

En route

vers Noël

GUIDE D'IDÉES CADEAUX ET PLUS ENCORE !

PAGE
LES ARTS ET
CULTURE EN
CADEAUX

4

PAGE
SUGGESTIONS
CADEAUX

8

PAGE
COCKTAIL
FESTIF

9

ACHATS DES FÊTES

CETTE ANNÉE, PENSEZ À L'ACHAT LOCAL!

Plus que jamais, l'achat local est sur toutes les lèvres. En effet, les derniers mois nous auront certainement mieux fait comprendre l'importance d'encourager nos producteurs et commerçants locaux afin de les soutenir dans ces moments plus difficiles pour tous.

Pour faire vivre nos producteurs et commerçants, on ne saurait assez répéter l'importance de choisir des produits d'ici. C'est pourquoi avec Noël qui arrive à grands pas, on commence à penser à ce que l'on souhaite offrir à nos proches.

Ainsi, avant de commander tout en ligne, pourquoi ne pas encourager les commerces locaux de votre région cette année? Que ce soit en Mauricie ou au Centre-du-Québec, vous n'aurez certainement pas besoin de chercher très loin pour découvrir les nombreux marchands locaux qui regorgent de petites trouvailles toutes aussi uniques les unes que les autres. Qu'il s'agisse de vêtements, de produits artisanaux, de peintures, de chocolats fins, de cafés gourmets, de fromages raffinés, de produits de boulangerie ou de sirop d'érable par exemple, il y en a vraiment pour tous les goûts!

Vous ne savez pas exactement quoi offrir à vos proches? Alors pourquoi ne pas encourager les commerçants locaux en achetant des chèques-cadeaux pour un soin en esthétique, en coiffure ou en massothérapie, pour un cours de musique, un repas au restaurant ou toute autre entreprise de service? Il s'agit d'un cadeau qui est toujours apprécié par celui qui le reçoit et qui encouragera par le fait même les entrepreneurs de chez vous.

Pour vous aider en ce sens, vous pouvez consulter le site du Panier Bleu grâce auquel les consommateurs peuvent maintenant rechercher et magasiner près d'un demi-million de produits, sur le lepanierbleu.ca, puis finaliser leur achat directement sur le site transactionnel de quelque 2000 commerçants québécois. Dans le menu, choisissez « Magasiner par régions ».

Bref, acheter local pendant le temps des Fêtes, c'est un cadeau que l'on se fait à soit même, mais aussi à notre communauté. Toutefois, cela ne veut pas dire qu'il faut bannir l'achat à l'extérieur, mais plutôt créer un réflexe pour stimuler les gens à acheter plus souvent localement.

Vous verrez, l'essayer c'est l'adopter!



LE
PANIER
BLEU

Pour le plaisir de fêter



Disponibles à votre boutique de jeux,
librairie ou sur Ludikquebec.com



JOE CONNAISSANT

LES ÉDITIONS
PARTY CRASHERS
ÉDITIONS





DES MOYENS NATURELS DE RESTER EN SANTÉ PENDANT LES FÊTES

(EN) Le temps froid est bien installé, ce qui veut dire que notre accès à des produits frais locaux est restreint et que nos horaires sont plus chargés que d'habitude pendant la frénésie des Fêtes. On peut bien dire que c'est une période de réjouissances, votre corps ne sera peut-être pas d'accord. Toutefois, le changement de saison n'est pas une raison pour perdre de vue vos objectifs en matière de santé.

Voici cinq conseils très simples qui vous aideront à vous sentir en santé, et à le rester pendant toutes les festivités :

GARDEZ VOS HABITUDES DE SOMMEIL.

Il est plus important que jamais d'obtenir suffisamment de sommeil à ce moment de l'année, car votre corps doit éliminer correctement le petit verre de trop ou les petits écarts de gourmandise. En conservant vos bonnes habitudes de sommeil, vous aidez aussi votre système immunitaire à maintenir sa résistance et à vous protéger contre la grippe saisonnière qui pourrait circuler lors de vos réunions sociales. Si vous avez tendance à dormir chez des parents ou des amis et que le lit n'est pas toujours à la hauteur, vous pourriez en ressentir des douleurs articulaires. Songez à inclure un peu de curcuma (fraîchement moulu ou sous forme de poudre) à votre alimentation pour combattre l'inflammation.



FAITES ATTENTION À CE QUE VOUS CONSOMMEZ.

Les réceptions auxquelles vous assistez ne sont certainement pas des endroits où il pourrait manquer de nourriture et de boissons et, bien sûr, il est important de vous détendre et de vous faire plaisir de temps à autre. Cependant, il n'est jamais bon d'abuser des bonnes choses. Soyez préparé et tournez-vous vers des solutions de recharge naturelles et festives, comme du thé chai au lieu du chocolat chaud, ou du kombucha aux fruits au lieu d'alcool.

