



ÉDITION SPÉCIALE
leProgrès

REPAS DES FÊTES

Réservez tôt!

Collaboration spéciale

Tout comme plusieurs secteurs d'activités, le milieu de la restauration a dû faire preuve d'adaptation depuis les débuts de la COVID-19. Étant habituellement un moment de l'année où il y a un fort achalandage en salle, le temps des Fêtes 2020 n'y échappe pas. De nombreux restaurateurs et services de traiteurs s'entendent toutefois pour dire que la population du Saguenay-Lac-Saint-Jean a rapidement eu conscience de l'importance d'encourager local, et ce, tout au long de la pandémie. Selon eux, le souper de Noël ne devrait pas y échapper et les commandes devraient affluer.

En ce qui a trait aux services de traiteurs, le fait qu'il soit interdit d'organiser des grandes réunions familiales serait l'un des facteurs qui expliquent le nombre d'appels si élevé. Cathy Fortin, copropriétaire du service de traiteur Au chef extra de Chicoutimi-Nord, souligne d'ailleurs que son portail web qui était déjà bien implanté l'avantage beaucoup pour être en mesure de répondre à la demande.

« Au fil des années précédentes, nous étions habitués de recevoir un appel de la part d'une seule personne qui commandait pour 45 autres étant donné la possibilité d'organiser des rassemblements. Cette année, nous remarquons qu'une personne commande pour deux, trois ou quatre autres selon le nombre des membres de sa famille proche », a-t-elle expliqué à l'occasion d'une entrevue téléphonique avec Le Quotidien.

Marie-Ève Gagnon, propriétaire des trois chefs Maître Traiteur de Chicoutimi, confirme également que les commandes sont tout aussi nombreuses qu'en temps normal, mais qu'elles sont moins grosses. De nombreux clients préfèrent également acheter des boîtes repas individuel plutôt que de grandes quantités où il serait difficile d'éviter de manipuler la même nourriture.

« Habituellement, nous pouvons préparer jusqu'à environ 75 commandes. Cette année, même si la demande pourrait être aussi élevée, nous devons probablement réduire le maximum à 60 afin d'éviter les rassemblements lorsque les clients viendront récupérer ce qu'ils ont choisi. Nous préparerons les commandes le 23 décembre et ils devront venir les récupérer le lendemain au matin selon un horaire pré-établi », a-t-elle mentionné.

Pour ce qui est du milieu de la restauration, de nombreux repas tout aussi originaux que traditionnels commencent à être proposés par les restaurants sur les réseaux sociaux. Même si elle sera certainement cuisinée différemment d'un restaurant à l'autre, la tourtière semble être un met beaucoup offert au Saguenay-Lac-Saint-Jean.

« Généralement, nous n'avons pas de menu pour emporter à Noël. Cette année, nous avons dû innover pour que les gens puissent amener le resto à la maison. Avec la tourtière, les concombres glacés et la salade de betteraves, nous espérons offrir un certain réconfort. Je ne suis pas inquiète que tout ira bien; les gens sont au rendez-vous depuis le début », a affirmé Marie-Ève Dallaire, propriétaire du restaurant Opia de La Baie.

Étant donné le fort engouement pour les services de traiteurs et les soupers de Noël concoctés en restaurant pour emporter, il est recommandé de faire vite pour effectuer sa commande. Alors que plusieurs ont partagé leur menu des Fêtes sur leur site web et leur page Facebook, il suffit d'y naviguer afin de comprendre les façons de fonctionner propre à son restaurant préféré.



Un Noël bien différent cette année ! Malgré les restrictions, nous sentons le besoin de réconfort, de nous gâter, de prendre soin de nos proches, de leur exprimer notre amour et notre affection. En ce Noël, que l'Enfant-Jésus vous apporte ce réconfort dont vous avez tant besoin ! Qu'il vous accompagne et vous comble de sa Présence et de sa Lumière pour Noël et l'Année 2021.

Mgr René Guay
Évêque du diocèse de Chicoutimi



Pour un temps des Fêtes plus écolo

SOPHIE RICHARD
srichard@lequotidien.com

La période des Fêtes est souvent synonyme d'abondance et de faste. Les cadeaux se multiplient sous le sapin, la nourriture se prépare en quantité faramineuse et de nouvelles décorations, si ce n'est de nouveaux articles de table, s'ajoutent à celles que vous possédez déjà. Et si cette année, on en profitait pour ralentir la cadence, revenir à l'essentiel et ajouter un nom de plus sur notre liste de personne à gâter: la planète. Voici quelques idées pour un temps des Fêtes plus vert.

UN CADEAU QUI VIENT DU CŒUR

Rien de vaut un cadeau fait main, une pièce unique et originale que vous aurez pris le temps de fabriquer. Il peut s'agir d'un élément décoratif que vos proches pourront conserver des années durant ou encore d'une petite confiserie maison. L'important est que vous preniez de votre temps pour faire plaisir à ceux et celles qui vous sont chers et du même coup que vous évitiez de surconsommer. Pendant la pandémie, vous avez découvert la fabrication de produits corporels naturels. Faites-en profiter vos proches. Baume à lèvres et crème pour les mains pour tous! Vous êtes plutôt habile et aimez travailler le bois.

