



SAMEDI



SANTÉ

Un sportif
aux fourneaux
Page 4



SAVEURS

Le marché
Maisonneuve
Page 5



JARDINS

Face à une
si grande diversité...
Page 6

TOURISME



Ce qui frappe le long des terrasses de la ville, c'est le nombre de coupes de champagne qui s'entrechoquent à l'heure du 5 à 7.

PHOTOS RHODE ISLAND ECONOMIC DEVELOPMENT CORPORATION

Rhode Island État de chic

*Tout est bien tenu, propre,
soigneusement agencé.
Faut aimer.*

L'État le moins étendu des États-Unis est devenu au fil des ans le bac de sable de beaucoup de New-Yorkais et de touristes qui veulent allier océan et sérénité. Comme points de mire sous haute surveillance financière, on trouve Newport et ses bateaux ainsi que Providence et ses gondoles. Entre les deux, des villages qui aiment leur passé, des vignes, des carrousels, des plages et des phares qui surveillent le chic ambiant.

LIO KIEFER

C'est inscrit sur les plaques minéralogiques des locaux: «*Rhode Island, Ocean State*.» C'est vrai que la majorité de la population vit au bord de l'eau.

Pourtant, dans les années 80, on a surnommé cet État la petite Californie de l'Atlantique. Non pas à cause de surfeurs endiablés ou de blondeurs siliconées égarées. Non, c'est plutôt à cause du nombre infernal de compagnies d'informatique qui ont peuplé les abords de Providence et de Woonsocket.

Le Rhode Island est un État qui ne fait jamais parler de lui, histoire de ne pas attirer les envies et les curieux. Au fil du temps, Irlandais, Écossais, Italiens et Québécois y sont pourtant venus pour flâner des histoires de diamants, de tissage, de bateaux et quelquefois de religieux.

On peut d'ailleurs rencontrer la présence québécoise des années 20 à 50 en apercevant un Lafontaine ou un Latendresse sur le fronton d'un garage ou d'un magasin général. Les propriétaires actuels ne parlent plus un mot de français mais se souviennent que leurs grand-parents venaient des Cantons-de-l'Est ou de la Beauce. La seule Québécoise qui se souvenait de l'être, je l'ai rencontrée du côté de Woonsocket en état de religieuse, continuant avec panache à l'aube de ses 80 ans à parler de Chaudière-Appalaches et à peindre des paysages d'hiver.

Les habitants du Rhode Island sont fiers de leurs richesses, au passé comme au présent.

Pour le passé, on trouve les signes des antiquités au fil des nombreux marchés d'East Bay, là où les tisons et les crémaillères ayant plus d'un siècle for-



À la belle saison, on pratique à Providence le tour de gondole.

ment un décorum assez commun. On y retrouve également une kyrielle de *bed and breakfast* ou de *guest houses* qui font dans la vieille maison irlandaise ou la façade victorienne.

Pour s'imprégner de l'opulence des industriels des siècles passés, il y a aux abords de Newport des cottages d'été qui ont pour symbolique le marbre, que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur. Les cuisines et les salles de bains sont également faites de marbre italien de diverses couleurs, histoire de ne pas s'altérer, et les robinetteries peuvent être en or massif, histoire de ne pas rouiller. La plus grande difficulté de l'État pour garder ces maisons surréalistes, ce n'est pas d'entretenir le marbre mais de le chauffer durant les mois d'hiver. Ce sont alors des banques privées qui financent The Breakers, Belcourt Castle ou Astor's Beechwood pour le bénéfice des touristes qui pourraient attraper un rhume.

VOIR PAGE D 3: RHODE ISLAND



Le grand chic d'aujourd'hui, on le retrouve sur les déliés d'Ocean Drive ou de Cliffwalk, à Newport, avec des marinas de bateaux qui dépassent l'entendement et le sens de notre portefeuille.

SAMEDI

TOURISME

DEPUIS DES DÉCENNIES, LA SÉLECTION DES VILLES-HÔTES DES JEUX OLYMPIQUES A LA PLUPART DU TEMPS PRIVILÉGIÉ DES LIEUX SITUÉS DANS DES ÉTATS DOMINANTS, ÉCONOMIQUEMENT FORTS ET PERFORMANTS, QUI SAVENT FAIRE ET QUI ONT LES MOYENS DE SAVOIR FAIRE. POURTANT, ON ENTEND DES GENS QUI SOUHAIENT UN RETOUR À LA SIMPLICITÉ D'ORIGINE, UN RENONCEMENT À L'EXTRAVAGANCE ET AUX DÉPENSES RUINEUSES. ALORS, POURQUOI PAS L'AFRIQUE?

VOYAGES

Pourquoi pas en Afrique?



Normand Cazalais

« Pourquoi, après tout, les Jeux olympiques ne se dérouleraient-ils pas en Afrique? »

Nous étions attablés dans un restaurant du quartier chinois montréalais. Comme tout le monde, nous avions parlé des attentats survenus à Londres la veille. Et des aléas de la politique internationale. Et de la césure de plus en plus profonde entre les pays nantis et ceux qui le sont moins. Et du choix de la capitale britannique par les autorités du Comité international olympique.

C'est Jean qui a posé la question. Presque comme une boutade.

Jean Lessard n'est pas un deux de pique. Ni un idéaliste en mal de causes perdues. Il a été photographe, éditeur de magazines, propriétaire d'un journal. Il a beaucoup voyagé. Et il compte le faire encore longtemps.

L'idée est séduisante, en effet. Quelles ont été les villes finalistes? Paris, New York, Moscou, Madrid, dites-vous? Ce ne sont pas des bourgades, n'est-ce pas? Sur toutes les télé de la planète, à la une des journaux, leurs habitants, ceux de la Ville lumière en tête, ont exprimé leur «vive» déception de ne pas avoir été choisis, de ne pas avoir la possibilité de recevoir chez eux le nec-plus-ultra de l'athlétisme mondial ni les touristes qui viendront admirer leurs exploits.

Vous conviendrez avec moi que les Jeux olympiques, dans leur mouture contemporaine, c'est une grosse, une très grosse entreprise touristique. Presque — j'en entends soupirer quelques-uns — une chasse gardée des pays du G8. Depuis des décennies, la sélection des villes-hôtes a la plupart du temps privilégié des lieux situés dans des États dominants, économiquement forts et performants, qui savent faire et qui ont les moyens de savoir faire. Qui, en bout de course, peuvent profiter des retombées de tels événements... même s'ils doivent au préalable investir des sommes considérables dans leurs infrastructures.

Mais on ne prête qu'aux riches. C'est un cercle. Pourtant, quand on écoute les tenants du mouvement olympique international, on entend des gens qui souhaitent un retour à la simplicité d'origine, un renoncement à l'extravagance et aux dépenses ruineuses. Entre vous et moi, s'agit-il de marketing ou d'utopie?

Ne nous racontons pas d'histoires: qui, à part la Chine, se dispute les premières places des Jeux, sinon les grandes puissances du modèle occidental (y compris le Japon et l'Australie)? L'olympisme n'appartient pas au Tiers-Monde, aux pays «émergents», comme on dit si bien dans les salons. Sans avoir, pour ce, échappé aux compétitions truquées, aux malversations de toute sorte, aux trafics d'influence, aux tricheries, au dopage et aux substances illicites, à l'hégémonie de l'argent et des commandites.

Nous sommes bien loin d'Olympie. Vous êtes déjà allé à Olympie? Vous avez franchi le portique de son stade? Vous avez vu ses pierres millénaires et cependant modestes? Vous avez entendu, à des siècles de distance, les cris des spectateurs — car seuls les hommes étaient admis dans les gradins — venus des contrées les plus lointaines acclamer les pugilistes, discoboles et lanceurs de javelot qui recevaient une couronne de laurier en récompense de leurs exploits?

Vous souvenez-vous de ces temps? Vous souvenez-vous des paroles du baron de Coubertin? Vous sou-

venez-vous que seules la Suède, la Nouvelle-Zélande... et la Jamaïque lui donnèrent leur appui quand il présenta pour la première fois, en novembre 1892, dans un grand amphithéâtre de la Sorbonne, son projet de «renovation» des Jeux olympiques?

Alors, pourquoi pas l'Afrique? Elle n'a pas les ressources financières? Ni le savoir-faire? Athènes et toute la Grèce ont bien démontré récemment que la réussite des Jeux olympiques n'est pas que l'apanage des puissants et des fortunés. Et tous les sceptiques — Dieu sait qu'il y en avait! — ont été confondus...

Où, pourquoi pas l'Afrique? Vous imaginez la révolution? Vous voyez le message? «L'essentiel n'est pas de gagner mais de participer», répétait-on jadis et naguère en faisant l'apologie des Jeux olympiques. Pourquoi l'adage ne s'appliquerait-il qu'aux athlètes et non aux pays? Et à ce continent mésestimé qu'est l'Afrique?

L'Afrique ne serait pas capable? Encore faudrait-il lui en donner la chance. Et les outils. Lisez et relisez *Les Civilisations noires* de Jacques Maquet.

L'Afrique ne demande qu'à être découverte. Pas avec les yeux ni les intérêts des coloniaux de tout acabit. Mais pour elle-même, pour ses trésors humains, pour son inépuisable fonds culturel. Pour sa résistance aux pires calamités. L'Afrique est un extraordinaire coureur de marathon.

Accorder la tenue de Jeux à l'Afrique demanderait confiance et audace. Et cela constituerait une autre renaissance de l'olympisme. Ce continent n'est pas que maladies, climats extrêmes, troubles politiques et terre à exploiter sans vergogne. Les citoyens et les touristes du monde entier le regarderaient d'un oeil différent. Et voudraient le visiter.

Si vous êtes allé en Afrique, si vous avez vraiment voyagé en Afrique, vous le savez.

