

JONATHAN
PAINCHAUD
NAGER EN
PLEINE LUMIÈRE
PAGE W10

LUZIA, DU CIRQUE
DU SOLEIL
ODE FÉÉRIQUE
AU MEXIQUE
PAGES W12 ET W13



CHAMPION

FAIRE FI DES LIMITES

PAGE W3



PHOTO ERICK LABBÉ, LE SOLEIL

facebook/
lavoixdelest

@lavoixdelest



CLINIQUE PODIATRIQUE
DE GRANBY

66, rue Court, bureau 214, Granby
450 991-4117

www.cliniquepodiatriquegranby.ca

LA référence pour la santé des pieds à Granby!

Venez nous rencontrer.
Nos **professionnels chevronnés**
sauront vous remettre sur pied!

D^{re} Kim
Desroches,
podiatre

D^{re} Geneviève
Payette,
podiatre

Membres de l'Ordre des
podiatres du Québec

Couvert par la majorité des régimes d'assurances privés. Aucune référence médicale nécessaire.



TAUREAU

DU 21 AVRIL AU 20 MAI

Bénéficiant des influences du Soleil, de Vénus et de Mercure en Taureau, vos aptitudes oratoires vous permettront de convaincre vos interlocuteurs, y compris ceux qui s'opposaient à vos idées. Vous devriez obtenir facilement l'appui de personnes clé quant aux modifications que vous aimeriez apporter au déroulement d'une activité ou à la structure d'un groupe.



GÉMEAUX

DU 21 MAI AU 21 JUIN

Étant donné que la Lune arrive pour deux jours en Gémeaux, le courant risque de ne pas passer aussi facilement que vous ne le souhaiteriez. Une conversation pourrait sembler laborieuse à alimenter. Toutefois l'humour demeurera toujours un bon moyen pour alléger l'atmosphère, mais assurez-vous que vos blagues ne puissent pas être mal interprétées.



CANCER

DU 22 JUIN AU 22 JUILLET

Arrivant en Gémeaux, la Lune exercera une influence favorable, tant sur vos états d'âme que sur vos interactions sociales. Ainsi, ce samedi s'annonce propice à l'établissement de nouveaux contacts personnels et professionnels. Il suffira de manifester de l'enthousiasme et d'exprimer de la gratitude pour que les gens soient bien disposés à vous aider...



LION

DU 23 JUILLET AU 23 AOÛT

Pourquoi vous obliger à participer à une activité qui vous déplaît? Avec l'arrivée de la Lune en Gémeaux, voici plutôt une journée pour penser à vous et vous offrir une petite gâterie. Si un sentiment de culpabilité vous entrave la voie, dites-vous que les personnes qui vous aiment souhaitent avant tout votre bonheur et que celles qui briment votre liberté n'ont que le pouvoir que vous leur accordez.



VIERGE

DU 24 AOÛT AU 22 SEPTEMBRE

C'est le temps de passer à l'action et de régler un problème pour de bon. Un maximum d'équité pourrait être atteint par le biais d'alternatives originales se situant en dehors des sentiers battus. Malgré la Lune arrivant en Gémeaux, profitez du climat apporté par le passage de Jupiter dans votre Signe pour faire respecter vos droits et promouvoir des mesures que vous considérez équitables.



BALANCE

DU 23 SEPTEMBRE AU 23 OCTOBRE

Il y a de ces choses qui deviennent plus attrayantes lorsqu'elles sont inaccessibles. Il serait peut-être sage de faire un peu d'introspection afin de déterminer la nature de vos désirs avant de vous lancer à leur poursuite, histoire d'en avoir le cœur net. Par ailleurs, avec l'arrivée de la Lune en Gémeaux, Signe d'Air ami du vôtre, certaines de vos relations pourraient devenir plus chaleureuses.



SCORPION

DU 24 OCTOBRE AU 22 NOVEMBRE

Le fait de verbaliser un désaccord n'est pas forcément synonyme de semer la querelle. Tandis que le Soleil, Vénus et Mercure parcourent votre Signe complémentaire, le Taureau, il existe un moyen d'avancer vos arguments diplomatiquement de manière à ne froisser personne. Et avec la Lune en Gémeaux, l'expression de vos sentiments semble être le meilleur moyen de dénouer une impasse.



SAGITTAIRE

DU 23 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE

Avec l'arrivée de la Lune en Gémeaux, face au Sagittaire, vous évalueriez probablement certaines données plus facilement. N'estimez donc pas, à tort, que certaines personnes ne vous apprécient pas à votre juste valeur. Il serait toutois sage d'attendre plusieurs jours avant de confronter quelqu'un. Vous constaterez d'ici peu qu'une situation ne vous est pas si défavorable que ça.



CAPRICORNE

DU 22 DÉCEMBRE AU 20 JANVIER

Grande invitation, petites portions. Pour éviter les déceptions, mieux vaut vous méfier du tape-à-l'œil et ne pas trop idéaliser d'avance les occasions qui se présenteront avec un éclat excessif. Si vous organisez un événement, faites suffisamment de publicité, mais n'en dévoilez pas trop les détails afin de pouvoir bénéficier de l'effet de surprise. La Lune arrive pour deux jours en Gémeaux...



VERSEAU

DU 21 JANVIER AU 19 FÉVRIER

L'arrivée de la Lune dans un autre Signe d'Air, les Gémeaux, pourrait venir charmer votre vie affective. De plus, vu que son influence bénéfique vous imprègne d'un magnétisme qui vous attire non seulement l'admiration, mais la curiosité des autres, il ne sera pas exclu que l'on vienne cogner à votre porte. Tant dans l'intimité qu'en société, vous parviendrez tout naturellement à projeter l'image désirée.



POISSONS

DU 20 FÉVRIER AU 20 MARS

Alors que la Lune arrive en Gémeaux, vous aurez malgré tout la chance d'effectuer des gains faciles. Voici une bonne fin de semaine pour vous attaquer à tout défi qui requiert le meilleur de vous-même. Ne permettez pas à l'apparente rigidité de certains cadres pré-établis de vous dissuader. Il y a beaucoup de gens qui ne demandent qu'à vous suivre. Émettez vos propositions...



BÉLIER

DU 21 MARS AU 20 AVRIL

Il est difficile d'atteindre le succès sans l'appui de sympathisants. Et vous ne pouvez pas vous attendre à ce que les autres témoignent davantage d'enthousiasme face à vos réalisations que vous ne le faites envers les leurs. Ainsi, si vous souhaitez que les autres s'intéressent à votre travail, vous devriez également songer à démontrer plus de curiosité à l'endroit de ce qu'ils font.

CHAMPION

Le bonheur de ne

STEVE BERGERON

La Tribune

SHERBROOKE — Lorsqu'on entend *Life Is Good* (le premier extrait du quatrième album de Champion), on se dit: «Tiens! Il a eu envie de retravailler avec Betty...»

Jusqu'à ce que, un couplet et un refrain plus tard, on se rende bien compte que, malgré la similitude, cette voix n'est pas celle de Betty Bonifassi, qui avait participé au départ foudroyant de la carrière de Champion en 2004, avec l'album *Chill 'Em All* et la chanson *No Heaven*.

« Je suis content de ta réaction, parce que tu aurais pu être déçu », commente Maxime Morin à propos de ce retour à une voix soul féminine. Parce que, voyez-vous, *Life Is Good*, de même que trois autres pièces du nouvel album *Best Seller*, sont nées juste après son premier opus.

« À l'époque, je m'étais aperçu que mes chansons après *Chill 'Em All* ressemblaient trop au matériel précédent et j'avais trouvé ça poche. J'avais décidé de tout jeter et de recommencer. L'équivalent de six mois de travail s'est retrouvé aux poubelles. C'est pour ça que le second album s'appelle *Resistance*: j'avais résisté à la facilité », raconte-t-il.

Visiblement, il ne pense plus de la même manière aujourd'hui. On savait déjà que l'assaut imprévu d'une leucémie en 2010 (guérie moins d'un an plus tard) avait fondamentalement changé sa façon de voir les choses. Notamment en dégonflant plusieurs idées reçues qui, trouve-t-il maintenant, s'avèrent plutôt être des barrières qui empêchent de profiter de la vie telle qu'elle est.

« Pourquoi la facilité serait-elle un problème? La complexité n'est pas forcément un gage de qualité ni d'émotion. Justement, il y a souvent une grande part d'émotion dans la simplicité. Ça prend juste des c... pour l'assumer. J'ai donc repris mon disque jeté à la poubelle et j'ai décidé de le refaire... Mais je reste un gars qui aime créer », précise-t-il.

Life Is Good, initialement instrumentale, s'est ainsi retrouvée avec des paroles. *Lead On* s'est complètement transformée et seule la mélodie est restée.

« Mais il y a quand même des limites à réinventer le passé, poursuit-il. Avec une de ces vieilles chansons, j'ai dû essayer six différentes versions de drum, mais rien ne marchait. J'ai fini par comprendre qu'elle était destinée à rester comme elle était. »

AJOUTER DES GAFFES

Les autres plages de *Best Seller* ont été créées à partir de ce que Champion appelle des erreurs volontaires: garder les gaffes imprévues ou ajouter sciemment des dissonances, des sonorités grinçantes, des prises de son médiocres, des rythmes brisés... Par exemple, sur *And I You*, il a intentionnellement monté le volume des frottements de cordes de guitare (en bon français, les squeak) que la plupart des réalisateurs s'efforcent d'effacer, pour les transformer en élément rythmique. Sur *Boing Boing*, on a l'impression d'entendre tourner une girouette rouillée.

Et dans le cas de *Lead On*, il... chante lui-même. D'une voix tout sauf charismatique (pensez *Louie Louie* par The Kingsmen).

« Pour celle-là, je n'ai même pas eu besoin de me forcer pour ajouter des erreurs », commente-t-il avant d'éclater de rire. « Cette démarche est quand même un



Visiblement, Champion ne pense plus de la même manière aujourd'hui. On savait déjà que l'assaut imprévu d'une leucémie en 2010 (guérie moins d'un an plus tard) avait fondamentalement changé sa façon de voir les choses. Notamment en dégonflant plusieurs idées reçues qui, trouve-t-il maintenant, s'avèrent plutôt être des barrières qui empêchent de profiter de la vie telle qu'elle est.

— PHOTO PATRICK LABBÉ, LE SOLEIL

défi, car ça ne fonctionne pas toujours. Par exemple, pour *I Can't Let Go* [la chanson d'ouverture], je voulais faire quelque chose d'ultradénudé, pour laisser toute la place à l'émotion. Finalement, je crois que c'est réussi. Mais on m'a dit de *Lead On* qu'elle était difficile, et même qu'elle ne passait pas du tout... alors que c'est la préférée de mon petit frère! Je dois dire qu'il a des goûts spéciaux.»

Champion voulait justement réaliser un album à la fois large et ambigu, pour que «chacun entende des choses différentes selon sa perspective et que la musique puisse être appréciée de plusieurs points de vue».

CRITIQUE CD



★★★★½
ÉLECTRO-POP
Best Seller
CHAMPION

Retour aux sources. L'ombre de l'album fondateur *Chill'em All* plane sur ce nouvel effort de Champion. Avant même que le principal intéressé ne le confirme en entrevue, on avait remarqué la parenté dans l'énergie qu'on y retrouve... Et encore davantage dans le travail vocal: la nouvelle complice de Champion, Lou Laurence, pourrait être la petite sœur de Betty Bonifassi, qu'on entendait sur le premier disque. C'est donc un retour aux sources que s'offre ici Champion. On retrouve le penchant du compositeur pour les constructions sonores électro-cinématiques: boucles électro, beats pesants, lignes de guitares électriques et voix gorgées de soul s'y entremêlent et se superposent. Champion atteint sans peine son objectif de faire danser: selon nos prédictions, ça va sauter fort sur le parterre pendant les livraisons sur scène de la petite bombe *Life is Good*. Mais il n'a pas perdu le tour de ralentir la cadence pour tricoter de chouettes ambiances. Quelques ovnis ont trouvé leur place sur l'album — dont l'étrange *Money Money Money* —, mais dans l'ensemble, le résultat s'avère plutôt réjouissant. **GENEVIÈVE BOUCHARD**

plus résister



TRIO DE CHANTEUSES

Mais, au fait, qui est cette nouvelle voix qui prend la relève de Pilou (Pierre-Philippe Côté), le chanteur des deux albums précédents ?

