

Ski-SE-Dit

.info

L'INFORMATION DURABLE

Le journal communautaire de Val-David et ses environs
DÉCEMBRE 2017 - Vol. 44, n° 10 - 24 pages



Le fin d'œil municipal
Lire page 15

Depuis 44 ans avec passion



2018 arrive à Val-David

Souhaitons-nous une année de paix et de simple bonheur.
C'est toujours possible, avec un peu d'amour et de tolérance.

AVEC ELLES, NOTRE VILLAGE FAIT BONNE FIGURE



Kathy Poulin, notre nouvelle mairesse
« pour l'amour de Val-David » (p. 5)



Bonnie Baxter remporte
le prix Charles-Biddle 2017 (p. 11)

LES GARS METTENT LA MAIN À LA PÂTE POUR LES JEUNES ENTREPRISES



L'union fait la force : lire en page 6



Expérience. énergie. dévouement

CAROLE RINGUETTE

Courtier immobilier, REMAX Laurentides inc.

cringuettecourtier@gmail.com

CELL. : 819-507-0297

Bur. : 450-229-6666

ACHETER ou VENDRE une maison est un art.
Celui de CRÉER UN LIEN DE CONFIANCE aussi.



RE/MAX

metro

VAL-DAVID

Alimentation Michel Vincent inc.

Au coeur du village
et des gens!

HEURES D'OUVERTURE • TEMPS DES FÊTES

*Nous sommes ouvert
pour mieux vous servir*

Lundi 25 décembre
Lundi 1^{er} janvier
de 10 h à 17 h

Mardi 2 janvier - 8 h à 21 h
Retour à la normale

Dimanche 24 décembre - 8 h à 18 h
Lundi 25 décembre - 10 h à 17 h
Lundi 26 décembre - 8 h à 21 h
Mercredi 27 décembre - 8 h à 21 h
Jeudi 28 décembre - 8 h à 21 h
Vendredi 29 décembre - 8 h à 21 h
Samedi 30 décembre - 8 h à 21 h
Dimanche 31 décembre - 8 h à 18 h
Lundi 1^{er} janvier - 10 h à 17 h

2500, rue de l'Église • VAL-DAVID • 819 322-2030

PROMOTION 45^e anniversaire

Pour souligner ses 45 ans d'existence, le journal *Ski-se-Dit* offre à ses annonceurs et supporters des avantages sans précédent. Annoncer dans notre journal est payant, plus que jamais!

COUP DE CHAPEAU AUX FIDÈLES!

Tous les annonceurs* qui sont présents dans le journal à compter de janvier 2018 seront inscrits au tirage au sort d'un AN GRATUIT pour le placement de leur annonce dans le journal. Les annonceurs qui sont présents depuis 5 ans auront droit à deux inscriptions. Le tirage aura lieu en décembre 2018.

* Cette promotion exclut les municipalités, les institutions et les annonceurs nationaux.

OFFRE SPÉCIALE AUX NOUVEAUX ANNONCEURS

Placer une carte professionnelle pour 5 parutions consécutives ne coûte que 45 \$ par annonce pour les

éditions de janvier, février, avril, mai et juin 2018. Inscription dès maintenant jusqu'au 18 décembre 2017.

OFFRE SOUVENIR À TOUS NOS MEMBRES

Afin de remercier chaleureusement ses membres (participez à une de nos activités et devenez membre illico ou inscrivez-vous par courriel ou tél.), le journal *Ski-se-Dit* fera tirer au cours de l'année un forfait voyage pour deux. Suivez le déroulement de ce joyeux projet anniversaire dans les prochaines éditions du journal.

Et ce n'est pas tout! Notre anniversaire collectif sera souligné de diverses façons dans nos pages et sur notre site internet tout au long de l'année 2018. Si vous avez des idées festives, faites-nous-en part, ce sera avec plaisir que nous tenterons de les réaliser!

RECHERCHÉ-E

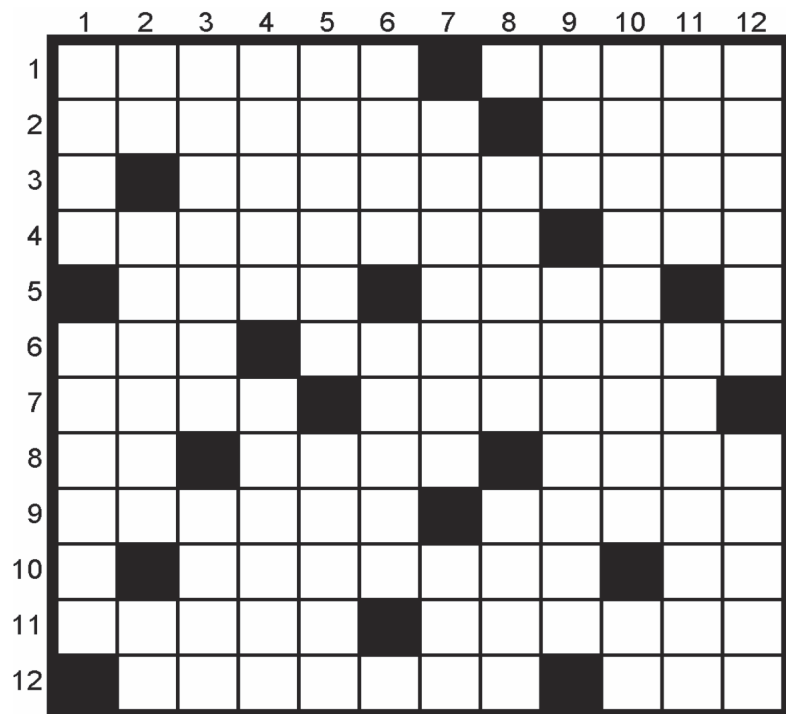
Représentant-e commercial-e pour le journal *Ski-se-Dit*, format papier et web. Si vous avez des dispositions pour la vente et désirez participer à l'essor du journal, svp prendre contact avec la rédaction au 819 322-7969. Ouvert à tous selon compétence, expérience ou connaissances acquises.

EXCLUSIF - mots croisés

Solution p. 6

Info: verbiencroisés@gmail.com

Auteur: Pierre L. Mongrain



Horizontalement

1. Secouer vivement - Chrétien d'une église d'Orient.
2. laiton additionné de zinc - Par opposition au mal.
3. Il peint des paysages.
4. Instrument chirurgical - D'un goût acide.
5. Avoir l'audace - Repas de Jésus-Christ.
6. Vers le haut - Titre d'un cardinal.
7. Prise de judo - Chaume.
8. C'est-à-dire - Couperose - À la boxe.
9. Peu fréquenté - Bottillon.
10. Aiglon - Radon.
11. Polyvalente - Se couvrir de crème.
12. Passivité - Volonté.

Verticalement

1. Continent - Jonc des chaisiers.
2. Soldat - Masse de matière en fusion - Adverbe.
3. Situation sans issue - Grosse mouche.
4. Dignité papale - Cassure.
5. Aile dure et cornée - Imaginer.
6. Fleur du rosier - Commander.
7. Érailement - Céans.
8. Granulaire - B.
9. Ceinture du kimono - Cellule nerveuse.
10. Fleur jaune du printemps - Magnésium.
11. Personne entêtée - Placer au centre.
12. Irrité - Distinction des sexes.

LE JOURNAL Ski-SE-Dit

DEPUIS 44 ans
avec PASSION

Le journal communautaire de Val-David et ses environs

2496, rue de l'Église, suite 200
Val-David (QC) J0T 2N0
Téléphone : 819 322-7969
Courriel : redaction@ski-se-dit.info

LISEZ VOTRE *SKI-SE-DIT* EN LIGNE!

TAPEZ : ski-se-dit.info

Lisez « Entre les lignes », une page exclusive sur le site Internet.



Année de fondation du journal *Ski-se-Dit*: 1973
Premier rédacteur en chef : Guy Leduc

Conseil d'administration :

Nathalie Cauwet, présidente
Jocelyne Aird Bélanger, vice-présidente
Richard Marleau, trésorier
Louise Duhamel, administratrice
Sandra Mathieu, administratrice

Chroniqueurs et invités :

Marcel Achard
Gabriel Cliche
René Derouin
Jean-Patrice Desjardins
Louise Duhamel
Denise Fortin
Nicole Gagné
Marlène Gosselin
Alain Harvey
Madeleine Landry
Judith Lavoie
Richard Claude Lauzon
Cyril Lepage
Nicole Vézina
Alain Saladzius

Merci à nos collaborateurs, à nos reporters et à nos membres de soutien.

Rédacteur en chef : Michel-Pierre Sarrazin

Responsable des comptes : Francis Hamel

Révision linguistique : Maryse Froment-Lebeau

Mise en page : Pixel Créatif 819 216-1436

Impression : Hebdo Litho

Coordination publicité : Michel-Pierre Sarrazin

Livraison commerciale : Ginette Durand et Jean-Marc Richard

Webmestre : Jean-Patrice Desjardins

Pour toute réservation publicitaire : 819 321-9269

ou par courriel à l'adresse redaction@ski-se-dit.info

TIRAGE 5000 exemplaires.

ATTENTION | ATTENTION | ATTENTION

NOUVELLE ADRESSE

POUR TOUT CONTACT COURRIEL

AVEC LE JOURNAL

redaction@ski-se-dit.info

LE JOURNAL EST DISTRIBUÉ PAR PUBLISAC, EN PLUS DE LA DISTRIBUTION EN VRAC DANS LES ENDROITS HABITUELS. L'HORAIRE CI-JOINT EST SUJET À CHANGEMENTS. VÉRIFIEZ TOUJOURS LA PROCHAINE DATE DE PARUTION EN PAGE 2 DU JOURNAL POUR ÊTRE À JOUR.

TOMBÉE

(Date limite pour recevoir votre matériel en fonction de la prochaine parution)

18 décembre 2017

15 janvier 2018

12 mars 2018

9 avril 2018

14 mai 2018

DISTRIBUTION

Publisac et kiosque

18 janvier 2018

8 février 2018

5 avril 2018

3 mai 2018

7 juin 2018

RELÂCHE (le journal n'est pas publié en mars)

Si vous désirez que vos communiqués ou annonces soient publiés dans notre journal, vous devez tenir compte des dates de tombée (date limite pour nous envoyer votre matériel, toujours indiquée en page 2 du journal). Certains frais peuvent être exigibles (voir grille de tarification).

NOUVEAUX TARIFS : Pour assurer sa survie, notre journal doit périodiquement ajuster le prix de ses espaces publicitaires pour être en mesure de suivre les fluctuations du marché. Ces augmentations sont mineures. En dépit de cet inconvénient, merci de rester fidèles à l'unique périodique communautaire de Val-David et ses environs qui donne la priorité aux annonceurs et aux lecteurs de chez nous.

PROCHAINE DATE LIMITE POUR ENVOYER
PHOTOS ET TEXTES : 18 décembre 2017

Note : la date de tombée est la date limite pour nous faire parvenir vos textes et photos (ne pas envoyer de courriels plus lourds que 3 meg, ils seront automatiquement rejetés).

PROCHAINE PARUTION :
18 janvier 2018

VOICI LES 93 POINTS DE DISTRIBUTION DANS LA RÉGION OÙ VOUS POUVEZ TROUVER UN EXEMPLAIRE PAPIER DE VOTRE JOURNAL *SKI-SE-DIT* : Val-David : Auberge du Vieux Foyer • Auberge Le Creux du Vent • Auto Value Val-David • Bibliothèque de Val-David • Bio Sathra • Bistrot C'est la Vie • Bistrot des artistes • Bistrot Général Café • Bistrot Le Mouton Noir • Bistrot Plain Air • BIVR Eugène Monette Inc. • Boutique Jeux Après-Ski • Brasserie & bistrot Le Baril Poulant • Bureau touristique La Petite Gare • Chalet Anne-Piché • Chalet Chanteclerc • Caisse Desjardins, succ. Val-David • Caisse-Croûte du Parc • Centre d'exposition la Maison du Village • Chiropraticien, Dr. Charles St-Pierre • Clinique dentaire Dr. Pitt • Coiffure Rita • Dépanneur Couche-Tard • Dépanneur des Vals Ultramar • École St-Jean-Baptiste • Fruits et légumes Val-David • Garage B. Grill et Fils inc. • Herboristerie La Cif des Champs • Institut de Beauté Marie-Denise Tremblay • Magasin Général • Mairie de Val-David • Kilomètre 42 • Lavoir Val-David • Lézards Loco • Marchés d'été et d'hiver de Val-David • Mazda Val-David • Metro L. Dufresne et Fils • 1001 Pots • Pharmacie Familiprix Charland et Segard • ReMax Elienne Savard • Restaurant Clémentine • Restaurant La Table des Gourmets • Restaurant Le Villageois • Restaurant L'Express Oie • Restaurant Jack Rabbit • Restaurant O Cèdre • Restaurant Le Petit Poucet • Restaurant Tim Horton's • Restaurant Station Val-David • Restaurant Subway • Rock & Ride • Simon Grondin, chirurgien dentiste • Soupes et desserts • Sous toutes les coutures • Toyota Ste-Agathe • Les Voiles Nord Sud • Yann & Cie • Sainte-Agathe-des-Monts : Bibliothèque Gaston-Miron • Bureau du Député Claude Cousineau • Bureau + Martin • Bureau touristique Saint-Agathe-des-Monts • Caisse populaire Desjardins • Centre de jardin La Jardinière • Couleur Café • Hyundai Ste-Agathe • La Colombe • Le Pommier Fleuri • Notaires Léonard, Pagé, Chailoux, Piché • Metro Ste-Agathe • Pavillon Philippe-Lapointe, CSSS • Pharmacie Brunet • Restaurant des Monts • Restaurant Julio • Restaurant La Gourmandine • Restaurant La Maison 1890 • S. Bourassa Lité fruits et légumes • Tacl • Sainte-Adèle : Clinique médicale Ste-Adèle • IGA Ste-Adèle • Optique Expert du Nord • Pharmacie clinique médicale • Pixel Créatif • Restaurant Coeur de Provence • Val-Morin : Bibliothèque • Boulangerie Aux Trois levains • Cal's pizza • Marché Val-Morin • Municipalité de Val-Morin • Restaurant de la Petite Gare • Théâtre du Marais

DROITS DE REPRODUCTION : Les articles de ce journal peuvent être reproduits à condition de l'être intégralement et sous réserve que leur provenance soit indiquée. Toute autre forme d'utilisation du contenu de ce journal est interdite sans autorisation expresse de la rédaction.

ATTENTION : Ne pas envoyer de courriels de plus de 3 meg S.V.P.



Fonds de stabilisation et de consolidation des arts et de la culture du Québec

Le *Ski-se-Dit* reçoit l'appui du ministère de la Culture et des Communications.

Journal membre de

AMECQ
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS
COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

Tirage certifié
AMECQ

PICHENOTTE

JEUX RIGOLOS • JOUETS ÉCOLOS

La boutique Pichenotte
vous souhaite
un merveilleux
temps des fêtes.



Nous avons de magnifiques
jouets en bois
pour vos petits
et des jeux de toutes sortes
pour les plus grands.

1310, rue Dion
angle rue De l'Église
819-320-0516

info@lesjeux.ca

Avez-vous
vu le
**NOUVEL
HORAIRE**
de votre
caisse ?



Services caissiers et conseils

Lundi	9 h à 16 h
Mardi	9 h à 16 h
Mercredi	9 h à 20 h
Jeudi	9 h à 20 h
Vendredi	9 h à 16 h

Passez nous voir à la Caisse ou profitez de nos services
24/7 par téléphone, sur mobile et sur le web.

1 800 CAISSES | desjardins.com

Siège social
77, rue Principale Est
Sainte-Agathe-des-Monts

Centre de services Val-David
2462, rue de l'Église
Val-David

 **Desjardins**
Caisse populaire de
Sainte-Agathe des Monts

www.tennedelivreshamel.ca

FRANCIS HAMEL
819 325-3580

TENUE DE LIVRES
HAMEL

PIXEL
Créatif

INFOGRAPHIE | IMPRIMERIE | NUMÉRIQUE
LETTREGE | T-SHIRTS | PRODUITS PROMO

1332, boul. Sainte-Adèle, bureau 100, Sainte-Adèle
T : 450 229-0395 | C : 819 216-1436 | www.pixelduocreatif.com 

COIFFURE

Rita

Service personnalisé
pour Elle et Lui

Schwarzkopf
PROFESSIONAL

BIOLOGE

LANZA®

MOROCCANOIL

Certificat-cadeau

2507, de l'Église, Val-David (Face au Métro)

819 322-5858

Heures d'ouverture

Mardi à jeudi 9h à 18h | Vendredi 9h à 20h | Samedi 9h à 16h


Joindre chaque mois nos 7 000 lecteurs pour 1 cent par lecteur, c'est payant. C'est aussi une façon de faire savoir à la communauté de Val-David que vous êtes là pour tout un chacun.

céramiques . marbres . ardoises . mosaïques

CERA-MOSA
COMPTOIR DE GRANIT

R.B.Q. : 8280520118

Michel Lavallée
1615, Rte 117, Val-David (Québec) 819-322-3332




David Graham
député fédéral • Laurentides—Labelle

D'ICI, POUR ICI

80A boul. Norbert-Morin (route 117),
Sainte-Agathe-des-Monts J8C 2V8
819-326-4724

424, rue du Pont, Mont-Laurier J9L 2R7
819-440-3091
1-844-750-1650

david.graham@parl.gc.ca • www.davidgraham.ca
/daviddegraham @daviddegraham



ÉLISABETH
Charbonneau

MASSOTHÉRAPEUTE

À VAL-DAVID
MASSAGE SUÉDOIS DE DÉTENTE | PIERRES CHAUDES

Membre depuis 2003 de la
Fédération québécoise des massothérapeutes

Sur rendez-vous : **819-321-5411**

b v o n a
s q g p é
d m e y e
j 2 e a e
h c p s p
9 q 7 y ?
é p d k v
p o { } & *
h g u d a
5 % c é ç
y b i f g
H & b n p
é a s u x
9 t 0 A
w b 8 4 m
@ i é « »
3 e è 2

**Révision
Correction d'épreuves
Traduction**

Maryse Froment-Lebeau
www.revisiondetextes.ca
fl.maryse@gmail.com
514 347-8634

CPA ORDRE DES COMPTABLES
PROFESSIONNELS AGRÉÉS DU QUÉBEC

Anne Monette, CPA

États financiers • Impôts • Tenue de livres

1271, rue Lavoie, Val-David (Québec) JOT 2N0
Tél./télé.: 819 322-7247

Donnez une chance à nos
7 000 lecteurs de vous connaître...

