroline est passée sur la table d'opération. Une ablation par cathétérisme a permis de brûler la zone anormale de son cœur. L'intervention, pratiquée sous anesthésie locale, a été un succès. Ou presque. « Je n'ai plus d'épisodes de palpitations, mais parfois, mon rythme cardiaque devient irrégulier, étrange. Je le sens bien dans

ma poitrine. Les médecins n'ont pas encore trouvé le problème. »

**« Je suis très compétitive. Mon défi, désormais, est de ne pas trop pousser mon corps. Je suis vigilante. »**

Décidée à mettre toutes les chances de son côté, Caroline a cessé de fumer. Elle a banni le sucre coupable – de son alimentation. « Le matin, je prends un café à 50% décaféiné. Je suis incapable de m'en priver complètement. » Elle boit une coupe de vin à l'occasion. « Je me permets des gâteries,

mais avec modération. » Elle a aussi fait une croix sur la plongée sous-marine. « Je suis plongeur certifié, mais je ne me sentirais plus à l'aise à 80 pieds sous l'eau. »

Il ne faut pas croire, cependant, qu'elle vit le pied sur le frein. « Au contraire, j'ai une urgence de vivre. J'ai essayé l'hébertisme, la salsa. Je veux escalader un mur cette année, faire de la planche à neige et du ski nautique. » Elle court aussi, avec l'accord de son cardiologue. Elle rêve de ce matin de septembre où elle sera sur le pont Jacques-Cartier parmi des milliers de coureurs. « Je suis très compétitive. Mon défi, désormais, est de ne pas trop pousser mon corps. Je suis vigilante. » Son chrono? Elle rit. « J'apprends à ne pas trop m'en préoccuper. »

# L'AVOCAT, MAÎTRE DE BEAUTÉ

L'avocat joue sans conteste dans la cour des grands. Il défend la peau et les cheveux contre les assauts de ses détracteurs (environnement et dessèchement en tête). On l'accuse d'être riche en lipides et il plaide coupable. Et si on faisait le procès de l'avocat ?



ANGÉLIQUE MARTEL  
COLLABORATION SPÉCIALE  
BEAUTÉ

Pour pousser, l'avocat a besoin d'un environnement singulier. En plaidant pour la chaleur et l'humidité – mais contre le froid et le gel! –, ce fruit exotique juge bon de mûrir sous les tropiques, au Mexique, au Guatemala, en Espagne, en Israël et en Afrique, principalement. Issu de la famille des Lauracées, on le cultive à même son arbre fruitier – l'avocatier – dont la

hauteur moyenne est de 10 à 15 m. Il existe une bonne dizaine de variétés d'avocats, dont les plus connues sont la Fuerte (en forme de poire) et la Hass (à la peau noire).

C'est vrai, l'avocat est riche. Mais il regorge de bons gras, essentiels au fonctionnement corporel. Concentré en acide linoléique, mais aussi en minéraux et en oligo-éléments (magnésium, potassium, fer, phosphore), l'avocat favorise la circulation sanguine, aide à décroître le mauvais cholestérol et à optimiser la santé cardiovasculaire, voire à réfréner les migraines récurrentes.

En matière de beauté, on peut l'affirmer sans se tromper: l'avocat est de toutes les causes! Car c'est surtout son huile qui sert à enrichir les soins et

les shampooings. Extraite de la pulpe du fruit, elle regorge d'acides gras, de lécithine, de protéines et de vitamines (A, C, D, E, K, PP), ce qui lui confère à la fois des propriétés hydratantes, assouplissantes et protectrices. Les peaux vieillissantes font d'ailleurs leurs choux gras des soins à base d'avocat, car ce fruit les incite à se régénérer à vitesse grand V, et tend à freiner leur froissement tout en dopant leur élasticité. L'huile d'avocat fait aussi des miracles contre les callosités rugueuses et gercées des coudes, des chevilles et des genoux. Et quand la chevelure crie famine, qu'elle s'électrifie, casse ou semble surmenée par les procédés chimiques répétés (colorations, mèches, relaxants capillaires), l'avocat vient à sa rescousse.

## Recettes maison

Écrasée et mélangée à 2 c. à thé de jus de citron, la moitié d'un avocat fait facilement office de masque revitalisant pour les cheveux asséchés. On laisse reposer la mixture 45 minutes sous une serviette, avant de rincer puis de laver. Contre les rides, on peut aussi tester cette recette de masque express: on laisse agir sur son visage, son cou et son décolleté pendant 15 minutes un mélange d'huile d'avocat (2 c. à soupe) et de yogourt nature (2 c. à soupe).

## 2 Mousse colorante nutritive Nutrisse Mousse de Garnier

Cette teinture nouvelle génération nourrit le cheveu tout en dissimulant le moindre poil gris. Facile à utiliser et pratiquement sans gâchis, elle est enrichie de différentes huiles (avocat, olive et karité) pour une chevelure d'apparence plus douce, plus soyeuse et plus lumineuse.

10,49 \$ en pharmacie et dans les grandes surfaces.  
[www.garnier.ca](http://www.garnier.ca)

## 5 Gel revitalisant pour le bain et la douche Avocat, Olive et Basilic de Crabtree & Evelyn

De l'extrait d'avocat pour revitaliser l'épiderme, de l'huile d'olive pour régénérer son enveloppe cutanée et une pincée de basilic pour donner à la peau un coup de frais, bien fait.

20 \$ dans les boutiques Crabtree & Evelyn. [www.crabtree-evelyn.com](http://www.crabtree-evelyn.com)

## 1 Crème anti-frisottis Noix de Brésil du Body Shop

L'huile d'avocat se mêle ici à l'huile de noix du Brésil, issue du commerce équitable avec le Pérou. Idéale pour assouplir les boucles, leur donner rebond et définition, et couper court à la statique et aux cheveux fous.

12 \$ dans les boutiques Body Shop et sur [www.thebodyshop.ca](http://www.thebodyshop.ca)



## 4 Baume ultra performant pour les mains de Kiehl's

C'est le summum du soin pour les mains. Se présentant sous forme d'hydratant onctueux, il fait écran à la perte d'hydratation et d'humidité cutanées, réconfortant et réparant au passage les menottes gercées. Car à la base de sa recette se trouve un amalgame d'huiles végétales archi-nourrissantes issues de l'avocat, du sésame et de l'olive.

18 \$ les 75 ml chez Ogilvy, Kiehl's et par commande internet au [www.kiehls.ca](http://www.kiehls.ca)

## 3 Brillant à lèvres intuitif O-Gloss de Smashbox

Son complexe à base de baies est stimulé par la circulation sanguine, ce qui confère aux lèvres une teinte naturellement rosée. Mais sa formule est aussi enrichie d'huile d'avocat, de pépins de grenade et de plancton marin, des agents hydratants et réconfortants qui laissent les lèvres lisses et souples.

26 \$ dans certains Pharmaprix et chez Sephora.  
[www.smashboxcanada.ca](http://www.smashboxcanada.ca)

PHOTO NINON PEDNAULT, LA PRESSE

## EN BREF

### Une femme très masculine à Milan

Sauvage chez Fendi, royale chez Prada, militaire chez Max Mara, cavalière chez Ermanno Scervino... La femme esquissée par les couturiers milanais pour l'hiver prochain a dévoilé hier toute la force de son caractère. Chez Fendi, Karl Lagerfeld signe une collection époustouflante, que ce soit dans les coupes magistrales ou le vertigineux travail des matières, mêlant avec brio fourrures luxueuses, laine feutrée ou bouillie, cachemire doublé de peau, jersey vitrifié ou encore galuchat, cette peau de raie ou de requin dont le motif granuleux est repris sur les accessoires et dans les imprimés. Toute autre ambiance chez Prada: les sourcils charbonneux, le visage pâle entouré d'une blonde chevelure virant soudain à l'ébène, oscillant sur de hauts talons dans des manteaux noirs, les modèles ont un côté spectral. Max Mara a opté pour un look radicalement androgyne, s'inspirant de l'univers militaire avec des combinaisons d'aviateur ou des combishorts en loden kaki et de longues capotes dans des laines pesantes, le manteau dans des matières précieuses (laine camel ou crêpe, mohair, cachemire) demeurant la pièce forte de la marque. Plus féminin, le look d'Ermanno Scervino pioche lui aussi dans l'univers militaire avec des robes et des vestes en laine bouillie kaki, tout en explorant le monde de l'équitation. Les pantalons jodhpurs blancs, enfilés dans des bottes en cuir noir à tongs aiguilles, se portent avec des vestes redingotes d'écurie en velours, sans oublier la bombe sur la tête.

