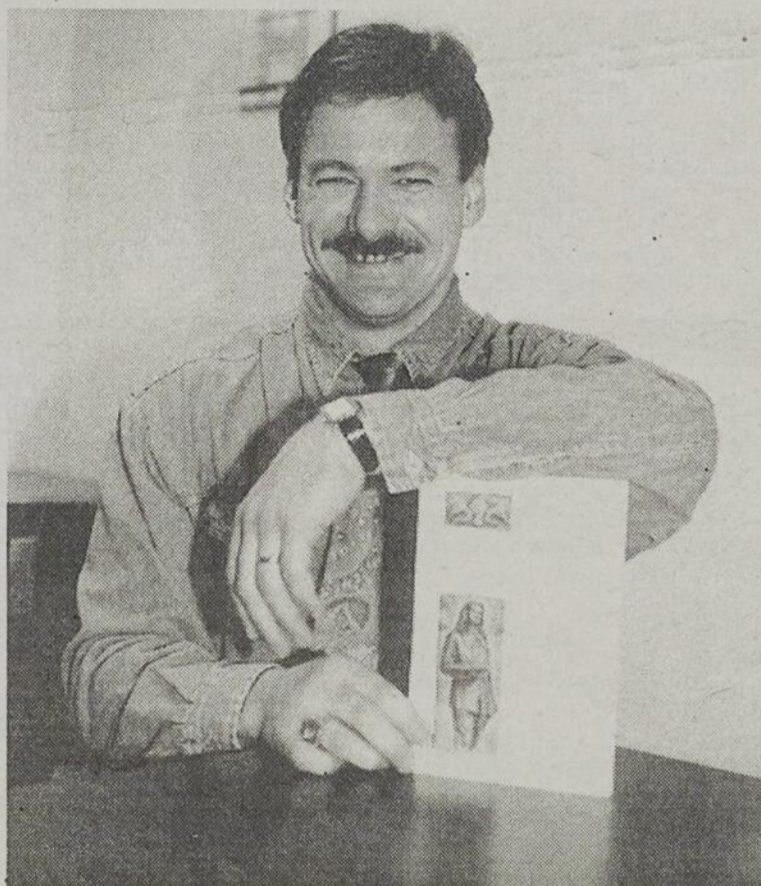


# Arts

## et SOCIÉTÉ



**DEFI** — Le bédéiste Prouche relève un nouveau défi cette année: celui de résumer les 325 ans d'histoire de Boucherville qui permettra à ses lecteurs de s'instruire tout en s'amusant! Pour ce faire, il a dû ingérer une foule d'informations sur cette municipalité et son fondateur, Pierre Boucher.

(Photo Jeannot Lévesque)

Bande dessinée sur Boucherville

## La nouvelle passion de Prouche, l'histoire

**CHICOUTIMI (JSTP)** — Après avoir réalisé «La grande aventure d'Alphonse Desjardins», le bédéiste Prouche relève un nouveau défi avec la production d'une bande dessinée semi-réaliste résumant, en 32 pages, les 325 ans d'histoire de Boucherville!

Les autorités de Boucherville ont en effet retenu sa candidature pour réaliser l'album qui marquera, cette année, le 325<sup>e</sup> anniversaire de fondation de cette municipalité.

Prouche admet que son livre sur Alphonse Desjardins a largement joué en sa faveur. «J'ai su qu'ils cherchaient un bédéiste et un scénariste pour créer une bande dessinée sur Boucherville qui serait à la fois intéressante et à caractère historique. Moi, je suis bédéiste et scénariste, raconte-t-il, mais c'est grâce à Desjardins que j'ai obtenu le contrat. «La grande aventure d'Alphonse Desjardins», c'était ma carte de visite.

L'album sur Desjardins a d'ailleurs fait ses preuves depuis son lancement au printemps 1990 puisque nous sommes rendus à environ 36 000 ou 37 000 copies vendues au moment où on se parle.»

Prouche ne craint pas d'être affublé éventuellement d'une étiquette de bédéiste d'albums à connotation historique. Il a même plutôt l'intention d'exploiter davantage cette facette de son métier et d'aller offrir ses services aux municipalités qui célèbreront leurs anniversaires de fondation prochainement.

«J'aimerais que ça devienne une partie de mon travail parce que je me suis découvert une

passion pour l'histoire, constate ce Bleuet d'origine. Je me documente et j'apprends plein de chose. De plus, il y a le défi de vulgariser quelque chose qui n'est pas évident à première vue.

Si c'est trop didactique, les gens n'accrocheront pas. Il faut



choisir les parties de l'histoire qui seront les plus intéressantes, mettre le maximum d'informations tout en évitant d'être plate.»