*Prenez une publicité
dans notre beau journal!*

Info : 819 322-7969
redaction@ski-se-dit.info



DÉS NOUVELLES
DE NOUS EN PLUS

Tapez **ski-se-dit.info**

L'information durable




L'AIGUISOIR

Aiguisage sur pierre à eau
Vente de couteaux et
accessoires



1284 rue Jean-Baptiste-Dufresne, Val-David
www.laiguisoir.com
819 774-0888



CHOCOLAT
Smilly
Créations artisanales

Pour les Fêtes,
nous vous proposons plusieurs
IDÉES-CADEAUX CHOCOLATÉES

Venez en tout temps nous rendre
visite à la **BOUTIQUE** ou
au **MARCHÉ DE NOËL** de Val-David
les 9, 10 et 16 décembre

1785, route 117, Val-David | 514 895-1529



Soli Terre
créateur de paysages

Gilbert Dionne
créateur de paysages
819-322-2876

Conception de plans et croquis
Réalisation d'aménagements paysagers
Services d'entretien horticole

www.soliterre.ca • info@soliterre.ca



Institut
Marlène
Plus de 30 ans à vous servir avec plaisir

- Soins esthétiques
- Électrolyse
- Produits de beauté

105, Principale Est
Ste-Agathe-des-Monts
819-321-7121
info@institutmarlene.com

Quand la beauté rencontre le mieux-être!

Prenez rendez-vous en ligne : www.institutmarlene.com

KATHY POULIN À LA MAIRIE : La différence positive



Michel-Pierre Sarrazin

Val-David vient de se donner une nouvelle direction politique, en élisant le 5 novembre dernier Madame Kathy Poulin au poste de mairesse, où elle sera secondée dans les six districts administratifs par une équipe relativement jeune qui semble souscrire, comme elle l'exprimait dans son slogan de campagne, à l'amour de Val-David.

Sur 4 352 citoyens inscrits aux urnes, 61 % d'entre eux ont choisi la même direction. Le programme de Mme Poulin, fort bien présenté sur internet, exprimait, au-delà du slogan, l'intention de préférer le dialogue à l'affrontement :

[...] une puissante volonté de mieux intégrer la participation citoyenne dans les décisions politiques, de transformer la confrontation idéologique en débats d'idées, de permettre l'émergence de la différence, de faire converger les intérêts du plus grand nombre et de viser le bien commun, et ce, toujours dans un esprit de respect, de transparence, d'ouverture et de vision intégrée afin que notre village déploie son plein potentiel, rayonne et nous inspire encore et toujours.

En matière d'objectifs, cet état d'esprit se traduit par une dizaine de grandes orientations : urbanisme redéfini, croissance économique maîtrisée, transparence et santé des finances publiques, vitalité culturelle, écoute et encouragement de la participation citoyenne, éducation et équité sociale, développement du Parc et du plein air, environnement sain. Il est clair que si la participation citoyenne est au centre des choix politiques de Mme Poulin, il faudra en mesurer la faisabilité sur le terrain au cours des mois à venir, par un long processus d'ajustements pratiques.

Mais qui est donc cette nouvelle mairesse qui, à 46 ans, mère de deux adolescents, Naomi, 17 ans et Kiran, 15 ans, a décidé, après avoir été conseillère depuis 2013, de prendre les commandes municipales pour faire, comme elle l'exprime elle-même, « une différence positive » ?

Kathy Poulin est une femme d'action issue du monde communautaire et des entreprises qui placent l'être humain au-dessus du capital. Son engagement passe

par le nombre et la recherche de l'effort utile, comme son expérience de vie le démontre. À 17 ans, elle était déjà à l'autre bout du monde pour faire une différence : du Pakistan à l'Afrique du Sud, de l'Australie à la Turquie en passant par la France, elle a vécu et travaillé dans la coopération et l'engagement pendant de nombreuses années. Jusqu'à ce qu'elle décide que pour avoir des enfants, il fallait planter solidement ses racines quelque part. Et c'est ainsi, comme c'est le cas de beaucoup de Val-Davidois contemporains, qu'elle est tombée dans le cercle magique de nos montagnes. Coup de foudre pour ce village qui réunit en microcosme tout ce qu'elle aime, de la culture vivante à l'entraide citoyenne, de l'air pur à la simplicité communautaire.

En 2006, elle loue une maison au village, et pour pratiquement une décennie, elle sera mère à la maison en priorité. Éventuellement, elle achètera une maison et reviendra graduellement à la vie publique en travaillant pour l'une des entreprises les plus dynamiques d'ici, la Clef des champs. Depuis, son engagement social a pris toutes sortes de formes : implication dans le Programme particulier d'urbanisme (PPU) au cœur du village, compostage, action pour l'aménagement durable, programme Habitation durable, reconnaissance de la réserve naturelle, participation au comité sur la gouvernance du Parc régional, convées pour l'aménagement de vélo de montagne et ski hors-piste au mont Plante, développement de Cultiver son village, planification du fonds de soutien à l'entrepreneuriat, mesures d'apaisement de la circulation... entre autres choses, à la fois comme conseillère municipale et comme citoyenne.

Pour Kathy Poulin, l'engagement politique est une question de jugement et de nuances. À peine élue, elle a pour priorités de bien définir les rôles de chacun à la municipalité tout en améliorant les mécanismes de fonctionnement administratif : « Il y a des dossiers qui n'entrent pas dans les colonnes de chiffres, cela fait appel aux orientations politiques, explique-t-elle. Mais il va falloir de la confiance de la part des citoyens. Je n'ai pas l'intention de suivre la tradition politique des déclarations ronflantes et vides ni d'être l'esclave des médias. Je veux qu'on trouve une façon de travailler ensemble. »

C'est dans cette perspective que Mme Poulin a voulu s'entourer de conseillers qui ont, comme elle, une

vision du partage communautaire. Une orientation qui n'est pas sans rappeler ce qui se passe à Montréal avec Valérie Plante, qui place la mobilité en tête de ses priorités, dans une ville sclérosée par la circulation automobile. Autrement dit : le citoyen « collectif » avant le citoyen individuel, dans la mesure du possible. Mais qui est ce citoyen qui peut être si différent d'un milieu à l'autre ? À qui la nouvelle équipe municipale aura-t-elle vraiment affaire à Val-David ? Ces derniers mois, les assemblées publiques du Conseil ont davantage ressemblé à une cour des miracles qu'à une tribune pour le bon sens et la solidarité. Dans les prochaines semaines, la priorité au village sera sans doute au dialogue, un dialogue

ouvert et positif, comme le souhaite la mairesse, si nous voulons que nos efforts individuels aient une véritable résonance collective. On ne peut rien construire dans la vie publique sans la confiance des électeurs en leurs élus. Gagner celle-ci sera le premier défi de la nouvelle administration municipale. Madame Davidson laisse en héritage à sa successeuse une administration sérieuse et progressiste. Espérons qu'en dépit de tout ce qui grouille et scribouille, la nouvelle équipe municipale ne sera pas victime du miroir aux alouettes du populisme exacerbé qui a marqué dans les institutions publiques l'année qui s'achève.

CLAUDE COUSINEAU satisfait des travaux routiers

Le député de Bertrand, Claude Cousineau, se réjouit des nombreux travaux routiers qui ont été réalisés cet automne dans la circonscription. « Partout, on a réparé nos routes qui en avaient grandement besoin. Nos routes et infrastructures nécessitent des investissements majeurs et il faut s'y engager à chacun des budgets », explique le député. M. Cousineau a tenu à souligner la patience et la

bonne collaboration des usagers de la route. « Signaleurs, travailleurs, entrepreneurs et employés du ministère réalisent ces travaux en minimisant le plus possible les inconvénients sur nos déplacements. Soyons donc patients ! Des routes neuves sont importantes pour notre sécurité et notre confort », a conclu le député.

Conseil d'administration DU JOURNAL SKI-SE-DIT

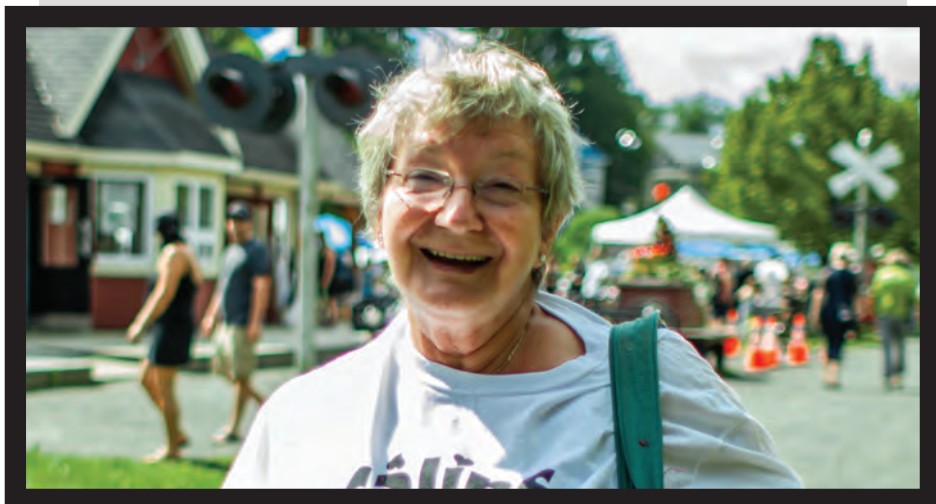


Jean-Patrice Desjardins

À la veille de son quarante-cinquième anniversaire, en 2018, l'OBNL journal *Ski-se-Dit* rassemble dans son conseil d'administration des bénévoles enthousiastes qui mettent leur expertise au service de l'information dans notre communauté. Ses membres, élus lors de l'assemblée générale annuelle du 11 novembre dernier, sont, de g. à dr. : Richard Marleau, trésorier, Nathalie Cauwet, présidente, Sandra Mathieu, secrétaire, Jocelyne Aird-Bélanger, vice-présidente, et Louise Duhamel, administratrice.

Grâce à la générosité et à la disponibilité de ces responsables et grâce au soutien de ses membres et partenaires commerciaux, le plus ancien journal communautaire du Québec est plus que jamais engagé dans un véritable travail d'information pour les citoyens et les visiteurs de nos municipalités sœurs que sont Val-David et Val-Morin. Suivez avec *Ski-se-Dit*, en version papier ou électronique (ski-se-dit.info), l'actualité de ce qui se fait de mieux chez nous !

NICOLE DAVIDSON... Merci !



grâce à Emmanuel Lavigne

Jocelyne Aird-Bélanger

Merci, Nicole, pour toutes ces années consacrées au service de notre municipalité!

Huit ans mairesse précédés de mandats comme conseillère nous auront permis de profiter de vos connaissances et de votre probité. Notre village a évolué et a progressé pendant toute cette période. Sans avoir toujours été du même avis que vous sur

tous les sujets, nous avons apprécié vos efforts constants pour agir pour le compte de notre village. Tous ceux qui sont venus s'installer parmi nous ces dernières années apprécient la qualité de vie qu'on y retrouve. Bien entendu, cela est dû à l'implication de tous, surtout quand ils se sentent soutenus par une équipe municipale solide dirigée par un conseil de ville cohérent et une mairesse qui voit à son affaire, beau temps, mauvais temps. Merci donc, Nicole, pour tout ce travail dévoué et constant et bonne chance dans vos prochains défis!

NOS MARCHÉS PUBLICS doivent être des leviers de développement régional

Saint-Eustache, le 24 octobre 2017 - Les producteurs agricoles de la région des Laurentides espèrent



**POUVOIR NOURRIR
POUVOIR GRANDIR**
Outaouais-Laurentides

Le marché public de Mont-Tremblant, situé à l'extérieur du cœur urbain de Saint-Jovite, n'est malheureusement

vivement que les hommes et les femmes qui seront élus dans les municipalités de la MRC des Laurentides feront le nécessaire pour que les moteurs de développement régional que représentent les marchés publics de Val-David et de Mont-Tremblant soient développés à leur plein potentiel. Un marché public est une place d'affaires privilégiée pour plusieurs agriculteurs, en particulier pour les très nombreuses petites entreprises agricoles de la région des Laurentides qui misent sur la vente directe aux consommateurs. Grâce à un encadrement approprié, un marché public peut par ailleurs devenir un complément bénéfique aux commerces d'alimentation du secteur. Situé dans le cœur d'un village, un marché public est source de vitalité commerciale, rehausse la qualité de vie des résidents, en plus de constituer un attrait touristique. Agriculteurs et consommateurs de la région et d'ailleurs au Québec s'y retrouvent. Ses visiteurs fréquentent aussi les restaurants et les commerces situés à proximité. Le marché de Val-David, qui rassemble ces qualités, contribue même par son ambiance conviviale à attirer de nouveaux résidents! C'est pourquoi il faut assurer sa pérennité et son développement.

pas aussi prospère et structurant. Les agriculteurs-artisans du marché public de Mont-Tremblant font pression depuis 2012 pour sa relocalisation. Il y a bien un projet d'aménagement d'une nouvelle place publique dans le centre de Saint-Jovite, annoncé le 31 août 2017, mais il ne prévoit pas d'espace pour relocaliser le marché!

Depuis 2013, agriculteurs et élus ont élaboré ensemble un Plan de développement de la zone agricole (PDZA) de la MRC des Laurentides. Rien de concret n'a été fait en ce sens à ce jour quant aux actions préconisées pour les marchés publics. Cet enjeu est pourtant plus pressant que jamais.

Les producteurs agricoles de la MRC et de la région des Laurentides s'attendent, de la part des futurs élus municipaux, qu'ils déploient l'énergie, les ressources et la vision nécessaires pour faire éclore tout le potentiel que représente le marché de Mont-Tremblant et pérenniser celui de Val-David.

Richard Maheu
Président de la Fédération UPA Outaouais-Laurentides

LA MANUFACTURE : Coup de pouce aux jeunes entrepreneurs



De g. à dr. : David Graham, député fédéral Laurentides-Labelle; Denis Chalifoux, préfet de la MRC des Laurentides et maire de la ville de Sainte-Agathe-des-Monts; Pierre Morin, président de la Corporation industrielle de Sainte-Agathe-des-Monts; Michel Trottier, directeur de la Caisse populaire Desjardins de Sainte-Agathe-des-Monts; Éric Lescarbeault, ministre de l'Économie, de la Science et de l'Innovation; et Paul Calce, directeur général de la Corporation de développement économique de la MRC des Laurentides

La Manufacture, le tout premier incubateur-accelérateur d'entreprises manufacturières à voir le jour dans la région des Laurentides, a été lancée en octobre dernier à Sainte-Agathe-des-Monts. Cet incubateur-accelérateur favorisera le démarrage de nouvelles entreprises manufacturières et viendra en aide à celles-ci, notamment durant leurs premières années d'existence, période souvent critique dans la vie d'une entreprise.

Située au 195, rue Brissette, à Sainte-Agathe-des-Monts, La Manufacture dispose d'une superficie totale de 20 000 pieds carrés incluant des espaces de bureau, des ateliers industriels, des aires et des services communs ainsi qu'un quai de déchargement, tout cela offert dans un environnement moderne et propice au développement des affaires.

Ce projet est une initiative de la Corporation de développement économique de la MRC des Laurentides, de Desjardins, de la Ville de Sainte-Agathe-des-Monts par le biais de sa Corporation industrielle, des gouvernements du Canada et du Québec, ainsi que de nombreux partenaires privés de la région. « La Manufacture permet aux entreprises de retrouver, sous un même toit, un réseau d'affaires composé des meilleurs professionnels de leur industrie, de même que toutes les ressources nécessaires afin de propulser leur projet à un niveau supérieur », indique M. Michel Trottier, directeur général de la Caisse populaire Desjardins de Sainte-Agathe-des-Monts et l'un des principaux partenaires de cette initiative. Info : ligne sans frais 1 888 887-7335 • manufacturelaurentides.com

NOËL AVEC LE CLUB OPTIMISTE Val-David/ Val-Morin

Le 17 décembre de 11 h à 14 h, à la Boucherie Val-David, au 1365, route 117, le Club Optimiste organise une grande fête de Noël pour les enfants des deux villages. Nourriture, animation, cadeaux seront offerts aux enfants, tant qu'il y en aura! Le père Noël et sa fée des Étoiles seront aussi sur place. Venez profiter en grand nombre de la féerie de Noël avec nous.

Cet événement est organisé avec la participation de la Boucherie Val-David, de la Caisse Desjardins, de SOS Fondue et de Chocolat Smilly.

SOLUTION mots croisés

GRILLE DE LA PAGE 2

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

JACQUES DUFRESNE : Un homme et son village

Michel-Pierre Sarrazin

Depuis 45 ans, il a mis tout ce qu'il avait au service des gens de chez nous, de jour comme de nuit. Fallait le faire, se lever à n'importe quelle heure parce que le système d'alarme annonçait une panne de frigo ou la visite nocturne d'un voleur de grand chemin. Fallait le faire, résister aux pressions des grands décideurs du groupe, qui placent tout naturellement le profit au-dessus des intérêts du monde, ce que lui, dans sa conception du travail d'épicier, se refusait à faire. Les clients d'abord, coûte que coûte. Jacques Dufresne, dernier épicier d'une famille qui a participé au développement de Val-David depuis ses origines, vient de prendre sa retraite de notre beau magasin Metro, au cœur de notre village. Au cœur du village et des gens, disait son slogan favori. Le Metro de Val-David entre dans une nouvelle ère, franchisé désormais par Michel Vincent, associé de Jacques depuis des années et tout aussi passionné pour son magasin.