Fabriquez un vide-poche pour l'entrée ou un joli cadre pour le salon. Vous avez le pouce vert. Bouturer vos plantes d'intérieur pour offrir les nouvelles pousses à vos proches. Ne vous cherchez pas de nouveaux talents, mettez simplement à profit ceux que vous avez déjà!

ACHATS DE SECONDE MAIN

Les friperies et petites annonces (Marketplace, Kijiji et autres) pullulent de décoration des Fêtes de seconde main. Plutôt que d'acheter un sapin et un bonhomme gonflable à fort prix en magasin, optez pour des articles décoratifs usagés. C'est fou comme on peut faire de belles trouvailles en fouinant un peu. Ornaments de sapin, accessoires de service, village en porcelaine, sapin illuminé, vous réaliserez de belles économies tout en donnant une seconde vie à ces articles.

ON ADOPTE LE VRAC

Pour la préparation de tous vos petits plats des Fêtes et de toutes ces sucreries que vous préparerez en famille, optez pour des produits en vrac. Le vrac gagne indéniablement en popularité dans la région. Les produits qu'on peut se procurer sans emballage sont nombreux, de la farine, aux pépites de chocolat, en passant par les noix et les friandises diverses sans oublier, les pâtes alimentaires,

les céréales et même, auprès de certains commerçants, le lait, le yogourt et plus encore. Apporter vos contenants n'aura jamais été aussi gratifiant.

À MOI DE MOI

Question de se gâter un peu, on profite de ce Noël plus écolo pour faire le plein d'essentiels: des pailles réutilisables, des sacs en filet pour fruits et légumes, des essuie-tout réutilisables, un joli sac réutilisable pour faire ses emplettes, du shampoing en barre, des sacs à sandwich en tissus, des pellicules en cire d'abeille, un bac à composte, etc.



EXIT LE SUREMBALLAGE

Dites définitivement adieu au papier de Noël métallisé, aux rubans et aux choux. Cette année, emballez vos cadeaux dans des bouts de tissus recyclés, du papier journal ou tout autre imprimé auquel vous pourrez donner une seconde vie.

ACHATS RESPONSABLES

Pour vos achats des Fêtes, cadeaux, nourriture, boisson, pensez local. Acheter des aliments et des produits fabriqués près de chez vous, c'est réduire l'impact du transport de ces produits sur l'environnement. Pensez aussi faire une liste de ce dont vous avez réellement besoin. Ne vous laissez pas aller à l'improvisation, vous éviterez ainsi de surconsommer.



 Prenez soin de vous et de vos proches afin que 2021 soit l'aube de jours meilleurs. 



Que cette période des Fêtes vous apporte chaleur et réconfort.



François Tremblay
Député de Dubuc



Nancy Guillemette
Députée de Roberval



Andrée Laforest
Députée de Chicoutimi



Eric Girard
Député de Lac-Saint-Jean

Place au jeu

SOPHIE RICHARD
srichard@lequotidien.com

S'il y a bien une tradition que nous pourrions maintenir à l'occasion des Fêtes, c'est celle des soirées jeu où petits et grands se réunissent en égal afin de s'amuser en toute simplicité. Certes, les cousins, les cousines, les «matantes» et les «monocles» ne pourront être de la partie cette année, du moins pas en présentiel, mais gageons que le plaisir et les fous rires seront tout de même au rendez-vous et que les souvenirs qui en résulteront seront tout aussi magiques. Qu'à cela ne tienne, enfiler le plus confortable de vos pyjamas et place au jeu!

Le Quotidien s'est entretenu avec Marc Fournier, président, directeur R&D et marketing aux Éditions Gladius afin de connaître ses suggestions 2020. Il nous partage quelques-uns de ses coups de cœur parmi les nouveautés du fabricant de jeux, mais aussi parmi les classiques de la marque.

À JOUER AVEC LES ENFANTS EN BAS ÂGE (6 ANS ET -)

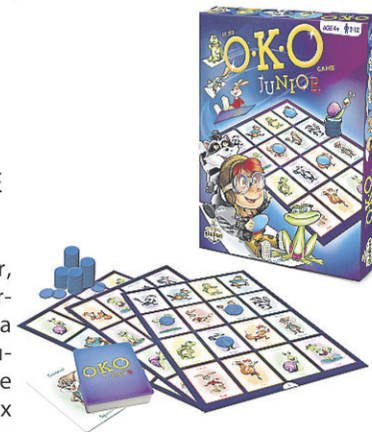
LA NOUVEAUTÉ Cherche et trouve - Le monde enchanté

La collection Cherche et trouve s'enrichit d'un nouveau jeu avec Cherche et trouve - Le monde enchanté. Cette fois-ci, les enfants seront plongés dans un univers fantastique où ils seront appelés à trouver animaux et objets cachés sur les différentes planches de jeu. Ils devront faire preuve d'observation, mais aussi de déduction pour répondre aux questions qui leur seront posées en lien avec leurs recherches.



LE CLASSIQUE OKO junior

Facile à jouer, OKO junior permet à toute la famille de s'amuser en compagnie de neuf animaux rigolos. Retournez les cartes, repérez l'image de l'animal sur votre planche de jeu et apposez-y un jeton. Le premier à aligner quatre jetons gagne la partie.