Il a donc sensiblement répété le même exercice qu'il avait fait pour Desjardins. Il a lu tout ce qu'il a pu trouver de documents sur Boucherville et sur son fondateur, Pierre Boucher. «Desjardins, c'était semblable. C'était l'histoire d'un homme, mais l'histoire était linéaire, tandis que dans le cas de Boucherville, on ne peut pas parler que de Pierre Boucher.»

«Mon but, c'est de donner de l'information qui fera en sorte que la personne s'amuse en découvrant, explique Prouche. Quant on prend une bande dessinée, c'est avant tout parce qu'on désire s'amuser mais si on apprend quelque chose en plus, c'est tant mieux.»

### Premières planches

Actuellement, Prouche a écrit le scénario et tracé les

esquisses des huit premières planches de bandes dessinées. Il est supervisé par deux personnes qui oeuvrent à la Société historique de Boucherville, Yolande Pharand et Jacques Dunant. «Ces deux personnes connaissent très bien l'histoire de Boucherville et vérifient si mes planches à dessins sont fidèles à l'histoire de la municipalité.»

La première tranche de huit pages devra être livrée le 15 mars, car l'album sera distribué en feuillet de huit pages aux quelque 3000 élèves du primaire. Ces derniers pourront donc recevoir gratuitement les trois quarts de l'album.

«Ce qu'il y a d'intéressant dans ce projet, c'est que l'album se limite pas seulement à une bande dessinée, fait-il remarquer. Il y a aussi de l'information historique et des questions relatives à ce qu'ils viennent de lire. Quant à la dernière section, elle traitera du Boucherville contemporain.» L'album complet sera imprimé à 3250 copies pour commencer.

«Ce sera un élément de promotion extraordinaire pour donner en cadeau aux visiteurs. Avec ce projet-là, les 35000 citoyens de Boucherville vont découvrir des choses insoupçonnées sur leur ville», promet le bédéiste chicoutimien.

Enfin, même si la date de tombée approche à grands pas, Prouche ne s'inquiète pas outre mesure puisqu'il peut compter sur l'aide de ses collaborateurs Réal Bouchard, Mario Maloin et Jacques Lamontagne pour le travail de conception des décors, du scénario et application des couleurs.

## Estampie envisage un échange avec un groupe français

**ALMA (PET)** — L'ensemble de musique ancienne Estampie envisage un échange avec un groupe musical français du même genre, Pichrocole, qui présente sensiblement le même répertoire. Cet échange pourrait avoir lieu à l'été 92.

Chaque ensemble recevrait l'autre pendant deux semaines; ils pourraient aussi donner des concerts communs. Le dossier en est à l'étape des pourparlers. Il n'est vraisemblablement pas possible d'obtenir de subvention, car, au national, Estampie se retrouverait en compétition avec, par exemple, l'Orchestre symphonique de Montréal et les Grands ballets canadiens, explique Réal Simard, porteparole.

C'est dans le but d'aider à recueillir les fonds destinés à mener le projet à terme que l'ensemble musical a donné six spectacles, il y a quelques jours: trois à des élèves de l'école St-Pierre d'Alma et trois autres destinés à des publics adultes, à Alma, et

Chicoutimi, à la salle Le Ménestrel. Il s'agissait d'un spectacle de Noël de près de deux heures, présentant des pièces de la Renaissance et du Moyen-Âge.

Réal Simard, directeur artistique, explique que le fait de faire ce genre de concert depuis des années, a amené à trouver des pièces convenant à ce type de présentation et facilité la recherche sur les pièces de Noël.

Tout au long du spectacle, Simard a en effet expliqué l'origine des pièces, la façon dont certaines, connues aujourd'hui sous une autre forme ont été transformées, le contexte social lors de leur création, et des informations sur leur contenu et l'interprétation, en ajoutant des anecdotes, et le reste. Il a été possible d'entendre un «D'où viens-tu bergère?» plus doux et à la musicalité différente, un «Où sont donc ces gais bergers», ancêtre du «Cah bergers» et bien d'autres, parfaitement exécutés, et avec une présentation



**ESTAMPIE** — L'ensemble Estampie, lors de la dernière présentation de son dernier concert de Noël, en l'église St-Pierre d'Alma. (Photo Steeve Tremblay)

bien documentée.

En fait, explique Simard, les chants traditionnels d'aujourd'hui ont pratiquement tous été modifiés vers 1701 par un certain abbé Pelegrin. Les personnes présentes aux concerts ont pu entendre les tex-

tes d'origine, avec la saveur d'anciens mots et bien sûr, joués sur des instruments anciens.

### Nouveaux défis

Il s'agissait du premier

concert de Noël de l'ensemble Estampie: «Quand on anime un groupe de ce genre, il faut se trouver de nouvelles choses, des défis», explique Simard. Il rêvait même, non seulement de présenter le concert dans les costumes d'époque auxquels on associe Estampie, mais d'ajouter une mise en scène et présenter un drame liturgique complet de quelques minutes. «Ce n'est que partie remise», dit-il.