C'est Lou Laurence, une interprète originaire de Victoria et vivant à Montréal, que Champion et son équipe ont découverte par hasard sur la toile (elle était inscrite à la programmation du Divan orange). Ils ont mis le grappin dessus juste avant qu'elle s'envole pour le Chili enseigner l'anglais pendant trois ans.

« Quand j'ai vu sa vidéo sur YouTube, j'ai tout de suite su que c'était la chanteuse qu'il nous fallait. Elle avait fait tous ses adieux

à ses amis avant de partir... mais elle n'est jamais partie », rapporte Champion, qui ne ressent aucune culpabilité d'avoir recruté une voix très proche de celle de Betty Bonifassi.

« Je n'ai pas hésité plus de trois secondes. De toute façon, je réagis très peu maintenant à ce genre d'autocensure. Le genre blues et soul, ce ne sont ni Lou ni Betty qui l'ont inventé, sauf tout le respect que je leur dois et hormis leur grand talent. C'est un matériau que je connais bien et que j'aime. Moi, je compose mes lignes vocales en chantant n'importe quoi. C'est comme ça que tu crées du blues. Pas en t'asseyant avec un

cahier et un crayon. La chanson française est quelque chose de très carré et d'organisé, qui m'interpelle un peu moins. »

Champion a aussi sollicité Marie-Christine Depestre (qui avait fait les spectacles de °1) pour deux chansons. « En fait, j'avais écrit la chanson *What a Life* pour elle, mais finalement, Lou s'est révélée plus appropriée au registre plus bas. J'ai donc gardé Lou pour les couplets et Marie-Christine pour le refrain. L'inverse s'est produit avec *Claustrophobic* : je l'avais pressentie pour Lou, mais Marie-Christine s'est imposée en studio. J'avoue qu'au moment de faire les mix, je devais vérifier le nom, parce que leurs timbres se ressemblent beaucoup. »

Quant à Anna Frances Meyer des Deux luxes, qui interprète *Boy Toy*, il l'a sollicitée pour sa voix gamine... mais aussi pour son allure provocante.

« J'ai écrit cette chanson juste avant le passage à Montréal de trois douchebags crétiens internationaux, du genre de ceux qui font la promotion de la culture du viol. Comme j'avais écrit des paroles qui disaient *my pin-up was up and down*, j'ai trouvé ça trop proche de la misogynie. Jusqu'à ce que mon ancienne blonde Rebecca [Makonnen] me demande pourquoi je ne remplacerais par *pin-up* par *boy toy*. J'ai trouvé ça génial !

Et Anna Frances, avec son look, n'est pas du tout une victime. Elle est en contrôle. »

SOUVENIRS DE LA POUTINE

En 2015, Champion n'a donné qu'un seul spectacle, au Festival de la poutine de Drummondville. « Pour nous approprier les nouvelles chansons (surtout que certaines sont improvisées). Nous avons chanté sur scène avec Lou pour la première fois. Juste sortir du studio et de brasser la cage un peu nous a permis de confirmer des choses. »

Toujours accompagné de ses G Strings, Champion retrouvera la scène dès l'été prochain, avec des spectacles déjà annoncés au Festival de jazz de Montréal et au Festival d'été de Québec. Et, à moins d'un imprévu, nous indiquent nos sources, il sera à la Fête du lac des Nations de 2016. Son dernier passage à la grande kermesse estivale de Sherbrooke remonte à l'été 2011, pour la fin de la tournée de *Resistance*. Champion devait le présenter en 2010, jusqu'à ce que la maladie le force à annuler à un mois d'avis. Mais le platiniste, complètement guéri, était de retour l'année suivante, pour clore la tournée du spectacle *Resistance* au parc Jacques-Cartier, en reprenant le rendez-vous manqué.

Best Seller

Assez ironique de la part de Champion d'intituler son album *Best Seller* à une époque où les ventes de disques n'arrêtent pas de chuter. Mais ceux qui connaissent l'artiste savent qu'il n'aime pas se prendre trop au sérieux. On pourrait même dire que les deux premiers extraits, *Life Is Good* et *What a Life*, expriment bien

ensemble sa vision de la vie : voir le bon côté des choses et accepter les montagnes russes avec leurs hauts et leurs bas.

« J'irais même jusqu'à dire : célébrer les erreurs et tout ce qui est un peu tout croche. Ce n'est pas grave. Pourvu que tu sois intense, ça va être correct. Et, oui, dans l'abnégation et les moments

difficiles, il y a toujours un verre à moitié plein quelque part. La vie, c'est de plus en plus ma muse », conclut-il.

DISCOGRAPHIE

2004	<i>Chill 'Em All</i>
2009	<i>Resistance</i>
2013	°1
2016	<i>Best Seller</i>

LA PYRAMIDE

DU CENTRE D'ÉNERGIE UNIVERSELLE

Découvrez mes recettes, mes trucs et mes astuces



Ma Passion
« La cuisine en équilibre »

Livre de recettes inspirantes par
Johanne Gosselin
Mars 2016

Bon appétit!

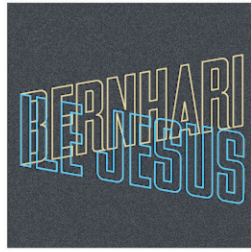
Méditez dans un lieu sacré

NOUVEAUTÉ!

Procurez-vous à la Pyramide mon premier livre de recettes de 100 pages au coût de 25 \$

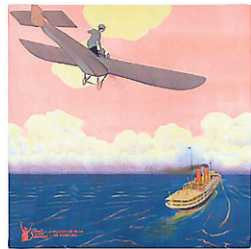
Ma passion « La cuisine en équilibre »

CRITIQUE CD



★★★
INDIE POP
Île Jésus
BERNHARI

Sous les étoiles. Un an et demi après un premier album éponyme fort réussi, Bernhari creuse un sillon bien à lui avec *Île Jésus*, un deuxième effort à la signature sonore tout aussi cohérente, mais peut-être un peu moins exaltée. Alors que le romantisme du premier disque se distillait sur fond de manifestations, celui du deuxième file sous les étoiles... Et dans une quête amoureuse ponctuée de rencontres parfois anonymes. L'une des forces de l'auteur-compositeur-interprète réside dans son goût du mystère et son talent pour brouiller les frontières. Dans une facture intemporelle (certains titres auraient pu naître il y a 30, voire 40 ans!), il ne craint pas de flirter avec le kitsch ou d'ajouter quelques degrés à un chant déjà maniéré. Si ce deuxième disque ne manque pas de personnalité, il s'avère toutefois un peu plus linéaire que le précédent. On trouve bien quelques titres plus fougueux (*Laniakea*, notamment), mais on s'ennuie un peu des grandes envolées du premier album. **GENEVIÈVE BOUCHARD, LE SOLEIL**



★★★
ART ROCK
Waltzed in from the Rumbling
PLANTS AND ANIMALS

Retour peaufiné. Plants and Animals a laissé filer quatre ans depuis *The End of That*, le temps que Warren Spicer, Matthew Woodley et Nicolas Basque se consacrent à leur famille et redécouvrent le plaisir de créer sans contrainte de temps. Les Montréalais refont surface avec *Waltzed in from the Rumbling*, une proposition dense, qui met de l'avant des arrangements recherchés, les gars magnifiant leur matériel tantôt d'emballage orchestral, tantôt de claviers planants, sans omettre d'intéressants chœurs. Au micro, Spicer alterne les approches relaxe et aérienne, quitte à évoquer Thom Yorke (*All of the Time*), avec des segments plus mordants. Les gars jouent de façon inspirée (excellent travail de Basque à la basse) et mettent de l'avant de belles textures sonores. Il y a d'indéniables réussites, comme *Je voulais te dire*, avec ses différents changements de couleur, ou la magnifique *So Many Nights*, qui ratisse large en peu de temps. Toutefois, Plants and Animals n'évite pas toujours les longueurs et peine parfois à trouver les lignes mélodiques qui auraient pu apporter son matériel à un autre niveau. **NICOLAS HOULE, LE SOLEIL**



« Le récit se transforme selon l'histoire que l'enfant porte en lui-même », résume Thierry Lenain, qui part souvent de son propre ressenti, ou de ce qu'il observe autour de lui, pour tisser ses univers littéraires. — PHOTO SPECTRE MÉDIA, JESSICA GARNEAU

THIERRY LENAIN

Écrire au cycle délicat

KARINE TREMBLAY
La Tribune

SHERBROOKE — Thierry Lenain a signé des dizaines et des dizaines de livres et d'albums destinés à la jeunesse, sur des sujets pas toujours faciles. L'auteur français a l'heur et la façon d'aborder les thèmes délicats, ceux qui remuent le cœur. Toujours sans complaisance et avec une finesse dont il a le secret.

« C'est peut-être parce que je vois mon travail d'écrivain comme une extension de mon rôle de parent, comme un accompagnement avant tout. C'est ce qui fait que j'aborde les trucs plus difficiles. C'est tout à fait normal qu'il y ait une crainte quant aux questions à propos de la mort, de la sexualité, de la maladie, du racisme, par exemple. Ça ne veut pas dire que je ne ressens pas cette crainte à l'idée d'écrire sur ces choses-là. Mais mon travail à moi, c'est de la dépasser et de trouver comment on peut parler de ces sujets-là. C'est important de le faire. Parce que, sinon, les enfants continuent à souffrir en silence. Dans le silence des adultes, dans notre silence à nous », dit celui à qui on doit entre autres les titres *Petit zizi*, *C'est ta vie!*, *La fille du canal* et la collection des M^{lle} Zazie.

Au fil des ans, il a vu le livre pour enfant prendre du coffre.

« Le monde de l'édition jeunesse s'est ouvert à plus de sujets, mais peut-être avec plus de réserves qu'avant. Si un thème commence à heurter, on n'en parle plus, alors que les enfants sont quand même confrontés à beaucoup de sujets délicats. Je suis à fond pour les nouvelles technologies, mais elles amènent aussi cette réalité que, de nos jours, les enfants peuvent avoir accès à différentes choses en un instant. Ils pouvaient y être exposés avant aussi, bien sûr, mais pas avec cette même facilité, cette instantanéité. Ils se retrouvent parfois plongés dans des mots et des images qu'ils ne saisissent pas. Je ne dis pas qu'il faut tout interdire ou revenir en arrière, je dis qu'il faut ajuster notre participation dans l'accompagnement », exprime l'auteur pour qui il n'y a pas de lecture nette, juste et unique. Une histoire peut emprunter plusieurs chemins, raconter moult choses, selon le regard du lecteur. Selon son vécu, surtout.

« Le récit se transforme selon l'histoire que l'enfant porte en lui-même », résume celui qui part souvent de son propre ressenti, ou de ce qu'il observe autour de lui, pour tisser ses univers littéraires.

« Être branché sur soi permet souvent de toucher à l'universel. De raconter le très pointu. »

EN RETRAIT

Thierry Lenain l'a dit souvent : il a commencé à écrire des histoires lorsqu'il est devenu papa. Maintenant qu'il est grand-père, il réalise que son rapport à l'écriture change. Les textes pour plus petits émergent dans son paysage créatif.

« Voir son enfant avoir un enfant, ça te place dans une autre sphère, plus en retrait. Et c'est sain et sage : il faut savoir se mettre en retrait. »

C'est pour cette raison, peut-être, qu'il envisage désormais de créer en ne mettant plus les pieds à l'avant-scène. Terminées, les rencontres d'auteur. C'est pourtant dans la foulée du dernier congrès De mots et de craie qu'on l'a rencontré, à Sherbrooke. Il y a multiplié les rencontres et les conférences. Pour une dernière fois.

« J'étais là lors de la première édition de l'événement, en 2012. Il y avait une vraie conversation autour du livre et de l'éducation. Étant donné la qualité de ce rendez-vous, je trouvais que c'était un bel endroit pour terminer les rencontres du genre. »

Un bel endroit pour mettre un point à un chapitre, en somme. Avant de se lancer dans un nouveau.

Centre du travail
Vêtements et chaussures de sécurité

LA RÉFÉRENCE DANS LE TRAVAIL
Disponibles chez :
**226, rue St-Jude Nord,
Granby**
Carrefour Bouchard (à côté du Rona)

CHAUSSURES
POP

5037837



Le bouurlingueur

Le Club Med pour les tartes

JONATHAN CUSTEAU
La Tribune

Moi dans un Club Med? L'idée me semblait un peu incongrue. Pas que c'est mal, le Club Med. C'est juste un peu différent de mes habitudes de voyage.