Le Metro est depuis toujours un bâtiment phare, pivot du développement commercial du village. Orné sur toutes ses surfaces d'une murale signée René Derouin, un geste sanctionné par Jacques Dufresne pour le patrimoine artistique de Val-David, il est l'équivalent dans une perspective à long terme de ce que Gaudi a fait pour Barcelone ou Eiffel pour Paris. Un geste pour les gens, un geste englobant. Quelque chose de plus que l'utilitaire, annonçant ici ce que les villes et les urbanistes prévoient partout aujourd'hui comme une nécessité : embellir l'espace.

Mais ce n'était pas un geste isolé. Lorsque le marché d'été de Val-David, désormais célébré partout au Québec comme un modèle du genre, a dressé ses premières gloriétés, c'est dans la cour du Metro qu'il l'a fait. M. Dufresne a été le premier à l'accueillir, parce qu'il avait compris qu'un marché public est un intégrateur social, un carrefour socioculturel, un moteur économique, et que son succès rejallit sur les autres commerces.



MPS

D'ailleurs, cela mis à part, bien peu de commerçants à Val-David ont eu, au cours des décennies, à se plaindre des initiatives de la famille Dufresne. Depuis que Léonidas Dufresne, grand-père de Jacques et premier maire de Val-David, a ouvert au bord de la rivière du Nord, en 1909, le premier de ses trois magasins, les Dufresne ont été mobilisateurs de tous les grands projets : en 1921, l'arrêt ferroviaire du CPR baptisé Belisle's Mill Station devient, sous la gouverne du maire Léonidas, Saint-Jean-Baptiste-de-Belisle; en 1922, sur un terrain offert par la famille, les Sœurs de Sainte-Anne s'installent et ouvrent une école au

village; en 1923, c'est l'arrivée du premier bureau de poste, ce qui donne alors au village une présence sur la carte nationale. Puis, après avoir créé l'auberge La Sapinière, en pleine crise de 1936, pour donner de l'ouvrage aux gens d'ici, Léo, comme disaient familièrement les enfants, met ses fils à l'ouvrage et leur commande de poursuivre ardemment le développement. Le reste est passé à l'histoire : Jean-Louis, l'aîné, fera de La Sapinière un joyau hôtelier de réputation mondiale; Fernand, le père de Jacques, et Alfred, son oncle, accroîtront le patrimoine villageois avec L. Dufresne et Fils (1949) en ouvrant un magasin général

(quincaillerie, matériaux de construction, et une épicerie, qui se joindra en 1963 à la chaîne de détaillants Metro). Quelques années plus tard, lorsque Jacques en prendra les commandes, le petit Metro de Val-David deviendra grand et raflera pratiquement chaque année les premiers prix d'excellence (Épicier indépendant de l'année, Magasin d'or de la chaîne Metro-Richelieu et avec l'arrivée de Michel Vincent, en 2003, le premier prix de la Fédération canadienne des épiciers indépendants). Que de beaux souvenirs.

Bien sûr, aujourd'hui, Jacques se souvient comme nous de tous ces gestes qu'il a faits pour son village (soutenir depuis le début la Fondation Dufresne pour les enfants, aide à toutes les causes, participation à tous les défis sportifs et culturels, soutien important au développement du Parc régional...) non sans une certaine nostalgie. Quarante-cinq ans d'engagement quotidien, c'est quelque chose. Quelque chose qui laisse, au milieu d'une famille qui est présente au village de diverses façons, depuis toujours, un certain vide soudain, devant l'immensité du mot retraite.

Mais aussi bien, l'homme que je connais n'a pas dit son dernier mot, j'en suis convaincu. C'est le même qui a négocié deux ans durant avec le franchiseur Metro un bail de location de 10 ans pour son immeuble, au milieu du village, pour protéger le service à sa clientèle et assurer à ses employés les plus âgés la possibilité d'atteindre leur retraite à leur tour, en gardant leur emploi jusque-là. Les gens, toujours, en priorité. C'est avec ça qu'on fait des villages, de ceux qui attirent les gens qui aiment les gens.

Jacques Dufresne n'a jamais cessé de travailler au bien-être de ses concitoyens, de mille et une façons, et beaucoup de gens d'ici peuvent en témoigner. Il y a gros à parier que sa retraite n'est qu'un recul pour mieux sauter... dans de nouveaux projets d'avenir. Laissons-lui le temps de mijoter sa prochaine carrière.

Votre
village
est mon
village



Anita Choquette

819-324-7017 | 819-322-9911

Votre complice immobilier | anitachoquette.ca

Nouveau à Val David

LASER-ACUPUNCTURE, laser et/ou acupuncteur

La nouvelle technologie
au service de la Médecine Chinoise

- Problèmes musculo-squelettiques
- Insomnie
- Système immunitaire
- Allergies
- Problèmes digestifs etc...



Ordre des acupuncteurs du Québec



Sylvain L. Trudel, acupuncteur

30 ans d'expérience

Collaboration avec Dr Charles St-Pierre chiropraticien | 514-998-0558

UN NOUVEAU CENTRE PROFESSIONNEL À VAL-DAVID : Le 1055, route 117

Lise Catafard et René Pierre ont bien du talent. Leur nouveau bâtiment, aux normes de l'environnement mais aussi du design et de l'esthétique, accueille, au 1055, route 117, un ensemble de services dans un espace harmonieux, lumineux et tout à fait confortable. Sous toutes les coutures, l'atelier de Lise, offre toujours des services de retouches de vêtements, des cours de couture pour adultes et pour enfants dans une atmosphère parfaitement « haute couture ». Le camp d'été de l'atelier est toujours un grand succès auprès des enfants et des adolescentes. Textuellement, c'est vraiment sous toutes les coutures que Lise Catafard a supervisé, avec Isabelle Garceau, technologue inspirée, l'aménagement de ce beau site en rouge, gris et noir dehors et dans un éventail clair de tons crème et de bois à l'intérieur. Le rez-de-chaussée est occupé par l'atelier de couture à l'avant, et donnant sur un boisé à l'arrière, la bannière Moveo rassemble plusieurs locaux aménagés pour des professionnels de la santé reconnus comme Monique Clermont, massokinésithérapeute, Audrey Limoges, ostéopathe, et Guy Séguin, acupuncteur. D'autres services cliniques sont également offerts sur rendez-vous par l'orthésiste Marc-André Catafard, la psychologue Nancy



Marielle R. Boulos et l'acupunctrice et massothérapeute Sylvie Pearson.

À peine inauguré, le 1055 dispose déjà d'une belle clientèle, ravie d'être accueillie dans un lieu aussi chaleureusement pensé pour le bien-être de

1055, POUR RENDEZ-VOUS ET INFO :

Sous toutes les coutures :
Lise Catafard 819 322-1297 •
soustouteslescoutures.com/

Moveo : Guy Séguin, AC, acupuncteur
819 321-5223 • moveolaurentides.com/
Monique Clermont, massokinésithérapeute,
consultante RTM 819 324-8777 •
moniqueclairmont.com/

Audrey Limoges, D.O., ostéopathe
514 247-4522 • audreylimoges.com/
Les orthèses Marc-André Catafard 819 669-0532 /
Nancy Marielle R. Boulos, psychologue, D.Ps
514 935-2099 • nancymarielleboulos.com/
Sylvie Pearson, acupunctrice, massothérapeute
514 347-8139

chacun. Dans notre prochaine édition, nous vous inviterons à mieux connaître les services offerts dans ce lieu inspiré. À noter : à l'étage, un magnifique et vaste local est disponible pour location. On peut le visiter en prenant contact avec France Rado au 819 321-5189.

QUELQUES DICTONS DES FÊTES POUR SURVIVRE AUX EXCÈS*

1. Repas légers rétablissent l'organisme surmené. (Légumes vapeur, riz nature, fruits doux en petites portions)
2. Un jus magique pour soulager le foie, les reins et ramener la joie. (À l'extracteur : carotte, betterave, concombre)
3. Moins de sel, la journée est plus belle.
4. Qui boit beaucoup d'eau mènera mieux son bateau.
5. Marcher en plein air, c'est vraiment la chose à faire.
6. Qui a l'estomac magané avec la réglisse pourra se soigner. (Consulter avant d'utiliser.)
7. Si je me sens ballon, le fenouil me sera bon. (Une tisane de fenouil aide la digestion.)
8. Pour les pattes qui frétilent, rien de mieux que la camomille. (Une tisane au lieu du café, ça replace les idées.)
9. Comme disait grand-maman, le citron du matin est un enchantement. (Jus de citron dans l'eau chaude, à jeun : souverain)
10. Si la soirée est trop arrosée, l'artichaut demain pourra me soulager. (Idéal contre les « gueules de bois »)

* inspirés du magazine *Le Monde au naturel*

Un dentiste dans les laurentides
FIER DE VOUS OFFRIR,
en plus des traitements
conventionnels,
des traitements spécialisés
tel les implants dentaires.

Prenez rendez-vous
dès maintenant,
mon équipe et moi
prendrons soin de vous.
À bientôt!

Dr Simon Grondin



DENTISTERIE GÉNÉRALE • PROTHÈSES • IMPLANTOLOGIE
TRAITEMENT DE CANAL • ESTHÉTIQUE • URGENCE



Simon Grondin
— CHIRURGIEN-DENTISTE —

PRISE DE RENDEZ-VOUS :

819 320-0265 | dentistesimongrondin.com

2510, rue de l'Église, bureau 7 | Val-David (Québec) J0T 2N0

SOUS TOUTES LES
COUTURES

LISE CATAFARD | 819-322-1297
COURS ET RETOUCHES

1055 suite 101, route 117, Val-David
WWW.SOUSTOUTESLESCOUTURES.COM

Donnez une chance à
nos 7 000 lecteurs
de vous connaître...

Prenez une
publicité
dans notre
beau journal!

Info : 819 322-7969
redaction@ski-se-dit.info

LES VAL-DAVIDOIS VEULENT un parc régional unifié



Jean-Patrice Desjardins

Ils étaient plus de 80 citoyens réunis à la salle communautaire de Val-David le 16 novembre pour réfléchir à la gestion du parc régional Val-David-Val-Morin à l'invitation du comité chargé d'en faire rapport à la Municipalité. Les citoyens présents ont été unanimes : il faut que le parc soit géré par un organisme non municipal, et la gestion doit se faire dans un partenariat avec Val-Morin.

On sait qu'actuellement, le parc est géré différemment à Val-David qu'à Val-Morin. C'est un organisme à but non lucratif qui gère les activités à Val-Morin, alors qu'à Val-David, c'est la Municipalité qui fait le travail.

Le comité voulait savoir quel serait le meilleur mode de gouvernance du parc, comment développer un partenariat avec Val-Morin et quelle serait une vision à long terme du parc.

Savançant un à un au micro, les citoyens ont pratiquement tous demandé à ce que la gestion du parc soit déléguée à une organisation non municipale. Certains ont parlé de créer un OBNL (organisme à but non lucratif), d'autres d'une coopérative.

Une certaine unanimité autour de la gestion déléguée et unifiée ressort des interventions des citoyens, même

si les approches étaient diversifiées : certains misent sur la protection des acquis, d'autres suggèrent de développer davantage le parc.

Le partage des déficits

Historiquement, il y a toujours eu plus d'entrées dans le parc vendues à Val-David. Un abonnement de saison acheté au chalet Anne-Piché de Val-David donne accès à l'entrée par le secteur de Val-Morin (Far Hills), et vice-versa. Cela cause un déséquilibre dans les revenus, et le comité a annoncé l'existence d'un possible déficit de 200 000 \$ à Val-Morin.

Malgré cela, les citoyens ont presque tous exprimé le vœu qu'une gestion unifiée du parc permette de partager le déficit avec Val-Morin.

Comment rêvez-vous le parc?

Ils ont été nombreux à demander à ce que le parc soit ouvert à plus d'activités pour les jeunes. Aussi, plusieurs intervenants ont rappelé l'importance de préserver la diversité naturelle du lieu.

Rappelons que ce comité de six citoyens de Val-David a été mandaté par la Municipalité en août dernier à la suite de la présentation d'un premier rapport portant sur un projet de gestion unifiée du parc. Ce comité devra produire un rapport dans les prochaines semaines.

ASSAINISSEMENT DE LA RIVIÈRE DU NORD : On note des bons coups, mais du travail reste à faire



Alain Saladzius, FIC, ing., président, Gabriel Cliche, B. Sc. A., chargé de projet

Les débordements excessifs d'eaux usées non traitées se poursuivent dans la partie aval de la rivière du Nord alors qu'ils ont considérablement été réduits en amont, selon un bilan réalisé par la Fondation Rivières. Les actions concrètes posées ces dernières années ont porté fruit, mais le constat général est qu'il reste encore beaucoup de travail à faire.

La performance épuratoire des stations de traitement s'avère excellente pour l'ensemble des 18 municipalités évaluées. On note d'ailleurs que les travaux d'augmentation de la capacité d'assainissement réalisés à Sainte-Agathe-des-Monts, à la suite d'un jugement de Cour obtenu par l'Association de protection de l'environnement du lac Raymond et de la rivière du Nord (APELRRIN), auront permis de réduire de façon remarquable le nombre de débordements. De 241 débordements en 2013, ils furent respectivement de 175, 66 et 40 de 2014 à 2016. Ces travaux auront permis la réouverture de la plage du lac Raymond à l'été 2016 alors qu'elle était fermée depuis 2007.

À cet égard, la Municipalité de Val-Morin a poursuivi son engagement à la protection en installant un appareil de mesure en continu des coliformes fécaux, le ColiMinder. « Il s'agit d'une première au Québec que nous entendons bien faire connaître », déclare M. Alain Saladzius, président de la Fondation Rivières. L'utilisation de cet appareil permet de connaître la qualité de l'eau et ainsi sécuriser les activités de la plage grâce à un système de transmission des données et d'alerte. L'appareil, installé pour une deuxième année en amont de la plage, est opéré par la Municipalité, sous la supervision d'un groupe de chercheurs de la Chaire de recherche du Canada en Protection des sources d'eau potable ainsi que de la Chaire industrielle CRSNG en eau potable.

La Fondation Rivières tient aussi à saluer l'entente intervenue entre les municipalités de Val-David et de Val-Morin afin de réaliser des travaux de raccordement du réseau de Val-Morin à la station d'épuration de Val-David. Ces travaux permettront de pallier la précarité des installations existantes désuètes de Val-Morin, de servir de nouveaux secteurs qui étaient problématiques, ainsi que de conduire à la modernisation des installations de Val-David. Des travaux sont également engagés dans le secteur du Domaine Val-Morin.

Les premiers bilans de performance des systèmes d'assainissement ont été réalisés par la Fondation Rivières en 2012 et 2015. Ceux-ci avaient essentiellement mis en lumière des problèmes de déversements d'eaux usées non traitées. Les derniers relevés disponibles jusqu'en 2016 montrent que la situation s'est détériorée en certains endroits et stabilisée ailleurs. La Fondation Rivières entend communiquer avec toutes les municipalités afin de confirmer l'interprétation des résultats.

La Fondation Rivières est un organisme à but non lucratif dont la mission est d'œuvrer à la préservation, la restauration et la mise en valeur du caractère naturel des rivières, tout autant que de la qualité de l'eau.

Info : Alain Saladzius • 514 924-2013 • Gabriel Cliche • 514 272-2666, poste 23

**DECouvrez L'APPLICATION
VAL-DAVID PLUS**

ÉVÉNEMENTS
CULTURE
RESTAURANTS
HÉBERGEMENT
ET BIEN PLUS!

Téléchargez maintenant

Présenté par **IMAGE MOBILE.ca**

Pour plus d'info : www.valdavidplus.com • 514 242-2699

Clef
DES CHAMPS

Maître Herboriste
depuis 1978

ÉCHINACEA-PROPOLIS
SOIGNE LE RHUME

Disponible en
magasins d'aliments naturels
et en pharmacies

JUNIOR

www.clefdeschamps.net

+BIO GREEN GMP

NOUVEAU ET GRATUIT

Marché*

MARCHÉ de Qualité
Agroalimentaire

**LIVRAISON DE
VOS PRODUITS PRÉFÉRÉS
DU MARCHÉ**
sur commande à Val-David

École Sainte-Marie,
1350, rue de l'Académie
LES SAMEDIS ENTRE 10 H ET MIDI

20 JANVIER 2018

3 MARS 2018

21 AVRIL 2018

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS :
819-322-6419 | infomarches2@gmail.com

BIEN VOUS PRÉPARER à la magie des Fêtes

Marlène Gosselin

Institut Marlène

Au-delà de la course aux cadeaux, de la frénésie de dernière minute, vous méritez de vous accorder une pause mieux-être pour traverser cette période stressante et exigeante!

Voici quelques trucs et astuces pour y faire face et revenir en pleine forme en 2018!

Prévenir les signes de fatigue et retrouver l'éclat du visage

LES EXFOLIANTS VISAGE

Fréquence recommandée : 2X/semaine

Le grand ménage des cellules mortes est le premier pas pour un teint éclatant. De plus, le gommage prépare la peau en maximisant l'absorption des actifs des produits de soin au quotidien. C'est LE geste incontournable d'une routine beauté complète!

LES MASQUES

Fréquence recommandée : 2X/semaine et avant une sortie



Le masque visage en tissu Éclat Lifting avec sa formule Ultra performante permet un effet lifting en plus de booster l'éclat de votre peau. En 10 minutes, le visage irradie, la peau est visiblement repulpée, le teint est frais et lumineux.

Pour le contour des yeux, le masque Age Logic yeux gorgé de sérum qui diffuse les actifs antiâge, antipoches et anticernes sur chaque zone concernée. En 8 minutes, le contour des yeux est

défatigué et le regard, illuminé. Idéal après une trop courte nuit ou de longues journées de travail.

