



LE PÈRE NOËL ET LA GRANDE OURSE

ILLUSTRATION : MICHELLE DUFRESNE

VOYAGES

RÉGAL

BIÈRES

SOCIÉTÉ

LE P'TIT MAG

RECETTES



ARTS

DES OEUVRES
QUI ONT
MARQUÉ LA
DÉCENNIE

PAGES M4-8



MUSIQUE

MAXIME LANDRY:
FAIRE BRILLER
LES ÉMOTIONS
SOMBRES

PAGE M10

SOCIÉTÉ

LES FÊTES,
TEMPS DUR
POUR LES
OUTRE-
MANGEURS

PAGES M16-17



ARTS.

LE PÈRE NOËL ET LA GRANDE OURSE



RÉMI COLLIN AUTEUR
ILLUSTRÉ PAR MICHELLE DUFRESNE

C'est le 24 décembre. Un bon vieillard s'affaire à charger son traîneau d'une montagne de cadeaux. Depuis des mois, il confectionne des jouets de toutes sortes: camions, poupées, jeux de construction, jeux de société, patins, raquettes et luges. Son traîneau est solidement construit, ses rennes bien nourris et son habit devrait le tenir au chaud par cette froide nuit d'hiver. Il vérifie une dernière fois sa liste de cadeaux afin de n'oublier personne. Achille, Auguste, Victoire, Rémi et d'autres noms plus rares qui seront peut-être populaires un jour : Léa, Liam, Chloé, Justin.

Tout y est. Il a tout prévu du moins le croit-il. Oups! Il faut accrocher le fanal à la maison pour la retrouver au retour. «Allons Nez Rouge, le jour va tomber, faut y aller. Comme d'habitude tu prends la tête et ton lumignon éclaire la route.» Là-haut quelle vue ! Il fait très noir, mais très loin on voit une faible lueur vers le sud. Nez Rouge entraîne sa troupe vers cette balise qui se transforme peu à peu en une oasis de lumière de plus en plus brillante.



Ils se posent sur le toit des maisons. Le père Noël descend par la cheminée pour se rendre au salon où se trouve le sapin décoré pour la grande fête. Il dépose sous l'arbre les cadeaux qu'il a apportés et se repose un peu en goûtant la collation que les enfants lui ont laissée près du foyer. Puis il remonte, et Nez Rouge le mène vers une autre maison. Durant toute la nuit, il répètera les mêmes gestes en prenant bien soin de ne pas se tromper et laissant au bon endroit le bon cadeau.

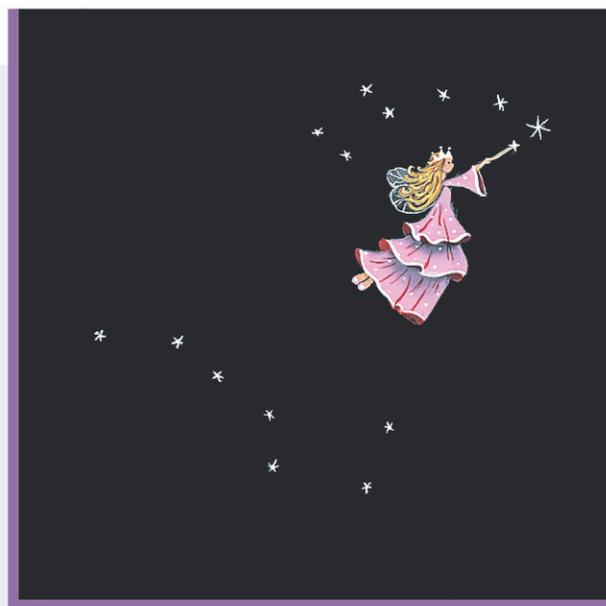


Vers la fin de la nuit, le Père Noël termine sa tournée. Nez Rouge l'entraîne dans le ciel pour regagner sa maison. Là-haut

c'est la grande noirceur. Pour venir il y avait les lumières des villages pour guider Nez Rouge. Pour le retour, aucun repère. Le Père Noël est désemparé. Vers où se diriger ?

Soudainement sur sa gauche se dessine une gracieuse silhouette. Elle porte une jolie robe rose à volants et se déplace grâce à des ailes diaphanes. Elle s'approche du Père Noël, elle tient dans sa main une baguette lumineuse. Voyant l'air dépité du bon vieillard elle lui demande l'objet de son chagrin. «Je croyais avoir tout prévu, mais je constate que de si loin, je ne peux repérer la lueur de mon fanal et ne peux rentrer chez moi».

La petite fée s'élance dans la noirceur du ciel. Avec sa baguette magique, elle allume des étoiles qui scintillent dans le firmament. Sept étoiles prennent la forme d'une casserole. Plus loin une autre étoile brille plus que d'autres. La fée revient et fait au Père Noël une lecture du ciel. «Vous voyez la casserole ? C'est la constellation de la Grande Ourse, facilement repérable dans la nuit. Prolongez son bord externe sur cinq longueurs et vous trouvez l'étoile Polaire qui indique toujours le Pôle Nord.



Alors le Père Noël est rassuré. Avant de rentrer chez lui il s'accorde un petit repos. Il profite d'un croissant de lune pour se laisser bercer dans la nuit qui s'achève. Depuis cette nuit tous les explorateurs et tous les navigateurs se fient à l'étoile Polaire pour retrouver leurs chemins. Le Père Noël lui n'a jamais eu le sens de l'orientation. C'est pourquoi chaque année il se fait accompagner par sa petite fée qu'on appelle depuis «La Fée des Étoiles».

TOUS DROITS RÉSERVÉS, REPRODUCTION INTERDITE SANS L'AUTORISATION DE L'AUTEUR.

Suivez-nous sur [facebook.com/canadiantirecentre](https://www.facebook.com/canadiantirecentre) et twitter.com/CdnTireCtr pour les plus récents dévoilements de spectacles et les promotions.



THE LORD OF THE RINGS
THE TWO TOWERS
In Concert

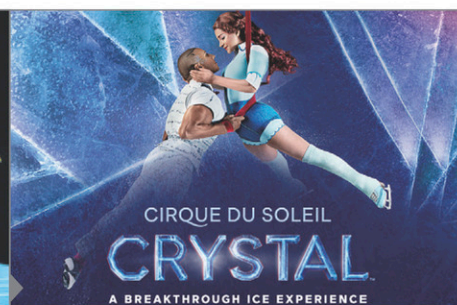
6 MARS

Lord of the Rings:
The Two Towers – In Concert



12 AU 15 MARS

Disney sur Glace présente
Les mondes enchantés



2 AU 5 JUILLET

Cirque du Soleil présente
CRYSTAL

- Sénateurs d'Ottawa c. Columbus – aujourd'hui!
- Sénateurs d'Ottawa c. Nashville – 19 décembre
- Les habiletés des Sénateurs – 5 janvier
- The Lumineers – 7 mars
- Kane Brown – 19 mars
- Harlem Globetrotters – 29 mars
- James Taylor & His All-Star Band – 24 avril
- Stars on Ice – 26 avril
- Nickelodeon's JoJo Siwa D.R.E.A.M. The Tour – 1^{er} mai
- Miranda Lambert – 8 mai
- Monster Spectacular – 30 mai
- Dude Perfect – 22 juillet

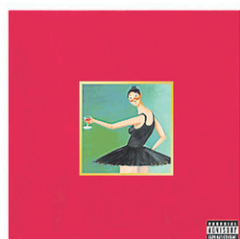
COMMANDEZ MAINTENANT
ticketmaster[®]
canadiantirecentre.com
Canadian Tire Centre Box Office

DES ŒUVRES QUI ONT MARQUÉ LA DÉCENNIE

L'année 2019 tire à sa fin et avec elle se terminera une décennie d'abondance culturelle. Les équipes des Arts du *Soleil* et du *Droit* se sont penchées sur certains albums musicaux, films et livres d'ici et d'ailleurs qui se sont inscrits dans les mémoires depuis 2010.



GENEVIÈVE BOUCHARD
gbouchard@lesoleil.com



MY BEAUTIFUL DARK TWISTED FANTASY (2010), KANYE WEST

Capable du meilleur comme du pire, Kanye West a lancé la décennie en force avec ce cinquième album. Alors qu'il venait tout juste de se faire traiter de connard (*jackass*) par le président Obama — rappelez-vous son affront à Taylor Swift en plein gala MTV... —, le rappeur a relevé la barre en multipliant les collaborations dans un ambitieux mélange des genres.



21 (2011), ADELE

Deuxième album de cette chanteuse anglaise à la voix puissante, *21* (d'après son âge de l'époque) a propulsé Adele vers un succès planétaire avec des locomotives comme *Rolling in the Deep* ou *Someone Like You*. L'année suivante, elle allait devenir la voix de James Bond en interprétant la chanson-thème de *Skyfall*.



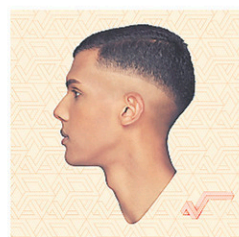
LE TREIZIÈME ÉTAGE (2012), LOUIS-JEAN CORMIER

Après un parcours étoilé au sein de la formation Karkwa, Louis-Jean Cormier s'est lancé en solo, non sans attentes. Il ne les a pas déçues, cultivant un univers chansonnier toujours aussi foisonnant. Comme auteur-compositeur-interprète ou comme réalisateur, il s'est imposé comme une figure incontournable de la chanson d'ici.



LISA LEBLANC (2012), LISA LEBLANC

«Peut-être que demain ça ira mieux, mais aujourd'hui, ma vie c'est de la marde...» Qui aurait cru que ce petit refrain cru deviendrait une chanson-culte? Avec un premier album pour le moins dégourdi, la Néo-Brunswickoise Lisa LeBlanc a pris la scène musicale d'assaut et a été adoptée instantanément par les Québécois.



RACINE CARRÉE (2013), STROMAE

Savant mélange de pop, d'électro et de musiques du monde, ce deuxième album de Stromae prouve l'agilité de l'auteur-compositeur-interprète pour faire bouger en explorant des sujets graves. Bien garni de succès comme *Formidable* (et son clip tourné au centre-ville de Bruxelles en caméras cachées) ou *Papaoutai*, le successeur de *Cheese* a confirmé le statut de vedette internationale du Belge.





MONTREAL SUD (2013), DEAD OBIES

Les membres de Dead Obies se doutaient-ils qu'ils allaient déclencher tout un débat linguistique et identitaire lorsqu'ils ont gravé sur disque les titres en français de *Montreal Sud*? Probablement pas. Si la polémique les a sans doute servis, elle aura aussi permis à un plus large public de découvrir une scène rap en pleine ébullition.



SONGS OF INNOCENCE (2014), U2

C'est sans doute l'une des plus grandes fausses bonnes idées de la décennie. Lors du dévoilement de l'iPhone 6 et de l'Apple Watch, U2 et Apple croyaient faire plaisir aux mélomanes en téléversant gratuitement le nouvel album des Irlandais dans la bibliothèque de tous les abonnés iTunes. Sauf que plusieurs y ont vu une intrusion inacceptable, si bien qu'Apple a dû publier la marche à suivre pour effacer ledit album. À une époque où les habitudes d'écoute étaient en pleine transformation, c'était loin d'être un cadeau...



1989 (2014), TAYLOR SWIFT

Sacrée «artiste de la décennie» aux American Music Awards, où ses talents d'auteure-compositrice et de performeuse ont été soulignés, Taylor Swift s'est imposée comme une redoutable machine à succès en plongeant tête première dans la pop et en délaissant ses racines country sur *1989*, son cinquième album.



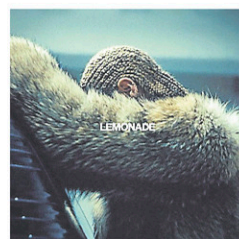
BLACKSTAR (2016), DAVID BOWIE

Voilà un album magistral dévoilé par un artiste légendaire deux jours avant son décès. Atteint d'un cancer qui n'avait jamais été révélé publiquement, David Bowie a orchestré son chant du cygne à l'image du créateur brillant qu'il a été avec cette offrande décrite par son réalisateur comme un cadeau d'adieu à ses fans.



LOVE SUPRÊME (2016), KORIASS

En plaçant le concept de narcissisme et d'amour-propre au centre de sa création, le rappeur Koriass a créé une œuvre qui a convaincu autant le public que la critique et l'industrie. *Love Suprême* lui a valu le Félix de l'album hip-hop de l'année au gala de l'ADISQ, où il cumulait huit nominations. En 2017, Koriass est devenu le premier rappeur nommé dans la catégorie de l'interprète masculin de l'année à ce même gala.



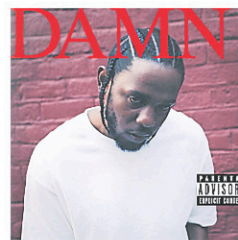
LEMONADE (2016), BEYONCÉ

Les comiques de *Saturday Night Live* ont résumé d'hilarante façon cette controverse : en voyant son clip de la chanson *Formation* et sa prestation au Super Bowl avec des danseuses vêtues en Black Panthers, les Blancs d'Amérique ont soudainement compris que Beyoncé est Afro-Américaine. Autrefois plus consensuelle, la reine Bey adopte sur *Lemonade* un ton à la fois plus personnel et militant, abordant la question raciale et le mouvement #blacklivesmatter, notamment.



YOU WANT IT DARKER (2016), LEONARD COHEN

Véritable testament musical du monumental auteur-compositeur-interprète Leonard Cohen, *You Want it Darker* nous est arrivé deux semaines avant son décès. Fruit du travail d'un créateur physiquement diminué, mais au sommet de son art, cet album mitonné avec son fils Adam souligne une dernière fois toute la profondeur de sa plume et de sa voix.



DAMN. (2017), KENDRICK LAMAR

Salué pour sa «virtuosité», son «authenticité» et le dynamisme de ses rythmes, le quatrième album du rappeur américain Kendrick Lamar a valu à son auteur un prix Pulitzer. Il s'agissait de la première fois que la prestigieuse récompense était remise à un musicien issu d'une autre sphère que le classique ou le jazz.



DIVIDE (2017), ED SHEERAN

Ed Sheeran est doublement passé à la caisse avec ce troisième album, arrivé au sommet du palmarès des ventes en 2017 et qui continue de cumuler les clics sur les plateformes d'écoute en ligne : *Divide* demeure à ce jour l'album qui a le plus été en demande sur Spotify (joué quelque 530 millions de fois) et le méga succès *Shape of You* a dépassé la barre des deux milliards d'écoutes.

PLUS DE 125 000 BILLETS VENDUS!

tandem La Capitale Assurance et services financiers

PRÉSENTENT

NOTREDAME DE PARIS

Un Spectacle musical de Luc Plamondon et Richard Cocciante
 Mise en scène de Gilles Maheu

MULTISPEC SODEC Québec

LE SPECTACLE ÉVÉNEMENT EST DE RETOUR!

LES 4, 5, 6 ET 7 AOÛT 2020
AU CENTRE NATIONAL DES ARTS

ticketmaster.ca BILLETTERIE DU CNA
 1-888-991-2787 (ARTS) LUN. - SAM. 10 H À 21 H

INTERNATIONAL



ÉRIC MOREAULT
emoreault@lesoleil.com

ORIGINE (2010),
CHRISTOPHER
NOLAN

Inception passe le test du temps. Ce film absolument grandiose sur le plan visuel, avec une forte distribution (DiCaprio, Page, Cotillard, Watanabe), un

montage audacieux, positionne déjà Nolan comme l'un des maîtres contemporains. Position qu'il consolidera ensuite avec *Interstellaire* et *Dunkerque*.

**L'ARBRE
DE LA VIE** (2011),
TERRENCE
MALICK

Méditation énigmatique autant que métaphore, le drame familial épique de Malick est traversé par des images d'une sublime beauté qui invitent à la réflexion. La Palme d'or 2011 propose une vision de la relativité de la



Roma

Incendies

présence humaine dans l'univers à partir du quotidien d'une famille normale bouleversée par une tragédie. Très fort.

LE MAÎTRE (2012),
PAUL THOMAS
ANDERSON

Lion d'argent de la réalisation à Venise, PT Anderson offre une œuvre magistrale sur l'ascendant qu'un homme manipulateur peut exercer sur les crédules. La virtuosité de la mise en scène n'a d'égale que les interprétations du regretté Philip Seymour Hoffmann et de Joaquin Phoenix, aussi sacrés à la Mostra. Un bel hommage au cinéma d'après-guerre.

FILMS

SOUS LA PEAU
(2013), JONATHAN
GLAZER

Presque expérimental, le troublant *Under the Skin* vaut autant pour la renversante performance de Scarlett Johansson que le style de réalisation. Glazer joue avec les codes de la science-fiction et du film d'horreur pour proposer une réflexion sur la séduction, les relations hommes-femmes, la sexualité, mais aussi sur la femme-objet...

BIRDMAN (2013),
ALEJANDRO G.
IÑÁRRITU

force évocatrice, qu'il faut aller au-delà des apparences et des dogmes pour appréhender la réalité.

TU DORS NICOLE
(2014), STÉPHANE
LAFLEUR

Cette comédie iconoclaste, touchante et intelligente se révèle emblématique du cinéma de Lafleur. À première vue, l'œuvre semble bricolée de petits riens disparates. Puis on se rend compte que leur juxtaposition révèle une poésie et une douce folie complètement originales et revendiquées comme telles. C'est beau.

MOMMY (2014),
XAVIER DOLAN

Film de la confirmation pour Dolan, qui méritait mieux que le



Chien de garde

S'il y a un film qui s'est approché du sublime, c'est celui-là. La réalisation s'avère brillante autant qu'éblouissante de maîtrise cinématographique. Il offre aussi une intéressante méditation sur la condition humaine, servie par de remarquables performances d'acteur. Mais tout en légèreté.

ROMA (2018),
ALFONSO
CUARÓN

Le triplé historique de *Roma* aux Oscars (meilleur réalisateur, direction photo et long métrage en langue étrangère) pour un film «mexicain» en noir et blanc a confirmé que ce film magnifique se classe dans les plus remarquables de la décennie.

Prix du jury à Cannes. Cet exceptionnel long métrage, dense et intense, porté par sa réalisation inventive et parfaitement maîtrisée, repose sur des personnages plus grands que nature même dans leur banalité : une mère et son fils en crise. Personne n'en sort indemne...

CHIEN DE GARDE
(2018), SOPHIE
DUPUIS

Sophie Dupuis a fait une entrée fracassante dans notre cinématographie, démontrant un étonnant sens de la mise en scène et beaucoup de maîtrise pour un premier long métrage. Son puissant et poignant drame s'attarde à une famille dysfonctionnelle prête à implorer, mais il révèle surtout son attachement à proposer des personnages qui ont l'épaisseur du réel. À suivre.

ÉRIC MOREAULT

La Nouvelle Scène Gilles Desjardins

Diffuseur
d'émotions

DEPUIS
20 ANS



Vincent Leclerc, porte-parole de la 20^e saison

OFFRE SPÉCIALE : Jusqu'au 18 décembre, économisez 50 % sur le prix régulier pour tous les spectacles de la saison 2019/20 en utilisant le code suivant : **20ANS**.

www.nouvellescene.com

Certaines conditions s'appliquent. Jusqu'à épuisement des stocks



LA NOUVELLE SCÈNE
- Gilles Desjardins -

leDroit/AFFAIRES
GATINEAU/OTTAWA

QUÉBÉCOIS

INCENDIES (2010),
DENIS VILLENEUVE

Long métrage à la fois poignant et puissant, *Incendies* a remis en selle Villeneuve et reconfirmé son talent exceptionnel de cinéaste. L'adaptation de la pièce de Wajdi Mouawad a autant d'impact émotif, sinon plus, que l'œuvre originale, tout en conservant sa dimension tragique. Un film marquant.

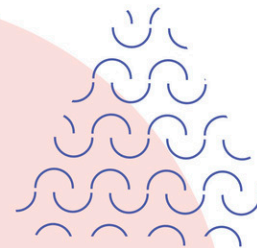
**MONSIEUR
LAZHAR** (2011),
PHILIPPE
FALARDEAU

Philippe Falardeau s'est révélé au fil du temps le plus humaniste de nos réalisateurs et ce long métrage l'a prouvé à la puissance mille. Construit avec rigueur, ce film bouleversant (nommé aux Oscars) démontre, par sa seule

BANDE DESSINÉE



LIVRES

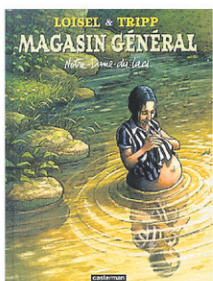


YVES BERGERAS
ybergeras@ledroit.com



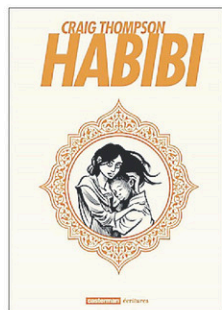
BLAST (2009-2014), MANU LARCENET

Si le premier tome de *Blast* est paru en 2009, reste que la série culte de Manu Larcenet — qui s'est conclue en 2014, avec le tome 4 : *Pourvu que les bouddhistes se trompent* — a marqué la décennie de façon indélébile. Une exploration de la folie, entre tragique et grotesque, grasse et sombre, mais infiniment touchante. (Dargaud)



MAGASIN GÉNÉRAL (2009-2015), RÉGIS LOISEL ET JEAN-LOUIS TRIPP

Entamée en 2006, la série «québécoise» que les Français Régis Loisel et Jean-Louis Tripp ont signée après avoir déménagé dans la Belle Province fut un phénomène de vente (un million d'albums écoulés) en Europe, jusqu'à sa conclusion, en 2015, à l'issue de neuf tomes. Un phénomène aussi spectaculaire qu'étonnant, pour une série *joualisante* (la parlure des personnages a été supervisée par Jimmy Beaulieu). Plongeant dans l'ambiance des *Pays d'en haut* et du *Survenant*, les auteurs offrent un portrait très réussi du Québec rural des années 20. (Casterman)



HABIBI (2011), CRAIG THOMPSON

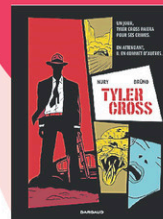
Somptueux pavé (670 pages) en noir et blanc, *Habibi* exhale les parfums orientalistes (merveilleux, onirique et sensuel) des *1001 nuits*, (voire l'univers perse de Marjane Satrapi, pour les bédéphiles), grâce à son cadre, un pays arabe fictif. Dessins détaillés et esthétique irréprochable, qui évoque le travail monacal d'enluminure, tout en empruntant parfois à calligraphie arabe — ne sacrifient rien à l'imaginaire fertile de l'Américain Craig Thompson. Qui relate ici le périple d'une femme esclave et de son fils, dans un récit flirtant avec d'antiques mythes religieux et ponctué de versets du Coran. Ce roman graphique érudit a collectionné les prix et distinctions (Eisner Award; Angoulême, etc.) (Casterman)



DAYTRIPPER (AU JOUR LE JOUR) (2012), FÁBIO MOON ET GABRIEL BÀ

Le Brésilien Fábio Moon, au scénario, et son frère jumeau Gabriel Bâ (*Umbrella Academy*), au dessin, ont signé une formidable ode à la vie, avec ce *Daytripper*, série de 10 *comics* dans lesquels le protagoniste — Brás, un écrivain qui vivote en rédigeant les textes des pages nécrologiques d'un journal — meurt à la fin de chaque épisode. Parfois fauché dans la fleur de l'âge, parfois rendu aux confins de sa vie, parfois

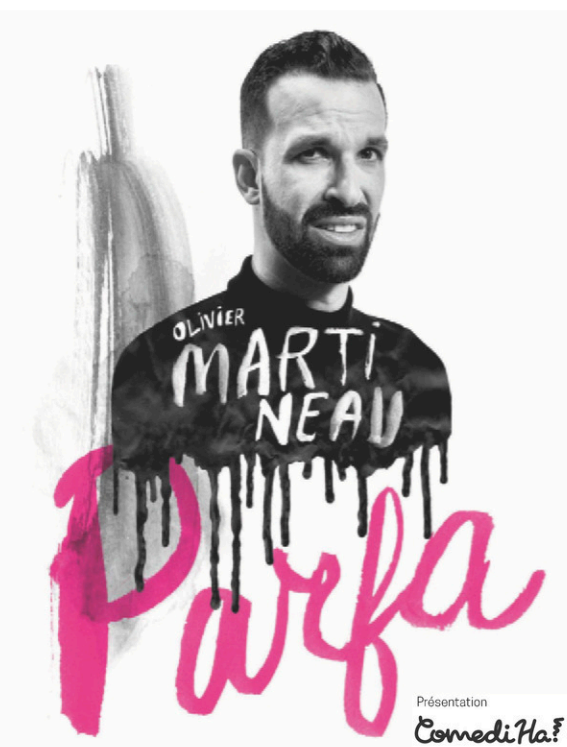
violemment, parfois pauvrement, etc. C'est toujours le même gars, mais dans des incarnations différentes. Autant de vies (et de morts) que d'histoires émouvantes. Fascinant par sa structure, bouleversant par son ton, *Daytripper* fait lentement entrer en résonance, d'un récit à l'autre, tous les petits détails anodins qui parsemaient l'existence, et qui auraient pu (dû) en faire un émerveillement quotidien. *Daytripper* a décroché en 2011 le prix Eisner de la meilleure minisérie. (Urban Comics/Vertigo)



TYLER CROSS (2013-2018), FABIEN NURY ET BRÜNO (THIELLEUX)

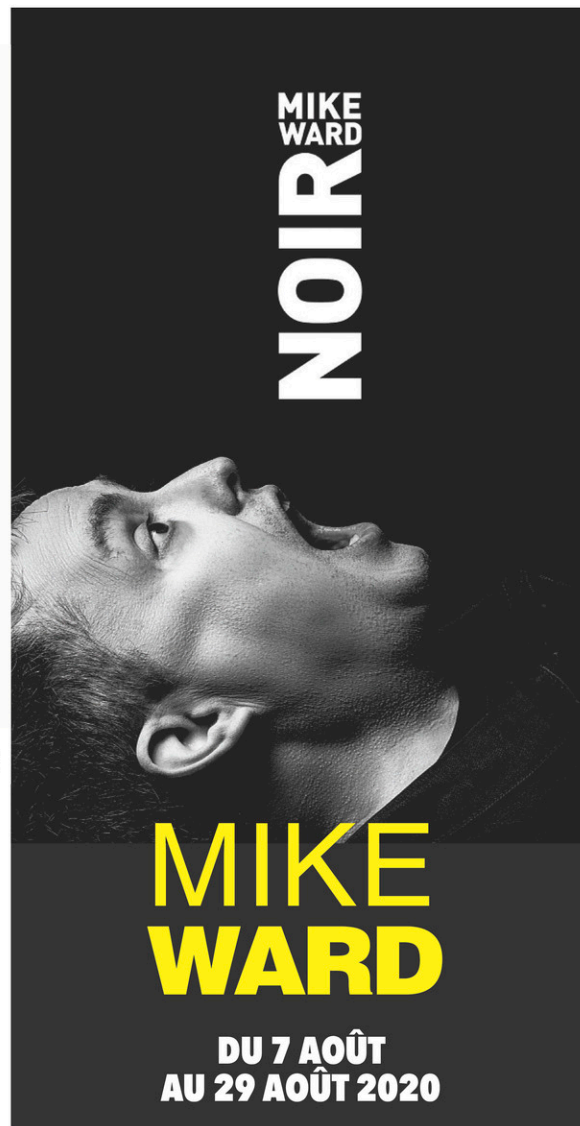
Prolifique scénariste, le Français Fabien Nury (l'uchronie «Je suis

légion») a signé plusieurs séries aussi passionnantes que «baroudeuses» — dont *Tyler Cross* et *Katanga*, en BD, ou encore l'excellente *Guyane*, pour la télé française. Récit «noir» ayant pour cadre les guerres de gangsters de l'Amérique des années 50, *Tyler Cross* séduit par ses références fines au cinéma. La série se décline en trois tomes, plus *Vintage and Badass*, le cinéma de *Tyler Cross* (2018), qui expose en détail tous ces clins d'œil hollywoodiens. C'est tarantinesque, violent et amoral, façon *Torpedo*, mais réjouissant. (Dargaud)



OLIVIER MARTINEAU

**DU 10 JUILLET
AU 1^{ER} AOÛT 2020**



MIKE WARD

**DU 7 AOÛT
AU 29 AOÛT 2020**



les vendredis et samedis
AU CÉGEP DE L'OUTAOUAIS
Auditorium Alphonse-Desjardins



BILLETTS
olivier-martineau.com

Rabais de 25 %
du 13 au 25 décembre

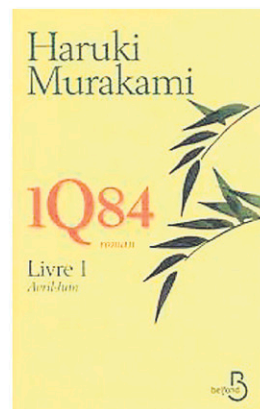
BILLETTS

mikeward.ca

ROMAN



ANICÉE LEJEUNE
alejeune@ledroit.com

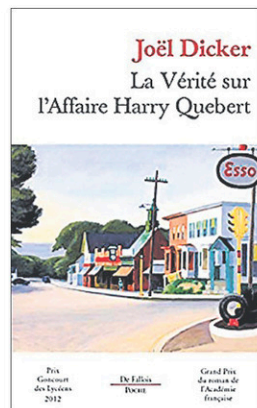


1Q84 (2011),
HARUKI
MURAKAMI

Dans un monde réel en 1984 et dans un autre parallèle en 1Q84, Aomamé, professeur de gym et tueuse à gages, et Tengo, professeur de math, liés par un pacte secret, évoluent en parallèle. Une trilogie qui mêle fantastique, thriller et roman d'amour.