Juste entre vous et moi, nous, les backpackers, ceux qui voyagent avec toute une vie dans un petit sac à dos, des chaussures usées et trois paires de sous-vêtements, on fait une grande distinction dans la vie. Il y a les voyageurs, comme nous, et les autres, les touristes. Eux, ils vont dans les Club Med.

Je caricature, bien sûr. Mais il y a souvent tout un monde entre ceux qui ont fait une tradition de dormir dans des lits où la poussière est plus épaisse que les couvertures et ceux qui se lovent dans un grand lit douillet à l'hôtel. Dans la tête de plusieurs, la conciliation paraît inconcevable.

Quand on trotte de pays en pays, qu'on ne tient pas en place et qu'on gratte le fond de nos bas sales à la recherche du moindre sou, on s'enorgueillit de bouger, de franchir les distances, et surtout, de se contenter d'une montagne de petits riens. Comme si tout le reste était mal.

Mais tout le monde n'a pas à vouloir le même mode de vie. Et les touristes, on les trouve autant chez les jeunes prétentieux que chez les plus vieux. Idem pour les aventuriers. C'est une attitude plus qu'une caractéristique liée à l'âge ou à la taille des bagages.

Ainsi me suis-je pointé pour une première fois dans un Club Med qui n'avait rien de rien de l'image que j'aurais pu m'en faire. C'est vrai

que d'élire domicile dans ce genre d'établissement, au pied des Alpes françaises, ça nous change des stéréotypes de volleyball de plage et de gentils organisateurs qui chantent des chansons à répondre sur le bord de la piscine.

Quoique la piscine, elle était bien là, dans une pièce bien vitrée pour qu'on se sente presque à l'extérieur. Mais il y avait aussi un bassin chauffé, dehors, avec une vue sur les montagnes.

À Peisey-Vallandry, c'est bien le plus grand attrait: les sommets enneigés tout autour, qu'on peut apercevoir dès qu'on met le nez dehors. Et bien sûr, l'établissement aux allures de grand chalet de bois était situé à un saut de crapaud du pied des pentes de ski et à deux grandes enjambées d'un coquet village.

Je l'avoue, j'imaginai une ambiance électrisante, avec un feu roulant d'activités. J'imaginai l'énergie folle du personnel qui me découragerait de sortir de ma chambre. Les préjugés sont faits pour être déconstruits.

Si les activités s'enchaînaient pour ceux qui cherchaient à combler un besoin d'animation, je ne me sentais jamais coupable de m'éclipser au balcon de ma chambre pour une bouffée d'air alpin, jamais dérangé dans ma quiétude à errer dans les espaces communs de l'hôtel.

Véritablement, c'est par le ventre qu'on m'a convaincu que je pourrais délaissais mes traditions nomades, disons une fois aux deux ans, pour ralentir le rythme dans un seul et même village. Surtout si on me nourrit comme ça.

Parce qu'à travers la soirée fruits de mer, la soirée marocaine, la

soirée savoyarde, il y avait toujours ces plats de raclette ou de crêpes bretonnes. On se déculpabilisait à prendre une double ration de pain en apprenant que toutes les miches avaient été cuisinées par un boulanger de l'endroit. Idem pour les gelatos du maître glacier: pourquoi se priver de goûter deux parfums à la fois?

J'ai parlé du bar à tartes? J'ai bien dit bar à tartes. Parce que le jeune aventurier en moi, qui se contente de deux bouts de pain entre deux trains je ne sais où, a eu bien des envies de succomber plus d'une fois.

Succomber, c'est aussi le mot qu'on veut utiliser pour expliquer qu'on se retrouve sur un plancher de danse à faire de la danse aérobique animée par des employés qui, visiblement, ne dorment jamais. Exit les «Haut les mains», on est loin du québécois à se dandiner sur de la musique pop-électro. Surtout que le déhanchement est recommandé quand on est tombé dans le bar à tartes.

On m'a dit qu'une partie de la clientèle de Club Med était constituée d'adultes qui, enfants, avaient fréquenté ce genre d'endroit. Ils y retournent par tradition. Parce que ça devient une communauté aussi. Moi, je retournerai par tradition à mes deux bouts de pain entre deux trains, mon sac à dos sur les épaules, mais je ne contribuerai plus aux préjugés sur les Club Med. Et j'y retournerai peut-être pour me reposer... et finir de grappiller les échantillons dans le bar à tartes.

Notre journaliste était l'invité du Club Med de Peisey-Vallandry.

Suivez mes aventures au www.jonathancusteau.com



À Peisey-Vallandry, c'est bien le plus grand attrait: les sommets enneigés tout autour, qu'on peut apercevoir dès qu'on met le nez dehors. — PHOTO JONATHAN CUSTEAU, LA TRIBUNE

Du bon chocolat pour nos précieuses MAMANS

Quelle bonne idée...

Fleur de Sel

601, RUE PRINCIPALE, GRANBY
450 991-3489

www.chocolateriefleurdesel.com

LA BEAUTÉ MA PASSION

DOMINIQUE ET BIANCA
Parce que vous l'êtes et que nous le sommes.

450 522-3618

10, place du Lac, Granby

www.labeautemapassion.com

CROWN RING
Créateurs d'émotion.

BIJOUTERIE
DÉZIEL
Joailliers

906, rue Principale, Granby 450 375-1555
CRÉATION VENTE RÉPARATION
Bijoux et montres

TERRAINS À VENDRE



Les boisés du Vignoble

Le développement domiciliaire de prestige *Les Boisés du vignoble* vous offre des terrains boisés de **plus de deux acres**, à quelques minutes du centre-ville de Granby, face au Parc national de la Yamaska.

Consultez les normes, les prix et les plans au
WWW.LESBOISESDUVIGNOBLE.COM

Cell.: 450 775-7048 / Tél.: 450 361-8465

5037770

EN CUISINE

Virée végétane

KARINE TREMBLAY

La Tribune

SHERBROOKE — Avant de rayer tout produit alimentaire d'origine animale de son assiette, Élise Desaulniers mangeait de tout. Vraiment de tout.

« J'ai déjà travaillé dans une compagnie aérienne, j'ai voyagé en Afrique, en Chine, en Inde et je goûtais à tout, même aux plats mitonnés avec des insectes, c'est dire! »

Elle avalait foie gras et fromages variés sans broncher. Sans se questionner non plus, à vrai dire.

Vocabulaire végé

Végétarien: qui ne mange pas de viande ni de poisson

Végétalien: qui ne mange aucun produit d'origine animale (viande, poisson, lait, œufs, etc.)

Végane: qui ne consomme aucun produit d'origine animale. Le véganisme exclut aussi tout autre produit issu de l'exploitation des animaux: cuir, laine, cosmétiques testés sur les animaux, etc.

VOUS VOULEZ LIRE?

Le défi végétane 21 jours
Élise Desaulniers
Trécarré
182 pages

Un jour, elle s'est retrouvée avec un livre dans lequel il était question d'éthique animale et de conditions d'élevage du bétail. Premier électrochoc.

« Auparavant, je ne m'étais jamais questionnée sur mes choix alimentaires. »

Ce soir-là, elle est devenue végétarienne.

TENTER L'AVENTURE VÉGÉTALIENNE

« J'ai ensuite lu un paquet de livres sur le sujet. Surtout pour trouver une façon de revenir en arrière, en fait. »

Sauf qu'elle n'a pas trouvé. Au contraire, les arguments en faveur du végétarisme, puis du végétalisme, se sont faits plus pesants. Convaincue, elle s'est mise à bloguer sur le sujet. Depuis plus de neuf ans, elle est végétalienne et patauge dans le domaine. Elle est bien placée pour savoir qu'on parle beaucoup de végétalisme par les temps qui courent.

« Avant, c'était perçu comme un truc vraiment grano et un peu bizarre. Plus maintenant. »

Elle le constate: la multiplication des ouvrages et documentaires sur la question animale, sur l'alimentation éthique et sur les bienfaits du végétalisme sur la santé produit son effet.

« Il y a Jo-Anne McArthur, par exemple, qui va dans les abattoirs pour photographier la souffrance animale et témoigner de ce qui s'y passe. Ses documents, et ceux de plusieurs autres qui fouillent la question, montrent une réalité

qui existe, une réalité qui est dure à voir. On ne peut pas fermer les yeux sur la façon dont est produite la nourriture que nous consommons, sur l'impact que l'élevage a sur l'environnement », dit Élise qui, après avoir publié deux essais (*Je mange avec ma tête* et *Vache à lait*) sur ce grand thème, signe un livre clé pour qui veut tenter l'aventure végétalienne.

Le défi végétane 21 jours, petit bouquin vert vraiment accessible et très documenté, fait un tour complet de la question végane, sans tomber dans le prêchi-prêcha. Lancé il y a moins d'un mois, il est déjà en réimpression. Signe des temps et des tendances, sans doute.

« J'avais envie d'offrir un guide d'accompagnement, de tenir la main à ceux qui ont envie d'essayer. Je voulais que ce soit un manuel utile autant au jeune homme de 20 ans qui ne s'y connaît pas trop en cuisine qu'à la famille avec des enfants pour qui le quotidien est bien rempli. J'expose les faits de façon très claire, c'est important pour moi d'être ferme dans les arguments. Mais je ne dis pas jusqu'où il faut aller. C'est à chacun de voir. »

MINORITÉ

Au fil des pages, elle explique le pourquoi et le comment du véganisme, mais surtout, elle débroussaille un peu le chemin en donnant une foule d'informations pratiques. Quoi choisir au resto? Quoi acheter au supermarché? Quoi manger pour répondre à ses besoins

LES PLUS RÉCENTES TECHNOLOGIES DES ENTREPRISES DANIÈLE HENKEL

Offrez-vous les meilleurs résultats au naturel!

- NOUVEAU - Couperose / rosacée
- NOUVEAU - Acné
- NOUVEAU - Taches pigmentaires
- Lift sans chirurgie
- Traitement des poches et des cernes
- Prévention ou traitement des rides
- Traitement de la cellulite
- Affinement de la silhouette

ÉPILATION DÉFINITIVE



CONSULTATION GRATUITE

579 787-0707

116, rue Principale, suite 200 - www.dermanaissance.com



ANTI-ÂGE



AFFINEMENT



5036618

Végétalien à temps presque plein

KARINE TREMBLAY

La Tribune

Louis-Philippe Hébert confirme qu'en 20 ans, le regard des gens sur le végétalisme s'est beaucoup modifié.

« J'ai été végétalien dans la vingtaine parce que je souffrais de bronchites à répétition. J'avais lu que le lait pouvait être en cause. J'ai cessé d'en boire et je n'ai plus jamais fait de bronchite. Sauf qu'à l'époque, même le végétarisme était perçu comme quelque chose d'étrange. Alors le végétalisme... c'était compliqué! »

Après avoir été végétarien pendant plusieurs années, il a fait le pas de plus il y a une couple d'années. Son conjoint et lui ont banni œufs et fromages du menu. La plupart du temps.

« On n'est pas puristes, je dirais qu'on est végétaliens 85 % du temps. On se permet des exceptions. Comme on voyage beaucoup, on ne fait pas la fine bouche lorsqu'on se trouve dans un autre pays et qu'on est invités. C'est tout de même impressionnant de constater à quel point on arrive à manger végétalien à peu près partout. Le site Happy Cow (et l'application mobile) est pour ça très aidant. »

En deux décennies, l'assiette s'est réinventée et les jeunes sont davantage portés vers le végétalisme, constate Louis-Philippe. Les temps et les mentalités changent, les étalages des supermarchés aussi.

« On trouve maintenant quantité d'alternatives aux produits animaux sur le marché. Des saucisses, du fromage végétal, des yogourts.

Tout ça n'existait pas avant. Dans les restaurants, même ceux plus traditionnels, il y a très souvent des options végétaliennes inspirées et délicieuses. »

Directeur artistique du Centre d'art de Richmond, Louis-Philippe accueille des artistes d'un peu partout autour de sa table. Le repas est la plupart du temps végétalien. « Et personne ne repart affamé », assure-t-il.

Les desserts qu'il prend plaisir à cuisiner sont confondants. Personne ne pourrait dire qu'ils ne contiennent ni beurre ni œuf. Mais tous s'entendent sur le fait qu'ils sont délicieux.