– Agence France-Press



Max Mara

PHOTO AP

PHOTO  
REUTERS  
Fendi

### Raf Simons quitte Jil Sander

Le directeur artistique de Jil Sander, le Belge Raf Simons, va quitter la griffe allemande après le 27 février, à l'issue des défilés de prêt-à-porter à Milan où il présentera sa nouvelle collection le 25, a-t-on appris hier auprès du groupe. « La coopération se termine le 27 février », a déclaré à l'AFP une porte-parole, sans vouloir préciser les raisons de ce départ ni quels étaient les projets de Raf Simons désormais. Elle n'a pas souhaité non plus commenter des informations de presse selon lesquelles la fondatrice de la marque, Jil Sander, 68 ans, allait revenir après plus de sept ans d'absence. Selon le magazine allemand *Gala*, citant des informations au sein « de la branche », Jil Sander, qui a mis un terme fin 2011 à son contrat comme designer de la marque populaire japonaise de vêtements Uniqlo après trois ans de coopération, pourrait bien reprendre la direction artistique de la marque.

– Agence France-Press

MARNI  
CHEZ H&M

# UN TRÈS BON CRU



Mardi soir, les rédactrices de mode venues de tout le Canada s'empresaient de se rendre à une salle de bal du nouveau Trump Hotel de Toronto. Un moment privilégié pour juger sur pièces les silhouettes graphiques et ethniques signées « Marni chez H&M », en vente dès le jeudi 8 mars prochain dans le monde entier. Une collaboration aux antipodes du bling-bling ravageur de la récente collaboration avec Versace.



ELSA VECCHI  
COLLABORATION SPÉCIALE  
TORONTO

D'entrée de jeu, une maxi robe en soie, encore mieux en vrai que sur la toile, aux motifs graphiques et africains – dominante de ce cru – s'annonce comme une pièce majeure de cette collaboration entre le géant suédois et la maison de couture de Consuelo Castiglioni, fondatrice et directrice de la recherche et de la création. Pour l'homme, un trench noir associant coton et manches en tricot, ou une silhouette bermuda jaune et chemise bleue, les deux faisant tourner les têtes. « C'est l'une de mes capsules préférées! lance Emily Scarlett, directrice de la communication de H&M Canada. Elle est à la fois complète et très variée. Sa ligne directrice repose véritablement sur le concept des pièces à moduler à l'envi. »

Au programme de cette capsule: 40 modèles pour femme (seulement 20 dans le cas de Versace) et 30 accessoires; 20 pour homme, sans oublier la dizaine d'accessoires. Autrement dit, une garde-robe printanière éclectique, portable tous les jours... et abordable.

En chiffres cela donne 12,95 \$ pour des chaussettes, les robes se détaillent à 100 \$ et les parkas, à 179 \$, raconte Emily Scarlett. Après sa collaboration avec Versace, griffe emblématique, H&M opère un virage à 360 degrés en portant son choix sur Marni, une marque adorée des « fashionistas » et peu connue du grand public.

L'expression « démocratisation de la mode » prend dans ce contexte tout son sens. Mais comment expliquer ce paradoxe qui veut que la maison italienne bénéficie d'une image prestigieuse tout en faisant

figure d'ovni stylistique? C'est une jeune maison qui a vu le jour en 1994 et, depuis ses débuts, Consuelo Castiglioni a su marquer les esprits de son sceau stylistique bien à elle. C'est-à-dire, des motifs graphiques et ethniques, des superpositions inédites, insolites et décalées, des mélanges de matières et des couleurs vives.

Mais revenons-en à ce qui, pour l'heure, nous anime: la ligne « Marni chez H&M ». Une robe bain de soleil affichant 3 blocs de couleurs – pourpre, rouille et bleu électrique – apparaît parfaite de simplicité et d'élégance. Surmontée d'une parka bleu marine zippée, elle incarne l'esprit de cette collection: sport-chic et raffinement.

Un tailleur jupe ajusté aux motifs pastilles d'un bleu tirant sur le violet, signature de la maison, découvre un t-shirt au dessin naïf (dont 25 % des bénéfices seront reversés à la Croix-Rouge japonaise pour soutenir les victimes de la catastrophe nucléaire); un microshort de soie à combiner avec un leggings rayé en maille; blouse et pantalon dorés (en soie encore), haut mixant tricot et cuir verni...

Jusque dans les moindres détails, de cet imposant collier en fleur à ces escarpins métallisés avec semelles en bois, tout est réjouissant. Étonnamment, ces mariages inusités semblent parfaitement faciles à assumer.

Du côté des hommes, même stratégie. Costards bien coupés, pulls aux jeux de maille et imprimés, chemises jouant sur les contrastes, ceintures et cols affichant des nuances vives. Tout est dans le détail qui tue de ces créations audacieuses, limite « intellos ».

Qui mieux que Sofia Coppola, parfaite ambassadrice de la collection lors de la soirée de lancement le 17 février dernier à Los Angeles, pouvait réaliser le film publicitaire de la collection? La réponse est dans la question. La cinéaste oscarisée nous transporte à Marrakech, où le clip a été tourné, sur les traces de beautés lascives au chic sans effort.

Une bien jolie façon de mettre en scène ces modèles qui devraient séduire le plus grand nombre.



PHOTOS FOURNIES PAR H&M

## MARNI CHEZ H&M

- Où la trouver au Québec?
- À partir du jeudi 8 mars à 8h
- Au magasin phare de la rue Sainte-Catherine Ouest, à l'angle de la rue Peel.
- Au magasin H&M du Centre Rockland.



SPÉCIALISTES EN MODE POUR  
TAILLES DE 14 À 24

*Le printemps  
est arrivé chez*  
**OPPEN'S**

Nouveaux arrivages 2012  
chaque jour:  
Lauren Vidal  
Alain Weiz  
Eileen Fisher Woman  
FA Concept  
Sympli...  
et plus.

Arrêtez, magasinez  
et amusez-vous!

*Nouvel horaire du printemps*  
MARDI ET MERCREDI DE 10 H À 18 H  
JEUDI ET VENDREDI DE 10 H À 19 H  
SAMEDI DE 10 H À 17 H  
DIMANCHE DE MIDI À 17 H

4828, boul. St-Laurent  
(angle Villeneuve)  
514-844-9159  
www.oppens.ca

**RONFLEMENT**

CENTRE DU RONFLEMENT DE MONTRÉAL  
**514.327.5060**

TRAITEMENT AU  
**LASER**

PAR DES OTO-RHINO-LARYNGOLOGISTES

WWW.RONFLEMENT.QC.CA

## VIVRE

# Le bonheur, du sérieux



SYLVIE ST-JACQUES  
BONHEUR

« Notre relation au bonheur ressemble à celle qu'on avait jadis avec le sexe: tout le monde y pense, tout le monde en veut, mais on craint d'en parler ouvertement. Mais ça commence à changer », exprime au bout du fil Johnny Lucas, l'éditeur du nouveau magazine torontois *What Makes You Happy*.

Nul doute: M. Lucas et ses collaborateurs ont trouvé un créneau vendeur et alléchant. De *Soyez heureux sans effort, sans douleur, sans vous casser la tête à Le goût du bonheur, au fondement de la morale avec Aristote et Opération bonheur*, les prophètes de bonheur sont ces jours-ci prolifiques et inspirés.

« Je pense que le bonheur est un dénominateur commun à tous les êtres humains, quelque chose que tous recherchent, que ce soit à travers la quête d'un bon repas, le rêve de posséder une belle voiture ou l'appréciation de bons vêtements de qualité », avance l'éditeur torontois, qui croit en la nécessité « d'apporter plus de positif dans le monde ».

Et il n'est pas seul.

Le 11 février dernier, à l'occasion de la Journée internationale du bonheur, des cinéphiles de 600 villes, dans 60 pays, se sont rassemblés pour visionner un documentaire intitulé *Happy*. Plus qu'un simple documentaire, le film se veut une véritable mission planétaire de transmission de la joie collective. Son réalisateur, Roko Belik, a parcouru la planète en quête de la félicité, soutirant des réponses au dalai-lama, au conducteur de rickshaw ainsi qu'à une foule de gens heureux, pauvres, riches, ordinaires et extraordinaires.

Le documentaire *Happy* entend être l'hymne cinématographique d'un mouvement mondial qui gagne du terrain. « Je crois sincèrement qu'il y a plein de belles choses à raconter dans le monde et que cela ne doit pas nécessairement se transmettre par des petits cœurs stupides ou des toutous Hello Kitty », pense Johnny Lucas.