À JOUER AVEC LES PLUS GRANDS (7 ANS ET +)

LA NOUVEAUTÉ La matinée des monstres

Le 'Labodortoir' fourmille de petits monstres espiègles. Rassemblez votre troupe et aidez-la à compléter sa routine du matin: se laver, déjeuner et se déguiser. Soyez le premier à rassembler trois Bouboles, un Morveux et un Prout. Conçu en collaboration avec des orthopédagogues, La matinée des monstres comporte plusieurs niveaux de difficultés selon l'âge des enfants.



LE CLASSIQUE Jok-R-ummy junior

La réputation de Jok-R-ummy n'est plus à faire. Le jeu créé par Denyse Lavoie et Robert Lavallée, il y a près de 35 ans, continue de divertir les Québécois et les Québécoises tout comme sont petit frère, le Jok-R-ummy junior. Le jeu de carte invite les joueurs à compléter différentes missions à l'aide de Perroquet, Pingouin, Tigre et Zèbre. Le premier à réussir quatre missions remporte!



À DISTANCE, CHACUN CHEZ SOI

LA NOUVEAUTÉ Devenez-quoi?

Plusieurs jeux peuvent être adaptés pour jouer à distance, en visioconférence. C'est le cas de Devenez-quoi? un jeu de déduction et de rapidité. Il suffit qu'une personne possède la boîte de jeu pour que tous puissent y prendre part, chacun chez soi. Le but est simple, trouver la réponse débutant par un ou une NEZ...en regardant l'illustration présentée. Par exemple: une échelle (uNÉchelle). Récoltez un maximum de bonnes réponses pour gagner la partie.

LE CLASSIQUE Escape Room

Les jeux d'évasion ont grandement la cote. Et pour cause! Ils nous amènent à travailler en équipe, à faire preuve de rapidité, mais aussi de déduction et d'esprit. En prime, ils nous font ressentir un petit frisson d'excitation. Escape room, le jeu propose quatre aventures incroyables au cours desquelles vous devrez tenter de vous échapper en moins de 60 minutes. Serez-vous en mesure d'y parvenir? Gladius propose plusieurs coffrets de jeu Escape Room, en plus de quelques extensions.



Je vous souhaite du bonheur et de la paix pour la période des Fêtes! Profitez de ce moment pour prendre du repos après cette année éprouvante. Joyeux Noël et Bonne année 2021!

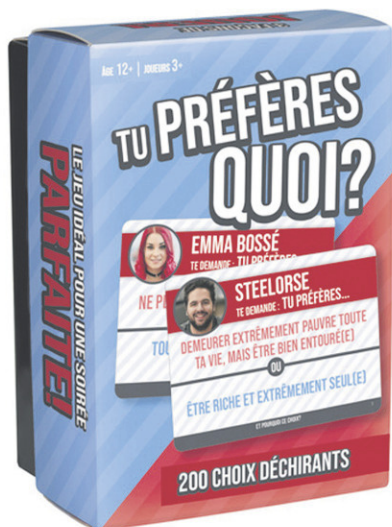




**ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC**

Sylvain Gaudreault
Député de Jonquière

À JOUER ENTRE ADULTES



LA NOUVEAUTÉ Tu préfères quoi?

Un jeu tout ce qu'il y a de plus simple...en apparence. Pigez une carte et faites un choix parmi les deux énoncés proposés par un youtubeur. Le débat est lancé! Tu préfères quoi? est un jeu qui amène à échanger sur une grande variété de sujets dans le plaisir et la bonne humeur.

LE CLASSIQUE Gangster Le Pro

Fruit de l'imagination du Chicoutimien Martin Tremblay, Gangster, créé il y a plus de 23 ans, est un jeu de stratégie et de tromperie qui connaît encore aujourd'hui un succès retentissant. La version Gangster Le Pro, de dix ans plus récente, plonge les joueurs dans une course à la succession du Parrain. Aurez-vous ce qu'il faut pour diriger le quartier? C'est ce qu'on verra.



FOUS RIRES GARANTIS

LA NOUVEAUTÉ Fais-moi un dessin & mime - Édition de Noël

Laissez l'artiste en vous s'exprimer ou faites rire vos proches par votre manque flagrant d'aptitudes artistiques. Fais-moi un dessin & mime - Édition de Noël, c'est du plaisir en boîte. Dessinez, mimez et devinez. Une proposition simple, une recette à succès. Vous pourrez même jouer à distance, en visioconférence, avec la famille et les amis.



LE CLASSIQUE Le jeu de la boulette

La rapidité d'esprit est ici la clé. Le jeu de la boulette en est un de devinettes. Il vous faudra faire deviner à vos partenaires de jeu, le mot figurant sur votre boulette et ce, le plus rapidement possible. En quatre rondes, vous pourrez utiliser tous les indices souhaités, puis un seul mot et finalement le mime comme seul atout. Tentez-vous votre chance en effectuant une ultime pose qui permettra à votre équipe de remporter des points supplémentaires?