Collaborateur du Devoir

HÉBERGEMENT EN RÉGION

POUR ANNONCER, CONTACTER JEAN DE BILLY AU (514) 985-3456 ou 1-800-363-0305 • jdebilly@ledevoir.com

BAS DU FLEUVE

AUBERGE AU MANGE GRENOUILLE *** Une escale d'exception, une invitation au rêve. Auberge de charme, riche en son décor romantique et théâtral. Table gourmande, excellente carte des vins. Spa extérieur et jardin secret dominant les îles du Bic. Trois fois lauréat Nationale au Grand Prix du tourisme québécois, gastronomie, cuisine et hébergement. Prix Carte d'or 2005.

www.aubergedumangegrenouille.qc.ca

info et réservation : (418) 736-5656

AUBERGE LA SOLAILLERIE *** Auberge de charme à Saint-André-de-Kamouraska. Un environnement champêtre et fluvial, une atmosphère envoûtante, des chambres au décor romantique, une table créative et authentique mettant à l'honneur les produits du terroir et les légumes bio. Une expérience de bonheur et de plaisir! **Grand Prix de la Gastronomie: 2004 et 2002.** À proximité: randonnées pédestres, soins de santé, kayak, golf, croisières, Route Verte, musées...

www.aubergelazollallerie.com

info et réservation : (418) 493-2914

CANTONS de L'EST

AUBERGE GEORGEVILLE 1889 ****

Surplombant Georgeville sur le lac Memphremagog, la plus ancienne auberge de Canada de style victorien vous attend! «**ESCAPADE D'ÉTÉ**»: 350\$ pour 2 soirs pour 2 personnes incluant repas gastronomique, thé et douceurs en après-midi, sherry dans le salon, vélos, badminton, croquet, baignade, et plus. À proximité de golf, voile, et encore! Votée parmi les auberges les plus romantiques au Canada. Fameuse cave à vin du Wine Spectator à visiter. À 10 min. du théâtre Vieux Clocher, 90 min. de Montréal. Rabais membre CAA. Appareil massage de précision GRATUIT à rapporter chez vous avec le forfait WATERPIK! «Excellent, merveilleuse expérience», La Presse de Montréal, Revue Weekend.

www.aubergegeorgeville.com

Sans frais: 1 888 843-8686

AUBERGE QUILLIAMS****

Auberge de charme 4 étoiles face au lac Brome, pour des moments magiques et inoubliables. Complètement rénové, 38 chambres et suites, 22 avec foyer. Cuisine raffinée et réputée. Carte des vins recherchée. Piscine int. et ext., saunas, bain turc, nouveau: «Salon des vins» et salon V.I.P. Boutiques et antiquaires à Knowlton à 6 km, un des plus beaux villages du Québec. Pistes cyclables et 5 golfs à proximité. Plusieurs forfaits disponibles: Forfait romantique et forfait, golf. Rabais Age d'Or. Certificats cadeaux. Salles de réunions. C.A.A. 572 Lakeside, Lac Brome, aut. 10, sortie 90, rte 243 sud, 50 minutes du Pont Champlain.

www.aubergequilliams.com

Réservations : 1-888-922-0404

Un des 100 meilleurs spas au monde tout près de chez vous. Venez voir pourquoi le Spa Eastman compte parmi les 100 meilleurs spas au monde selon Bernard Burt et Pamela Lechtman, auteurs du livre «100 Best Spas of the World». Offrez le cadeau rêvé à la personne aimée.

www.spa-eastman.com

(450) 297-3009

1 800 665 5272

La fine fleur des maîtres hôteliers



RELAIS & CHATEAUX

Charlevoix

La Pinsonnière | Cap-à-l'Aigle

Une destination de charme au bord du Saint-Laurent. 26 chambres tout confort dont certaines avec balcon, foyer, sauna, baignoire à remous et panoramas idylliques. Table et cave de grand renom. Service personnalisé et attentif. Fêtez le retour des beaux jours avec le forfait 5 «C»: 2 nuits, cocktail d'accueil, les copieux petits déjeuners, les repas du soir dont un grand repas de 7 divins services. À compter de 205\$/pers/nuît. Pour se réserver: piscine intérieure et soins détente au Spa. Autres forfaits sur www.lapinsonniere.com 1-800-387-4431.

Laurentides

Hôtel-restaurant L'Eau à la Bouche | Ste-Adèle

Relais & Châteaux de 25 magnifiques chambres - Restaurant Relais Gourmands à Ste-Adèle Spécial de juillet 145\$ par pers. occ. dble. par nuit, chambre supérieure, souper Table d'hôte et petit déjeuner taxes en sus (dimanche au jeudi).

(450) 229-2991 ou 1-888-828-2991.

jeaukoubouche.com

Montréal

Hostellerie Les Trois Tilleuls

www.lesrois-tilleuls.com

www.spagivendy.com

| St-Marc sur le Richelieu

CHARLEVOIX

AUBERGE LA PIGNORONDE***

À moins d'une heure de Québec, venez savourer les magnifiques paysages de Charlevoix. Galeries d'art réputées, forfaits découverte, sports et nature, pêche à la truite et au saumon, forfaits golf et forfaits santé. Piscine intérieure, tennis. Visitez notre site internet pour tous les détails.

www.aubergelapignoronde.com

Tél. (sans frais) 1 888 554-6004

GASPÉSIE

AUBERGE DU GRAND FLEUVE * METIS-SUR-MER**

Forfait Jardins de Métis. Lieu très calme à l'écart de la 132. Directement sur la plage avec panorama maritime unique. Une cuisine créative du jardin et de la mer exceptionnelle (360 km de Québec). Bouquin/couette.

www.aubergedugrandfleuve.qc.ca

Réservations: 418-936-3332

www.tourisme-gaspesie.com

ISLE-AUX-COUDRES

AUBERGE LA COUDRIÈRE

Vue sur le fleuve, cuisine fraîcheurs, piscine chauffée, 49 motels, théâtre d'été.

Info hôtel: 1-888-438-2882

Info théâtre: 1-866-363-1329

www.aubergelacoudriere.com

HÔTEL DU CAPITAINE «auberge et motels»

44 ANS D'ACCUEIL TIPIQUEMENT INSULAIRE! Cuisine terroir, souper-chanson, pisc. eau salée chauffée, vélos, Terrasse ombre/soleil, menu campagne. 65 \$ à 95 \$ pour 2 personnes incluant petit déj, cuisiné. Offrez-vous une île!!!

www.charlevoix.qc.ca/hotelducapitaine

1-888-520-2242

LANAUDIÈRE

AUBERGE AUX QUATRE MATINS***

Auberge de charme au cœur de Lanaudière. Activités: vtt, golf, canot, kayak, randonnée. 14 chambres douillettes, suites avec bain thérapeutique, forfait romantique, piscine et spa, massage, cuisine française. Escapade à deux, en famille ou entre amis. Auberge en exclusivité pour réception privée, réunions d'affaires, etc...

www.auxquatre-matins.ca

Sans frais 1-800-929-1932

Chalets & Condos

LANAUDIÈRE

CHALET D'ÉMÉLIE *** Lac Pierre (St-Alphonse-Rodriguez).

Chaleureux et confortables, toutes commodités, 2 ou 3 c. à c. Sur place: magnifique plage privée, kayak, club, pédalo, 12 km de sentiers en forêt privée; randonnée pédestre et vélo. À proximité: golf, équitation et canot en rivière, parcs aérien en forêt, parcs régionaux. Promo DIM au VEN en basse saison.

www.chalets-ernelle.com

450-883-1550/514-214-1550

AUBERGE JEAN CYPHOT

JOLIETTE (près de), domaine privé bordé par lac Priscourt, classé 4 étoiles, tout équipé, 12 c. à c. et s.d.b., foyer piano, Week-end 1 200 \$, 2 nuitées semaine 1 000 \$. Ski alpin, de fond et motoneiges à proximité. Pour fêtes ou affaires.

www.aubergejeancyphot.com

(514) 973-9242

CHALET DES PINS

Domaine privé, site enchanteur, hébergement en chalets tout confort, très propre, foyer, b. tourb. Lac naturel, plage de sable, embarcations, sentiers, tennis, équitation, golf et...

www.chaletdespins.com

450-834-3401 ou 1.877.834-3401

LAURENTIDES

WENTWORTH-NORD

Les Villas du lac St-François-Xavier, classées 4 étoiles. Très grand chalet (jusqu'à 23 pers.) 15 min de St-Sauveur, bord du lac et de la piste cyclable le Corridor Aérobie. Tout équipé, 2 à 10 ch. avec salle de bain privée. Grands salons, salle de conférence, foyer piano à queue, salon de billard, salle de jeux, ping-pong, mississippi, "babyfoot", Quai privé, pédalos, canots, kayaks, randonnée pédestre, ski de fond et raquettes. Weekend ou sem.

www.lesvillas.ca

514-744-2422

LAURENTIDES

STONEHAVEN

Relais & Spa

www.stonehaven-spa.com

Pour quelques heures ou quelques jours de détente, Stonehaven Relais & Spa offre une grande variété de soins: massages, facial, enveloppements... Aussi: bains extérieurs, chambres ravissantes et restaurant avec terrasse magnifique. **Forfait Spa-hébergement** à partir de 199\$/pers/nuît, 2 pour 1 du lundi au jeudi sur accès aux bains jusqu'à 30 nov. 05, sur présentation de cette annonce.

1-866-333-7SPA

MAURICIE

AUBERGE LE BOME***

Grandes Piles au bord de la rivière St-Maurice, vivez la nature du parc national. Cuisine intuitive, 10 ch. Intimistes plusieurs forfaits vacances surprise.

www.bome-mauricie.com

1-800-538-2805

Auberge Santé

Lac Neiges

www.aubergesantelacdesneiges.qc.ca

AUBERGE SANTÉ LAC DES NEIGES

Située sur une presqu'île, ce site en pleine nature vous offre des soins corporels et esthétiques par des thérapeutes professionnels. Nous disposons d'un salon avec foyer, une grande piscine intérieure chauffée, un sauna, un spa extérieur. Nous servons une fine cuisine champêtre. Forfait régional en Restauration-cuisine. **Grand Prix du Tourisme 2002** Salle de réunion équipée. Plusieurs forfaits.

1-800-757-4519

SAGUENAY / LAC ST-JEAN

AUBERGE DES BATTURES

www.battures.ca

AUBERGE DES BATTURES, LA BAIE ***

Surplombant le majestueux fjord du Saguenay, 32 chambres. Ambiance d'intimité romantique. Cuisine fine et créative. Salles pour rencontres d'affaires ou de famille. **Forfaits spectacles:** Fabuleuse histoire d'un Royaume, Ecce Mundo, Québécoisisme. **Nombreuses activités à proximité:** golf, kayak, randonnées, équitation, musées, croisières...