« Quand on ne dit pas que c'est végé, en fait, personne ne le remarque! »

Ça dit tout. Faire goûter, c'est encore la meilleure façon de faire tomber les préjugés.



Convaincue, Élise Desaulniers s'est mise à bloguer sur le sujet. Depuis plus de neuf ans, elle est végétalienne et patauge dans le domaine. Elle est bien placée pour savoir qu'on parle beaucoup de végétalisme par les temps qui courent. —PHOTO LA TRIBUNE

nutritionnels? Et surtout, quoi répondre à la récurrente question: mais où prends-tu tes protéines?

« Les végétaliens restent une minorité. Et les minorités sont toujours ostracisées, elles s'attirent des moqueries. Ça vient d'une incompréhension et du fait, aussi, que ça confronte les gens à leurs propres choix. On n'aime pas se faire dire qu'on pourrait faire les choses autrement, qu'on pourrait faire mieux... Et puis nos habitudes alimentaires sont probablement les plus difficiles à changer. Y toucher, c'est bousculer quelque chose de profond. Parfois, il y a des résistances dans la famille parce que c'est ancré dans la culture, dans les traditions.»

Soucieuse d'ancrer son discours dans du concret, elle a inclus dans son livre des suggestions de menus et des recettes pour 21 jours. Conçues par Marie-Noël Gingras (qui coécrit l'inspirant blogue vertetfruit.com), celles-ci sont accessibles, savoureuses et faciles à réaliser. Elles déboulonnent le mythe qui veut que manger végétalien, ce soit manger fade.

« L'internet est aussi rempli de recettes. Souvent, le plus simple, pour commencer, c'est de végétaliser ses recettes préférées.»

Envie de tenter le coup? Le Défi végane 21 jours pourrait être un premier pas. Lancé le premier mai par le Festival végane de

Montréal, il compte pas moins de 3000 inscriptions à travers la province. C'est autant de gens qui font le pari de manger sans viande et autres produits animaux pendant trois semaines.

« Je vois ça un peu comme un voyage d'immersion en gang. Ceux qui sont inscrits reçoivent un courriel par jour avec des conseils, des recettes, des bons trucs. Ils ont aussi accès à un groupe de soutien virtuel où ils peuvent échanger », explique celle qui a bâti son livre après les premières éditions du Défi.

Pour plus d'infos: <http://ledefi-vegane21jours.com>.

Et, oui, on vous dira où trouver vos protéines.

VINS DU QUÉBEC

Dégustation à l'aveugle en Estrie

CHARLOTTE RANOURT-CASTILLOUX
La Tribune

SHERBROOKE — Les vins québécois sont sujets à certains préjugés de la part des consommateurs. Mais, depuis mardi, aux yeux de restaurateurs de l'Estrie ces préjugés tombent, même que les vins du Québec n'auraient rien à envier à leurs cousins européens.

C'est afin de déconstruire ces préjugés qu'une vingtaine de chefs et de sommeliers de l'Estrie se sont prêtés au jeu d'une dégustation à l'aveugle. Dans cette optique de faire découvrir les vins des Cantons-de-l'Est que le conseil de l'industrie bioalimentaire de l'Estrie (CIBLE), en partenariat avec Tourisme Cantons-de-l'Est, a organisé l'événement Vins d'ici, chefs branchés! pour différents restaurateurs de la région.

L'objectif principal de cette activité était de démystifier les vins des Cantons-de-l'Est et de défaire certains préjugés qui les entourent. Dans le cadre des dégustations, les participants ont goûté des vins provenant de treize vignobles membres des Créateurs de saveurs Cantons-de-l'Est.

La réaction était unanime: les vins des Cantons-de-l'Est sont très bons, même qu'ils sont comparables à ceux de l'Europe!

« Goûter à l'aveugle nous a permis de voir nos vraies impressions » a mentionné une participante qui assistait pour la première fois à une activité comme celle-là. Ne pas connaître l'identité des vins dégustés permettait, en effet, à tous de mettre de côté leurs idées préconçues. De cette manière l'appréciation était plus spontanée et surprenante pour les goûteurs. Le directeur du CIBLE, Ghislain Lefebvre, s'est dit très satisfait de la réaction des participants. « Le but est atteint », a-t-il mentionné en soulignant que les vins avaient été appréciés de tous.

À la suite de leurs découvertes, les chefs et les sommeliers étaient invités à rester pour rencontrer les vignerons et discuter d'éventuelles relations d'affaires. Car, même si le but était de cet événement était de démystifier les vins de la région, il y avait également un objectif de réseautage. Les différents producteurs de vin présents y étaient dans le but de rencontrer directement les chefs et les sommeliers afin de créer des contacts avec ceux-ci. Les vignerons présents étaient satisfaits du mouvement engendré par le CIBLE.

Selon le sommelier de l'événement Benoît Lajeunesse, un exercice comme une dégustation à l'aveugle était nécessaire pour les vins québécois. Cela a permis de faire découvrir les produits de la région pour ce qu'ils sont et non pour ce qu'on pense qu'ils sont.

Pain Artisanale

Boulangerie

Pain de fabrication artisanale, fait à la main
(farine intégrale ou naturelle, sans lait, sans sucre, sans gras)

- Charcuterie et fromage fin
- Croissants, roulés, chocolatinés et feuilletés
- Chocolat fin

120-2 Principale, Granby 450 770-7246
Ouvert du mardi au dimanche, de 7h à 18h et les jeudis et vendredis, de 7h à 21h

Spécial de mai

Les mardis et jeudis
10 \$* par traitement
Valeur de 35 \$
Sur rendez-vous seulement et avec mention de cette publicité.

À la Clinique Idéal Minceur de Granby.
402-1, rue St-Jacques, Granby
Tel. : 450 991-4678

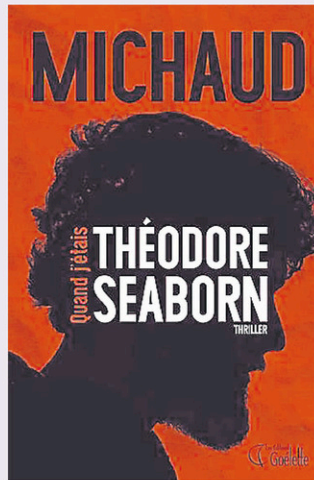
Référer un ami ici.
C'EST PAYANT!
DEMANDEZ-NOUS COMMENT...

- Traitement d'infrathérapie
- Élimine les toxines
- Soulage les **douleurs musculaires**
- Réduit la cellulite
- Brûle 600 calories par séance
- **Brûle 900 calories** en phase 1 de perte de poids
- Active la circulation sanguine et stimule le système immunitaire
- Effet de **relaxation** et **diminue le stress**
- Combinez une cure d'infrathérapie, une **cure de désintoxication Novicure** ainsi que votre suivi et maximisez votre **perte de poids**, en plus de vous procurer détente et réconfort
- **INFORMEZ-VOUS ET FAITES UN ESSAI!**

*Certaines conditions s'appliquent. Voir auprès de votre clinique Idéal Minceur.

club de lecture

Exceptionnel ★★★★★
 Excellent ★★★★
 Bon ★★★
 Passable ★★
 À éviter ★

LE LIVRE
DE LA
SEMAINE

MARTIN MICHAUD
*Quand j'étais
 Théodore Seaborn*
 GOÉLETTE

L'histoire : En dépression profonde après avoir perdu son emploi dans le monde de la publicité, Théodore Seaborn végète. Sa vie se résume à manger des Coffee Crisp en regardant la commission Charbonneau jusqu'à ce qu'il croise un jour un homme qui lui ressemble en tout point. Obsédé par ce sosie, il se lance dans une traque qui le mènera jusqu'à Racca, fief du Groupe armé État islamique en Syrie.



L'auteur : Avant de se lancer à fond dans l'écriture, Martin Michaud a longuement pratiqué le métier d'avocat d'affaires. Depuis son premier roman sorti en 2010, *Il ne faut pas parler dans l'ascenseur*, il est devenu l'un des fers de lance du polar québécois. *Quand j'étais Théodore Seaborn* est son septième roman.

Je est un autre



VALÉRIE GAUDREAU
 vgaudreau@lesoleil.com

Comment peut-on passer d'un café Second Cup de Montréal au quartier général du groupe armé État islamique en Syrie? Dans *Quand j'étais Théodore Seaborn*, l'habile et un brin tordu Martin Michaud nous tricote l'histoire captivante d'un homme dont la curiosité le mènera dans un sacré bordel.

Dès les premières pages de cet imposant roman de 400 pages, l'auteur nous transporte dans l'esprit embrumé par la dépression de Théodore, un publicitaire de 33 ans qui devient littéralement obsédé par un homme qui lui ressemble à s'y méprendre. Il veut tout savoir sur ce sosie et se lance dans une irrationnelle filature, au grand désarroi de ses proches. Et au péril de sa vie. Car tout indique que cet homme qui lui ressemble complote avec des terroristes de l'islam radical.

Un malheureux incident déclenchera une réaction en chaîne qui mènera notre homme au cœur

du groupe djihadiste le plus horripilant de la planète.

Peut-on jouer le jeu d'être un autre pour survivre? Qui est-on réellement? Sauver des vies peut-il racheter celle qui aurait été perdue par sa faute? Ces questions existentielles traversent ce thriller plein de rebondissements. Peut-être trop, pense-t-on par moments devant des scènes qui paraissent un peu invraisemblables, même si Martin Michaud a visiblement fait un travail de recherche rigoureux pour ce roman qui se déroule dans un pays qu'il n'a jamais visité.

Sans prétendre expliquer les motivations des fous de Dieu qui rêvent d'instaurer un califat, Martin Michaud apporte toutefois certaines zones grises dans ce conflit qui déchire la population syrienne depuis des années. Mais au-delà des considérations religieuses ou géopolitiques, on retient surtout de *Quand j'étais Théodore Seaborn* le récit collé sur l'actualité, un roman à l'écriture juste et vive de la transformation d'un homme qui, paradoxalement, se sent revivre en fréquentant la mort. Faut-il aller au bout de l'enfer pour prendre conscience que la vie est précieuse? Peut-être. Quitte à devenir un autre le temps de le réaliser.

★★★★½

Rédemption chez
les djihadistes

PATRICK DUQUETTE
 pduquette@ledroit.com

D'accord, le début du roman est arrangé avec le gars des vues.

Un publicitaire sur la déprime décide de filer son sosie dans les rues de Notre-Dame-de-Grâce. Quelques jours après, le voilà devenu un espion infiltré en plein cœur du fief de l'État islamique, en Syrie... C'est, disons, tiré par les cheveux.

Mais voilà, ce n'est pas la vraie vie. C'est un roman noir, un sapré bon roman noir. Bien écrit, bien documenté. Martin Michaud a du R.J. Ellory dans le nez. La même urgence d'écrire. La même façon d'emballer ses chapitres à la fin. En plus d'une touche d'humour bien personnelle : un dépressif accro aux Coffee Crisp et à la commission Charbonneau, il fallait y penser.

Le héros de Michaud, Théodore Seaborn, incarne des

contradictions très contemporaines. Il est québécois d'origine libanaise. Musulman non pratiquant. Torturé par les réminiscences d'une enfance traumatisante. Brillant publicitaire, avant que sa vie perde tout son sens depuis son congédiement. Un être brisé, inutile dans une société de consommation où la performance est loi.

Suivant cette idée que le salut s'obtient par la souffrance, Seaborn guérira son mal de vivre dans la cruelle réalité d'un pays en guerre. C'est du fond d'une geôle, où il est torturé par les djihadistes, qu'il reprendra goût à la vie. Dans un pays lointain où des gens rejettent en bloc le mode de vie des pays riches.

Alors, j'ai aimé. À cause de la brillante façon dont Michaud donne vie à l'occupation djihadiste à Racca. À cause de la finesse des personnages. Même les radicaux islamistes ne sont pas unidimensionnels. Eux aussi sont en proie au doute, déchirés entre leur guerre sainte et un pouvoir de compassion pas totalement éteint.