UN COUP DE FROID? SUS AU GROG...

Le grog est une boisson faite de rhum mélangé à du lait chaud ou à de l'eau chaude. Ces deux éléments en constituent la base, et sont complétés de nos jours par quelques gouttes de jus de citron, mais aussi du sucre de canne, de la cannelle, du miel, du sirop de sucre liquide ou « gomme ». Il est couramment considéré comme un « remède de grand-

mère » pour lutter contre les rhumes ou les coups de froid car il adoucit la gorge et réchauffe. Comme il contient de l'alcool, il reste déconseillé de l'associer à la consommation de médicaments contre les états grippaux ou rhumes courants. On trouve de nombreuses recettes sur Internet.



Source : Wikipédia

Des moments en cadeau

spectacles • cave-à-vin • carte-cadeau

CULTUR3R

CULTURE TROIS-RIVIÈRES

CULTUR3R.COM

LES ARTS ET CULTURE EN CADEAUX

CARTES-CADEAUX

- AMPHITHÉÂTRE COGECO
- CULTURE TROIS-RIVIÈRES
- CULTURE SHAWINIGAN
- CINÉMA LE TAPIS ROUGE

Vous et vos proches avez hâte de revoir vos artistes préférés sur scène? De voir de magnifiques films? Avec la frénésie des Fêtes à nos portes, c'est l'occasion parfaite de gâter vos êtres chers en offrant des cartes-cadeaux pour Noël. Les cartes-cadeaux sont échangeables pour tout billet de spectacle présenté dans leurs lieux



EXPOSITION AU MUSÉE POP

CHANGER DE DÉCOR

Dans cette exposition, du mobilier de notre collection couvrant cinq périodes historiques sera mis en scène dans des décors reflétant l'esprit des époques choisies. Ces meubles anciens seront juxtaposés à des meubles contemporains afin de permettre au public d'observer leur influence sur la production du mobilier que l'on retrouve aujourd'hui en magasin et de comparer leur évolution. Un avant/après révélateur!

De plus, s'ajoutent à l'exposition des œuvres d'art populaire illustrant différentes demeures, rurales ou urbaines du Québec de 1900 à 1950, sous forme de maquettes réalisées par les sculpteurs Jacques Charbonneau et Camil Héroux.

museepop.ca

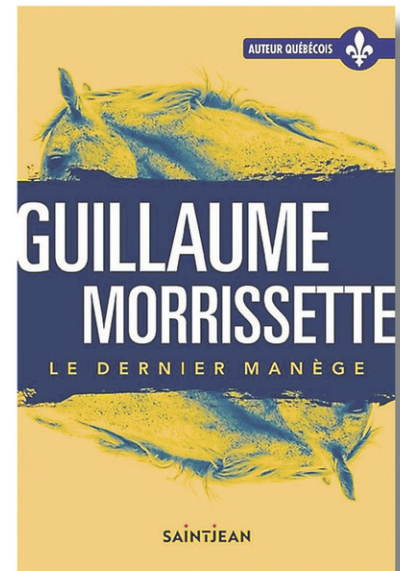


LIVRE

LE DERNIER MANÈGE

Le dernier manège par Guillaume Morissette séduira assurément les amateurs de sensations fortes.

Cette fois, l'auteur nous amène dans ce thriller essoufflant qui se déploie sur deux jours durant lesquels certaines minutes s'envolent bien vite.



UNICEF POURQUOI PAS UN CADEAU DE NOËL TEINTÉ D'ALTRUISME?

Avec la guerre en Ukraine, les sécheresses en Afrique, les réfugiés qui fuient les guerres, les enfants ont plus que jamais besoin de notre aide. Le Fonds des Nations unies pour l'enfance offre aux canadiennes et canadiens d'offrir des cadeaux de Noël de première nécessité.

Les Cadeaux de survieMD de l'UNICEF sont des articles vraiment essentiels qui sont expédiés en votre nom aux enfants et aux familles du monde entier ayant

des besoins pressants. Vous pouvez choisir parmi plus de 40 cadeaux essentiels à la survie, dont des fournitures médicales, de l'eau potable, des vaccins, des aliments, l'accès à l'éducation et une aide d'urgence.

Les Cadeaux de survie ne sont pas symboliques; ce sont des articles tangibles qui sauvent des vies. Votre cadeau sera expédié directement du plus grand entrepôt humanitaire du monde. Une carte

gratuite décrivant les bienfaits de votre achat est incluse avec chaque cadeau.

Grâce à des supportrices et des supporters du Canada, les Cadeaux de survie ont permis à 1,7 million d'enfants et de familles de recevoir une aide vitale en 2021.