1-800-668-8234

AUBERGE DES CÉVENNES ***

À l'Anse St-Jean, 14 chambres au confort moderne, de longues galeries et une cuisine classée 3 étoiles (guide Voir 2005). P.A.M. à partir de 57 \$ p.pers. occ. dble

www.auberge-des-cevennes.qc.ca

1-877-272-3180

HÔTEL LE PARASOL

Sur les plus hautes collines de Chicoutimi, Le Parasol vous offre une vue exceptionnelle sur la ville et la rivière Saguenay. Profitez de notre forfait **"Plus Fjord que Tour"** à partir de 142\$/pers. occ. dble. incl.: 1 nuit, 1 déj., 1 grand spectacle au choix, 1 croisière de votre choix dans le fjord du Saguenay à bord d'un des navires de Croisière Marjolaine. Option: ajoutez une 2^e nuit et 1 déj. 198\$/pers. occ. dble. Taxes en sus.

www.aubergeleparasol.com

1-866-543-7771

VIEUX-QUÉBEC

AUBERGE ST-PIERRE

www.auberge.qc.ca

Distinctif... À deux pas du Vieux-Québec et au cœur du Vieux-Port, l'Auberge St-Pierre vous accueille avec ses planchers de bois, murs de pierres et de briques, baignoires à remous, couvertes de duvet et bien plus... Vous y vivrez une expérience unique où le charme d'antan s'allie à la distinction d'un service haut de gamme! **Tarif à partir de 129 \$** (petit déjeuner gourmet inclus). Forfaits disponibles.

1 888 268-1017

Hôtellerie Champêtre

Auberges et Hôtels du Québec

Vous faire plaisir, c'est dans notre nature!

LANAUDIÈRE

AUBERGE DU LAC TAUREAU

Authentique auberge en bois rond, exceptionnelle plage de sable fin, lac immense, fine cuisine régionale et spa à la fine pointe des traitements thérapeutiques: voilà l'offre unique de l'Auberge du Lac Taureau. Tous les forfaits incluent le petit déjeuner, le souper table d'hôte 4 services, le pourboire ainsi que l'accès aux canots, pédalos, kayaks, tennis, sentiers de randonnée pédestre et une heure d'activité parmi les suivantes soit vélo de montagne ou planche à voile. Réservez dès maintenant votre séjour à partir de 123 \$ par adulte par nuit en occupation double (séjour minimum de 2 nuits).

www.lactaureau.com

1-877-822-2623

SAMEDI

TOURISME

ICI, ON A DROIT À UNE IMPORTANTE MASSE DE PROPRIÉTAIRES DE RAFIOTS INFORMATISÉS VENANT DE BROOKLYN ET SORTANT TOUT DROIT OU DE TRAVERS DES PRODUCTIONS CINÉMATOGRAPHIQUES OU TÉLÉVISUELLES. LE PRÊT-À-PORTER, LA DÉCORATION INTÉRIEURE, LA PEINTURE EN TOUT GENRE ET L'INDUSTRIE PHARMACEUTIQUE SONT ÉGALEMENT BIEN REPRÉSENTÉS.

RHODE ISLAND

SUITE DE LA PAGE D 1

On arpente également le passé dans les villages de Portsmouth, Jamestown, Tiverton ou Little Compton, là où les débuts de la colonie ont laissé un manoir, deux canaux et quelques bouts de forts. Marchands d'antiquités et places de villages donnent à l'ensemble un côté suranné, voire figé dans le temps.

Le grand chic d'aujourd'hui, on le retrouve sur les déliés d'Ocean Drive ou de Cliffwalk, à Newport, avec des marinas de bateaux qui dépassent l'entendement et le sens de notre portefeuille. Il y a d'ailleurs dans cette ville deux clientèles, la clientèle des voyeurs et celle des possédants navigateurs.

On les retrouve quelquefois dans les mêmes restaurants. Les premiers aiment à reconnaître une face burinée par le soleil et les embruns qu'on a aperçue dans l'après-midi sur un trois-mâts de rêve. Les seconds se plaisent à raconter à leurs émules ou à leurs confrères des histoires de criques secrètes ou de dernières sauteries réussies du côté de New York. En effet, ici, on a droit à une importante masse de propriétaires de

Ça sent le chic, ça ressemble au chic, c'est cher comme le chic doit l'être

rafiots informatisés venant de Brooklyn et sortant tout droit ou de travers des productions cinématographiques ou télévisuelles. Le prêt-à-porter, la décoration intérieure, la peinture en tout genre et l'industrie pharmaceutique sont également bien représentés. Ce qui frappe le long des terrasses de la ville, c'est le nombre de coupes de champagne qui s'entrechoquent à l'heure du 5 à 7. Les féminités rencontrées sont de tout âge et sont dégrafées comme il se doit, accompagnant le plus fréquemment des loups de mer sans âge très bronzés qui ont le sens de la casquette de capitaine au long cours et de la veston bleu marine.

On dit ici que la plupart sont juifs ou assimilés et qu'ils fréquentent de temps en temps la synagogue Touro, la plus ancienne synagogue des États-Unis. Ce sont les Italiens et les Hongrois qui me l'ont dit...

Ce qui est sûr, c'est qu'on trouve aux abords des plages environnantes des places de stationnement réservées aux rabbins, juste à côté de celles réservées aux personnes à capacité physique restreinte.

Cette clientèle dorée, on la re-

trouvera au mois d'août dans les allées du festival de jazz ou pendant les festivités de l'America Cup, là où les vedettes invitées sont plus nombreuses au mètre carré qu'au Festival de Cannes.

Pour plus de sérénité mais toujours avec un certain chic: Providence, la capitale de l'État.

À la belle saison, on y pratique l'art pyrotechnique et le tour de gondole.

S'il y a une gondole vénitienne, il y a un quartier italien où rivalisent des restaurants de la péninsule de très grande tenue.

Un quartier historique pour se souvenir, un quartier financier pour ne pas perdre de vue le dollar et des musées pour de l'art moderne qui est ici un must apprécié.

Le mélange architectural est amusant. On flirte allègrement de l'époque coloniale à la fédérale en passant par la victorienne avec, en prime, la colonnade d'inspiration grecque ou la colonne de verre d'inspiration incertaine.

Pour la beauté de l'océan, on ira le long de la côte de Warwick.

Pour les golfs et les plages, ce sera du côté de South County, là où on retrouve un microcosme de la Nouvelle-Angleterre.

Un parcours du vin où on ne retiendra pas de grands crus mais où on peut passer des heures à se déplacer de village en village et à goûter des confitures.

Des phares où on peut dormir, des centaines de carrousels d'antan où on peut tourner, des bacs de sable où on ne peut pas fumer, et des boutiques, des boutiques, des boutiques...

Tout est bien tenu, propre, soigneusement agencé. Faut aimer.

Comme à Block Island, en face de l'État, là où l'Irlande se mélange aux Yankees.

Ça sent le chic, ça ressemble au chic, c'est cher comme le chic doit l'être.

C'est vraiment l'État du chic.

■ Pour des renseignements sur l'État du Rhode Island: www.visitrhodeisland.com.
■ Pour l'histoire: www.rhhs.org.
■ Pour Providence: www.providence.com.
■ Pour Newport: www.newport.com.



PHOTOS RHODE ISLAND ECONOMIC DEVELOPMENT CORPORATION
Pour la beauté de l'océan, on ira le long de la côte de Warwick. Pour les golfs et les plages, ce sera du côté de South County, là où on retrouve un microcosme de la Nouvelle-Angleterre.

CLIN D'ŒIL

Rencontre au sommet

CAROLYNE PARENT

«Grindelwald est une station rurale, une station peu commerciale. Quand on pense à la Suisse, on se dit que c'est à ça que ça devrait ressembler.» Sammy Salm, directeur du Bureau de tourisme de Grindelwald, n'est pas du tout objectif, mais il a tout de même raison.

Nous sommes dans l'Oberland bernois, au centre du pays, et Grindelwald, un village de 4000 habitants et trois magasins et quart blotti dans une verte vallée cernée de sept alpages, est suisse à souhait avec ses chalets... suisses sur fond de cimes enneigées.

En avril dernier, nous étions entre deux saisons: trop tard pour le ski, trop tôt pour la randonnée. Cependant, temps triste ou pas, le patelin, adossé à l'impressionnante verticalité de l'Eiger, s'est avéré un bon point de chute pour accéder au «Top of Europe».

Ce «top», c'est le Jungfraujoch, un éperon rocheux qui atteint 3454 mètres d'altitude. Là-haut, depuis un balcon, une terrasse et un restaurant panoramiques, on peut admirer le tout premier site alpin à figurer à l'inventaire du patrimoine naturel mondial de l'UNESCO: le mont Jungfrau (4158 m) et le glacier d'Aletsch, le plus long des Alpes. Et qu'on attache sa tuque, au propre comme au figuré: le paysage de pics, de glace et de neige est éblouissant!

Une prouesse technique

C'est un train à crémaillère qui assure la liaison de 12 kilomètres (11 827 mètres, pour être helvétique).

quement précis!) entre Kleine Scheidegg et le Jungfraujoch, ce qui en fait la plus haute gare d'Europe.

En voiture! L'Eiger Ambassador Express, qui n'a rien d'un express, et c'est tant mieux, grimpe doucement tandis qu'Olivier Winkel, maître à bord, y va de ses explications.

Le tracé ferroviaire, réalisé entre 1896 et 1912, est une véritable prouesse technique. Le train passe carrément à travers les monts Eiger et Mönch. Dans ce tunnel, des postes d'observation vitrés permettent de voir de près le glacier de l'Eiger et l'Eismeer, une mer de glace qui compte 500 mètres d'épaisseur par endroits.

Au sommet, un demi-million de personnes se croisent chaque année. Hiver comme été, les plus sportifs en profitent pour s'élancer sur les nombreux sentiers de randonnée. Nul doute qu'ils y découvrent ce à quoi ressemble la vraie Suisse.

Le billet de train pour monter au «Top» coûte 168 francs suisses (environ 168 \$). Avec la Swiss Pass, on obtient un rabais de 25 % et, avec la Swiss Card, de 50 %. Notons que la Swiss Card donne accès à tous les modes de transport suisses, y compris les trajets aéroport-destination-aéroport, en plus des rabais sur les billets de téléphérique et de chemin de fer de montagne privés. À bord de l'Eiger Ambassador Express, il en coûte 300 francs suisses par personne, et un minimum de 20 personnes sont requis. À ce prix, champagne et repas sont compris.