C'est qu'à son point de vue, le bonheur est un sujet à traiter avec sérieux. Le premier numéro de *What Makes You Happy* cerne le sujet avec des articles qui exposent des visions spirituelles, scientifiques, hédonistes et même chimiques de l'expérience du bonheur.

Le rôle de la sérotonine et de la dopamine dans l'équilibre du cerveau, par exemple, est abordé dans un article sur le rôle du sport comme antidépresseur. L'animateur et humoriste Rick Mercer partage sa joie de vivre, son aversion pour Stephen Harper et ses sources de plaisirs comiques dans une entrevue joyeuse. Graphiques et statistiques à l'appui, un chercheur de l'institut IPSOS analyse les résultats d'une étude mondiale majeure qui place les Canadiens en 23<sup>e</sup> position sur 58, sur l'échelle du nouvel « Index de bonheur mondial ».

En publiant ce premier numéro d'un magazine consacré au bonheur, Johnny Lucas a-t-il lui-même bénéficié d'une dose accrue de bien-être? « J'ai observé que ce qui apporte du bonheur peut être aussi niaseux qu'un toutou qui parle et aussi profond qu'un éveil spirituel. »

## MOI, MON BONHEUR

SYLVIE ST-JACQUES



PHOTO EDOUARD PLANTE-FRÉCHETTE, LA PRESSE

Tina Karr offre un cours sur l'art de marcher avec des talons hauts.

# Tina Karr

**Profession:** Comédienne, auteur, mère de trois ados et conceptrice d'un cours sur l'art de porter des talons hauts  
**Âge:** 52 ans

### Son histoire

« Je suis une petite fille de Chicoutimi. À l'âge de 9 ans, je suis partie à Toronto étudier le ballet, mais une blessure au dos m'a empêchée de poursuivre mon rêve. Je me suis donc dirigée vers le mime et le théâtre corporel, que j'ai pratiqués une dizaine d'années à Toronto. Par la suite, je suis partie à Paris pour étudier le masque et le jeu. J'ai rencontré mon mari et on s'est installés en France, où j'ai fait une carrière de marionnettiste pendant une quinzaine d'années. De retour au Québec avec enfants et mari, j'ai eu du mal à trouver mon espace artistique. L'année dernière, j'ai écrit le livre *Une mère en talons aiguilles*, qui fait foi de la sexualité des femmes après la maternité. Suivant la publication du livre, plusieurs femmes me demandaient quoi faire pour rehausser leur féminité: c'est alors qu'est né le concept de l'art de porter des talons hauts (qui est une marque déposée). »

### Porter des talons hauts avec grâce: c'est inné ou acquis?

« Certaines (mais une minorité) l'ont de façon innée. Mais il s'agit le plus souvent de femmes qui, à un jeune âge, ont fait de la danse ou quelque chose de très physique. C'est du domaine de l'acquis, à partir du moment où les femmes comprennent comment fonctionne leur corps. L'objectif n'est pas de copier quelqu'un d'autre, mais de faire montre de la féminité qui réside en chacune d'entre nous. »

### Quelle clientèle attirent vos ateliers?

« Il y a des femmes très fortes ou lourdes, des petites, des âgées, des travestis, des transsexuels... J'ai de tout! Notre monde contemporain est soumis aux diktats et moi, je suis sidérée de voir des femmes malheureuses et incapables de copier les images. Je trouve qu'on a fait disparaître l'élégance, qui est une valeur fondamentalement féminine, qui devrait être remise à l'ordre du jour. Les femmes sortent de mes ateliers valorisées, avec une meilleure estime d'elles-mêmes... et plus grandes d'un demi-pouce! »

### Depuis quand portez-vous des talons hauts?

« Depuis 20 ans, je ne porte que ça. Je ne possède pas une paire de talons bas, à part mes chaussettes en laine et des baskets! Je fais mes courses et tout le reste en talons hauts. J'en ai environ une cinquantaine de paires. »

### Sur le plan personnel, ça vous a apporté quoi, ces 20 ans en talons hauts?

« C'est un prétexte et un outil, pour rehausser notre féminité. Toutes les femmes qui participent à mes ateliers de talons hauts me disent qu'elles se sentent investies d'un pouvoir électrisant. Quand on porte des talons, il y a quelque chose qui s'opère dans notre corps, juste par la bascule du bassin, le transfert du poids vers l'avant, les zones génitales sont stimulées. »

### Depuis quelques saisons, les talons se portent très hauts. Qu'est-ce que ça dit de notre époque?

« Ces talons sont dans la foulée de la mode porno chic, lancée par

Tom Ford. On peut bien les porter, sans tomber dans la vulgarité. Cependant, quand je vois de jolies jeunes femmes avoir des démarches difficiles dans de telles chaussures, ça me choque. Si on peut montrer à ces femmes comment bien les porter, sans être dans la connotation de la pornographie, ce serait l'idéal. »

### Parlez-moi de votre rapport au féminisme?

« Je suis féministe, dans le sens que je crois aux droits civils. Mais je crois que les rapports humains d'érotisme sont différents si on est un homme ou une femme et que nous devons respecter l'individualité de chacun. En introduisant tous les sentiments d'élégance, de galanterie, de courtoisie, on rehausse l'individu et on s'éloigne de la pornographie. Je me fais attaquer de toutes parts par les féministes, qui disent que je n'ai rien compris parce que les talons hauts semblent soumettre la femme au désir et au fantasme masculin. Je réponds oui, en partie, les hommes ont un fantasme de talons hauts et c'est un peu pour ça que nous les portons. Par contre, je ne suis pas d'accord avec les féministes qui disent que ces chaussures nous diminuent. »

### Une personne qui vous inspire?

« Andrée Lachapelle qui est une mère, une femme intègre, une femme de tête et de carrière et qui a gardé sa féminité, son élégance et sa douceur. »

### Le dernier livre que vous avez lu?

« *Le corps a ses raisons*, de Thérèse Bertherat, et je suis en train de lire *Honey, Money: The Power of Erotic Capital*, de Catherine Hakim. »

## ALIMENT SOUS LA LOUPE

MARIE ALLARD

# PATTES D'OURS FRAISES ET YOGOURT

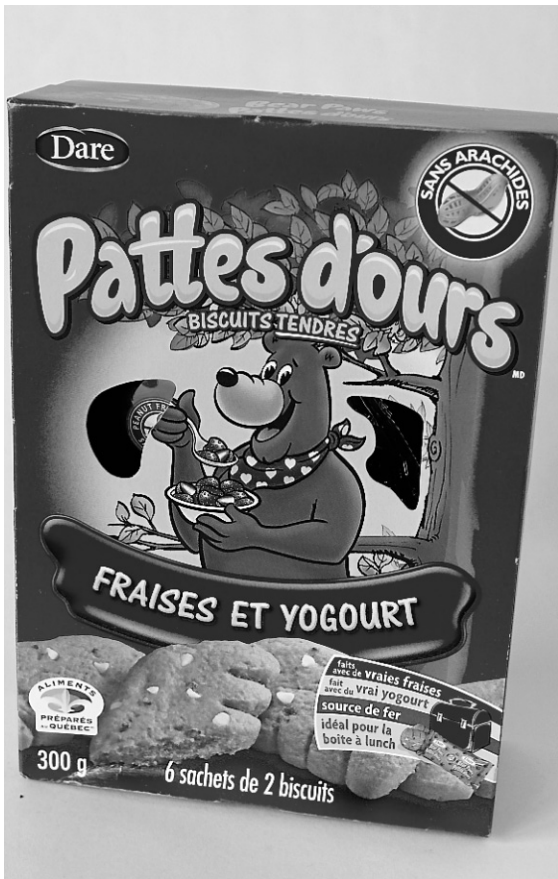


PHOTO ALAIN ROBERGE, LA PRESSE

**PRIX PAYÉ:**  
3,99 \$ pour six sachets de 50 g (deux biscuits).

### CE QUE DIT DARE:

« Faites de vraies fraises et de vrai yogourt, pour une collation que vous aimerez offrir à vos enfants! »

### RÉALITÉ

Aimez-vous servir à vos enfants des biscuits contenant de l'huile de palme modifiée et de l'huile de palme, des gras saturés à éviter? C'est ce que vous faites en leur donnant des Pattes d'ours fraises et yogourt, analyse Stéphanie Jamain, nutritionniste chez Vivaï.

Ces biscuits sont plus sucrés que la saveur traditionnelle à la mélasse et « contiennent des arômes artificiels, évidents en ouvrant le sachet », a souligné la nutritionniste.