**IL PLEUVAIT
DES OISEAUX**
(2011), JOCELYNE
SAUCIER

Tom, Charlie et Ted vivent reclus dans la forêt. Une photographe à la recherche d'un survivant de feux destructeurs au nord de l'Ontario viendra bouleverser la vie des ermites qui feront aussi la rencontre d'une vieille femme. Hommage à la fin de vie, le roman a reçu plusieurs prix et a été adapté au cinéma.



**LA VÉRITÉ SUR
L'AFFAIRE HARRY
QUEBERT** (2012),
JOËL DICKER

Grand prix du roman de l'Académie française et prix Goncourt des lycéens, ce thriller de Joël Dicker s'articule autour du meurtre de Nola Kellergan commis en 1975. Trente ans plus tard, Harry Quebert, écrivain à succès, est accusé. L'écrivain Marcus Goldman tentera de prouver son innocence. Avec son roman noir, l'auteur suisse brosse également le portrait de l'Amérique d'aujourd'hui.



**AU REVOIR
LÀ-HAUT** (2013),
PIERRE LEMAÎTRE

Albert et Édouard, deux rescapés de la Première Guerre mondiale, font face à une France qui se débarrasse de ses héros alors qu'elle glorifie ses morts. Bien décidés à se venger, ils mettent sur pied une escroquerie aussi spectaculaire qu'amorale. Le livre, couronné du prix Goncourt, a été adapté au cinéma.

**TOUTE
LA LUMIÈRE
QUE NOUS NE
POUVONS VOIR**
(2014), ANTHONY
DOERR

Sur fond de Seconde Guerre mondiale, ce roman à deux voix suit Marie-Laure Leblanc, une jeune Française aveugle, et Werner Pfennig, un orphelin allemand enrôlé dans les Jeunesses hitlériennes. Anthony Doerr entrelace le destin des deux protagonistes avec finesse et humanité. Le livre, couronné du prix Pulitzer, met tous les sens en émoi.



**L'AMIE
PRODIGIEUSE**
(2014), ELENA
FERRANTE

L'auteure Elena Ferrante, qui persiste à conserver son anonymat, suit dans sa série de quatre tomes l'histoire de la bouillonnante amitié entre Elena et Lila, dans un quartier défavorisé du Naples d'après-guerre. Elena Ferrante réussit à suivre le destin de ces deux amies, qui se croisent et s'éloignent sur fond de décennies d'histoire italienne.



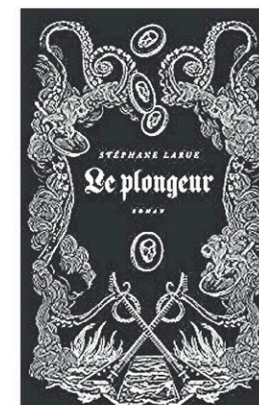
**LA FEMME
QUI FUIT** (2015),
ANAÏS BARBEAU-
LAVALETTE

Dans ce roman (Prix des libraires), l'auteure retrace Suzanne Meloche, la mère de sa mère, née en 1926 à Ottawa. Celle qui a côtoyé les signataires du Refus global a abandonné ses deux enfants. Grâce à de longues recherches, l'auteure remonte le cours de la vie de cette grand-mère qu'elle n'a pas connue.



**LA DISPARITION
DE JOSEF
MENGELE** (2016),
OLIVIER GUEZ

Caché sous différents pseudonymes, Josef Mengele, ancien médecin tortionnaire à Auschwitz, tente de refaire sa vie en Argentine. Rongé par l'angoisse, l'ancien SS vivra de planque en planque pour éviter d'être jugé pour ses crimes. Olivier Guez plonge le lecteur dans le quotidien paranoïaque de Mengele qui mourra sur une plage en 1979.



LE PLONGEUR
(2016), STÉPHANE
LARUE

Incursion autobiographique dans l'univers de la restauration à Montréal. Dans ce monde en perpétuelle ébullition, Stéphane, étudiant de 20 ans et plongeur, est aux prises avec une dépendance au jeu. Stéphane Larue livre ici une troublante description de ce milieu nocturne. Son premier roman s'est mérité entre autres le prix des Librairies.

In the Christmas Mood avec le

GLENN MILLER ORCHESTRA

DIRECTEMENT DE NEW YORK, LE PLUS PRESTIGIEUX BIG BAND DU MONDE!

23 DÉCEMBRE 2019 - 19H

NATIONAL ARTS CENTRE
CENTRE NATIONAL DES ARTS
Canada is our stage. Le Canada en scène.

SOUTHAM HALL
1, RUE ELGIN, OTTAWA

BILLETTERIE DU CNA
1 888 991-2787
WWW.NAC-CNA.CA

leDroit NEWS TALK RADIO

A Million Dollar Christmas... Party
CHRISTMAS... Party
PRESLEY PERKINS LEWIS & CASH
 CELEBRATING THE MUSIC OF
 ELVIS PRESLEY CARL PERKINS JERRY LEE LEWIS JOHNNY CASH
 AND PERFORMING THEIR SIGNATURE HOLIDAY HITS

CE SOIR

SYLVIE DESGROSEILLIERS
SOULFUL CELEBRATION
Women of Soul
 ELLA FITZGERALD • GLADYS KNIGHT • TINA TURNER
 PATTY LABELLE • DONNA SUMMER • WHITNEY HOUSTON

27-28 DÉCEMBRE 2019

STYX
EXPERIENCE
 THE GRAND ILLUSION

25 JANVIER 2020

HEART OF STONES
 AN EVENING WITH
THE RESPECTABLES
 HOMMAGE AUX ROLLING STONES

31 JANVIER 2020

BRITISH SHOW
 LE ROADTRIP MUSICAL

7-8 FÉVRIER 2020

BEATLES
 STONEY BAND
Orchestra 2

14-15 FÉVRIER 2020

ARKISSTRA
KISSED

21 FÉVRIER 2020

THE GUESS WHO
 BY CARL DIXON

22 FÉVRIER 2020

HOMMAGE A
JOE DASSIN
 PAR BENOIT LABONTÉ

28-29 FÉVRIER 2020

NEW WORLD MEN
THE SOUND OF RUSH

27 MARS 2020

ROCH VOISINE
10 AMERICANA
 LA TOURNÉE ANNIVERSAIRE 10 ANS AMERICANA
ROCH VOISINE

3-4 AVRIL 2020

ZONE BABY
TRIBUTE TO LED ZEPPELIN

11 AVRIL 2020

OK News Vite!
 HARMONIUM • BEAU DOMMAGE • OCTOBRE • CONTRACTION

25 AVRIL 2020

ULTIMATE ELVIS
 EN VEETTES
 Dean Z
 Bill Cherry
 2 artistes
 «CHAMPIONS»
 DE MEMPHIS

1-2 MAI 2020

THE MCCARTNEY YEARS
ROCKSHOW

9 MAI 2020

ALAN JACKSON & GARTH BROOKS
Fever

15 MAI 2020

Cocker Still
 Feelin' Alright

29 MAI 2020

Soul Men
 TRIBUTE TO THE BLUES BROTHERS

12 JUIN 2020

LEGENDS SHOW
 ELVIS PATSY BUDDY

9-10-11-16-17-18 JUILLET 2020

ABBA MANIA
 THE BEST OF ABBA

14-15-21-22 AOÛT 2020

EPIC
 THE BEST OF THE EAGLES

11-12 SEPTEMBRE 2020

ADAMO
 C'EST MA VIE!

13 OCTOBRE 2020

THÉÂTRE DU CASINO



BILLETS : THEATRE CASINO.CA

ticketmaster.ca
1-877-977-7970

18 ANS ET +



10 ANS DÉJÀ, DE MAXIME LANDRY

Faire briller les émotions sombres

—PATRICK WOODBURY, LE DROIT

se profile faute d'avoir trouvé «la bonne personne». Il n'a pas beaucoup eu le temps de chercher, ces 10 années ayant défilé sous ses yeux à la vitesse de l'éclair, entre ses disques, ses concerts, ses émissions... et ses quatre romans (le dernier livre, *Fils cherche père, si affinités*, est paru cette année). Cette crainte est abordée dans *Les deux hommes*, texte sur l'homoparentalité que lui avait offert Lynda Lemay.

Maxime Landry aborde aussi son homosexualité sur *Percer le silence*, un titre que lui avait offert Sarah Bourdon il y a près de 10 ans, et qu'il a régulièrement chanté à ses proches, sans avoir jamais osé l'endiscuter.

Son orientation sexuelle, il l'a révélé au grand public cette année, devant les caméras de *Y'a du monde à messe*. «Un peu par accident», sans l'avoir planifiée, dira-t-il. «Cette chanson, toute ma famille la connaissait. Mais [avant] ce n'était pas le bon temps de la faire», a-t-il estimé.

La révélation de son homosexualité a été «très bien accueillie» par son public, constate-t-il. «En même temps»... pourquoi les gens se crispent-ils encore sur le sujet, aujourd'hui? poursuit-il, sans bravade, mais sans baisser le regard. «Je ne fais de mal à personne; et puis, au final, c'est un beau thème: on parle d'amour, là», pas de sexualité.

«SUJETS DURS»

Avec ses ambiances piano-voix, l'album en entier est teinté de cette atmosphère de confession. Maxime Landry y aborde de front «des sujets durs» parfois même «tabous», tel que la solitude du Quatrième âge (*Mon grand-père est vieux*) et la mort (*La fin du show*), le viol et la pédophilie (*J'avais 10 ans*) ou encore la prostitution (*Lettre au Bon Dieu*). Pas des sujets qui le concerne toujours directement, mais qui l'ont profondément ému, même à titre de témoin plus ou moins distant.

Comme cette prostituée qui déambulait dans son voisinage, lorsqu'il a déménagé à Montréal, et qu'il voyait vaquer à ses activités le long du trottoir «carrément sous [sa] fenêtre». «Je ne pouvais pas ne pas la voir... et, en même temps, j'étais très mal à l'aise de l'observer sans pouvoir rien faire. On se sent tellement impuissant! [...] J'essaie de me glisser dans la peau de cette personne. [...] Non pas par plaisir, mais par empathie.»

Le disque est d'ailleurs porté par cette «conscience que le monde n'est pas toujours beau», poursuit Maxime Landry. «J'entends souvent dire qu'on 'vend du rêve', nous les chanteurs. Pardon? C'est pas tout le temps rose, dans ce métier. Les choses, on les vit même quand elles sont plus dramatiques. Pourquoi est-ce qu'on ne les chanterait pas?»

Ainsi, les chansons de *10 ans déjà* véhiculent des «émotions lourdes» qui «méritaient d'être chantées». Les moments de joie subsistent, au détour des textes, mais ils restent timides, plus en retrait. «Je ne dirais

pas que c'est 'la fin de l'innocence', mais ça prenait un peu de maturité pour chanter ça.»

Avec ce disque de facture classiciste, Maxime Landry continue de prouver – ce qu'il a aussi fait au fil de ses romans – qu'il n'est pas un simple «produit» télévisé. Qu'il s'inscrit le front haut dans la tradition de la grande chanson française, en embrassant sa filiation avec son mentor de la première heure, Lynda Lemay, et celle de son idole, Charles Aznavour.

SILENCE RADIO?

Son album, il l'offre comme un «cadeau», en gage de reconnaissance envers le soutien qu'il a toujours ressenti depuis sa victoire à *Star Académie*, en 2009.

«Je suis issu d'un concours, et j'ai toujours été reconnaissant de cet amour-là, de cette proximité avec le public [...] Je sais à quel point c'est une chance, de pouvoir chanter, d'avoir pu réaliser le rêve que j'avais depuis que j'ai douze ans, grâce à cet amour-là. Pouvoir encore faire des disques en 2019. C'est une chance, mais c'est un risque, aussi», indique Maxime Landry, qui est son propre producteur, via l'étiquette Le Veilleur.

Mais, vu l'état actuel de l'industrie du disque, Maxime Landry est convaincu qu'il ne «fera pas vraiment d'argent» avec cet opus. Contrairement à *Vox Pop*, qui fut certifié deux fois platine, par exemple.

«Je sais pas ce qui va arriver avec cet album. [...] Je sais très bien que ces chansons ne tourneront pas à la radio», dit-il, d'un ton résigné.

Il le pressent trop maussade pour être présenté en festivals, mais demeure confiant que son public lui tendra à nouveau les bras, dans l'ambiance plus intimiste des salles de spectacles. La tournée de *10 ans déjà* – pour laquelle Maxime Landry entrevoit une formule piano-voix, ou à peine moins «légère» – ne s'amorcera toutefois pas avant l'automne 2020, car ses autres tournées – *Nos histoires*, mais aussi *Francostalgie* – se poursuivent à un rythme trépidant, au point d'accaparer déjà une centaine de dates l'an prochain.

La tournée *Francostalgie* repassera d'ailleurs par Gatineau le 13 janvier, puis les 24 et 25 juillet. Durant cette revue musicale Maxime Landry et ses complices – Éléonore Lagacé, Michaël Lagavé et Vanessa Duchel – revisitent 65 grands succès francophones, d'Aznavour à Hallyday en passant par Dassin, sans oublier Charlebois, Dufresne et Céline Dion.

Pour y aller

Quand : Les 13 janvier, 24 et 25 juillet 2020, à 20 h (supplémentaires)

Où : Salle Odyssée

Renseignements : ovation.qc.ca

m2 MILE END

« MAGIQUE... NOUS RAPPELLE POURQUOI ON TOMBE EN AMOUR » VARIETY

« UNE VÉRITABLE PROUESSE » L'EXPRESS

« UN SCÉNARIO PRODIGIEUX, ON RIT BEAUCOUP » LE FIGARO

« UN ÉQUILIBRE D'ÉCLATS DE RIRES ET D'ÉMOTIONS TENDRES » SCREEN

DANIEL AUTEUIL GUILLAUME CANET DORIA TILLIER FANNY ARDANT

LA BELLE ÉPOQUE COUP DE CŒUR CINE MANIA

FESTIVAL DE CANNES NOUVEAU DÉBUT SÉLECTION OFFICIELLE 2019

UN FILM DE NICOLAS BEDOS

PRÉSENTÉMENT AU CINÉMA m2 MILE END

YVES BERGERAS

ybergeras@ledroit.com

Ne voulant pas passer à côté de son 10^e anniversaire de carrière sans «remercier» ses fans, Maxime Landry a souligné l'événement en lançant, le 22 novembre dernier, un 6^e album intitulé *10 ans déjà*.

Et il a travaillé fort pour que ce disque puisse paraître coïncider avec la sortie de son premier opus, *Vox pop*, sorti 10 ans plus tôt jour pour jour...

Sur ce disque – qui délaisse complètement la batterie, pour laisser toute la place au piano à queue (de Catherine Maurois, sa complice de longue date) et aux cordes (du Quatuor Orphée) – Maxime Landry estime s'être livré comme jamais.

Dès la chanson ouvrant l'album (en lui donnant son titre), le Beauceron se confie, tout en tutoyant son public. «J'ai toujours été proche du monde», convient l'artiste, qui aime engager (et prolonger) les discussions avec ses fans, tant à l'issue de ses concerts qu'à la radio. Car Maxime Landry a animé son émission, diffusée en réseau sur les ondes de Rouge FM de 2015 à 2018.

Contrairement à *Nos histoires*, son album de 2017, dont les textes se faisaient l'écho de récits que son entourage ou ses auditeurs lui avaient confiés, il profite de l'intimité que lui confère le dépouillement orchestral pour se raconter, lui. «C'est un album très personnel. [...] Je me suis moins caché derrière les histoires des gens.»

Même s'il n'est pas l'auteur de tous les textes (8 sur 12 sont tout de même de son cru), les chansons qui le composent sont autant de façon de dire: «Ça, c'est moi, ce n'est [plus seulement] une histoire. Voici mon histoire, voici mes craintes d'être humain.»

En commençant par celle de ne pas avoir d'enfants, peur qui



Salle Odyssee

À MOINS D'AVIS
CONTRAIRE,
LES SPECTACLES
DÉBUTENT À 20 h.

POUR NOËL,
PENSEZ
SPECTACLES!



<p>LOUIS-JOSÉ HOUDE <i>PRÉFÈRE NOVEMBRE</i> 4 JANVIER, 16 h 3 MARS ET 18 AVRIL, 20 h SUPPLÉMENTAIRES</p>	<p>FRANÇOIS BELLEFUEILLE <i>LE PLUS FORT AU MONDE</i> 9 ET 10 JANVIER SUPPLÉMENTAIRES</p>	<p>ROXANE BRUNEAU 28 JANVIER SUPPLÉMENTAIRE</p>	<p>SALEBARBES ÉLOI PAINCHAUD, JONATHAN PAINCHAUD, KEVIN MCINTYRE, GEORGE BELLIVEAU ET JEAN-FRANÇOIS BREAU 6 FÉVRIER</p>	<p>P-A MÉTHOT <i>FAIRE LE BEAU</i> 12 ET 13 FÉVRIER SUPPLÉMENTAIRES</p>
<p>MARIE-MAI <i>ELLE ET MOI</i> 21 ET 22 FÉVRIER SUPPLÉMENTAIRES</p>	<p>DANY BÉDAR 25 FÉVRIER</p>	<p>LES SŒURS BOULAY 26 FÉVRIER</p>	<p>ALEXANDRE POULIN <i>NATURE HUMAINE</i> 5 MARS</p>	<p>BLEU JEANS BLEU <i>PERFECTO</i> 6 MARS COMPLÉT 16 JUIN SUPPLÉMENTAIRE</p>
<p>PLUME LATRAVERSE <i>SÉQUELLES?</i> 11 MARS SUPPLÉMENTAIRE</p>	<p>BOUCAR DIOUF <i>MAGTOGOEK OU LE CHEMIN QUI MARCHE</i> 12 MARS SUPPLÉMENTAIRE</p>	<p>PATRICK GROULX <i>GROULX</i> 7 AVRIL SUPPLÉMENTAIRE</p>	<p>KATHERINE LEVAC <i>VELOURS</i> 10 AVRIL SUPPLÉMENTAIRE</p>	<p>ÉMILE BILODEAU <i>GRANDEUR MATURE</i> 17 AVRIL</p>
<p>LADIES NIGHT - LAST CALL! 12 ET 13 MAI SUPPLÉMENTAIRES DERNIÈRE CHANCE!</p>	<p>BRUNO PELLETIER <i>SOUS INFLUENCES</i> 15 MAI POP-SYMPHONIQUE</p>	<p>LUDOVICK BOURGEOIS <i>NOUVEAU SPECTACLE</i> 9 JUIN</p>	<p>DOMINIC PAQUET <i>LAISSE-MOI PARTIR</i> 6 AOÛT SUPPLÉMENTAIRE 7 AOÛT 8 AOÛT</p>	<p>LES NONNES MISE EN SCÈNE : MARC ST-MARTIN DISTRIBUTION : DOROTHÉE BERRYMAN, CHANTAL LAMARRE, CAROLINE LAVIGNE, LISA PALMIERI, ROSIE-ANNE BÉRUBÉ-BERNIER ET ANDY ST-LOUIS 17 ET 18 AOÛT</p>
<p>LOUD <i>LOUD 2020</i> 25 SEPTEMBRE, 21 h</p>	<p>MARC DUPRÉ <i>RIEN NE SE PERD</i> 23 OCTOBRE 24 OCTOBRE SUPPLÉMENTAIRE</p>	<p>LES COWBOYS FRINGANTS <i>LES ANTIPODES</i> 11 NOVEMBRE SUPPLÉMENTAIRE</p>	<p>LES MORISSETTE <i>LES MORISSETTE II</i> 3 DÉCEMBRE, 20 h SUPPLÉMENTAIRE 4 DÉCEMBRE, 20 h 5 DÉCEMBRE, 16 h ET 20 h</p>	<p>PIERRE LAPOINTE <i>POUR DÉJOUER L'ENNUI</i> 10 DÉCEMBRE</p>

PROGRAMMATION
SALLEODYSSEE.CA

@salleodyssee

BILLETTERIE
819 243-2525



Patrimoine
canadien

Canadian
Heritage

leDroit

CALENDRIER DE L'AVENT



AVENT SAMEDI 14 DÉCEMBRE

Le Noël d'Ari Cui Cui

La pétillante Ari Cui Cui et son ami Le Boulanger Joyeux seront de passage samedi 14 décembre de 13 h 30 à 14 h 30 aux Promenades Gatineau pour offrir aux petits et aux grands le spectacle Le Noël d'Ari Cui Cui. Pour faire patienter les enfants encore une dizaine de jours avant la venue du père Noël, les deux complices leur ont concocté un savoureux mélange réconfortant et festif des plus belles chansons d'hiver et des spécialités de la soprano Ari Cui Cui. La cuisinière chantante préférée des enfants transportera les enfants dans son univers magique rempli de gourmandises et de rires. Le spectacle est gratuit. [AL]

Renseignements : Facebook (Le Noël d'Ari Cui Cui à Gatineau)

Des fans de Star Wars font déjà la queue, une semaine à l'avance

LOS ANGELES — Munis de sacs de couchage et d'un projecteur portable, des fans acharnés de Star Wars ont commencé jeudi à camper sur le parvis du célèbre cinéma Chinese Theatre à Hollywood, plus d'une semaine avant la sortie du nouveau film de leur univers favori aux États-Unis.

Jeudi O midi, l'AFP comptait déjà une vingtaine de passionnés comptant bien être les premiers à voir le 19 décembre «The Rise of Skywalker», dernier épisode d'une saga entamée voici déjà 42 ans.

Les organisateurs estiment dans les prochains jours recevoir le renfort de fans venant du Royaume-Uni ou du Japon et devraient être au total 150 devant

les portes du cinéma où «Star Wars» a été projeté pour la toute première fois en public, en 1977.

«Quand Star Wars arrive, vous mettez tout en pause, c'est comme avoir un bébé», lance Nicolas Johnson, parti pour une longue attente avec son chien Cookie.

«En fait j'ai vraiment beaucoup de chance de pouvoir travailler tout en faisant la queue», ajoute Shing Hwong, avocate de 39 ans venue de la région de San Francisco avec son ordinateur portable.

«Je vais dormir ici et le soir, je peux traîner avec pleins d'amis, parler de Star Wars, vivre Star Wars», dit-elle.

LA PRESSE CANADIENNE

CINÉMA 9 (GATINEAU)
120, RUE DE L'HÔPITAL, 819 568-5794

JUMANJI : LE PROCHAIN NIVEAU (G) VEN, SAM, DIM, MAR: 12H30 15H15 18H50 21H25 LUN, MER, JEU: 18H50 21H25 **JUMANJI : LE PROCHAIN NIVEAU 3D** (G) VEN, SAM, DIM, MAR: 13H15 19H15 21H45 LUN, MER: 19H15 21H45 **NOËL TRAGIQUE** (13/ VIOLENCE) VEN, SAM, DIM, MAR: 13H20 15H25 19H20 21H30 LUN, MER, JEU: 19H20 21H30 **STAR WARS : L'ASCENSION DE SKYWALKER** DÉBUTE JEUDI 19 DEC :18H45 **STAR WARS : L'ASCENSION DE SKYWALKER 3D** DÉBUTE JEUDI 19 DEC :21H45 **STAR WARS :RISE OF SKYWALKER 3D** DÉBUTE JEUDI 19 DEC :19H00 **LA BELLE ÉPOQUE** (G) VEN, SAM, DIM, MAR: 12H50 15H20 19H25 21H50 LUN, MER, JEU: 19H25 21H50 **PLAYMOBIL : LE FILM** (G) SAM, DIM: 15H05 **LA REINE DES NEIGES 2 - 3D** (G) VEN, SAM, DIM, MAR: 15H50 **LA REINE DES NEIGES 2** (G) VEN, SAM, DIM, MAR: 13H00 15H30 19H00 21H15 LUN, MER, JEU: 19H00 21H15 **KNIVES OUT** (G) VEN, SAM, DIM, MAR: 15H00 21H20 LUN, MER, JEU: 21H20 **A COUTEAUX TIRÉS** (G) VEN, SAM, DIM, MAR: 12H15 18H45 LUN, MER, JEU: 18H45 **LES PLUS BELLES ANNÉES D'UNE VIE** (G) VEN ET MAR: 12H40 15H05 19H10 21H10 SAM, DIM: 12H40 19H10 21H10 LUN, MER: 19H10 21H10 **NOËL DERNIER** (G) VEN, SAM, DIM, MAR: 12H45 15H30 19H25 21H40 LUN, MER, JEU: 19H25 21H40 **JOUER AVEC LE FEU** (G) VEN, SAM, DIM, MAR: 13H25 15H40 18H30 21H00 LUN, MER, JEU: 18H30 21H00

CINÉMA DES GALERIES AYLMEYER (GATINEAU)
400, BOUL. WILVEND-LAVIGNE, 613 248-2526

CINÉ-SPECTACLE : CASSE-NOISETTE MER 19H00 **STAR WARS : THE RISE OF THE SKYWALKER 3D** (V.O.A) GDJE JEU 18H45 **STAR WARS : THE RISE OF THE SKYWALKER 2D** (V.O.A) GDJE JEU 19H00 **JUMANJI : NEXT LEVEL 2D** (V.O.A) G VEN-DIM 12H45, 15H10, 18H45, 21H10 LUN-MER 18H45, 21H10 **JUMANJI : PROCHAIN NIVEAU 2D** (V.F) G VEN-DIM 12H50, 15H20, 18H50, 21H20 LUN 18H50

MAR 12H50, 15H20, 18H50, 21H20 **PLAYMOBIL THE MOVIE** (V.O.A) G VEN-DIM 13H00 MAR 13H00, 19H00, 21H05 **PLAYMOBIL LE FILM** (V.F) G VEN-DIM 15H05 MAR 15H05 **ANTIGONE** (V.O.F) GDJE VEN-DIM 13H05, 15H25, 19H05, 21H25 LUN 19H05 MAR 13H05, 15H25, 19H05, 21H25 MER-JEU 19H05 **KNIVES OUT** (V.O.A) G VEN-DIM 18H40, 21H15 LUN 18H40 MAR 18H40, 21H15 MER 18H40 **FROZEN 2** (V.O.A) G VEN-DIM 12H55, 18H55, 21H15 LUN 18H55 MAR 12H55, 18H55, 21H15 MER-JEU 18H55 **LA REINE DES NEIGES 2** (V.F) G VEN-DIM 15H15 MAR 15H15 **CINÉ-MAMAN / ANTIGONE** (V.O.F) GDJE MAR 13H05 **FROZEN 2** (V.O.A) G MAR 12H55 **JUMANJI : PROCHAIN NIVEAU 2D** (V.F) G MAR 12H50 **JUMANJI : NEXT LEVEL 2D** (V.O.A) G MAR 12H45 **PLAYMOBIL THE MOVIE** (V.O.A) G MAR 13H00