Collaboratrice du Devoir



L'Eiger Ambassador Express à Kleine Scheidegg.

■ Renseignements: www.MySwitzerland.com, www.jungfrauBahn.ch, www.swiss.com.

Swiss International Air Lines assure une liaison quotidienne Montréal-Zurich.

CHEZ VLB, LA MAISON DU TÉLÉROMAN

Dans des lieux restaurés, plongez avec Victor-Lévy Beaulieu dans l'univers des téléromans québécois de 1960 à aujourd'hui. Des décors authentiques, des accessoires, des costumes, des pièces de collection uniques, des jeux interactifs, des histoires à regarder. Pour votre plaisir aussi, un resto-bar (cuisine régionale), une librairie, un magasin d'antiquités et d'artisanat, une galerie d'art. Ouvert jusqu'au 5 septembre tous les jours des 10 heures. Une seule adresse: 23 rue Pelletier, Trois-Pistoles.

Pour informations: 1 (418) 857-2000



Dans la verte vallée de Grindelwald.

Bon voyage

PRAGUE ET LA BOHÈME...



Claude Julien, accompagnateur

NOUS Y RETOURNONS DU 13 AU 27 SEPT.

- Pour son festival d'automne de musique classique ou se produisent les meilleurs orchestres d'Europe
- Pour ses somptueuses églises et palais baroques
- Pour ses stations thermales réputées

PETIT GROUPE - PLACES LIMITÉES
P.S.: nous vous réservons les billets de concert.



VOYAGES
marie-paule
FRASER

RENSEIGNEMENTS: Marie-Paule
au 274-5056 ou 1-877-274-5050
Permis du Québec

Paris à la carte. Économisez jusqu'à 45\$ par personne à partir de 634\$

Départs entre le 17 juillet et le 31 août à partir de 844\$
Départs entre le 1er septembre et le 31 octobre à partir de 634\$

LA FRANCE — Départs entre le 17 juillet et le 30 octobre

Lyon, Marseille, Nantes, Toulouse, Nice à partir de 733\$

Forfait à PARIS 7 nuits à l'hôtel des Arts à partir de 1284\$
Départs entre 1er et le 31 août

Forfait à NICE 7 nuits à l'hôtel Monsigny à partir de 1399\$
Départs entre 17 juillet et le 31 août

Les forfaits comprennent: le vol de Montréal, 7 nuits d'hébergement en occ. double (tous les petits déjeuners, les transferts, une croisière d'une heure et les taxes)

Club Med EXPERT N°1 AU CANADA à partir de 1390\$
LE tout-compris

TURQUIE... Épargnez jusqu'à 800 \$ par couple. Départs entre le 17 juillet et le 28 août à partir de 1599\$
Les prix sont par personne, pour une chambre double en occ. double. Les non-membres Club Med doivent acheter une carte de membre de 50 \$. Le tour est sujet à disponibilité et à changement sans préavis.

CINQUIÈME SAISON (514) 270 1237 sans frais 1 800 5-SAISON 30 AVENUE DE L'ÉPÉE (ANGLE LAURIER), OUTREMONT

VOYAGES CULTURELS VIP (Filiale de Voyages d'une Vie inc.) La culture, notre préoccupation quotidienne

TURQUIE 5 AU 29 OCT. (Complet)

12 OCT. AU 5 NOV. - 6 places
25 jours: 4 581\$ tt inclus

ÉGYPTÉ 28 OCT. AU 21 NOV. - 4 places

4 AU 29 NOV. (Complet)
10 NOV. AU 4 DÉC. - 2 places
25 jours: 4 774\$ tt inclus

Inde du Nord et du Sud: 23 jours
5 NOVEMBRE: 6 599\$ 2 places

CHINE 1er AU 29 OCT. 2005

Escalles: Vancouver (1 jr), Tokyo (3 jrs), Hong Kong (2 jrs)

GRAND TOUR D'ARGENTINE 1er AU 24 NOV. 2005
24 jours: 5 049\$ - 6 places

6 459\$ tt inclus - 4 places

Petits groupes — Itinéraires exclusifs. Demandez les itinéraires détaillés.

Renseignements: 514-844-0407

Pour annoncer dans ce regroupement, contactez
Jean de Billy au 514-985-3456 : jdebilly@ledevoir.com

SAMEDI

SANTÉ

Un sportif aux fourneaux



Carole Vallières

Le matin, au gîte de Québec où nous logeons, Chantal et Fred sont déjà attablés. Entre deux fraises de l'île d'Orléans (les meilleures!), Chantal nous dit, des étoiles dans les yeux, qu'ils sont allés manger au Laurie Raphaël la veille au soir. «Et comment avez-vous trouvé cela?» «Ah! vraiment, c'était délicieux, et nous avons été traités comme des rois.» Elle est encore émue au petit-déjeuner! C'est là que je lui raconte que j'ai rencontré le chef Daniel Vézina dans la jolie cuisine où il donne des cours. D'embellie, j'ai demandé au chef si la santé l'intéresse.

Daniel Vézina. Ma santé est très importante. Ça fait quatre ans que j'ai un entraîneur privé, j'y vais au moins trois fois par semaine, pendant la coupure de l'après-midi. J'ai essayé de m'entraîner tout seul, ça ne m'a pas mené loin. Je fais beaucoup de cardio, qu'on combine avec des exercices musculaires et des étirements. Benoit, mon entraîneur, me fait travailler desorteils jusqu'aux oreilles, et ce n'est jamais le même entraînement. Il invente des exercices pour moi. On fait du *circuit training* et du *spinning* une fois par semaine, j'adore ça! J'aime me dépasser, aller au bout de mon énergie. Je me suis construit un dos. Et mon ami Normand Laprise m'a emmené au golf, ce n'était pas le moment. Il m'a donné la piquette; maintenant, je joue aussi avec ma femme. Et quand tu commences à être sportif, c'est là que tu comprends l'importance de bien t'alimenter.

Le Devoir. Ce qu'on entend sur l'obésité, vous en dites quoi?

D.V. C'est chez les jeunes que c'est le plus frappant. Pour moi, mon poids est vraiment une préoccupation. Je n'ai pas envie de devenir le chef bedonnant, et nous, on goûte du matin au soir. C'est beau-

coup de travail, par contre! J'essaie de voir un massothérapeute une fois par semaine, j'ai un bateau, je fais beaucoup de *wakeboard* — c'est une planche à neige sur l'eau —, on a même commencé à faire du *skate-surf*, c'est une planche sans attelage. Je suis plutôt un *beach boy*, pas un gars que tu amènes dans le bois. J'ai une plage chez moi en avant de la maison, j'aime faire du volleyball de plage, on a un terrain de badminton et, avec les enfants, je fais du kayak. Aussitôt que j'ai 30 secondes, je fais un sport. L'autre truc auquel je fais attention depuis sept ou huit ans, c'est de manger moins de féculents, moins de pain blanc, moins de pommes de terre, moins de pâtes... J'avais lu Montignac, je voulais perdre un peu de poids, j'ai essayé ça et je me suis senti mieux.

Le Devoir. Vous me dites qu'un type comme Montignac peut avoir de l'influence sur un grand chef?

D.V. À un moment donné, je me suis beaucoup intéressé aux différents régimes, mais j'ai compris que si tu suis le régime Montignac et que tu t'entraînes sérieusement, je dirais que ça peut être dangereux. Ça en prend, des hydrates de carbone!

Le Devoir. Avez-vous appliqué les combinaisons alimentaires dans votre cuisine?

D.V. Parfois. Vous savez, Montignac est devenu très populaire, et j'ai des clients qui se sont mis à me demander de ne pas mélanger protéines et féculents. Moi, tout ce que j'apprends dans le domaine de la santé, je l'intègre dans ma cuisine. Par exemple, la crème et le beurre: je n'en ai presque pas dans mes plats. Pour les sauces, on fait réduire des jus de légumes ou des jus d'agrumes, on les émulsionne avec des huiles de première pression. Et ce n'est pas des clients: les préoccupations de bien manger, aujourd'hui, c'est toute la société. Je pense que nous, les chefs, on est le reflet de tout cela, mais, plus encore, on est en avance. Mais nous devons dire un peu plus ce que nous faisons. Moi, ça fait huit ans que j'utilise du cerf de Boileau, qui est élevé en semi-captivité, ça fait des lunes que je n'utilise plus de saumon d'élevage... Ma clientèle ne le savait pas vraiment, alors j'ai demandé à mes serveurs de le dire aux clients. Ma cuisine est très saine depuis des années, mais aujourd'hui, ça intéresse les gens... Dans tout ça, mon but, c'est toujours que ma cuisine soit meilleure. Nous, les chefs, sommes avant tout des ar-



CLEMENT ALLARD LE DEVOIR

«J'aime faire du volleyball de plage, on a un terrain de badminton et, avec les enfants, je fais du kayak. Aussitôt que j'ai 30 secondes, je fais un sport», raconte Daniel Vézina.

tistes du goût. On fait aussi attention aux espèces en voie de disparition, on ne les met pas au menu.

Le Devoir. Et les OGM?

D.V. J'aime mieux les boycotter, complètement. On ne sait pas où on s'en va avec ça. Perdre des variétés, si on pense à tous les légumes oubliés qu'on retrouve aujourd'hui, imaginez ce que ce sera dans 30 ans si on se met à mélanger les espèces — et pense à la pollinisation involontaire par les OGM! S'ils veulent faire des expériences avec les OGM, qu'ils en fassent, mais qu'ils ne viennent pas nous polluer... S'ils trouvent une plante qui peut pousser dans le désert et nourrir l'Afrique, je serai d'accord. En dehors de ça...

Le Devoir. Être chef, ça prend une santé de fer?

D.V. Oui, à la base. Passer 16 heures debout devant les fourneaux... Malgré qu'on s'endurcisse, remarquez. Quand j'ai commencé, à 16 ans, on me demandait d'émulsionner avec 30 jaunes d'œufs. Après cinq minutes, j'avais le bras mort, mais regardez mes avant-bras [il me les montre: impressionnant!], je les appelle mes avant-bras de Popeye! J'en ai brassé, de la hollandaise, dans ma vie!