Estampie tire d'ailleurs son nom d'une vieille danse du Moyen-Âge. Fondé à la fin des années 70 au Département de musique du cégep d'Alma, il regroupait des étudiants en musique. Réal Simard dirige, depuis novembre 87, un ensemble formé de six musiciens professionnels d'Alma. Il s'agit d'un ensemble vocal et instrumental, qui utilise divers instruments anciens. Denise Boileau, Louise Doré, Louise Marchand, Réal Simard, Jean Tousignant et Jean-Guy Côté forment l'ensemble.

Dans «Capitaine Crochet»

# Peter Pan renonce au pays imaginaire

CHICOUTIMI (JSTP) — Se pourrait-il que Peter Pan ait définitivement perdu son âme d'enfant en renonçant à retourner dans le pays imaginaire par amour pour Moira?

C'est du moins le scénario que nous propose Steven Spiel-



berg dans «Capitaine Crochet», présenté aux salles du cinéma Impérial de Jonquière et de Chicoutimi. Un film merveilleux, tant pour les adultes que pour les adolescents, qui permet d'espérer que nous pouvons garder nos coeurs d'enfants même en devenant adulte.

«Capitaine Crochet», version française de «Hook», c'est l'histoire de Peter Pan qui, en renonçant au pays imaginaire, a accepté du même coup de devenir un adulte. Spielberg nous propose donc un Peter Pan au début de la quarantaine et début de bedaine (incarné par Robin Williams), avocat de profession et président d'une grosse entreprise. Il est marié

à Moira et père de deux enfants.

Signe des temps modernes, le téléphone cellulaire lui est aussi essentiel pour vivre que l'air qu'il respire. Aussi, est-ce un peu à contre-cœur qu'il délaisse ses affaires pour aller passer Noël en Angleterre, chez Granny Wendy, celle-là même qui l'avait adopté lorsqu'il renonça, vers 12 ans, au pays imaginaire. Le cellulaire fait bien entendu parti du voyage.

Le problème, c'est que Peter ne se rappelle plus qui il a été. Le malicieux garçon en habit vert qu'il était a complètement disparu de sa mémoire, enseveli sous une épaisse couche de sérieux, d'ambition et de préoccupations adultes. Il n'y a plus de place pour le rire, les pensées joyeuses. Seule compte l'implacable logique des affaires, lesquelles monopolisent toutes ses pensées. Même ses enfants souffrent du peu de temps qu'il leur consacre.

Ce n'est que lorsque Capitaine Crochet (Dustin Hoffman), son ennemi juré, enlèvera ses enfants qu'il sera obligé de réagir. Heureusement qu'il peut compter sur la fée Clochette (Julia Roberts). Cette dernière fera des pieds et des mains pour le ramener au pays imaginaire et le remettre «en



CAPITAINE CROCHET, version française de Hook. Réalisé par Steven Spielberg et mettant vedette Robin Williams, Julia Roberts et Dustin Hoffman. Durée: deux heures.

forme» avec l'aide des Garçons oubliés. Car, rappelons-le, seule une pensée joyeuse peut permettre à Peter Pan de voler dans les airs...

Des grands noms et des effets spéciaux

Qui dit Spielberg dit effets

spéciaux. Capitaine Crochet ne fait pas exception à cette règle et encore une fois, les spectateurs seront certainement séduits par la beauté des paysages au pays imaginaire, les exploits aériens de Clochette et de Peter Pan ainsi que par les acrobaties des Garçons oubliés.

Le succès du film repose également sur des grands noms comme Robin Williams, — pouvait-on trouver mieux que lui, avec ses yeux rieurs, la pommelle haute et le sourire plein de malices! —, la belle Julia Roberts et Dustin Hoffman.

Même Phil Collins fait une brève apparition comme enquêteur.

Les dialogues sont savoureux, pleins de finesse et portent parfois à réflexion. Un heureux mélange d'humour, d'amour et d'action.

Mais même s'il s'agit d'un film pour tous, je le recommanderai surtout pour les jeunes âgés de dix ans et plus, car plusieurs tout-petits pourraient avoir de la difficulté à comprendre l'histoire. Le conseil vaut d'autant plus que le langage des Garçons oubliés peut choquer quelques parents, notamment lors de la confrontation entre Peter Pan et Rufio, le nouveau chef de la bande.

Par contre, les adultes y trouveront aussi leur plaisir et ce film les fera peut-être réfléchir sur leurs relations avec leurs enfants. Et s'il peut vous raviver en vous l'enfant qui sommeille, et bien il aura atteint son but.