LES SÉRUMS

Fréquence recommandée : cures 4-5 X/année

Une cure de sérum doit débiter 10 jours avant les premières festivités, ceci permettra de gorger vos cellules de principes actifs (hydratant, antioxydant, antirides, raffermissant ou éclaircissant) et d'énergiser votre peau. L'avantage d'utiliser un sérum est surtout sa texture : il est très fluide, donc il pénètre plus rapidement et plus profondément dans la peau que votre crème de jour et de nuit tout en augmentant l'action de vos crèmes. Il est également trois fois plus chargé d'actifs que vos crèmes, ce qui en fait un soin antiâge incontournable.

LES AMPOULES ÉCLAT BEAUTÉ

Fréquence recommandée : au besoin

Normalement constitué d'un complexe de sucre qui lisse et retend les traits, ce produit liftant instantané

est une mise en beauté express et temporaire. S'utilise surtout avant le maquillage pour le fixer et le sublimer; il redonne de l'éclat et ravive le teint.

Et la détente pour le corps et l'esprit?

Voici ma recette personnelle.

Exfolier le corps avant le bain vous redonnera une peau de satin et préviendra des fatigues cellulaires tout en apportant des oligoéléments grâce à des produits contenant des cristaux de sels marins.

Un bon bain chaud reste une thérapie en soi! Il ne doit pas être trop chaud, pour éviter de causer une perte de fermeté de la peau. Idéalement, utilisez un concentré d'eau de mer, qui nourrit l'organisme en oligoéléments, atténue la sensation de fatigue, améliore l'état de mieux-être pour une totale remise en forme. Ne pas oublier une musique douce, des chandelles parfumées, et le tour est joué, détente assurée!

Après le bain, une douche plus fraîche, pour tonifier, et l'application de produits spécifiques pour le corps, soit crème soin buste, crème à main, crème raffermissante, crème amincissante, gel jambes légères, crème pour les pieds, qui compléteront votre mise en forme et votre préparation.

Fréquence recommandée

Exfoliation corps : 1X/semaine

Bain détente : aussi souvent que vous le désirez!

Hydratation pour le corps : tous les jours

Alors, un joyeux temps des Fêtes à tous, mes vœux de bonheur, de santé et de paix.

Et surtout, prenez du temps pour vous faire plaisir...

Rendez-vous en 2018!

CLINIQUE
VITALITÉ

Toute l'équipe vous souhaite un merveilleux temps des fêtes !

ACUPUNCTURE
OSTÉOPATHIE
MASSOTHÉRAPIE
NATUROPATHIE
PSYCHOÉDUCATION
COACHING ET PNL

VOTRE ÉQUIPE VITALITÉ

Sophie Soliman	Julien Rivard
Christopher Garbrecht	François Aubry
Amélie Benoit	Dominic Gendron
Dominique Biscotti	

**Certificats
cadeaux
disponibles**

CLINIQUE VITALITÉ
1288, rue Jean-Baptiste Dufresne,
Val-David

819-322-3081

clinique-vitalite.com

**AUBERGE
DU VIEUX FOYER**
VAL-DAVID

Spa • Fine Cuisine • Villégiature

**Brunch les
DIMANCHES**
2 services :
10 h 30 ou 12 h 30

22⁵⁰\$

par personne
service et taxes
en sus

**Moules et
frites maison
À VOLONTÉ**
les mardis soirs

SPA de l'auberge
Massothérapie ouvert tous les jours
Appelez pour réserver
et détails sur nos différents forfaits

Réservations : 819-322-2686 | 3167, 1^{er} rang Doncaster, Val-David (Qc) J0T 2N0
www.aubergeduvieuxfoyer.com

BONNIE BAXTER : Une amie américaine gagnante du prix Charles-Biddle 2017

Jocelyne Aird-Bélanger

Originaire du Texas, notre concitoyenne Bonnie Baxter habite Val-David depuis 1972. Le prix Charles-Biddle lui a été décerné le 11 octobre dernier. Ce prix souligne l'apport exceptionnel d'une personne ayant immigré au Québec et dont l'engagement personnel ou professionnel contribue au développement culturel et artistique du Québec sur la scène locale, nationale ou internationale. Il récompense les efforts, l'apport, l'implication et l'engagement d'un individu qui, de par ses réalisations, est un modèle de réussite non seulement dans son domaine, mais aussi pour l'ensemble de la société québécoise.

Imprimeur d'art et professeur d'université

Une des grandes contributions de Bonnie Baxter à la vie culturelle des Laurentides fut la fondation en 1982 de son atelier d'impression d'art Le Scarabée. C'est là qu'elle a offert à Jean-Paul Riopelle pendant plus de 10 ans (1985-1996) ses services d'imprimeur d'art de calibre international, permettant à cet artiste renommé de travailler au Québec dans des conditions impeccables. Grâce à son travail acharné, Bonnie Baxter a réussi à maintenir au Québec, et surtout dans notre région, un foyer de création dont la renommée rejailit sur toute la culture des Laurentides. De 1983 à 1993, elle fut responsable de toute la production des eaux-fortes créées par Jean-Paul Riopelle et a reçu des commandes à ce titre de la Galerie Lelong de Paris, de la Galerie Moos de Toronto et de la Galerie Esperanza de Montréal. Dans l'atelier Le Scarabée, elle a aussi imprimé pour d'autres artistes importants des Laurentides après avoir imprimé pour René Derouin toute sa série « Nouveau Québec » de 1978-1982 à l'atelier l'artiste.

Professeur d'arts imprimés à l'Université Concordia depuis plus de 30 ans, Bonnie Baxter s'est fixé comme objectif d'avoir un impact sans égal sur le développement de ses étudiants en tant que facilitatrice, en tant que ressource et comme artiste en exercice. Elle est un de ces professeurs en arts visuels de l'Université Concordia qui portent un intérêt soutenu à la culture québécoise dans laquelle baignent leurs étudiants. Bonnie Baxter a toujours fait la promotion de notre culture auprès de ses étudiants en les invitant régulièrement chez elle à Val-David et en leur faisant connaître les artistes d'ici et du reste de la province. Val-David est reconnu comme un lieu où vivent et créent de nombreux artistes connus sous le nom de Créateurs Associés (de 1975 à 1991). Bonnie a fait partie du CA et a participé aux activités du groupe, qu'elle présente aujourd'hui avec constance à ses étudiants universitaires, les initiant ainsi à la vie d'artistes professionnels à l'extérieur des grands centres. Elle les amène aussi régulièrement à l'Atelier de l'île de Val-David pour des collaborations ou des projets spécifiques.

Elle réussit à intégrer ses élèves à la culture québécoise en leur présentant des artistes francophones à Montréal et en région ainsi qu'en les faisant collaborer avec des étudiants d'ailleurs au Québec, comme ceux de l'UQAM ou de l'UQTR (Université du Québec à Trois-Rivières) avec lesquels un échange vient de se terminer. Les travaux des étudiants de l'Université Concordia à Montréal et de l'UQTR, imprimés à la



Gravity Press aux États-Unis, ont été présentés cet automne à l'espace Jeanne-Vanasse, au cégep de Trois-Rivières, dans le cadre de la Biennale internationale d'estampe de Trois-Rivières. Ils iront dans d'autres centres d'exposition au Québec dans les mois qui viennent.

Imprimeur d'art de première force, professeur d'art faisant la promotion du milieu culturel québécois dans un contexte universitaire anglophone plutôt axé sur le reste du Canada et sur les États-Unis, Bonnie Baxter contribue à faire rayonner notre culture et à mettre en valeur les forces créatrices de notre province.

Artiste reconnue à l'échelle locale, nationale et internationale

En 2005, Bonnie recevait le Prix de la création artistique en région, accordé par le Conseil des arts et des lettres du Québec, qui lui a été remis lors des Grands Prix de la culture des Laurentides.

Elle s'est aussi vu octroyer de nombreuses bourses de recherche et de création du Conseil des arts et des lettres du Québec et des bourses de voyage du Conseil des arts du Canada, en plus de bourses de développement professionnel (de l'Association des professeurs chargés de cours) accordées par l'Université Concordia et, de plus, celles de Soutien à la Concertation Culture-Éducation entre le Centre d'exposition du Vieux-Palais, la fondation Derouin et l'Université Concordia.

Bonnie Baxter a été artiste invitée à Mexico, à Istanbul, en Turquie, et à Shenzhen, en Chine, et son travail a été sélectionné pour une exposition sur les nouveaux médias à Budapest, en Hongrie.

Elle a exposé en solo plusieurs fois au Québec et à Memphis, au Tennessee, à Edmonton, à Terre-Neuve et à Sherbrooke. Elle a aussi réalisé des vidéos, des livres d'artistes et des performances, en plus de voir ses œuvres exposées dans un très grand nombre d'expositions collectives au Québec, au Canada et à l'étranger. Elle a réalisé quatre projets d'intégration des arts à l'architecture au Québec.

En avril 2017, l'Université Concordia lui accordait le Prix du président Excellence in Teaching pour souligner son habileté à motiver ses étudiants et l'insistance avec laquelle elle les a toujours invités à échanger avec la communauté québécoise locale. On soulignait aussi son rôle de modèle pour ses étudiants ainsi que sa passion pour sa discipline et pour l'enseignement.

Implication à Val-David et au Québec

En 1984, Bonnie Baxter a organisé la fête de la Saint-Jean dans notre municipalité, invitant la population à participer à l'événement festif qu'elle avait mis sur pied avec un groupe diversifié de citoyens très impliqués de Val-David. Furent ainsi réunis artistes, marchands locaux, musiciens, enfants, bref tout un monde qui n'a pas l'habitude de se côtoyer, dans un vrai élan d'interconnexion spontanée grâce à l'implication de cette artiste.

Un peu plus tard, l'Atelier de l'île a pu rencontrer par son entremise des artistes de Montréal ayant réalisé des échanges avec des artistes mexicains. S'ensuivit *Totem de piedra*, un projet d'envergure de création et d'échange qui permit à des artistes de l'Atelier d'exposer leurs œuvres dans tout le Canada et dans quatre galeries et musées au Mexique.

De 2000 à 2003, Bonnie a travaillé directement à combattre l'intolérance et le racisme en participant activement à un projet d'éducation populaire dans les Laurentides. Elle a collaboré intensément avec ICI par les arts de Saint-Jérôme pour un projet d'insertion sociale intitulé « Je ne suis pas raciste, mais... » pour lequel elle a réalisé une vidéo pour les jeunes et un guide pédagogique pour les écoles publiques françaises et anglaises de la région.

Dans un autre de ses efforts pour intégrer des communautés et faire profiter des jeunes de ressources collectives, à un moment où aucun autre cours en art imprimé n'était offert dans les Laurentides, elle a été l'instigatrice de GRAVE JEUNES, un projet de mentorat en gravure et de collaboration avec l'Atelier de l'île de Val-David, centre de création en estampes contemporaines, destiné aux étudiants des Laurentides, de la polyvalente des Monts de Sainte-Agathe-des-Monts et du cégep de Saint-Jérôme.

À l'invitation de Manon Regimbald, directrice du Centre d'exposition de Val-David, chaque année pendant 7 ans, de 2009 à 2016, Bonnie Baxter a fait participer ses étudiants de l'Université Concordia à une exposition regroupant des écoliers de Val-David, des étudiants du secondaire de Sainte-Agathe-des-Monts et du cégep de Saint-Jérôme. Ces étudiants ont alors eu l'occasion de connaître un milieu artistique à l'extérieur de Montréal et d'apprendre à préparer et à monter une exposition ainsi que des installations à l'extérieur dans ce village à la réputation culturelle bien établie. Cette année, c'est au Centre communautaire de Val-David que ses étudiants ont exposé leurs installations, en collaboration avec la Maison Emmanuel, qui regroupe des personnes avec des déficits intellectuels. Ils ont appris à connaître ces personnes différentes et à apprécier l'imagination dont elles font preuve dans leur travail en céramique et en textile. La diversité n'était pas ici un prétexte, mais bien une réalité concrète que le public était invité à partager pendant cette exposition.

En 2015, pour célébrer les 40 ans de l'Atelier de l'île, en collaboration avec Marcel Achard, le directeur de cet atelier, Bonnie Baxter a imaginé et coordonné la performance publique « Faire impression au rouleau compresseur », où de grandes gravures sur bois étaient imprimées avec un rouleau compresseur par une vingtaine d'artistes de l'Atelier de Val-David et autant d'étudiants de l'Université Concordia. Ces 40 gravures et leurs matrices de bois ont été exposées à la Galerie R3 de l'UQTR, en parallèle de la Biennale internationale d'estampe de Trois-Rivières.

<http://www.bonniebaxter.com/BBTEMPSITE/Steamroller/Materials.html>

Lorsque Charlie Biddle avait le club de jazz Uncle Charlie's Jazz joint à Val-Morin, Bonnie Baxter a bien connu le musicien et a fréquenté sa famille pendant les années 70. Ce prix lui est de ce fait encore plus significatif. Félicitations et merci à Bonnie, à qui on souhaite encore de nombreux projets pleins de succès!

www.bonniebaxter.com

Donnez une chance à nos 7 000 lecteurs de vous connaître...

Prenez une publicité dans notre beau journal!

Info : 819 322-7969 | redaction@ski-se-dit.info

Oméli- memots

LA CHRONIQUE DE LA BIBLIO

Quand on cherche quoi faire en hiver, on nous propose un tas d'activités physiques ou sociales, ce qui est bien. Mais, on oublie que c'est aussi une importante période de repli de la nature... qui nous inclut. Lire reste un moyen efficace pour garder contact avec le monde, enfin, celui qu'on choisit.

Le temps des Fêtes est certainement un bon moment pour se donner le cadeau le plus complet qui soit : du temps pour lire. Mais pas n'importe lequel. Pour vous aider à faire votre choix, le personnel vous offre en cadeau (à emprunter) des titres sélectionnés et bien enveloppés. De plus, 5 cartes-cadeaux d'une valeur de 40 \$ chacune y seront camouflées, gracieusement de la librairie Renaud-Bray. Intrigués? Allez voir!!!

L'année 2017 a été faste en acquisitions de toutes sortes et pour tous les âges. En voici quelques-unes, des romans pour adulte :



Zabor
Cobayes
Conclave
Taba-Tabà
Conspiration
L'informateur
L'ordre du jour
L'empereur à pied
Un outrage mortel
Aux confins du monde
Underground railroad
Grand fauchage intérieur
Enfants de la terre et du ciel
La disparition de Josef Mengele
C'est le cœur qui lâche en dernier
Et j'ai dansé pieds nus dans ma tête

Et sous le sapin, on trouve des livres pour enfants et adolescents. C'est le moment de contaminer les plus jeunes à la pratique de la lecture pour le plaisir avec, entre autres :

La bibliothèque des citrons (9 ans et +)

Le jardinier de la nuit (6)

Ti-Jos Connaissant (4)

Le grand départ (12)

Excusez-moi! (6)

La chute (10)

Noël (6)

Top secret (9)

Tortues à l'infini (15)

Lila et la corneille (6)

L'île aux mensonges (13)

Comment apprivoiser un fantôme (6)

Certains ouvrages gourmands, récents ou pas, pourront inspirer vos agapes :

Recettes traditionnelles du temps des Fêtes

Qu'est-ce qu'on mange? : au temps des Fêtes

Joyeux Noël vegan!

Assiettes italiennes

Cocktails au naturel

En plus, l'année qui vient nous promet de bien beaux sujets de méditation ou d'excitation : élections provinciales, jeux olympiques d'hiver en Corée du Sud, voyage inaugural du Titanic II, centenaire de la fin de la Grande Guerre et j'en passe.

Et pour finir en beauté, vous est offerte cette citation de Pennac : *Le verbe « lire » ne supporte pas l'impératif. Aversion qu'il partage avec quelques autres : le verbe « aimer »... le verbe « rêver »...*

Un grand merci à Denise Fortin, bibl., pour la rédaction originale de cette chronique tout au long de l'année 2017!

Pour nous joindre : 819-324-5678, poste 4233

Bon temps des Fêtes de la part de toute l'équipe de la bibliothèque!

UNE SURPRISE de taille



Biscornet,
Anishuaëlle Mantouanaqua

Du canadien John Bisson, dit "Biscornet".
Ce totem représente la Grande Ourse, une constellation qui a guidé les marins de Saint-Malo vers le nouveau monde. Elle est constituée de sept blocs de granit, à l'image des sept étoiles.
Ce type de sculpture a été créé par les Inuits pour se repérer dans les paysages de neige du grand Nord. Les images symboliques gravées au dos rendent hommage à la nature.
"L'ours a l'esprit du véritable être humain", nous rapporte un message de réconciliation, de pardon, de respect à l'égard de la nature. L'homme appartient à la Terre et non le contraire.

Granit rose de La Clarte
Granit vert et rose des Trappeurs
Granit noir
Blocs fourmis par La SAG - 2007

De passage en Bretagne cet automne, Madeleine Landry nous écrit : « En visitant le parc de sculptures Kizelladurioù à l'entrée du village de Ploumanac'h avec nos amis bretons, quelle surprise d'apercevoir une œuvre d'un de nos artistes! Bravo à monsieur Biscornet qui fait rayonner notre beau village jusqu'en Bretagne. » Madame Landry nous a aimablement fourni les photos qui montrent bien l'importance de l'œuvre de notre concitoyen.



AU THÉÂTRE DU MARAIS prochainement



DÉCEMBRE

Mercredi 6, 19 h 30 - CINÉ-MARAIS : LA VACHE | de Mohamed Hamidi | 7 \$

Vendredi 8, 20 h - LES HAY BABIES FRANÇAIS | 30 \$ - 28 \$ | Chanson

Samedi 9, 20 h - HARRY MANX | 45 \$ - 43 \$ | Blues
Dimanche 10, 14 h - LA LIBRAIRIE | 12,50 \$ | Théâtre jeune public | Offert par la Municipalité de Val-Morin à ses résidents et aux abonnés de la bibliothèque de Francine-Paquette de Val-Morin.