Sur cet éclat de rire, je suis repartie sous le ciel de Québec...

vallieca@hotmail.com

BOUFFE ET MALBOUFFE

Le lait malmené



Fabien Deglise

On vit une époque formidable, une époque incroyable même, où, au nom de la modernité, la vraie nature de plusieurs aliments est aujourd'hui malmenée. Un doute? Prenez les yogourts, les fromages et les crèmes glacées. Historiquement conçus avec du lait et la crème qui vient avec — bien sûr! —, ces incontournables du régime alimentaire québécois sont étrangement de moins en moins en contact avec le précieux liquide blanc. Les propriétaires de vaches s'en plaignent fortement, encaissent, disent-ils, les pertes financières liées à cette tendance. Mais au-delà de la plainte prévisible du producteur laitier, ce sont surtout les consommateurs qui devraient grogner. Pourquoi? Pour perte de jouissance et de goût, et ce, à des prix pas toujours équitables.

Cheddar, bocconcini, ricotta, yogourt allégé ou tranche de crème glacée napolitaine (par exemple): la disparition en douce du lait dans les produits censés en contenir est désormais aussi facile à palper que la perte d'habiletés culinaires chez les générations montantes. Et pour cause. C'est que les transformateurs ont recours à des sous-produits du lait afin de concocter les aliments qu'ils aiment nous vendre, histoire de réduire les coûts de production.

Huile de beurre sucrée, caséines, caséinates et isolat de protéine, pour ne citer qu'eux, sont donc à la mode dans l'industrie, qui se gave de ces sous-produits se présentant sous forme de poudre et importés de la Nouvelle-Zélande, de l'Allemagne, du Royaume-Uni ou de la République tchèque, où leur production est généralisée et où les subventions accordées à l'univers agricole permettent de les exporter à des prix défiant toute concurrence, largement inférieurs à ceux en vigueur pour le bon gros lait des vaches d'ici.

Sur l'étiquette, la rentable substitution visant à faire sourire les actionnaires est facile à démasquer: l'apparition d'un énigmatique «substances laitières modifiées» dans la liste des ingrédients — alors que la recette originale exige plutôt la présence de crème et de lait — trahit à tout coup l'usage de ces sous-produits venus de loin. Ces substances ne peuvent venir que de l'étranger, le Canada n'ayant pas encore les installations nécessaires au découpage de son lait en sous-produits à des fins commerciales.

Selon les groupes de pression versés dans la défense des inté-

rêts économiques des producteurs de lait (et ils sont nombreux), ces dérivés ont d'ores et déjà pris la place d'un tiers de la production laitière d'ici avec, à la clef, des pertes de 70 millions de dollars par année, soit 4 % des ventes totales de 1,9 milliard réalisées par le secteur laitier, prétendent ces lobbys.

Mais tout ça, bien sûr, n'est que logique comptable. Ces substances laitières modifiées viennent surtout semer le trouble dans l'univers du goût et de la saveur. Sans surprise, d'ailleurs, et avec une équation simple: un dérivé du lait, bien que provenant du lait, est incapable de livrer aux papilles les propriétés du lait dans toute sa complexité. Conséquence: un fromage, un yogourt ou une crème glacée qui s'y frotte n'arrive jamais à la cheville de son lointain cousin, qui reste accroché au lait ou à la crème pour construire sa personnalité.

Pis encore, la déconvenue est double quand on s'aperçoit que même s'ils sont élaborés avec des ingrédients moins dispendieux glanés sur le marché international, les aliments flirtant avec les sous-produits du lait sont généralement vendus au même prix que ceux qui en sont exempts. La quête d'un meilleur retour sur l'investissement pour le fabricant explique cette drôle de fixation de prix... qui abuse aussi au passage, et vachement, de l'ignorance des consommateurs.

En sont-ils lésés? Cela dépend des goûts. N'empêche: pour la crème glacée — recette de base: crème, lait, jaunes d'œufs et ingrédients aromatisants —, l'*Homo consumus* doit bien souvent composer avec une mixture étonnante où les substances laitières modifiées côtoient les gomme de caroube, de cellulose et de guar ainsi que la carraghénine afin d'avoir la texture que la modernité lui a fait perdre. Plus intrigant encore, une marque célèbre mettant l'accent sur la crème qu'elle contient n'hésite pas à marier crème et sous-produits afin d'inscrire sa création dans un air du temps agro-industriel qui ne cesse de surprendre.

Pour les fromages industriels, le résultat est le même avec des textures de plastique ou de carton caractérisant un très populaire cheddar quasi transparent et des «filles» pour enfants faisant une place de choix aux dérivés du lait importés d'Europe et d'Océanie. Le yogourt, historiquement composé de lait, de crème et de bonnes bactéries, induit la même déception. Surtout quand il se fait alléger et qu'il appartient à une grande multinationale des desserts lactés. Mais c'est sans doute le prix à payer quand on se laisse nourrir les yeux fermés par une industrie habile à tirer profit des règles du jeu économique qui encadrent son évolution.

Le Devoir

bouffe@ledevoir.ca

Rencontres

Annoncez-vous GRATUITEMENT:

Récupérez vos messages RAPIDEMENT:

Répondez aux annonces RAPIDEMENT:

Placez gratuitement votre annonce en composant le (514) 985-2507. Enregistrez votre annonce avant le lundi 9 h pour une parution le samedi suivant.

Prenez gratuitement connaissance du nombre de message reçues par le (514) 985-2507. Composez par la suite le 1-900-451-6528 pour les écouter.

Avec votre téléphone "touchtone", composez le 1-900-451-6528. Des frais de 2,29 \$/min. (+ taxes) seront portés à votre compte de téléphone.

FEMME CHERCHE HOMME

AMANT RECHERCHÉ. Femme de Mtl, 43 ans, 5'6", 126 lb, chev et yx bruns, belle app, agréable, positive, gentille, cherche H, pour relations sexuelles et plus. 722464

JEUNE DE COEUR ET D'ESPRIT. Mtlaise, 44 ans, 5'11", 110 lb, chev et yx bruns, belle app, sociable, aime sports de raquette, cherche H 43-47 ans, pour relations intimes et plus. 1559292

UN ANGE TOMBÉ DU CIEL. Mtlaise, 29 ans, 5'4", 138 lb, chev auburn, yx bruns, app agréable, sérieuse, attentionnée, aime musique, plein air, désire H 35 ans et moins, pour amour et plus. 569872

PLAISIRS ET RIRES RECHERCHÉS... ÇA PRESSE! Mtlaise, 37 ans, 5'7", 143 lb, chev auburn, yx bruns, belle app, enjouée, respectueuse, cherche H 30-50 ans, pour sexualité et plus. 648421

PROFESSIONNELLE SYMPATHIQUE ET SOUTIENANTE. 46 ans, 5'7", châtaine, yx bleus, douce, cultivée, enjouée, catholique-pratiquante, cherche H 5'11" et plus, pour relation harmonieuse. 10730

VEUVE EN QUÊTE DE... 59 ans, 5'6", 135 lb, châtaine, yx bleus, n-fum, à l'aise, ayant goûts variés, cherche H sérieux. 10673

BONNE HUMEUR GARANTIE. Femme de Repentigny, 33 ans, 5'5", 175 lb, châtaine, yx bruns, sportive, spontanée, positive, aime plein air, cherche H 32-39 ans, pour relation amoureuse et plus. 1579781

MIGNONNE, ENJOUEE ET ESPRITUELLE. Adorable avocate, 5'3", 100 lb, délicate, aime rire, bouter, découvrir, cherche H 35-50 ans, intelligent, au cœur grand comme océan, pour vivre heureux à deux. 10703

ACTIVE ET SOUTIENANTE. Repentigny, professionnelle, aime activités culturelles, voyages, certains sports, cherche H d'affaires ou professionnel 55-62 ans, pour partager qualité de vie. 10705

PSYCHÉ CHERCHE ÉROS. Sherbrooke, début 60aine, 5'5", 155 lb, n-fum, professionnelle de la santé, cherche H 50-65 ans, n-fum, sensible, viril et spirituel. 10688

DOUCE ET AUTHENTIQUE JEUNE FEMME CHERCHANT SON PRINCE... Longueuil, 27 ans, 5'5", 120 lb, chev et yx bruns, app agréable, mature, cherche H 25-35 ans, pour relation amoureuse et plus. 1606131

Y EN A-T-IL UN EN QUI JE POURRAIS AVOIR FINANCEMENT? Mtlaise, 47 ans, 5'5", 136 lb, chev et yx bruns, app agréable, attentionnée, souhaite connaître H 45-55 ans, pour relation amoureuse et plus. 1604065

BELLE DIVORY. 36 ans, 5'3", mince, blonde, yx bleus, visage jeune, intello, artiste, cherche H 30-40 ans, n-fum, pour relation sérieuse, visiter musées, marche et vélo. 10578

DE L'ÉTICELLE JAILLAIT LA FLAMME. Belle brune de Ste-Thérèse, 44 ans, 5'2", 125 lb, yx pers, sympa, positive, aime plein air, musique, cherche H 44-50 ans, pour amour et plus. 880323

EN QUÊTE D'UN COMPAGNON POUR SORTIES CULTURELLES. Mtlaise, sociable, 5'1", 105 lb, niveau universitaire, aimerait rencontrer H ayant affinités. 10716

MONTREALAISE CAPABLE DE GRANDE PASSION. 40 ans, grande, mince, sensible, aime littérature, recherche H de passion et de sagesse, 40-45 ans, ayant brio de folie, pour amour. 10704

AMATRICE DE VOYAGES. Universitaire, fin 40aine, aime musique jazz, campagne, danse contemporaine, aimerait rencontrer H. 10689

VIVRE EN PAIX ET EN AMOUR. Lavalloise, 44 ans, 5'4", 108 lb, yx pers, app agréable, tendre, enjouée, aime équitation, cherche H 43-55 ans, pour amour et plus. 695544

PETITE BRUNE AIMANTE. 40 ans, sensible, intellectuelle, ouverte, cherche H 36-46 ans, ouvert, ayant conscience sociale, pour relation enivrante à long terme. 10690

CRÉATIVE ET SÉLECTIVE. 58 ans, 5'5", 135 lb, châtaine, positive, sensible, cinéphile, aime nature, marche, vélo, golf, lecture, recherche compagnon raffiné, sincère, aimant la vie, pour partager projets de vie. 10144