POUR PLUS DE DÉTAILS
[HTTPS://SHOP.UNICEF.CA/FR](https://shop.unicef.ca/fr)



LA SOMME DE 20\$

PROCURE DES ALIMENTS
THÉRAPEUTIQUES À
11 ENFANTS.

LA SOMME DE 50\$

PROCURE À
52 ENFANTS DES
VACCINS ESSENTIELS
À LA SURVIE

LA SOMME DE 100\$

PROCURE À
274 ENFANTS DE
L'EAU POTABLE POUR
BOIRE, SE LAVER ET
ACCOMPLIR DES TÂCHES
DOMESTIQUES

LA BANDE DESSINERIE

- BANDE DESSINÉE
- MANGA
- WARHAMMER
- CASSE-TÊTE

LA RÉFÉRENCE
en Bande Dessinée

Jeux de société
Figurines
Vinyles usagés
et plus!

Centre d'achats
Normanville

La Bande Dessinerie
Librairie Le Lecteur

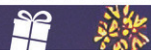
• VENTE • ACHAT • ÉCHANGE
760, boul. des Récollets, Trois-Rivières

819-371-1000

Joyeux temps
des fêtes à tous!

Le Lecteur
livres d'occasion

CONTENU PROMOTIONNEL



LA PÊCHE AUX PETITS POISSONS DES CHENAU



Crédit photo: Olli Crateau

Fin décembre, Sainte-Anne-de-la-Pérade accueillera la 85^e édition de la pêche aux petits poissons des chenaux. Activité familiale par excellence, la pêche au poulamon regroupe près de 500 chalets chauffés, éclairés et meublés pour accueillir les pêcheurs de tout âge. De plus, une foule d'activités familiales et festives a lieu tous les week-ends.

lespetitspoissons.ca



Crédit photo: Sylvain Mayer

NOËL AU SANCTUAIRE

Du 1^{er} décembre au 1^{er} janvier, venez célébrer Noël au Sanctuaire Notre-Dame-du-Cap avec des activités, des célébrations, des spectacles, le Marché de Noël et Noël en lumières. Les 10 et 11 novembre, venez rencontrer 76 artisans qui vous offriront une tonne de produits faits à la main. De plus, venez voir les jardins illuminés du 16 décembre au 1er janvier. Des spectacles gratuits vous seront offerts, tels que la grande Goergia Fumanti, reconnue internationalement, qui vous fera vibrer avec les grands succès de Noël!

www.sanctuaire-ndc.ca/evenements



PANDÖRA



© 2022 Pandora Jewelry, LLC • Tous droits réservés

Plus qu'un cadeau

OFFERT À

La Perle Rare

www.bijouterielaperlerare.ca

3905, rue Bellefeuille • 819-376-5555
Galeries du Cap • 819-372-1222



LA TRADITION DU SAPIN DE NOËL À TRAVERS LES ÉPOQUES

La tradition de décorer un arbre à Noël est solidement ancrée chez nous. Mais d'où vient cette coutume ? Pourquoi le sapin est-il décoré de boules de couleur ?

Dès que Noël approche, il n'y a pas que les courses folles dans les magasins qui soient inscrites à l'agenda ! Il faut aussi donner à la maison un petit air de fête, en sortant des tiroirs les boules, les glaçons et les guirlandes qui serviront à décorer le sapin.

Voilà une coutume qui ne date pas d'hier, puisqu'on doit retourner quelques siècles en arrière pour en trouver l'origine. En fait, derrière l'histoire des sapins de Noël se profile, entre les branches, celle d'Adam et Ève. Au Moyen Âge, on avait en effet l'habitude de présenter des scènes bibliques sur le parvis des églises pendant l'aveug. Celle d'Adam et Ève était l'une des plus populaires, et pour représenter l'arbre du paradis dans lequel Adam a cueilli le fruit défendu, on garnissait de pommes un conifère. De fil en aiguille, cette coutume a franchi le seuil des maisons pour égayer ses habitants le 24 décembre, jour de la fête du célèbre couple. Et de l'époque victorienne à aujourd'hui, le sapin de Noël ne cesse de changer de parure !

C'est un Allemand, le général Von Reidesel, qui introduit le sapin de Noël au Québec, en 1781. Ayant traversé l'Atlantique pour lutter aux côtés des Anglais contre les indépendantistes américains, le militaire surprend tous ses invités le soir du réveillon en allumant un immense sapin décoré de bougies dans sa demeure de Sorel. Cet arbre serait peut-être le premier sapin de Noël d'Amérique du Nord !