**POUR LE TEMPS DES FÊTES,
FAITES-VOUS UN CADEAU AVEC SORRENTO!**

OBTENEZ **20%** DE RABAIS
À L'ACHAT DE 3 PIZZAS 10"

Appellez-nous au: 418.543.3198 342, rue Ste-Anne, Chicoutimi



LA MEILLEURE PIZZA AU QUÉBEC

**Livraison
& comptoir**

COMMANDE EN LIGNE
SORRENTOPIZZERIA.CA



COCKTAILS D'INSPIRATION QUÉBÉCOISE

À la nôtre!

(SR) Certes, 2020 aura été éprouvante à bien des égards, mais elle aura aussi amené les Québécois et les Québécoises à apprécier un peu plus les petits bonheurs de la vie, à reconnaître davantage l'importance des gens qui les entourent et à valoriser tous les précieux moments qu'ils partagent avec eux. Que vous souligniez les derniers jours de l'année avec votre conjoint(e), seul, avec vos enfants, avec la famille élargie ou les amis en visioconférence, levez un verre plein de saveurs d'ici à tout ce qui vous a fait du bien en 2020 et à tout ceux et celles que vous avez hâte de serrer dans vos bras dans un avenir qu'on espère rapproché. Santé!



GIN TONIC SAPIN BAUMIER & CANNEBERGE

INGRÉDIENTS

- 1½ oz Gin, Km12
- 1 oz Sirop KWE au sapin baumier et canneberge
- Eau de tonic

PRÉPARATION

- Dans un verre rempli de glace, mettre tous les ingrédients.
- Bien mélanger à l'aide d'une cuillère.
- Décorer d'une branche de sapin.

Source: Distillerie du Fjord



RHUM N' PAIN D'ÉPICES

INGRÉDIENTS

- ¾ d'oz de Tonic Pain d'épices
- 2 oz de Rhum brun
- 1/2 oz de liqueur d'orange
- 1 trait de jus de lime
- Eau pétillante
- Une tranche de citron
- Glace

PRÉPARATION

- Verser tous les ingrédients dans un verre rempli de glace et mélanger.
- Garnir d'une tranche de citron.

Source: KWE Cocktails



VIRGIN MOJITO DE LICORNE DE MONSIEUR COCKTAIL

INGRÉDIENTS

- 1 oz de Sirop de licorne
- 6 feuilles de menthe fraîche
- 5 oz d'eau pétillante
- Tranches de fraises et menthe (pour décorer)

PRÉPARATION

- Taper la menthe au creux de votre main et placer la dans un verre Highball.
- Ajouter le sirop, remplir de glace et mélanger à la cuillère ou à l'aide d'une baguette de bois.
- Compléter avec l'eau pétillante.
- Décorer de tranches de fraises et de menthe fraîche.

Source: Monsieur Cocktail



Alexis Brunelle-Duceppe
Député de Lac-Saint-Jean

Mario Simard
Député de Jonquière

**En cette période
de réjouissances,
nous vous souhaitons
la santé, le bonheur,
et la prospérité.**

*Joyeux Noël
et bonne année!*



BLOC
Québécois



SHOOTER COUREUR DES BOIS

INGRÉDIENTS

- 15 ml (½ oz) de crème d'érable Coureur des bois
- 15 ml (½ oz) de liqueur de café Kahlúa
- 15 ml (½ oz) de liqueur d'orange

PRÉPARATION

- Dans un verre à shooter, verser dans l'ordre, la liqueur de café, la crème d'érable puis la liqueur d'orange.

Source: Les Spiritueux Ungava Spirit co.



SPRITZ À L'ÉRABLE

INGRÉDIENTS

- 1½ oz de Réduit de Léo (liqueur de gin et de sirop d'érable)
- 1 oz d'Amernoir
- ¾ oz de jus de citron
- 1 oz d'eau pétillante
- Branche de romarin, pour décorer

PRÉPARATION

- Dans une coupe à vin remplie de glaçons, verser les trois premiers ingrédients.
- Mélanger à la cuillère de bar jusqu'à ce que le verre soit bien froid.
- Compléter avec de l'eau pétillante.
- Décorer d'une branche de romarin.

Source: Recette créée par Patrice Plante mixologue pour l'Érable du Québec



COSMOLAB

INGRÉDIENTS

- 1½ oz (45ml) oz de vodka ou gin
- ½ oz (15ml) de liqueur d'orange
- 1 quartier de lime pressé
- ¼ oz (7.5ml) de sirop Gingembre Infernal du Lab
- 1½ oz (45ml) de jus de canneberge

PRÉPARATION

- Mettre tous les ingrédients dans un shaker et ajouter de la glace.
- Bien agiter et verser à l'aide d'une passoire dans un verre à martini.
- Saupoudrer d'or, garnir d'une cerise.

Source: La Lab, produits artisanaux

Lapointe

centres dentaires

*Joyeuses Fêtes
et Bonne Année!*

Dentisterie
esthétique et
fonctionnelle

Implantologie

Denturologie

Orthodontie et
coquilles invisibles

Dentisterie
familiale

DEMÉNAGEMENT
BIENTÔT!

Jonquière
2465, rue St-Hubert

DEMÉNAGEMENT
BIENTÔT!

Jonquière
2380, rue Mathias

Chicoutimi
1299, rue des Champs-Élysées

1 800 Lapointe | centreslapointe.com

On dit que c'est dans l'adversité
qu'on devient plus fort.
Puisse 2021 apporter santé et bonheur à tous
nos membres, employés, lecteurs et clients.