Ces Pattes d'ours sont d'abord faites de farine de blé, de sucre, glucose-fructose et d'huile. La poudre de yogourt et les fraises déshydratées sont loin derrière dans la liste des ingrédients. « Comme collation, il vaut mieux prendre un seul biscuit Patte d'ours à la mélasse, avec un verre de lait et un fruit frais », a conseillé M<sup>me</sup> Jamain.

## SANTÉ EN BREF



PHOTO ALESSANDRO BIANCHI, REUTERS

Bill Gates, fondateur de Microsoft et deuxième fortune de la planète.

### Bill Gates réclame une « révolution numérique »

Bill Gates, le fondateur de Microsoft, a plaidé hier en faveur d'« une révolution numérique » pour lutter contre la faim dans le monde en renforçant la productivité des éleveurs à l'aide de systèmes satellitaires, de la technologie vidéo ou de la sélection des semences. « Nous devons réfléchir très sérieusement sur la manière de profiter de la révolution numérique pour parvenir à des innovations, y compris dans l'élevage », a déclaré le milliardaire philanthrope à Rome au cours de la réunion annuelle du Fonds

international pour le développement agricole (FIDA), une agence spécialisée de l'ONU. « Si vous vous occupez des plus pauvres, vous devez vous occuper de l'agriculture. Nous sommes convaincus qu'il est possible pour les petits paysans de doubler, et dans certains cas de tripler, leur production au cours des 20 prochaines années, tout en préservant leurs terres », a poursuivi M. Gates. Il a pris comme exemple de l'utilisation des technologies informatiques le séquençage du génome de manioc, qui permet aux paysans de prévoir le rendement des semences et de réduire le temps de développement d'une nouvelle variété de 10 ans à seulement deux ans. — Agence France-Press



## LES ARRANGEMENTS PRÉALABLES, une délicate situation évitée aux proches

L'idée même de planifier vos obsèques vous fait hésiter, rien de plus normal. Plusieurs personnes ont l'impression que le simple fait de parler d'arrangements préalables réveille l'idée de la mort. C'est pourtant une réalité inéluctable, d'autant plus affolante pour vos proches lorsque rien n'a été prévu. Il leur incombe alors la tâche difficile de régler les formalités, de faire des choix précipités sous le coup de l'émotion, en tentant de deviner ce qu'auraient été vos dernières volontés.

Le rythme de vie d'aujourd'hui, l'éparpillement des familles et la conscience d'épargner aux survivants une tâche difficile sont autant de motifs de prévoir vos arrangements funéraires. Vous avez une assurance-vie ? Vous avez fait votre testament ? Les arrangements préalables, ce n'est pas plus sorcier.

Ce contrat très simple assure le respect de vos volontés et épargne bien des soucis et des sous à vos proches. Pensez-y un instant ! Faire ses pré-arrangements ne fait pas mourir plus vite, au contraire ! Une fois la question réglée, vous recouvrez votre tranquillité et votre paix d'esprit. Vous n'y pensez même plus et vos proches seront soulagés de savoir que le moment venu, malgré toute leur peine, ils n'auront pas à se soucier d'interpréter vos

intentions. Peu importe votre décision et la formule choisie, il est important de discuter avec vos proches et de leur faire connaître vos volontés funéraires. De plus, nul souci à se faire pour l'argent, les sommes confiées sont déposées en fiducie en concordance avec la Loi sur les arrangements préalables de services funéraires et de sépulture qui relève de l'Office de la protection du consommateur.

L'argent versé est protégé puisque déposé en fiducie. La maison funéraire retient 10 % du montant total afin de couvrir ses frais de vente et d'administration. L'institution financière informe directement la personne signataire de la réception des fonds afin de garantir que l'argent est bien déposé en fiducie.

Pour diverses raisons, il se peut que vous deviez mettre fin à votre contrat. Cette résiliation est possible, moyennant une pénalité. Dans ce cas, l'acheteur recevra le capital indexé au coût de la vie, moins 10 % du prix des biens et des services non fournis.

Plusieurs maisons funéraires offrent la possibilité d'étaler vos paiements sur une certaine période. Si vous décédez avant d'avoir terminé vos paiements, le solde dû

sera payable par votre succession, et ce, dans les 30 jours suivant la date du décès.

### LE MOMENT OPPORTUN

Il n'y a pas d'âge pour conclure des arrangements préalables funéraires. Par contre, il est préférable d'attendre l'âge de la retraite pour les raisons suivantes :

- les goûts personnels sont plus définis ;
- les déménagements à l'extérieur de la région sont moins fréquents ;
- les besoins en argent diminuent.

Il est également possible de préparer les arrangements préalables funéraires pour une personne atteinte d'une maladie incurable, et ce, à tout âge.

Pour conclure des arrangements préalables funéraires, il suffit de prendre rendez-vous auprès d'un conseiller d'une maison funéraire. Sans frais et sans aucune obligation de votre part, vous pourrez alors obtenir des informations pertinentes et les précisions dont vous avez besoin pour prendre vos décisions.

Source :  
Corporation des thanatologues du Québec  
[www.domainefuneraire.com](http://www.domainefuneraire.com)

## Peu de Québécois ont planifié leurs FUNÉRAILLES

Malgré l'importance de ce passage obligé dans notre vie, neuf Québécois sur dix (89 %) n'ont pas encore planifié leurs funéraires, selon un sondage rendu public par la Corporation des thanatologues du Québec (CTQ). En revanche, 89 % des répondants ayant organisé les funéraires d'un proche dans les dix dernières années se sont dit satisfaits des services obtenus eu égard au montant déboursé.

D'autre part, le sondage démontre que près de neuf Québécois sur dix ont une opinion favorable des thanatologues, mais n'ont toujours pas planifié leurs rituels funéraires. « Cette enquête démontre que la profession de thanatologue, qui se classe tout juste après les médecins et devant les notaires, les psychologues et les avocats, est synonyme pour les Québécois de professionnalisme et de confiance, estime René Goyer, président de la CTQ. En tant que leader du domaine funéraire, notre Corporation a d'ailleurs haussé les standards de qualité en promouvant au Québec une norme qui permet maintenant de reconnaître l'excellence du domaine funéraire, une première au Canada. »

Deux Québécois sur trois (64 %) estiment insuffisante la prestation de décès de 2 500 \$ versée par la Régie des rentes

du Québec, ainsi que le nombre de jours de congé prévus à la « Loi sur les normes du travail » en cas de décès d'un proche.

Dans un autre ordre d'idée, 86 % sont favorables à la création d'un registre unique permettant de retracer un contrat d'arrangements préalables.

Sur un plan plus spirituel, sept répondants sur dix (69 %) sont d'avis que les rituels funéraires ne doivent pas être reliés à la religion. Ensuite, une personne sur deux soutient ne pas avoir peur de la mort, alors que 27 % ont répondu oui. Puis, 45 % des Québécois pensent qu'il y a quelque chose après la mort contre 16 % qui croient que ce n'est pas le cas.

Par ailleurs, malgré la place de plus en plus importante des nouvelles technologies et du multimédia dans les rituels funéraires, 80 % sont peu ou pas du tout favorables à la création d'une page Facebook pour rendre hommage à un proche décédé. De plus, c'est sans surprise que 94 % des participants affirment qu'il est important de respecter l'environnement dans la préparation du défunt.



## LES COOPÉRATIVES FUNÉRAIRES de plus en plus présentes dans la région de Montréal



RÉJEAN LAFLAMME, président  
Fédération des coopératives funéraires du Québec

Les coopératives funéraires, le plus grand réseau dans ce domaine au Québec, sont appelées à devenir de plus en plus présentes dans la région métropolitaine. Montréal a vu sa première coopérative naître il y a trois ans, une autre est en voie d'organisation à Laval et encore une autre à Saint-Jérôme. De plus, un nouveau point de service a vu le jour en 2011 à Longueuil, dans l'arrondissement de Saint-Hubert.

C'est une bonne nouvelle pour le consommateur, car là où elles sont bien implantées, ce modèle de coopération a un impact direct sur le coût des funéraires.

« Au Canada, explique Réjean Laflamme, président de la Fédération des coopératives funéraires du Québec, nous sommes passés de la province aux prix les plus élevés à celle où les prix sont les plus bas, notamment dans les régions où nous sommes très présents comme en Estrie, à Québec, en Abitibi-Témiscamingue et en Outaouais. »

Et M. Laflamme, aussi président de la Coopérative funéraire de l'Outaouais, de citer les dernières statistiques de sa propre coop où le coût moyen d'une cérémonie s'élève à 3 700 \$, comparativement à 8 000 et 10 000 \$ ailleurs.