Dans «Un homme nouveau»

## La troupe «L'humour en folie» exporte son rire à Normandin

NORMANDIN (JSTP) — Forte du succès remporté avec la présentation de la pièce «Un homme nouveau» dans leur municipalité, la troupe «L'humour en folie» d'Albanel tentera, cette fois, de conquérir le public de Normandin, le 17 janvier, à l'Auditorium de la Polyvalente de l'endroit.

«C'est un peu un défi parce qu'il y a déjà 650 personnes qui l'ont vue lors des représentations à Albanel et que cette fois-là, nous allons la jouer à l'extérieur de notre municipalité», admet Christine Lambert, auteure et metteuse en scène de la pièce.

«Un homme nouveau» est une pièce humoristique en trois actes qui nous montre un couple où les rôles traditionnels sont inversés. Gilbert (interprété par Régnald Gobeil), souhaite ardemment avoir un enfant.

Aussi profite-t-il de son année sabbatique pour entreprendre les démarches qui lui permettront de porter lui-même l'enfant désiré. Son épouse Corinne (Gisèle Senneville) l'appuie dans son projet, mais l'entreprise qu'elle dirige accapare déjà de son temps. Durant sa grossesse, Gilbert trouvera donc le support moral et technique auprès de sa voisine Alice (Christine Lambert), d'une sage-femme (Julie Gaudreault) et au moment d'accoucher, il sera aidé par un infirmier plutôt compréhensif



CONFIDENCE — Gilbert (Régnald Gobeil) trouvera, en sa voisine Alice (Christine Lambert), une oreille à qui confier ce qu'il ressent durant sa grossesse.

(Denis Bernatchez).

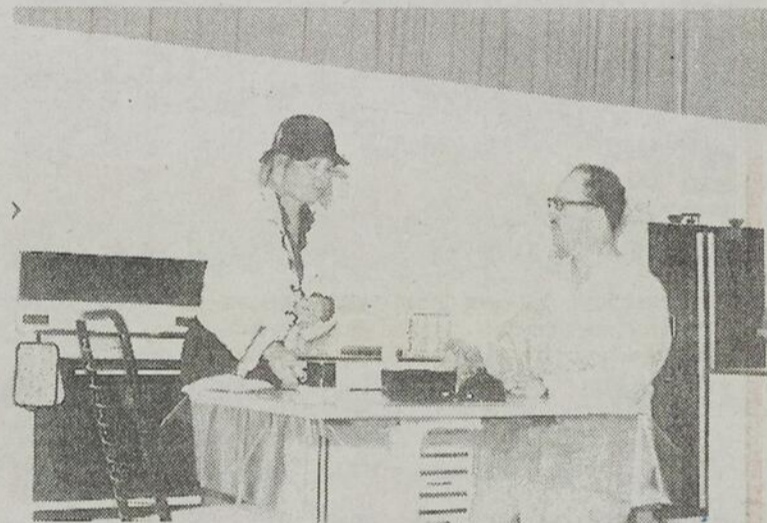
«Il n'y a pas vraiment de morale dans cette pièce, souligne Mme Lambert. Mais il s'agit d'une pièce humoristique où chacun tire sa propre morale.

Les gens avec qui nous en avons parlé retiennent des éléments différents. Elle ajoute que les spectateurs se

retrouveront dans des événements qui ponctuent la pièce, en faisant des liens avec des expériences qu'ils ont déjà vécues.

«Un homme nouveau» sera donc présenté le 17 janvier, à 21 h, à l'Auditorium de la Polyvalente de Normandin. Les billets sont disponibles au coût de 5 \$.

Les personnes qui désirent obtenir des informations supplémentaires doivent composer le 279-5806.



OCCUPEE — Corinne (Gisèle Senneville) appuie son conjoint, Gilbert (Régnald Gobeil) dans son projet d'avoir un enfant mais elle n'a pas tellement de temps à lui consacrer, trop occupée par ses affaires.

Jeunesses musicales du Canada

## Deux autres concerts à Saint-Félicien en 1992

SAINT-FÉLICIEN (RT) — Comme c'est devenue son excellente habitude, Les Jeunesses musicales du Canada à Saint-Félicien présenteront deux autres concerts, en 1992.

Selon l'un des responsables félicienois, François Dallaire, les Jeunesses musicales recevront de la grande visite, le 31 janvier. «Nous accueillerons Max Vandervorst, l'homme orchestre. C'est le voyage d'un charmeur, charmé au pays des sons. Son orchestre est

peuplé d'un aspirateur, d'un arrosoir, de pots à fleurs, de cailloux, de boîtes à choucroute et d'autres objets perdus ou abandonnés. C'est donc un spectacle qui promet», affirme Dallaire.