IL AUX TRÉSORS. Mtlaise, 47 ans, 5'5", 151 lb, châtaine, yx bruns, app agréable, respectueuse, tendre, aime ciné, musique, cherche H 50-65 ans, pour aventure et plus. 1573551

FIÈVRE DU PRINTEMPS... OU DE 40 ANS? Femme de Mtl, 44 ans, chev blonde, yx bleus, mature, authentique, aime ciné, musique, cherche H 40-55 ans, pour relations intimes et plus. 1022648

RÉVEZ-VOUS ENCORE? Femme de Longueuil, 50 ans, 5'4", 130 lb, chev et yx bruns, belle app, sérieuse, socialement active, cherche H 45-55 ans, pour sexualité et plus. 283869

LA PASSION EST LE SEXE DE L'ÂME. Mtlaise, 27 ans, 5'3", 121 lb, châtaine, yx bleus, app agréable, tendre, indépendante, aime basins, cherche H 25-35 ans, pour amour et plus. 129982

DÉCONCERNÉ SÉRIEUSEMENT. Femme début 50aine, 5'4", mince, roche, yx bleus, m-intello, m-sportive, cherche H 50aine, pour faire bout de chemin, décorner et philosopher. 10682

CULTIVÉE ADORANT LA NATURE. Mtlaise, 50aine, 5'4", 120 lb, n-fum, belle app, sans enfant, aime plein air, marche, vélo, natation, arts, voyages, cherche compagnon 60-62 ans, grand, mince, n-fum, pour but amical. 10717

EN QUÊTE D'UN ÂME SOEUR. Femme début 60aine, 5'6", sensible, châtaine, yx bruns, sportive, indépendante, ouverte sur le monde, cherche H de conviction, pragmatique, pour explorer bord de mer et de lacs, horizons divers. 10615

L'ÉQUILIBRE EST L'APPRECIATION DES SITUATIONS CONTRASTANTES. Jolie Brecheville, 38 ans, 5'3", 121 lb, châtaine, yx bleus, passionnée, cherche H 33-43 ans, pour amour et plus. 1593675

ET SI C'ÉTAIT SIMPLE... Femme de Ste-Thérèse, 56 ans, 5'5", 117 lb, châtaine, yx bruns, app agréable, passionnée, indépendante, cherche H 45-55 ans, pour amour et plus. 632192

KIMINA, VERSEAU ASCENDANT INCONNU. Mtlaise, 23 ans, 5'3", chev auburn, yx verts, app agréable, compréhensive, indépendante, aime canot, cherche H 20-30 ans, pour sexe et plus. 1431899

DÉCOUVRIRE À DEUX. Mtlaise, 42 ans, 5'8", 166 lb, châtaine, yx bleus, belle app, respectueuse, positive, aime plein air, sports, recherche H 45-55 ans, pour amour. 1300305

QUE DIRAIS-TU D'UNE BELLE COMPLIÉTÉ? Mtlaise, 58 ans, 5'9", 136 lb, châtaine, yx bruns, belle app, respectueuse, attentionnée, cherche H 50-65 ans, pour amour et plus. 1244724

LIBERTÉ, INTÉGRITÉ ET HUMOUR. Jolie Longueilloise, 53 ans, 5'4", 116 lb, châtaine, yx bruns, sportive, indépendante, aime vélo, ciné, cherche H 45-55 ans, pour amour et plus. 1313002

FEMME DE PASSION ET D'ACTION. Veuve retraitée, de niveau universitaire, cherche professionnel 50aine, intelligent, articulé, fier de lui, pour vie amusante et différente. 10708

COMME LA VIE EST BELLE! Femme de Repentigny, 43 ans, 5'3", 150 lb, châtaine, yx bruns, belle app, romantique, aime littérature, musique, cherche H 35-50 ans, pour amour et plus. 876219

CURIUSE ET OUVERTE D'ESPRIT. 31 ans, 5'9", 130 lb, chev et yx bruns, n-fum, professionnelle, sans enfant, fait exercice, aime voyages, dialogue, cherche H-fum, universitaire, avec affinités. 10694

JOLIE, SOUTIENANTE ET BOHÈME. Mtl, fin 40aine, aime littérature, ciné, peinture, musique, recherche H cultivé, pour partager cafés, longues promenades et plaisirs culturels. 10459

UN FLEUR À LA RECHERCHE D'UN RAYON DE SOLEIL. Mtlaise, 55 ans, 115 lb, chev et yx bruns, app agréable, authentique, sociable, aime ciné, désire connaître H 48-60 ans, pour amour. 106500

SIMPLE MAIS VRAIE... Mtl, 51 ans, 5'4", 110 lb, chev et yx bruns, belle app, gentille, aime musique, ciné, cherche H 45-55 ans, pour relation amoureuse. 1042422

FEMME SENSIBLE ET HUMAINISTE. 5'4", 125 lb, brune, jolies, désire une saine humeur, passionnée d'arts et lettres, cherche ami 50-65 ans, avec affinités. 10733

ÉPICE SÉRIEUSE POUR ASSAISONNER MA VIE. Mtlais, 28 ans, 5'8", 125 lb, chev et yx bruns, belle app, passionnée, franche, aime aérobie, cherche H 28-35 ans, pour sexe et plus. 560133

GÉNÉREUSE, PASSIONNÉE ET JOIE. 48 ans, petite, svelte, allure jeune, aime vélo, tennis, cherche H 50aine, de Mtl ou Rivé-Sud, n-fum, actif, ayant intérêts culturels et sportifs. 10687

LA VIE... EN MIEUX! Mtlaise, 40 ans, 5'5", 129 lb, chev blonde, yx bleus, belle app, attentionnée, authentique, aime musique, ciné, veut rencontrer H 35-46 ans, pour relation amoureuse et plus. 1538163

JOYEUSE ET ÉLÉGANTE. Artiste, professeur, aime musique, spectacle, aime danse contemporaine, jazz, voyages, cherche H 50-55 ans, n-fum, mature, authentique, pour amitié et plus. 10697

Répondez aux annonces au 1 900 451-6528

ELLE FERAIT UNE BONNE COMPAGNE. Outaouais, 55 ans, 5'8", mince, châtaine, yx verts, aime arts, actualité, entraide, chats, marche, cherche compagnon avec affinités. 10682

AUTHENTICITÉ ET RÉCIPROCITÉ. Professionnelle, 51 ans, 5'5", 140 lb, yx bleus, passionnée, aime musique, littérature, nature, voyages, cherche compagnon, pour amitié et plus. 10680

JE SUIS TOUJOURS À L'HEURE! Femme de Mtl, 55 ans, 5'3", 133 lb, châtaine, yx pers, belle app, réservée, sympa, aime ciné, musique, cherche H 48-60 ans, pour amour et plus. 1559625

FEMME RECHERCHANT CHIMIE. Mtl, 54 ans, 5'4", mince, jolies, sportive, féminine, aime golf, vélo, souhaite connaître H 50-60 ans, intéressant. 10713

AU CAS OÙ... Mtlaise, 44 ans, 5'5", 155 lb, blonde, yx bleus, belle app, indépendante, attentionnée, aime musique, sports d'équipe, recherche H 35-45 ans, pour relation amicale et plus. 1585116

AVEC MES HOOOO ET MES BANNNI. Femme de Mtl, 50 ans, 5'5", 129 lb, yx pers, belle app, franche, passionnée, aime ciné, littérature, cherche H 55-60 ans, pour amour et plus. 1049824

CHER HOMME CHERCHANT UNE COMPAGNE VIVRE. Mtlaise, 58 ans, 5'3", 110 lb, chev poivre et sel, yx bleus, app agréable, authentique, intellectuelle, cherche H 37-42 ans, pour amour. 1539324

HOMME RACÉ RECHERCHÉ. Professionnelle, blonde, yx bleus, souriante, aime voyages, arts, sorties culturelles, cherche H 55-62 ans, professionnel, distingué, pour partager projets. 10683

UN GRAND COEUR... UN GRAND HOMME. Belle Mtlaise, 37 ans, 5'3", 146 lb, chev et yx bruns, sociable, authentique, aime sports, musique, cherche H 37-42 ans, pour amour et plus. 1543723

HOMME CHERCHE FEMME

ON DOIT ENTENDRE ET COMPRENDRE. Homme de Laval, 45 ans, 5'6", 151 lb, chev et yx bruns, app agréable, intellectuel, drôle, cherche F, pour relation amoureuse et plus. 827108

NE JAMAIS MANQUER QUELQUES MINUTES DE PARADIS. Mtlais, 41 ans, 5'10", 198 lb, chev noirs, yx bruns, belle app, authentique, sérieux, cherche F 28-45 ans, pour amour et plus. 1517342

L'ÊTRE SUR MON VOILIER. Distingué professionnel, Laval, 59 ans, 5'8", 160 lb, beau physique, cultivé, fidèle, respectueux, cherche F 40-50 ans, poète, santé, beau physique, féminine, élégante et amusante. 10729

GRAND SPORTIF COMIQUE ET CASANOVA. Mtl, 37 ans, 6', 200 lb, brun, yx verts, belle app, aime sports, aime musique, cherche F 28-45 ans, pour relation amoureuse et plus. 158637

MÉTÉO ÉQUILIBRÉE. 39 ans, cherche copine 27-50 ans, pour pratiquer naturisme à l'extérieur. 10722

VIVRE LE JOUR COMME S'IL ÉTAIT LE DERNIER. Mtlais, 49 ans, 5'8", 155 lb, chev et yx noirs, app agréable, respectueux, aime sports, recherche F 40 ans et plus, pour amour et plus. 855165

IDÉAL OU HALUCINATION? Homme de Mtl, 44 ans, 6', 190 lb, châtaine, yx pers, belle app, passionné, drôle, aime sports, cherche F 35-50 ans, pour amour et plus. 1559396

CONTINUER SA VIE ET SURTOUT LA VIVRE! Mtlais, 53 ans, 5'9", 165 lb, brun, yx pers, belle app, réservé, drôle, aime plein air, ciné, cherche F 40-60 ans, pour amour et plus. 1059463

CHERCHER PASSIONNÉE DE PLEIN AIR. Mtlais, 63 ans, 6'1", 201 lb, chev poivre et sel, yx bruns, belle app, authentique, positif, aime sports, cherche F 46-57 ans, pour amour et plus. 868642