La Fédération des coopératives funéraires est ainsi devenue le plus important réseau de services funéraires au Québec ce qui lui procure un puissant pouvoir d'achat dont profitent ses membres que ce soit pour les cercueils, les assurances, pour les urnes, etc. Elle compte quelque 155 000 sociétaires, répartis en 26 coopératives responsables d'une centaine de points de service dans toutes les régions. En 2011, les coops ont réalisé 15,2 % de toutes les funéraires au Québec, soit plus de 9100 cérémonies. Dans l'Outaouais et en Estrie, c'est plus de 80 % des funéraires qui leur sont confiées.

« Les coops ne sont pas là pour un profit maximal, souligne M. Laflamme, nous

offrons d'abord et avant tout un service. Nous garantissons toujours le juste prix, car il est basé sur les coûts des services, plus une marge suffisante pour permettre à la coopérative de se développer. Tous les surplus sont réinvestis pour améliorer constamment les services à nos membres. »

### PLUS QUE DES SERVICES

La Fédération va bien au-delà des services funéraires. Elle encourage tout un travail d'éducation, de réflexion et d'action au sein de la communauté.

Par exemple, si un membre a le malheur de perdre un enfant de moins de 14 ans, il peut compter sur le soutien de sa coopérative pour passer à travers ce moment bouleversant ; il verra ainsi le coût des funéraires assumé « solidairement » par la coop jusqu'à concurrence de 2500 \$. « Nous considérons que c'est déjà assez douloureux de perdre un enfant », fait remarquer le président.

La Fédération a aussi développé un nouveau programme de formation, « La Symphonie », afin d'offrir plus que des funéraires personnalisées aux familles endeuillées et afin de contrer la tendance d'expédier rapidement le processus funéraire sans se préoccuper de l'importance du deuil. « Ce programme en cours d'implantation, dit M. Laflamme, met de l'avant des rituels vraiment significatifs. » Au cours du déroulement des funéraires, l'orchestration des gestes, des paroles et des autres formes d'investissements n'est pas laissée au hasard. En plus de déterminer où et comment intégrer les rituels funéraires, le personnel accompagne les familles tout au long de la démarche afin de s'assurer que le déroulement permet à l'assistance de prendre conscience du départ de la personne décédée, de lui rendre hommage, de la laisser partir et de se solidariser autour de ceux qui restent. « La Symphonie favorise l'implication des personnes endeuillées dans le déroulement des funéraires et les guide dans la recherche de sens. »

NOUS  
SOMMES  
RICHES...

...de nos valeurs

- Le respect, l'entraide
- L'approche humaine, la démocratie

**Notre richesse est collective, partagée et accessible.**

Nous réinvestissons dans la qualité de nos services et dans la communauté.

Nous sommes enracinés et engagés dans notre milieu.

Nous appartenons aux membres mais nos services sont disponibles pour tous.

**Nous sommes une coopérative funéraire !**

Pour connaître la coopérative funéraire la plus près de chez vous : 819 566-6303, poste 21  
[www.fcfq.qc.ca](http://www.fcfq.qc.ca)



LES COOPÉRATIVES  
FUNÉRAIRES  
DU QUÉBEC



## Une première mondiale pour LES COOPS FUNÉRAIRES

Dans le cadre du Sommet international des coopératives qui se tiendra à Québec en octobre 2012, les coopératives funéraires du monde entier œuvrant dans le secteur funéraire sont invitées à une première rencontre internationale à l'invitation de la Fédération des coopératives funéraires du Québec, qui elle-même compte des membres au Canada, aux États-Unis et en Amérique du Sud.

Cette rencontre aura lieu les 6, 7 et 8 octobre 2012 à Québec et sera suivie du Sommet international des coopératives qui réunira les plus grandes coopératives de la planète.

Les coopératives et mutuelles funéraires dans le monde, c'est :

- la principale organisation funéraire en Grande-Bretagne avec plus de 125 000 funéraires par année ;
- une force économique en Colombie avec plus d'un million de membres ;
- une présence importante en Suède

avec 25 000 funéraires par année ;

- un vaste réseau d'organisations en Afrique du Sud ;
- la principale organisation funéraire au Québec ;
- une présence en Asie, au Costa Rica et dans d'autres pays.

La « Première rencontre internationale des coopératives funéraires » constitue une première mondiale. C'est en effet la première fois que tous les coopérateurs impliqués bénévolement dans l'offre de services funéraires aux familles touchées par la perte d'un proche se réuniront pour discuter des grands enjeux liés à la mort et au deuil.



## LES PIÈGES À ÉVITER au salon funéraire

Vous apprenez qu'un ami vient de perdre sa femme et une visite au salon funéraire s'impose. Peu de gens sont à l'aise avec cette idée. Comme le chantait Jacques Brel, c'est triste de voir un ami pleurer. Le désarroi de ceux qui nous sont chers nous plonge au cœur de notre propre vulnérabilité.

Alors, on prend son courage à deux mains et on se prépare, en espérant ne pas avoir à y rester trop longtemps. Comme le malaise s'intensifie généralement à l'approche des condoléances, il arrive que certaines personnes trébuchent en paroles ou en gestes, de sorte que l'expérience devient rapidement désagréable au détriment d'une intention charitable. Tentons d'éviter les pièges dans lesquels il est courant de tomber.

### SE DIRIGER DIRECTEMENT VERS UN PARENT OU UNE AMIE QU'ON N'A PAS VUE DEPUIS LONGTEMPS

On le sait, les funéraires sont propices aux retrouvailles. La parenté qu'on néglige, les amis éloignés... Plusieurs personnes renouent des liens relâchés par le temps. Sans aller jusqu'à ignorer ceux qui vous interpellent, vous pouvez gentiment mentionner que vous souhaitez tout d'abord offrir votre soutien aux personnes endeuillées. C'est du respect, non pas du snobisme, et personne ne vous en tiendra rigueur.

### OUBLIER LA PRÉSENCE DU DÉFUNT

La mort fait peur. Si on le pouvait, on ferait un détour pour ne pas la voir de près. Avec la tendance croissante des funéraires en présence des cendres, il est plus facile de passer outre devant l'urne et d'ignorer qu'elle contient une vie qui vient à peine de se terminer. Prendre quelques instants pour se rapprocher du défunt permet d'aider à boucler la boucle, mais c'est aussi une marque de soutien pour ceux qui restent et qui traduisent chacun de vos gestes comme un hommage à l'être cher.

### S'IMPOSER

Pour ne pas avoir à faire face aux émotions qui surgissent, certaines personnes occuperont l'espace jusqu'à l'envahissement. Elles parleront fort, riront à l'excès, feront des blagues parfois déplacées. L'ambiance propre au recueillement s'en trouve ainsi altérée. Il est suggéré d'échanger de manière à ne pas troubler l'environnement empreint de respect devant la mort qui demeure un drame pour la plupart d'entre nous. Évitez aussi de parler de vos propres deuils, à moins d'y être invité. Ramener tout à soi est une façon de s'impo-



ser. Dans un esprit de compassion, il est de mise de se concentrer sur la souffrance de ceux qui ont besoin de votre soutien.

et les émotions associées.

### RÉGLER DES COMPTES

Pourquoi des funéraires ? Certainement pas pour régler des différends ! Si vous êtes en froid avec votre belle-sœur, de grâce, une trêve est recommandée. C'est trop difficile ? Évitez la belle-sœur ! C'est impossible ? Rappelez-vous alors pourquoi vous êtes là, pour qui vous vous êtes déplacé. Parce que les émotions sont souvent à fleur de peau, un contrôle de soi sera d'autant plus exigeant.

Source :

Fédération des coopératives funéraires du Québec  
[www.fcq.qc.ca](http://www.fcq.qc.ca)

### LES PRÉ-ARRANGEMENTS AUX RÉSIDENCES FUNÉRAIRES GOYER

## UN GESTE DE PRÉVOYANCE qui procure paix et tranquillité d'esprit

La perte d'un être cher est toujours douloureuse et elle implique à l'occasion la prise rapide de décisions difficiles. En effet, les différentes situations auxquelles la famille et les proches sont confrontés lors d'un décès peuvent les placer dans un contexte souvent délicat, émotif et éprouvant.

C'est pour éviter ce genre de circonstance que les Résidences funéraires Goyer a conçu à votre intention un programme de pré-arrangements afin de planifier vos funéraires dans la sérénité.

Il s'agit d'une formule très simple qui vous permet en toute quiétude, de manière éclairée et en prenant tout le temps que vous voulez, d'exprimer à l'avance vos préférences et de

planifier l'ensemble des détails de vos funéraires. Vous vous assurez ainsi du respect intégral de vos croyances et de vos volontés. De plus, les pré-arrangements des Résidences funéraires Goyer éliminent toute charge financière et libèrent votre famille et vos proches des nombreux tracas administratifs relatifs aux divers aspects de vos funéraires.