CINÉMA STARCITÉ (GATINEAU)
115, BOUL. DU PLATEAU, 819 770-1090

BLACK CHRISTMAS VEN-DIM, MAR 2:40, 5:10, 7:40, 10:25; LUN, MER 7:40, 9:55; JEU 5:10, 7:40, 10:25 **JUMANJI: THE NEXT LEVEL** VEN, DIM, MAR 1:30, 4:20; SAM 11:00, 1:30, 4:20; JEU 12:00, 2:50 **JUMANJI: THE NEXT LEVEL 3D** VEN-DIM, MAR 7:10, 10:00; LUN 7:10, 9:50; JEU 7:10, 10:00 **JUMANJI: LE PROCHAIN NIVEAU** VEN-DIM, MAR 1:00, 3:50; JEU 1:00, 3:50, 6:40, 9:30 **JUMANJI: LE PROCHAIN NIVEAU 3D** VEN-DIM, MAR 6:40, 9:30; LUN 6:40, 9:20 **RICHARD JEWELL** VEN-DIM, MAR 12:05, 3:20, 6:35, 9:50; LUN, MER 6:40, 9:30; JEU 2:00, 4:55, 7:30, 10:45 **PLAYMOBIL, LE FILM** V.F. VEN-DIM, MAR 1:15; JEU 2:35 **KNIVES OUT** VEN-DIM, MAR 12:20, 3:35, 6:50, 9:55; LUN, MER 6:40, 9:30; JEU 12:20, 3:35 **FROZEN II** VEN-DIM, MAR, JEU 12:00, 1:20, 4:00 **MANON** REDIFFUSION SAM 12:00 **STAR WARS: THE RISE OF SKYWALKER** JEU 7:00, 8:00, 10:30, 11:30 **STAR WARS: THE RISE OF SKYWALKER 3D** JEU 6:00, 9:30 **STAR WARS: L'ASCENSION DE SKYWALKER** V.F. JEU 6:30, 10:00 **STAR WARS: L'ASCENSION DE SKYWALKER 3D** JEU 7:30, 11:00 **FROZEN II 3D** VEN-DIM, MAR, JEU 6:45, 9:25; LUN, MER 7:20, 9:45 **A BEAUTIFUL DAY IN THE NEIGHBORHOOD** VEN-DIM, MAR 6:25, 10:20;

LUN, MER 6:40, 9:55 **21 BRIDGES** VEN, MAR 1:05, 3:45, 7:05, 9:35; SAM-DIM 7:05, 9:35; LUN, MER 7:20, 9:50; JEU 1:05, 3:45 **LA REINE DES NEIGES 2** VEN-DIM, MAR 11:30, 12:45, 2:15, 3:30, 5:00, 6:20, 9:00; LUN, MER 6:55, 9:20; JEU 11:30, 12:45, 2:00, 3:30, 6:20, 7:45, 7:55, 9:00, 10:25, 10:30 **LA REINE DES NEIGES 2 3D** VEN, DIM, MAR 1:45, 4:30, 7:15, 7:45, 10:05, 10:30; SAM 11:05, 1:45, 4:30, 7:15, 7:45, 10:05, 10:30; LUN, MER 7:15, 7:30, 9:50, 10:00; JEU 1:25, 4:10 **CHARLIE'S ANGELS** VEN-DIM, MAR 4:10, 7:20, 10:15; LUN, MER 7:00, 9:40; JEU 4:10 **FORD V FERRARI** VEN-DIM, MAR 11:50, 3:10, 6:55, 9:10; LUN, MER 6:45, 9:10; JEU 11:50, 3:10, 7:20, 10:40 **MIDWAY** VEN, DIM, MAR 11:55, 3:15, 6:30, 9:40; SAM 3:15, 6:30, 9:40; LUN, MER 6:30, 9:25; JEU 11:55, 3:15 **MALEFICENT: MISTRESS OF EVIL** VEN-DIM, MAR, JEU 1:25, 4:15 **MALEFICENT: MISTRESS OF EVIL 3D** VEN-MER 7:00, 9:45 **JOKER** VEN-DIM, MAR 1:55, 4:40, 7:25, 10:10; LUN, MER 6:55, 9:40; JEU 1:55, 4:40 **ABOMINABLE** V.F. VEN, DIM, MAR 12:55, 3:40; SAM 11:30, 12:55 **DR. SEUSS: LE GRINCHEUX** V.F. SAM 11:00 **LA REINE DES NEIGES 2** VEDETTES ET POUSSETTES JEU 1:15

CINÉMA BYTOWN (OTTAWA)
325, RUE RIDEAU, 613 789-3456

THE TWO POPES (VOA, PG) VEN 16H00, SAM 13H15 & 18H35, DIM 14H40, LUN 16H00 & 18H35, MAR 18H35, MER 16H00, JEU 18H35 **WAVES** (VOA, 14A) VEN 18H40, SAM 21H15, DIM 17H20 **SYNONYMS** (VO EN FRANÇAIS ET HEBREU, STA, 14A) VEN 21H30, SAM 15H55, DIM 12H00 & 20H05, LUN & MAR 21H10, MER 18H35, JEU 16H00 **THE SECRET IN THEIR EYES** (VO EN ESPAGNOL, STA, 14A) MAR 15H55, MER 21H10

OTTAWA (MAYFAIR)
1074, RUE BANK, 613 730-3403

ATLANTIQUE (TBA) VEN. 4:15, SAM. 1:30, MER. 6:30, JEU. 4:15 **THE GOOD LIAR** (14A) VEN. 6:30, SAM. 6:30, DIM. 4:00, LUN. 4:00, MAR. 6:30, MER. 4:00 **PARASITE** (14A) VEN.-SAM. 9:00, DIM. 6:30, MAR. 3:45, JEU. 6:30 **SATURDAY MORNING ALL-YOU-CAN-EAT-CEREAL CARTOON PARTY #23** (TBA) SAM. 10:00 (AM) **THE ROOM** (14A) SAM. 11:45 **MAKING WAVES: THE ART OF CINEMATIC SOUND** (TBA) DIM. 1:45, LUN. 6:30 **WAVES** (14A) LUN. 8:45, MAR. 9:00, MER. 8:45, JEU. 9:15

CINEPLEX ODEON SOUTH KEYS (OTTAWA)
2214, RUE BANK, 613 736-1115

BLACK CHRISTMAS VEN-DIM, MAR, JEU 10:30, 12:50, 3:10, 5:30, 7:50, 10:10; LUN, MER 10:30, 12:50, 3:10, 5:30, 7:50 **JUMANJI: THE NEXT LEVEL** VEN, DIM-LUN, MER 10:35, 1:25, 4:20; SAM, MAR 11:00, 1:40, 4:20; JEU 11:00, 11:30, 1:40, 2:30, 4:20, 7:10, 9:50 **JUMANJI: THE NEXT LEVEL** SAM-DIM 10:50, 1:30, 4:15 **JUMANJI: THE NEXT LEVEL 3D** VEN-DIM, MAR 7:10, 10:00; LUN, MER 7:10 **SCROOGED** VEN 10:45, 4:15, 9:30; DIM 10:25,

4:15, 9:30; LUN 2:00; MAR 1:30, 9:30; JEU 11:00, 4:00, 9:00 **RICHARD JEWELL** VEN-DIM, MAR 10:30, 1:20, 4:10, 7:00, 9:55; LUN, MER 10:30, 1:20, 4:10, 7:00; JEU 10:45, 1:40, 4:35, 7:40, 10:35 **THE WHISTLEBLOWER** VEN-DIM, MAR 12:05, 3:10, 6:10, 9:35; LUN 12:05, 3:10, 6:10; MER 12:10, 3:10, 6:10 **PANIPAT HINDI** W.E.S.T. VEN-DIM, MAR 10:50, 2:25, 6:00, 9:10; LUN, MER 10:50, 2:25, 6:00; JEU 10:50, 2:30 **QUEEN & SLIM** VEN, MAR 10:20, 1:15, 4:10, 7:00, 9:55; SAM-DIM 7:00, 9:55; LUN, MER 10:20, 1:15, 4:10, 7:00; JEU 10:20, 1:15, 4:10, 7:00, 9:55; LUN, MER 10:20, 1:15, 4:10, 7:00; JEU 10:20, 1:15, 4:10, 7:00, 9:55; LUN, MER 10:25, 1:20, 4:10, 7:00; JEU 10:25, 1:20, 4:10, 7:15, 10:15 **THE METROPOLITAN OPERA: MANON ENCORE** SAM 12:00 **INXS: LIVE BABY LIVE AT WEMBLEY STADIUM** SAM 6:45; MAR 7:00 **PROMARE JAPANESE** W.E.S.T. SAM 9:30; MAR 10:30, 3:45 **THE NUTCRACKER - BOLSHOI BALLET ENCORE** DIM 12:55; MER 10:30 **METROPOLITAN OPERA: THE MAGIC FLUTE ENCORE PRESENTATION** DIM 6:30 **THE TALE OF THE PRINCESS KAGUYA -- STUDIO GHIBLI FEST 2019** LUN 7:00 **A CHRISTMAS STORY** LUN 11:00, 4:40; JEU 1:25, 6:30 **GORILLAZ: REJECT FALSE ICONS** MER 2:15, 4:35, 7:00 **STAR WARS: THE RISE OF SKYWALKER** JEU 7:00, 10:30 **STAR WARS: THE RISE OF SKYWALKER 3D** JEU 6:00, 6:30, 7:30, 9:30, 10:00, 11:00 **BOMBSHELL** JEU 7:20, 10:00 **FROZEN II 3D** VEN-DIM, MAR 7:40, 10:10; LUN, MER 7:40 **FROZEN II** VEN-DIM, MAR 11:10, 11:40, 12:10, 1:40, 2:10, 2:40, 4:10, 4:40, 5:10, 6:40, 7:10, 9:10, 9:40; LUN, MER 11:10, 11:40, 12:10, 1:40, 2:10, 2:40, 4:10, 4:40, 5:10, 6:40, 7:10; JEU 10:40, 11:10, 11:40, 1:10, 1:40, 2:10, 3:40, 4:10, 4:40, 7:40, 10:10 **JOKER** VEN, DIM, MAR 10:35, 1:20, 4:05, 6:50, 9:50; SAM 1:20, 4:05, 6:50, 9:50; LUN, MER 10:35, 1:20, 4:05, 6:50; JEU 10:35, 1:20, 4:05 **OT LIVE: FLEABAG** VEN 1:30, 6:45 **DR. SEUSS' THE GRINCH** SAM 11:00

OTTAWA (Barrhaven)
131, Pr. Riocan, 613 825-0482

JUMANJI: THE NEXT LEVEL VEN, MAR 4:10; SAM 10:30, 12:00, 1:15, 3:05, 4:10; DIM 10:30, 11:55, 1:15, 3:05, 4:10; LUN, MER 4:30; JEU 1:50, 3:10, 4:45 **JUMANJI: THE NEXT LEVEL 3D** VEN-DIM, MAR 7:00, 9:45; LUN, MER 7:20; JEU 7:30, 10:20 **KNIVES OUT** VEN, MAR 3:40, 7:15, 9:30; SAM 12:40, 7:15, 9:30; DIM 12:40, 3:45, 7:15, 9:30; LUN, MER 4:10, 7:30; JEU 1:10, 4:20, 6:50, 10:20 **KNIVES OUT** SAM 4:30 **FROZEN II** VEN, LUN-MER 4:45; SAM 10:50, 1:30; DIM 10:50, 1:30, 4:30; JEU 1:20, 3:00, 4:00, 6:45, 9:25 **FROZEN II** VEN, MAR 3:30, 6:10, 8:45; SAM 12:20, 3:25, 4:00, 6:10, 8:45; DIM 12:20, 3:25, 6:10, 8:45; LUN, MER 3:55, 6:30; JEU 12:30 **FROZEN II 3D** VEN-DIM, MAR 7:30, 10:05; LUN, MER 7:40 **FORD V FERRARI** VEN, MAR 3:45, 6:30, 9:15; SAM 11:25, 2:50, 6:30, 9:15; DIM 11:20, 2:50, 6:30, 9:15; LUN, MER 3:45, 7:10 **LAST CHRISTMAS** VEN, MAR 6:45; SAM 1:00, 6:45; DIM 12:50, 6:45; LUN, MER

6:05; JEU 1:35 **PLAYING WITH FIRE** VEN, DIM, MAR 4:00, 10:10; SAM 3:35, 10:10; LUN, MER 3:45; JEU 4:10 **DR. SEUSS' THE GRINCH** SAM 11:00 **STAR WARS: THE RISE OF SKYWALKER** JEU 6:30, 10:10 **STAR WARS: THE RISE OF SKYWALKER 3D** JEU 6:00, 9:40 **JUMANJI: THE NEXT LEVEL** JEU 12:30 **JOKER** VEN, MAR 3:30, 6:20, 9:55; SAM-DIM 6:20, 9:55; LUN, MER 4:20, 7:45; JEU 1:00, 3:50

CINEPLEX CINEMAS LANSDOWNE AND VIP (OTTAWA)
325 MARCHÉ WAY, UNIT 107, 613 232-2770

JUMANJI: THE NEXT LEVEL VIP 19+, VEN, LUN-MAR 4:10, 7:10, 10:10; SAM-DIM 1:10, 4:10, 7:10, 10:10; MER 7:10, 10:10; JEU 6:30, 10:15 **JUMANJI: THE NEXT LEVEL** SAM 11:30, 2:10, 5:00; DIM 12:00, 2:40, 5:30; JEU 7:10, 10:00 **JUMANJI: THE NEXT LEVEL** VEN-MAR 1:30, 4:20 **JUMANJI: THE NEXT LEVEL 3D** VEN-MER 7:10, 10:00 **RICHARD JEWELL** VEN, LUN 1:50, 4:45, 7:45, 10:45; SAM 11:05, 2:00, 4:55, 7:50, 10:45; DIM 1:50, 4:45, 7:40, 10:35; MAR 1:45, 4:45, 7:45, 10:45; MER 7:45, 10:45; JEU 7:55, 10:50 **KNIVES OUT** VEN, LUN 1:30, 4:20, 7:25, 10:20; SAM 11:00, 1:55, 4:50, 7:45, 10:45; DIM 1:25, 4:20, 7:15, 10:15; MAR 1:30, 4:20, 7:20, 10:20; MER 7:25, 10:20 **KNIVES OUT** VIP 19+ VEN, LUN-MAR 3:00, 7:50, 10:55; SAM-DIM 12:00, 3:00, 7:50, 10:55; MER 7:50, 10:55 **FROZEN II 3D** VEN-SAM, LUN-MER 7:35, 10:20; DIM 7:50, 10:35 **FROZEN II** VEN, LUN-MAR 2:15, 4:55; SAM 11:45, 2:15, 4:55; DIM 12:00, 2:30, 5:10; VIP 19+ MER 6:30, 9:15; JEU 7:45, 10:15 **FROZEN II** VIP 19+ VEN, LUN-MAR 3:50, 6:30, 9:15; SAM-DIM 12:20, 3:30, 6:40, 9:15 **STAR WARS: THE RISE OF SKYWALKER** JEU 11:00 **STAR WARS: THE RISE OF SKYWALKER 3D** JEU 7:30 **STAR WARS: THE RISE OF SKYWALKER 3D** AVX ATMOS, JEU 6:30, 10:15 **STAR WARS: THE RISE OF SKYWALKER** VIP 19+, JEU 7:00, 10:45 **STAR WARS: THE RISE OF SKYWALKER 3D** VIP 19+, JEU 6:00, 9:45 **A BEAUTIFUL DAY IN THE NEIGHBORHOOD** VEN, LUN 2:15, 5:00, 7:45, 10:15; SAM, MAR-MER 7:45, 10:15; DIM 8:15, 10:45 **FORD V FERRARI** VEN, LUN-MAR 3:20, 6:35, 9:55; SAM 12:00, 3:20, 6:35, 9:55; DIM 12:35, 3:55, 7:10, 10:30; MER 6:35, 9:55 **FORD V FERRARI** VIP 19+ VEN, LUN-MAR 4:30, 6:00, 9:45; SAM-DIM 12:40, 4:30, 6:10, 9:45; MER 6:00, 9:45

AVIS AUX CINÉPHILES LES HORAIRES DE CINÉMA NOUS SONT FOURNIS PAR LES EXPLOITANTS DE SALLES ET SONT GÉNÉRALEMENT TRÈS FIABLES. IL ARRIVE PARFOIS QUE LES CINÉMAS CHANGENT LEURS HORAIRES SANS NOUS AVISER. IL EST DONC PRÉFÉRABLE DE VÉRIFIER LE FILM ET L'HEURE EN TÉLÉPHONANT AU CINÉMA.

VOYAGES.

Cologne, acte 2

JONATHAN
CUSTEAU

CHRONIQUE

jonathan.custeau@latribune.qc.ca



LE BOURLINGUEUR

Cologne, c'est bien plus que sa grande cathédrale inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. C'est des quartiers bien diversifiés qui donnent l'impression qu'on a agglutiné plusieurs petits villages pour en faire une grande communauté. C'est aussi l'efficacité du transport en commun et de la mobilité durable.

Juste avant que Montréal accueille ses premières trottinettes électriques, j'ai expérimenté celles de Cologne, en Allemagne. Sont pareilles ici et là. Sauf qu'on peut les utiliser sur des pistes cyclables très clairement marquées dont les corridors sont souvent peints en rouge ou en vert. Ceux qui se sentent moins équilibristes

peuvent opter pour le vélo en libre partage.

Dans une ville à la topographie aussi plane, avoir deux roues est beaucoup plus rapide que d'utiliser ses deux jambes. Même une promenade a été aménagée le long du Rhin. Mais côté rapidité, rien ne battra le métro ou le tram, qui permettent aussi de sillonner de bonnes portions du territoire.

Mon grand coup de cœur aura été le quartier d'Ehrenfeld, qui a déterré le gamin *hipster* profondément enfoui dans le fond de mes talons. Les petits cafés l'air de rien, minimalistes dans le mobilier, côtoient les épiceries en vrac et les librairies où on peut aussi se boire une tasse. L'art de rue y est omniprésent, qu'il témoigne des horreurs et de

l'héroïsme de la guerre, qu'il envoie des messages socialement engagés ou qu'il transforme le mot « fuck » en « lucky » grâce à deux petites altérations.

Je m'y suis plu parce que je n'ai pas senti de prétention, parce qu'on est loin des ruelles commerciales du centre, aussi, en termes d'atmosphère. Là, dans un café, une maman en train de siroter une infusion avec une amie m'a tendu son poupon pour que je le surveille le temps qu'elle règle une petite urgence biologique. On a tous des amis inconnus sans le savoir, semble-t-il.

Les petits cafés l'air de rien, minimalistes dans le mobilier, côtoient les épiceries en vrac et les librairies où on peut aussi se boire une tasse

Et malgré mes yeux grands comme des oranges et mes efforts pour scruter toutes les ruelles et tous les murs colorés qui méritaient mon attention, j'ai réussi à manquer la plus grande mosquée

de Cologne, bâtiment à l'architecture moderne contenant une pincée d'excentricité.

Le quartier belge est plus branché. Il regorge de restaurants, de terrasses, de bars de toutes sortes. Dans les grandes villes, on peut boire un verre dans un bar petit comme ça avec des dizaines d'autres noctambules. Ou se retrouver dans un endroit complètement éclaté comme le café-bar Die Wohngemeinschaft.

L'endroit, aussi un hôtel, accueille les touristes dans ses chambres toutes plus disjointées les unes que les autres.

Les lits peuvent avoir la forme d'une fusée ou être installés dans une grande chaloupe. D'autres chambres sont munies d'un mobilier contemporain ou sont rehaussées d'une murale kitsch d'un couple qu'on dirait sorti d'un roman Harlequin.

Le côté bar, lui, ouvert à toute la population, prend les airs d'un appartement moyen avec différentes pièces thématiques où se poser avec son verre. Près de l'entrée, un lit vieillot est installé dans une fausse chambre

ornée de tapisserie fleurie. On s'y échoue si la journée a été longue. Les plus hippies prendront place sur la banquette d'un Westfalia, stationné dans la pièce d'à côté.

De jour, on préférera peut-être les randonnées le long du Rhin, à vélo si on souhaite atteindre des plages relativement désertes un peu au nord, ou à pied pour profiter de la verdure du Rheinpark. De là, on change de rive en empruntant le pont... ou en montant dans un téléphérique.

Parmi les autres curiosités de la ville, on peut suivre le parcours des bananes, peintes sur les murs des endroits dignes d'une visite par l'artiste Thomas Baumgärtel. On trouve même une murale de style médiévale où des individus tentent de percer la forteresse entourant Cologne à l'aide d'un bélier... en forme de banane. Selon un guide à la crédibilité difficile à établir, l'œuvre symbolise les artistes reprenant la ville pour lui redonner vie.

Parlant de médiéval, Cologne compte encore trois des portes de son ancienne forteresse. Elles sont aujourd'hui traversées par des piétons, là où on a bâti des places publiques. Encore chanceux qu'on ait choisi de les protéger en les mettant en valeur. Près de la cathédrale, d'autres ruines qu'on ne pouvait se résoudre à démolir ont simplement été intégrées dans un stationnement souterrain. On retrouvera donc, contre un mur de ce stationnement, une espèce de petit abri protégeant un puits très ancien.

À flâner encore, on pourra admirer l'architecture des quartiers résidentiels ou tomber sur des boutiques vendant de très vieilles cartes postales rescapées d'un grenier on ne sait où. Les documents, parfois datés de plus de 100 ans, racontent la vie d'étrangers, tantôt en allemand, tantôt en français. J'ai passé un peu de temps à découvrir les souvenirs de quelqu'un d'autre, qu'on vendait un peu tristement à des inconnus.

Cologne a de la personnalité. Des personnalités. On peut s'y blottir ou s'y camoufler en s'inventant une vie allemande. Mine de rien, on pourrait s'y installer sans s'apercevoir qu'on s'y est un peu trop rapidement attaché.

L'art urbain du quartier Ehrenfeld est l'un des attraits charmants de Cologne, en Allemagne.

— LA TRIBUNE, JONATHAN CUSTEAU



L'AVENTURE EN CADEAU

MARIE TISON
La Presse

Pourquoi ne pas offrir un récit d'aventures comme cadeau de Noël à un amateur de plein air?

Les amateurs de plein air ne sont pas toujours sur un sentier de randonnée, une piste de ski, une paroi rocheuse ou un cours d'eau. De temps en temps, il leur arrive de s'asseoir dans un fauteuil confortable et de se plonger dans un bon livre relatant des aventures à l'autre bout de la planète. Ils y cherchent du suspense, des émotions, mais surtout de l'inspiration. Lorsque les placards de l'amateur de plein air sont déjà pleins à craquer d'équipement et de vêtements techniques, un bon récit d'aventures peut constituer un cadeau de Noël très apprécié. Voici quelques suggestions de livres récents ou relativement récents qui peuvent inspirer.

RANDONNÉE EXTRÊME

Le monde de l'aventure et de l'exploration semble dominé par les hommes. L'aventurière suisse Sarah Marquis démontre, expédition après expédition, livre après livre, qu'elle n'a rien à envier à ces messieurs en fait de force et de courage. Dans sa dernière aventure, elle traverse à pied, en

solitaire, l'île de Tasmanie. Elle espère notamment trouver des traces du tigre de Tasmanie, ou thylacine, un mammifère marsupial de la taille d'un loup au pelage tigré. Chassé jusqu'à l'extinction, le dernier serait mort dans un zoo à Hobart en 1936. La difficile expédition dure trois mois. La nature de la Tasmanie est particulièrement hostile, avec des forêts impénétrables et une pluie quasi incessante. D'ailleurs, le livre ne fera rien pour susciter une hausse du tourisme en Tasmanie. Les rencontres avec des humains se font rares, celles avec des animaux aussi. C'est essentiellement un monde végétal que Sarah Marquis décrit avec affection.

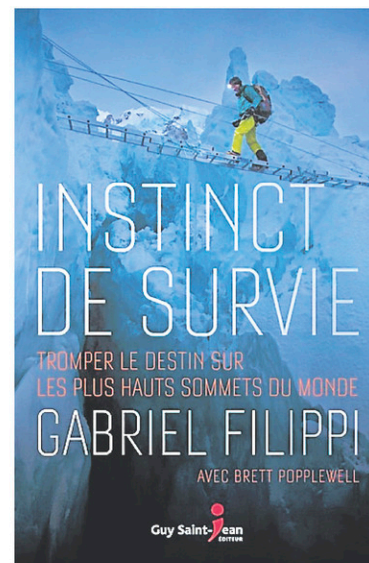
QUAND L'ESCALADE ET L'AVENTURE S'ENTREMÊLENT

On a beaucoup parlé de l'incroyable exploit d'Alex Honnold : l'ascension d'El Capitan en solo intégral, dans le parc de Yosemite, en 2017, sans la protection d'une corde. Son grand copain Tommy Caldwell avait aussi défrayé la chronique deux années auparavant en escaladant le Dawn Wall, une voie extrêmement difficile d'El Capitan, un exploit qui n'avait jamais été réalisé auparavant. Cette ascension, qui a nécessité sept années de préparation, constitue l'aboutissement de la carrière de Tommy Caldwell et le point d'orgue de *Push!* Le livre se lit comme un

véritable récit d'aventures. La vie du grimpeur américain est particulièrement dramatique, avec une prise d'otages par des rebelles armés au Kirghizistan qui le marquera à jamais, et un accident qui met presque fin à sa carrière de grimpeur. Dans son récit, Tommy Caldwell parle de vie et de mort, d'escalade et de montagnes, mais aussi d'amour. Ses efforts pour sauver un mariage avec son amour de jeunesse le rendent particulièrement humain.

L'ATLANTIQUE NORD À LA RAME

Il y a déjà plusieurs années que Mylène Paquette a mené son tout petit navire *Hermel* à bon port, à Lorient, après une traversée de l'Atlantique Nord à la rame. L'exploit lui aura pris plus de quatre mois. Son livre permet de revivre le périple de l'intérieur : l'interminable préparation, la course aux commandites, le découragement. Puis, c'est le départ, les péripéties, les chavirages, les bris, l'improbable rencontre avec le *Queen Mary 2* au milieu de l'océan. L'arrivée n'est pas plus facile : quitter le cocon que constituait *Hermel* est plus douloureux que prévu. Malgré tout, Mylène Paquette persiste et raconte le tout avec une extrême honnêteté, dans un livre particulièrement attrayant avec ses photos, ses illustrations et une carte qui donne la mesure de l'aventure.



**GABRIEL FILIPPI ET
BRETT POPPLEWELL**
Instinct de survie
GUY SAINT-JEAN ÉDITEUR,
400 PAGES

TROMPER LA MORT

L'incroyable récit de Gabriel Filippi est destiné à devenir un classique de la littérature de montagne. L'alpiniste québécois y raconte son parcours, depuis un simple trek en Colombie jusqu'au sommet de l'Everest. À plusieurs reprises, il frôle la mort. Des camarades ne reviennent pas. Leurs visages ne cessent de le hanter. Et puis, il

échappe à une terrible attaque de talibans au Pakistan grâce à un mystérieux pressentiment. Et puis encore, il survit à la gigantesque avalanche qui dévaste le camp de base de l'Everest lors du tremblement de terre de 2015. Gabriel Filippi s'en sort toujours, mais il ne s'en sort pas indemne. Il doit faire face au syndrome de stress post-traumatique, à la peur, à la culpabilité. Le livre, coécrit avec un journaliste anglophone, se lit comme un véritable thriller.

NAGER D'UN CONTINENT À L'AUTRE

Dès la première page, Normand Piché avertit le lecteur : il n'est pas un grand athlète, seulement quelqu'un qui aime la nage en eau libre. Et qui s'est donné un méchant défi : relier les cinq continents à la nage. Dès le premier défi, une traversée de 6,5 km entre une île russe et une île américaine dans le détroit de Béring, dans des eaux à 4 °C, on se rend compte que le défi n'est pas seulement physique, mais logistique. Les embûches s'accumulent, en commençant par un guide local qui n'est pas allé chercher les autorisations nécessaires comme promis. Chacune des cinq traversées est une aventure en soi, racontée avec verve et illustrée avec de très belles photos.

sunwing

Grand soleil, petits prix!