Il faut cependant attendre la seconde moitié du XIXe siècle pour que la tradition se répande vraiment chez nous. La mode nous vient de la bourgeoisie canadienne-anglaise qui, soucieuse de conserver l'héritage culturel de la mère patrie, importe ici une tradition lancée par le Prince Albert, époux de la reine Victoria. En 1841, pour souligner la naissance de son fils aîné, le prince, originaire d'Allemagne, suit la coutume de son pays et fait décorer un sapin au château de Windsor. Très vite, il est imité par les autres membres de la cour, puis par l'élite anglaise. La tradition finira aussi par gagner peu à peu les classes populaires au début du siècle.

De petite taille, le sapin victorien était placé sur une table couverte d'une nappe blanche. Dans ses branches, on mettait des bougies, des friandises, des petits cadeaux et des objets miniatures parfois faits maison (drapeaux, clochettes, éventails, animaux, etc.), alors qu'à ses pieds, on déposait les cadeaux sans les avoir emballés. Il faut attendre l'invention du support en métal pour voir pousser sous les toits des sapins pleine hauteur.

Contrairement à ce qu'on peut penser, les sapins artificiels ne sont pas une invention récente, car ils sont apparus en Allemagne (encore !) au début du siècle. On se servait de plumes d'oie ou de dinde, teintées en vert pour imiter les branches, qui étaient insérées dans un poteau central. Ces sapins mesuraient environ un mètre de haut. Pour fabriquer des sapins de plus grande taille destinés aux hôtels, aux magasins et aux demeures cossues, on utilisait des plumes d'autruche et de cygne.

Au fil des ans, toutes sortes d'ornements viendront décorer les branches des sapins, dont les boules de verre soufflé, qui apparaissent vers 1830 en Allemagne. Selon certaines croyances, elles auraient la propriété d'éloigner les mauvais esprits ! Adoptant différentes formes (fruits, pommes de pin, maisonnettes, animaux, fleurs et oiseaux), elles font rapidement boule de neige en Europe avant de rouler jusqu'en Amérique, grâce à la compagnie Woolworth qui, en 1880, sera la première à en importer.

À l'origine, pour illuminer le sapin de Noël, on utilisait des bougies fixées à l'extrémité des branches avec de la cire, des épingles et des bougeoirs sur pince. Puis viendront au début du siècle les globes de verre et les lanternes à l'huile, plus sécuritaires. En 1890, Edward Johnson, l'associé de Thomas Edison, commercialise la première guirlande électrique aux États-Unis. Six ans plus tard, on peut admirer le premier sapin garni d'ampoules au Québec, à Westmount plus exactement. Mais l'utilisation des guirlandes

électriques ne se répandra vraiment que dans les années 20 et 30. À défaut de petites lumières, on se tourne du côté des décorations scintillantes : boules entourées de fil argenté, perles de verre enfilées sur du fil de fer et guirlandes de chenille métallique. Parce que les temps sont durs, plusieurs font preuve de créativité pour décorer leur sapin. Ils enveloppent noix, bonbons ou coquillages de papier métallique de chocolat, avant de les accrocher aux branches à l'aide de fils de laiton.

Entre 1920 et 1940, ce sont les ornements de verre qui ont la cote. Finies, les décorations de carton et de métal ! Les boules de Noël se permettent toutes les fantaisies (rondes avec embossage, fuselées, etc.), et elles sont peintes à la main dans des couleurs scintillantes. C'est aussi à cette époque que les glaçons métalliques font leur apparition. Déposés négligemment sur les branches, ils brillent sous la lumière des ampoules électriques.





Installée au pied de l'arbre, la crèche représentant la scène de la Nativité devient une pratique courante. Elle rassemble des animaux moulés en plâtre et des maisonnettes en carton dont le toit est recouvert de sel, et les fenêtres en cellophane de couleur sont éclairées de petites ampoules. Ces objets sont déposés sur un tapis de ouate et recréent en miniature un véritable village sous la neige. L'effet est magique et plaît autant aux petits qu'aux grands qui peuvent passer des heures à regarder la scène sans se lasser.

Durant la Seconde Guerre mondiale, comme il n'est plus possible d'importer d'Allemagne les ornements de verre, les gens décorent leur arbre avec des boules rouges, bleues

ou blanches, les seules qui soient encore vendues sur le marché. Les sapins de Noël perdent alors un peu de leur éclat, qu'ils retrouveront vite dès la fin de la guerre. Dans les années 50, la mode est aux guirlandes métalliques et aux ampoules multicolores qui s'ajoutent aux ornements de verre élaborés et aux glaçons. On retrouve également des décorations en plastique de formes et de couleurs très variées.

Arrivent les années 60. La mode est au faux et le sapin de Noël ne fait pas exception. On trouve sur le marché des arbres en aluminium ou en fibre de verre qui prennent des couleurs étonnantes : blanc, rose pâle, bleu pâle, argenté ou doré. Ils sont décorés avec des boules unies, rondes ou fuselées. Pour créer un

effet des plus in, on remplace guirlandes d'ampoules électriques par une lumière rotative qui éclaire le sapin de couleurs vives.