Joyeuses Fêtes!

PROPRIÉTÉ DE LA COOP DE SOLIDARITÉ
DU JOURNAL LE QUOTIDIEN AU
SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

**leQuotidien
leProgrès**

PAPIER / INTERNET / TABLETTE / MOBILE

SOIRÉE CINÉMA

Top-8 des meilleurs films de Noël

SOPHIE RICHARD
srichard@lequotidien.com

Chaque année, l'industrie cinématographique nous gâte de nouveaux films des Fêtes que l'on prend plaisir à découvrir une tasse de chocolat chaud à la main. La plateforme de diffusion en continue et producteur de contenu Netflix est d'ailleurs passé maître dans l'art de nous proposer de nouveaux bijoux à se mettre sous la dent en attendant le 25 décembre. Cette année, il nous a notamment offert Les Chroniques de Noël 2 mettant en vedette Kurt Russel et Goldie Hawn, La Princesse de Chigago: Dans la peau d'une reine avec Vanessa Hudgens et l'excellent Jingle Jangle: Un Noël enchanté avec entre autre Forest Whitaker. Mais malgré ces nouvelles propositions remplies de magie, rien ne peut remplacer certains bons vieux classiques des Fêtes. En voici huit à redécouvrir en famille.

- 1 Le sapin a des boules (1989)
- 2 Le miracle de la 34^e rue (1994) ou sa version originale (1947)
- 3 Maman, j'ai raté l'avion (1990)
- 4 Le Grinch (2000) ou sa nouvelle mouture animée (2018)
- 5 Sur les traces du Père Noël (1994)
- 6 Le lutin (2003)
- 7 Nez rouge (2003)
- 8 L'étrange Noël de monsieur Jack (1993)

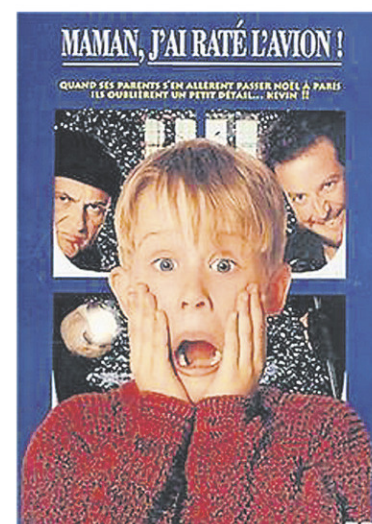
1



2



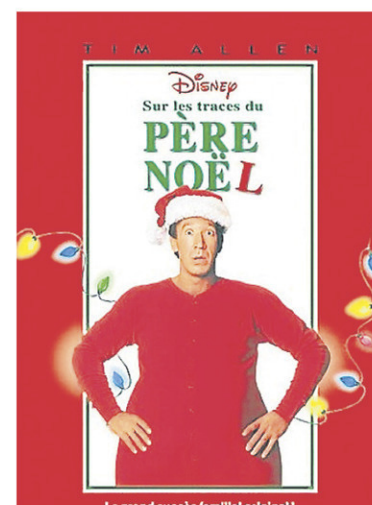
3



4



5



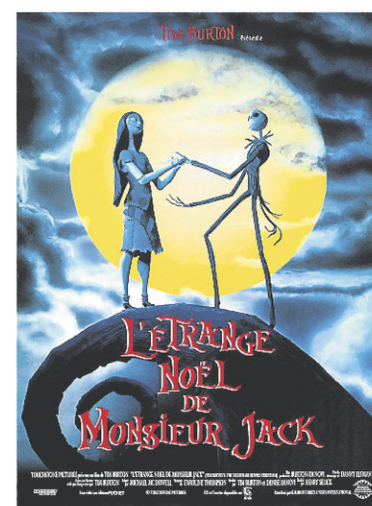
6



7



8



CHAMBRE DES COMMUNES CANADA

Que la magie du temps des fêtes vous apporte joie et bonheur !

Joyeux Noël et bonne année !

RICHARD MARTEL DÉPUTÉ
CHICOUTIMI—LE FJORD

320, RUE SAINTE-ANNE, BUREAU 101
CHICOUTIMI, QUÉBEC G7J 2M4
RICHARD.MARTEL@PARL.GC.CA
418-698-5648

Un élan de générosité

SOPHIE RICHARD
srichard@lequotidien.com

À défaut d'ouvrir votre maison à ceux qui vous sont chers, cette année, ouvrez votre cœur à ceux qui en ont le plus besoin. L'année 2020 aura mis à rude épreuve nos relations sociales, mais elle nous aura aussi fait prendre conscience que le bien-être de certains est plus précaire que celui d'autres. Depuis les débuts de la pandémie, le nombre de personnes ayant recours à de l'aide alimentaire est notamment en croissance. En cette période des Fêtes, pourquoi ne pas faire preuve de générosité. Voici quelques suggestions de gestes que vous pourriez poser si votre situation le permet.