NOUVEAUTÉ!
 Paiements mensuels

Départs d'Ottawa. «Grand soleil, petits prix!» est une promotion d'une durée limitée, jusqu'à épuisement de stock, applicable à une sélection de forfaits et de dates de départ. Les sièges sont sous réserve de disponibilité et leur capacité est contrôlée. MSC Seaside: l'offre s'applique uniquement aux nouvelles réservations. Tous les prix susmentionnés sont calculés par personne en occupation double pour un séjour de 7 nuitées, ils incluent les taxes ainsi que les frais de transport et ils étaient en vigueur à l'impression. Les sièges et les cabines sont sous réserve de disponibilité et leur capacité est contrôlée. *Pour les modalités et conditions des réservations ainsi que pour les détails du forfait boissons «Easy Drink», consultez le Sunwing.ca/fr. Des conditions s'appliquent. Les forfaits ne sont ni remboursables ni transférables. Les pourboires sont en sus. Port d'attache de MSC: Malte/Panama. Les vols sont exploités par Sunwing Airlines et TUI Airways. Ces offres peuvent être modifiées ou retirées à tout moment sans préavis. Pour les détails de la « Garantie du meilleur prix » et pour les modalités et conditions générales, visitez le Sunwing.ca. Titulaire d'un permis de l'Ontario n°2476582 et du Québec n°702928 | 2019-12-14

Mieux Voyager

Vivez d'inoubliables vacances à la plage à un prix abordable!

Dernière chance! Réservez d'ici le 20 déc.

Départs d'Ottawa

Varadero, Cuba
Memories Varadero Beach Resort
★★★PLUS

Chambre vue jardin
12, 15 et 19 janv.
7 nuits - Tout compris

745\$

Jamaïque
Sunscape Splash Montego Bay ★★★★★

Chambre aubaine du jour
12 janv.
7 nuits - Tout compris

1425\$

Pour voir la liste complète des hôtels et pour des astuces sur comment Mieux Voyager, communiquez avec votre agent de voyages ou visitez Sunwing.ca

Rehaussez votre croisière avec MSC Seaside!

Réservez d'ici le 18 déc.

MSC

Croisière de 7 nuitées dans les Caraïbes de l'ouest incluant le vol!

Cabine Fantastica avec balcon
4 janvier **1695\$**

Forfait boissons «Easy Drink» inclus*

Réservez maintenant!

SUPERGRILLE N° 915

HORIZONTALEMENT

- Cadeau - Cadeaux - Donner en cadeau - Qui a reçu plein de cadeaux.
- Décidé - Chant liturgique - Goût doucereux et persistant que prennent les vins doux naturels en vieillissant - Elles nous tiennent au chaud.
- Pronom - Donne mal au ventre - Plus à l'ouest qu'au nord - Pronom personnel - Poisson - Liquides organiques.
- Mes amis - Étain - Elles ne sont pas grandes - Exprime la totalité - Plus court - Répété par le père Noël...
- Reçu - Son foie est surchargé de graisse - Déclin - Myriapodes - Prénom féminin - Utilisé comme solvant.
- Nettoie la cheminée - Aviron - Université - Roulement de tambour - Point culminant.
- Bruit incongru - Partie d'une manivelle - Ecole nationale d'administration - Figure géométrique - Se dit parfois de la bouche - Langue celtique.
- Elle vagit - Affection contagieuse de la peau - Rivière de Roumanie - Sans diversité - Idiot.
- Oiseau gallinacé - ... et bouche cousue ! - Fait partie d'un tout - Hallucinogène - Architecte américain - Lettre grecque.
- Intercalée - Titre de Chaplin - Il ne nous fera pas de cadeaux ! - Fantôme - Virtuose.
- Indique le lieu - Entrelace des fils - Semblable - Empêche de bien voir - Tentes des Mongols - Récipient.
- D'un abord désagréable - Ensemble des instruments de l'orchestre - Débit de boissons - Rendent faible - Ils n'ont pas été battus.
- Se dit à la belote - Arbres africains - Démentir - De vive voix - Propre (à) - Bannissement.
- Ils ne boivent plus de vin - Démonstratif - Bus - Boisson - Roue à gorge - Crêpe asiatique.
- Relatif aux fonctions intellectuelles - Se fait au bureau de poste - Défiguré - Pacanes - Irréfléchi.
- On en fait des pâtes - N.B. - Entre deux chutes - Se dit d'une neige, qui est dangereuse pour les skieurs - Partie plane d'un ouvrage de menuiserie - Article contracté.
- Artères - Qui n'est pas donnée - Division d'une exposition - Université de Montréal.
- Mesure chinoise - Élimée - Vieux ruminant - Fait partie de la mythologie grecque - On peut y tartiner du fromage - Araignée.
- Servent à égoutter les bouteilles - Lieu de la mort de Moïse - Canton suisse - Affronta le sphinx - Intitulées.
- Arrose Berne - Détaches les grains d'une grappe - Service chargé de la police fédérale - Demeuré - Arrivée - Abattu.
- Terne - Un des apôtres - Punch - Courante - Terme de jazz - Ouvertures d'un violon.
- Drogue - Qui n'est pas fréquent - Il fut choisi par Dieu pour survivre au Déluge - Université musulmane - Ancienne note.
- Pardon ? - Épée d'armes - Pousser des cris de fureur - Docile - Algue utilisée dans la cuisine japonaise.
- Soldat de l'armée américaine - Style musical - Caboches - Reines hindoues - Il est chargé de filtrer certains déchets - Stabilise le navire.
- Faire comme un petit poussin - Roche constituée essentiellement de corindon - Tristes services religieux - Signal acoustique bref - Dans la rose des vents.
- Nouveau - Gros lézard venimeux - Montrent - Localisé.
- S'engouffre - Personnage de Jarry - Il est né le premier - La pupille s'y trouve - Tête de rocher émergeant à marée

basse - Fils de Dédale.

- Rendez-vous - Peut être déserte - Entaillé - Héritage - Personnage biblique - Recueil de fables.
- Ancienne affirmation - Dont on a arraché les poils - Très compétents - Thaumaturge, dans l'ancienne Russie.
- Partie du corps - Poisson rouge - Frapper le quai - Désavantagés - Estuaire profond et découpé - On en fait du boudin.
- Mollusque à coquille striée - Volcan italien - Partie d'un poumon - On y parle tamoul - Whisky canadien.
- Pronom familial - Gallium - On y met des bûches - Régime alimentaire particulier - Attrapé - Accuse.
- Sujet - Sonnerie de cloches - Nouveau-né - Ancien Premier ministre du Québec - Met quelq'un au courant d'un secret.
- Vit dans les régions arctiques - Imbécile - Qui provient - Bière, en anglais - Un peu ivre.
- Qui n'est pas lumineux - Terme de banque - Dont l'altitude est faible - Baptisés - Part de la vessie - Sert à appeler.
- Enveloppe végétale - Exprime un bruit sec - Pigeon sauvage - Abréviation chrétienne - Sud-sud-ouest.
- Dans la gamme - Imite les premiers sons du poupon - Vexer - Rivière africaine - Véhicules - Quelques maisons.
- Gantelet romain - A plus de 50 ans - Pas à moi - Homme de lettres médiocre.
- Rendu moins ardent - Graisse - Taché - Enlèvent - Entre les lacs Huron et Ontario.
- Ficelée - Petit os circulaire - Équivalente -w il perçoit les impôts - Ils ne sont presque plus en noir et blanc.

VERTICALEMENT

- Cadeau - Autour du cadeau (trois mots) - Cadeau - Ce qu'on dit quand on reçoit un cadeau.
- Couverture - Se termine peu après Noël - Patron des orfèvres - Préfixe signifiant au plus haut degré - Désir - Le micocoulier en est une.
- Crochet - Un des trois mousquetaires - Faire le brave - Coloré - Montant des enjeux - Fibre textile - Jeu de hasard - Petit singe.
- Un des points collatéraux - Substantif - Assaisonnement - Astate - Roche poreuse légère - Tronc non ramifié - Pouffé - Faire comme les poissons - Petite pomme de terre.
- Se marquent par l'apostrophe - Pas un mot - Elle braie - Moustique qui transmet le paludisme - Possessif - Mystérieuse.
- Sans compétence - Qui viennent à un rang indéterminé - Ouverte - Connaît bien le trajet - Elle parle beaucoup - Mèches rebelles - Incommodée.
- Te trouves - Article espagnol - Insecte diptère - Arrêté - Porté au pouvoir - Parfait en son genre - Détériorer.
- Conifères - Berceau - D'avoir - Principe chinois - Gèle facilement en décembre - Fruit en cône du houblon - Interdit de caractère social et moral - Vieux Tokyo.
- Orient - Prière - Souverain - Etat d'une fille pubère - Monticule sablonneux - Relatifs aux habitants de la haute Écosse - Fusionne.
- Ver solitaire - Pour attirer l'attention - On y met du lait - A nous - Sert à désigner - Levée, aux cartes.
- Un peu étroit pour patiner -

SOLUTION N° 914 DANS LA DERNIÈRE PAGE DIVERTISSEMENTS

PAR MICHEL HANNEQUART : WWW.HANNEQUART.COM

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
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																													
32																													
33																													
34																													
35																													
36																													
37																													
38																													
39																													
40																													

- Levée pour combattre - On peut les cambrier - Colère - Débarrasse de certains parasites - Bon sens - Hippie.
- Effervescence - Prune d'... - Se dit de la senteur des algues - Défraîchis - Ne se font pas en plein hiver - Écrivain français - Bourde.
- Homme politique italien - Quelques bouchées de poulet - Sous un navire en réparation - Décamper - Sans mélange - Conduites - Échassier.
- Se fait au plat ou au miroir - Mère des Titans - Caractérise le père Noël - Il faut l'étaucher - Affluent de la Seine - Bagarres - Européen.
- Terminaison - Ne descend pas en ligne droite - Greffe - Langue slave méridionale - Petit mammifère qui pue - Meurtrier.
- Oncle des USA - Écrivain italien

- Dans la rose des vents - Port de Norvège - Dans le calendrier - Mettre au courant - Ils souffrent d'un trouble de la parole - On y mange assez gras.
- Impeccables - Fait balancer les cloches - Qui aide - Jésus, le Nazaréen, roi des Juifs - Roche sédimentaire meuble - Relatif au système nerveux.
- Affirmation de troubadour - Groupe de langue indo-européennes - Maculée - Article de fond - Musicien ou chanteur - Soudaine - Article.
- Son rôle n'est pas très important - Dans un baklava - Pour jouer au backgammon - Opinions - Génie de la mythologie égyptienne - T'efforces de faire quelque chose - Monnaies.
- Course à pied - Constellation zodiacale - Titane - Cachée - Filin de retenue d'une mine - Substance toxique - Se dit d'un régime sans alcool.

- Précis - Obtenus - État américain, dans les Rocheuses - Vêtement tahitien - Qui refusent de parler - Situé - Moment de l'accouplement - Carte à jouer.
- Ville du Nigeria - Champion - Note de la rédaction - État de la Malaisie - Déesse grecque de la Justice - Avalanche - 52 - Histoires.
- Appris par l'acteur - Ceinture de geisha - Manière d'être - Bruit qui court - Dieu - Texte bouddhiste - N'affirme pas - En compagnie de.
- Final - Entreprise - Irlande poétique - Huilées et frottées - Stylo à bille - De cette façon - Despot.
- Inventé - Elle dirige - Dépouvrue - Vérifie - Etat d'Asie, ouvert sur le golfe Persique - Trois fois - Pages Web.
- Cadeau des Rois mages -

- Petit support - Peut se jouer à la flûte - Prénom féminin - Pointues - Très fatigué - Amochés.
- Sacs de toile - Liquide amniotique - Défaut de conception d'un programme - Marque la privation - Contributions - Stratège américain - Respirer difficilement, en sifflant.
- Fait partie de la famille - Brame - Papeterie - Hameaux antillais - Efface - Déesse hindoue - Maladie épidémique contagieuse.
- Pas bâclées - Graffiti - Qui provoque la mort - Transpiration - Certaine - Jeune fille gracieuse et bien faite - Bruit de pleur.
- Décollage - Large - Grande pièce de fromage - Évalué - Superposée - Lettres des Apôtres.

SOCIÉTÉ.

LES FÊTES, TEMPS DUR POUR LES OUTREMANGEURS

La bûche de Noël nous fait de l'œil. La tante insiste pour qu'on se serve une deuxième assiette. Le temps des Fêtes est riche en tentations. Or, si la majorité des gens mangent sans s'inquiéter, d'autres voient cette période comme une occasion de retomber dans l'enfer de la «brosse alimentaire». Car entre une «bonne fourchette» et un obsédé de la bouffe, il n'y a parfois qu'un pas. Confidences de trois outremangeuses qui se préparent à affronter un temps dur de l'année.



FRANCIS HIGGINS
fhiggins@lesoleil.com

«Le temps des Fêtes, c'est dur. La bouffe est partout», s'afflige Lucie, qui est devenue membre d'Outremangeurs anonymes il y a huit ans. «Il faut être à l'affût et rester sur nos gardes tout le temps.»

Cousins des Alcooliques anonymes (AA), les Outremangeurs anonymes (OA) appliquent le même programme de 12 étapes, adapté à ceux qui ont faim plutôt que soif. On nomme leur trouble hyperphagie boulimique, définie comme l'ingestion d'une quantité excessive d'aliments, sans comportement compensatoire. On mange trop sans se faire vomir ni se ruer vers l'exercice après. Un trouble reconnu par le *DSM*, la bible du diagnostic des maladies mentales.

Le défi est plus grand qu'on pourrait le croire. Les outremangeurs sont souvent l'objet du jugement d'autrui. «Il arrive souvent que des gens insistent pour que je répète, et me regardent de travers quand je refuse», dit Huguette, membre

d'OA depuis 15 ans. J'ai un truc : je dis que je suis allergique. Ça passe. Ou je réponds que mon médecin me dit que je suis à risque d'être diabétique. Ça, tout le monde le respecte.»

«MA TÊTE ÉTAIT DROGUÉE DE NOURRITURE»

«Je suis une mangeuse de cochonneries», admet Jocelyne, chez OA depuis quatre ans. «Je pouvais me nourrir juste aux chips et à la liqueur. Quand j'ai commencé à vivre seule après le décès de mon conjoint, je me suis laissée aller. Me faire à manger ne me disait plus rien. C'est là que j'ai commencé à prendre du poids.» Une compulsion qui l'a menée à contempler le suicide.

Huguette, elle, alternait les séances de malbouffe et la privation. «Je faisais l'épicerie le vendredi et mangeais toute la fin de semaine. J'achetais une boîte de Flakies au caramel et mangeais les six pour souper. Le lundi, je me sentais coupable et me mettais à la disette. Le 23 octobre 2003 est la dernière fois où j'ai mangé une chip. Ce jour-là, j'avais un plat de chips et, dedans, il y en avait une très grosse. Quand mon conjoint me l'a volée, j'ai failli le tuer!»

Et ça ne date pas d'hier. «Quand j'étais jeune, la nourriture était ma récompense. J'achetais un millefeuille et une orangeade et c'était un moment extraordinaire, le summum. Je n'avais pas de chum, mais ce n'était pas grave parce que j'avais mon gâteau.»

Pour sa part, Lucie a commencé à prendre du poids à l'adolescence. «J'allais chez Costco acheter un sac de chips de deux livres. Je le mangeais d'un coup, en me cachant. Je prenais mon corps pour une poubelle. Je faisais des brosses alimentaires. Ma tête était droguée de nourriture. Quand j'ai appris que c'était une maladie et pas un manque de volonté, ça été une libération.»

«Je prenais mon corps pour une poubelle. Je faisais des brosses alimentaires. Ma tête était droguée de nourriture. Quand j'ai appris que c'était une maladie et pas un manque de volonté, ça été une libération»

— Lucie, outremangeuse



«ÇA NE PARTIRA JAMAIS»

Les conséquences de l'hyperphagie — et de l'obésité qui l'accompagne souvent — sont connues : diabète, hypertension, cholestérol, etc. Mais l'impact psychologique est trop souvent négligé.

«J'ai marqué à vie mes deux filles, regrette Huguette. Je les privais de plein de choses parce que je ne voulais pas qu'elles aient mes problèmes. Aujourd'hui, une de mes filles est accro aux achats. La compulsion se manifeste de plusieurs façons.»

Il faut aussi apprendre à vivre avec le regard des autres. «Mes amies me demandent parfois — sérieusement — si je vais rester dans ma secte [OA] encore longtemps. On ne dirait jamais ça à des AA! C'est une maladie.

Ça ne partira jamais», dit Lucie.

«JE L'AI APPRIS À MON MÉDECIN!»

Les outremangeuses rencontrées par *Le Soleil* confient prudemment avoir senti un certain manque de sensibilité de la part de la communauté médicale. «C'est moi qui ai appris à mon médecin que j'avais cette maladie!» lance Huguette.

«J'ai travaillé dans les hôpitaux et je n'avais jamais entendu parler de OA, renchérit Lucie. Quand on parle aux docteurs de nos problèmes, ils n'ont rien à dire. C'est nous qui leur donnons des pamphlets d'OA. Les nutritionnistes peuvent être les plus rébarbatives. Elles ont peur que les OA prennent leurs jobs. Pourtant, on conseille à nos membres d'aller les voir pour se faire préparer un plan alimentaire. On aimerait avoir notre place dans les cliniques et les lieux de santé. Docteurs et nutritionnistes travaillent le côté scientifique, nous on se concentre sur les émotions.»

Pourquoi cette méconnaissance? «C'est comme s'il y avait de bonnes et de mauvaises maladies. On se met à

plat ventre pour quelqu'un qui a le cancer, mais quelqu'un qui s'empiffre, on a le goût de lui botter le derrière!» déplore Lucie.

Loin de vouloir se mettre à dos les experts, l'équipe d'OA de la région de Québec cherche plutôt à se tailler une petite place complémentaire. Des démarches ont été faites auprès de centres de désintoxication et de dépendance.

DES SOLUTIONS

Heureusement, il y a de la lumière au fond de l'assiette. Des solutions simples sont à la portée de tous : la règle 3-0-1 (3 repas par jour, 0 aliment entre les repas, 1 jour à la fois), la planification minutieuse des repas, le choix des aliments, etc. Sans oublier les rencontres hebdomadaires d'OA, les conférences téléphoniques et les discussions avec les parrains.

Malgré les efforts, la tentation et le risque de rechute demeurent. «Il faut se poser la question : est-ce que je veux retourner en enfer? Non. On peut manger de façon raisonnable, arrêter d'aller au dépanneur 5 fois semaine ou d'ouvrir le frigo 75 fois par jour. Maintenant, je vais mieux. Et mes petites-filles ont une grand-mère qui a de l'allure. C'est extraordinaire.»

ÊTES-VOUS UN OUTREMANGEUR COMPULSIF?

Voici le questionnaire d'Outremangeurs anonymes (OA) proposé aux personnes qui désirent évaluer si elles ont un problème de compulsion alimentaire. Répondez à chaque question par oui ou par non, puis comptabilisez le nombre total de oui.

1 Est-ce que je mange quand je n'ai pas faim ou ne mange pas quand mon corps a besoin d'être nourri?

2 Est-ce que je vis des fringales sans raison apparente, pouvant aller parfois à manger jusqu'à ce que je sois rempli ou que je ressente un malaise?

3 Est-ce que j'éprouve des sentiments de culpabilité, de honte ou de gêne au sujet de mon poids ou de ma façon de m'alimenter?

4 Est-ce que je mange raisonnablement devant les autres, pour ensuite rattraper le temps perdu quand je suis seul?

5 Est-ce que mon alimentation nuit à ma santé ou à ma façon de vivre ma vie?

6 Quand mes émotions sont intenses — qu'elles soient agréables ou désagréables — est-ce que je me tourne vers la nourriture?

7 Est-ce que mes comportements alimentaires me rendent malheureux ou affectent d'autres personnes?

8 Ai-je utilisé des laxatifs, diurétiques, pilules amaigrissantes, injections ou encore me suis-je fait vomir, ai-je fait des exercices à excès ou bien encore ai-je eu recours à des interventions médicales pour essayer de contrôler mon poids?

9 Est-ce que je jeûne ou restreins sévèrement ma consommation alimentaire pour contrôler mon poids?

10 Est-ce que je rêve que ma vie serait meilleure si j'avais une taille et un poids différents?

11 Ai-je constamment besoin de mâcher ou d'avoir quelque chose dans ma bouche : nourriture, gomme, menthes, bonbons ou boisson?

12 Ai-je déjà mangé des aliments qui étaient brûlés, congelés ou avariés; à partir des contenants ou emballages à l'épicerie; ou puisés dans la poubelle?

13 Y a-t-il certains aliments que je ne peux arrêter de manger après en avoir pris une première bouchée?

14 Ai-je perdu du poids avec une diète ou lors d'une «période de contrôle», suivie par des orgies alimentaires ou par une prise de poids?

15 Est-ce que je pense trop souvent à la nourriture, à négocier avec moi-même afin de décider ce que je vais manger ou ne pas manger, à planifier ma prochaine diète, mon prochain programme d'entraînement ou à compter mes calories?

Si vous avez répondu oui à la plupart de ces questions, les OA jugent qu'il «est probable que vous ayez un problème de compulsion face à la nourriture ou en bonne voie d'en avoir un».

POUR JOINDRE LES OUTREMANGEURS ANONYMES

› 418 871-8240
› www.oaquebec.org
› 12etapes@oaquebec.org

POUR JOINDRE LE CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE QUÉBEC

1 866-APPELLE
ou 418 683-4588

RÉGAL.

QUELS VINS POUR UN NOËL VÉGÉ?

À LA VÔTRE



CAROLINE CHAGNON
caroline.chagnon@gcmedias.ca

Bientôt, les mets copieux joncheront les tables de Noël par milliers! Cette année, il se pourrait bien que la diversité se glisse au menu. Qu'un pâté au millet, un ragoût de boulettes de lentilles ou qu'un rôti de seitan fasse irruption sur la table. Déjà que la pluralité de plats rend l'exercice des accords mets et vins laborieux, comment s'assurer que la bonne entente règne entre les plats végés et les vins?

Même si on le croit profondément traditionnel, le repas de Noël a grandement évolué au gré du temps. Chaque génération se l'est en quelque sorte approprié — avec plus ou moins de succès, parfois — mettant ainsi au goût du jour certains mets douteux, tels que le pain sandwich, l'aspic, de même que certaines boissons, comme la menthe verte (eh, misère!).

Les mets végétariens parviennent à répliquer avec beaucoup de justesse leurs équivalents à base de viande

Depuis les dernières années, les mets végétariens et végétaliens côtoient de plus en plus leurs homologues carnés sur les tables joliment vêtues. Avec le perfectionnement des techniques culinaires, les mets parviennent à répliquer avec beaucoup de justesse les arômes, les saveurs et les textures de leurs équivalents à base de viande. Donc, pas d'inquiétudes! Le vin choisi pour le pâté à la viande s'accordera tout autant pour le pâté de millet. Voici quelques vins qui feront assurément l'unanimité auprès de tous vos plats végés et carnés! Bonne tablée festive!

1 SZEKSZÁRD 2017, KADARKA, HEIMANN CSALADI BIRTOK
22,90 \$ > 14057219 >
12,5 % > 1,5 g/L

Très belle découverte que celle du kadarka, frère cosmique du pinot noir. Ce cépage hongrois s'adresse d'emblée aux disciples du raisin emblématique de la Bourgogne ou du gamay. Ici, le raisin est cultivé dans le sud de la Hongrie, et ce, sans l'usage d'insecticides ni d'herbicides. C'est hyper léger avec des tanins quasi absents, et l'acidité est à faire rougir le chutney de canneberges. L'expression aromatique est subtile, laissant planer substances minérales et terreuses. La diversité, ça commence dans le verre! **V**

2 MORGON 2018, LES CHARMES, FREDERIC SORNIN

25 \$ > 14255987
> 12,5 % > 1,9 g/L

Du gamay pour la table de Noël, c'est toujours une bonne idée. Découvert au RAW cet automne, ce domaine produit du vin bio et nature dans le Beaujolais depuis 10 générations. Leur morgon vient tout juste d'être relâché en SAQ pour la première fois, et ça vaut le déplacement! Il se dégage du nez une belle pureté de fruit et de jolies notes épicées. C'est bien droit et souligné par des tanins souples. Top avec le ragoût et la sauce gravy. **V B**

3 FRANCE 2018, PINEAU D'AUNIS, LES ATHLÈTES DU VIN

20,40 \$ > 13601770
> 12,5 % > 1,4 g/L

Ce rouge est un véritable passe-partout pour les mets végés. Cépage plutôt rare à la SAQ, le cépage pineau d'aunis pousse dans la région de Touraine en Loire. Il est à l'origine de vins légers et désaltérants, tout comme celui-ci. Juteux comme tout, il saura venir rincer entre chaque bouchée et apaiser la décadence des saveurs. D'agréables notes de

poivre et de fruits rouges complètent le tableau. Un rouge tout à fait à propos pour l'apéro, tant il se boit tout seul!

4 SWARTLAND 2018, PAPEGAAI, AA BADENHORST
19,15 \$ > 13632306
> 13,5 % > 2,1 g/L

Le temps des Fêtes est l'occasion de prendre soin des autres, de donner à ceux qui en ont véritablement besoin. C'est pourquoi je ne peux passer sous silence la grande sensibilité de AA Badenhorst à l'égard de la faune locale, et plus précisément du Perroquet du Cap, un oiseau en voie de disparition en Afrique du Sud. À cause des ravages de la colonisation, de la déforestation et de la chasse, moins de 1000 individus subsistent à l'heure actuelle à l'état sauvage. Pour venir en aide à cette espèce de perroquet parmi les plus menacées au monde, le domaine verse une partie des profits réalisés sur chaque bouteille de Papegaaï à une ONG qui veille à leur sauvegarde. Bien sûr, comme c'est du AA Badenhorst, le régale est assuré. **V B**

5 VÉZELAY 2018, LA CHÂTELAINE, DOMAINE DE LA CADETTE
32,25 \$ > 11094621
> 13,5 % > 1,3 g/L

Superbe bourgogne naturel — et issu de viticulture biologique — produit par la famille Montanet. Situé au sud de chablis, vézelay est une appellation peu courante à la SAQ. S'il possède des airs de famille avec le chablis de par sa minéralité, sa rondeur et son caractère légèrement beurré le rapprochent davantage d'un blanc de Beaune. Côté cave, le vin a été élevé pendant 10 mois sur lies fines en cuves inox. Un beau blanc d'hiver digne des plus beaux festins! **V B**

B BIO **V** VÉGANE

Vous avez des questions ou des commentaires? Écrivez-moi à caroline.chagnon@gcmedias.ca.



Les calendriers de l'Avent, version bière

PHILIPPE WOUTERS

CHRONIQUE

philippe.wouters@gcmedias.ca



Certes, j'ai un peu de retard pour vous parler des calendriers de l'Avent. Originaire d'Allemagne, le calendrier de l'Avent était, autrefois, une collection d'images que l'on distribuait, chaque jour, aux enfants, jusqu'à la veillée de Noël. 24 jours exactement!

Aujourd'hui, le calendrier de l'Avent est surtout associé aux petites bouchées chocolatées que l'on découvre chaque jour de décembre. On en retrouve des dizaines de modèles différents, souvent placés dans une boîte en carton composée de 24 fenêtres et au graphisme du temps des Fêtes. Oui, mais, 24, c'est aussi le même nombre de bières dans la fameuse caisse de... 24, format standard utilisé depuis de nombreuses années par les grands brasseurs. Prétexte parfait pour transformer un peu la tradition.

On découvre donc la «caisse de l'Avent», 24 bières surprises que vous déboucherez, chaque jour de décembre, pour le plaisir de la découverte et du partage. La tradition est assez récente au Québec et a commencé par quelques initiatives isolées, souvent dans

des caisses de carton génériques, pour se transformer en initiative commerciale. Pourquoi vous en parler si tard? Parce que la tradition veut que personne ne sache ce qu'elle contient avant de l'ouvrir, ma chronique au mois de novembre aurait donc été... plus courte!