★★★★½

ÉCHOS DES LECTEURS

À propos de *Vi* de Kim Thúy



Vi est un court roman plein de saveurs. On goûte la plume raffinée de Kim Thúy autant que la gamme d'émotions vécues par la petite Vi aux prises avec les traditions ancestrales, les guerres et son émancipation. On se délecte des plats vietnamiens, ouvrages méticuleux, passés des tables asiatiques aux tables québécoises. Roman d'apprentissage, *Vi* nous offre quelques heures délicieuses. **Claire Desjardins, Gatineau**



Ce qui est intéressant dans l'histoire de *Vi*, c'est qu'elle raconte les mœurs et les coutumes de son peuple ainsi que la vie de toute sa famille, y compris ses grands-parents paternels. L'auteure a voulu faire ressortir toute la beauté du Vietnam et nous faire connaître quelques mots en vietnamien, par exemple : *Cuu Long* (neuf dragons), *Cai Be* (faisceau, bouquet de tiges), *Hoxuan Huong* (lac au parfum printanier). Je recommande ce livre à tous ceux et celles qui ont le goût d'aller visiter le Vietnam avec ses goûts, ses saveurs, la beauté des lieux, les mœurs et les coutumes du peuple vietnamien ainsi que leur histoire. **Monique Bérubé, Lévis**



Écrivez-nous!

Le Club de lecture se veut un lieu d'échange sur la littérature. Chaque semaine, deux journalistes du Groupe Capitales Médias partagent leur appréciation d'un livre. Et nous voulons aussi votre avis! Vous avez lu le bouquin dont nous parlons et voulez donner vos commentaires? Envoyez-nous un texte d'environ **80 mots (500 caractères)** avec votre **nom** et votre **lieu de résidence** à clubdelecture@gcmédias.ca

À VENIR

LA SEMAINE PROCHAINE



**MARIE
 LABERGE**
*Ceux qui
 restent*
 QUÉBEC
 AMÉRIQUE

21 MAI
DANY LAFERRIÈRE
Tout ce qu'on ne te dira pas,
Mongo
 MÉMOIRE D'ENCRICR

28 MAI
JULIANA LÉVEILLÉ-TRUDEL
Nirliit
 LA PEUPLADE

Bataille royale

SONIA SARFATI
La Presse

La destruction massive des villes et l'accumulation de victimes collatérales dans les récents films de superhéros ont donné et donnent encore matière à sourcilier. Et à poser des questions « sérieuses ». Dans la réalité. Et dans leur réalité. Ces surhommes (et quelques femmes) ne causeraient-ils pas plus de dégâts qu'ils n'en empêchent ? Ne devraient-ils pas être tenus responsables des conséquences de leurs actions ? Est-il normal qu'ils agissent ainsi, impunément et en toute liberté ?

Bref, ne faudrait-il pas leur mettre une bride au cou ?

Questions « sérieuses » à défaut d'être nouvelles. Elles sont au coeur de Watchmen que Zack Snyder a réalisé à partir du comicbook culte d'Alan Moore et Dave Gibbons. Le même Snyder a tenté de les (ré) aborder dans le récent *Batman v Superman*. Jusqu'au formidable film d'animation *The Incredibles* de Brad Bird qui en traite.

Eh bien, les voici qui entrent de plain-pied dans le Marvel Cinematic Universe grâce à *Captain America: Civil War* des très talentueux frères Anthony et Joe Russo qui nous ont donné l'une des pièces les plus réussies (sinon la plus réussie) de ce monumental casse-tête, *Captain America: The Winter Soldier*.

Ainsi, après qu'une bavure de taille ait provoqué la mort de plusieurs personnes innocentes à Lagos, au Nigeria, les Avengers s'attirent les foudres des gouvernements du monde entier. Qui en arrivent à un accord selon lequel le groupe de superhéros sera dorénavant sous la juridiction de l'ONU. Et les principaux concernés n'ont pas le choix : ils doivent signer l'entente en question.

Paradoxalement, Captain America (Chris Evans), le soldat dont le compas moral est le devoir avec un grand D, n'accepte pas telle ingérence

gouvernementale ; alors que Tony Stark/Iron Man (Robert Downey Jr.), le flamboyant et narcissique homme d'affaires, est en faveur de cette intrusion.

Et les Avengers de perdre leur (belle) cohésion.

DIVISÉS!

Dans le camp de Cap. : Winter Soldier (Sebastian Stan), Falcon (Anthony Mackie), Scarlet Witch (Elizabeth Olsen), Hawkeye (Jeremy Renner) et Ant-Man (Paul Rudd). Dans celui de l'homme de fer : Black Widow (Scarlett Johansson), Vision (Paul Bettany), War Machine (Don Cheadle) et deux « nouveaux venus », Black Panther (Chadwick Boseman) et Spider-Man (Tom Holland).

L'entrée de ces deux derniers est non seulement remarquable, mais très prometteuse. Celle de l'alter ego de Peter Parker en particulier : comme celle d'Ant-Man, sa présence est un peu plaquée à l'ensemble, mais toutes deux sont bienvenues à plus d'un titre, ne serait-ce que pour la couche d'humour qu'elles y ajoutent.

Voilà, la situation est campée et les deux camps vont s'affronter.



Une scène de *Captain America: Civil War* des très talentueux frères Anthony et Joe Russo, qui nous ont donné l'une des pièces les plus réussies (sinon la plus réussie) de ce monumental casse-tête, *Captain America: The Winter Soldier*. — PHOTO ASSOCIATED PRESS, FOURNIE PAR DISNEY-MARVEL

De façon spectaculaire, on l'imagine. Mais de là à appeler ça une guerre civile, *come on!*

Oui, la confrontation dans l'aéroport, en fin de parcours, en met plein la vue. Mais les frangins sont à leur meilleur dans les poursuites motorisées et les combats en espace limité... comme un ascenseur (ce qui a donné lieu à deux des moments les plus haletants de *The Winter Soldier*).

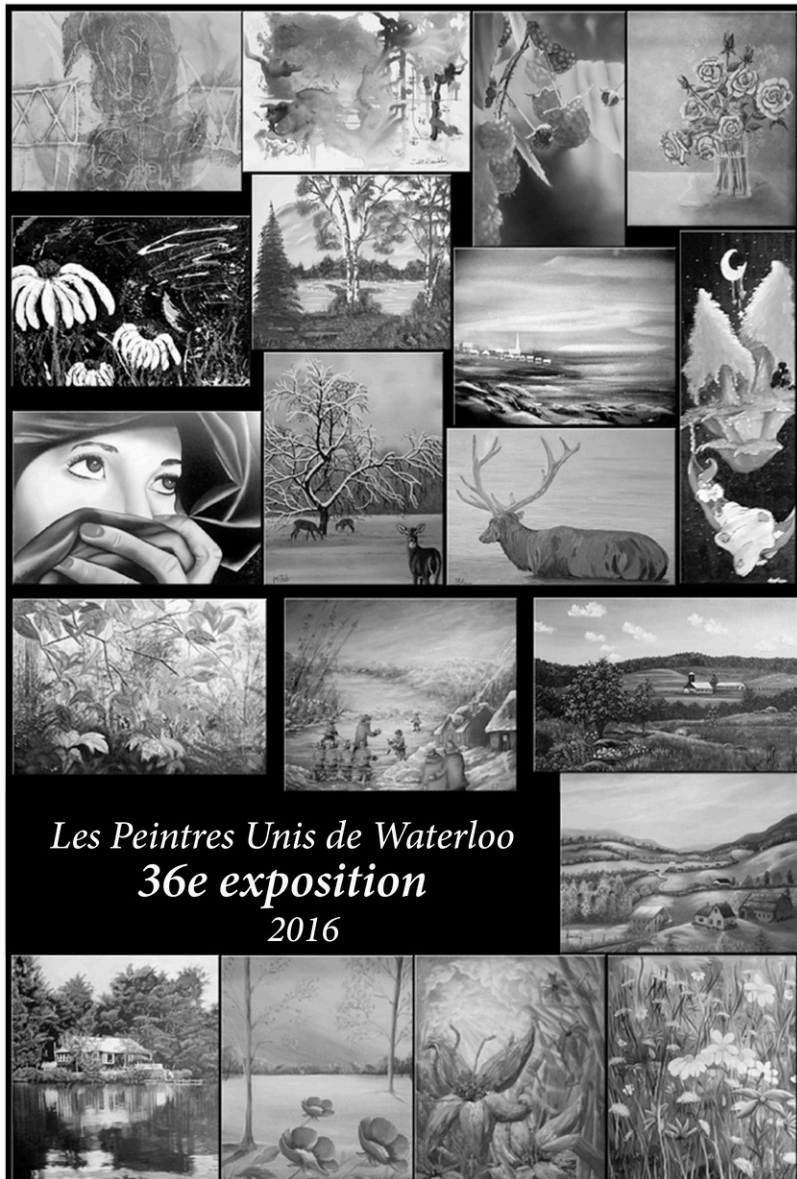
DES HUMAINS

Par contre, comme dans leur opus précédent, ils extirpent le plus souvent possible les héros de leurs uniformes, nous rappelant ainsi qu'ils sont humains (genre). Très bon point. Même si, dans ce contexte familial, il est difficile de croire que celui-ci ou celle-là soit véritablement en danger.

À noter que la barre « scénaristique » a été redressée depuis

Age of Ultron : si le film de Joss Whedon semblait s'oublier pour poser les jalons des chapitres suivants, *Civil War* utilise bien ce qui a été installé précédemment.

Enfin, oui, il faut rester pour le générique final. Deux scènes supplémentaires s'y trouvent. L'une, assez rapidement. L'autre, à la toute fin. Importantes ? Ha ! Qui patientera en jugera.



Les Peintres Unis de Waterloo
36e exposition
2016

**Les Peintres Unis de Waterloo
souhaitent votre présence lors du
vernissage des oeuvres récentes de**

Bernier Laurianne
Caron Carmen
Côté André
DeVeault Denise
Duclos Michel
Fleet Francine
Fontaine Diane
Gauthier Mona
Hamel Cécile

Lach Frank
Laramée Lucie
Lauzier Normand
Mercier Gracia
Paquette Josee
Pelletier France
Perras Martine
Pintal Paule
Ruel Jessica
Tremblay Judith

Notre 36e vernissage aura lieu :
Vendredi 6 mai 2016 à 20 h

EXPOSITION

Samedi 7 mai de 10 h à 17 h
Dimanche 8 mai de 10 h à 17 h

À la Maison de la Culture
au 441, rue de la Cour
Waterloo Qc
Tél. : 450-539-4764

Waterloo
PARTENAIRE DE VIE

Au générique

Cote: ★★★ ½

Genre: action

Réalisateur: Anthony et Joe Russo

Acteurs: Chris Evans, Robert Downey Jr., Sebastian Stan, Scarlett Johansson

Durée: 2h26

JONATHAN PAINCHAUD

Bonheur chanté

Mon cœur collé au tien, le précédent album de Jonathan Painchaud, avait vu le jour un peu en situation de crise. Récemment séparé, devenu son propre producteur, le chanteur avait accouché de chansons teintées de cette tempête personnelle et professionnelle, sans s'apitoyer sur son sort pour autant. Même que le bout du tunnel était déjà bien en vue au moment de la sortie du disque. Et aujourd'hui, le Madelinot d'origine nage en pleine lumière. Son opus *La tête haute* (oui, son frère Éloi est encore le coréalisateur) est une œuvre de transport amoureux, de douce paternité, de bien-être, de lâcher-prise et... de bouledogue flatulent.

STEVE BERGERON

La Tribune

Q Certains artistes éprouvent une certaine pudeur à dévoiler leur bonheur. Pas toi?

R En ce moment, ma vie va bien et, forcément, ça se reflète dans l'écriture et dans le ton général des chansons. Il faut en profiter quand la vie nous donne un *break!* Mais c'est toujours délicat d'afficher son bonheur quand on a un passé de rock 'n' roll. Je ne savais pas comment marier tout ça avec ma signature musicale. Je craignais un peu d'avoir l'air d'un animateur d'émission du matin avec trop de sourires! Il y a toujours eu de petites chansons humoristiques ou des clin d'œil sur mes albums, mais jamais d'un bout à l'autre.

Q Y a-t-il eu un déclic?

R C'est la chanson *La tête haute* qui a donné le ton au reste. Elle traduit vraiment bien où je me sens en ce moment, l'espèce de regain

de confiance lorsque quelqu'un porte un regard amoureux sur toi. Après celle-là, Éloi et moi avons eu le sentiment d'avoir trouvé la pierre angulaire, à laquelle nous avons greffé d'autres chansons qui allaient plus chercher mes couleurs folk et country.

Q Comment as-tu vécu le passage de la quarantaine?