GUIGNOLÉE DES MÉDIAS VIRTUELLE

Chaque année, la Guignolée des médias permet d'amasser plus de 200 000 \$ au Saguenay-Lac-Saint-Jean. Les dons, habituellement recueillis dans la rue, servent à soutenir les sept soupes populaires de la région soit la Marmite fumante d'Alma, les soupes populaires de Dolbeau-Mistassini, de Chicoutimi, de La Baie et de Saint-Félicien, ainsi que les souprières de Jonquière et de Kénogami. Cette année, en raison de

COVID-19, l'événement s'est transposé en mode virtuel. Depuis le 23 novembre et ce jusqu'au 24 décembre, il est possible d'effectuer un don en ligne au languignoleeslsj.com. Les dons en denrées alimentaires sont aussi acceptés auprès des partenaires de l'événement soient les pharmacies Jean Coutu, Maxi, Provigo et Via Capitale.

CASERNE DE JOUETS

La grande collecte de jouet de la Caserne de jouet située à Chicoutimi-Nord n'a malheureusement pas pu avoir lieu cette année. Néanmoins, la population est invitée à déposer ses dons de jouets dans la boîte extérieure prévue à cet effet au 2585, rue Roussel. L'organisme s'engage à maintenir son service cette année et à continuer de faire sourire les enfants de la région. Les familles dans le besoin peuvent communiquer avec la Caserne de jouet par téléphone au 418-698-1161.

SOUTENIR UN ORGANISME ET/OU UNE CAUSE QUI VOUS TIENT À CŒUR

De nombreux organismes ont vu leurs finances être amputées de plusieurs milliers de dollars dû à la pandémie, les levées de

fond et activités de financement habituellement prévues n'ayant pu avoir lieu. Ainsi, vous pourriez effectuer un don solidaire à une fondation, un organisme communautaire, un organisme culturel ou sportif qui est important à vos yeux.

FAIRE DON DE VÊTEMENTS CHAUDS

Les maisons pour sans-abris ont souvent besoin de vêtements chauds à offrir aux gens qui s'y présentent. Avec l'hiver qui est déjà bien établi et les grands froids qui se présenteront sous peu, faire don de manteaux, mitaines, foulards et tuques d'hiver pourrait contribuer à maintenir ces personnes bien au chaud.

ÉCRIRE À UNE PERSONNE SEULE

Plusieurs personnes âgées, vivant en résidences ou en CHSLD, ne pourront recevoir de visiteurs cette année. Contribuez à briser leur isolement et à mettre un peu de soleil dans leur vie en leur écrivant une simple lettre. Vous pouvez même mettre les enfants à contribution. Eux qui adorent bricoler ne seront certainement pas contre l'idée de faire quelques cartes de Noël en plus. Vous avez une personne seule dans votre entourage? Appelez-la durant les Fêtes.



Vœux des Fêtes et d'encouragement

L'année 2020 tire à sa fin et nous allons tous nous dépêcher de nous tourner vers 2021 en souhaitant que la prochaine année sera plus agréable pour tout le monde.

Je tiens à vous remercier pour tous les efforts que vous avez faits jusqu'à présent pour passer au travers de cette pandémie. Il ne faut pas baisser les bras.

Je joins ma voix à celle du conseil municipal pour vous souhaiter de la santé et une très joyeuse période des Fêtes.

Joyeux Noël et bonne année à tous!

Josée Néron
Mairesse de la Ville de Saguenay

D'où nous viennent ces symboles de Noël?

SOPHIE RICHARD
srichard@lequotidien.com

DE SAINT NICOLAS À PÈRE NOËL

Saint Nicolas est-il le père Noël? D'un point de vue historique, il serait davantage correct de dire que saint Nicolas, mort un 6 décembre de l'an 345 ou 352, a inspiré la naissance du personnage qu'est le père Noël. Ce sont en fait les gestes de charité posés par saint Nicolas qui en auraient fait un saint adulé dans de nombreux pays. Les croyances populaires laissent ensuite penser que la coutume d'offrir des cadeaux et de faire preuve de charité le jour de Saint-Nicolas (6 novembre) aurait traversé l'Atlantique au début du XIX^e siècle. Puis, au fil des ans et des diverses histoires racontées sous forme de poèmes et de récits, le caractère jovial dudit bonhomme se serait précisé. Ce n'est toutefois qu'au cours de la guerre civile américaine que le père Noël tel qu'on l'illustre encore aujourd'hui serait apparu, bedonnant, barbu, vêtu de vêtements rouges bordés de fourrure et conduisant un traîneau tiré par des rennes.

MON BEAU SAPIN

Les célébrations de Noël étant intimement liées au solstice d'hiver, l'utilisation de sapinage dans les maisons avait pour but de symboliser la vie et la longévité même en plein coeur de l'hiver. Il faut toutefois attendre aux débuts des années 1500 pour découvrir les premières traces de décoration d'arbres de Noël, d'abord en Lettonie (1510), puis en Allemagne (1530).

Selon l'Encyclopédie Canadienne, «C'est à Sorel, au Québec, que l'arbre de Noël fait sa première apparition en Amérique du Nord, la veille de Noël de 1781, chez la baronne Riedesel qui reçoit un groupe d'officiers britanniques et allemands.»