Cette démarche relève de votre propre initiative. Librement, clairement et avec précision, vous établissez ainsi vos dernières volontés en matière de produits et de services entourant la disposition de votre corps à la suite de votre décès.

Les pré-arrangements des Résidences funéraires Goyer peuvent se conclure en un simple

rendez-vous avec l'un de ses professionnels du deuil. Il prendra alors le temps nécessaire pour vous fournir toute l'information pertinente et répondre à toutes vos questions. Avec respect et écoute, il consignera fidèlement par écrit les décisions dont vous aurez convenu avec lui.

Cette démarche réalisée « sur mesure » pour vous n'a rien de dramatique ou de désagréable. Bien au contraire, vous aurez le net sentiment d'avoir posé un geste de prévoyance qui vous apportera sécurité et tranquillité d'esprit.

### ENTREPRISE FAMILIALE À LA 3<sup>e</sup> GÉNÉRATION

René Goyer, son président, se dit particulièrement fier du caractère familial et entièrement québécois de son entreprise. Les Résidences

funéraires Goyer oeuvre depuis plus de 40 ans auprès des familles, dans la dignité, la confiance et le respect. Elle a su, à travers toutes ces années, développer une grande expertise et une approche profondément humaine.

En 2010, cette maison funéraire s'est vu décerner par la Corporation des thanatologues du Québec le prix « DISTINCTION », sa plus haute marque d'appréciation.

M. Goyer se trouve secondé par sa fille Geneviève et son fils Jonathan, constituant ainsi la 3<sup>e</sup> génération, ainsi que par une équipe de professionnels du deuil. En tout temps, l'entreprise met de l'avant auprès de sa clientèle des valeurs de respect et de dignité, privilégiant avant tout une approche humaine.

Recevant une formation de pointe continue, le personnel des Résidences funéraires Goyer se montre toujours soucieux de fournir la plus haute qualité de services aux familles endeuillées en les soulageant le plus possible du lourd fardeau que représente la perte d'un être cher. Présents à chacune des étapes de ce processus, ses professionnels du deuil prennent en charge tous les aspects des funéraires, quels que soient le rite, la religion ou les convictions personnelles en cause.

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

Les pré-arrangements chez nous :  
une dimension **HUMAINE**  
avant tout.



### UN RÉSEAU DE 7 SALONS FUNÉRAIRES

Saint-Eustache  
Sainte-Marthe-sur-le-Lac  
Laval Fabreville  
Laval Laval-Ouest  
Mirabel St-Benoit  
Mirabel St-Augustin  
Sainte-Thérèse

Geneviève Goyer  
René Goyer  
Jonathan Goyer  
Conseillers aux familles

Prévoir ses arrangements funéraires, pour vous, pour eux...

450 473-5934 | [rfgoyer.com](http://rfgoyer.com)





# « Professionnalisme certifié » UN LOGO À RECHERCHER



## NORME BNQ 9700-699

un logo à rechercher

Bonne nouvelle, il y a maintenant une nouvelle norme visant à certifier le professionnalisme des entreprises funéraires au Québec, une première au Canada. L'instauration de cette norme fait suite à l'idée de la Corporation des thanatologues du Québec qui agit à titre d'organisme initiateur.

« En tant que leader du domaine funéraire, explique René Goyer, son président, la Corporation des thanatologues du Québec a démontré au fil des ans sa volonté de hausser les standards et de professionnaliser notre milieu afin d'accompagner dignement les familles endeuillées. Aujourd'hui, nous sommes fiers de voir le Québec devenir le premier endroit au Canada à adopter une norme, ce qui permettra de reconnaître l'excellence et le professionnalisme des travailleurs et des entreprises funéraires. Cette nouvelle norme du Bureau de normalisation du Québec fait du domaine funéraire québécois un exemple à suivre. »

La norme « Entreprises de services funéraires – professionnalisme certifié » fixe les exigences quant à la qualité de la prestation des services à la clientèle offerts par les entreprises de services funéraires. Elle définit les standards de professionnalisme à atteindre pour le milieu funéraire. En faisant appel à une entreprise certifiée par le BNQ, la personne endeuillée aura la certitude d'obtenir des services basés sur des valeurs d'engagement, de respect, d'écoute, d'empathie, d'éthique et d'intégrité. Un nouveau logo intitulé « Professionnalisme certifié » permet d'identifier facilement les entreprises funéraires qui auront obtenu la certification.

### UN SCEAU DE QUALITÉ



NATHALIE SAMSON, directrice générale  
Corporation des thanatologues du Québec

« Cette norme représente un sceau de qualité, souligne Nathalie Samson, directrice générale de la CTQ, et une garantie d'être servi par des professionnels formés et compétents. La certification par le BNQ représente une valeur ajoutée pour les entreprises funéraires qui l'obtiennent. La Corporation des thanatologues du Québec invite d'ailleurs toutes les entreprises du domaine funéraire à prendre ce virage qualité en entreprenant dès maintenant le processus de certification. »

La norme va changer beaucoup de chose pour le public, mentionne M<sup>me</sup> Samson. « C'est avant tout une norme de qualité qui impose à l'entreprise de se conformer à des critères très élevés. Par exemple, elle oblige la maison funéraire à revoir ses pratiques et à mieux définir son offre de service. Elle oblige également l'entreprise à s'impliquer activement dans la formation de tout son

personnel. Même chose pour les salons, l'équipement, les laboratoires, le matériel roulant, etc. qui devront répondre aux exigences requises par la norme. »

Le soutien aux endeuillés constitue une préoccupation permanente de la Corporation. « Les maisons certifiées auront démontré, dit-elle, qu'elles offrent et expliquent les différents rituels funéraires et qu'elles offrent un programme de soutien et de suivi auprès de leur clientèle après les funéraires. Comme organisme promoteur de la norme, nous nous sommes particulièrement intéressés à ces aspects. »

La dignité du défunt est aussi prise en compte. Pendant la préparation de la personne décédée, le laboratoire doit être verrouillé pour éviter toute intrusion inopportune. La norme fait de la transparence un standard comme dans la sélection du cercueil ; une affiche doit indiquer avec précision toutes ses composantes, de même que le prix. L'évaluation de la qualité des services rendus se fait par la remise obligatoire à la famille d'un formulaire d'évaluation qui sera archivé par la maison funéraire ; lors du renouvellement de la certification, le BNQ examinera les réponses des clients.

La norme donne une garantie au public pour des services de qualité, mais elle a aussi un impact sur le personnel des maisons funéraires ; celles-ci doivent veiller à ce que leur santé ne soit pas affectée, par exemple en laboratoire.

Le BNQ a amorcé son travail de certification et les premières maisons funéraires certifiées devraient bientôt être connues. La Corporation des thanatologues du Québec aide soigneusement ses membres dans la préparation de leur candidature et participera à la révision éventuelle de la norme, tout en en faisant la promotion au sein du milieu funéraire.

Même si elle est sur une base volontaire, la nouvelle norme augmente l'encadrement d'un secteur qui est déjà soumis à plusieurs lois et règlements : santé publique, protection des consommateurs, loi sur les arrangements funéraires préalables, normes de publicité, etc.

### BUREAU DE NORMALISATION DU QUÉBEC

Le BNQ intervient depuis 50 ans comme l'organisme central de normalisation, de certification et de diffusion d'information sur les normes. Officiellement reconnu notamment par le gouvernement du Québec et le Conseil canadien des normes (CCN), le BNQ se veut à l'avant-garde dans l'élaboration de mesures développées pour soutenir les milieux d'affaires, industriels, sociaux et réglementaires. Pour en savoir davantage : [www.bnq.qc.ca](http://www.bnq.qc.ca)

### CORPORATION DES THANATOLOGUES

Pour sa part, la Corporation des thanatologues du Québec est le plus important regroupement d'entreprises et de professionnels en services funéraires de la province avec 400 membres individuels et 140 entreprises affiliées. Elle a pour mission de promouvoir l'excellence dans les services funéraires et de contribuer au développement professionnel et d'affaires de ses membres afin de s'assurer que personne n'ait à faire l'économie du deuil.