Les Jeunesses musicales du Canada présentent deux spectacles par année, à Saint-Félicien. «Outre l'homme orchestre, nous recevrons au printemps un quatuor de saxophones, Mark IV.

On présente ces spectacles par amour de la musi-

que et pour offrir au public des déjeuners-concerts enrichissants. Nous sommes les seuls, je crois, à employer cette formule qui s'avère un succès à chaque fois. On réussit à s'autofinancer. C'est ce qu'on veut, rien de plus», explique Dallaire qui s'occupe de l'organisme en compagnie de Lucien Boivin et Line Rivard.

La vente des billets est assurée par six membres du groupe Relance-Action, de Saint-Félicien.

Un contrat avec le Boyfriend pour Simard et Gagné

# Au bon endroit... au bon moment

CHICOUTIMI (JSTP) — Yannick Simard et Eric Gagné, respectivement originaire de Jonquière et de Chicoutimi, peuvent se vanter d'avoir été au bon endroit au bon moment.



Johanne  
St-Pierre

Ces deux Saguenéens ont en effet réalisé le rêve de leur vie en décrochant, l'été dernier, un contrat de danseurs dans la troupe du Boyfriend Stéphane Chatrit. Leur histoire relève quasiment du conte de fée!

Ils rêvaient de danser au sein d'une troupe ou en spectacle depuis leur tout jeune âge. «Nous avons toujours été attirés par la danse, raconte Eric. Nous avons décidé d'arrêter à une certaine époque parce que nous nous deman-

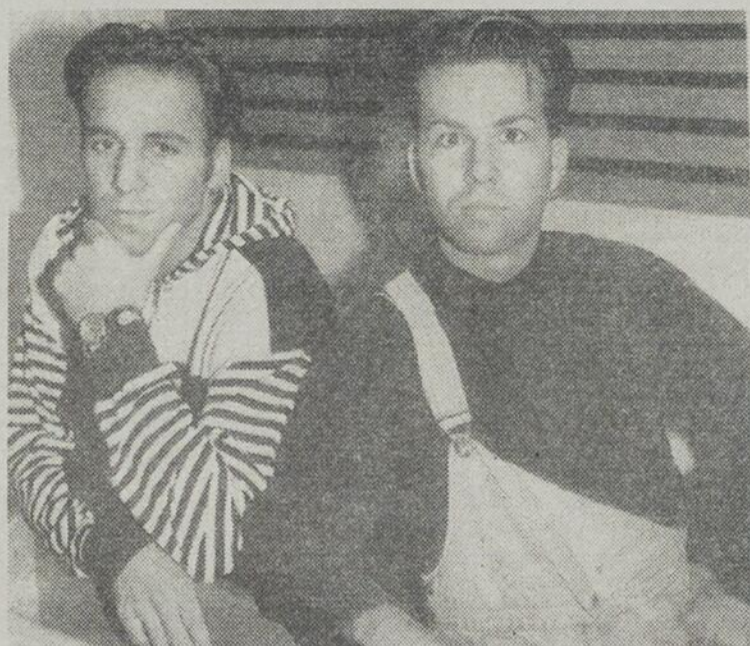
dions si ça allait finir par aboutir à quelque chose. Mais quand on a la danse dans le sang...»

L'an dernier, ils ont donc décidé de jouer le tout pour le tout et de tenter leur chance dans le domaine en s'exilant à Québec. Les possibilités d'y décrocher un contrat sont plus grandes qu'en région.

Evidemment, lorsqu'ils se présentent sur une piste de danse dans un bar, Yannick et Eric passent difficilement inaperçus. De toute façon, ils aiment bien donner des petites démonstrations de leur savoir-faire lorsqu'ils sortent dans des bars. «On fait quasiment toujours des démonstrations quand on sort. On écoute la musique et on danse avec le monde. Mais ce n'est pas pour le monde qu'on danse; c'est pour nous, parce qu'on aime cela. C'est notre forme d'expression», explique Yannick.

#### Pour s'amuser

«Ce soir-là, nous étions au



**BONNE ETOILE** — Yannick Simard et Eric Gagné n'ont pas hésité à tout laisser derrière eux pour tenter leur chance à Québec, où une rencontre avec le Boyfriend s'est concrétisée par leur participation aux vidéos «*Pump it up*» et, prochainement, «*Le prisonnier*».

(Photo: Sylvain Dufour)

Paladium et nous dansions pour nous amuser, racontent-ils. Le Boyfriend était là. Il nous a aperçus et est venu nous parler. Il nous a ensuite demandé notre numéro de téléphone en nous disant qu'il allait nous appeler le lendemain. Au début, nous ne l'avions pas pris au sérieux. On se demandait à combien de jeunes il avait pu dire qu'ils dansaient bien et qu'il voulait leur numéro de téléphone.»