Mercredi 13, 19 h 30 - CINÉ-MARAIS : EXPO 67 MISSION IMPOSSIBLE de G. Maroist, M. Barbeau et É. Ruel | 7 \$ | En présence d'Éric Ruel, réalisateur

Samedi 16, 20 h - TIRE LE COYOTE | 32 \$ - 30 \$ | Chanson

JANVIER

Samedi 13, 20 h - YVES P. PELLETIER | 30 \$ - 28 \$ | Humour

Jeudi 18, 20 h - BOBBY BAZINI | 45 \$ - 43 \$ | Chanson

Informations, chèques-cadeaux et réservations au www.theatredumarais.com, au 819-322-1414 ou à la billetterie du Marais. Suivez-nous également sur les réseaux sociaux! Facebook, Twitter, Instagram et +

Le Théâtre du Marais vous souhaite un merveilleux temps des Fêtes et une année 2018 remplie de découvertes culturelles.

PORTES OUVERTES DE NOËL

Andrée Chartrand

Visites d'atelier sur rendez-vous

1989 Rte. 329 Nord,
Ste. Agathe
819-326-7204
andreemchartrand.com

- ✦ NEW PAINTINGS
- ✦ BEADED HEARTS
- ✦ CARDS
- ✦ FINGER PUPPETS
- ✦ CAKE AND TEA

A MAGIK MUSHROOM WITH EVERY PURCHASE

**CINÉMATHEQUE
MÉLIÈS**

PRIMEURS
SORTIES DE DÉCEMBRE



5 DÉCEMBRE

The Midwife / Sage femme
drame français

La danseuse / The dancer
drame français



12 DÉCEMBRE

Le Trône de fer, saison 7 / Game of Thrones, Season 7
télé-série

Kingsman : Le Cercle d'or / Kingsman: The Golden Circle
action



19 DÉCEMBRE

Dunkerque / Dunkirk
drame de guerre

Victoria et Abdul
drame



De g. à dr.: Marianne Duclos, Pascale Bélanger, auteure des dessins, Nicole Vézina, propriétaire de la cinémathèque Méliès

GAGNANTE DU CONCOURS DE COLORIAGE : Annie-Claude Julien

Rencontre de l'auteure des dessins, Pascale Bélanger, et de l'auteure du coloriage exceptionnel de trois dessins, Marianne Duclos.

**CINÉMATHEQUE
MÉLIÈS**

2501, de l'Église, Val-David - 819-322-2741

**AUX SAVEURS
des Graveurs**



Samedi 9 décembre 2017 de 16 h à 19 h
au Centre d'exposition de Val-David
2495, rue de l'Église

L'Atelier de l'île procède au lancement du livre *Aux saveurs des Graveurs*, une œuvre contenant 18 recettes et 18 images réalisées par les membres de l'Atelier de l'île. Le prix de vente est de 50 \$, incluant une estampe originale insérée dans chaque exemplaire.

Venez déguster quelques recettes et prendre l'apéro avec nous lors de cette soirée qui promet d'être festive et amusante.

Aux Saveurs des Graveurs

Un choix savoureux pour une collecte de fonds originale.

Même après 42 ans d'existence, même reconnu comme un pôle essentiel de l'écosystème culturel et artistique laurentien, et malgré ses nombreuses activités récurrentes de création, de soutien à la relève artistique et à la pratique des artistes québécois et d'ailleurs, un centre d'artistes comme l'Atelier de l'île garde une existence précaire. Devant les difficultés de financement de sa mission, l'administration ne baisse pas les bras, et après plusieurs rencontres à l'Atelier, elle a fait appel à ses membres très impliqués pour proposer une collecte de fonds festive et stimulante.

Richard Purdy, artiste émérite et membre honoraire de l'Atelier, a proposé à Louise Bloom, présidente du conseil d'administration et artiste passionnée dans la promotion de l'estampe contemporaine et de l'art, la création et la microédition d'un livre de recettes, sans nulle autre prétention pour les graveurs que de

profiter du plaisir de partager avec les amis, les membres et les philanthropes, par une recette de leur choix, simple à réaliser, selon leurs spécifications, et accompagnée d'une estampe originale.

Toutes les recettes furent donc cuisinées et dégustées par les deux épicuriens coordonnateurs du projet, et, avec la complicité de Manon Regimbald, directrice du Centre d'exposition de Val-David, le livre de recettes *Aux Saveurs des Graveurs* sera donc proposé au public le 9 décembre en présence de nombreux artistes et auteurs des recettes. Puisqu'un plaisir partagé est, dit-on, décuplé, venez donc profiter du prétexte de soutenir notre centre d'artistes pour déguster quelques recettes et prendre l'apéro avec nous lors de cette soirée qui promet d'être festive et stimulante.

Merci aux graveurs et participants : René Derouin, Michèle Campeau, Paul Ballard, Hélène Brunet-Neumann, Carole Bondaroff, Louise Bariteau, Odette Pinard, Ginette Piché, Marie-Claude Arnaud, Germain Locas, Adeline Rognon, Jacqueline Tourigny, Iris Nowa, Olga Inés Magnano, Jessica Thibault, Claire Brunet, Marilyse Goulet. Et un merci particulier à Manon Regimbald, Louise Bloom et Richard Purdy.

L'administration de l'Atelier de l'île remercie Manon Regimbald, directrice du Centre d'exposition de Val-David, et Richard Purdy pour leur précieuse collaboration.

Marcel Achard Directeur
Atelier de l'île

**TÉMOIGNAGE DE
RENÉ DEROUIN
à l'écrivain
Nazir Al-Majid**



Le vendredi 17 novembre à 19 h 30 au Salon du livre de Montréal, dans le cadre de la 18^e édition de « Livres comme l'air », un regroupement pour la liberté d'expression d'Amnistie internationale, du Centre québécois du P.E.N. international et de l'Union des écrivaines et des écrivains québécois (UNEQ), organismes associés pour défendre la liberté d'expression, dix écrivains québécois ont été jumelés à dix écrivains emprisonnés à travers le monde. Parmi eux, l'artiste résident de Val-David René Derouin, jumelé à l'écrivain Nazir Al-Majid, emprisonné en Arabie Saoudite, a lu le témoignage suivant :

**À MON AMI DE L'ARABIE,
NAZIR AL-MAJID***

Mon cher ami d'un si lointain pays.
Mon cher ami de l'Arabie.
Mon cher ami dans ta solitude.
Mon cher ami de l'autre côté de la frontière.
J'aimerais te dessiner un bonheur, mon cher ami.
J'aimerais te serrer les mains et te regarder dans les yeux, mon cher ami.
J'aimerais te connaître et partager ton espace et ta souffrance, mon cher ami.
J'aimerais que tu deviennes mon frère que j'ai perdu, mon cher ami.
Je suis avec toi malgré l'espace qui nous sépare.
Je suis avec toi partageant ton angoisse.
Je suis avec toi à cet instant même.
Je suis avec toi à te dessiner un cadeau d'écriture.
Je suis à cet instant même avec toi dans ton lointain pays.
Je suis avec toi, mon ami de l'Arabie.

René Derouin VAL-DAVID
Artiste multidisciplinaire

*Consultez sur le site internet du journal pour un portrait de la situation de l'écrivain Nazir Al-Majid.

DÉFIE TA SANTÉ REMET UN MONTANT DE 4 000 \$ À MON ÉCOLE+, Fondation Dufresne



Défie ta santé est fier de remettre un montant de 4 000 \$ à **MON ÉCOLE+, Fondation Dufresne**. Grâce aux participations des trois événements sportifs en 2017 et à l'aide des généreux commanditaires, ces dons recueillis permettront d'offrir un soutien à des projets qui permettent aux jeunes fréquentant l'école intégrée Saint-Jean-Baptiste de Val-David de vivre des réussites, en plus de celles vécues dans la salle de classe. Défie ta santé et MON ÉCOLE+, Fondation Dufresne aimeraient témoigner leur reconnaissance aux généreux commanditaires pour cette incroyable année 2017! Merci à : Municipalité du Village de Val-David, Clinique dentaire Simon Grondin, Hyundai Sainte-Agathe, St-Pierre Chiropratique, Microbrasserie festive & gourmande Le Baril Roulant, restaurant Jack Rabbit, Propane Goyer, Familiprix Val-David, Bio Sattva, Caisse populaire

Desjardins de Sainte-Agathe-des-Monts, le député M. Claude Cousineau, Roc & Ride et Sportstats.

Course de pères Noël

Pour célébrer ce remarquable bilan, les organisateurs vous préparent une édition spéciale de Défie ta santé! Joignez-vous au rassemblement de pères Noël le dimanche 17 décembre à 11 h. Départ de la gare pour un parcours de course ou de marche de 3,5 km ou pour un trajet 5 km de course. La contribution de 5 \$ sera remise à Mon École+, Fondation Dufresne. Comme toujours, c'est gratuit pour les enfants! Enfilez costume de père Noël ou chapeau de Noël! Ho! Ho! Ho!!!

Pour faire un don en ligne avec reçu fiscal, consultez le site Internet de la Fondation : <https://www.monecoleplus.com/faites-un-don>

LE METRO VAL-DAVID EST FIER DE REMETTRE UNE BOURSE CROQUE SANTÉ d'une valeur de 1 000 \$ à l'école Saint-Jean-Baptiste



C'est avec beaucoup d'enthousiasme que M. Michel Vincent, propriétaire franchisé du Metro Val-David, a remis une bourse Croque Santé de 1 000 \$ à l'école Saint-Jean-Baptiste pour la réalisation de son projet visant à promouvoir les saines habitudes alimentaires chez les jeunes, et plus particulièrement l'augmentation de la consommation des fruits et légumes.

La bourse de 1 000 \$ permettra à l'école de mettre sur pied le projet Des fantômes dans nos desserts et collations! « Nous sommes très heureux d'encourager les initiatives en matière de saine alimentation en milieu scolaire », a commenté M. Vincent.

Créé en 2012, le programme Croque Santé de Metro vise à encourager les jeunes à développer de saines habitudes alimentaires en s'engageant dans la réalisation d'un projet axé sur la promotion d'une

saine alimentation. Avec cette 5^e édition, ce sont 5 millions de dollars que Metro et ses marchands Metro et Super C auront distribués aux écoles primaires et secondaires du Québec, permettant ainsi la création de centaines de potagers et de livres de recettes santé, l'organisation de milliers d'ateliers de cuisine et de découvertes culinaires, et bien sûr, des milliers d'heures de plaisir et d'apprentissage. Metro inc. et ses marchands affiliés et franchisés forment la seule grande entreprise canadienne de distribution alimentaire possédant son siège social au Québec. Elle emploie au Québec et en Ontario plus de 65 000 personnes et dispose d'un réseau de près de 600 magasins d'alimentation sous plusieurs bannières, dont Metro, Metro Plus, Super C et Food Basics, de même que plus de 250 pharmacies principalement sous les bannières Brunet, Metro Pharmacy et Drug Basics.

Info : metro.ca

CORVÉE DE VÉLO DE MONTAGNE : Belle mobilisation citoyenne

SM - Une vingtaine de bénévoles de la communauté de vélo de montagne de Val-David et de Val-Morin se sont donné rendez-vous dans le Parc régional le 11 novembre dernier pour la corvée automnale des sentiers de vélo. Malgré le gel, ces passionnés ont chouchouté la Rustique pour la rendre plus fluide et accessible.

« Comme les sentiers sont majoritairement utilisés par une clientèle locale, il est important d'être solidaires et d'investir du temps pour l'entretien des

sentiers dans le but de sauvegarder, de mettre à niveau et d'améliorer l'offre de vélo dans le Parc », souligne l'un des organisateurs, Éric Grypinich, qui espère répéter l'expérience quelques fois par année et mobiliser encore plus d'adeptes.

Pour tout savoir sur les activités à venir et les prochaines corvées, surveillez la page Facebook de la Communauté vélo de montagne Val-David / Val-Morin : <https://www.facebook.com/groups/334244826921742/>





BILLET DE LA *maire*esse

Chers Valdavidoises et Valdavidois,
Je prends ici la plume pour la première fois à titre de mairesse. D'abord vous dire à quel point je me sens honorée du mandat que vous nous avez confié. Merci! Vos attentes, légitimes, sont grandes et les défis de gérer notre village avec rigueur, efficacité, vision et créativité le sont tout autant. Nous tâcherons d'être à la hauteur. Quoique plusieurs orientations furent tracées pendant la campagne, voici quelques principes qui guideront nos actions.

Tout d'abord, la transparence. Vous souhaitez être bien informés et consultés. Ainsi, chaque fois qu'un enjeu d'importance nécessitera de venir vers vous pour prendre votre pouls, nous le ferons. Nous mettrons en application des mécanismes de démocratie participative et de gouvernance citoyenne, et multiplierons les occasions de vous offrir une information claire et juste.

La collaboration. Déjà, tous les conseillers se sont vus attribuer des responsabilités en fonction de leurs compétences et intérêts. Nos rencontres de travail sont empreintes d'écoute, de coopération et de respect. Notre dynamique d'équipe inclusive augure jusqu'à

maintenant tout le meilleur et nous permet d'espérer que la population pourra bénéficier d'un conseil serein, uni et plus que fonctionnel : un conseil performant.

À chacun sa place. Comme élus, notre responsabilité en est une de représentation des citoyens ainsi que d'orientation et de surveillance de l'administration municipale. Nous ne nous substituerons pas ni au directeur général, ni aux cadres, ni aux employés. Nous souhaitons leur offrir l'espace et le soutien nécessaires pour travailler dans un climat sain et respectueux qui leur permettra de se dépasser au bénéfice de la population. Ceci dit, nous comptons jouer pleinement et sans complaisance notre rôle d'encadrement. Nous questionnerons et lorsque nécessaire, remettrons en question les façons de faire ainsi que les dossiers présentés.

Avec ces préceptes en place, la table est mise pour que le conseil s'approprie efficacement les enjeux politiques, établisse des orientations claires et prenne des décisions éclairées. C'est aussi

grâce à ces bases solides que nous pourrons nous permettre d'innover et d'exploiter toutes les forces et le potentiel de notre village pour en faire toujours et encore un milieu de vie épanouissant qui correspond à nos aspirations et à nos besoins.

En terminant, je profite de l'occasion pour remercier la présidente d'élection et son équipe qui ont travaillé fort pour assurer le bon déroulement des élections dans la rigueur et la convivialité. Je remercie aussi et félicite les autres équipes et candidats pour leur contribution à une campagne électorale dynamique et intense qui a motivé la participation de la population.

Kathy Poulin
Mairesse



RAPPEL IMPORTANT

Le stationnement sur rue EST INTERDIT
du 15 novembre au 15 avril de 0h à 7h



SÉANCE ORDINAIRE DU CONSEIL MUNICIPAL

Mardi 12 décembre 19h30

Salle communautaire (église)
2579, rue de l'Église, Val-David



HORAIRE DU TEMPS DES FÊTES

MAIRIE ET BIBLIOTHÈQUE

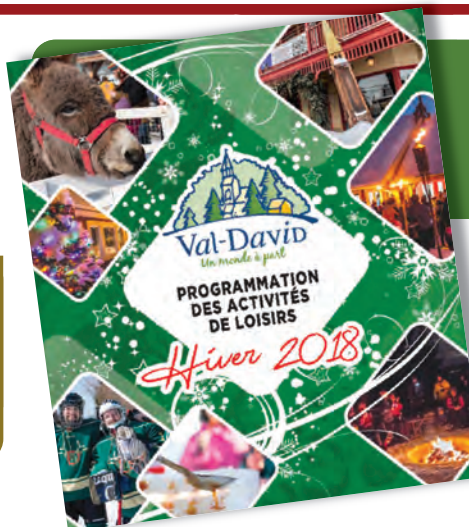
Fermées du 22 décembre au 2 janvier inclusivement

Note : La chute à documents de la bibliothèque ne sera pas en fonction du 22 décembre au 2 janvier. Les dates de retour seront ajustées en conséquence.

BUREAU D'ACCUEIL TOURISTIQUE

Fermé le 25 décembre et le 1^{er} janvier

Ouvert le 26 décembre et le 2 janvier à partir de midi



PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS DE LOISIRS HIVER 2018

Surveillez son arrivée dans votre boîte postale
et sur www.val-david.com

Inscriptions aux activités

En personne : 11 au 21 déc. & 3 au 12 janv.

En ligne : 11 déc. au 12 janv.

Service des Loisirs et de la culture :
2490, rue de l'Église (porte du côté)

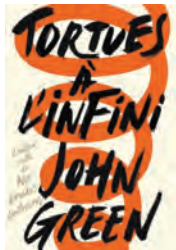
Joyeux temps des Fêtes!



ESPACE BIBLIO



LE NEZ DU BONHOMME DE NEIGE
Élisabeth Eudes-Pascal



TORTUES À L'INFINI
John Green



LE LAPEYRIE 2018
Philippe Lapeyrie



EN SACRIFICE À MOLOCH
Asa Larsson



SEXE ET MENSONGES
Leila Slimani



UN PEU... BISCUITS...
À LA FOLIE!
Isabelle Lambert



QUESTIONS DE
CARACTÈRE
Tom Hanks



L'ENFANT AUX YEUX
BLEUS
Danielle Steel

EXPOSITION THÉMATIQUE DU MOIS DE DÉCEMBRE : L'esprit de Noël

Causerie Café & Brioches - Dimanche le 14 janvier (10h30-12h)
Entre le lotus et le lys ou le parcours de Kim Thúy - Avec Kim Thúy
Insc. obligatoire - Aucune personne ne sera acceptée le matin de l'activité.

Les génies en herbe - Tous les mercredis dès le 17 janv. (13h-15h)
Groupe de lecture - 3^e jeudi du mois dès le 18 janv. (18h30-21h30)



CALENDRIER DES COLLECTES

DÉCEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

JANVIER

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Notez qu'il n'y aura pas de collecte le 25 déc. et le 1^{er} janv.