DE FÊTE RELIGIEUSE À FÊTE FAMILIALE

Si Noël est aujourd'hui davantage perçu comme une fête familiale plutôt qu'une fête religieuse, cela ne date pas d'hier. Dès les années 1870, on constate que dans le Canada anglais, principalement, on parle de tradition familiale impliquant de se réunir pour partager un somptueux repas et échanger des cadeaux. Plusieurs attribuent d'ailleurs ses changements à la reine Victoria, épouse du prince Albert d'origine allemande.

LES CARTES DE NOËL

La tradition d'envoyer des cartes de Noël par la poste est-elle sur le point de disparaître? La question se pose avec l'envoi de plus en plus fréquent de cartes virtuelles tant par la population que par les entreprises. Il faut savoir que les premières cartes de Noël remontent à 1843. C'est en Angleterre qu'un certain Henry Cole eut l'idée d'en faire préparer. Puis, on encouragea les enfants à fabriquer les leurs avant que la diminution des frais de poste et d'impression fasse exploser la demande pour les cartes de Noël commerciales.

SOURCE:
Encyclopédie canadienne,
thecanadianencyclopedia.ca



Aidez-nous à perpétuer la magie.

 **imagem**



RECETTES SAVOUREUSES

Des classiques dont on ne se lasse jamais

(SR) Il y aura sans doute beaucoup moins de monde qu'à l'habitude autour de la table les 24 et 25 décembre prochains, mais gageons que ceux qui y seront apprécieront y retrouver leurs desserts favoris des Fêtes. Voici deux classiques dont on ne se lasse jamais tels que suggéré par Recette d'ici. Des biscuits au pain d'épice que les tout-petits pourront vous aider à préparer ou à tout le moins à décorer. Psst, il s'agit d'une belle surprise à offrir aux grands-parents. Et une bûche de Noël facile à cuisiner que tous apprécieront. Au besoin, congelez les restes et ressortez-les au Nouvel An.

BÛCHE DE NOËL

INGRÉDIENTS

GÂTEAU ÉPONGE ROULÉ

- 3/4 tasse de farine à pâtisserie
- 1/4 c. à thé de sel
- 4 gros œufs
- 1/2 tasse de sucre
- 1/2 c. à thé d'extrait de vanille pure
- 1 c. à soupe de beurre non salé, fondu
- Sucre à glacer

SIROP À IMBIBER

- 1/3 tasse d'eau
- 3 c. à soupe de sucre
- 1/2 c. à thé d'extrait de vanille pure, d'extrait de menthe poivrée, d'extrait d'amande, ou autre, au goût

GLAÇAGE AU CHOCOLAT

- 1 tasse de beurre non salé
- 3 tasses de sucre à glacer
- 1/2 tasse de poudre de cacao
- 1 pincée de sel
- 3 à 4 c. à soupe de crème à café 10% ou de crème à fouetter 35 %, pour ajuster la consistance du glaçage au besoin

DÉCORATIONS

- Cannes de Noël, meringues, ou autres bonbons de Noël pour décorer le gâteau

PRÉPARATION

GÂTEAU ÉPONGE ROULÉ

Préchauffer le four à 175 °C (350 °F). Beurrer et fariner une plaque à pâtisserie avec rebords de 25 x 38 cm (10 x 15 po). Recouvrir le fond de papier parchemin. Réserver.

Dans un premier bol, tamiser la farine et le sel.

Dans un deuxième grand bol, à l'aide d'un batteur à main électrique (ou dans le bol d'un batteur sur socle muni d'un fouet), fouetter les œufs et le sucre pendant 10 minutes ou jusqu'à ce que la préparation ait triplé de volume.

Ajouter la vanille et le beurre fondu. Fouetter pour incorporer.

À l'aide d'une grande spatule, incorporer la farine tamisée graduellement, en pliant.

Étendre la préparation à gâteau dans le moule préparé. Lisser la surface à l'aide d'une spatule pour égaliser.

PRÉPARATION | 1 HEURE
CUISSON | 15 MINUTES
PORTION | 12

Cuire au four 10 à 12 minutes, jusqu'à ce qu'un cure dent inséré au centre du gâteau ressorte propre et sec. Le gâteau sera à peine doré. Attention de ne pas trop cuire sinon le gâteau sera sec et risquera de craquer plus au roulage.

Saupoudrer un grand linge propre de sucre à glacer. Laisser tiédir le gâteau une minute, puis démouler le gâteau chaud sur le linge. Rouler le gâteau pour former un rouleau de 38 cm (15 po).

SIROP À IMBIBER

Dans une petite casserole, mélanger l'eau et le sucre. Porter à ébullition. Retirer du feu et ajouter l'extrait de vanille. Laisser tiédir.

GLAÇAGE AU CHOCOLAT

Une fois le gâteau refroidi, préparer le glaçage.

Dans un bol, à l'aide d'un batteur à main électrique (ou dans le bol d'un batteur sur socle muni d'un fouet), mélanger le beurre, le sucre à glacer et la poudre de cacao. Ajouter juste assez de crème pour former un glaçage lisse et épais.

Dérouler délicatement le gâteau refroidi sur une grande feuille de papier parchemin propre.

À l'aide d'un pinceau, badigeonner la surface du gâteau avec le 2/3 du sirop refroidi.