CHEZ LE DÉTAILLANT UNIQUEMENT

Les Détaillants bières spécialisés du Québec (DBSQ) ont travaillé fort pour offrir des caisses de l'Avent qui respectent plusieurs budgets. Les 31 membres de l'association ont commandé neuf produits exclusifs de différentes brasseries et ont complété, en fonction de leur inventaire, les 15 cases vides avec des produits différents. Les caisses de l'Avent étaient donc vendues à des tarifs différents, selon le magasin visité. Initiative intéressante : on y retrouve également des coupons de réduction pour différents établissements à travers le Québec.

Du côté des brasseries, seule Sleeman-Unibroue a lancé une caisse de l'Avent particulière. La loi obligeant l'affichage des produits sur l'emballage,



Les Détaillants bières spécialisés du Québec (DBSQ) ont travaillé fort pour offrir des caisses de l'Avent qui respectent plusieurs budgets. — PHOTO TIRÉE DE LA PAGE FACEBOOK DE DBSQ

le consommateur connaît à l'avance les bières, mais ne connaît pas l'ordre de service. Une belle façon de redécouvrir les classiques d'Unibroue tout en plongeant ses lèvres dans

des produits qui ne sont pas disponibles en tout temps.

Envie de vous procurer la prochaine caisse de l'Avent de la DBSQ? Visitez leur site Internet pour connaître la liste des

membres détaillants et présentez-vous en novembre prochain. Il y aura encore plus de surprises. Quant à la caisse de l'Avent de Sleeman-Unibroue, elle est en vente uniquement chez Costco.

La Distillerie du St. Laurent lance son Acerum

La Distillerie du St. Laurent à Rimouski vient de lancer une nouvelle catégorie de spiritueux : le St. Laurent Acerum. Selon l'un des artisans distillateurs, Joël Lelièvre, «l'Acerum est une eau-de-vie noble qui révèle les arômes délicats et raffinés de la sève d'érable distillée». Les seuls ingrédients utilisés pour la fermentation sont le sirop d'érable du Québec, l'eau et des levures. Le précieux liquide fait l'objet d'une double distillation dans un alambic de cuivre, puis est ensuite élevé en fûts de chêne pendant plus d'un an. Selon ses créateurs, il s'agit de l'un des spiritueux les plus laborieux à distiller. «L'Écosse a le scotch, la France a le cognac, le Mexique a le mezcal, le Pérou a le pisco. Le Québec a maintenant l'Acerum», déclare Joël Lelièvre. **JOHANNE FOURNIER (COLLABORATION SPÉCIALE)**



PHOTO TIRÉE DE FACEBOOK



PHOTO TIRÉE DU SITE WEB DE NUTRA-FRUIT

Une gelée des Fêtes canneberge, gin et tonic

Nutra-fruit, entreprise de Québec spécialisée dans les produits à la canneberge, propose une gelée de Noël créée en collaboration avec le gin Ungava et le tonic Québécois de Monsieur Cocktail. Cette gelée est constituée de jus de canneberge, d'un mélange d'épices infusées (baies de genièvre, poivre rose et romarin) ainsi que de vrai gin et de tonic. On suggère de la servir avec poissons, fruits de mer, charcuteries douces et fromages à pâte ferme de style tomme. Une idée originale : on peut congeler le pot pour ensuite faire des boules de gelée et les mettre dans son cocktail préféré. Offerts en édition limitée, quelque 6000 pots sont en vente dans les 16 kiosques de Noël de Nutra-Fruit dans la province — dans la région de Québec : Grand Marché, Galeries de la Capitale, Laurier Québec, Place Ste-Foy, Place de la Cité et Promenades Beauport. Prix : 10,50 \$. Aussi à la boutique en ligne au **nutra-fruit.com** **RAPHAËLLE PLANTE (COLLABORATION SPÉCIALE)**

Comment s'aider à guérir

MARC ALLARD

CHRONIQUE

mallard@lesoleil.com



NOUS, LES HUMAINS

« Oubliez antidouleurs et antidépresseurs; apprenez plutôt à maîtriser le pouvoir de l'autoguérison ». L'exergue est en caractères gras derrière le livre de Jeremy Howick, *Docteur Vous*. *A priori*, on se demande si ce n'est pas un charlatan qui essaie de nous convaincre de ses lubies ésotériques. Mais M. Howick, né à Montréal, philosophe et chercheur en médecine à l'Université Oxford, au Royaume-Uni, est un scientifique très sérieux. Dans son bouquin, ce spécialiste de l'effet placebo nous montre dans quelles circonstances l'autoguérison peut être plus efficace que les pilules et les granules. Je l'ai interviewé au téléphone.

Q Qu'est-ce qui vous a donné envie d'explorer l'autoguérison?

R Je ramais pour l'équipe canadienne d'aviron et j'ai développé une allergie et ça me stressait. Le médicament que le médecin m'a prescrit avait un ingrédient corticostéroïde dedans. J'aurais pu le prendre, mais je ne savais pas, je pensais que si je prenais cette drogue, j'allais échouer le test antidopage. Alors, j'ai visité un herboriste et elle a parlé avec moi pendant 45 minutes, pas seulement des symptômes d'allergies, mais du stress et tout. Elle m'a dit : « ok, mets une tuque et une écharpe — ce qui est le gros bon sens au Canada l'hiver — et bois du thé au gingembre. Je ne pensais pas que ça allait marcher. Mais après trois jours à boire du thé au gingembre, mes symptômes ont disparu. J'ai commencé à me poser des questions : « est-ce que c'est le thé au gingembre ou le fait qu'elle était empathique avec moi ? Et si c'est l'effet placebo, comment on peut faire un essai clinique avec le thé au gingembre ? » Même après 15 ans de recherche, je n'ai pas de réponse à ces questions-là. Mais j'ai eu d'autres réponses : l'effet placebo est réel.

Q Vous déplorez beaucoup la surmédication. Pourquoi?

R C'est fou. Un enfant sur sept aux États-Unis se fait prescrire des méthamphétamines. C'est comme du speed, ça. Tu peux pas vendre ça sur la rue, c'est dangereux. À mon avis, si un garçon de cinq ans peut s'asseoir pendant six heures, ça, c'est un problème. Ils ne bougent pas assez. Une personne sur dix au Québec, au Canada, dans les pays développés, prend des antidépresseurs. Dans les essais cliniques, ces médicaments sont à peine mieux que les placebo, sauf qu'ils ont des effets secondaires qui incluent le dysfonctionnement sexuel et même le suicide — pour très peu, mais quand même. Il y a un rituel constant de prendre des médicaments et de gérer les effets secondaires.

Q Pourquoi avez-vous intitulé votre livre *Docteur vous* ?

R Le pouvoir d'autoguérison inné du corps est énorme, mais nous l'avons oublié. Nous avons une usine de drogues en nous. La dopamine, l'ocytocine et l'endorphine, qui veut dire simplement « morphine créée par le corps ». Nous avons des cellules qui s'appellent en anglais *natural killer cells* [cellules tueuses naturelles] qui peuvent tuer des virus, des bactéries et même des cellules de cancer. Toi et moi, on a des cellules cancéreuses, mais elles sont tuées par le système immunitaire.

Q Vous insistez notamment sur l'importance de la relaxation. En quoi ça peut nous aider ?

R La relaxation augmente la puissance du système immunitaire. Le mécanisme est simple. Imagine que tu es un homme des cavernes. Tu te bats contre un loup. Dans ce moment où on se bat contre le loup, ce n'est pas dans notre intérêt de survie de diriger l'énergie vers le système immunitaire. Il faut que

toute l'énergie aille aux muscles pour se battre et pour gagner. Sous un stress chronique, c'est le système immunitaire qui est supprimé. Alors, la relaxation, ça donne un petit boost au système immunitaire.

Q Est-ce qu'il faut être un maître yogi pour se passer du médecin ?

R Je vais vous dire trois choses qui vont faire une différence immédiate, que les gens peuvent tester. Ralentissez la manière dont vous respirez, inspirez pendant quatre secondes et expirez pendant quatre secondes. Même en le faisant pendant que je parle, on peut noter qu'on devient plus calme quand nous respirons plus lentement. Autre chose qu'on peut faire : connectez-vous avec les gens, faites un effort plus constant de rester en contact. Et aussi, faites-le avec quelqu'un qui a plus de mal à rester en contact, une personne âgée, par exemple. Les études que je cite dans mon livre montrent que les actes altruistes renforcent notre santé mentale. Et, troisièmement, apprenez à penser positivement, avec de l'espoir. L'esprit est connecté au corps. Il n'y a pas de choses qui existent seulement dans la tête.

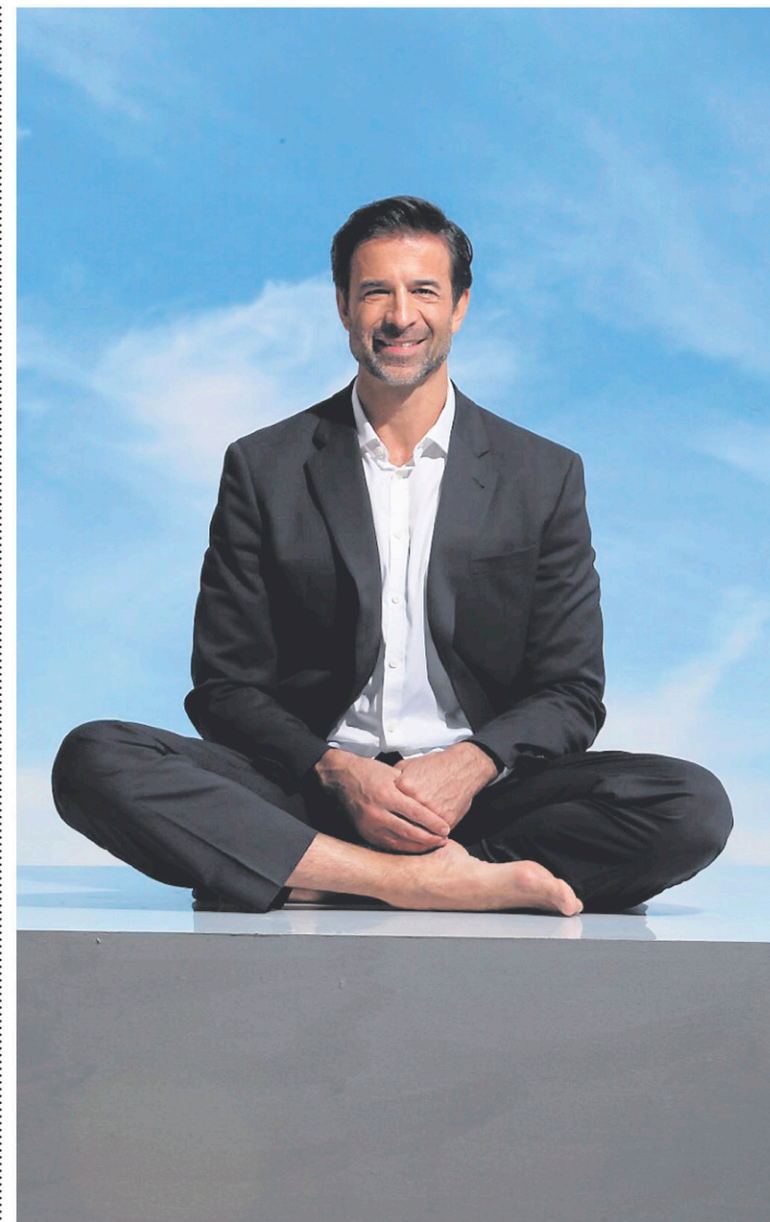
Q Qu'est-ce qui réunit ces trois techniques ?

R Ce sont des techniques dont on a prouvé qu'elles donnent un boost au système immunitaire à travers la relation entre l'esprit et le corps.

Q Où s'arrête l'autoguérison ?

R arfois, il y a des choses que la médecine moderne peut guérir et il faut utiliser ces médicaments, ces chirurgies. Le problème, c'est que les gens qui en ont vraiment besoin attendent dans la queue pendant des heures quand ils vont à l'hôpital. Parce que trop de gens parmi nous allons à l'hôpital pour des choses pour lesquelles on ne devrait pas y aller. Il y a des limites aux techniques d'autoguérison, comme il y en a à la médecine moderne. Mais il faut savoir les limites. Et en général, la règle, c'est : « si c'est une douleur légère, faites des choses comme la relaxation, le mouvement, connectez-vous à vos amis, c'est beaucoup mieux que les médicaments d'ordonnance ».

Q Vous soulignez dans votre livre à quel point l'attitude des médecins est importante envers les patients. En quoi ?



Chercheur en médecine à l'Université Oxford et spécialiste de l'effet placebo, Jeremy Howick est l'auteur du livre *Docteur Vous*.

— PHOTO FOURNIE PAR LES ÉDITIONS DE L'HOMME

R Les docteurs peuvent donner ce que j'appelle une « dose d'empathie ». On veut qu'une dose d'empathie soit introduite dans chaque consultation entre médecin et patient. Pour des douleurs assez légères, ou de l'anxiété ou de la dépression légère, une dose d'empathie suffit pour guérir les gens. Pour des choses plus sérieuses, ça peut augmenter la puissance des médicaments.

Q Appliquez-vous les principes de votre livre dans votre propre vie ?

R Je pratique ce que je dis à 100 %. Je médite au moins deux fois par jour, vingt minutes chaque fois. Je fais de l'exercice physique. Je fais des exercices de pensée positive. Mon préféré, c'est « Best futur self » (meilleur soi possible). Fermez les yeux et imaginez le futur d'une

manière optimiste. Écrivez-le et tout de suite on se sent mieux.

Q D'ici 2023, tous les médecins en Angleterre seront en mesure d'orienter les patients isolés vers des activités communautaires et des services bénévoles. Jusqu'à quel point ce type de « prescription sociale » peut fonctionner ?

R J'ai fait une étude publiée il y a quatre mois qui démontre sans aucun doute raisonnable que l'isolement social c'est aussi pire que fumer pour la santé. Le contraire est vrai aussi : les gens qui ont des connexions avec leurs amis, la famille, les groupes sociaux, ils vivent en moyenne 5 ans de plus. Ils guérissent plus vite, ils sont moins stressés, ils ont moins de problèmes de santé mentale.

DES PETITS BONHEURS À PARTAGER

LES P'TITS CUISTOTS



SOPHIE GRENIER-HÉROUX
Collaboration spéciale

Lors des Fêtes à toujours été pour moi une période de l'année envoi-vrante et heureuse. De la décoration du sapin jusqu'à la musique de Noël, des repas partagés aux promenades dehors en famille, je trouve que ce temps est précieux, doux et magique à la fois. Comme si, pendant quelques semaines, on se trouvait dans un globe de verre rempli de confettis. Chaque année, je mesure ma chance d'avoir un temps des Fêtes aussi doux. Pour d'autres, c'est souvent la pression des mille et un cadeaux à trouver, c'est le travail qui prend le dessus, le poids de la solitude ou la santé qui joue de vilains tours. C'est d'autant plus important alors, je crois, de prendre le luxe du temps qui nous est donné pour offrir du bonheur

à ceux qui le côtoient moins que nous. Que ce soit une musique qui nous a fait du bien, un livre qui nous a fait sourire, une accolade sentie ou une douceur cuisinée avec cœur; donner du beau à ceux qui en ont besoin, c'est la meilleure façon de finir l'année. Ainsi la prochaine sera nécessairement plus douce, magique et un peu plus remplie de confettis. Allez! Joyeux temps des Fêtes à toi et ta famille.



PHOTOS LE SOLEIL, YAN DOUBLET

Gâteaux tiramisu Donne 12 gros ou 28 petits gâteaux

INGRÉDIENTS

- ½ tasse de beurre tempéré
- 1 tasse de cassonade
- 2 œufs
- 1 c. à thé de vanille
- 1 ½ tasse de farine
- 1 c. à thé de poudre à pâte
- ¼ c. à thé de sel
- ½ c. à thé de bicarbonate de soude
- ½ tasse de yogourt nature
- ¼ tasse de café espresso infusé et refroidi
- Amaretto ou essence d'amande (facultatif)

Glaçage

- 275 g de fromage mascarpone tempéré
- 1 tasse de sucre glace
- 1 c. à soupe de café espresso infusé et refroidi
- ¼ tasse de crème 35 % fouettée
- 2 c. à soupe de poudre de cacao

MÉTHODE

- 1 Préchauffe le four à 350 °F. Beurre et farine des moules à muffins en métal ou dépose un moule en silicone sur une plaque à biscuits.
- 2 Dans un petit bol, mélange le yogourt et le bicarbonate de soude. Laisse reposer le temps de compléter la recette. Ce mélange aidera tes gâteaux à gonfler encore plus!
- 3 Dans un grand bol, mélange le beurre et la cassonade jusqu'à ce que tu aies un mélange crémeux et homogène.
- 4 Ajoute les œufs, un à la fois, en mélangeant bien avec une cuillère de bois ou une maryse. Verse la vanille et mélange une autre fois.
- 5 Ajoute la farine, le sel et la poudre à pâte. Mélange bien.
- 6 Verse ensuite le mélange de yogourt, puis mélange délicatement.

- 7 À l'aide d'une petite cuillère, remplis les moules au tiers (oui, ça gonfle beaucoup!).
- 8 Enfourne les gâteaux pendant 20 minutes, ou jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés et cuits jusqu'au centre.
- 9 Pendant la cuisson, mélange le fromage mascarpone, le sucre glace et 1 c. à soupe de café. Ajoute ensuite la crème fouettée.
- 10 Lorsque les gâteaux sont cuits, badigeonne le dessus avec du café. Si tu en as envie, tu peux aussi mettre quelques gouttes d'amaretto ou d'essence d'amande dans le café pour ajouter de la saveur aux gâteaux. Tu n'as qu'à tremper un pinceau dans le café froid et «peindre» le dessus des gâteaux! Tu peux le faire deux ou trois fois.
- 11 Décore ensuite tes gâteaux avec le glaçage au mascarpone et saupoudre de cacao pour terminer.



RECETTES PRATIQUES

INGRÉDIENTS



- 1** POULET
4 PETITES POITRINES
SANS PEAU



- 2** 2 GROSSES COURGETTES
VERTES



- 3** 4 TOMATES ITALIENNES
ÉPÉPINÉES ET COUPÉES
EN DÉS



- 4** BASILIC FRAIS HACHÉ
30 ML (2 C. À SOUPE)



- 5** COULIS DE VINAIGRE
BALSAMIQUE
45 ML (3 C. À SOUPE)

PRÉVOIR AUSSI :

- ½ petit oignon rouge haché
- 10 ml (2 c. à thé) d'ail haché

FACULTATIF :

- 60 ml (1/4 de tasse) de parmesan râpé

PHOTOS TIRÉES DU MAGAZINE 5-15, JANVIER 2020



LA RECETTE DE LA SEMAINE

POULET BRUSCHETTA SUR NOUILLES DE COURGETTES

Préparation : 15 minutes • Cuisson : 19 minutes • Quantité : 4 portions

Sans noix / Sans œuf / Sans gluten

- 1 Préchauffer le four à 205 °C (400 °F).
- 2 Assaisonner les poitrines de poulet de sel et de poivre du moulin.
- 3 Dans une grande poêle allant au four, chauffer un peu d'huile d'olive à feu moyen. Faire dorer les poitrines de poulet de 2 à 3 minutes de chaque côté.
- 4 Poursuivre la cuisson au four de 15 à 18 minutes, jusqu'à ce que l'intérieur de la chair du poulet ait perdu sa teinte rosée. Retirer du four et laisser tiédir. Trancher les poitrines.
- 5 Pendant ce temps, tailler les courgettes en spirales à l'aide d'un coupe-spirale ou d'une mandoline.
- 6 Dans une autre poêle, chauffer un peu d'huile d'olive à feu moyen. Cuire les spirales de courgettes de 1 à 2 minutes.
- 7 Dans un bol, mélanger les tomates avec l'oignon, l'ail et le basilic. Assaisonner de sel et de poivre du moulin.
- 8 Répartir les courgettes dans les assiettes. Garnir chaque portion de poulet, de préparation aux tomates et, si désiré, de parmesan. Arroser d'un filet de coulis de vinaigre balsamique

ASTUCE 5-15

Optez pour des spirales toutes prêtes!

Vous n'avez pas de coupe-spirales à la maison pour réaliser de parfaites nouilles de courgette? Bonne nouvelle : il est possible de trouver des courgettes en spirales prêtes à cuisiner dans certains supermarchés. Il s'agit d'une option pratique pour sauter une étape et gagner de précieuses minutes lors des soirs pressés!

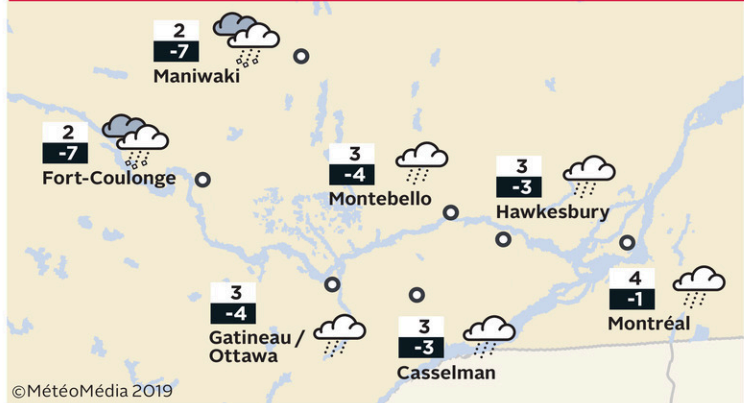


Recette tirée du magazine 5-15, janvier 2020. Publié par Éditions Pratico-pratiques.

PAR PORTION

Calories.....	435
Protéines.....	66 g
Matières grasses.....	10 g
Glucides.....	19 g
Fibres.....	3 g
Fer.....	2 mg
Calcium.....	108 mg
Sodium.....	255 mg

COUP D'ŒIL MÉTÉO



Demain
Max. -4
Min. -13
Ciel variable
Précipitations : 30 %
Vents de l'ouest 30 km/h

Lundi
Max. -6
Min. -8
Ciel variable
Précipitations : 30 %
Vents légers

Mardi
Max. -4
Min. -9
Faible neige
Précipitations : 70 %
Vents légers

Mercredi
Max. -9
Min. -16
Quelques flocons
Précipitations : 40 %
Vents de l'ouest 27 km/h

AILLEURS

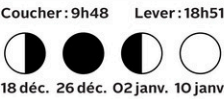
Cornwall	Pluie	3	-1
Francfort	Averses	7	4
Kennebunkport	Pluie	10	5
Kingston	Pluie	3	-1
La Havane	Orages	27	22
Londres	Beau	8	5
Mont-Tremblant	Plu et nei	2	-7
New York	Pluie	12	4
Orlando	Beau	24	12
Paris	Averses	10	8
Québec	Verglas	0	-2
Saguenay	Neige	2	1
Sherbrooke	Pluie	7	0
Sudbury	Brume	0	-14
Toronto	Plu et nei	2	-2
Trois-Rivières	Pluie	3	0
Washington	Pluie	13	6

LE SOLEIL



Durée du jour : 8h44

LA LUNE



LA MARQUE MÉTÉO LA PLUS INFLUENTE AU CANADA
Nos experts météo vous aide à bien planifier votre journée.

ALMANACH

Maximum hier	3,0°
Minimum hier	-5,0°
Normale le jour	-3,0°
Normale la nuit	-7,5°
Record max	2,2°/1968
Record min	-13,9°/1972
Précipitations (avant-hier)	
Ce mois-ci	10,9 mm
Ce mois-ci l'an dernier	19,3 mm
Cet hiver	208,1 mm
L'hiver dernier	160,2 mm
1 mm d'eau = environ 1 cm de neige	

les petites annonces 613 562-0222 1-800-267-9555



Du lundi au vendredi de 8 h à 17 h 30 / Courriel : petitesannonces@gcmedias.ca

Toute annonce reçue avant 17 h 30 du lundi au vendredi sera publiée le lendemain. Toute annonce pour publication le lundi devra être reçue avant 17 h 30 le vendredi. Ces heures s'appliquent également pour les annulations, les modifications et les prolongations d'annonces. Veuillez lire attentivement votre annonce. En cas d'erreur, veuillez nous aviser le plus tôt possible, car notre responsabilité se limite à 48 heures, soit à la période comprise entre la première parution erronée et le premier jour ouvrable suivant cette parution. Nous ne sommes responsables que du montant facturé pour la période précitée. Toutes les petites annonces sont payables à l'avance et aucun remboursement ne sera émis pour tout crédit d'annonce de moins de 5,00 \$.

ABONNEMENT LIVRAISON À DOMICILE : 309,40 \$ pour 52 SEMAINES payable à l'avance, 6,30\$/semaine payable au camelot. 613 562-0555 / 1-800 267-6961. Tous ces tarifs n'incluent pas les taxes. Toute transaction pour le lendemain pour votre abonnement papier doit être reçue avant 14 h du lundi au vendredi et avant 11 h le vendredi pour le samedi.

NÉCROLOGIE : PAGES SUBSÉQUENTES AUX PETITES ANNONCES

Avis public

Régie de l'énergie

DEMANDE DE GAZIFÈRE INC. CONCERNANT LA MISE EN PLACE DE MESURES RELATIVES À L'ACHAT ET À LA VENTE DE GAZ NATUREL RENOUVELABLE DOSSIER R-4113-2019

La Régie de l'énergie (la Régie) tiendra une audience publique afin de procéder à l'examen de la demande de Gazifère Inc. (Gazifère) décrite ci-dessous.

OBJET DE LA DEMANDE PRIORITAIRE

Gazifère a déposé, le 4 décembre 2019, une demande prioritaire visant l'approbation des caractéristiques contractuelles d'achat de gaz naturel renouvelable (GNR) et de celles de la proposition d'EBI Energy Inc., ainsi qu'une demande visant la création d'un compte d'écart. Cette demande sera traitée comme la première phase du dossier.

La Régie convoque les personnes intéressées à une audience qui aura lieu le 16 décembre 2019 à compter de 9 h dans la salle Krieghoff de ses bureaux de Montréal.

Pour cette première phase du dossier, la Régie fixe, pour les personnes intéressées, un budget de participation maximal de 5 000 \$, taxes en sus.

AUTRES OBJETS DE LA DEMANDE

Gazifère demande d'approuver l'approche retenue pour la vente de GNR ainsi que sa stratégie tarifaire pour l'année 2020, ce qui implique notamment des modifications aux Conditions de service et Tarif. Cette demande sera traitée comme la deuxième phase du dossier.

La demande est soumise en vertu des articles 31(5^e), 48, 49, 52, 72 et 112(4^e) de la Loi sur la Régie de l'énergie (la Loi), ainsi qu'en vertu de l'article 1 du Règlement concernant la quantité de gaz naturel renouvelable devant être livrée par un distributeur (le Règlement GNR).

Toute personne intéressée désirant participer à la phase 2 du présent dossier doit déposer une demande d'intervention, conformément au Règlement sur la procédure de la Régie de l'énergie (le Règlement sur la procédure), d'ici le 8 janvier 2020, à 12 h. Elle doit notamment préciser la nature de son intérêt et la manière dont elle entend intervenir. Gazifère pourra commenter les demandes d'intervention au plus tard le 15 janvier 2020, à 12 h, et les personnes intéressées pourront déposer une réponse à ces commentaires au plus tard le 20 janvier 2020, à 12 h.

Tel que prévu au Guide de paiement des frais 2012 (le Guide), la personne intéressée qui prévoit déposer une demande de paiement de frais doit joindre à sa demande d'intervention, sur les formulaires prescrits, un budget de participation pour la deuxième phase du dossier.

La demande, les documents afférents, la Loi, le Règlement GNR, le Règlement sur la procédure et le Guide sont disponibles sur le site internet de la Régie.

Pour toute information, il est possible de communiquer avec la Régie, par téléphone, par télécopieur ou par courrier électronique.