Les années 70 annoncent le retour à la terre. Exit, le clinquant et les arbres artificiels ! Pour être de bon ton, le sapin se doit d'être naturel ou, au pire, ressembler à un vrai. Il est décoré de multiples objets faits de matériaux naturels, comme le bois, la paille, les guirlandes de canneberges ou de maïs soufflé. Pour égayer le sapin, on se sert également de biscuits en pain d'épice, de fruits, de pommes de pin, de fleurs, de boucles de ruban et de boules recouvertes de tissu.

Dans les années 80, le sapin de Noël prend une couleur multiethnique. Figurines aux teintes vives provenant du Mexique et d'Amérique du Sud, petits oiseaux en pain et gerbes de blé d'Ukraine, friandises typiquement italiennes... Tous les goûts sont dans la nature !

Depuis le début des années 90, sous l'influence de Martha Stewart, la grande prêtresse de la décoration aux États-Unis, on craque pour tout ce qui est fait main à partir de matériaux naturels que l'on transforme en objets raffinés. Bouquets de fleurs séchées peints de couleur bronze, boucles en satin chatoyant, cônes remplis de maïs soufflé et biscuits recouverts de fines feuilles de cuivre parent le sapin naturel. Tout s'articule autour d'un thème ou d'une couleur choisie au préalable. Les fans de Martha Stewart n'hésitent pas à se mettre au travail plusieurs semaines à l'avance afin de préparer les festivités. Ils arrivent souvent à Noël encore plus épuisés que tout le monde, mais heureux d'offrir à leur entourage une fête sans pareil.

Qu'est-ce que nous réserve l'avenir ? On peut supposer que chacun décorera son sapin de manière à ce qu'il aille avec sa personnalité. Celle qui aime bien manger optera pour les biscuits, les bonbons, les fruits, les guirlandes de noix, etc. L'amateur de pêche accrochera des leurres au bout des branches. Quant au mélomane, il suspendra des anges musiciens, des petits instruments ou des guirlandes de notes de musique ! Comme il n'y aura plus de tendances précises, place à la créativité.



CULTURE
SHAWINIGAN

Du 7 au 17
décembre 2022

2 pour 1

sur tous les
spectacles



Offre
exclusive
aux
membres

shaoui.ca

Évitez la file au comptoir ou l'attente au téléphone en vous procurant votre carte de membre ainsi que vos billets de spectacles directement en ligne !

Billetterie 819 539-6444

Mercredi au vendredi **9 h à 12 h - 13 h à 16 h 30**

Samedi **12 h à 16 h**

Dimanche au mardi **Fermée**

Cette offre est valide pour tous les spectacles présentés par Culture Shawinigan. Valide en ligne au shaoui.ca, par téléphone ou au comptoir. Valide à partir du 7 décembre à 9 h jusqu'au 17 décembre 2022 à 23 h 59. Valide pour les membres Shaoui seulement. Donne droit à deux billets pour le prix d'un, pour une même représentation. Cette offre n'est ni échangeable ni remboursable et ne peut être jumelée à aucune autre promotion.



CONTENU PROMOTIONNEL

DES CADEAUX BIEN
DE CHEZ NOUS!

LES AIGLES DE TROIS-RIVIÈRES

Livret FLEXI-CHOIX, hoodies,
casquettes et plus encore
pour les amateurs de
baseball.

LESAIGLESTR.COM



LES PATRIOTES DE L'UQTR

FORFAIT 12 FLEXISPORTS, hockey,
volleyball, soccer, une belle
opportunité de découvrir les
différentes équipes de sports des
Patriotes.

PATRIOTES.TICKETACCES.NET/



LES LIONS DE TROIS-RIVIÈRES

Abonnement de saisons,
billets de matchs, boutique,
vous trouverez assurément
de quoi combler l'amateur
de hockey.

LIONS3R.COM



L'ANGÉLAINE

Pour la période des
Fêtes, la boutique
l'Angéline de
Bécancour a ce qu'il
vous faut pour vous tenir
au chaud avec sa tuque
à torsades.

LANGELAINE.COM

MARÉE CHANDELLES

L'entreprise trifluvienne propose
plusieurs produits et des arômes
uniques conçus avec de la cire de
soya écologique cultivée de façon
biologique. À vous de choisir!

MAREECHANDELLES.COM



CAFÉ MÉLANGE MAISON/LE TRIFLUVIEN

Le Cafèier atelier de torréfaction
offre une grande variété de thés,
tisanes et cafés disponibles sur leur
boutique en ligne selon vos goûts.

CAFEIER.CA



BOUTIQUE DE LA BALAYEUSE

En entrant à la Boutique de la balayeuse,
vous aurez non seulement des tonnes
d'idées-cadeaux à offrir mais également
un service conseil hors du commun.
Il ne vous suffira que de faire un choix.