BLEU COMME LE CIEL. Mtl 30aine, 5'5", poids prop, chev châtain, yx verts, belle app, souriant, gentil, aime sports, activités culturelles, cherche F avenante, pour amour et plus. 10723

UN ATHLÉTIQUE VOULANT CÉLÉBRER LA VIE. Mtl, 41 ans, 6', 180 lb, châtaine, yx bleus, ouvert aux autres cultures, aime vélo, natation, désire F, pour célébrer la vie. 10731

FRANÇOIS EST ÉLÉGANT ET CULTIVÉ. Quinquagénaire grand, 167 lb, blond, yx bleus, n-fum, avocat retraité, divorcé, détendu, cherche F gentille, attentionnée, calme, jubilante et scolarisée. 10692

S'ÉPANOUIR ENSEMBLE. Homme de Brossard, 59 ans, 5'10", 138 lb, brun, yx verts, app agréable, romantique, sociable, aime sports, ciné, cherche F 55-62 ans, pour amour et plus. 603528

J'AIME UN FLEUR ET UN ANGE... SAURAS-TU TE RECONNAÎTRE? Beau châtain de Beaulieu, 41 ans, 6'3", 203 lb, yx pers, respectueux, rationnel, aime cinéma, cherche F 37-41 ans, pour amour et plus. 837842

ACTIF SANS TROP DE PRÉJUGÉS. Laval, 63 ans, 5'8", 176 lb, chev poivre et sel, yx pers, app agréable, cherche F 55-63 ans, pour amour et plus. 161670

PROFESSIONNEL RETRAITÉ. Haute-Laviolette, concorde F 50-63 ans, 5'2", 5'6", poids prop, n-fum, aimant nature, humour, voyages, pour relation simple et agréable. 10715

TÉRIÈRE CROYANT AUX BONNES MANIÈRES. 51 ans, 5'11", 185 lb, chev

SAMEDI

SAVEURS

PREMIER ARRÊT DE LA TOURNÉE DES MARCHÉS PUBLICS DU GRAND MONTRÉAL: LE MARCHÉ MAISONNEUVE. L'APPORT DE NOUVEAUX COMMERÇANTS COMME PREMIÈRE MOISSON, LA VENTE DE PRODUITS RÉGIONAUX DU QUÉBEC ET LA VISITE DU CAPITAINE CRABE PENDANT LA PÊCHE AU CRABE CONFÈRENT À CE MARCHÉ DES PARTICULARITÉS QU'ON AIME DÉCOUVRIR. AVEC LES GADELLES ET LES GROISELLES, LES FRAISES DE L'ÎLE D'ORLÉANS ET LES FRAMBOISES, LE MARCHÉ TISSE UNE TOILE DE COULEURS ET DE SAVEURS INCOMPARABLES.

Le nouveau souffle du marché Maisonneuve



La sculpture d'Alfred Laliberté, qui trône sur la place du marché Maisonneuve.

Durant tout l'été, je vous promets de faire le tour des marchés publics du Grand Montréal et de vous faire découvrir les particularités et les secrets que seuls quelques habitués connaissent.

Dans le quartier Hochelaga-Maisonneuve, l'aspect impressionnant du bâtiment du marché Maisonneuve attire l'œil, tout comme la magnifique fermière, sculpture d'Alfred Laliberté, qui trône sur la place.

À l'époque, le marché Maisonneuve, fait de pierre et de métal, rappelait certains châteaux ornés de tourelles ou de clochers. En 1962, ce bâtiment est devenu le centre de circulation de la police, supprimant partiellement sa vocation première.

Au cours des premières années d'exploitation, le marché a accueilli chaque année pas moins de 3000 agriculteurs, épiciers, bouchers, poissonniers et autres représentants des métiers de bouche, devenant ainsi le plus important marché de Montréal. En 1932, le marché a été agrandi, ré-

cupérant la piste de courses de chiens. Dans ce haut lieu de rassemblement, la Bolduc a triomphé à maintes reprises.

En 1967, l'administration municipale a fermé les étals extérieurs demeurés ouverts après 1962. On a dû attendre la pétition de 7000 citoyens du quartier dans les années 80 pour que la Ville songe à rendre sa vocation initiale à ce lieu public, celle de répondre aux maraîchers et autres praticiens des métiers liés à l'alimentation. Ainsi, en 1995, le nouveau marché Maisonneuve a renforcé le caractère de l'ancienne bâtisse et est demeuré sur la magnifique place, laissant ainsi à la fermière la visibilité qui lui est due.

Marché bio

Avec les marchés Atwater et Jean-Talon, le marché Maisonneuve



Philippe Mollé



PHOTOS PHILIPPE MOLLÉ

La section intérieure du marché Maisonneuve. Déjà, l'ail nouveau, les premières tomates de serre du Québec, les fleurs de courgette, les épinards et les laitues parent les étals des marchands.

neuve a perdu une partie de sa clientèle. Dommage, car l'attrait particulier de ce marché et la vocation d'y créer un grand rassemblement biologique à proximité lui procurent un grand intérêt. De plus, l'apport de nouveaux commerçants comme Première Moisson, la vente de produits régionaux du Québec et la visite du Capitaine Crabe pendant la pêche au crabe confèrent

à ce marché des particularités qu'on aime découvrir. Fromagerie de qualité, marchands de légumes, poissonnerie, boucherie, épicerie de produits naturels viennent combler les attentes. À l'extérieur, marchands de fleurs, de légumes, de fines herbes et bien d'autres denrées viennent compléter cette visite d'un marché qui gagne à être plus connu. Déjà, l'ail nouveau, les premières

tomates de serre du Québec, les fleurs de courgette, les épinards et les laitues parent les étals des marchands. Avec les gadelles et les groseilles, les fraises de l'île d'Orléans et les framboises, le marché tisse une toile de couleurs et de saveurs incomparables. Le marché Maisonneuve est bien là pour rester. Avec la revitalisation du quartier Hochelaga, le marché pourrait peut-

être retrouver un jour sa vocation initiale; celle d'être le premier marché de Montréal.

MARCHÉ MAISONNEUVE

4445, rue Ontario Est
Montréal
(métro Pie-IX)

Philippe Mollé est conseiller en alimentation.

La recette de la semaine

Crème vichyssoise à la coriandre fraîche

- 2 ou 3 jeunes poireaux
- 1 échalote française hachée
- 45 ml de beurre
- 750 ml de bouillon de volaille ou d'eau
- 125 ml de crème Liberté 40 %
- 2 grosses pommes de terre Yukon Gold
- 60 ml de lait
- fleur de sel au goût
- poivre du moulin
- 30 ml de coriandre hachée

Nettoyez et épluchez les lé-

gumes, puis découpez finement les poireaux et l'échalote. Faites suer sans coloration les poireaux et l'échalote au beurre pendant deux à trois minutes. Ajoutez les pommes de terre en morceaux et assaisonnez. Versez le bouillon et laissez cuire pendant 30 minutes. Passez au robot avec le lait et, à la toute fin, ajoutez la crème. Rectifiez l'assaisonnement et terminez avec la coriandre hachée lorsque le plat est froid.

BIBLIOSCOPIE

Cette semaine, deux ouvrages de la collection «Une petite faim» chez Albin Michel. ■ *Sans chichis, les farcis!*, de Catherine Lacouberie. Un petit livre bien illustré qui donne le goût de faire de petits plats farcis faciles en peu de temps. Pâtis-

sons, tomates, poivrons ou filets de poulet farcis à l'estragon... ■ *Ensoleillées, les salades d'été!*, de Sandrine Audegond. Ce second ouvrage, tout aussi simple, nous donne le goût d'enseigner nos salades estivales. Des idées pour tous qui permettent de cuisiner tout l'été sans que cela devienne une corvée.



GASTROSCOPIE

Croisières gourmandes sur le canal de Lachine

Sur un bateau de 63 pieds, on accueille 49 personnes pour revivre pendant deux heures l'histoire du canal de Lachine. Pendant la croisière, un conférencier propose une dégustation de produits locaux comme du foie gras, des pâtés et des fromages avec des bières et des cidres

locaux. Le samedi 16 juillet, on dégustera bières et fromages d'ici.

Les dimanches matin, on sert le brunch de 10h à midi. Un circuit idéal pour de petits groupes ou des fêtes de famille.

Prix par personne, tout compris: de 45 à 55 \$. Réservations: (514) 846-0428. Visitez le www.croisierecanaldelachine.ca.

LES ARTISANS DE LA TABLE

Marché **Atwater**

Les meilleurs confits de canard en ville!

S.O.S. Boucher
au Marché Atwater

Production maison sans additifs ni agents de conservation

- Ferrine artisanale
- Boudin blanc, noir, créole
- Saucisses variées et aux légumes frais
- Coupes de viandes et marinades spéciales.

938-0297

les DOUCEURS du MARCHÉ

CONFISERIE ÉPICERIE FINE

« Produits fins et inusités du monde. Un des plus grands choix d'huiles d'olive au Québec. » Philippe Mollé

MARCHÉ ATWATER 939-3902

Marché **Maisonneuve**

Heureux de vous servir depuis 10 ans

LES JARDINS DAUPHINAIS

Ouvert à l'année
7 jours/semaine

Ah! Les fraises et les framboises...

Faites une bonne provision des fraises de l'île d'Orléans et de nos framboises

- * Produits biologiques
- * Fleurs annuelles et vivaces, plants légumes, fines herbes, arbustes, terre, etc.

Marché Maisonneuve, 4445 rue Ontario Est

Marché **Jean-Talon**

BOUCHERIE
Les Fermes **Saint-Vincent**
VIANDES BIOLOGIQUES

et ses partenaires:

Poulets et porcs: Les viandes biologiques de Charlevoix (418) 435-6785
Poulets: Poulets fermiers Michel Thériault (418) 881-3047
Poulets: ferme Bio-Rard (450) 293-3448
Agneaux et boeufs: ferme Gerell (450) 539-0225
Boeufs: ferme René Palardy (819) 292-2624

vous offrent leurs viandes biologiques!

Marché public ATWATER (514) 937-4269
Marché public JEAN-TALON (514) 271-0209

MARIE VERMETTE inc.