Sauf que le lendemain, le Boyfriend les a effectivement rappelés pour leur offrir de faire partie du spectacle qu'il donnait la semaine suivante. Leur carrière dans le domaine de la danse venait de prendre son envol.

«Nous avons déménagé à Montréal et ça roule depuis ce temps-là», ajoute Eric. Le Boyfriend semble satisfait de leur travail puisqu'il les a gardés. Les danseurs qui les avaient précédés ne faisaient habituellement pas long feu. Dans leur cas, ils travaillent avec le Boyfriend depuis quatre mois déjà.

On peut les apercevoir sur le vidéo «*Pump it up*» et ils apparaîtront évidemment sur le prochain vidéo du Boyfriend, «*Le prisonnier*», qui sera tourné en Grèce.

#### Projets en vue

Ils s'envoleront pour l'Europe le 10 janvier afin de participer aux Sacrées soirées, à l'occasion du Festival de Cannes, sur la Côte d'Azur. Comme ils aimeraient bien jouer dans des productions cinématographiques, ils comptent bien profiter de leur séjour à Cannes pour tenter de rencontrer quelques producteurs et des personnes influentes dans le domaine.

Les deux jeunes gens ne manquent pas de projets. Eric chante et joue du synthétiseur. Il caresse un projet de disque qu'il souhaiterait sortir au printemps s'il réussit à trouver le temps et l'argent pour cela. Quant à Yannick, il envisage

et technologie des médias. Entre-temps, il partira pour Munich, en Allemagne, où il travaillera comme mannequin. Il portera les vêtements d'une compagnie de ski de descente.

Les deux jeunes gens ne regrettent pas d'avoir quitté leurs parents et amis pour tenter leur chance à l'extérieur.

Leur foi en leur talent aura porté fruit. «Ca faisait longtemps que j'en rêvais, confie Yannick. Je me disais qu'un jour, ce serait mon tour». Sa mère, Clauday Ouellet, a d'ailleurs été émue de voir son fils dans le vidéo du Boyfriend. Les parents d'Eric, Lisette et Gaston Gagné, étaient également fiers.

Les deux jeunes hommes n'ont pas l'intention de changer malgré le succès qu'ils connaissent présentement. C'est pourquoi ils n'hésitent pas à venir faire une saucette dans la région lorsque l'occasion se présente, rencontrer leurs proches et leurs amis.



**SÉRIGRAPHIE** — Maurice Rodrigue, au centre, en compagnie de Jacques Larouche et Roger Marchand, de l'Atelier d'estampes Sagamie.

(Photo: Steeve Tremblay)

Première sérigraphie

## Maurice Rodrigue lance «Hombre»

par Paul-Emile Thériault

ALMA (PET) — L'Almatois Maurice Rodrigue a lancé dernièrement, à Alma, sa sérigraphie «Hombre».

Par association avec le nom de cet ancien jeu de cartes venu d'Espagne, on attribue parfois au mot, dit-on, le sens de «celui qui mène la partie», ou «homme». Cela s'applique particulièrement bien à l'oeuvre réalisée par Maurice Rodrigue.

D'abord, on y retrouve une représentation du profil de l'artiste lui-même.

Dans un second temps, il s'est édité lui-même, malgré le fait qu'il ait utilisé les ser-

vices de gens liés à l'Atelier d'estampes Sagamie et que la sérigraphie y a été finalisée.

Pour Maurice Rodrigue, il s'agit d'un retour à la forme picturale, qu'il avait délaissée vers 1976 ou 1977, pour consacrer la majeure partie de ses énergies à la sculpture.

Pour l'instant, il préfère travailler à une sérigraphie en raison de sa diffusion, beaucoup plus grande que pour la peinture. Vingt-six exemplaires de cette première sérigraphie ont été réalisés.

Maurice Rodrigue compte présenter, d'ici à deux ans, une exposition d'estampes et peintures.

### Rocca d'Alma

## Bonne saison au Ciné-club

par Paul-Emile Thériault

ALMA (PET) — La saison du Ciné-club du Rocca a été bonne, malgré une baisse du nombre des spectateurs au cours des dernières semaines. Les nouveautés attendent néanmoins les cinéphiles dès la reprise.

La fréquentation moyenne se situe, de septembre à décembre, à 130 spectateurs, ce qui laisse un léger surplus financier de 400 \$ à 500 \$.

La dernière projection, — La fracture du myocarde, n'a quant à elle attiré que 70 personnes, comparativement aux 180 du début de la saison.

Porte-paroles pour le Rocca, Normand Simard rappelle quelques-uns des éléments ayant défavorisé l'organisation, vers la fin de la saison. Le froid, notamment, a probablement découragé quelques cinéphiles.

Cette saison, on avait vendu un nombre plus élevé de cartes, soit 200.