À l'aide d'une spatule, étendre et lisser le glaçage sur toute la surface. Rouler le gâteau bien serré pour éviter qu'il n'y ait de l'espace entre les couches de gâteau et de glaçage. Badigeonner l'extérieur de la bûche avec le reste du sirop et recouvrir l'extérieur de la bûche avec le reste du glaçage. Conserver au réfrigérateur. Sortir la bûche au moins 30 minutes avant de servir.

Au moment de servir, décorer la bûche avec des cannes de Noël, des meringues ou tout autre bonbon de Noël.

SUGGESTION

On peut aussi rouler le gâteau dans l'autre direction pour former un rouleau de 25 cm (10 po). La bûche sera plus épaisse et servira 8 personnes. La bûche de Noël peut être faite à l'avance et congeler, une fois recouverte de

BISCUITS AU PAIN D'ÉPICE

INGRÉDIENTS

- 1/2 tasse de cassonade dorée, légèrement tassée
- 1/2 tasse de beurre non salé, mou
- 1/2 tasse de sirop d'érable
- 3 tasses de farine tout usage
- 1/2 c. à thé de bicarbonate de soude
- 2 c. à thé de gingembre moulu
- 2 c. à thé de cannelle moulue
- 1/2 c. à thé de cardamome moulue
- 1/2 c. à thé de clou de girofle moulu
- 1/4 c. à thé de sel
- 1 gros œuf

GLAÇAGE ROYAL

- 1 1/2 tasse de sucre à glacer
- colorants alimentaires en gel au choix (facultatif)
- 1 blanc d'œuf
- 1 pincée de crème de tartre ou quelques gouttes de jus de citron

PRÉPARATION

Utiliser un batteur électrique pour mélanger le beurre et la cassonade dans un grand bol.

Ajouter le sirop d'érable. Mélanger. Ajouter l'œuf. Bien mélanger.

Dans un autre bol, à l'aide d'un fouet, mélanger la farine, les épices, le bicarbonate de soude et le sel.

Verser les ingrédients secs sur les ingrédients humides. Mélanger. Former deux

disques de pâte. Emballer chaque disque d'une pellicule en plastique. Laisser reposer 1 heure au réfrigérateur.

Préchauffer le four à 180 °C (350 °F). Recouvrir deux plaques à pâtisserie de papier parchemin.

Sur un plan de travail légèrement fariné, à l'aide d'un rouleau à pâtisserie, abaisser un disque de pâte à la fois à une épaisseur d'environ 3 mm (1/8 po).

À l'aide d'un emporte-pièce rond, découper des biscuits dans la pâte. Placer les biscuits sur les plaques préparées en les espaçant. Rouler les retailles pour en faire des boules, puis étaler la pâte de nouveau pour découper le maximum de biscuits.

Cuire au four, une plaque à la fois, pendant 12 à 16 minutes, selon la taille des biscuits. On cherche une texture moelleuse et légèrement dorée sur les bords. Laisser tiédir sur la plaque avant de les transférer sur une grille à pâtisserie pour les refroidir complètement.

GLAÇAGE ROYAL

Dans un grand bol, à l'aide d'un batteur électrique, fouetter le blanc d'œuf et la crème de tartre ou quelques gouttes de jus de citron, jusqu'à l'obtention de pics mous.

Ajouter le sucre à glacer progressivement en continuant de fouetter,

PRÉPARATION | 30 MINUTES
CUISSON | 15 MINUTES
PORTION | 36

pendant 5 à 10 minutes, ou jusqu'à obtenir un glaçage épais et ferme. Si désiré, diviser le glaçage dans plusieurs petits bols, ajouter une petite quantité de colorant alimentaire à la fois et bien mélanger.

Transférer les glaçages dans des poches à pâtisserie munies de petites douilles simples. Laisser sécher à température ambiante pendant quelques heures avant de les transférer dans un contenant hermétique.

SUGGESTION

Les biscuits en pain d'épice se conservent jusqu'à 1 mois dans un contenant hermétique.

Variante : vous pouvez remplacer le sirop d'érable par la même quantité de mélasse de qualité de fantaisie.

Source: recettesdici.com



glaçage. Il suffit de la congeler sur une grande plaque de pâtisserie recouverte de papier parchemin. Quand la bûche est congelée, recouvrir d'une pellicule en plastique et ensuite d'une grande feuille de papier aluminium pour bien la protéger. Le jour avant de servir, débarrasser la bûche et la placer sur un plat de service. Recouvrir de papier aluminium et placer au réfrigérateur pendant au moins 12 heures pour la décongeler. Sortir la bûche au moins 30 minutes avant de servir. Au moment de servir, décorer la bûche avec des cannes de Noël, des meringues ou tout autre bonbon de Noël.

Source: recettesdici.com



PURIFIE
LA
TERRE

L'équipe de RSI Environnement souhaite à la population du Saguenay Lac-Saint-Jean une excellente période des fêtes et une année 2021

sous le signe de
la prospérité verte.






**Le père Noël ne fait qu'une sortie
dans l'année pour livrer les jouets.
Votre camelot, beau temps, mauvais temps,
vous livre chaque semaine votre information.**



MERCI DE VOTRE CONFIANCE ET JOYEUSES FÊTES !

Votre camelot

leQuotidien

COOP D'INFORMATION