QUELQUES CONSEILS POUR L'UTILISATION DU BAC BRUN EN HIVER

L'hiver, les matières compostables ont tendance, avec le gel, à coller aux parois du bac brun. Si bien qu'il est parfois impossible d'en vider le contenu.

Quelques conseils :

- Déposez un morceau de carton, un journal ou des copeaux de bois au fond du bac et sur les parois.
- Évitez de déposer des liquides dans votre bac brun.



ÉVÉNEMENTS



VALS EN FÊTE

24 novembre au 24 décembre

Les deux municipalités s'unissent pour vous offrir une panoplie d'activités!

Consultez la programmation sur valdavid.ca et sur val-morin.ca



MARCHÉ DE NOËL

9-10 et 16 décembre

Sam. 10h-16h | Dim. 10h-15h

École Saint-Jean-Baptiste

2580, rue de l'Église

marchedhiver.com



CASSE NOISETTE LE CONTE

9 décembre | 11h (durée 45 min.)

À voir en famille, dès 5 ans

LézARTs Loco 1287, rue St-Jean-Baptiste

lezartsloco.org



NOËL AU VILLAGE

9 décembre | 17h30 à 20h30

Village du Père Noël

987, rue Morin, Val-David

Gratuit pour les familles avec enfants

Pour les résidents de Val-David/Val-Morin



SPECTACLES AU LÉZARTS LOCO

D'ores et déjà (guitare-voix et violon)

15 décembre | 17h

Les mains tendres

16 décembre | 20h

lezartsloco.org



CONCERTS DE NOËL ENSEMBLE VOCAL Ô CHŒUR DU NORD

16 et 17 décembre | 16h

Thème : Trois

Salle communautaire (église)

Billets en vente au magasin général



COURSE DE PÈRES NOËL DÉFIE TA SANTÉ

Dim. 17 décembre | 11h

Départ de la Petite gare

3,5 ou 5 km, marche ou course

5\$ (gratuit pour les enfants) | Profit remis à la Fondation Dufresne



EXPOSITIONS JUSQU' AU 7 JANVIER

Stella Pace - Autrement dit

Richard Purdy - Exultation

2495, rue de l'Église

Entrée libre (mer. au dim.)

culture.val-david.qc.ca

LA PLACE PUBLIQUE DE VAL-DAVID, déjà gagnante!

VD-8 nov. 2017 – À peine entamé, le projet Place publique de Val-David, grâce à son approche innovante, est en lice depuis le 8 novembre 2017 pour le prix international Shenzhen de la relève en design. Sur 39 dossiers soumis par le Bureau du design de Montréal, c'est la candidature de nos partenaires Le Comité, représenté par Émilie

Gagnon et Pierre Moro-Lin, qui a été retenue dans la catégorie professionnelle. Le dossier souligne le partenariat original et d'avant-garde entre la Municipalité de Val-David, l'OBNL Marché public des Laurentides, dirigé par Diane Seguin, initiatrice des marchés de Val-David, et le groupe de design Le Comité. Les prix Shenzhen de la

relève en design visent, entre autres, à favoriser les échanges entre les jeunes designers de différents pays, la coopération entre les villes créatives de l'UNESCO, et le partage d'expériences et d'idées pour le développement des industries créatives et culturelles. Le Bureau du design de la Ville de Montréal coordonne cette activité qui la situe

comme leader mondial dans le domaine du renouveau en design. Val-David, en s'associant à cette démarche, prouve une fois encore qu'il est un village d'avant-garde ouvert sur le monde.

(Info SSD)

LES PORTRAITS DE

La Mie Richard

Boulangerie artisanale

POUR LE MOIS DE DÉCEMBRE, la boulangerie La Mie Richard vous présente une personne d'exception.

Diplômée en boulangerie, en cuisine et en pâtisserie, **Marie-Josée Corbeil** travaille, depuis 5 ans, avec Richard à préparer et développer différents produits pour satisfaire la clientèle aux palais fins.

À ne manquer en décembre, ses tourtières, bûches et biscuits de Noël maison. Marie-Josée vient tout juste de terminer une formation spécialisée chez Cacao Baril, ainsi elle vous offrira des chocolats sous toutes leurs formes pour le temps des Fêtes.

Vous n'avez pas encore essayé ses croissants, n'attendez plus, car ce sont sans aucun doute une de ses spécialités qui mettra du petit bonheur dans votre matinée. Trois saveurs de bûches seront disponibles dès le 13 décembre, soit érable, trois chocolats et fraise et lime.

Pour le mois de janvier, La Mie Richard vous présentera le portrait de son doyen.
Joyeuses Fêtes!



« LE PRÉSENT comme temps »

Judith Lavoie

Résidente de Val-David et professeure de traduction à l'Université de Montréal

Dialogue de sourds entre deux vieilles amies où nous retrouvons Laurette et Alma jasant grammaire par une belle journée d'automne sur leurs balcons adjacents.

Laurette dit : « Après après que, Alma, on utilise-tu le mode subjonctif? »

Alma, qui est un peu dure d'oreille, répond : « Elle utilise des contraceptifs? Qui ça? »

Laurette : « J'ai pas dit contraceptif, j'ai dit subjonctif! »

Alma : « Dissubjonctif? Connais pas ça. »

Laurette (qui commence à s'impatienter) : « En français. Dans une phrase. En français. (Elle répète et parle plus fort.) Je te donne un exemple. C'est juste un exemple. Est-ce qu'il faut dire : *tous les soirs, le chien s'endort après qu'il a fait sa promenade ou tous les soirs, le chien s'endort après qu'il ait fait sa promenade?* »

Alma : « Le chien! Quel chien? T'as adopté un chien?! »

Laurette, l'air las : « Laisse faire, Alma. J'ai un chaudron su'l'rond. Il faut que je te laisse. »

Alma ajoute quelque chose, mais Laurette ne l'entend pas, elle est déjà rentrée, la porte se refermant dans un léger grincement derrière elle.

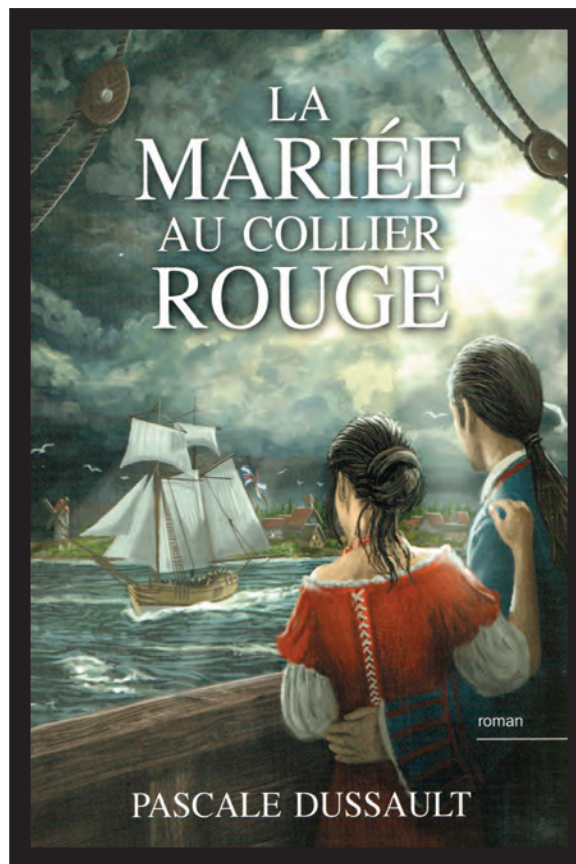
Pour répondre à la question de Laurette, c'est « a fait » qu'il fallait dire (au mode indicatif), et non « ait fait » (au subjonctif). Le *Grand Robert*, dans son immense sagesse lexicographique, explique que le subjonctif est le « [...] mode de la tension psychologique (volonté, sentiment) et de la subjectivité (doute, incertitude) ». C'est-ti pas beau. Dans le cas qui nous intéresse, il n'y a ni doute ni

incertitude. Il s'agit d'un fait avéré, le chien dort (en chien de fusil?) après son déambulement. Bon chien. Super.

Et puis, pourquoi parler du subjonctif? Bonne question. C'est pas comme si c'était le seul mode au monde. Il y a l'impératif, qui commande (par exemple : lis! Daniel Pennac dit qu'on ne peut pas conjuguer le verbe lire à l'impératif, il a raison); l'interrogatif, qui pose des questions; et euh... l'infinitif? Oui, c'est un mode. Je feuilletais mon *Grevisse* au sujet des modes (le *Bon usage*, bien évidemment) et je suis tombée sur cet intertitre : « Le présent comme temps ». Quand la grammaire joue les philosophes, c'est pas banal. Le présent comme temps, c'est tant tellement beau. Sol utilisait cette tournure-là, vous vous souvenez?

Entre la balade du chien et le subjonctif, laissons Sol persifler :

« La colle ça compte. Si tu vas pas à la colle. Tu sauras jamais tes lettres. [...] Toi. Tu vois. Faut que tu ailles à la colle. Chez les insulines. Ou les dames de la ségrégation. [...] T'apprendrais à faire la préférence. Comme l'ingénueflexion. T'apprendrais à faire des bouquins de fleurs. Tu les mettrais en verbe. Pour les subjuguier plus-que-parfait. Tu ferais des petits compliments circonstanciels. T'apprendrais le bon usage de l'écrevisse. Pour que la langoustine soye meilleure. [...] Et tu te retrouverais à la grande colle. La colle polyvalente. Tu verrais que le verbe se fait de plus en plus cher. Et t'arriverais plus. Même avec ton pognon personnel. Tu viendrais à la colle à pied. En recyclette ou en autobuscolère. T'aurais le vindicatif présent. À cause du système à trique. Avec tes maîtres maximaîtres. Minimaîtres indécimaîtres. Coincés dans leurs organigrammes inimaginables. Alors ensuite plus tard. Tu pourrais te reposer. Bercer tes allusions sur ton allégorie. Ou aller en vacances. Réchauffer tes auxiliaires. Étendue sur les pages du lexique. Tu vois. C'est avec la colle. Que tu finis par avoir de l'impotence... » (extraits du monologue intitulé « La colle », dans Marc Favreau, *Presque tout Sol*, Montréal, Stanké, 1995, p. 62-64).



Celles et ceux qui ont lu et aimé le premier roman d'inspiration historique de Pascale Dussault, *La Fiancée au corset rouge* (lire notre entrevue dans l'édition de mai 2017 sous l'onglet « Archives PDF » sur le site ski-se-dit.info), seront ravis d'apprendre que l'écrivaine vient de publier *La Mariée au collier rouge* aux Éditions JCL. Ils pourront ainsi retrouver les héros de cette aventure acadienne aux multiples rebondissements, où Adélie de Beaugard file le parfait amour avec son bel amant, loin d'un mari brutal. Mais à l'automne 1688, le danger vient d'ailleurs, car la guerre se prépare. À la veille d'une rébellion qui marquera l'Acadie à jamais, quel avenir se dessine pour Adélie? Toutes les réponses se trouvent dans ce nouvel ouvrage de la talentueuse Pascale Dussault, qui partage sa vie entre Val-Morin et... San Francisco.

Donnez une chance à nos 7 000 lecteurs de vous connaître...

Prenez une publicité dans notre beau journal!

Info : 819 322-7969 | redaction@ski-se-dit.info

WWW.LAJARDINIERE.CA
1300, PRINCIPALE EST, SAINTE-AGATHE-DES-MONTS | 819 326-8826

Centre de Jardin

La Jardinière
Sainte-Agathe

OUVERT | 7 jours / 7
DE PÂQUES À NOËL

- POINSETTIAS
- SAPINS NATURELS
- DÉCORS RÉSIDENTIELS & COMMERCIAUX
- PLUS ENCORE...

BOUTIQUE DE NOËL

BMR
Eugène Monette inc.

OUVERT 7 JOURS

MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION • VENTE & PRÉPARATION DE POUTRES

au centre de la rénovation

Depuis toujours
LIVRAISON GRATUITE

1-800-265-3833

VAL-DAVID
2650, 1 Rg, Doncaster
819-322-3833

STE-MARGUERITE
310, Ch. Ste-Marguerite
450-228-2526

**L'ASTROLOGIE EST UN ART,
l'horoscope, une fantaisie de l'artiste!****Cyril Lepage**

Astrologue

819-322-2152 | cyril.lepage@hotmail.fr

**Bélier**

Novembre n'a pas été facile, mais rassurez-vous, décembre vous replace dans vos pompes et votre belle énergie vous revient vers le 12. C'est le temps de plein d'éventualités et de surprises, tant dans votre vie amoureuse que professionnelle. Profitez-en pour solliciter l'aide dont vous avez besoin, la chance est de votre côté.

**Taureau**

Jusqu'au 10, tout est sous contrôle. Par la suite, ça devient un peu plus compliqué dans vos relations, déplacements et question alimentation : si vous prenez du poids maintenant, il vous sera difficile de retrouver la forme... donc, prudence dans ces domaines.

**Gémeaux**

À compter de la dernière semaine de décembre, vous voilà libéré d'un boulet que vous trainiez depuis trop longtemps déjà. Il est possible qu'un relent de stress demeure, et il vous est recommandé de faire de l'exercice en plein air afin de récupérer l'énergie que vous avez jetée à des gens qui vous en demandent toujours plus mais qui ne vous rapportent plus rien. Même si ça va encore au ralenti au cours du mois, la victoire vous est assurée par la position de la planète Saturne qui transite par un secteur de transformation radicale. Enfin! Le chat sort du sac!

**Cancer**

La chance vous sourit dans presque tous les domaines et vient éradiquer les désordres énergétiques qui vous affectaient. Puisque la planète Jupiter vous favorise pour toute l'année 2018 et plus... il vous sera bon de voyager et d'investir dans des projets que vous chérissez depuis des années, appuyé par une confiance en soi retrouvée! Bref, tout tourne en votre faveur pour les douze prochains mois.

**Lion**

Il semble que vous aurez un budget à établir ou vous devrez discuter d'intérêts avec la famille ou prendre des responsabilités financières en faveur de vos

proches. Essayez donc de vous en tenir à des budgets plus précis. D'autre part, vous risquez de subir le contrecoup de la mauvaise humeur et de l'agressivité de l'entourage familial. De plus, si des réparations ou des travaux s'imposent, que ce soit dans votre domicile ou pour le système de chauffage, assurez-vous de la compétence de ceux qui en feront l'exécution. Prudence avec le feu, craignez les imprudences des autres aussi... Si vous êtes célibataire, vous serez dans la mire soit de Roméo, soit de Juliette!

**Vierge**

Vous entrez dans une période de progrès et de consolidation de votre situation matérielle, professionnelle et sociale. Dans votre travail, il y a des possibilités d'accéder à de plus hautes fonctions, de bénéficier d'un accroissement de la sécurité financière et du bien-être matériel. Sur la fin du mois, des aspects vénusiens viennent dynamiser, enjoliver votre vie amoureuse et sociale. Soyez assuré de l'appui de Jupiter dans tous les domaines tout au long de 2018!

**Balance**

Si vous avez vécu une période de surmenage intellectuel ou cérébral qui a pu vous causer une déprime temporaire, vous voilà maintenant avec un moral à toute épreuve! Ce qui était échec devient succès et,

dorénavant, quiconque essaiera de faire ombre à vos plans se mettra lui-même en échec! C'est donc un mois des plus importants pour vous prendre en mains, tant physiquement que psychologiquement, et de vous laisser choyer par vos proches qui veulent bien participer à vos joies nouvelles!

**Scorpion**

Après quelques jambettes d'aspects planétaires adverses sur les plans professionnel et personnel, voilà que le destin vous comble de ses bienfaits. On peut dire que vous avez mérité « la totale » de la chance dans tous les domaines, car votre passion olympienne vous a permis de faire face à tous les défis : bravo!

**Sagittaire**

Depuis deux années déjà, la planète Saturne vous a fait des crocs-en-jambe et vous avez peut-être dû courir contre la montre. Cependant, de nouveaux horizons se dessinent pour vous et le temps que vous croyiez avoir perdu vous servira de guide à court et à long terme. Au cours de ce décembre, l'exercice physique et les sports de plein air vous aideront à garder ou à retrouver la forme, car vous devrez surveiller votre alimentation et lever moins haut le coude si vous ne voulez pas ajouter du poids sur la balance...

**Capricorne**

Si la planète Mars n'a pas cessé de vous titiller depuis quelques semaines, à compter du 12 de ce mois, vous retrouverez votre aplomb et ferez grand ménage tant question santé que professionnellement : vous refaites une beauté de tout ce qui vous semblait moche... De plus, vous avez le choix dans plusieurs occasions qui vous placeront à l'avant-scène, vous permettant d'équilibrer et d'accroître vos finances.

**Verseau**

Surveillez bien la présence de la planète Mars qui vous guette dans vos déplacements ainsi qu'au travail en deuxième partie du mois : la vitesse et les « pétages » de plombs sont à éviter. Pourtant, la chance vous côtoie, c'est donc à vous de changer votre attitude si vous voulez que règne l'harmonie autour de vous. Comme il ne faut pas dire quoi faire ou ne pas faire à nos Verseau, laissons-les à leur géniale intuition qui ne les trompe jamais ou presque...

**Poissons**

Voilà nos humbles Poissons en pleine forme et libérés d'aspects planétaires négatifs. Il est à recommander qu'ils fassent une croix sur le passé pour faire place à plus d'espace sur l'avenir, qui se veut des plus prometteurs. Malgré quelques difficultés émanant de leurs proches, ils vivront un temps des Fêtes qui remettra la chimie amoureuse et familiale à table!