#### Prochaine saison plus étoffée

Lors de la réunion au cours de laquelle les membres du Rocca ont fait le point, il y a quelques jours, on a aussi décidé d'étoffer la prochaine saison. Celle-ci débuterait à la fin janvier. Elle comprendra dix films plutôt que onze, mais des événements spéciaux s'y ajouteront, probablement trois.

«Il s'agit de joindre davantage les buts du Rocca, vu qu'il y a pas mal de cinéma commercial», résume Simard. Les détenteurs de cartes de membre pourront être admis à moindre coût à ces événements.

On pense à un Festival des films scientifiques, en collaboration avec le Conseil du loisir scientifique. Il s'agirait d'un événement de petite envergure au cours duquel on projeterait trois ou quatre films gagnants de festivals. Il est possible que ce volet se tienne ailleurs qu'au Cinéma du Complexe Jacques-Gagnon. Peut-être au cégep, si des films étaient, par exemple, en 16 mm.

Un invité spécial pourrait également venir à Alma, en février, afin de parler de son film. Le Rocca en tait encore l'identité, le dossier n'étant pas complété. On veut aussi mettre sur pied, probablement en mars, un mini-festival, «Vues d'Afrique», du nom d'un festival de cinéma. Quand il est présenté à Montréal, il devient le lieu de projection d'une quarantaine de films. Des pourparlers sont amorcés afin que soient présentés à Alma quatre ou cinq films portant sur l'Afrique ou réalisés sur ce continent. Depuis deux ans, deux de ces films sont projetés à Jonquière, rapporte Simard.

L'organisation a aussi d'autres projets sur lesquels elle se penchera dès 92.

Contre le stress et la déprime

# Le rire, une thérapie efficace

QUEBEC (PC) — A ce qu'il paraît, les Québécois riaient en moyenne durant 19 minutes par jour, en 1930. Aujourd'hui, ils ne consacrent pas plus de cinq minutes de leur quotidien à la rigolade.

Le rire demeure pourtant le meilleur antidote contre le stress et la déprime. C'est prouvé: une toute petite minute de rire équivaut à 45 minutes de relaxation.

Le Montréalais Bernard Goyette anime, partout au Québec, des ateliers de rire, une approche thérapeutique qui fait actuellement fureur aux États-Unis et en Europe.

Goyette enseigne à tirer le meilleur parti possible de toute situation; alors qu'une partie de l'atelier sur l'humour porte sur les bienfaits physiques que procure le rire. «Quand nous rions, décrit le spécialiste, 18 groupes musculaires entrent en action au niveau du visage. Le rire constitue donc un massage facial extraordinaire.»

Rire permet aussi d'accroître sa capacité d'inspirer et d'expirer et permettre une détente aussi totale. C'est parfois tellement drôle que certaines personnes en pissent dans leur culotte. «A preuve que ça

détend, ajoute le thérapeute: même le sphincter peut relâcher lui aussi.»

Goyette affirme encore que le rire peut avoir des effets bénéfiques sur le cœur, la digestion et la constipation. «Le rire, dit-il, stimule la production d'une hormone naturelle, l'endorphine, sécrétée par les tissus nerveux et l'hypophyse. L'action de cette hormone est analgésique et analogue à celle de la morphine.»

### Réapprendre à rire

Mais la vie n'est pas toujours ce qu'il y a de plus drôle et ne favorisent pas nécessairement la gaieté, la bonne humeur et le désir de laisser vivre en nous l'enfant qui sommeille. Goyette suggère donc un certain nom-

bre de moyens de réapprendre à rire. «Il faut, dit-il, éliminer les facteurs de stress qui irritent notre existence, tout en diminuant les obligations sociales, familiales et professionnelles qui accroissent l'anxiété.»

A la maison comme au bureau, l'accroissement du temps de rire quotidien a de l'importance. «Dans la bibliothèque et la cinémathèque, recommande Goyette, on devrait toujours retrouver des cassettes vidéo drôles et des bandes dessinées.»

Certains épingleuront au mur caricatures et citations amusantes afin d'aider à déclencher le rictus. On peut aussi mettre sur pied de petits cercles d'humoristes en herbe,

une fois par mois, afin de s'en donner à cœur joie. «Ayez toujours en tête un ou deux numéros de téléphone d'amis qui incarnent la joie de vivre, soumet Bernard Goyette. Quand plus rien ne va, un coup de fil à ces bout-en-train peut

nous remettre vite sur la bonne voie.»

Aux États-Unis, de nombreux hôpitaux ont ouvert des «salles de rire» où films, livres et jeux comiques sont mis à la disposition des patients. Au Japon, plusieurs entreprises accordent à leurs employés des «pause-rire» au cours desquelles des travailleurs japonais multiplient les grimaces devant un grand miroir ou s'offrent une pinte de bon sang... devant la photo du patron.