R À part quelques poils blancs qui apparaissent à gauche et à droite, peu de choses ont changé. Je suis encore ado attardé sur les bords. En fait, c'est plus la paternité qui te fait changer tes priorités. Je ne suis pas devenu carriériste, mais je pense un peu plus à aligner mes pions parce que j'ai la responsabilité d'une autre personne.

Q Dans la chanson *Plus que la vie elle-même*, tu te présentes d'ailleurs comme un père pas comme les autres... Ta fille te l'a déjà fait remarquer?

R Non, mais je sais qu'elle le sent. Elle s'est aperçue que je n'avais

pas les mêmes références que les parents de ses amies. On ne regarde pas les mêmes films. Il n'y a pas de Justin Bieber à la maison, mais beaucoup de musique des années 1950, 1960, 1970... Elle passe aussi beaucoup de temps avec moi sur des plateaux de tournage, elle me suit parfois en tournée et me donne même des coups de main pour monter mes trucs. Dans la chanson, je lui explique que c'est une richesse. Mes parents étaient des artistes, ils ne nous ont pas légué beaucoup de matériel lorsqu'ils sont partis, mais ils nous ont légué la volonté de cultiver cette différence.

Q Comment est née la chanson du *Quadrupède pétomane*?

R Lorsque j'écris, je m'impose régulièrement des blocs de quatre heures. Quand l'inspiration n'est pas là, j'essaie de la provoquer. Je regarde ce qu'il y a autour de moi, j'essaie de trouver une image. Ce fut donc mon chien, un bouledogue français qui, comme tous ses semblables, a des troubles



Le dernier opus de Jonathan Painchaud, *La tête haute*, est une œuvre de transport amoureux, de douce paternité, de bien-être, de lâcher-prise et... de bouledogue flatulent. —PHOTO TIRÉE DU SITE JONATHANPAINCHAUD.COM

digestifs légendaires. Au lieu de fuir la pièce pour m'aérer, j'ai décidé d'écrire là-dessus. C'est un petit doigt du milieu à certains détracteurs qui trouvent mes textes trop

simples ou populaires. Je leur rappelle que c'est un choix, parce que, si je le veux, je peux faire de très belles tournures de phrases sur n'importe quel sujet!

MINUTE
PAPILLON!

BAR À SOUPES, SALADES ET FRUITS
GRATUIT
à l'achat de l'un de nos plats principaux de crevettes.

3 NOUVEAUX PLATS DE
**CREVETTES
PAPILLON**

925 Rue Principale
Granby • 450 770-2000



Présentation suggérée. Offre valable pour un temps limité, en salle à manger, dans les rôtisseries Scores participantes. Ne peuvent être combinées à aucune autre offre ou promotion. Scores et le logo Scores sont des marques de commerce déposées de PDM Royalties Limited Partnership utilisées sous licence. © Groupe Restaurants Invscor Inc., 2016. Tous droits réservés.

MAZDA DE GRANBY



RÉCIPIENDAIRE DU
PRIX DISTINCTION 2016!



GOÛTEZ A LA PERFORMANCE SKYACTIV!



CX-3 2016
VÉHICULE UTILITAIRE CANADIEN
DE L'ANNÉE SELON L'AJAC

NOUVEAU PRIX

**AUTOMATIQUE, CLIMATISEUR
ET GROUPE ÉLECTRIQUE**

LOCATION
59\$
PAR SEMAINE

0\$
COMPTANT

SYSTÈME DE NAVIGATION
+ GRATUIT!



MAZDA 3 2016
MEILLEUR ACHAT, VOITURES COMPACTES
SELON LE GUIDE DE L'AUTO 2016

SYSTÈME DE NAVIGATION
GRATUIT!
SUR LES AUTRES VERSIONS



LOCATION 36 MOIS
38\$
PAR SEMAINE

775\$ COMPTANT



RÉGULATEUR DE VITESSE,
CLIMATISEUR
ET GROUPE ÉLECTRIQUE

LOCATION
65\$
PAR SEMAINE

0\$
COMPTANT

CX-5 2016
MEILLEUR ACHAT, VUS COMPACTS
SELON LE GUIDE DE L'AUTO 2016

SYSTÈME DE NAVIGATION
GRATUIT!
SUR LES AUTRES VERSIONS



VOUS PRÉFÉREZ
ACHETER?

FINANCEMENT
À L'ACHAT
À PARTIR DE

**0% + GARANTIE KILOMÉTRAGE
ILLIMITÉE!**
SUR TOUS LES MODÈLES MAZDA 3, CX-3 ET CX-5 2016

SUIVEZ-NOUS GROUPE BEAUCAGE MAZDA



COUREZ LA CHANCE DE
GAGNER 500\$ D'ESSENCE D'ICI LE 31 MAI!



MAZDA DE GRANBY.COM
1280, RUE PRINCIPALE 450 378-6222

LUZIA DU CIRQUE DU SOLEIL

Chassez le naturel, il revient au

JEAN SIAG

La Presse

CRITIQUE

Il y a deux ans, le metteur en scène Michel Laprise a travaillé fort pour que le spectacle *Kurios*, qui célébrait les 30 ans du Cirque, se distingue des autres.

D'abord, tous les numéros avaient été créés spécifiquement pour ce spectacle, ce qui est rarement le cas. Ensuite, les nombreuses chorégraphies de

groupe donnaient une cohésion à l'ensemble, atténuant l'effet contraignant des numéros qui se suivent. Exit les appareils de cirque encombrants. Exit les gros

bras et les démonstrations de force, le Cirque jouait de finesse et d'originalité. Au-delà de la performance, il y avait l'émotion. *Call me sentimental...*

Avec *Luzia*, le Cirque du Soleil ressort l'artillerie lourde... et revient un peu à ses vieilles habitudes.

CIRQUE SUR COMMANDE

Outre les tableaux de la première partie où la poésie et la magie du cirque parviennent à s'exprimer un peu, on assiste à une enfilade de numéros d'adresse : un jongleur tchèque (fameux), un contorsionniste russe (troublant), une équipe d'Ukrainiens et de Biélorusses à la balançoire russe (périlleux), un Polonais à la balançoire 360 (pourquoi ?), une brigade aux mâts chinois, alouette !

Du cirque de qualité, bien sûr, mais du cirque sur commande, qui ne colle pas toujours au thème de la pièce — heureusement que la musique nous rappelait que nous étions au Mexique !

La première partie est sans conteste la plus réussie. L'arrivée d'un clown en parachute (qui reviendra pendant tout le spectacle avec quelques bons gags) donne le signal de départ. Les premières scènes donnent le ton, orchestre et maracas en prime. Le numéro d'anneaux chinois sur un tapis roulant en mouvement (les artistes étant vêtus de costumes de colibris) est épatant. Idem pour le numéro de main à main qui suit.

L'un des plus beaux moments du spectacle survient peu après. Un numéro de trapèze et de roue



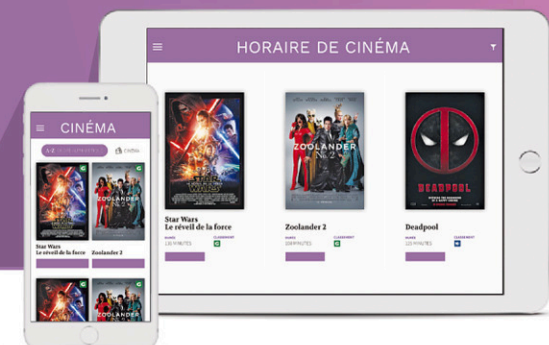
Le scénographe Eugenio Caballero a réussi à créer des images fortes : d'abord avec cet immense disque solaire qui surplombe la scène, brillamment éclairé.

— PHOTOS ANDRÉ PICHETTE, LA PRESSE

PLACE AU CINÉMA

TOUS LES JOURS DANS LES ARTS
L'HORAIRE CINÉMA

Présentation des films à l'affiche dans les cinémas près de chez vous.



laVoixdel'Est

On n'a pas fini de vous surprendre !

galop



Cyr parfaitement exécuté par un trio d'artistes : Emily Tucker, Angelica Bongiovanni et Rachel Salzman. Dans un désert bordé de cactus, avec de superbes éclairages. Un numéro se terminant sous un rideau de pluie, qui aurait très bien pu ouvrir *Luzia*. D'autres numéros exécutés sous des trombes d'eau ajoutaient d'ailleurs un élément de dangerosité.

IMAGES FORTES

Luzia, faut-il le rappeler, est un spectacle inspiré de la culture mexicaine. Le scénographe Eugenio Caballero a réussi à créer des images fortes : d'abord avec cet immense disque solaire qui surplombe la scène, brillamment éclairé. Puis, avec ce superbe rideau cylindrique rouge évoquant le *papel picado*, cet art décoratif mexicain où sont découpées au ciseau des formes complexes. Il y a plusieurs belles trouvailles dans sa scénographie. Le spectacle mis en scène par Daniele Finzi Pasca (*Corteo*) — qui a passé le flambeau à Brigitte Poupart en cours de création — est visuellement intéressant. Mais la touche Finzi Pasca, capable

d'émouvoir en combinant théâtre et cirque, comme il l'a si bien fait dans sa trilogie du ciel, en particulier dans *Rain*, créé avec le Cirque Éloize, est beaucoup moins présente qu'on ne l'aurait souhaité.

Il y a bien sûr ces averses de pluie aux formes de fleurs, de cœurs ou d'animaux (magnifiques !) et encore quelques très beaux numéros chantés en espagnol, qui donnent un peu d'âme à *Luzia*. Le numéro aux sangles de Benjamin Courtenay — au-dessus d'un bassin d'eau — parvient aussi à toucher quelques cordes sensibles (mesdames!), mais l'ensemble n'est pas encore au point.

Les créateurs de cette ode au Mexique sont tout de même parvenus à représenter les différentes couleurs du pays : du paysage désertique (évoqué plus tôt) au foot (un duo avec deux ballons ronds), en



Outre les tableaux de la première partie où la poésie et la magie du cirque parviennent à s'exprimer un peu, on assiste à une enfilade de numéros d'adresse : un jongleur tchèque (fameux), un contorsionniste russe (troublant), une équipe d'Ukrainiens et de Biélorusses à la balançoire russe (périlleux), un Polonais à la balançoire 360 (pourquoi ?), une brigade aux mâts chinois, alouette !

passant par le cinéma — avec un tournage dans lequel l'homme fort Ugo Laffolay fait un numéro d'équilibre. On a aussi apprécié la faune surréaliste imaginée par Finzi Pasca et Caballero (hommes à tête de poisson, tapir, insectes, serpents, etc.).

De toute évidence, les aficionados du Cirque qui apprécient les costumes flamboyants et les numéros de haute voltige seront servis. Car n'en doutez pas, le coefficient de difficulté des numéros présentés dans *Luzia* est élevé. Seulement voilà, à

l'heure où les compagnies de cirque contemporaines fusionnent habilement théâtre, danse et cirque, on s'attend quand même à plus qu'à pousser des « oh » et des « ah », non ?

Au Vieux-Port de Montréal jusqu'au 17 juillet

NOUVEAU PROJET À ROXTON POND

SUPER PROMOTION

Achetez avant le 31 mai et obtenez **2500 \$ de rabais**



Ouverture officielle
**PORTES
OUVERTES**
samedi et dimanche
de midi à 16 h

Rue Jacob-Nicol
(à l'arrière de l'hôtel de ville)

- 2 chambres à coucher
- Garantie 5 ans GCR
- Services d'égout et d'aqueduc inclus
- Frais de notaire inclus
- Taxe de bienvenue incluse

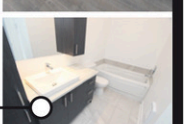
Cuisine très fonctionnelle avec un espace de travail impressionnant



Entrée vitrée laissant pénétrer le soleil



Salle de bains avec douche et bain séparés



À partir de
174 500 \$
Garantie GCR
Ristourne TPS et TVQ

Pour renseignements :
Marcel Bousquet
450 378-6164
Entrepreneur :
André Milord
514 910-2661
RBO: 5697-4926-01

ARTS VISUELS

Jusqu'au 29 mai, l'artiste peintre **Vandana Gillain** présente son exposition *Efflorescence/A fleur de peau* à la Galerie Art Plus du 8 rue Maple à Sutton. Les fleurs sont le sujet principal de ses tableaux.

THÉÂTRE

La **Troupe de théâtre joachimienne** présente la pièce *Et dire que ma Floride m'attend* une dernière fois le 7 mai. Billets en vente au dépanneur de la Coop au Cœur du village et auprès des comédiens. Information sur l'heure et l'endroit des représentations: 450-539-5708.