BOUTIQUEDELABALAYEUSE.COM

BIJOUTERIE LA PERLE RARE

Que ce soit pour l'être aimé ou un
membre de votre famille qui est
cher à vos yeux, la bijouterie
La Perle rare vous permettra
d'offrir un cadeau stylé et rempli
de douceur.

BIJOUTERIELAPERLERARE.CA



CONTENU PROMOTIONNEL



LE COCKTAIL FESTIF DE LA DISTILLERIE DU QUAI

Il est toujours bon, surtout dans le Temps des Fêtes, d'impressionner la visite par ses talents culinaires. Mais pourquoi ne pas aussi le faire avec un cocktail concocté avec soin? Un régal pour les yeux, les papilles et l'âme, ainsi que la gratitude exprimée par vos invités sauront récompenser vos efforts. Voici un classique revisité avec notre gin médaillé d'or à Londres dont la douceur et l'onctuosité en fait le parfait dessert après un copieux repas.

INGRÉDIENTS

- 2 oz de Sophia
- 1 oz de sirop d'orgeat aux pacanes
- 3/4 oz de jus de citron
- Blanc d'œuf ou émulsifiant
- Cannelle et muscade moulue

MIXOLOGIE

Dans un « shaker » avec des glaçons, brasser le gin, le sirop et le jus de citron pendant quelques secondes. Verser dans un verre en filtrant. Retirer la glace de votre « shaker » et y remettre les ingrédients. Ajouter un blanc d'œuf ou de l'émulsifiant. Agiter vivement quelques secondes et verser dans votre verre. Saupoudrer de cannelle et/ou de muscade, décorez d'un agrume séché.

Vous pouvez omettre la cannelle et remplacer le Sophia par notre excellent Aquavit 1989 pour obtenir un goût totalement différent, mais tout aussi extraordinaire. Pour d'autres idées de cocktails, des ingrédients recherchés, une épatante variété de tonics et autres boissons, pour jeter un œil sur nos installations, écouter de la musique et, bien sûr, vous procurer tous nos produits dont certains disponibles exclusivement, passez nous voir à notre boutique de Ste-Angèle du mardi au samedi.



LE GUIDE ÉCOLOGIQUE DES CADEAUX DES FÊTES



(EN) Famille et amis constituent bien sûr les véritables récompenses des Fêtes, mais qui ne souhaite pas déballer un ou deux cadeaux? Grosso modo, les canadiens dépensent 1500 \$ pendant le temps des Fêtes. Voici quelques conseils d'achats verts pour éviter les sites d'enfouissement aux dollars que vous dépenserez.

MISEZ SUR LA QUALITÉ

Quand vous magasinez, misez sur la qualité plutôt que sur la quantité. L'être cher sera comblé avec un seul cadeau mémorable au lieu de recevoir plusieurs petits articles. Considérez également de faire un don à un organisme de bienfaisance ou de contribuer à une bonne cause au nom de quelqu'un. Les bas de Noël remplis de bricolages et de gâteries maison sont également appréciés : profitez-en pour renouer avec votre créativité.

RECHARGEZ VOS CADEAUX

Pourquoi ne pas offrir des piles rechargeables avec les jouets et produits électroniques? Puisque ces piles peuvent se recharger à l'infini, elles vous permettront de donner et donner de nouveau! Vous réduirez également le nombre de piles usagées dans les sites d'enfouissement, en plus d'encourager famille et amis à recycler leurs piles eux-aussi.

CRÉEZ UN ÉVÉNEMENT

Les cadeaux des Fêtes sont souvent des nouveautés tendances, mais elles ne sont pas obligées d'être ainsi. Créez des souvenirs pour vos proches en leur offrant de vivre un événement plutôt que le dernier produit à la mode. Des billets de concert ou de cinéma, ou encore une escapade en ski sont des cadeaux emballants qui ne se retrouveront jamais dans les sites d'enfouissement.

POUR NOËL, OFFREZ UNE CARTE-CADEAU!

Montant de votre choix à partir de 25\$

Sans date d'expiration

**DISPONIBLE UNIQUEMENT
À LA BILLETTERIE DU CINÉMA**



Horaire des films :

www.cinemaletapisrouge.com

Ligne info cinéma : 819 840-2540, poste 1

C'est le temps des fêtes et le

CAPS UQTR

LÉOPOLD-GAGNON

donne des cadeaux!

Achete une carte-cadeau de 75\$ et plus, et obtiens une **serviette** des Patriotes **gratuitement!**

*La promotion débute le 5 décembre jusqu'à épuisement des stocks.

Pour tous les détails → **caps.uqtr.ca**



DES CADEAUX BIEN DE CHEZ NOUS!