Si vous êtes membre du CLUB Multi-points  
voici votre code pour aujourd'hui....

**31923607**

Sinon... Appelez 1-800-461-2633  
CLUB Multi-points et Multi-points sont des  
marques déposées de Le Groupe Vidéotron liée.

## ENSEIGNEMENTS SPIRITUELS (CHANNELING) à travers Plastrani Medium



**CONTACTS**  
Vendredi archétypes

Thème	Date
Rôle du guide	10 janv.
La mort	24 janv.
Énergies	7 fév.
Le Temps	28 fév.
Le voyage astral	13 mars

**COURS**  
15\$ la leçon **André Moreau Plastrani**

Mardi: Ésotérisme - méditation - aura - guides - karma  
Mardi: Intuition - rêves - visions  
Mercredi: Énergies - quartz - traitement  
Samedi: Hypnose pratique

**SPÉCIAL DU MOIS**  
**20%** SUR TOUS LES LIVRES  
**LIVRES**

**LES ANNALES AKACHIKES**  
Librairie ésotérique  
555 Bégin, Chicoutimi  
**690-1555**  
Membre Ramci rabais additionnels  
**SOIRÉE D'INFORMATIONS GRATUITE**

**CINÉPLEX ODÉON COMBAT LA RÉCESSION!**  
ADMISSION ADULTES \$5.00 ENFANTS / ÂGE D'OR \$4.00 LES MARDIS À \$2.50

Sam Bowden a toujours subvenu aux besoins de sa famille. Mais son passé refait surface et l'obsède.

UN FILM DE MARTIN SCORSESE  
**LES NERFS À VIF**  
version française de CAPE FEAR

DU RÉALISATEUR DE "LES AFRANCHIS"  
ROBERT DE NIRO • NICK NOLTE • JESSICA LANGE

18 ANS

PLACE DU ROYAUME  
1451, BOUL. TALBOT 545-4260  
Sam. dim. 19h05-21h35

CINÉMA DU COMPLEXE  
JACQUES GAGNON ALMA 668-0141  
Tous les jours: 19h00-21h30

BARBRA STREISAND • NICK NOLTE  
**LE PRINCE DES MARÉES**  
version française de THE PRINCE OF TIDES

14 ANS

PLACE DU ROYAUME  
1451, BOUL. TALBOT 545-4260  
Sam. Dim. 13h30-16h10-19h00

CINÉMA DU COMPLEXE  
JACQUES GAGNON ALMA 668-0141  
Tous les jours: 13h00-15h30-19h00-21h30

KEVIN COSTNER  
L'assassinat de John Fitzgerald Kennedy, l'affaire dont le souvenir hante toujours l'Amérique.

UN FILM D'OLIVER STONE  
**JFK** EN VERSION FRANÇAISE

KEVIN BACON TOMMY LEE JONES  
LAURIE METCALF GARY OLDMAN SISSY SPACECK

14 ANS

PLACE DU ROYAUME  
1451, BOUL. TALBOT 545-4260  
Sam. Dim. 16h30-20h00

## OUVERT TOUS LES JOURS A COMPTER DE MIDI

LE 12<sup>E</sup> CONTE POUR TOUS DE ROCK DEMERS

**la Championne**  
UN FILM DE ELIZABETA BOSTAN  
PRODUIT PAR ROCK DEMERS  
AVEC IZABELA MOLDOVAN

UN ROMAN CAPTIVANT!  
UN FILM FASCINANT!

PLACE DU ROYAUME  
1451, BOUL. TALBOT 545-4260  
Sam. Dim. 12h30-14h25

CINÉMA DU COMPLEXE  
JACQUES GAGNON ALMA 668-0141  
Tous les jours: 13h10-15h35

BRUCE WILLIS DAMON WAYANS  
**LE DERNIER BOYSCOUT**  
version française de THE LAST BOY SCOUT  
Le but du jeu, c'est de survivre.

18 ANS

PLACE DU ROYAUME  
1451, BOUL. TALBOT 545-4260  
Tous les soirs: 21h40

CINÉMA DU COMPLEXE  
JACQUES GAGNON ALMA 668-0141  
Tous les jours: 19h10-21h30

version française de AN AMERICAN TAIL  
**FIEVEL AU FAR WEST**

STEVEN SPIELBERG PRÉSENTE  
**FIEVEL AU FAR WEST**

PLACE DU ROYAUME  
1451, BOUL. TALBOT 545-4260  
Sam. Dim. 12h30-14h05-15h45-17h20

CINÉMA DU COMPLEXE  
JACQUES GAGNON ALMA 668-0141  
Tous les jours: 13h15-14h45-16h15