Le Secrétaire
Régie de l'énergie
800, rue du Square-Victoria, bureau 2.55
Montréal (Québec) H4Z 1A2
Téléphone : 514 873-2452 ou sans frais 1 888 873-2452
Télécopieur : 514 873-2070
Courriel : greffe@regie-energie.qc.ca



À LOUER 819.410.0056 | 613.706.3606

DISPO.	#C.C.	Hull	Prix
IMM.	2	Rue de l'Horizon (tout inclus) Condos neufs haut de gamme	À PARTIR 1250\$/mois*
JAN.	1	16, rue du Cumulus (pr. lav./séch., 1 stat.)	700\$/mois*
JAN.	2	95, rue Lesage (2 électros, pr. lav./séch., 1 stat.)	685\$/mois*
JAN.	2	891, boul. du Plateau (pr. lav./séch., 1 stat.) Condo de luxe ORA	1125\$/mois*
FÉV.	3	827, boul. du Plateau (pr. lav./séch. 1 stat.) Condo de luxe ORA	1195\$/mois*
MAR.	2 ET 3	Rue Arthur-Graveline (pr. lav./séch., 1 stat.) Loft disponible	À PARTIR 1225\$/mois*
MAR.	2	99, rue Lois (meublé, semi-équipé, chauffé, éclairé) Location 6 mois min.	INFORMEZ-VOUS
MAR.	2	895, boul. du Plateau (pr. lav./séch. 1 stat.) Condo de luxe ORA	1440\$/mois*
MAR.	3 + LOFT	599, boul. des Grives (pr. lav./séch., 1 stat.) ORA II	2000\$/mois*
AVR.	2	12, rue Arthur-Graveline (pr. lav./séch., 1 stat.) ORA II	1100\$/mois*
AVR.	1	94, rue Jolicoeur (2 électros, chauffé, eau chaude, buanderie)	649\$/mois*
AVR.	2	838, boul. du Plateau (pr. lav./séch., 1 stat)	1025\$/mois*

DISPO.	#C.C.	Gatineau	Prix
FÉV.	2	11, rue de Cléry (pr. lav./séch., 1 stat.)	665\$/mois*
AVR.	3	33, rue de Navarre (pr. lav./séch., 1 stat.) Près du Lac Beauchamp	739\$/mois*
AVR.	1	1257, boul. St-René O. (pr. lav./séch., 1 stat.)	625\$/mois*
MAI	2	61, rue de Drapeau (2 électros, eau chaude, buanderie, 1 stat.)	635\$/mois*
MAI	3	22, rue d'Orléans (2 électros, chauffé, éclairé, eau chaude, 1 stat.)	INFORMEZ-VOUS

DISPO.	#C.C.	Ottawa	Prix
IMM.	1 ET 2	460, boul. St-Laurent (tout-inclus) Suites luxueuses	À PARTIR 1900\$/mois*
IMM.	1	40, Kirkland (tout inclus) Condo haut de gamme	1865\$/mois*
JAN.	2	40, Kirkland (tout inclus) Condo haut de gamme	2520\$/mois*
MARS	2	126, Battersea (6 électros, gym, 1 stat.) KANATA	INFORMEZ-VOUS

*Certaines conditions s'appliquent. Sujets à changements sans préavis. RBO: 8007-6490-04



BRIGIL
« Fier de bâtir une qualité de vie »

À VENDRE

GATINEAU | **OTTAWA**
819.800.5251 | 613.704.7160

DISPO.	#C.C.	ADRESSE	TYPE	PRIX	INT./MOIS
IMM.	1	200, Inlet Private, suite 101, Orléans	Condo	Informez-vous	Informez-vous
IMM.	2	200, Inlet Private, suite 903, Orléans	Condo	Informez-vous	Informez-vous
IMM.	2	200, Inlet Private, suite 1005, Orléans	Condo	Informez-vous	Informez-vous
IMM.	2	200, Inlet Private, suite 1106, Orléans	Condo	Informez-vous	Informez-vous
IMM.	2	200, Inlet Private, suite 1204, Orléans	Condo	Informez-vous	Informez-vous
IMM.	2	200, Inlet Private, suite 1504, Orléans	Condo	Informez-vous	Informez-vous
IMM.	2	200, Inlet Private, suite 1506, Orléans	Condo	Informez-vous	Informez-vous
IMM.	2	1240, chemin Aylmer, suite 1, Gatineau	Condo	289 800\$*	503,23\$*
IMM.	2	508, boul. des Grives, suite 2, Gatineau	Condo	159 800\$*	311,93\$*
IMM.	3	683, boul. des Grives, suite 1, Gatineau	Condo	204 800\$*	399,77\$*
IMM.	1	516, boul. des Grives, suite 2, Gatineau	Condo	119 800\$*	233,85\$*
IMM.	2	26, rue du Blizzard, Gatineau	Condo	139 800\$*	272,89\$*
IMM.	2	647, boul. des Grives, suite 2, Gatineau	Condo	204 800\$*	399,77\$*
DÉC.	3	85, rue Arthur-Graveline, Gatineau	Unifamiliale	329 800\$*	643,77\$*
DÉC.	3	59, rue des Scouts, Gatineau	Unifamiliale	334 800\$*	653,95\$*
JAN.	1	852, boul. du Plateau, suite 1, Gatineau	Condo	127 800\$*	249,47\$*
FÉV.	2	50, rue du Cosmos, suite 1, Gatineau	Condo	149 800\$*	292,41\$*
FÉV.	2	229, rue des Scouts, suite 2, Gatineau	Condo	204 800\$*	399,77\$*
FÉV.	3	627, boul. des Grives, suite 1, Gatineau	Condo	204 800\$*	399,77\$*
FÉV.	2	108, rue du Stratus, suite 3, Gatineau	Condo	168 000\$*	327,77\$*
AVR.	2	14, Imp. Berthe-Morisot, suite 12, Gatineau	Condo	159 800\$*	312,13\$*

*Certaines conditions s'appliquent. Sujets à changements sans préavis. RBO: 8007-6490-04

BESOIN D'UN APPARTEMENT MEUBLÉ ?

- Studio
- 1 Chambre
- 2 Chambres
- Plusieurs emplacements

APPORTEZ QUE VOS EFFETS PERSONNELS.

Appelez-nous rapidement !

Pour louer
613 276-5988

PLUS DE DÉTAILS DISPONIBLES
AU WWW.ETASSE.COM

APPARTEMENTS MEUBLÉS
À LOUER AU MOIS
SECTEUR GATINEAU



Développement et Paix
CARITAS CANADA
1 888 234-8533 • www.dev.org

À la maison... les services d'hébergement sont GRATUITS.
819 770-3900
www.mmfs.org

IMMOBILIER VENTE
2644 Propriétés à vendre



47 Bonaventure, Gatineau
349,900\$

SUPERBE clé en main. Bungalow rénové au complet, 2 ch., plus possibilité d'un ajout de 2 autres ch., au s/sol. Très bien situé. Faut voir absolument

GERRY NAULT
819-271-9076 819 271 9076
PROPRIO DIRECT

2663 Propriétés à revenus

TRIPLEX et QUADRUPLEX à vendre en dessous de l'évaluation municipale, bon revenu bon emplacement, prix pour vente rapide secteur Hull 438 520 6570

LA GRILLE DES MORDUS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	V	E	R	L	A	I	N	E	N					
2	A	C	H	A	R	N	E	A	U					
3	R	H	O	N	E	R	A	V	I					
4	I	O	D	E	I	V	R	E	S					
5	E	E	R	A	D	I	Q	U	E					
6	H	A	L	E	E	E	S	E	U	N				
7	A	D	E	Q	U	A	T	R	A	C	E	N	T	
8	B	E	A	U	V	A	S	A	L	E				
9	I	L	I	R	E	N	E	P	C	E	N	T		
10	T	E	M	P	O	T	U	S	R	I	M	E	R	
11	A	O	E	U	F	L	O	C	A	L	I	T	E	
12	N	E	T	E	R	S	M	O	M	E	N	T	S	
13	T	U	E	R	L	E	T	E	M	P	S	C	E	S
14	R	U	E	L	L	E	E	P	E	L	E	E		
15	G	O	R	G	E	B	R	A	S	I	E	R	S	

SUPERGRILLE SOLUTION

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	
1	S	U	R	L	E	C	H	A	M	P	A	U	S	S	I	T	O	T	U	R	G	E	M	M	E	N	T			
2	A	R	A	I	R	E	X	E	R	E	S	I	N	N	O	V	E	S	A	I	G	U	I	S	E	E	S			
3	N	U	I	T	S	B	I	R	E	T	E	S	C	U	E	I	L	L	I	O	R	N	E	T	A					
4	S	B	R	A	S	E	C	A	R	A	G	I	R	L	A	U	S	E	P	I	N									
5	D	U	P	E	R	I	E	C	H	I	E	N	L	I	T	A	L	V	E	O	L	E	T	A	O	N	S			
6	E	U	C	O	O	I	E	S	I	T	E	S	T	E	E	N	A	V	E	T	S	E	S							
7	L	A	M	E	N	O	U	E	G	A	L	R	H	O	S	I	N	E	R	E	S	S	O							
8	A	G	A	C	A	N	T	E	A	E	R	I	E	N	A	N	E	L	S	D	E	S	T	E	I					
9	I	R	R	A	E	D	E	S	E	S	A	I	M	T	E	L	E	S	K	I	E	T	O	N						
10	E	D	I	F	I	E	U	S	N	E	E	C	L	I	M	A	T	R	S	N	I	F	S							
11	I	S	H	T	A	R	I	X	I	O	N	A	R	E	S	P	A	R	F	A	I	T	L	A	M	A				
12	N	E	N	E	R	F	S	T	P	R	E	E	R	E	M	E	L	O	I	G										
13	S	H	A	N	A	U	S	E	P	I	S	A	N	A	S	T	A	S	I	E	E	N	G	I	N					
14	T	E	I	L	E	S	M	E	S	S	E	P	I	T	U	L	M	P	E	I	U	S	A							
15	A	L	T	S	H	E	O	L	I	P	E	R	V	E	R	S	A	B	A	T	M	E	A	T						
16	N	I	O	L	O	S	M	I	E	T	T	E	S	E	R	R	E	T	S	A	R	I	N	E	R					
17	T	U	M	O	R	A	L	E	V	A	T	O	U	T	A	E	B	A	H	I	R	O	C	A	D	E				
18	A	M	E	T	I	E	R	C	E	S	L	E	O	N	I	N	A	R	S	E	N	A	L	U	L					
19	N	T	O	I	V	I	R	E	T	E	L	O	E	U	V	R	E	S	A	G	I	T	T	A	L					
20	E	S	T	H	E	T	E	U	S	E	R	E	U	T	B	E	R	E	T	R	E	S	E	R	V	E				
21	M	U	E	E	A	E	R	E	L	O	T	R	A	C	I	N	E	A	P	I	E	L	E	I	S					
22	E	R	S	C	L	E	N	T	I	C	H	E	S	H	E	U	C	H	A	N	C	E	L							
23	N	A	P	I	O	N	T	O	T	E	D	I	L	E	E	C	H	I	N	E	R	E	T	E	S					
24	T	L	A	L	O	C	P	E	R	E	S	A	D	O	R	E	R	A	T	E	A	N	S	E						
25	E	N	E	H	U	E	S	O	R	M	E	T	M	O	I	S	I	E	D	O	X	V	I							
26	I	C	I	N	E	P	I	E	T	R	E	S	I	M	P	L	E	S	O	P	E	R	E							
27	L	A	I	N	E	P	E	P	E	T	N	A	O	U	I	E	T	A	I	O	R	A	L	E						
28	L	I	E	Y	M	I	R	V	I	S	A	E	N	T	E	A	S	E	S	P	I	A	N	O						
29	I	N	N	E	O	L	E	R	O	N	I	N	U	S	I	T	E	S	R	I	P	O	S	T	E					
30	C	E	S	O	R	E	S	E	T	E	T	E	R	L	E	C	O	N	E	U	S	O	S	E	R					
31	O	S	G	E	N	S	O	U	S	T	S	O	L	E	O	C	E	A	N	I	E	N	S	T	E					
32	S	T	A	D	E	A	U	X	R	U	S	S	E	C	U	I	T	S	T	A	M	E	R	E						
33	S	E	I	Z	E	O	L	A	T	E	T	U	S	M	A	L	A	O	I	S	I	V	E	O						
34	U	A	M	E	R	I	T	E	R	A	S	I	E	P	E	L	E	N	O	R	T	E	I	L						
35	I	S	R	A	E	L	Z	E	N	I	T	H	G	N	E	T	E	C	A	N	I	N	E	S	T	O				
36	V	I	E	S	U	M	E	T	S	U	E	N	T	R	E	B	A	I	N	E	S	T	R							
37	A	M	C	O	D	A	J	U	S	T	I	C	E	O	S	C	I	L	L	A	N	T	S	O	S	E				
38	N	A	Z	E	E	T	H	E	R	E	E	R	E	N	D	H	O	N	E	O	S	C	A	T						
39	T	R	E	S	S	E	T	E	N	U	T	O	I	E	N	A	R	E	G	E	N	T	E	U	T					
40	D	E	E	S	S	E	S	T	R	I	U	R	E	S	S	T	E	L	E	S	U	N	I	T	E					

Les petits bonshommes

14/12/2019

HAGAR DUNOR

TON VIEUX DRAKKAR PREND L'EAU DE PARTOUT!

NOËL S'EN VIENT !... CE SERAIT BIEN D'EN AVOIR UN TOUT NEUF !

TU AS PLUS DE CHANCES D'AVOIR DES BOUCHONS !

BLONDINETTE

QU'EST-CE QUE TU FAIS, P'PA?

CETTE ANNÉE, JE FAIS MOI-MÊME NOTRE CARTE DE NOËL!

TU NE METS PAS DE PHOTOS DE NOUS ?

MINUTE ! JE N'AI PAS ENCORE FINI!

La famille Bimstead vous souhaite un joyeux temps des fêtes

BEN

BEN?

C'EST UN CADEAU POUR MOI?

CADEAU? QU-QUEL CADEAU?

HA HA HA... TRÈS DROLE! IMPOSSIBLE POUR TOI DE GARDER UN SECRET!

SON INTUITION EST DÉFECTUEUSE -- IL S'AGIT D'UN JOUET POUR MAX!

2686 Commerces et bâtisses commerciales à vendre

Édifice à louer pour bureau-commerce, 1,800 pi² incluant garage-entrepôt, 13 rue Dumas, Gatineau (secteur Hull) 819-777-3877 poste 220

PLUSIEURS propriétés commerciales à vendre ou à louer dans l'Outaouais. Pour infos : Gaston Lemieux, courtier immobilier agréé, 819-773-0666.

Possibilité d'affaire dans l'Outaouais, 2 franchises à vendre, une de nettoyage après-sinistre, et l'autre de construction avec équipement, produits et outillage, appeler après 18h au 819-360-1462

2687 Terrains, terres et fermes à vendre



TERRAINS à vendre, bord de l'eau à St-Sixte, lac privé, bateau sans moteur, idéal pour prétraité, possibilité de financement, 819-665-7361, 819-210-0162, 819-664-0351.

IMMOBILIER LOCATION

2737 Logements à louer Aylmer

1-2-3-4 CHAMBRES, Aylmer/Hull avec balcon, 750\$ et +, sans tapis, prises lav./séch., stat., près arrêt autobus et centre d'achats, André : 819-639-7757.

2738 Logements à louer Gatineau

1 ET 2 chambres, près Promenades, chauffés, éclairés, 2 appareils, buanderie, pas d'animaux, asc. 680\$ et +. 819-561-3324
2 CHAMBRES, spacieux, triplex, style condo, pl. bois, balcon, tranquille, pas de chien, non-fum. 613 324-5828.

2741 Logements à louer Hull

1, 2 ET 3 chambres, Cité-des-Jeunes, 2 appareils, remise, stat., pas d'animaux, 675\$ +. Tél. : 819-328-4845, 819-328-4704.

1 et 2 CHAMBRES en coopérative, 55 ans et +, 545\$ et 595\$, 819 770-0767.

3 CHAMBRES à coucher, sur 2 étages, 2 s/bains, stat. inclus, 2 800\$/mois, entièrement meublé, avec internet et télé. Situé près du parc Jacques Cartier. Vérification de crédit avec Appro-bail. Communiquer avec avec 819-664 5621,

3 CHAMBRES, ch./écl., eau ch., libre 1^{er} janvier, 830\$, 613 912-8770

2761 Chambres à louer

1 CHAMBRE, tout inclus, propre, à partir de 400\$, 819-598-1007.

CHAMBRE meublée à louer 500\$, hydro, chauffé, câble, Wi-fi, air cond. idéal personne âgée. Contacter Tracey : 819 593-9921

St-Jospeh Hull, ch./écl., buand., internet, travailleur permanent, 525\$, janv. 819-209-4227

2763 Chalets à louer

CHALET tout équipé, pêche sur glace, près des sentiers fédérés de VTT et motoneige, sentier ski de fond, observation de chevreuils, resto-bar sur place, 819-597-2617

2766 Résidences et centres d'accueil

RÉSIDENCE BEAUFORT pour aîné autonome et semi-autonome accrédité, de type familial, avec tous les services et crédit d'impôt. Meublés si besoin, chambre disponible pour répit ou convalescence. 819 921-3908

2767 Bureaux et locaux à louer

365 GRÉBER

près de La Gappe, locaux disponibles, 1973 pi² et 2500 pi², avec beaucoup de fenêtres. Adrien LeBlanc : 819 568-5151, poste 303.

GATINEAU, face Promenades, 46 Savane, 500-1,000 à 3,000 pi², 819-568-8815

2767 Bureaux et locaux à louer

BUREAUX ET LOCAUX À LOUER

VOUS CHERCHEZ UN LOCAL POUR VOTRE COMMERCE OU BUREAU ?

NOUS POUVONS VOUS AIDER !

Espaces locatifs de 600 à 30 000 PI CA
Secteurs de choix : Gatineau - Hull - Aylmer

Dominique Guindon | 819 918-0807 • dguindon@groupeheafey.com
Guy Leblanc | 613 851-1790 • gleblanc@groupeheafey.com

IMMEUBLESHEAFEY.COM

Les Immeubles ETASSE

LOCAUX COMMERCIAUX RÉNOVÉS À LOUER
www.etasse.com

Bienvenue aux courtiers immobiliers

455 Riel : 1 540 pi² et 3 150 pi²
365 Gréber : 2 500 pi²
22 des Flandres : 750 pi²
1160 St-Joseph : 14 200 pi² (à construire)

LOCAUX BIEN SITUÉS!
Adrien LeBlanc 819 568-5151, poste 6

M. Eugène Tassé, président

2768 Entrepôts, garages et stationnements à louer

GATINEAU, près Costco, garage 21'X11' sécuritaire. 240\$/mois. 613-698-8886.

SERVICES ET EXPERTS

2784 Esthétique et coiffure
SALON coiffure à louer existant depuis 30 ans, Gatineau 819 643-5222

2787 Argent à prêter

ATTENTION PRÊTS 2e hypothèque, aucune évaluation requise, service rapide. 819-773-1440

PRÊTS DE 500\$ sans enquête de crédit. www.creditcourtagage.ca 1-866-482-0454

2791 Entretien et travaux domestiques

NETTOYEUR YVON Lavage de tapis, vitres, sofa, etc. Service complet d'entretien d'édifices. 30 ans d'exp., 819-568-5777

2793 Chauffage, électricité, climatisation et plomberie

A LES ENTREPRISES ÉLECTRIQUES PIERRE CHARLEBOIS INC. Électricité, chauffage, climatisation À votre service depuis 30 ans Évaluation gratuite. 819-568-4034

2795 Réparation, rénovation et construction

Nouvelle annonce!
FABRICATION d'armoire, vanité, comptoir, et meuble sur mesure, résidentiel et commercial. RBQ ; 8279-7648-01, 819-643-0050, projetsrenovations.ca

2767 Bureaux et locaux à louer

BUREAUX ET LOCAUX À LOUER

VOUS CHERCHEZ UN LOCAL POUR VOTRE COMMERCE OU BUREAU ?

NOUS POUVONS VOUS AIDER !

Espaces locatifs de 600 à 30 000 PI CA
Secteurs de choix : Gatineau - Hull - Aylmer

Dominique Guindon | 819 918-0807 • dguindon@groupeheafey.com
Guy Leblanc | 613 851-1790 • gleblanc@groupeheafey.com

IMMEUBLESHEAFEY.COM

Les Immeubles ETASSE

LOCAUX COMMERCIAUX RÉNOVÉS À LOUER
www.etasse.com

Bienvenue aux courtiers immobiliers

455 Riel : 1 540 pi² et 3 150 pi²
365 Gréber : 2 500 pi²
22 des Flandres : 750 pi²
1160 St-Joseph : 14 200 pi² (à construire)

LOCAUX BIEN SITUÉS!
Adrien LeBlanc 819 568-5151, poste 6

M. Eugène Tassé, président

2796 Toitures

COUVREURS Ray Matte & Fils 30 ans d'exp., estimation gratuite. Toiture : bardeaux d'asphalte, tôle, etc. 819-663-3718

2817 Amitié et rencontres

TeleMatch telematch.ca
Conversation avec Jolies Filles Sexy
ESSAYEZ GRATUITEMENT*
613.482.6666
Autres villes: 1.888.451.5151

SERVICES PERSONNELS

2819 Messages personnels

100% CANDY. Exquise de folie! Privé, discret, propre, accès douche. 9 h à 21h, ♥ 819 931-4226 ♥

MASSAGE INTIME POUR HOMME PAR HOMME, DISCRET, 819 771-0877.

NOUVEAU. Massage de détente, relaxation, je reçois en privé à Gatineau. 438-220-8831

EMPLOIS

2834 Offres d'emploi

CHAUFFEURS classe 5 et 3, pour livraison dans les hôpitaux de l'Outaouais, 16 h à 20 h Contacter M. Pilote au 819 282-0707

CHERCHE ouvrier(e) (framing), minimum 1 an d'exp., avoir outils et une voiture, Ontario, salaire à discuter, 613 266-4063.

CONCIERGE, résident, avec exp., entretien, 2 chambres fournies + salaire, 819-328-4845.

2834 Offres d'emploi

Slush Puppie Canada est à la recherche d'un(e) :

TECHNICIEN(NE)
à temps plein de 8h à 17h du lundi au vendredi.

Le poste sera situé au bureau chef au : 151, rue Jean-Proulx, Gatineau QC. Nous recherchons un individu autonome, préférablement bilingue, capable de travailler en équipe, ayant une bonne résolution de problèmes et disponible le plus tôt possible. Vos tâches consisteront à réparer des machines, passer des commandes et autres. De l'expérience dans le domaine de technicien ainsi qu'une base en mécanique ou en électricité est considérée un atout. Salaire : 13 \$ à 17 \$ de l'heure tout dépendant de votre expérience.

Veillez faire parvenir votre CV par courriel à l'attention de Dave Gilbert au : dave.gilbert@slush-puppie.com ou apportez-le à la réception de notre bureau chef

CHEZ Lili PARTY RENTAL

COMMIS-COMPTABLE

Fonctions

- Gestion des comptes clients et fournisseurs;
- Comptabiliser les paiements et suivi des recevables;
- Rapprochements des comptes bancaires et cartes de crédits;
- Gestion de la paie des employé(e)s et remises associées;
- Préparer les rapports gouvernementaux (TPS/TVQ).

Qualifications requises

- Au moins trois (3) années d'expérience dans un rôle de commis-comptable;
- Bilinguisme essentiel (français et anglais);
- Maîtrise du logiciel Sage 50 Accounting;
- Aptitude à travailler de façon indépendante et en équipe;
- Grand sens des responsabilités et attitude optimiste, professionnelle et axée sur le service;
- Habileté à travailler dans un environnement au rythme rapide.

Conditions

- Poste à temps plein

Salaire

- À déterminer selon le profil du candidat

Envoyez votre CV à : admin@chezlilipartyrentals.ca

2834 Offres d'emploi

Nouvelle annonce!
GARDIENNE demandée pour un garçon de 18 ans, durant ses jours de congé, de 8h45 à 17h. Rien à faire. 819-700-1912.

LOISELLE SPORTS GATINEAU INC.

recherche
1 Commis aux pièces et 1 Mécanicien pour la marine PONCTUEL, FIABLE, ENTREGENT, SOURRIANT, qui aime travailler avec le public. Connaissance des véhicules récréatifs/marines un atout. Apportez votre C.V au 776 boul. Maloney Est Par courriel : rosie@loisellesports.com ou par télécopieur : 819 669-9812

PRÉPOSÉ à l'entretien ménager ou en santé mentale, exp. non requise, jour, soir et nuit, poste temps plein et partiel, formation sur place, 819 595-1708 ou info@residencesmontbleu.com

RECHERCHE plongeur (boss-boy) ou (boss-girl) 20 à 25h sem. vous présenter avec C.V. au Prasat Thai 460 Boul. Gréber

2834 Offres d'emploi

RECHERCHE, poseur de système intérieur, spécialisé en charpente de mur extérieur/mur intérieur/ Gypse/ Plafond/ Plâtrage pour Gratte-ciel (High-rise) dans le secteur d'Ottawa. Travail à la pièce (Piece work). Contacter 613 769-3094

ALCOOLIKES ANONYMES

Hull-Ottawa-Aylmer 819 595-1916
Gatineau 819 561-2002

RECHERCHE Tireur de joints pour tour à logement/Highrise (Secteur Ottawa). Travail à la pièce/pièce work
Contacter Steve: 613-769-3094.

SUPERVISEUR entretien et réparations, 40 hrs/sem avec exp., dans l'entretien d'immeubles, dans le domaine de la rénovation et à titre de menuisier ainsi qu'aptitudes en gestion, Envoyez C.V. aux Immeubles E Tassé, 22 rue des Flandres, bureau 106, Gatineau QC J8T 4R7. Par courriel : rh@etasse.com et téléc : 819-568-4353

La SECTION Nécrologique



AVIS DE DÉCÈS YOLANDE BASTARACHE 1947 - 2019

Yolande Bastarache (née Martin) est décédée le 10 décembre 2019 dans la ville d'Ottawa. Elle est originaire de Caraquet, N.-B. Yolande laisse dans le deuil son mari depuis 51 ans, Michel Bastarache, juge à la retraite de la Cour suprême du Canada, sa soeur Roberta Mabee, de Fredericton, N.-B., et son frère Bill Martin, de Moncton, N.-B. Elle a en outre un neveu, Hubert Martin, de Yarmouth, N.-É., et une nièce, Julie Martin, d'Edmonton, Alb.

Yolande a fait des études en biologie, en histoire et en littérature française à l'Université de Moncton et à l'Université de Nice (France). Elle a cependant dû renoncer à ses projets de carrière en raison d'une maladie grave qui a affecté ses

deux enfants, lesquels sont décédés respectivement à 4 et 17 ans. Yolande a consacré sa vie à prendre soin de ses enfants à la maison, faisant preuve d'un courage et d'une générosité remarquables.

Yolande a trouvé quelque secours dans la lecture et la rédaction de nouvelles. Membre d'un club de lecture à Ottawa, elle a lu et commenté deux romans par semaine pendant plus de quinze ans. Elle a aussi voyagé à l'étranger dans le cadre de voyages d'affaires de son mari qui s'occupait du dossier des relations internationales de la Cour suprême du Canada pendant plusieurs années.

Une célébration de la vie de Yolande aura lieu au Centre commémoratif national Beechwood, 280 avenue Beechwood, Ottawa, le vendredi 27 décembre de 15h à 18h avec des Paroles commémoratives à 16h.



Beechwood
Services funéraires,
cimetière et crémation

613.741.9530
www.beechwoodottawa.ca

LA FAMILLE BEAULIEU A LE REGRET DE VOUS ANNONCER LE DÉCÈS DE LÉO RENÉ BEAULIEU 22 mai 1931 - 10 novembre 2019

décédé paisiblement le 10 novembre 2019 à sa résidence, le centre d'accueil Champlain à l'âge de 88 ans. Fils de feu Joseph Ernest Beaulieu et de feu Bernadette né Poiron.

Nous remercions l'équipe du centre d'accueil Champlain pour leurs soins prodigués ainsi qu'à son ami Jacques Labelle.

Une messe commémorative suivi par l'inhumation aura lieu à Saint-Boniface, Manitoba à une date ultérieure.

En mémoire de Léo, des dons aux Auxiliaires Centre d'accueil Champlain, 275, avenue Perrier, Ottawa, ON K1L 5C6 seraient grandement appréciés



Maison funéraire First Memorial

613.860.2424
www.firstmemorialfairview.com



LA FAMILLE BOUGIE A LE REGRET DE VOUS ANNONCER LE DÉCÈS DE M. GÉRARD BOUGIE

décédé le 3 décembre 2019, à l'âge de 80 ans. Il était l'époux depuis 59 ans de Raymonde Poulin et le fils de feu Jean-Baptiste et de feu Marguerite Paquette. Outre son épouse, il laisse dans le deuil ses filles : Nicole (Gerry Joanisse) et Francine; ses petits-enfants : Kevin (France), Jason et Kim; ses arrière-petits-enfants : Mackenzie et Logan. Il laisse également son frère Denis, sa soeur Hélène ainsi que plusieurs beaux-frères, belles-soeurs, neveux, nièces, cousin(e)s et ami(e)s. Il fut prédécédé par son fils Pierre ainsi que plusieurs frères et soeurs.