Pour plus d'information sur la CTQ : [www.domainefuneraire.com](http://www.domainefuneraire.com)



## TROUVER UN PROFESSIONNEL MEMBRE SUR DOMAINEFUNERAIRE.COM SOURCE D'INFORMATION VITALE

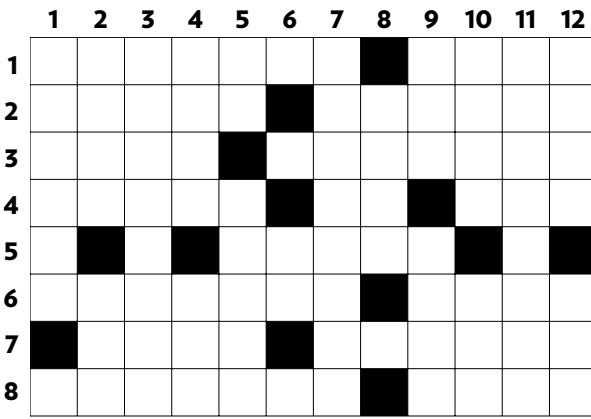


Corporation  
des thanatologues  
du Québec



# MOTS CROISÉS JUNIOR

Du lundi au samedi  
WWW.HANNEQUART.COM



## HORIZONTALEMENT

- Coeur d'un fruit, dépouillé de la partie comestible. - Ruminant au pelage tacheté de blanc.
- Qui convient tout à fait. - Il reçoit son journal tous les jours.
- Partie d'un cours d'eau opposé à l'amont. - Petit mammifère carnivore d'Amérique à queue écaillée et préhensile.
- D'une intelligence malicieuse. - Indique un choix. - Du verbe être.
- Tricot ouvert sur le devant et à manches longues.

- Groupe de chanteurs qui chantent des œuvres musicales à plusieurs voix. - Membre assurant le vol.
- Établir un lien. - Frères de la mère ou du père.
- Film dont l'action se déroule dans l'ouest américain. - Épreuve.

## VERTICALEMENT

- Commerce plus ou moins clandestin et illégal.
- Examiné de nouveau. - Manifeste son mécontentement par des cris.
- Séries d'acclamation en l'honneur de quelqu'un.
- Endommagé par le froid. - S'esclaffe.

- Symbole chimique du néon. - Qui a perdu sa route.
- Désigne la 3e personne du masculin.
- Empereur des Français.
- Terre détrempée d'eau.
- Partie du corps qui va des épaules aux reins. - Sentiment délicat de la mesure dans les relations avec autrui.
- Permet de tenir une tasse. - Celle d'Anticosti, par exemple.
- Qui ne servent à rien.
- Mot qui marque la similitude, l'identité totale. - Le soleil s'y lève.

**SOLUTION** du dernier numéro

1	S	U	P	E	R	S	T	I	T	I	O	N
2	U	N	I	T	E	A	L	A	R	M	E	
3	R	I	V	E	A	I	L	R	I	Z		
4	P	R	O	E	M	E	U	T	E	S		
5	R	T	A	P	E	M	E	S	O			
6	I	S	S	U	E	T	I	S	O	N	S	
7	S	I	B	E	N	I	N	L	U	E		
8	E	X	C	E	S	R	E	F	U	S	E	

# CITATION SECRÈTE

par Isabelle Vadeboncoeur

Placez les lettres de chaque colonne dans la case appropriée de manière à former une phrase complète. Les mots sont séparés par une case noire.

S	I	B	L	I	R	E	M	E	D	E	E	L	S	C
T	U	X	T	M	E	E	S	T	S	X	A	E	O	
L	S	E	U	D	E									

**Thème :** Citation de Jacques Turgot

## SOLUTION

du dernier numéro  
Citation de Anton Tchekhov:  
Avis aux personnes sur le point de se marier : N'en faites rien.

# MOTS FLÉCHÉS

GEIGNARD CHAM-PIGNON	LOUFOQUE SURVEILLÉE	VERSO MÉTIS CANADIEN	DRAME POPULAIRE	BACHE- LIERS	ONDULÉE RELAX
				CHEZ NOUS HALO	
TRÈS ATTACHÉ DANS LA MAYO			IL VIT AU NORD MATTIÈRE PESANTE		
		PETIT CHIEN FICELÉE			
PALPABLE AVANT LES AUTRES			FONCTION ÉTABLIT DES LOIS		
		BASÉ SUR LE CORAN ÉCULÉES			ÉRODER
BOIT DE L'ALCOOL	FAIT LA MANCHE FASTU- EUSES			TROMPÉS MÉDECIN	
			MOUTARD SOUILLÉ		
CONSPUÉE TÉLÉCOPIE		TITRE DE JAGGER SÉPA- RATION		DE L'OS CUBITAL	BIEN OUVERTES
	PETIT BOBO FLAIRE				
CHAM- PIGNON OPINION				ENSUITE	PÉRIODE FROIDE
		POISSON VORACE TOUCHE AU PAKISTAN			
BOUCHÉ	JOINT ON LE MOUD		COMPACT LENTILLES		
				AU BORD DE L'EAU	
ARTICLE AMBRES		EN RETARD SUR SON ÉPOQUE			
				PRÉSENTES DES PLATS À	

**AMUSEZ-VOUS!**  
Vendredi 24 février 2012  
VIVRE 10

# MOTS FLÉCHÉS

Solution du dernier numéro

AVANT L'ÉCLOSION QUELQUE QUE	I	ARGENT D'OR FRANÇOIS	L	BAUDET "OXY TRAVERTIS"	A	RENUS PLUS PÂLE	A	JEUNE VOYAGE ARTISTE	V	PROUVE SÉRIEUSE	A		
	I	N	S	I	G	N	I	F	I	A	N	T	
MATRE DE NOUVEAU "SOUFFRE CHOC"	C	O	Q	U	E	F	R	E	F	L	U	E	T
	Q	U	E	U	E	S	I	E	R	R	E		
"SOUFFRE MÉTALLIQUE PÂLE"	B	U	I	S	S	O	N	I	F	S			
	T	A	R	D	E	L	E	V	E	S	O	N	H
POLE DE BOUR	T	I	G	U	E	O	N	D	E				
	F	I	S	T	U	L	I	N	E	O			
RETRIE "EAL"	O	T	E	E	L	O	U	R	D	E			
	U	N	I	R	I	X	I	O	N				
PETIT MONDIA	G	U	I	D	E	R	V						
	H	A	M	S	T	E	R	P	E	S	O		
LETTRE CÉCILE "OUEAU HAIN"	T	A	U	A	S	T	I	O	U				
	P	E	T	R	E	L	R	E	C	I	T		
GÉNÉRAL AMÉRICAIN "ÉLÉCISSE CHANGÉES"	L	E	E	E	X	A	G	E	R	E			
	F	E	S	E	S	C	E	S	S	E			

**MOT MYSTÈRE**  
CHEVAL | Un mot de 6 lettres

B	E	C	U	R	I	E	U	H	E	N	N	I	R	E
O	M	U	L	E	T	P	E	V	I	T	E	R	G	R
C	U	E	S	S	O	R	E	U	O	R	B	E	E	V
U	C	E	T	A	R	P	A	N	U	A	N	U	T	E
R	E	N	N	O	R	E	P	E	T	A	L	O	N	L
E	L	L	A	T	S	S	R	T	M	M	R	C	O	L
T	L	A	G	E	T	N	O	T	O	B	A	C	M	E
A	E	E	N	C	L	O	U	E	R	L	G	A	O	S
G	N	E	I	O	A	I	D	V	V	E	T	N	R	N
E	R	N	R	P	R	V	C	U	E	T	R	O	S	E
E	E	G	F	I	C	M	A	O	E	P	O	N	G	E
D	N	I	E	N	U	C	A	L	U	E	T	I	R	Q
A	E	L	L	E	T	T	A	N	I	D	T	A	I	U
U	R	T	O	G	I	G	U	I	D	E	E	Z	S	I
R	E	I	T	N	E	Q	U	E	S	T	R	E	E	N

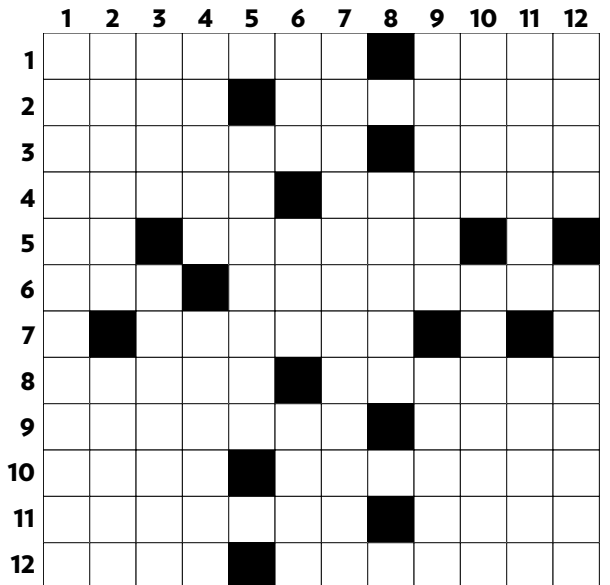
**MOT MYSTÈRE**  
CHEVAL | Un mot de 6 lettres