MUSIQUE

Brome Beaux Arts organise un concert de musique de chambre avec **Cecilia Quartet** le samedi 14 mai à 19 h 30 et le dimanche 15 mai à 10 h 30 à l'ancienne église de West Brome. Entrée libre. Information: 450-263-2346.

Le bluesman montréalais **Martin Goyette** vient présenter son spectacle le 7 mai à la Zone Anonyme, au 112 rue Saint-Jacques à Granby. C'est en formation duo qu'il exécutera son tour de chant en compagnie de son vieux compagnon de route, **Chris Tauchner** au klavier. — PHOTO BENOIT ROUSSEAU



TRAIT D'UNION
WWW.TRAITDUNION.CA

RÉPONDEZ

À UNE ANNONCE QUI VOUS INTÉRESSE EN APPELANT AU

1-900-789-8032*

#7979*

ANNONCEZ-VOUS

PUBLIEZ VOTRE ANNONCE GRATUITEMENT EN COMPOSANT LE

450-776-1555

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

VOUS DESIREZ 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
L'ÉTÉ S'EN VIENT, PROFITONS-EN ENSEMBLE! Belle femme dans la fin 50aine, est féminine, cherche un beau retraité ou semi-retraité, étant non-fumeur, soigné, attentionné et romantique, aimant la culture, la moto, les voyages, le resto et le camping. **378533**

DÉBORDANTE DE JOIE DE VIVRE! Shefford, 67 ans, 5'2", 140 lb, aime marche, coconing, resto, danse et vélo, souhaite connaître bon vivant, n-fum, avec qui partager divers loisirs. **392783**

COMME DE VRAIS AMOUREUX! Sincère Granbyenne de 61 ans, fidèle, a grand cœur rempli d'amour à offrir, aime marche, resto, cartes, films et soirées intimes à la maison, désire H 61-64 ans, pour but sérieux. **394473**

SI COMME LISETTE, TU CROIS ENCORE EN L'AMOUR, Ange-Gardien, 65 ans, 5'9", 160 lb, n-fum, aime marche, ciné, spectacles, voyages, recherche H, propre, honnête, sérieux et aimant la vie. **713369**

ÊTRE BIEN DANS SA TÊTE ET DANS SA PEAU, Granbyenne de 53 ans, 5'2", 118 lb, n-fum, cherche à connaître H, aimant jaser, marcher et faire diverses activités, avec qui poursuivre but sérieux. **394216**

LE TEMPS EST LONG SANS TOI... Dame de 65 ans, 5'1", poids santé, n-fum, aime pétanque, danse en ligne, sociale et country, désire H 63-70 ans, mince, 5'7"-5'9", intégrité, aimant mêmes choses, pour but sérieux. **393747**

NOUS AURONS DU PLAISIR ENSEMBLE! Granbyenne de 59 ans, 5'1", n-fum, autonome, indépendante, joyale, honnête, travaillante, aime rire, camping et bénévolat, désire H, rieur, aimant sortir et discuter. **394012**

UNE VIE D'AMOUR ET DE COMPLICITÉ! Belle dame de Cowansville, 57 ans, n-fum, désire H, n-fum, affectueux, attentionné, romantique, sachant jouer au Crible, pour être amis d'abord et peut-être amoureux. **358386**

ANNIE ET SA BONNE HUMEUR LÉGENDAIRE, 61 ans, 5'4", 120 lb, retraitée, sans enfant, simple, tranquille, aime vélo, danse, animaux, marche, resto, désire H, 5'8" et plus, 200 lb et moins, n-alcoolique et authentique. **393639**

POUR EMBELLIR ET BONIFIER MA VIE! Femme de 66 ans, 5'5", 128 lb, distinguée, réservée, créative, vit près de Brigham, a 2 enfants, 2 petits enfants, aime nature, arts, désire H 60aine, pour moments privilégiés. **357166**

ICI LE GROS BON SENS! Granbyenne de 69 ans, 5'3", 130 lb, veuve, enjouée, sérieuse, bilingue, aime rire, s'amuser, marche, golf, jeux de cartes et de société, cherche H, sérieux et voulant aller de l'avant. **381274**

PRENONS LE TEMPS DE SE CONNAÎTRE! Femme dans 50aine, 5'5", poids moyen, désire bel H 50-60 ans, de Granby et environs, libre, aimant rire, marche, voler, apprendre à se connaître, devenir amis et plus. **393396**

POUR VIVRE DE BEAUX MOMENTS ENSEMBLE, dame de Granby, 60 ans, poids santé, autonome, aime balades en auto, marche, coconing, dialogue, resto, désire H 60-65 ans, avec affinités, pour amitié et on verra ensuite. **393489**

CAROLINE VEUT PARTAGER DE BONS MOMENTS, Granby, 53 ans, 5', a petites rondeurs, aime théâtre, plein air, spectacles et soirées diverses, désire H, n-fum, passionnée de la vie, ayant humour et intérêt variés. **393276**

UNE AMITIÉ QUI DURERA LONGTEMPS! Femme de Granby, 70 ans, veut compagnon, de belle app, d'allure jeune et en forme, avec qui faire sorties occasionnelles et ainsi développer amitié durable. **393108**

ELLE ESPÈRE VIVRE QUELQUE CHOSE DE SÉRIEUR, Granbyenne de 58 ans, 5', 132 lb, blonde, yx verts, fum, sobre, désire H 50-59 ans, de Granby, 5'6", 150 lb, fum, sobre, avec qui poursuivre but sérieux. **393114**

PROFITONS DU TEMPS QU'IL NOUS RESTE! Granbyenne de 71 ans, sportive, aime cuisiner et faire plein d'autres choses à deux, recherche compagnon, avec qui partager bons moments dans la vie de tous les jours. **393124**

S'ACCOMPAGNER DANS LA MEILLEURE PARTIE DE NOS VIES! Infirmière retraitée de 65 ans, féminine, aime sortir, désire bon vivant 60aine, n-fum, préférablement retraité, dynamique, tendre, affectueux, aimant nature. **393135**

ALLONS DANSER! Dame de Roxton Pond, 65 ans, poids santé, chev blancs, n-fum, en forme, fidèle, sincère, recherche H 63-70 ans, 5'6"-5'9", sobre, sans bedaine, ayant belle joie de vivre, pour but sérieux. **391484**

UN AMOUR, UN AMI À QUI PARLER ET SE CONFIER! Belle jeune femme de 35 ans, cherche H 40-65 ans, de belle app, avec qui partager diverses sorties. **391882**

DANS LE CONFORT, LE DYNAMISME ET LE BONHEUR! Femme de la Rivière-Sud, 70 ans, 5'2", poids santé, app jeune, en forme, sociable, créative, désire H, actif, assumé, intellectuellement branché, pour relation sincère. **390389**

J'ATTENDS TON APPEL! Femme de Granby, aime balades en auto et sorties au resto, veut H 70-75 ans, fidèle et sérieux, avec qui elle pourrait briser solitude. **390965**

UNE PROPOSITION DE BONHEUR... Drummondvilleoise dans 60aine, 5'2", 140 lb, vit à la campagne, souhaite combler certain vide, veut H 50 ans ou plus, pour rire ensemble et s'aimer le plus longtemps possible. **390772**

UNE VIE FAITE DE PETITS RIENS ENSOLEILLÉS! Sylvie de Granby 58 ans, 5'1", 124 lb, en santé, active, souriante, dynamique, couragieuse, passionnée, aime bénévolat, yoga, danse, désire H, drôle et ayant écoute. **4145851**

CROIS-TU ÊTRE CELUI QUE LUCIE RECHERCHE? 59 ans, veuve depuis 2 ans, honnête, fidèle, sincère, aime danse, marche, bons repas et bonne compagnie, recherche H 55-65 ans, honnête, fidèle et aimant avoir plaisir. **390052**

VOYAGEUSE ADEPTE DE NATURE, 64 ans, demeure à Granby, aime activités en nature, lecture, pêche, voyages, animaux et sorties au resto, veut H 50-60 ans. **389799**

SI TOI AUSSI, TU VEUX PASSER DU BON TEMPS! Femme de 54 ans, désire H, simple, aimant campagne, ani-maux, promenades au bord de l'eau, bon souper en tête-à-tête ou petites soirées collés-collés devant bon film. **389841**

LE CALME, UNE VALEUR DE DIGNITÉ, femme de St-Césaire, 49 ans, 5'4", 130 lb, chev noirs, yx bleus, fum, a fils (14 ans), a emploi, 2 chiens, désire H, de taille et poids prop, même région, pour but sérieux. **391682**

AIMERIEZ-VOUS CONNAÎTRE UNE FEMME INTELLIGENTE? Femme de cœur de Granby, 69 ans, 5'2", 145 lb, chev gris courts, active, naturelle, bénévoles à ses heures, désire H 65-73 ans, tendre, pour amitié sincère. **391685**

POUR UNE AGRÉABLE VIE À DEUX! Granbyenne du début 60aine, autonome, aime resto, dialogue, coconing, marche, balades en auto, convoite H 60-65 ans, bien dans sa peau et ayant affinités, pour belle relation. **391847**

GRANBYENNE ACTIVE, TOUJOURS DE BONNE HUMEUR, 53 ans, 5'2", 110 lb, n-fum, en forme, aime danse, lecture, golf, cherche H 50-55 ans, 5'6" et plus, positif, respectueux, ayant humour, pour relation stable. **391190**

TU ES DRÔLE? FAIS-MOI SIGNE! Retraitée du domaine de la santé de Granby, 57 ans, 5', poids prop, dynamique, intello, aime nature, voyages, cherche H 56-60 ans, n-fum, en forme, en santé et ayant affinités. **391419**

BIEN BLOTTIS, DANS L'INTIMITÉ DU FOYER, Granbyenne de 61 ans, fidèle, sincère, aime marche, resto, balades en auto, soirées intimes à la maison, désire connaître H 61-64 ans, du même genre, pour but sérieux. **391485**

TOI ET CLAUDETTE, C'EST PEUT-ÊTRE UN BON MATCH! 71 ans, sobre, retraitée, sociable, anglophone, parle français, a enfants, petits enfants, 2 chattes et poissons tropicaux, aime nature, désire H, respectueux. **4526404**

VOICI LA PETITE DIANE! 56 ans, 4'11", environ 150 lb, n-fum, sobre, n-drogueuse, simple, tranquille, sociable, aime animaux, campagne, magasinage, désire H, pour se parler, se connaître et devenir amis. **391386**

CATHERINE AIMERAIT SE FAIRE GÂTER UN PEU! Belle jeune femme de 35 ans, cherche H 40-65 ans, de belle app, avec qui partager diverses sorties. **391882**

DANS LE CONFORT, LE DYNAMISME ET LE BONHEUR! Femme de la Rivière-Sud, 70 ans, 5'2", poids santé, app jeune, en forme, sociable, créative, désire H, actif, assumé, intellectuellement branché, pour relation sincère. **390389**

J'ATTENDS TON APPEL! Femme de Granby, aime balades en auto et sorties au resto, veut H 70-75 ans, fidèle et sérieux, avec qui elle pourrait briser solitude. **390965**

UNE PROPOSITION DE BONHEUR... Drummondvilleoise dans 60aine, 5'2", 140 lb, vit à la campagne, souhaite combler certain vide, veut H 50 ans ou plus, pour rire ensemble et s'aimer le plus longtemps possible. **390772**

UNE VIE FAITE DE PETITS RIENS ENSOLEILLÉS! Sylvie de Granby 58 ans, 5'1", 124 lb, en santé, active, souriante, dynamique, couragieuse, passionnée, aime bénévolat, yoga, danse, désire H, drôle et ayant écoute. **4145851**

CROIS-TU ÊTRE CELUI QUE LUCIE RECHERCHE? 59 ans, veuve depuis 2 ans, honnête, fidèle, sincère, aime danse, marche, bons repas et bonne compagnie, recherche H 55-65 ans, honnête, fidèle et aimant avoir plaisir. **390052**

VOYAGEUSE ADEPTE DE NATURE, 64 ans, demeure à Granby, aime activités en nature, lecture, pêche, voyages, animaux et sorties au resto, veut H 50-60 ans. **389799**