Une célébration de sa vie, en présence des cendres, aura lieu le samedi 21 décembre 2019 à 14 h à la COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE DE L'OUTAOUAIS située au 95, boul. Cité-des-Jeunes à Gatineau (secteur Hull). La famille recevra les condoléances à compter de 13 h 30.

Vos marques de sympathie peuvent se traduire par un don à la Société canadienne du cancer.

Vos messages de condoléances peuvent être envoyés à : www.cfo.coop

Coopérative funéraire
de l'Outaouais



819-568-2425

PARTOUT EN
OUTAOUAIS

cfo.coop



LA FAMILLE DESFORGES A LE REGRET DE VOUS ANNONCER LE DÉCÈS DE M. RENÉ DESFORGES

Le mercredi 11 décembre 2019 à l'âge de 88 ans. Il laisse derrière sa compagne bien-aimée Lucienne Brunet ainsi que la mère de ses enfants Marcelle Desforges. Père attentionné de Sylvie Dupuis (Claude), Charles Desforges (Deborah), Julie Desforges (Richard) et Mireille Clément (Marc). Fier grand-père de Stéphanie, Francis, Émilie, Isabelle, Jacob, Nicholas, Amy ainsi qu'arrière-grand-père de Mayva. Frère aimable de Rolland (France). Il fut prédécédé par ses parents Ludovic Desforges et Frédérica Rozon ainsi que sa soeur Hélène.

Un service commémoratif aura lieu le jeudi 19 décembre 2019 à 11 h à la Paroisse St-Joseph d'Orléans située au 2757, boul St-Joseph à Orléans. La famille recevra les condoléances à partir de 10 h.

En mémoire de René, la famille apprécierait que vous fassiez un don à l'organisme de charité votre choix



Maison funéraire
Racine, Robert & Gauthier

613.241.3680
www.racinerobertgauthier.com

2834 Offres d'emploi

Vous recherchez un poste pour lequel chaque jour est différent !
Oxford : Les Promenades Gatineau
Recherche Technicien de Bâtiment, compétence Système HVAC. Débrouillard, Autonome et confortable avec système de contrôle de Bâtiment BAS et en Informatique. Diverse Tâches de réparation de tout genre. Salaire compétitif, selon expérience.
Envoyer C.V : Guy Frenette
GFrenette@oxfordproperties.com

YAM'E recherche cuisinier(e) et hôtesse à temps plein. Se présenter au 130 Gréber (819 561-8787).



2851 Automobiles

Nouvelle annonce !
1984 CORVETTE, jaune, " gros muffler " bas millage, 14 000\$ ferme. 819-893-4695.

2851 Automobiles

AUTOLOGIK.CA LIQUIDATION

2009 Pontiac G3	1 995\$
2007 VERSA	1 495\$
2006 Chrysler 300	1 895\$
2009 Malibu	1 295\$
22005 ELANTRA	895\$
2003 Tuiburion	1 695\$
2004 Corolla	1 995\$
2006 Canion	1 995\$
2006 Cooper	2 495\$
2003 Saurn Vue	1 495\$
2003 Civic	1 495\$

819 712-2898

À VOIR! AUTO-CAMION-4X4. Financement maison, aucun cas refusé! 1 866 566-7081
www.automobilebrisson.com

FORD Focus 2008, 4 portes automatique, 121,000 km, 2 650\$. 819-319-2165

2856 Véhicules demandés

0.000 - 100.000.00\$
Achetons véhicules de tous genres.
Fleury Autogroupe, 819-663-5888.

2856 Véhicules demandés

ACHETONS automobiles de 1920 à 2012, \$\$\$ maximum. 819-684-1561.

2859 Motos, VTT et motoneiges

Nouvelle annonce !



JOYEUSES FÊTES!
JE VOUS ENVOIE LES PENSÉES LES PLUS CHALEUREUSES ET LES MEILLEURS VOEUX POUR UN MERVEILLEUX NOËL ET UNE TRÈS BONNE ANNÉE.
Fermé à partir du 19 décembre 2019 au 6 janvier 2020
www.sportmotothurso.com
819 985-2400

MARCHANDISES

2872 Divers à donner, à louer, à échanger ou demandé

Nous recyclons les souffleuses usagées pour les pièces, ramassage gratuit. 819 661-3068

2873 Divers à vendre

1 À partir de 100\$, pr 4 pneus d'hiver usagés, toutes grandeurs, 7jrs, 819 319-2165

Nouvelle annonce !

30-06 REMINGTON, POMPE, TÉLESCOPE, ÉTUIE 600\$ 613 324-4550

Nouvelle annonce !

ISOLANT 2pi X 4pi styromousse bleu ou rose 2, 3, 4 po, 4\$ à 7\$, 819 775-8048.

MATELAS, Farm Mattress + sommier 425\$, sofa + love seat, Grey print, chaise berçante, un petit réfrigérateur Danby Ignis, comme neuf, meilleur offre, 613-834-4890

2873 Divers à vendre

POULET de grains, 6 à 10 lb, grade A, emballé sous vide, poitrine de poulet, poulet coupé en 2, livré à domicile, 450-375-4696, 450-777-2096

SPÉCIAL - Tôle neuve galvanisée et prépeinte, différentes longueurs et modèles, fin de ligne, 819-775-8048.

VIVEZ LA TRADITION
Coupez vous-même votre Sapin de Noël à la ferme forestière de Yvon Boucher au 276, Proulx 819 669-3477

2882 Meubles et électroménagers

Nouvelle annonce !
LAVEUSE et sècheuse Maytag à vendre, 819-776-3650.

2886 Animaux

Nouvelle annonce !
ÉCURIE À LOUER, places intérieur pour 10 chevaux au 555 ch. St-Thomas. Aussi FOIN disponible. 819 663-6683, cell.: 819 665-8252



**C'EST AVEC TRISTESSE QUE
NOUS VOUS ANNONÇONS LE DÉCÈS DE
M. EDGAR COUSINEAU**

Décédé le 10 décembre à l'âge de 75 ans. Il laisse dans le deuil son épouse Estelle (Sabourin) Cousineau; Lise et Michel Gauthier; sa belle-soeur Lise (Patry) Cousineau ainsi que des neveux et nièces.

Le service religieux, en présence des cendres, aura lieu le vendredi 20 décembre à l'église Ste-Rose-de-Lima, sise au 861, boul. St René Est à Gatineau. La famille recevra les condoléances à l'église à compter de 10 h 30.

La famille désire remercier les employés du 5^e étage de l'hôpital de Gatineau.

Vos marques de sympathie peuvent se traduire par un don à la Société canadienne du cancer.



**LA FAMILLE CRÊTES
A LE REGRET DE VOUS ANNONCER LE DÉCÈS DE
M. DAMASSE CRÊTES**

décédé le 9 décembre 2019 au CHSLD Champlain, à l'âge de 95 ans. Il était l'époux de Liliane Crêtes (Pétrin) et le fils de feu Michel Crêtes et de feu Marie Labelle. Outre son épouse, il laisse dans le deuil ses enfants : Yvon, Gilles (Suzanne), Daniel, Raymond (Micheline), Lisette (Jacques), Roger et Yves (Natalie); ses petits-enfants; ses arrière-petits-enfants ainsi que plusieurs beaux-frères, belles-soeurs, neveux, nièces, cousin(e)s, parents et ami(e)s. Il fut précédé par son fils Gaston, ses petits-fils : Stéphane et Joey ainsi que par ses frères et soeurs.

Le service religieux aura lieu le jeudi 19 décembre 2019 à 11 h en l'église La Visitation sise au 14, rue Principale à Gracefield. La famille recevra les condoléances à l'église à compter de 10 h 15.

La famille désire remercier le personnel du CHSLD Champlain pour les bons soins prodigués.

Vos messages de condoléances peuvent être envoyés à : www.cfo.coop

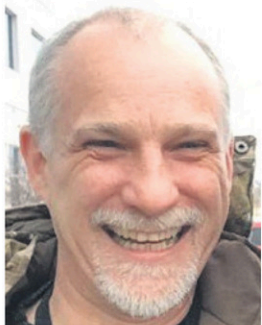
Coopérative funéraire
de l'Outaouais



819-568-2425

PARTOUT EN
OUTAOUAIS

cfo.coop



**C'EST AVEC UN IMMENSE REGRET QUE
NOUS VOUS FAISONS PART DU DÉCÈS DE
M. JEAN-GUY GAGNÉ**

décédé le 7 décembre 2019, à l'âge de 51 ans. Il laisse dans le deuil sa conjointe Angele Poulin; ses parents : Yvon Gagné et Jacqueline Bilodeau; ses frères et soeurs : Daniel (Lise Lareau), Suzanne (Carol Mainville), Pierre (Carole-Anne Bilodeau), Jacques (Nathalie Ross), Lianne (Jean-Paul Caron) et Andrée (Claude Muloin) ainsi que plusieurs neveux, nièces, parents et amis.

La famille aimerait vous inviter à partager des souvenirs pour une célébration de sa vie le samedi 21 décembre 2019 de 11 h à 15 h au Brennan's Hill Restaurant/Bar (133 route 105, Low, Québec).



Maison funéraire
Les Jardins du Souvenir
Cimetière

819.778.1515

lesjardinsdusouvenir.com



**LES FAMILLES ST-ARNAUD ET BENOIT
ONT LE REGRET DE VOUS AVISER DU DÉCÈS DE
MME DI-ANNE ST-ARNAUD**

Décédée le 3 décembre 2019 à l'âge de 64 ans. Elle était la fille de feu de Roméo St-Arnaud et de feu Paulette Masson.

Elle laisse dans le deuil son tendre époux Michel Benoit, son fils Daniel Robinson (Caroline Couturier), les enfants de son conjoint : Francis et Myriam, ses petits-enfants : Jérémy, Tatiana, Mathias, Samuel, Zoé, Mia et Stacey, son frère André (Odette), plusieurs neveux, nièces, parents et amis.

À la demande de Di-Anne une célébration aura lieu dans l'intimité de la famille.

La famille désire remercier le personnel du 4^e et 5^e étage de l'Hôpital de Gatineau pour leur dévouement et les soins attentifs.



Maison funéraire Cadieux Tubman
819.986.3834

www.maisonfunerairecadieux.ca
www.tubmanfuneralhomes.com



**C'EST AVEC UNE IMMENSE TRISTESSE QUE
NOUS VOUS FAISONS PART DU DÉCÈS DE
M. LUCIEN DALLAIRE**

décédé le 7 décembre 2019, à l'âge de 71 ans. Il était le conjoint de Lynn Chartrand et le fils de feu Léo-Paul Dallaire et de feu Gilberte Gervais (Dufour). Outre sa conjointe, il laisse dans le deuil ses enfants : Annie Dallaire (Pierre), Manon Ouellette Dallaire (Stéphane), Tony Dallaire (Norma) ainsi que Sylvain Séguin et Pierre-Luc Gravelle. Il laisse également ses petits-enfants : Alexandre, Claudya, Annabel, Maxim, Samuel, Sara, Derek, Valérie, Mathieu et Vincent; son arrière-petite-fille Eva ainsi que plusieurs frères, soeurs, beaux-frères, belles-soeurs, neveux, nièces, cousin(e)s et ami(e)s pour qui ses gens comptaient énormément pour lui. Il fut précédé par Claudine Joly.

Faisant preuve d'un grand optimisme, il ne baissait jamais les bras. Il était non seulement une personne aimante et courageuse, mais aussi un père, un Papi et un conjoint exceptionnel, toujours positif malgré tout. Sa perte nous laisse un grand vide et il restera à tout jamais dans nos coeurs avec tous ces beaux souvenirs que nous gardons précieusement.

Une célébration de sa vie aura lieu le jeudi 19 décembre 2019 à 14 h à la **COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE DE L'OUTAOUAIS** située au 95, boulevard de la Cité-des-Jeunes à Gatineau (secteur Hull). La famille recevra les condoléances à compter de 13 h 15.

La famille désire remercier le personnel de l'Hôpital de Gatineau ainsi que Dre Jacques, l'oncologue, pour les bons soins et pour leur côté très humain.

Vos messages de condoléances peuvent être envoyés au www.cfo.coop

Coopérative funéraire
de l'Outaouais



819-568-2425

PARTOUT EN
OUTAOUAIS

cfo.coop



**LES FAMILLES GAUTHIER ET SAUVÉ
ONT LE REGRET DE VOUS ANNONCER LE DÉCÈS DE
PAULINE GAUTHIER
1955 - 2019**

décédée le 6 décembre 2019, à l'âge de 64 ans. Elle était l'épouse de Mario Sauvé et la fille de feu Anatole Gauthier et de feu Florida Lacaille. Outre son époux, elle laisse dans le deuil son frère Jean-Guy (Nicole Dagenais); ses soeurs : Régine (Michel Tessier), Gisèle (Michel Ménard) et Christine; ses beaux-frères : Jean-Denis (Lise Dextraze) et Yvan; ses belles-soeurs : Carole (Philippe Leduc), Guylaine (Pierre-Aimé Sleevan), Denise Bouchard et Jasmine Cécire ainsi que plusieurs neveux, nièces, cousin(e)s et ami(e)s. Elle fut précédée par ses frères : Charles-Auguste, Richard, Jean-Marc, Maurice, Robert, Pierre-Claude et par ses soeurs : Paulette et Yolande.

Une célébration de sa vie, en présence des cendres, aura lieu le dimanche 22 décembre 2019 à 14 h à la **COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE DE L'OUTAOUAIS** située au 95, boul. Cité-des-Jeunes à Gatineau (secteur Hull). La famille recevra les condoléances à compter de 13 h 30.

Vos marques de sympathie peuvent se traduire par un don à la Fondation Mathieu-Froment-Savoie.

Les deux familles désirent remercier le personnel du Pavillon d'oncologie de l'Hôpital de Gatineau et de La maison Mathieu-Froment-Savoie pour leur dévouement et les excellents soins prodigués.

Vos messages de condoléances peuvent être envoyés à : www.cfo.coop

Coopérative funéraire
de l'Outaouais



819-568-2425

PARTOUT EN
OUTAOUAIS

cfo.coop



**C'EST AVEC UN IMMENSE REGRET QUE
NOUS VOUS FAISONS PART DU DÉCÈS DE
JEANNETTE LEBLANC NÉE SCOTT**

survenu le 18 novembre 2019, à l'âge de 96 ans. Elle était l'épouse de feu Ernest Martin et de feu Henriot Leblanc. Elle laisse dans le deuil ses fils : Pierre Martin (Linda) et Jocelyn Leblanc (Marie-Claude); ses petits-enfants : Ninon (Louis), Anik (Mario), Yan (Sonia), Mathieu (Alissa), Katia et Julie (John); ses arrière-petits-enfants : Alexandre, Jade et Alexis. Elle laisse également dans le deuil ses beaux-enfants : Louise (Gerry), Pierre et Henriette (Michel); son beau-frère Lionel Leblanc (Hélène) ainsi que plusieurs neveux, nièces et ami(e)s.

Le service religieux, en présence des cendres, aura lieu le samedi 21 décembre 2019 à 11 h en l'église Notre-Dame-de-la-Guadeloupe sise au 14, rue de la Guadeloupe à Gatineau (secteur Hull). La famille sera présente dès 10 h 30 pour recevoir vos condoléances.

En lieu de fleurs, des dons à la Fondation Mathieu-Froment-Savoie seraient appréciés.

La famille désire remercier ses médecins Nathalie Maziarz et Isabella Kanaan ainsi que tout le personnel chaleureux de La maison Mathieu-Froment-Savoie pour les excellents soins prodigués.

Vos messages de condoléances peuvent être transmis via le www.cfo.coop

Coopérative funéraire
de l'Outaouais



819-568-2425

PARTOUT EN
OUTAOUAIS

cfo.coop



**C'EST AVEC TRISTESSE QU'ÉRIC ET STÉFAN
ANNONCENT LE DÉCÈS DE LEUR MÈRE**

SUZANNE LAMONT

Ph. D en travail social

Née le 4 septembre 1933, elle est décédée le 6 décembre 2019 à l'âge de 86 ans à l'hôpital de Hull. Fille de feu Dona Tréau de Coeli et de feu Albert Lamont, elle laisse dans le deuil ses enfants chéris Éric Cayer (Manon Chénier) et Stéfán Cayer (Danièle Paquette) de Gatineau; ses petits-enfants : Laurence (Julien Lamarche), Alexis (Marianne Flageole) et Sacha (Rebecca Trembay); ses arrière-petits-enfants : Noa et Charlie; plusieurs neveux, nièces, cousins, cousines et ami(e)s dont son ami spécial Maurice Corriveau et son amie de toujours Diane Martin. Elle fut précédée par ses soeurs Claire et Lyse, par ses frères Pierre, Jean et Jacques.

Suzanne était une femme de coeur, d'esprit et d'action. Durant toute sa vie, elle a démontré beaucoup de créativité,

de détermination et de persévérance. Son engagement familial, professionnel, social et politique a pris racine dans sa famille d'origine, là où ont germé ses nombreuses forces au niveau de l'action individuelle, de groupe et communautaire.

En 1967, Suzanne a fondé le service d'auxiliaires familiales au Service social de l'Outaouais. Avant son ouverture, elle a recruté les douze premières auxiliaires familiales éducatrices, a élaboré et fait approuver le programme de formation par le ministère des affaires sociales.

Après avoir mis sur pied l'Association des Parents uniques de l'Outaouais, elle dirigea en 1979 une grande recherche sur les familles monoparentales du Québec. Suzanne a collaboré à mettre sur pied le programme de Certificat en travail social à l'Université du Québec à Hull, à le diriger et à y enseigner. Après trois années, le Collège Algonquin d'Ottawa l'a recrutée et elle y a enseigné pendant neuf ans.

À l'âge de 52 ans, Suzanne a commencé son doctorat en Service social à l'Université de Montréal tout en continuant d'enseigner à l'UQAM. Enfin, en 1998 elle a décidé de prendre sa retraite à l'âge de 64 ans. En 2001, elle est revenue vivre définitivement à Hull afin de se rapprocher de ses enfants, de sa famille d'origine et de ses ami(e)s de la région.

L'exposition de ses cendres aura lieu le lundi 16 décembre de 12 h à 14 h à la **COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE DE L'OUTAOUAIS** située au 95, boul. Cité-des-Jeunes à Gatineau (secteur Hull) suivie de la cérémonie de la célébration de sa vie et aussi d'un goûter.

Des dons au Gîte Ami seraient fort appréciés.

Vos messages de condoléances peuvent être transmis via le www.cfo.coop

Coopérative funéraire
de l'Outaouais



819-568-2425

PARTOUT EN
OUTAOUAIS

cfo.coop



A LA DOUCE MÉMOIRE DE NICOLE BOURGON (NÉE POIRIER)

décédée le 14 décembre 2018



« Un jour, l'un de nous deux va mourir.
L'un de nous deux va passer ses jours
sans entendre la voix de l'autre, sans avoir un baiser ou une étreinte.
L'un de nous va s'asseoir seul sur sa chaise, sans personne à ses côtés.
Il va manger seul, dormir seul et se réveiller seul,
en pensant : encore un autre jour, alors qu'auparavant
« C'était un beau jour ! »

Une messe sera célébrée le 14 décembre 2019, à St-Isidore

Ton époux Claude,
ta famille: Danny et Patrick
Marco, Pascale et Fanny.

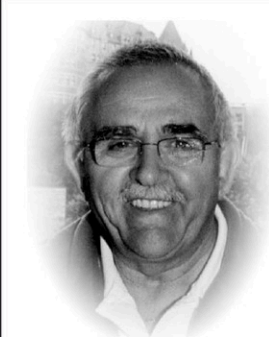
EN MÉMOIRE DE SYLVAIN DEMOORS



À la douce mémoire de Sylvain, décédé le 15 décembre 2014. En ce 5^e anniversaire, nous nous faisons un devoir de rappeler son nom et demander une pensée et une prière à tous ceux qui l'ont connu et aimé.

De ta femme Nathalie et ton fils Nicolas

EN MÉMOIRE DE HENRI KINGSBERRY



Voilà déjà 13 ans que tu nous as quittés pour un monde d'amour et de paix. Et depuis ton départ, nous avons tous réalisé combien nous pouvions t'aimer. C'est comme si tu nous avais quittés hier pour cette nouvelle vie.

Ce repos tu l'as bien mérité, mais pour nous qui t'aimons, cela est arrivé trop vite. Chaque jour tu occupes une place de choix dans nos coeurs.

Nous savons qu'un jour nous nous reverrons, mais d'ici là, veille sur nous tous et n'oublie pas de nous préparer notre place!

Sois notre guide et notre protecteur à tous. Nous t'embrassons très fort!

Ton épouse, tes enfants (conjoint/conjointe)
et tes petits-enfants



AVIS DE DÉCÈS

CLAUDETTE RYAN (NÉE BOIS)

1942 - 2019

Décédée soudainement au chalet familial, Ile-du-Grand-Calumet, Québec, le mardi 10 décembre 2019 à l'âge de 77 ans. Fille de feu Alphonse Bois et de feu Germaine Verner. Chère épouse de Louibert "Bert" Ryan. Mère bien-aimée de Pierre (feu Susan) et Christine (Nick). Grand-mère adorée de Samuel, Lily, Émilie, Isabelle et Alexandre. Claudette laisse dans le deuil son seul frère Robert "Bob" Bois (Linda); ses neveux : Paul et John; sa nièce Kelly (Luc) ainsi que la famille Ryan. Elle sera grandement manquée par ses soeurs du C.W.L. de la paroisse Ste-Anne.

La famille recevra les condoléances à la **MAISON FUNÉRAIRE HAYES**, 134, rue Centre, Shawville, Québec le dimanche 15 décembre 2019 de 14 h à 16 h et 19 h à 21 h. La messe des funérailles sera célébrée le lundi 16 décembre 2019 à l'église Ste-Anne, Ile-du-Grand-Calumet, Québec à 11 h. L'inhumation sera au cimetière paroissial au printemps.

Des dons au C.W.L. de la paroisse Ste-Anne seraient grandement appréciés.

H Hayes
FUNERAL HOME

Maison funéraire Hayes

819.647.2221

www.hayesfuneralhome.ca



REMERCIEMENTS M. PATRICK CHARETTE

Les membres des familles Charette et Brunet désirent remercier sincèrement tous les parents et amis qui, lors du décès de Patrick survenu le 31 octobre 2019 leur ont témoigné des marques de sympathie soit par messages de condoléances, dons ou assistance aux funérailles.

À tous et chacun nous vous prions donc de considérer ces remerciements comme personnels.



10^e ANNIVERSAIRE YVES LE LOSTEC

Décédé le 15 décembre 2009

À la douce mémoire de Yves, décédé le 15 décembre 2009. Seules les années peuvent alléger un peu la tristesse de ton départ. Tu seras toujours dans notre coeur et nos pensées.

La famille Le Lostec



**EN MÉMOIRE DE
LÉONIE LOZIER-FAY
ET
JEAN-CLAUDE LÉGARÉ**

À la douce mémoire de Léonie décédée le 10 décembre 2018. Il y a un an, tu nous quittais pour aller rejoindre notre père Jean-Claude Légaré décédé le 30 août 1988. Vous êtes enfin réunis pour l'éternité. Le temps s'écoule mais n'effacera jamais de nos coeurs ce que vous avez été pour nous.

En espérant se revoir un jour, continuez à veiller sur nous.

Vos enfants,
Johanne, Jean, Louis et Philippe Légaré
et vos petits-enfants,
Simon, Catherine, Véronique, Claude, Julien et Sophie.

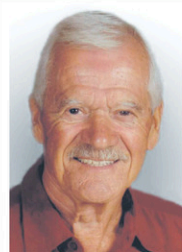


**2^e ANNIVERSAIRE
SUZANNE MODÉRY LAFONTAINE**

Décédée le 16 décembre 2017

Seules les années peuvent alléger un peu la tristesse que ton départ a laissée dans nos coeurs. Notre plus grande consolation, c'est l'espérance de te revoir un jour. Nous pensons à toi.

Ta famille qui t'aime.



EN MÉMOIRE DE - M. ROGER OUIMET

décédé le 12 décembre 2017

Cher époux, papa et grand-papa bien-aimé, depuis ton départ, il y a deux ans, il ne se passe pas une journée sans que nous pensions à toi et le coeur nous fait mal. Notre seule consolation est de savoir que tu as vécu pleinement et que tu as laissé dans chacun de nous les qualités d'un grand homme. Quelle chance d'avoir eu un époux, père et un grand-père aussi fort, intelligent et sage. De là-haut, veille sur nous afin que nous puissions rester une famille unie jusqu'au jour où nous nous retrouverons tous près de toi. Nous t'aimons.

Nicole et les enfants



**1^{er} ANNIVERSAIRE
JEAN-GUY PAGÉ
DÉCÉDÉ LE 12 DÉCEMBRE 2018**

Seules les années pourront alléger un peu la tristesse que ton départ a laissée dans nos coeurs. Notre plus grande consolation c'est l'espérance de te revoir un jour. Parents et amis, ayez une pensée pour lui.

Son épouse Marthe et la famille



1^{er} ANNIVERSAIRE - MARCEL PARISEAU

Cher époux, papa, grand-papa, frère bien-aimé. Depuis ton départ il y a un an, nous pensons souvent à toi. Nos rencontres familiales ne seront jamais comme avant. Tu étais le pilier rassembleur des parents et amis. De là-haut veille sur nous jusqu'au jour où nous nous retrouverons près de toi. Tu n'es pas loin parmi les étoiles.

Nous t'aimons.

Ton épouse Lucie et ta famille



**11^e ANNIVERSAIRE
GEORGETTE PILOTE (NÉE CHARLEBOIS)**

À la douce mémoire de Georgette, décédée le 14 décembre 2008. Il y a onze ans, tu as pleuré tendre maman, en voyant tes enfants auprès de ton lit, priant et suppliant Dieu de te laisser avec nous. Malgré tout, la mort a fermé tes paupières et tu as laissé la souffrance pour le bonheur. Le Seigneur nous avait prêté une mère pour notre bonheur, mais Il nous l'a retirée hélas, trop tôt. Nous la lui avons cédée sans un murmure, mais le coeur navré de douleur. De là-haut, chère maman, veille sur nous.

La famille



1^{er} ANNIVERSAIRE - JULIETTE POMAINVILLE

décédée le 16 décembre 2018

Chère épouse, mère et grand-maman bien-aimée. Un an aujourd'hui que tu as quitté notre monde pour le repos éternel. Se souvenir de toi c'est facile, mais s'habituer à ton absence c'est toujours très difficile. Malgré le mal à accepter ton départ si brusque, notre plus grande consolation est de savoir que tu ne souffres plus et qu'un jour nous serons de nouveau ensemble. De là-haut, aide-nous à traverser la douleur de la séparation en nous accordant le courage de continuer.

La famille



LA PRESSE CANADIENNE

DROITS DES PASSAGERS AÉRIENS

Plusieurs voyageurs ne connaissent pas les nouvelles règles

La Presse canadienne

Un sondage laisse entendre que de nombreuses personnes qui prendront l'avion pendant le temps des Fêtes ne connaissent pas le nouveau régime du gouvernement libéral définissant les droits des passagers aériens.

Un peu plus de la moitié des répondants au sondage commandé par l'Association canadienne des automobilistes (CAA) et rendu public vendredi ont dit n'avoir rien entendu ni lu sur les règles visant à protéger les voyageurs pris dans des situations cauchemardesques.

Le sondage Léger de 1517 répondants a été effectué entre le 27 novembre et le 4 décembre, mais on ne peut pas lui attribuer de marge d'erreur, car les sondages sur internet ne sont pas considérés comme des échantillons aléatoires.

La première série de règles sur les droits des passagers est entrée en vigueur à la mi-juillet. Elle oblige les compagnies aériennes à indemniser les voyageurs lorsqu'il y a des retards sur le tarmac, qu'on leur refuse l'embarquement ou qu'on perd ou endommage leurs bagages.