FORFAIT CADEAU TROU DU DIABLE



Cette brasserie shawiniganaise bien connue dans la région propose un forfait dégustation, visite et bouteilles cadeau. **Le Trou du diable**, cette coopérative de travail possède toujours une quinzaine de bières en fût sur place en plus d'une belle cuisine bistro!

CE FORFAIT POUR 2 PERSONNES COMPREND :

- Visite guidée
- 4 dégustations par personne
- 2 bouteilles de 600 ml de votre choix
- 2 certificats-cadeaux de 10\$ à la boutique

DES PLEUROTÉS À LA MAISON

Vous voulez offrir quelque chose de spécial et unique en cadeau? L'entreprise Cultura a développé une belle trousse pour faire la culture de champignons à la maison. C'est vraiment une belle idée à offrir et à faire découvrir à vos proches!

La trousse comprend du mycélium écologique et artisanal qui au final, vous donnera de beaux champignons que vous pourrez utiliser en cuisine.

Les champignons ont beaucoup de bienfaits, pourquoi s'en priver! Cet ensemble permet de faire la culture de **pleurotes blancs**.

DESCRIPTION DE L'IDÉE CADEAU

- Trousse de champignon simple à utiliser et à démarrer
- Il suffit d'humidifier généreusement
- Les étapes (avec illustrations) sont inscrites à l'endos de la boîte
- Vidéo disponible sur le site pour aider
- Permet jusqu'à 3 récoltes durant les 3 mois suivants l'ouverture
- Récoltez en moins de 2 semaines!



UN OREILLER DE SARRASIN

Cet oreiller de sarrasin pour les adultes de l'entreprise québécoise **Neka** est un beau cadeau à offrir à l'un de vos proches (ou à vous-même)! Il offre un confort exceptionnel et un support optimal pour des nuits reposantes. La composition de cet oreiller offre de nombreux avantages : L'écale de sarrasin est une matière de rembourrage écologique, durable, renouvelable et compostable, ils permettent à l'oreiller de ne pas s'affaisser, et de ne pas retenir l'humidité ou la chaleur du corps. Ainsi, l'oreiller de sarrasin est donc frais en tout temps.

Il épouse la colonne cervicale, ce qui permet d'avoir un support optimal pour la tête et le cou. Cela aide à réduire les raideurs et les tensions musculaires en plus d'apaiser les douleurs reliées au dos.

La housse est lavable à la machine. La composition du coussin offre de nombreux avantages : L'écale de sarrasin est une matière de rembourrage écologique, durable, renouvelable, compostable et ne retient pas l'humidité ou la chaleur du corps. De plus, il est ajustable, hypoallergénique et anti-acariens.

DESCRIPTION DE L'IDÉE CADEAU

- Entièrement fabriqué au Québec
- Coussin de qualité et durable
- Housse intérieure: 68% polyester et 32% coton
- Housse extérieur: 100% coton
- Rembourrage: 100% écales de sarrasin
- Dimensions : 24 x 16,5 x 5 po
- Poids : 6 lbs



TROUSSE DE SOINS POUR LA BARBE

Cet ensemble d'essais pour les soins de la barbe est préparé par la compagnie montréalaise **Les Industries Groom**. Vous y retrouverez 5 produits pour les soins de la barbe. Idéal pour faire l'essai de leurs beaux produits ou pour une trousse de voyage!

DESCRIPTION DE L'IDÉE CADEAU

La trousse contient :

- 7 ml d'huile à barbe – Conifère (Bergamote & Lavande)
- 7 ml d'huile à barbe – Santal (Tabac & Épices)
- 7 ml d'huile à barbe – Citrus (Herbes & Mer)
- 30 ml de nettoyant à barbe
- 15 ml de baume à barbe – Conifère (Bergamote & Lavande)
- Livret d'instructions



Offrez de la douceur avec nos produits fabriqués ici

3338, rue Bellefeuille, Trois-Rivières
Lundi au vendredi : 8h - 16h
www.mareechandelles.com

marée
chandelles





OFFRIR LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE EN CADEAU. DES CHOIX DURABLES!



Plus que jamais, depuis maintenant bientôt trois ans, nous avons pu prendre la pleine mesure de l'importance notre santé et de notre bien-être. Pas seulement pour nous mais aussi pour tous ceux et celles qui nous sont chers. Notre santé et celle de notre planète sont désormais au cœur de nos priorités. Bien qu'en pleine croissance depuis déjà une dizaine d'années, cette tendance mondiale est encore plus fulgurante depuis la pandémie. Elle influence tous nos comportements et toutes nos décisions d'achats.