**Heureuses Fêtes
à tous nos lecteurs
et lectrices!**

GALERIE BERNARD

CAROLE BAILLARGEON
GILLES BOISVERT
YANNICK DE SERRE
LISE GAGNÉ
EVA LAPKA
FERNAND TOUPIN

À CETTE BLANCHEUR QUI SE POSE

Exposition du 16 nov. au 22 déc. 2017
Vernissage le 15 nov. de 17h à 20h

20 ans

3926, rue Saint-Denis
Montréal (Québec) H2W 2M2
514 277 0770 - galeriebernard.ca

Horaires: mer. 11h-18h | jeu. ven. 11h-19h | sam. 12h-17h

QUAND LES JOURNÉES RACCOURCISSENT, les jeux nous ravissent!



Le jeu, c'est sérieux! Voici une photo du Championnat de France du jeu Les Colons de Catan (ou Settlers of Catan). Captivant sans être stressant!

Alain Harvey

Il y a un avantage aux journées qui raccourcissent : c'est les soirées qui rallongent!

Les heures d'ensoleillement réduites me font l'effet d'une annonce de l'approche des Fêtes. Tout comme les premières neiges au sol et les décorations festives, les journées courtes font pressentir les plaisirs de la saison.

Mieux que ça : elles donnent envie de s'y livrer d'avance. Ces longues soirées sont idéales pour s'amuser avec un bon jeu de planche. Pourquoi attendre la visite des oncles et tantes, cousins et cousines? Offrez-vous dès maintenant une soirée de jeu en famille. En plus de vous amuser, vous aiguisez vos habiletés pour triompher sagement quand viendra le moment de vous mesurer à vos invités!

Les tournois de tock, de pichenotte ou de hockey sur table font partie des beaux souvenirs de l'enfance. Pour les ados et les adultes, les jeux-questionnaires et les jeux de parole qui font jaser, comme Cranium, Jokes de papa, L'Osti d'jeu ou Concept, sont l'occasion de rire ensemble. Puis, il y a les jeux de société.

Certains sont des classiques de longue date, comme le Monopoly, qui remonte à 1901, et le Risk, qui date de 1957. Or, un jeu apparu plus récemment, en 1995, s'est vite taillé une place de favori dans cette catégorie : Les Colons de Catan (ou *Settlers of Catan*).

Cet excellent jeu créé en Allemagne allie à merveille la stratégie et le hasard sans nécessiter une longue liste de règlements. Votre objectif : être le premier habitant de l'île à compter 10 points en accumulant

des ressources – blé, bois, briques, minerais, laine – pour bâtir des routes, des maisons et des villages sur le territoire de l'île.

Les lieux que vous choisissez d'occuper, par exemple, à proximité d'une ressource ou d'un port de mer, inspirent votre stratégie. Les coups de dés dictent votre fortune ou vos revers. Le troc des ressources avec les autres joueurs peut beaucoup vous aider.

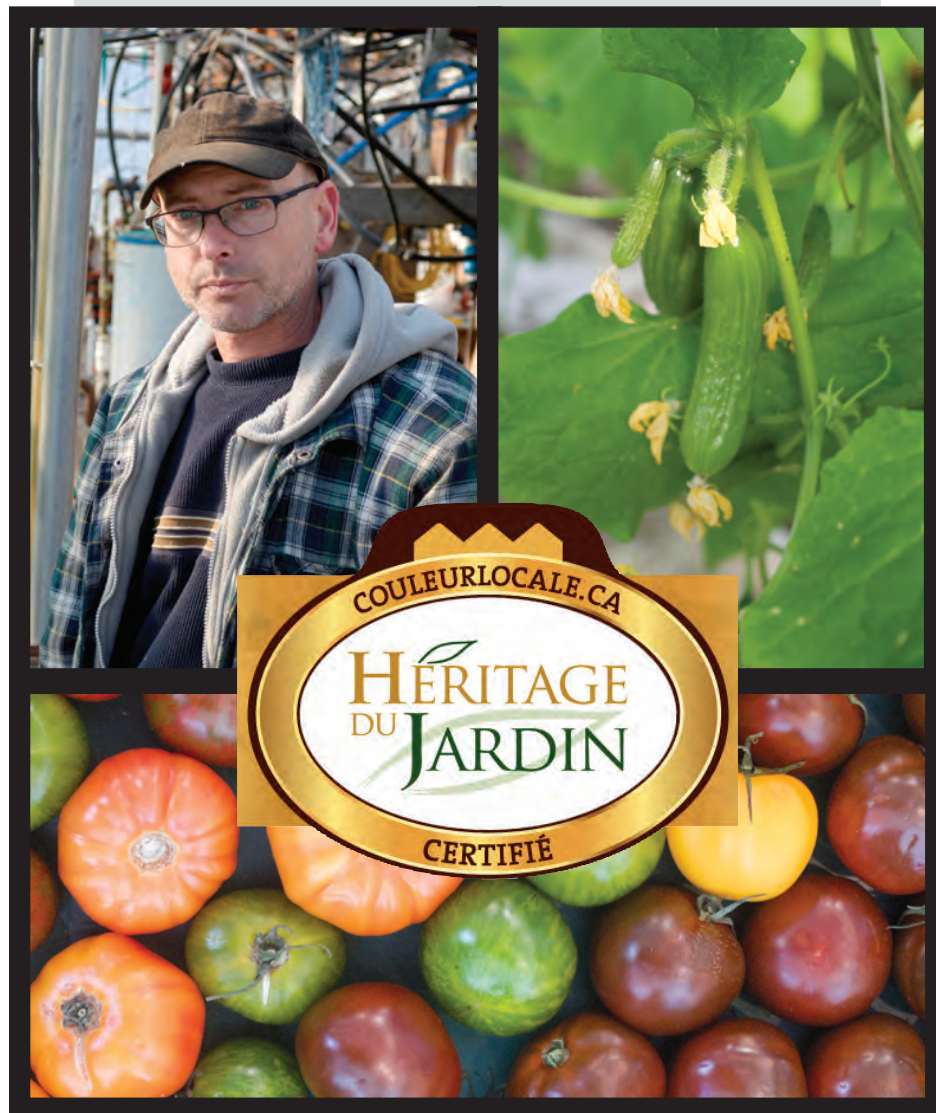
Si vous ne connaissez pas déjà ce jeu captivant qui allie la collaboration et la compétition, essayez-le et il deviendra peut-être un préféré de votre maison. Vous pouvez le louer chez Pichenotte pour en faire l'essai! Quand vous passerez nous voir, profitez-en pour accomplir aussi un autre beau défi des Fêtes : trouver de beaux cadeaux pour tout le monde sur votre liste.

Qui n'a pas vécu cette scène? On achète des cadeaux aux tout-petits et c'est la boîte et le papier d'emballage qui les amusent le plus! Mais un jouet de bois solide qui sollicite l'imagination, la créativité et la dextérité est bien plus durable, écologiquement et personnellement. Car les beaux jouets de bois bien faits ne se démodent jamais et resteront dans votre famille pour des générations.

Les soirées où la maison résonne des rires et de l'excitation du jeu, voilà ce que nous amènent les journées raccourcies. Ce n'est pas déprimant. Au contraire, c'est un appel à la bonne humeur!

En mon nom (Alain), au nom de ma famille, Nathalie et la petite Léa, et de notre employée, Bahia, la boutique Pichenotte de Val-David souhaite à tous un temps des Fêtes rempli de joie et une heureuse année en 2018. Le mot d'ordre : que tous s'amuse!

HÉRITAGE DU JARDIN : La vraie saveur, de Val-Morin à votre assiette

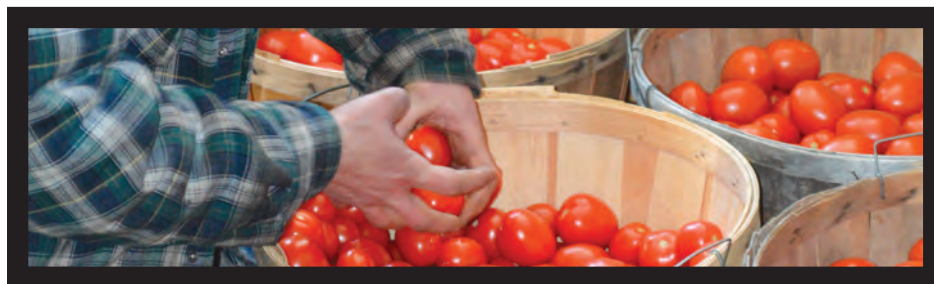


Cultiver des tomates et des concombres dans les Laurentides représente tout un défi. Stéphane Jean, de Val-Morin, s'y emploie depuis 17 ans, contre vents et tempêtes de neige. Dans ses serres, c'est toujours l'été, même s'il faut pour cela remplacer le soleil par des fournaises et de l'éclairage au sodium. Évidemment, l'été en permanence, ça coûte cher, mais ça permet de faire des légumes chez nous. En décembre, on peut commencer les plantations. De sorte que nous, les chanceux, on a accès à ses belles tomates au goût incomparable pratiquement à l'année. Et chaque été au Marché, Stéphane nous offre une quantité et une qualité de produits comme on n'osait plus en rêver.

Produire des légumes dans les Laurentides, ça prend du courage et de la ténacité, quelle que soit la saison. Il faut de l'équipement, on n'est pas en Provence. Il faut aimer le risque et développer ses connaissances et son instinct des signes du vivant

comme bien peu de métiers l'exigent. En plus, les institutions financières ne sont pas très chaudes à soutenir les PME agricoles, pourtant une des clés de notre indépendance alimentaire. Allez savoir pourquoi. Récemment, Stéphane a dû changer le moteur de ses fournaises, un peu fatigué. Il s'est fait dire par les analystes financiers de faire faillite! Évidemment, quand l'argent passe avant les tomates... Cela dit, la passion pour le métier est quelque chose qui n'a pas de prix, qui crée des emplois (quatre à cinq chez Héritage du Jardin) et fait vivre une famille. On devrait mettre ça dans la balance. On devrait tous découvrir les tomates de serre rouges, roses, cerise et Heirloom, les concombres de serre anglais et minilibanais de Stéphane. Au marché ou à la ferme. Question de soutenir le commerce local... en se faisant du bien.

Info : 819-322-2773 •
heritagedujardin@hotmail.com (MPS)



Cher lapin...

Sandra Mathieu

Pour les non-initiés, les lapins de cadence dans les marathons sont des coureurs aguerris qui terminent le parcours en un temps précis. Les participants peuvent ajuster leur cadence à la leur, afin de terminer dans un temps déterminé. Ces coureurs portent habituellement des oreilles de lapin et affichent sur une pancarte bien visible l'objectif prévu de leur course contre la montre.

Maintenant que cet aspect est clarifié, laissez-moi vous raconter l'histoire de mon premier marathon. Tout a commencé lorsque j'ai eu la chance de m'entretenir avec Alain Bordeleau (le père du Marathon du P'tit train du Nord) dans le cadre d'une entrevue téléphonique grâce à mon boulot de journaliste. À la suite de cette conversation inspirante sur ce marathon historique, il m'a été impossible de résister à la tentation de m'y inscrire, ce que j'ai fait sur-le-champ. En remplissant le formulaire en ligne, je me suis butée comme plusieurs à la question : *En combien de temps prévoyez-vous parcourir la distance?* On parle ici de 42,2 kilomètres! Ne sachant trop comment réagiraient mon corps et mon esprit à ces milliers de pas de gazelle (le plus que j'avais couru dans ma vie, c'est un demi-marathon), j'ai tout bonnement tapé 4 h 15 sur mon clavier. Mon objectif numéro un était de le terminer tout court et voilà que je venais de placer sur mes épaules une pression supplémentaire. J'ai alors ajouté à mon projet la contrainte de ne marcher à aucun moment.

En arrivant sur les lieux du départ à Val-David, je me suis installée dans le groupe de la vague 8 comme l'indiquait mon dossard. Avant le coup d'envoi, j'ai côtoyé les lapins de cadence 4 h et 4 h 15 qui étaient dans la vague. J'avais donc le choix! Après quelques kilomètres de course, il est devenu clair dans ma tête qu'au grand jamais le lapin 4 h ne me dépasserait.



Étant issue du milieu compétitif, j'ai pris l'habitude d'être assez exigeante envers moi-même dans tout ce que j'entreprends. Mais je dois l'avouer, sans ce lapin, je ne suis même pas persuadée que j'aurais terminé cette course. Malgré une sinusite et un mal de genou, j'ai foncé droit devant sans me retourner (sauf peut-être à des dizaines de reprises pour m'assurer que le lapin restait dans mon angle mort). Accompagnée de Cat Empire à fond dans les oreilles et des

encouragements de mon chum et ma fille à quelques intersections du parcours, j'ai couru, couru, couru... Sans le savoir, ce lapin (ou plutôt cette lapine) m'a poussée à ne pas lâcher, à ne pas ralentir et surtout à chasser de mes pensées toutes les petites douleurs et les minidécouragements qui surgissent à tout moment pendant une telle distance. Tous ces instants durant lesquels chacune de nos cellules se demande ce qu'on fait là, dans quel but. J'ai rarement été

plongée dans le moment présent comme ça, mis à part peut-être pendant les 25 h de mon accouchement.

À 2 km de l'arrivée, la lapine était dangereusement sur mes talons. Mes nausées devenaient de plus en plus insistantes et mon corps était littéralement un automate. Un pas à la fois, je me suis rendue à la ligne d'arrivée en 3 h 59 min et 34 s! Comme si nous étions rivales pour la médaille d'or aux JO, j'espérais cette victoire triomphante. Au lieu de franchir l'arche les bras en l'air comme je l'imaginai dans ma tête, à l'image des grands marathoniens, je me suis plutôt pliée en deux, les bras ballants... l'air tellement démunie qu'un des secouristes sur place a cru bon m'attraper pour me demander si j'allais bien. *Certainement!* que je lui ai répondu sans trop réaliser ce qui m'arrivait, et dès qu'il m'a lâchée, je me suis mise à marcher à la manière d'un crabe ivre, comme si j'étais en équilibre sur la dernière seconde de ma vie. Une dame s'est lancée à mes trousses pour me remettre ma médaille de participation; je l'avais grandement méritée, me répétait-elle. Je lui ai donné raison et je suis allée rejoindre les membres de ma famille, qui pleuraient de joie. Pour eux, j'avais gagné cette médaille d'or des JO. Jamais je n'oublierai ces moments... ni ceux qui ont suivi : pendant trois jours, j'ai marché comme Robocop, mais j'avais littéralement un sourire permanent étampé dans le visage. J'ai surfé là-dessus pendant longtemps.

Je me suis prouvé quelque chose, le 22 octobre 2017, et jamais personne ne pourra me l'enlever. C'est ça, la beauté du dépassement!

Merci à la lapine 4 h, qui que tu sois. En espérant te voir dans mon angle mort au prochain marathon!

SEMAINE MONDIALE de l'entrepreneuriat

Plus d'une trentaine de travailleurs autonomes des Laurentides ont été invités par la CDE des Laurentides à une rencontre pour souligner la Semaine mondiale de l'entrepreneuriat, qui s'est tenue du 13 au 17 novembre dernier. « Les travailleurs autonomes contribuent de manière importante à l'essor économique de notre belle région, a affirmé Paul Calce, directeur général de la CDE, lors de ce 5 à 7. Être travailleur autonome signifie pour la plupart travailler seul de la maison, et parfois même être isolé du monde des affaires. Leur capacité de réussite repose entièrement sur leurs efforts personnels et leur persévérance. » Annie Bigras, directrice du Centre local d'emploi de Sainte-Agathe-des-Monts a ajouté : « Grâce à la mesure Soutien au travail autonome, la Direction régionale de Services Québec



Semaine mondiale de l'entrepreneuriat
CANADA

des Laurentides, en partenariat avec la CDE, encourage les personnes admissibles à démarrer une entreprise ou à devenir travailleur autonome par l'intermédiaire d'une aide financière et d'un accompagnement personnalisé. Nous sommes fiers de l'apport positif de cette mesure sur le territoire de la MRC des Laurentides. » Fait important à noter : la proportion de travailleurs autonomes (17,4 %) dans la MRC des Laurentides est largement supérieure à la moyenne provinciale (10,5 %). *Source : Données sur le marché du travail 2016-2017.*

CDE MRC DES LAURENTIDES
Corporation de DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE

T-shirt et SOLIDARITÉ NORDIQUE



Dans le cadre de l'échange culturel du projet Rencontre des Nordicités, Nancy Breton, enseignante spécialiste en arts plastiques aux écoles Sainte-Marie et Saint-Jean-Baptiste à Val-David, a voulu favoriser une relation plus profonde entre les jeunes en créant une dynamique d'entraide, de solidarité et de découverte de l'autre par le biais de l'expression plastique. C'est ainsi que nos jeunes ambassadeurs ont conçu un dessin à quatre mains (deux Val-Davidois et deux Inuit) lors de leur séjour au Nunavik.

Si vous souhaitez encourager la belle créativité de ces jeunes et conserver une œuvre unique de ce magnifique échange, vous pouvez vous procurer un t-shirt souvenir à 15 \$ l'unité. Les fonds amassés serviront à bonifier les cours d'arts plastiques et à offrir un éventail plus diversifié de matériaux aux élèves.

Pour commander : Nancy Breton, bretonn@cslaurentides.qc.ca • 819 323-2644.

« Dis-moi, grand-papa... » – DIALOGUE N° 10

Anaïs, notre petite-fille, avec la candeur de sa tendre enfance, mais déjà curieuse et précoce pour son âge, s'interroge ici sur les mystères de la vie et questionne son grand-père...

Richard Claude Lauzon

En octobre dernier, en fin de dialogue, ma petite-fille me demande, les yeux ronds comme des soleils :

– Mais, grand-papa, si ma « petite voix à moi toute seule » n'est pas tout à fait comme mon corps physique ni comme mon corps psychique, c'est quoi, d'abord? C'est qui?

– Anaïs, l'autre jour, je t'ai parlé de méditation*. Tu te rappelles?

– Oui. J'avais même essayé de mé-di-ter, comme tu dis. J'ai posé ma question et j'ai eu une bizarre de réponse...