La deuxième partie de la charte des voyageurs entrera en vigueur ce week-end et obligera les compagnies aériennes à placer

les parents à côté ou à proximité de leurs enfants sans frais supplémentaires, et à indemniser les voyageurs pour les retards et les annulations sous le contrôle d'une compagnie aérienne.

Les règles établissent des normes minimales que tous les transporteurs doivent suivre et des exigences pour aider les voyageurs à comprendre leurs droits, mais ce sont les voyageurs qui doivent déposer des plaintes auprès des compagnies aériennes ou, en dernier recours, de l'Office des transports du Canada.

Six mois après le début du nouveau régime, on ne sait pas si les choses ont bien fonctionné, car les données sur les plaintes appartiennent aux transporteurs aériens et ne sont pas encore publiques, a indiqué Ian Jack, directeur général des relations gouvernementales de la CAA.

«Nous avons clairement besoin de beaucoup plus d'éducation du public à ce sujet afin que les gens comprennent réellement qu'ils ont ces droits et qu'ils commencent à comprendre comment les exercer», a-t-il ajouté.

«Pour faire valoir vos droits, vous devez les connaître. Il est donc clair que le gouvernement et les transporteurs doivent mieux informer les gens de ce nouveau régime, sinon il ne fonctionnera tout simplement pas.»



RÉPONDEZ

AUX ANNONCES QUI VOUS INTÉRESSENT EN TÉLÉPHONANT

1-900-789-8033*

#8033* BELL, ROGERS/FIDO TELUS, VIDEOTRON

ANNONCEZ-VOUS

PUBLIEZ VOTRE ANNONCE GRATUITEMENT EN COMPOSANT LE

819-778-0888

ENREGISTREZ VOTRE ANNONCE DÉTAILLÉE OU ÉCOUTEZ LES AUTRES MEMBRES TOUT À FAIT GRATUITEMENT

VOUS DÉSIREZ PLUS D'INFORMATIONS: Questions générales? Fonctionnement? Abonnement express? Conseils? Contactez-nous au 1-855-529-3479. Ouvert 7 jours sur 7 / 24 heures sur 24.

FEMME CHERCHE HOMME

FEMME DE CAMPAGNE À DÉCOUVRIR! Franco-ontarienne dans la 60aine, 5'5", 130 lb, aime le plein air, recherche un homme, honnête, jovial, ayant le sens de l'humour et aimant voyager, avec qui développer une belle amitié et peut-être plus. **413021**

MESSIEURS, VOICI ROXANE! 60aine, n-fum, app jeune, en forme et en bonne santé, sincère, loyale, aime recevoir, cuisiner, danser, recherche monsieur, ayant intérêts similaires, pour but sérieux. **412931**

POUR ME SENTIR BIEN À VOS CÔTÉS, belle femme de l'Outaouais, jeune 60aine, de poids santé, cherche bon partenaire, avec qui partager tendres moments complices, à long terme. **412939**

CE QUE VEUT DAPHNÉE EST SI SIMPLE... 29 ans, souhaite contacter garçon, sérieux, normal et ayant bon sens de l'humour, avec qui parler de façon tout à fait normale. **406623**

L'INTENSE MARYSE SAURA TE RÉCHAUFFER... Mi 30aine, grassette, chev foncés, yx bruns, n-fum, app normale, saine d'esprit, aime resto, marche, ciné, entraînement, désire H, n-fum, marié, pour activités et plus. **409365**

CHANTAL SERAIT RAVIE DE TE PARLER! 40 ans, demeure à Thurso, souhaite contacter beau jeune H 42-43 ans, demeurant en Outaouais, sérieux et sincère si possible. **175601**

BRUNETTE EN QUÊTE D'UN HOMME BIEN, 58 ans, 5'1", 225 lb, yx pers, aime balades en auto, quilles, bingo, marche, resto et activités hivernales, cherche H, sincère, ayant affinités, pour but sérieux. **18871**

LA JOLIE PAULA A BESOIN D'UN COMPAGNON, 65 ans, 5'6", 134 lb, n-fum, sobre, sérieuse, autonome, indépendante, aime ciné, théâtre, marche, voyages, désire H d'environ même âge, semblable, pour but sérieux. **412552**

PLAISIRS ET LOISIRS AUPRÈS DE SYLVIE! Outaouais, 52 ans, 5'1", 150 lb, chev bourgogne, yx bleus, aime marche, chasse, pêche, désire H 60-65 ans, avec qui avoir plaisir et partager loisirs. **412241**

NATHALIE ET SON GRAND COEUR, 51 ans, 5'5", grassette, chev et yx bruns, honnête, fidèle, sincère, colleuse, affectueuse, porte lunettes, travaille de nuit, aime rire et avoir plaisir, désire H, semblable. **18128**

MARIE POURRAIT DEVENIR VOTRE AMIE! 63 ans, 5'2", environ 135 lb, chev et yx bruns, aime ciné, petits voyages, balades, recherche H 63-66 ans, avec qui sortir, aller prendre petit café et peut-être devenir amis. **358585**

BELLE BLONDE EN QUÊTE DE BONHEUR... Lyne d'Ottawa, mi-50aine, 5'3", 120 lb, yx bruns, adorable, fidèle, respectueuse, aime bateau, moto, nature, dance, désire H, taille et poids prop, communicatif, facile à vivre. **410892**

DÉCOUVRIR ET EXPLORER AVEC UNE ARTISTE PEINTRE, Gatineau, 70 ans, curieuse, plus contemplative que sportive, aime photographie, lecture, jardinage, voyages en VR, recherche H, avec qui apprécier choses simples. **402364**

PROFITEZ-EN MESSIEURS! Veuve de l'Outaouais, 76 ans, 5', 160 lb, blonde, aime rire, voyager, prendre bons repas, recherche ami-amoureux, n-fum, avec qui prendre bons repas et boire petit verre. **410733**

JOLIE GATINOISE AUX MULTIPLES INTÉRÊTS, 57 ans, 5'2", yx verts, fum, aime nature, camping, marche, musique, arts, popote à deux, désire H, avec qui faire diverses activités et qui sait. **410928**

TU ES GRAND ET TU SAIS DANSER? APPELLE YVETTE! Petite blonde de Gatineau, 77 ans, 5', 135 lb, yx pers, parle 3 langues, aimerait bien trouver ami, ayant belles dents et aimant bien se vêtir, pour rires, plaisir, marche et plus. **411557**

VIENS DANSER AVEC ROLANDE! 70 ans, 5'2", 160 lb, demeure à Gatineau, aime marche, danse et balades en auto, souhaite H 60-70 ans, respectueux, honnête et sérieux dans sa démarche. **395063**

SYLVIE ÉCOUTE SANS JUGER, Hull, 44 ans, 5'2", 194 lb, chev blond-roux courts, beau yx bruns, sans enfant, fidèle, franche, directe, a petites lunettes, bon emploi, cherche H, ayant voiture et emploi. **378573**

GENEVIÈVE FUT LES ENFANTILLAGES, 27 ans, originaire de Gatineau mais vit à Hull, désire H, avec qui développer relation sérieuse seulement. **411486**

LA BELLE PETITE DOUCE MORD DANS LA VIE! Franco-Ontarienne de 59 ans, 5'5", mince, chev et yx bruns, en forme, sociable, bilingue, aime rire, nature, golf, voyages, désire rencontrer H, fiable, ayant sens de l'humour et passé réglé. **410983**

UN BON RESTO AVEC CETTE BRUNETTE, 56 ans, chev longs, yx bruns, n-fum, aime sorties au ciné, souhaite connaître H, n-fum et sobre. **409191**

AMOUR, TENDRESSE ET DOUCEUR, brunette aux yx pers de 55 ans, 5'2", 185 lb, biontôt retraitée, recherche H, de formation universitaire, ayant bon emploi et biontôt à la retraite comme elle. **411182**

ANAËLLE, BELLE JEUNE FEMME ATHLÉTIQUE, 31 ans, tatouée et très bronzée, demeure à Gatineau, aime sports, gym, veut contacter H, avec qui faire belle rencontre d'abord. **409728**

ESCAPADES DE WEEK-END AU PROGRAMME! Femme de 51 ans, demeure à Ottawa, cherche ami, n-fum, respectueux, pas pressé, pour partager activités telles que resto, ciné, musées et plus si chimie et intérêts communs. **395201**

PROMOTION LA MAGIE DE NOËL

Jusqu'au 26 décembre, créez-vous gratuitement une boîte vocale en enregistrant une description détaillée d'une durée minimale obligatoire de 30 secondes et obtenez

10 MINUTES GRATUITES!

Nous vous souhaitons de bonnes rencontres ainsi que de très Joyeuses Fêtes!

Pour de plus amples détails contactez le service à la clientèle 1-888-985-2233

* Un délai d'au moins 24 heures est à prévoir pour la validation des nouveaux messages sur le système.
* Les participants ne pourront bénéficier qu'une seule fois de la promotion.
* Si vous possédez déjà une boîte vocale, vous n'avez qu'à enregistrer une nouvelle description.

GENEVIÈVE POURSUIT UN BUT SÉRIeux, 27 ans, demeure à Gatineau, cherche à connaître H 25-34 ans, sérieux dans sa démarche, avec qui développer quelque chose de stable seulement. **407545**

LA BELLE LYNÉ AIME SORTIR DE LA MAISON, Ottawa, 53 ans, 5'3", 115 lb, chev blond-brun longs, aime resto, danse, billard et plein d'autres activités, veut copain, avec qui discuter en personne. **410869**

JOLIE FEMME SÉRIEUSE, à l'aube de la 70aine, active et mature, demeure à Hull, souhaite découvrir H, bienveillant, allumé, curieux, pour sorties, escapades, voyages, golf, tennis et autres. **410536**

BONJOUR MESSIEURS! Femme de 62 ans, de belle app et en forme, souhaite apprendre à connaître H, libre, autonome et souverain. **410500**

IL EST PLUS AGRÉABLE DE MARCHER À DEUX! Barbara de Grenville, 56 ans, 5'3", grassette, yx verts, fum, a chien, aime rire, balades en campagne, films d'action, souhaite rencontrer H, ayant intérêts similaires, aimant animaux. **410345**

DANS LE CALME ET LA BONNE HUMEUR AVEC LYNÉ! Gatineau, 61 ans, 5'1", 125 lb, chev et yx bruns, n-fum, sobre, compréhensive, fidèle, aime rire, nature, animaux, désire connaître H 60-65 ans, ayant affinités, pour but sérieux. **410358**

AVEC TENDRESSE ET AFFECTION, NICOLE, Gatineau, souriante, affectueuse, cultivée, peu sportive mais active, retraitée de la santé, a belle personnalité, désire rencontrer bel H 65-75 ans, ayant affinités, pour amour et partage. **410289**

UNE FOULE D'ACTIVITÉS À FAIRE AVEC CETTE BLONDE! 60 ans, 5'4", n-fum, simple, aime pêche, nature, camping, voyages, et bien d'autres choses, souhaite rencontrer bel H, 5'10" et plus, costaud si possible. **410275**

MARIE, LA P'TITE BRUNETTE RICANEUSE, 38 ans, 110 lb, chev frisés, yx pers, sociable, fidèle, porte lunettes, demeure à la campagne, aime vélo, marche, spectacles, musique, désire H 35-45 ans, pour du long terme. **320583**

UN AMOUREUX POUR LA NOUVELLE ANNÉE! Belle septuagénaire de Gatineau, très féminine, active, cultivée, recherche amoureux 65-75 ans, actif, ayant belle personnalité, dont l'extérieur séduit et l'intérieur retient. **408317**

DOUCE ET FÉMININE BLONDE CHERCHE AÏME SOEUR, 60aine, souriante, distinguée et très romantique, recherche monsieur, avec qui partager belle amitié ou relation amoureuse. **409441**

HUGUETTE ADORE ALLER DANSER, Gatineau, 77 ans, 5', 145-150 lb, chev courts, retraitée, porte lunettes, a voiture, app, 2 grands enfants, cherche H, n-fum ni alcoolique, plus de 5', propre et aimant musique. **409260**

AFFECTUEUX CHÂTAIN AU COEUR JEUNE, Chantal de Hull, 57 ans, 5', 127 lb, yx verts, n-fum, sans enfant, travaille au gouvernement, a bon caractère, belle personnalité, désire rencontrer H, n-fum et fidèle, pour but sérieux. **405256**

UN COMPAGNON SINCÈRE POUR MADELEINE, Hull, 55 ans, célibataire, sans enfant, simple, aime resto, dance, ciné et plein air, cherche compagnon 45-60 ans, honnête, avec qui poursuivre but sérieux. **408415**

APPELLE-MOI, JE VAIS TE RÉPONDRE! Dame de l'Outaouais, 78 ans, 5', 160 lb, blonde, vit à la campagne, aime la vie, cherche amoureux, n-fum et buvant de façon très occasionnelle, aimant resto de temps en temps. **401220**

FILLE DE CAMPAGNE, ACTIVE ET EN PLEINE FORME, belle franco-ontarienne de Rockland, 60 ans, 5'5", mince, soignée, douce, professionnelle retraitée, aime sports, souhaite rencontrer H, aimant activités extérieures et voyages. **410966**

REJOINS-MOI! Femme de 56 ans, chev et yx bruns, aime faire activités en nature, sortir manger au resto et aller danser, désire H 50-56 ans, intéressé. **409158**

GAËTAN EST SYMPA ET TRÈS DYNAMIQUE, 57 ans, 5'10", 165 lb, châtain aux yx pers, autonome, seul depuis 7 ans, cherche à rencontrer F, semblable, aimant sortir, danser, aller marcher et se balader en voiture. **412443**

BERNARD SE CHERCHE UNE COMPAGNE DE JEU, 76 ans, chev poivre et sel, demeure à Val-des-Bois, aimerait bien connaître dame, aimant jeux de société. **413004**

GATINOIS TRÈS FACILE D'APPROCHE, 60aine, 5'10", 188 lb, chev bruns, yx bleus, app jeune, romantique, a humour, emploi, aime danse, plein air, patin, désire F 5'3"-5'7", féminine, souriante, aimant rire et jaser. **410941**

VOICI MONSIEUR SOURIRE! Yvon, 52 ans, 6'1", 200 lb, en très bonne forme, souriant, a belles dents et bon emploi, souhaite découvrir dame, peu importe app, colleuse et affectueuse si possible. **412806**

SAMUEL EST SUPER OUVERT AUX DISCUSSIONS, étudiant de 20 ans, très sociale, demeure à Gatineau, adore discuter de tout et de rien, cherche F, avec qui faire nouvelles rencontres. **412886**

PROFITONS DU BEAU TEMPS! Très beau Gatinois de 65 ans, 5'5", chev bruns, n-fum, sans problème d'alcool, aime marche, nature, théâtre, discussions, recherche jolie dame 60-65 ans, 5'-5'4", naturelle et simple si possible. **409040**

JEAN-GUY, LE ROMANTIQUE CÉLIBATAIRE, Aylmer, 53 ans, 5'4", chev bruns, yx bleus, célibataire depuis 5 ans, aime soupers en tête-à-tête et marches main dans la main, cherche amie, pour peut-être aller plus loin. **412742**

ATTENTION, SEXY BOMB! Homme de 49 ans, 5'7", chev noirs, yx verts, de belle app, demeure à Gatineau, souhaite contacter F, avec qui avoir bonne conversation érotique. **412758**

JE SUIS PEUT-ÊTRE L'HOMME DE TA VIE! Haute-Gatineau, 53 ans, 5'9", 150 lb, aime films, bon vin, danse, romantisme, cherche douce F, aimant cajoler son homme, pour partager beaux moments et peut-être toute sa vie. **412604**

TRAVAILLEUR SÉRIeux, homme de 56 ans, 5'9", 150 lb, fum, aime plein air, recherche F, semblable, avec qui faire agréable rencontre. **412473**

STÉPHANE T'INVITE À LE CONTACTER! Carnionnere de Gatineau, 47 ans, 150 lb, chev bruns courts et yx bleus, souhaite contacter demoiselle, pour faire nouvelles connaissances. **412507**

LE BEAU ALAIN EST TRÈS JOVIAL, Gatineau, 57 ans, 5'9", 150 lb, yx verts, fum, poli, porte petite barbe, moustache et lunettes, a roulotte, aime montagne, bowling, piscine, cherche à connaître F 51-59 ans, ayant certaines affinités. **412488**

DÉCOUVREZ ROBERT! 73 ans, chev bruns, app jeune, costaud, aime balades en auto, bonne bouffe, ciné, danse et jardinage, souhaite connaître dame, possédant certaines affinités. **412448**

PARTONS EN VOYAGE! Chauffeur de camion dans 70aine, souhaite rencontrer petite dame, avec qui partir en voyage quelques mois et plus. **412452**

JEAN, UN CÉLIBATAIRE SANS PROBLÈMES, semi-retraité de la Haute-Gatineau, 64 ans, cherche à connaître F, avec qui avoir bonnes conversations et peut-être plus par la suite. **403962**

DOUCEUR ET SINCÉRITÉ ASSURÉES, homme de Gatineau, début 60aine, 6', 178 mlb, n-fum, cherche à contacter F, n-fum, honnête et affectueuse, avec qui faire belles rencontres et plus. **411601**

YVON VOUS ESPÈRE SÉRIEUSE, 61 ans, 5'7", n-fum, sobre, souhaite connaître dame, ayant passé bien réglé, avec qui faire bon bout de chemin. **412373**

TOUTES CES CHOSES QUE L'ON POURRAIT FAIRE À DEUX, homme de 61 ans, demeure à Gatineau secteur Hull, désire F, avec qui marcher, sortir, se balader en ville, aller au ciné et autres activités plaisantes. **412204**

GATINOIS EN QUÊTE D'UNE RELATION HEUREUSE, 41 ans, 6'2", 250 lb, chev et yx bruns, travaille à Hull en vente, désire F 50aine et plus, bien prop, bien établie, aimant la vie, pour amitié. **412101**

IL CRAQUE POUR LA MATURITÉ... Homme dans mi 40aine, 6'2", 200 lb, souhaite contacter F 45 ans et plus, séparée ou divorcée si possible. **412098**

APPELLE-MOI! Retraité de 70 ans, 5'6", 170 lb, n-fum, aime voyages, danse, désire F 60-70 ans, de poids santé, pour sorties occasionnelles et plus. **412169**

JONATHAN SE DIT TRÈS ATHLÉTIQUE, 31 ans, chev bruns et yx bleus, très ouvert d'esprit, aime ski, cherche à contacter F, avec qui il pourrait jaser ou faire belle rencontre. **412139**

MICHEL, LE BON VIVANT COLLEUX, 60 ans, 5'9", 180 lb, yx bleus, en bonne forme mentale et physique, aime nature, bateau, feux de camp, musique, danse, voyages, cherche à découvrir F, avec qui profiter des beaux jours. **411922**

PEUT-ÊTRE FERAS-TU UN BOUT DE CHEMIN AVEC PIERRE? Gatineau, 58 ans, 5'9", 185 lb, n-fum, sportif à ses heures, aime marche en forêt, soupers entre amis, désire connaître F 44-60 ans, taille et poids prop, n-fum. **321536**

TOUT À COUP QUE MICHEL TE PLAIRAIT! 54 ans, 5'11"1/2, 200-215 lb, chev bruns, yx bleu-vert, n-fum, demeure à la campagne à 50 min de Gatineau, aime marche, cherche à rencontrer F 48 ans et plus, mature, pour but sérieux. **399226**

VOICI ROBERT! 67 ans, demeure à Gatineau, aime pêche, camping, vélo, cabane à sucre et autres, souhaite connaître dame, 5', 110-120 lb. **411893**

DONALD EST QUELQU'UN DE TRÈS POSITIF, 54 ans, 5'10", chev poivre et sel, yx bleus, aime hockey, musique, soirées en tête-à-tête et beaucoup d'autres choses, désire connaître F 35-55 ans, avec qui se lier d'abord d'amitié. **410680**

MARIO RÊVE DE FORMER UN COUPLE, 63 ans, 5'7", 155 lb, n'a pas envie de se faire naïser, souhaite connaître F, sincère, avec qui partager belle vie de couple. **314371**

YVON AIMERAIT APPRENDRE À TE CONNAÎTRE, 6'1", 205 lb, de belle app, demeure à Hull, souhaite contacter F 40-55 ans, avec qui faire diverses sorties, apprendre à se connaître et peut-être plus ensuite. **411580**

À QUI LA CHANCE DE RENCONTRER CE BEL HOMME? Luc, 51 ans, 5'8", 155 lb, chev bruns, yx verts, musclé, app jeune, en forme, généreux, positif, aimable, veut bonne vivante, jolie, simple, gentille et menant bonne vie. **411453**

MARCEL EST COSTAUD ET PLUTÔT EN FORME, Marcel, 60aine, 5'11", 160 lb, n-fum, propre et curieux, disponible surtout le jour, aime recevoir et donner plaisir, cherche F, pour rencontres discrètes. **411481**

ÉRIC ATTEND DE VOS NOUVELLES! 37 ans, demeure à Gatineau, cherche à rencontrer F, intelligente, sachant où elle va dans la vie, avec qui avoir bonne conversation d'abord. **411308**

GRAND GATINOIS EN QUÊTE D'AMITIÉ, dans 60aine, 6', 180 lb, n-fum, souhaite faire connaissance avec dame 60 ans et plus, n-fum, de poids santé, avec qui développer belle amitié et plus. **320539**

JEAN-GUY EST CERTAINEMENT PLUS À L'AISE EN PERSONNE, 53 ans, 5'5", chev bruns, yx bleus, n-fum, demeure à Aylmer, aime balades, marche, bons films collés et souper en tête-à-tête, recherche F, pour beau partage. **409995**

YVON SOUHAITE TROUVER L'ÂME SOEUR, 70 ans, 5'7", aimerait beaucoup rencontrer dame, sérieuse dans sa démarche, avec qui il pourrait faire bon bout de chemin. **411245**

GENTLEMAN VOYAGEUR, début 60aine, en excellente forme, actif, taquin, respectueux, courtis, galant, romantique, aime tennis, golf, vélo, badminton, souhaite connaître F, svelte, positive, sincère et ayant excellent sens de l'humour. **411319**

VEZNEZ ME RENCONTRER! Guy-Philippe, 33 ans, demeure à Gatineau, recherche jeune F 28-39 ans, demeurant n'importe où en Outaouais. **411996**

HOMME CHERCHE HOMME

JEUNE HOMME AU CORPS SUBLIME, 35 ans, 5'10", 160 lb, bien pouvu, de race noire, versatile et très ouvert, aime faire le party, souhaite contacter autre H, intéressé. **412999**

J-P ATTEND DE TES NOUVELLES! 66 ans, engagé, demeure à Gatineau, aime lingerie féminine, cherche à rencontrer autre H, aimant même chose, pour relation discrète. **377125**

JOËL VEUT FAIRE DES CHOSES QU'IL N'A JAMAIS FAITES... 55 ans, 145 lb, un peu poilu, sensuel, a beau corps, travaille en construction, aime porter latex, souhaite H, pour réaliser fantasmes. **411938**

EN QUÊTE D'EXPÉRIIMENTATION, homme dans 60aine, 5'10", 182 lb, n-fum, discret, curieux et authentique, cherche à contacter H, pour partager bones massages intimes, en toute discrétion et dans plus grand respect. **412843**

JUSTE POUR S'AMUSER! Pierre, 60 ans, 5'6", environ 160 lb, chev poivre et sel, demeure à Gatineau, recherche H, pour partager plaisir et avoir bonnes relations intimes, sans rien de sérieux. **412690**

TANT DE CHOSES À ESSAYER... Jeff, 41 ans, demeure à Maniwaki, recherche H, curieux, pas gêné et aimant essayer plein de choses, pour bonnes rencontres intimes, sur base occasionnelle. **412502**

IL ADORE PRENDRE BIEN SOIN DE SON HOMME... 47 ans, 136 lb, chev et yx bruns, aime porter vêtements féminins, souhaite connaître H, bien et capable de l'accepter tel qu'il est. **412429**

EN TOUTE CONFIDENTIALITÉ AVEC JEAN-CHARLES, 55 ans, 5'7", 175 lb, bien pouvu, rasé, en forme, gai, peut recevoir, aime porter dessous féminins, fellations et plus, cherche à trouver bon partenaire, pour intimité discrète. **398941**

IL RÊVE D'UNE PREMIÈRE FOIS INTENSE, 60 ans, bien pouvu, en forme, a belle personnalité, peut recevoir à l'occasion mais préfère se déplacer, veut H, semblable, bottom, pour première fois. **412342**

MARC ATTEND TON MESSAGE! 48 ans, 5'10", 140 lb, chev poivre et sel, veut H 40 ans et moins, mince, pour s'amuser et passer belles soirées. **412103**

TRÈS MASCULIN PRÊT À TE FAIRE PLAISIR... 56 ans, 6', 220 lb, bottom, demeure à Buckingham, aime porter lingerie féminine pour plaisir de son partenaire, recherche H, top et puissant. **411733**

SI T'AS ENVIE D'AVOIR DU FUN... Homme de Mt-Laurier, 47 ans, 5'6", 161 lb, yx verts, top, très sociable, aimerait H 25-45 ans, même région ou pas loin, bi ou gai, pour s'amuser ensemble. **4417794**

VIENS JASER AVEC LE BEAU MICHEL! 53 ans, 5'8", 165 lb, chev châtain et yx bleus, demeure en Outaouais, désire H, intéressé à lui parler. **411872**

CE BEAU GARS TE REÇOIT CHEZ LUI... Secteur de Gatineau, mi 40aine, 6', 185 lb, aime lingerie féminine, veut H, bien pouvu, propre, sans maladie, passif, pour trip oral en toute discrétion. **340892**

MARCEL VEUT Y ALLER GRADUELLEMENT... 60aine, 5'11", 160 lb, n-fum, costaud, en forme, discret, curieux, disponible le jour, aime plaisir, veut H, pour massages intimes lors de rencontres discrètes. **411480**

GARS ACTIF, EN PLEINE FORME! Gatineau, 44 ans, 5'9", 188 lb, chev châtain, yx bruns, app agréable, tendre, respectueux, aime sports, ciné, cherche H 35-45 ans, pour relation amoureuse et plus. **3750437**

FEMME CHERCHE FEMME

SORTIES ET NOUVELLES RENCONTRES POUR CHANTAL! 39 ans, demeure à Thurso, veut F 39-40 ans, de Thurso ou Buckingham, de belle app si possible et aimant animaux. **175601**

IL SE POURRAIT QUE JE T'INTÉRESSE! Josée, 46 ans, cherche à contacter autre F, intéressée, avec qui partager diverses sorties telles que ciné, resto ou plein d'autres choses. **400890**

UNE FEMME DE CONVICTIONS, Gatineau, 46 ans, 5'5", 154 lb, chev blonds, yx pers, terre-à-terre, a humour, aime s'amuser, sorties, bones bouffes, recherche F 45-55 ans, pour avoir beaucoup de plaisir ensemble. **4420142**

COUPLE

MA FEMME EST UNE PETITE COQUINE... Couple dans 50aine, lui; 56 ans, hétéro, elle; 50 ans, 5'5", 140 lb, bien roulée et ouverte, aime exciter les hommes, désire H, propre, pour faire plaisir à madame. **412593**

BEAU BONHOMME EN FORME, Luc, fin 50aine, 5'8", 165 lb, pas de bedaine, souhaite rencontrer couple HF, avec qui partager belle intimité. **412996**

HOMME CHERCHE HOMME

J-P ATTEND DE TES NOUVELLES! 66 ans, engagé, demeure à Gatineau, aime lingerie féminine, cherche à rencontrer autre H, aimant même chose, pour relation discrète. **377125**

JOËL VEUT FAIRE DES CHOSES QU'IL N'A JAMAIS FAITES... 55 ans, 145 lb, un peu poilu, sensuel, a beau corps, travaille en construction, aime porter latex, souhaite H, pour réaliser fantasmes. **411938**

EN QUÊTE D'EXPÉRIIMENTATION, homme dans 60aine, 5'10", 182 lb, n-fum, discret, curieux et authentique, cherche à contacter H, pour partager bones massages intimes, en toute discrétion et dans plus grand respect. **412843**