Dans cette quête de bien-être, nous recherchons des expériences authentiques et des activités qui favorisent la santé globale, qui contribuent à améliorer nos saines habitudes de vie, diminuent notre empreinte écologique ou favorisent l'utilisation d'énergies renouvelables. Ainsi, nous voulons faire des choix plus conscients en achetant des produits locaux, éco-responsables ou distribués par des entreprises québécoises. Cette année, nous vous proposons quelques suggestions pour réchauffer, en cette saison froide et festive, le cœur de vos biens aimés.

SE RECONNECTER À SOI !

Les spas sont devenus des destinations de choix lorsque vient le moment de prendre soin de sa santé physique et mentale : se ressourcer dans des lieux

d'exception a vraiment de quoi plaire. Partout au Québec, dans plus de 22 régions touristiques, vous pouvez trouver un lieu qui offre des expériences de détente pour prendre une vraie pause. Les membres du réseau de l'Association québécoise des spas vous assurent de trouver un soin sur mesure dans un environnement propice à la détente. Les soins par l'eau « Sana Per Aquam » ou les thérapies de l'eau est une pratique qui remonte à la nuit des temps. Égyptiens, Romains, Japonais et Finlandais nous ont fait découvrir les bienfaits de ces rituels pour la santé physique, mentale et émotionnelle. Qui n'a pas expérimenté les bénéfices que procurent l'alternance de se baigner dans des bassins d'eau chaude, glacée et de se faire suer dans un sauna?

SILLONNER LE QUÉBEC DIFFÉREMMENT

Plusieurs destinations au Québec offrent des forfaits alliant la détente et la gastronomie aux autres plaisirs. Cela permet de maximiser ses déplacements et, à la fois, d'ajouter à son carnet d'adresses de belles découvertes. De plus en plus de gîtes, d'auberges et d'hôtels offrent des soins corporels souvent combinés à des séances de relaxation. Que ce soit par la voie de la méditation, du yoga, ou d'activités sportives aussi diversifiées que des

randonnées pédestres et des sorties de vélo, les choix sont nombreux. Les offres provenant des centres de yoga, de Tai chi, de Qi gong, de Pilates se multiplient et gagnent en popularité. Que ce soient des formations privées ou en groupes et même des retraites en silence, de courtes ou de longues durées, il y en a pour tous les goûts. Pour vos amis parmi les plus aventureux ou pour les amateurs de grands espaces, une carte-cadeau donnant accès à un parc naturel, à un grand jardin ou à une sortie au zoo ou, même, à un cours d'escalade sera certainement grandement apprécié. C'est une autre belle façon d'offrir la santé en

héritage tout en encourageant les commerces de proximité.

LA SANTÉ À PORTÉE DE MAIN JUSQU'À LA MAISON

À la maison tout comme dans nos déplacements, nous aimons pouvoir reproduire nos rituels de bien-être. Il en faut de peu pour raviver ces souvenirs heureux d'un moment passé dans un lieu de prédilection. Un bain à la lueur d'une chandelle dans une eau chaude infusée de votre huile essentielle préférée d'eucalyptus évoquera sans contredit votre dernière expérience au sauna; une huile de massage à la lavande diffusée le soir

venu calmera le petit dernier un peu nerveux, la veille d'un examen, et saura lui apporter tout le réconfort attendu; le goût raffiné d'un thé Puer ou d'un Wulong, de la dernière récolte, partagé avec votre vieille maman, lors de votre prochaine visite, suffira pour vivre pleinement cet instant unique. Tous les prétextes sont bons pour offrir des produits pour la maison qui ravivent le corps et l'esprit: l'effluve d'une odeur, la douceur d'un peignoir, la chaleur d'une couverture, le confort de pantoufles sont autant d'objets du quotidien qui favorisent l'enracinement, nourrissent l'équilibre et cultivent un esprit Zen.



Célébrez Noël avec Dans un Jardin !

Des idées cadeaux pour toute la famille !

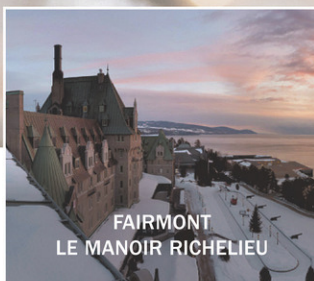
Dansunjardin.com



DANS UN JARDIN

Fairmont

HOTELS & RESORTS



Vivez
la GRANDEUR
des **CÉLÉBRATIONS**

Les certificats-cadeaux des hôtels Fairmont du Québec sont une excellente façon d'offrir des moments inoubliables. D'un séjour de luxe à une expérience culinaire unique ou une journée parfaite sur nos terrains de golf, nos certificats-cadeaux sont toujours une délicate attention pour célébrer une occasion spéciale.

COMMUNIQUEZ AVEC NOUS AU 1 800 441-1414
OU VISITEZ LE [FAIRMONTENCADEAU.COM](https://www.fairmontcadeau.com)