Fleurs, plantes et objets choisis

801, av. Laurier Est, Montréal

Livraison

1 877 272-2226 (514) 272-2225

FERMÉ DU 18 AU 23 JUILLET POUR LES VACANCES

Pour annoncer dans ces regroupements, contactez Micheline Ruelland au 514-985-3457 ou à mruelland@ledevoir.com

JARDINS

Face à une si grande diversité ...



Jean-Claude Vigor

Combien de fois ai-je entendu les diététiciens nous dire, nous prévenir ou tenter de nous convaincre de ne pas nous rendre dans les magasins d'alimentation lorsqu'on a faim? «On s'y rend lorsqu'on a mangé, lorsqu'on est gavé, sinon, on achète du superflu, et la gâterie prend le dessus sur ce qui est essentiellement bon pour notre santé.»

N'attendez pas de tels conseils de ma part, moi qui suis un jardinier brouillon, trop amoureux des plantes, et jamais gavé... Je me classe parmi les délinquants de l'achat alimentaire et du panier percé du centre de jardinage. Pas besoin de vous dire combien de pots de vivaces et d'annuelles ont attendu leur place au soleil ou à l'ombre! D'ailleurs, quelques grosses tiges de hostas attendent toujours la création d'une nouvelle plate-bande.

Non, ne prévenez pas la «Direction de la protection des végétaux» et soyez sans crainte: ces hostas sont bien cachés sous des conifères et ne manquent de rien.

Tiens, tiens, vous vous reconnaissez vous aussi à ma façon de faire? En fait, je vous dis tout cela pour vous faire plaisir afin que subsiste dans votre jugement à mon sujet ce petit doute du jardinier désordonné...

En fait, tout mon jardin est documenté, archivé, et chaque plante est couchée sur des plans d'une exactitude de scribe égyptien! Des listes de plantes à remplacer ou à insérer dans les plates-bandes sont classées en fonction des urgences de modification ou dans un plan triennal d'amélioration. Comme ça, lorsque je vais dans un centre de jardinage, j'ai ma petite liste d'épicerie, et j'en suis fier.

Comme tout le monde, je m'abreuve d'idées dans les jour-



PHOTOS JEAN-CLAUDE VIGOR

Site de vente au détail de la Pépinière Charlevoix. Productions de qualité sous un climat approprié. Le choix et la diversité imposent une visite.

naux, les revues, les livres et les chroniques, je me fie au ouï-dire des copains et des amis, je note soigneusement tous ces petits noms de plantes en français, en anglais et en latin, bien sûr, et je pars à la conquête de ces petites mer-

veilles... Chaque jour, cette phrase résonne à mes oreilles: «L'ennui naît un jour de l'uniformité», mots gravés dans mon esprit depuis 1963 par M. Morel, mon professeur de dessin de jardin.

Alors, même si j'ai bien mangé

et bien bu, je suis encore un acheteur compulsif. «Mais où diable avez-vous trouvé ces olives si minuscules? J'en veux!»

Imaginez: j'ai de 4000 à 5000 pieds carrés d'aménagement à refaire. C'est pas le bonheur, ça? Al-

lez hop, le chien, on va magasiner!

PÉPINIÈRE CHARLEVOIX

2375, boulevard de Comporté
La Malbaie
(418) 439-4646

■ Vous aimeriez que je traite d'un sujet en particulier? Vous désirez que je réponde à votre question? Vous acceptez que le jardinier prenne son temps? Écrivez-moi!

jean-claude.vigor@mapaq.gouv.qc.ca

La semaine du jardinier

■ Samedi 16 juillet, Notre-Dame du Mont-Carmel. Tiens, une belle journée fleurs! Divisez les iris *Germanica*. Changez-les de place si nécessaire pour qu'ils profitent du plein soleil. Rabattez le feuillage de moitié. Éliminez tous les bouts de rhizomes douteux, percés et en voie de dépérissement. Ne conservez que les rhizomes sains de l'extrémité. Placez et transplantez ces jeunes rhizomes pour qu'ils se dirigent tous dans la même direction.

■ Dimanche 17 juillet, Sainte-Charlotte. Ce dimanche, Louise Portal et moi vous emmènerons, grâce à la magie des ondes de la radio de Radio-Canada, dans le jardin de Patrick Norman, écolo, sage et intéressant, sans prétention, humain généreux aimant rire et faire la fête mais soucieux de notre avenir. Bref, un homme à écouter, dimanche de 14h à 16h, à l'émission *Nos étés amoureux*.

■ Lundi 18 juillet, Saint-Frédéric. Une belle journée «feuilles». Peut-être le dernier semis de haricot ou mieux encore. Si le temps est couvert, semez à mi-ombre les laitues pour un bon mesclun. Songez aussi au basilic pour la récolte d'automne ainsi qu'à la coriandre.

■ Mardi 19 juillet, Saint-Arsène. «Entre juillet et août, le boire est de bon goût!» Bonne fête, voisin! J'ai la chance d'avoir un excellent voisin dénommé Arsène. Je crois que la première fois qu'il s'est présenté à moi, je lui ai fait répéter son prénom trois fois. Il me vient une idée, Arsène: je vais t'offrir des lupins pour ta fête! Arrose bien ta fête, mais aussi ta haie de cèdre! Et ne te gêne pas pour couper mes sarments de vigne qui envahissent ton terrain! Continue à chanter, ça éloigne les oiseaux des raisins!

■ Mercredi 20 juillet, Sainte-Marina et Sainte-Marguerite. «La petite Marguerite est tombée, singulière, du bréviaire de l'abbé, trois pétales de scandale sur l'autel, indiscrète pâquerette, d'où vient-elle?», de tonton Georges Brassens. Très important: il faut continuellement éliminer les tiges des marguerites qui ont fleuri. Fertilisez ensuite avec du 20-20-20 à chaque arrosage avec un gramme par litre d'eau. Lorsque les boutons pointent, utilisez du 15-30-15 à chaque arrosage avec la même dose maximum d'un gramme par litre d'eau.

■ Jeudi 21 juillet, Saint-Victor. Nœud descendant. La lune nous parle et nous fait savoir qu'on ne doit pas intervenir dans le jardin aujourd'hui. Bref, on s'émerville.

■ Vendredi 22 juillet, Sainte-Madeleine «Ce soir, j'attends Madeleine, j'ai apporté des lilas, j'en apporte toutes les semaines. Madeleine, elle aime bien ça. Elle est tellement jolie. Elle est tellement tout ça. Elle est toute ma vie, Madeleine, qui ne viendra pas.» Pour notre ami Jacques Brel, le lilas est loin d'avoir une floraison éphémère. Il n'a pas tort, d'ailleurs: le lilas du Japon (*Syringa reticulata* «Ivory Silk») est encore en fleur et, si la température le permet, le superbe petit lilas «Josée» (*Syringa x Josée* TM) nous offrira une troisième, voire une quatrième floraison.

Lis hybride «Monte Negro»



POUR le plein soleil ou l'ombre légère, dans un sol riche, meuble, légèrement alcalin, frais et bien drainé. Jusqu'en zone climatique 3. Le lis asiatique hybride «Monte Negro» mesure environ 90 cm de hauteur. On doit prévoir 40 cm de largeur pour que la touffe s'installe. En ce moment, les lis sont en pot. Il faut donc retirer quelques feuilles de la base et faire un bon trou bien amendé dans un sol qui se draine bien. Assurez-vous que les bulbes se situent à 20 cm de profondeur. Ces temps-ci, je rebouche le trou de moitié; à l'automne, je le reboucherais complètement. Ainsi, on conserve une bonne cuvette d'arrosage et la tige du lis n'est que très légèrement enterrée. La profondeur a de l'importance car, trop souvent, les lis achetés en pot ne sont pas plantés assez profondément. La fleur de ce lis est d'un rouge intense et le cœur foncé est tacheté de noir. Les étamines sont noires.

Parthenocissus quinquefolia «Star Showers»



VOICI une intéressante vigne vierge au feuillage panaché, assez solide et quelque peu envahissante. Elle est intéressante pour cacher des poteaux de patio ou de corde à linge. Elle s'agrippe toute seule. Ce n'est pas une nouveauté, mais on la voit encore peu. Pourtant, elle rend bien des services pour cacher les cabanons et autres constructions.

Le livre de la semaine

Qui n'a pas encore ou n'a jamais eu un lilas dans sa cour? Grâce à la production en contenant et à un entretien de plus en plus efficace, les centres de jardinage offrent encore des plantes de qualité. Il est par ailleurs possible, puisque l'achalandage est

fluide en cette période de l'année, d'obtenir de très bons renseignements par rapport au «coup de feu» du printemps. Il est possible de commander des plantes plus rares ou de se les faire réserver.

La plantation des arbres, arbustes et vivaces en contenant peut se faire jusqu'aux premiers froids. La seule contrainte est l'eau... Mais si vous pouvez arroser une ou deux fois par semaine, il n'y a aucun problème.

Dans le cas des lilas, c'est même intéressant puisqu'ils seront bien enracinés pour une éventuelle première floraison printanière. Les jeunes lilas sont

souvent trop paresseux pour fleurir rapidement.

En plus de parler de toutes les bonnes conditions requises pour réussir l'intégration des lilas dans nos jardins, ce livre est abondamment illustré. Les auteurs ont sélectionné 200 cultivars intéressants. A nous d'utiliser le bon cultivar au bon endroit!

Quelques mots sur les auteurs: Rock Giguère est journaliste horticole et a participé à la rédaction de plusieurs livres sur les plantes. Il est aussi très présent à la télévision comme chroniqueur et animateur. Frank Moro a fondé sa compagnie horticole avec son épouse il y a 15 ans. C'est un passionné des lilas. Il a une collection de plus de 1000 cultivars différents.

LES LILAS

Rock Giguère et Frank Moro
Éditions de l'Homme
Québec, 2005, 344 pages, 29,95 \$



Visite de maisons et jardins

SAINTE-ADELE

et ses environs

sous la présidence d'honneur de Reine Malo

Visite de sept (7) maisons de charme et prestige.

Jeudi 4 août 2005

Coût 45\$ incluant un lunch

au Club de golf La Vallée de Ste-Adèle.

Tous les profits seront versés à la Fondation Saint-Bernard et un reçu de bienfaisance de 25\$ sera émis sur demande.

RENSEIGNEMENTS

1-877-229-7731

www.fondationst-bernard.com