ABOT	EBROUER	GIGOT	NORMAND
ACCOUER	ECUME	GRISE	PIE
AMBLE	ECURIE	GUIDE	RETIVE
ARCON	ENCLouer	HENNIR	ROSSE
ARS	ENRENER	HUE	RUADE
ATTELAGE	ENSELLE	LACUNE	RUER
ATTELLE	ENTIER	LEVRE	STALLE
BAT	EPERONNER	LIGNEE	TARPAN
CANON	EPONGE	LOUVETTE	TONTE
CAVALIER	EQUESTRE	MANEGE	TROTTER
COB	EQUIN	MONTE	ZAIN
COUDE	ETALON	MORS	
CURETAGE	FIC	MORVE	
DIA	FRINGANT	MULET	

**SOLUTION** du dernier numéro | **QUADRIÈME**

# MOTS CROISÉS

Du lundi au dimanche  
WWW.HANNEQUART.COM



## HORIZONTALEMENT

- Or noir - Démonstratif.
- Prince troyen - Faute d'impression.
- Ornement architectural - Ancienne coutume hindoue.
- Entrée d'une maison - Donner des coups.
- Éminence - Mince et galbé.
- Habille - Navrent.
- Combine.
- Mammifère qui fouille dans vos poubelles - On dit qu'il fait vivre.
- Être chétif et mal fait - Habitation des paysans russes.
- Organise - Sociétés humaines.
- Très fort (À ...) - Durillons.
- Offres - Allongée.

- Gardé - Orner l'épiderme.
- Écueil - Jeunes porcs.
- Évitant.
- Prénom féminin - A cours à Tokyo - Montagne grecque.
- Qui deviennent rouges.
- Fournit une résine amère.
- Maison ressemblant à un château - Outil à branches articulées.
- Forme de gouvernement - Usure.
- Pupitre - C'était une langue.
- Camarade - Filet pour prendre des perdrix.

**SOLUTION** du dernier numéro

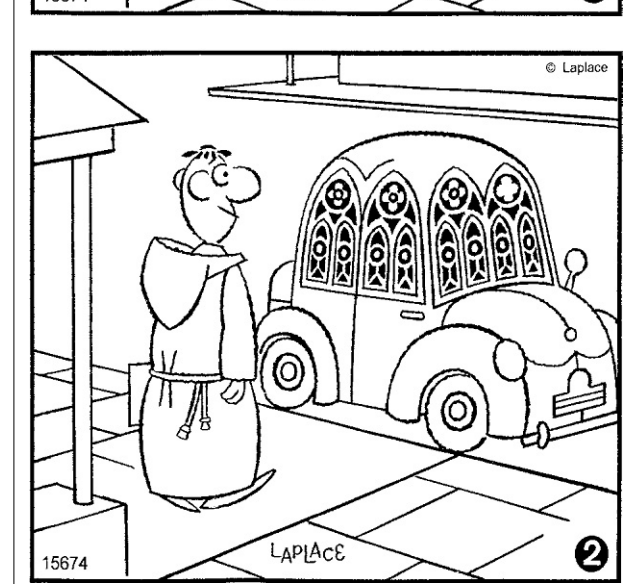
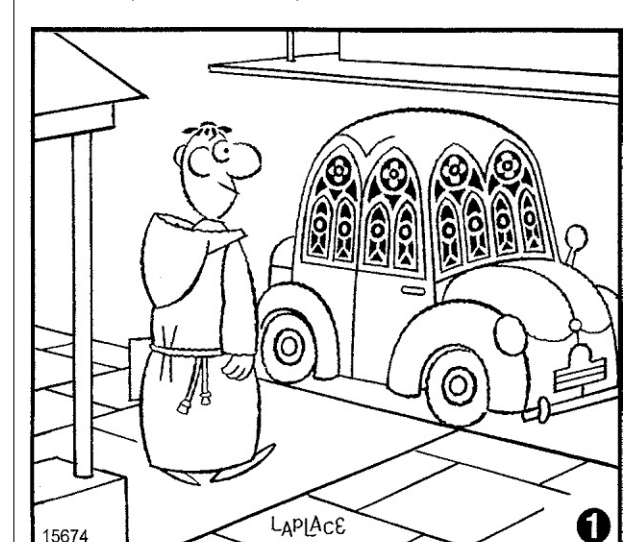
1	B	I	O	I	N	D	U	S	T	R	I	E
2	O	G	R	E	E	T	I	R	E	N	T	
3	M	U	E	N	T	E	L	I	A	D	E	
4	B	E	G	A	Y	E	R	E	L	I	T	
5	E	O	P	L	I	E	R	C	E			
6	R	O	N	C	H	O	N	N	E	U	S	E
7	P	R	O	I	L	I	E	R	S			
8	T	A	P	O	N	P	E	P	I	N		
9	A	L	L	O	S	I	R	E	N	E	S	
10	R	I	A	N	T	E	S	O	R	E		
11	I	N	T	E	R	V	E	N	T	I	O	N
12	F	E	E	R	I	E	B	E	R	N	E	

## VERTICALEMENT

- Obstinés.
- Dont on ne connaît pas le rang - Crache le morceau.

# ÊTES-VOUS OBSERVATEUR

Ces deux dessins sont en apparence identiques. En réalité, il y a entre eux HUIT petites différences.

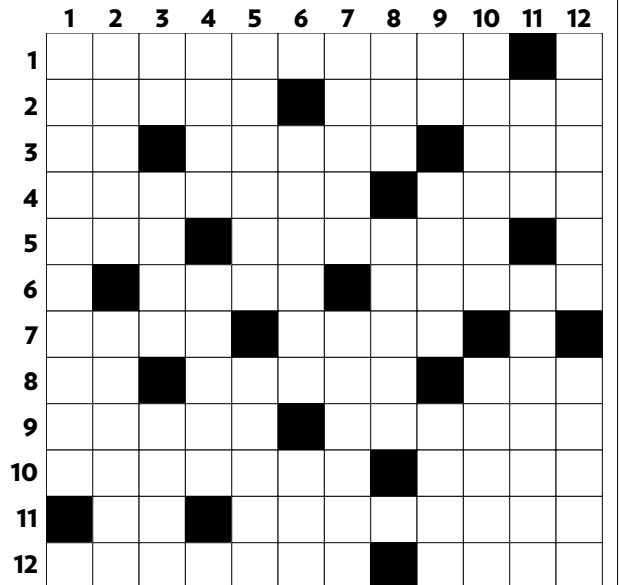


**NOIUTOS**

- Le coin du vitrail avant gauche est incomplet.
- Le couvercle du coffre arrière.
- Le nez du capot de la voiture est différent.
- Un joint de dallage en long.
- Le capuchon est plus court.
- Son talon droit est plus petit.
- Le manin du moine est plus petit.
- La rosace du vitrail avant gauche est incomplète.

# MOTS CROISÉS PLUS

Du lundi au vendredi  
MICHEL HANNEQUART



## HORIZONTALEMENT

- Maussades.
- Trop rabâché - Bien avant midi.
- Réponse de l'ouest - Bien bâtis - Meilleur quand on l'ajuste.
- Caresés - Soutien.
- Travesti côté cour - Mis de côté.
- Bases de lancement - Enfant.
- Futaille - Trousse.
- Espagnol - Sortie - Potion magique.
- Crème - Recueil médiéval.
- Aide - Relevé.
- Démonstratif - Du nord-ouest de la France.
- Nuisible - Maintenant réelles.

- Sans ornement - Qui s'oppose - Vivent à Bornéo.
- Débordement - Émanaient du roi.
- Demeurée - Poitrine.
- Judicieux - Elle en incite certains à dire oui.
- Mathématicien allemand - Conduit terminal d'une turbine à gaz.
- A poil - Gouffres.
- Infinitif - Grand orfèvre - Traité d'alliance.
- Absurdes - Aiguille.
- Variation sur un air - Insecte coléoptère.
- Étourdie - Arrachées.

**SOLUTION** du dernier numéro

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

## VERTICALEMENT

- Secrètes.
- Vert - On mange ses tubercules.



RÉUSSISSEZ À TOUT COUP AVEC L'APPLICATION  
**LA PRESSE MOTS CROISÉS**  
POUR IPHONE ET IPOD TOUCH



Une présentation de **Hurtubise**