– Bien. Si tu décides de méditer encore, quand tu es seule et calme dans ta chambre, tu peux penser simplement que c'est à TOI-MÊME que tu poses la question importante qui te trotte dans la tête. Mais un TOI-MÊME très spécial que je vais tenter de te faire connaître même si c'est un peu difficile. Après avoir bien fermé tes yeux physiques, imagine que tes « yeux intérieurs » (psychiques) sont ouverts et que tu te regardes dans un miroir, comme celui de

ta chambre. Dans ta tête toujours, invente-toi un visage et des yeux tout illuminés. Imagine que tes yeux sont les plus beaux, les plus brillants que tu pourrais rêver d'avoir. Ensuite, pose bien clairement ta question à ce « TOI-MÊME » plein de Lumière, comme s'il était aussi brillant qu'un soleil, qu'une étoile. Ensuite, ferme tes « yeux intérieurs » en essayant de faire le silence dans ta tête, de ne penser à rien. Et là, attends de voir ou d'entendre ce qui se passe dans ta conscience profonde. Parfois, au lieu de te parler, ta conscience va te montrer quelque chose, des images. Comme l'autre jour quand tu as vu dans ta conscience le dessin d'un beau gâteau de fête pour ta maman. Mais ce peut être aussi des mots que tu entends. C'est comme si tu te parlais alors à toi-même avec des mots qui, des fois, te surprennent tellement ils sont doux et sages. Mais, que ce soient des mots que tu entends ou des choses que tu vois, fais comme si c'était du cinéma sur l'écran de ta conscience. Laisse-toi guider dans ton inspiration du moment. Tu es en train de recevoir la réponse à la question importante que tu as posée à ce TOI-MÊME.

– C'est qui « TOI-MÊME », grand-papa?

– Anaïs, c'est la plus belle partie de toi-même. C'est la personne sage en toi. Certaines personnes lui donnent le nom de « MOI INTÉRIEUR ».

– Il répond toujours à mes questions, mon Moi intérieur?

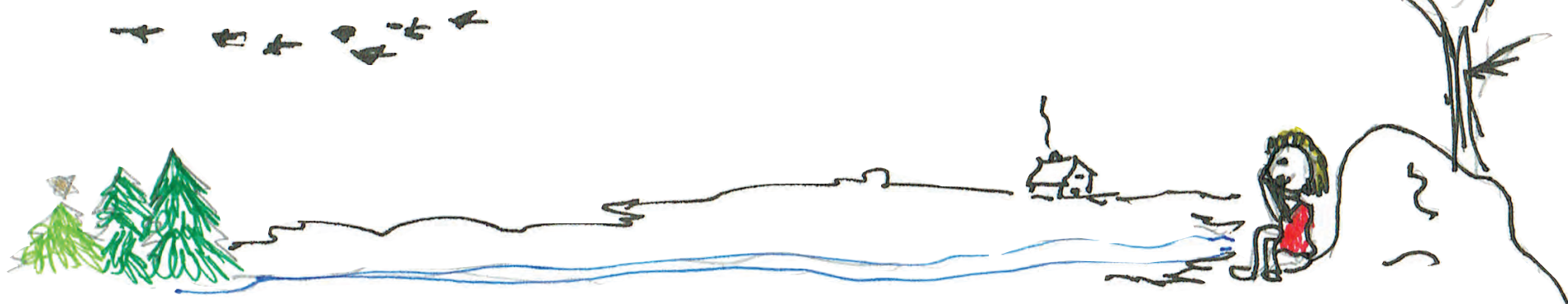
– Parfois, tu n'entendras rien ou tu ne verras rien parce que tu es trop fatiguée ou un peu de mauvaise humeur. Ou il se peut que ta question ne soit pas assez claire ou importante. Ou que tu espères secrètement... recevoir une réponse à ton goût plutôt que celle, plus sage, de ton Moi intérieur. Dans ces cas-là, il est probable que tu ne reçoives pas de réponse claire. Quand on est averti de ça, on se prépare mieux à notre méditation ou on la fait le lendemain, quand on se sent mieux. Mais à chaque fin de méditation, avant de rouvrir tes yeux bien physiques, dis « merci » à ton Moi intérieur, qui te connaît mieux que... toi-même. Et, ce qui est très important, écris dans un « Cahier de mes méditations » tout neuf la date du jour, la question que tu as posée et la réponse que tu as reçue. Une méditation, c'est un bien beau cadeau que tu te fais à toi-même, même si la

réponse peut parfois te surprendre. Rappelle-toi que si cette réponse est surprenante, c'est souvent parce que tu as bien écouté ta conscience profonde. Anaïs, je viens de te faire là le plus beau des cadeaux de Noël, plus beau que tous les jouets du monde.

– Merci, grand-papa Noël. Moi, mon cadeau, c'est : « Je t'aime plus fort que le père Noël. »

(À suivre en janvier 2018. Mes meilleurs vœux de joyeuses Fêtes à tous les enfants, petits et grands...)

* Référence : *Philosopher et méditer avec les enfants*, Frédéric Lenoir, Éditions Albin Michel, France 2016, avec CD de méditations guidées. Le CD peut servir de préparation à une méditation, solitaire ou en groupe. La voix est accompagnée d'une musique très calme et parfois d'un chant choral. Il peut être utilisé pour calmer un enfant surexcité.



EXCURSIONS EN PLEIN AIR

La prudence est de mise

La Sûreté du Québec lance un avertissement aux amateurs de plein air. Toute excursion en forêt ou dans un secteur éloigné n'est pas sans risque et exige une préparation adéquate.

Avant de partir, assurez-vous de bien faire les étapes suivantes :

- **Préparer un itinéraire** détaillé et les dates prévues d'arrivée à chaque endroit, s'il y a lieu. Laisser une copie à un proche avant de partir.
- **Se doter d'une carte** à jour de la région ciblée. Se réapproprié les techniques de lecture de cartes et des outils de navigation (GPS, boussoles, etc.).



- **Maîtriser les techniques de survie** et les moyens de déplacement qui seront utilisés (marche, embarcation nautique, etc.).
- **Tester ses équipements** au moins une fois avant de se lancer dans une expédition en milieu isolé.

- **Vérifier les prévisions météorologiques** pour les zones visées. Remettre le départ à plus tard si les conditions sont hasardeuses.
- **S'assurer d'emporter un téléphone satellitaire**, une radio portative UHF ou VHF, une balise de type

« spot ». Se prémunir du numéro de téléphone des services d'urgence de la région à explorer.

- **Emporter une trousse de survie** comprenant au minimum un jeu d'outils de base, des bougies d'allumage, des articles de premiers soins, un couteau, un grand sac de plastique orange, des allumettes à l'épreuve de l'eau, une lampe de poche, un sifflet, une couverture légère traitée à l'aluminium et des aliments riches en calories tels que du chocolat et des sachets d'aliments déshydratés.
- **Porter des vêtements** et des chaussures adaptés à l'activité.

La Sûreté du Québec vous invite à vous rendre sur son site Web au www.sq.gouv.qc.ca et à télécharger la brochure *Orientez votre excursion* pour vous aider à bien préparer votre activité de plein air.

BIÈRE ET CUISINE font bon ménage!

Louise Duhamel

Cuisinière et résidente de Val-David

On cuisine beaucoup avec du vin; on cuisine moins avec de la bière. Ce ne sont pourtant pas les recettes qui manquent! De ces pays où, depuis des lunes, on produit et consomme beaucoup de bière nous viennent des recettes traditionnelles comme celle du *Welsh Rarebit* ou *Welsh Rabbit*, c'est selon), plat originaire du pays de Galles. Ce plat est constitué d'un toast garni de jambon et de cheddar fondu dans une bière blonde. Celui qui en mange trop avant d'aller se coucher ferait des cauchemars, paraît-il!

La carbonnade de bœuf, mets emblématique de la cuisine flamande, braise de longues heures à basse température. Ce plat de viande rouge et d'oignons bien compotés convient bien à nos hivers rigoureux. Les moules à la bière sont un autre plaisir typiquement belge. La choucroute, version allemande, se cuit dans du Riesling ou de la bière. Choisissez la version à la bière, elle s'accommodera bien de joues de porc fumées et de saucisses faites maison que vous trouverez à la boucherie de Val-David.

Dans la cuisine moderne, on trouve aussi de bonnes recettes à base de bière. Très populaires, les côtes courtes (*short ribs*) marinées à la bière, cuites pendant cinq heures... un festin lorsqu'elles sont cuisinées avec de la Drakkar, une bière de la microbrasserie Le Baril Roulant de Val-David. C'est une bière noire à l'avoine,

parfaite pour la cuisson de ce type de viande. Servez-les avec des rondelles d'oignons frits, une salade de chou ou, mieux encore, sur une crème d'avoine. Si vous avez des restants, effilochez la viande et mélangez-la avec de la moutarde en grains. Garnissez des tranches de pain de seigle, comme celui de la boulangerie La Mie Richard, qui a un petit goût anisé, pour en faire des canapés ou des sandwiches qui vous sortiront de votre ordinaire. Voilà un peu de bonheur en toute simplicité!

Le *fish and chips* s'affiche de plus en plus sur les menus des restos et bistros de notre coin. Vous savez peut-être qu'une bonne pâte à frire est faite à base de bière. Elle est croustillante, légère, aérienne et bien savoureuse. Je choisis de préférence une bière blonde et j'y ajoute un soupçon de poudre de cari.

J'aime bien aussi jumeler le goût amer de la bière à des protéines délicates comme celles du pétoncle. Il suffit de saisir les pétoncles dans le gras de bacon (ou de joue de porc fumée), de les accompagner d'une réduction de bière, mélangée avec du vinaigre de xérès et un peu de sirop d'érable, montée à l'huile d'olive pour obtenir un mélange de saveurs et de textures inouïes. Les pétoncles s'accompagnent bien d'une purée de patates douces parfumée au gingembre.

La curiosité vous a-t-elle déjà poussé à essayer une recette de poulet rôti cuit sur une cannette de bière? Cette technique de cuisson permet de conserver tout le moelleux de la chair du poulet.



Et avez-vous déjà cuisiné un gâteau au chocolat, à la betterave et à la bière? Deux suggestions pour que se délient les langues lors de votre prochain repas! Et puis, il va sans dire que le meilleur accord mets et alcool avec les plats à base de bière est une bière... on n'en manque pas, au Québec, et de bien bonnes!

Les moules sont offertes en tout temps dans nos épiceries, alors, ce mois-ci, essayez donc cette recette de moules à la bière et au cari. Bon appétit!

Recette pour 1 sac de moules :

1 sac de moules
30 ml (2 c. à soupe) de beurre ou d'huile végétale
2 gousses d'ail, hachées
2 échalotes sèches, émincées
30 ml (2 c. à soupe) de poudre de cari
100 ml (3/8 tasse) de bière blonde
30 ml (2 c. à soupe) de sirop d'érable

1 boîte de lait de coco
60 ml (4 c. à soupe) de dés de tomates
1 ou 2 citron vert (zeste et jus)
1/3 de botte de coriandre fraîche, hachée

- Dans une casserole, faites suer l'ail, les échalotes et le cari sans les colorer.
- Ajoutez la bière et le sirop d'érable. Faites réduire de moitié.
- Ajoutez les moules, couvrez et faites cuire jusqu'à ce qu'elles soient ouvertes (soit environ 5 à 6 minutes). Sortez les moules de la casserole et gardez-les au chaud.
- Réduisez le jus de cuisson des 2/3. Ajoutez le lait de coco. Réduisez à nouveau jusqu'à ce que la sauce nappe une cuillère en bois. Vérifiez l'assaisonnement.
- Ajoutez les dés de tomates, le jus et le zeste de citron vert.
- Déposez les moules dans des bols individuels. Nappez de sauce et garnissez le tout de coriandre.

PETITES RECETTES DU temps des fêtes*

Soupe à l'oignon et croûtons au cheddar

Pour 6 personnes

Ingrédients

1,5 l (6 tasses) de bouillon de poulet
3 gros oignons jaunes, coupés en rondelles minces
Huile d'olive
30 ml (2 c. à soupe) de beurre
1 baguette
200 g (1/2 lb) de cheddar
3 pincées de muscade
Sel et poivre

Préparation

- Faire revenir les oignons à feu très doux dans un peu d'huile d'olive et de beurre, saler et poivrer, puis ajouter la muscade (entre 15 et 30 minutes).
- Remuer très souvent afin que les oignons ne brunissent pas.



- Ajouter le bouillon de poulet, couvrir et laisser mijoter encore 20 minutes.
- Râper le cheddar.
- Couper la baguette en rondelles pas trop fines, couvrir avec le fromage et mettre sous le grill.
- Servir la soupe très chaude avec les croûtons à côté.



Une nouvelle façon de savourer une soupe à l'oignon!

Chèvre frais, champignons crus

Ingrédients

200 g (1/2 lb) de chèvre frais
250 g (5/8 lb) de champignons de Paris

2 échalotes vertes, hachées
Croûtons à l'ail
Persil frais haché et/ou menthe hachée, au goût
Huile d'olive
Sel et poivre

Préparation

- Frotter des croûtons avec de l'ail et les griller dans un peu d'huile d'olive.
- Écraser le chèvre frais à la fourchette avec l'huile d'olive, ajouter le persil ou la menthe haché, saler et poivrer. En faire de petites boulettes.
- Nettoyer les champignons, les peler et les couper en tranches minces. Les enduire d'un peu d'huile d'olive et des échalotes. Déposer sur les croûtons les petites boules de chèvre, puis la petite salade de champignons. Déguster.

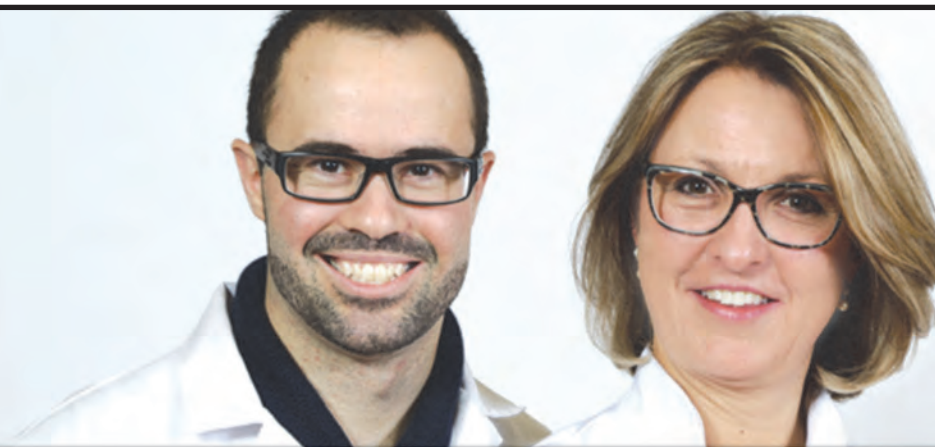
* Proposées par Diane Seguin



affiliées à :

Familiprix

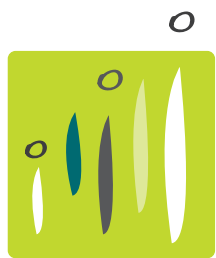
Maxim Charland
et **Véronique Segard** pharmaciens



T 819 322.3232 F 819 322.6434

1291, rue J-B Dufresne, Val-David, Qc J0T 2N0

Lun. au vend. : 9 h à 20 h | Sam. : 9 h à 17 h | Dim. : 10 h à 17 h



clinique
DENTAIRE
VAL-DAVID

DR JEAN-FRANÇOIS PITT
Chirurgien-dentiste

Heures d'ouverture
Lundi et mercredi : 10 h à 20 h
Mardi et jeudi : 8 h30 à 17 h

Dentisterie familiale - Esthétique - Chirurgie - Ponts - Traitement de canal
Service d'implants et denturologie Benoît Hébert

2350, rue de l'Église, Val-David 819-322-9999

Avec plus de quinze ans d'expérience,
M. Hébert offre ici même à Val-David
une gamme complète de services
en denturologie.

Consultation, fabrication, réparation
et entretien de prothèses.



BENOÎT HÉBERT, D.D, DENTUROLOGISTE

CLINIQUE DENTAIRE VAL-DAVID

DR JEAN-FRANÇOIS PITT, chirurgien-dentiste

2350, rue de l'Église, VAL-DAVID | 819 322-9999



RE/MAX
RE/MAX Laurentides inc.
Succursale de Val-David
2515, de l'Église, Val-David, QC J0T 2N0
Bur. Val-David : 819 322-3666
Ste-Adèle : 450 229-6666
etienne.savard@remax-quebec.com
www.etiennesavard.com

Étienne Savard
Courtier immobilier

L'ACHAT LOCAL EST PROFITABLE À TOUS!

CLOUTIER & FILS EXCAVATION

1310, route 117, Val-David, 819 322-1421

PIZZA NIKO'S

950, Route 117, Val-David, 819 322-3422

Faites-vous connaître avec Ski-se-Dit.
7000 lecteurs assidus, chaque mois. 819 322-7969 • ski-se-dit@cgocable.ca



WINDOWS - MAC - LINUX
IPHONE - IPAD - ANDROID

CTRL-ALT-MAT
Services informatiques

info@ctrl-alt-mat.com
450-675-4693




Une relation qui fait rapidement toute la différence :

CAROLE RINGUETTE

Courtier immobilier, REMAX Laurentides inc.

cringuettecourtier@gmail.com

CELL. : 819-507-0297

Bur. : 450-229-6666 | Sans frais : 514-334-6666

MEILLEUR CHOIX DE MAISONS ET TERRAINS

disponibles aujourd'hui à Val-David et
dans les Laurentides :

remax-quebec.com/carole.ringuette



Marché de Noël
de Val-David

www.marchedete.com

3 jours seulement
9, 10, 16 DÉCEMBRE 2017



10 h à 16 h | École Saint-Jean-Baptiste (face à la mairie)
Le plus grand choix pour la table. Tout pour le plaisir et pour les Fêtes!