SI TOI AUSSI, TU VEUX PASSER DU BON TEMPS! Femme de 54 ans, désire H, simple, aimant campagne, ani-maux, promenades au bord de l'eau, bon souper en tête-à-tête ou petites soirées collés-collés devant bon film. **389841**

LE CALME, UNE VALEUR DE DIGNITÉ, femme de St-Césaire, 49 ans, 5'4", 130 lb, chev noirs, yx bleus, fum, a fils (14 ans), a emploi, 2 chiens, désire H, de taille et poids prop, même région, pour but sérieux. **391682**

AIMERIEZ-VOUS CONNAÎTRE UNE FEMME INTELLIGENTE? Femme de cœur de Granby, 69 ans, 5'2", 145 lb, chev gris courts, active, naturelle, bénévoles à ses heures, désire H 65-73 ans, tendre, pour amitié sincère. **391685**

POUR UNE AGRÉABLE VIE À DEUX! Granbyenne du début 60aine, autonome, aime resto, dialogue, coconing, marche, balades en auto, convoite H 60-65 ans, bien dans sa peau et ayant affinités, pour belle relation. **391847**

GRANBYENNE ACTIVE, TOUJOURS DE BONNE HUMEUR, 53 ans, 5'2", 110 lb, n-fum, en forme, aime danse, lecture, golf, cherche H 50-55 ans, 5'6" et plus, positif, respectueux, ayant humour, pour relation stable. **391190**

TU ES DRÔLE? FAIS-MOI SIGNE! Retraitée du domaine de la santé de Granby, 57 ans, 5', poids prop, dynamique, intello, aime nature, voyages, cherche H 56-60 ans, n-fum, en forme, en santé et ayant affinités. **391419**

BIEN BLOTTIS, DANS L'INTIMITÉ DU FOYER, Granbyenne de 61 ans, fidèle, sincère, aime marche, resto, balades en auto, soirées intimes à la maison, désire connaître H 61-64 ans, du même genre, pour but sérieux. **391485**

TOI ET CLAUDETTE, C'EST PEUT-ÊTRE UN BON MATCH! 71 ans, sobre, retraitée, sociable, anglophone, parle français, a enfants, petits enfants, 2 chattes et poissons tropicaux, aime nature, désire H, respectueux. **4526404**

VOICI LA PETITE DIANE! 56 ans, 4'11", environ 150 lb, n-fum, sobre, n-drogueuse, simple, tranquille, sociable, aime animaux, campagne, magasinage, désire H, pour se parler, se connaître et devenir amis. **391386**

PETIT HOMME AU GRAND COEUR, Granby, 55 ans, 5'5", 144 lb, est de belle apparence jeune, honnête et sincère, a un passé réglé, aime le plein air, les festivals et la marche, recherche une Femme âgée entre 38 et 56 ans, avec qui connaître à nouveau l'amour. **394660**

ALLONS DONC PRENDRE UN CAFÉ ENSEMBLE! Homme de 58 ans, 5'11", chev châtain-blanc, yx bleus, en couple, désire F, disponible le jour, discrète, ouverte et aimant sexe autant que lui, pour relations intimes. **280496**

LE SUMMUM DE LA SENSUALITÉ, Granbyen célibataire de 54 ans, 5'11", 175 lb, grisonnant, yx bleus, recherche F d'âge mûr, plantureuse mais n-obèse, ayant très forte poitrine et aimant la mettre en valeur. **296668**

SUR LES SENTIERS DE L'ESTRIE AUX CÔTÉS D'ALAIN, Granby, 54 ans, 5'8", 190 lb, enjoué, doux, généreux, aime resto, ciné et autres sorties, désire connaître F, respectueuse, aimant bouger, pour passer bon temps. **393365**

BEAU GRANBYEN, HUMBLE ET SOURRIANT, 57 ans, 5'9", 172 lb, calme, aime activités extérieures, dialogue, croisières et voyages en avion, recherche F, 5'4" et plus, poids moyen, pour amitié et plus si affinités. **394649**

BEAU BLOND AUX YEUX BLEUS, Granby, 55 ans, 6', fum, en forme, honnête, a passé bien résolu et aime la vie, souhaite F, paraissant quand-même bien. **392940**

JACQUES, LE GRAND AFFECTUEUX! 64 ans, 5'6", n-fum, propre et discret, veut F 65 ans et plus, pour belle rencontres occasionnelles et plus, si affinités. **392603**

BEAU GRAND GARS SOUCIEUX DE L'ENVIRONNEMENT, 46 ans, disponible, demeure à la campagne près de Bonsecours, aime sa vie, discuter de plein de choses, veut F, stimulante, axée sur solutions et non problèmes. **393653**

M'ACCOMPAGNERAIS-TU POUR UNE DANSE? Jeune homme de la Beauce, 26 ans, 220 lb, chev bruns, yx bleus, soudeur, adore animaux et danse country, souhaite connaître F, avec qui il pourrait aller danser. **3576498**

DANS LA VIE, IL FAUT SAVOIR CE QU'ON VEUT! Patrick, 46 ans, 5'8", 130 lb, chev noirs, yx verts, sait ce qu'il veut, a fille (8 ans), recherche F, aimant enfants, ciné, resto, pour but sérieux à long terme. **393339**

BONJOUR JOLIES DEMOISELLES! Martin, 38 ans, 5'10", 180 lb, chev noirs, veut jolie demoiselle, avec qui il pourrait jaser un peu ou peut-être faire belles rencontres. **393162**

ABONDERAIS-TU DANS LE MÊME SENS QUE MICHEL? 50 ans, 5'9", 195 lb, aime rire, avoir du fun, prends bons soupers au resto ou à la maison, veut F, semblable. **392910**

IL AIMERAIT BIEN TE FAIRE RIRE! 55 ans, simple, doux, travaillant, aime plein air, ciné, coconing, désire belle F 40-52 ans, pour se connaître et on verra ensuite. **393040**

PARTAGEONS LE TEMPS QU'IL NOUS RESTE! Raymond de 58 ans, 5'9", 169 lb, facile à vivre, aime marche, resto, voyages, dialogue, désire F, 5'5" et plus, poids prop, pour se connaître et vivre relation stable. **392737**

SÉBASTIEN, UN AMATEUR DE SPORTS EXTÉRIEURS! 36 ans, 5'10", 180 lb, chev et yx bruns, aime guitare et ébénisterie, aimerait bien rencontrer F, intéressée à en savoir davantage à son sujet. **392842**

DEVENONS D'ABORD DE BONS AMIS! Raymond de Granby, 59 ans, 5'11", poids santé, chev poivre et sel, sportif, mature, a passé bien résolu, veut connaître F, avec qui développer belle amitié et peut-être plus. **392620**

SE PASSERA-T-IL QUELQUE CHOSE ENTRE NOUS? Homme de 54 ans, 6', 195-200 lb, en forme, veut F, intéressée à lui laisser un message afin d'échanger. **715251**

BEAU JEUNE HOMME CHERCHANT L'AMOUR, 38 ans, bilingue, calme, ne fréquente pas les bars, cherche à rencontrer F, aimant jeux de société, activités de plein air, moments en famille, ciné et resto. **390238**

RÉXAN AIMERAIT VOIR TES PETITS YEUX SOURIRE! Roxton Falls, 57 printemps, 5'6", 150 lb, a humour, veut F, respirant à la bonne humeur, avec qui jaser d'abord. **375009**

YVAN VOUS ESPÈRE REMPLIE D'AMOUR, 66 ans, 5'9", 190 lb, très sensuel, veut belle F, 150-200 lb, sensuelle et pourvue de belles courbes bien fermes. **392214**

RICHARD POURRAIT VOUS INTÉRESSER! Granby, 35 ans, 6'3", 250 lb, boucher de métier, souhaite connaître F, intéressée à en savoir davantage à son sujet. **392387**

UN PETIT BOUT DE FEMME ENJOUÉE POUR SERGE! Granby, 63 ans, 5'9", 200 lb, chev poivre et sel, yx pers, n-fum, franc, taquin, simple, aime vélo, désire douce F 55-65 ans, taille et poids prop, aimant dialoguer. **394051**

ALAIN N'A PAS PEUR DES RESPONSABILITÉS, 59 ans, 5'7", 140 lb, aime la vie, veut F, affectueuse, compréhensive, respectueuse et plus, pour belle rencontre. **394085**

AS-TU ENVIE DE CONNAÎTRE UN BON GARS? Beau Granbyen romantique, 48 ans, 5'8", petite bedaine, chev et yx bruns, chaleureux, a belles valeurs, joie de vivre et humour, aime golf, marche, vélo, cherche amie. **394090**

HOMME D'ALLURE JEUNE AVEC QUI AVANCER DANS LA VIE, 72 ans, 5'10", 175 lb, aime marche, voyages, resto, théâtre et golf, souhaite découvrir F 65-72 ans, de poids santé, avec qui poursuivre but sérieux. **394231**

PLEIN D'ACTIVITÉS PLAISANTES AUX CÔTÉS DE JOHNNY! Roxton Pond, 73 ans, 5'5", n-fum, app jeune, en forme, divorcé, a 2 filles, aime resto, camping, pêche, voyages, cuisine, désire F 63-72 ans, n-fum et autonome. **393660**

LAISSEZ VOS COORDONNÉES À MICHEL! Granby, 61 ans, aime danse en ligne, veut F, possédant certaines affinités, aimant sports, moto et marche. **387847**

MOI, J'AIME LA VIE! Homme de 57 ans, 5'11", chev châtaîns, pratique vélo et marche en montagne, aime sorties de plein air et culturelles, recherche F, indépendante, possédant certaines affinités. **393797**

BEAU GRAND GARS SOUCIEUX DE L'ENVIRONNEMENT, 46 ans, disponible, demeure à la campagne près de Bonsecours, aime sa vie, discuter de plein de choses, veut F, stimulante, axée sur solutions et non problèmes. **393653**

M'ACCOMPAGNERAIS-TU POUR UNE DANSE? Jeune homme de la Beauce, 26 ans, 220 lb, chev bruns, yx bleus, soudeur, adore animaux et danse country, souhaite connaître F, avec qui il pourrait aller danser. **3576498**

DANS LA VIE, IL FAUT SAVOIR CE QU'ON VEUT! Patrick, 46 ans, 5'8", 130 lb, chev noirs, yx verts, sait ce qu'il veut, a fille (8 ans), recherche F, aimant enfants, ciné, resto, pour but sérieux à long terme. **393339**

BONJOUR JOLIES DEMOISELLES! Martin, 38 ans, 5'10", 180 lb, chev noirs, veut jolie demoiselle, avec qui il pourrait jaser un peu ou peut-être faire belles rencontres. **393162**

ABONDERAIS-TU DANS LE MÊME SENS QUE MICHEL? 50 ans, 5'9", 195 lb, aime rire, avoir du fun, prends bons soupers au resto ou à la maison, veut F, semblable. **392910**

IL AIMERAIT BIEN TE FAIRE RIRE! 55 ans, simple, doux, travaillant, aime plein air, ciné, coconing, désire belle F 40-52 ans, pour se connaître et on verra ensuite. **393040**

PARTAGEONS LE TEMPS QU'IL NOUS RESTE! Raymond de 58 ans, 5'9", 169 lb, facile à vivre, aime marche, resto, voyages, dialogue, désire F, 5'5" et plus, poids prop, pour se connaître et vivre relation stable. **392737**

SÉBASTIEN, UN AMATEUR DE SPORTS EXTÉRIEURS! 36 ans, 5'10", 180 lb, chev et yx bruns, aime guitare et ébénisterie, aimerait bien rencontrer F, intéressée à en savoir davantage à son sujet. **392842**

DEVENONS D'ABORD DE BONS AMIS! Raymond de Granby, 59 ans, 5'11", poids santé, chev poivre et sel, sportif, mature, a passé bien résolu, veut connaître F, avec qui développer belle amitié et peut-être plus. **392620**

SE PASSERA-T-IL QUELQUE CHOSE ENTRE NOUS? Homme de 54 ans, 6', 195-200 lb, en forme, veut F, intéressée à lui laisser un message afin d'échanger. **715251**

BEAU JEUNE HOMME CHERCHANT L'AMOUR, 38 ans, bilingue, calme, ne fréquente pas les bars, cherche à rencontrer F, aimant jeux de société, activités de plein air, moments en famille, ciné et resto. **390238**

RÉXAN AIMERAIT VOIR TES PETITS YEUX SOURIRE! Roxton Falls, 57 printemps, 5'6", 150 lb, a humour, veut F, respirant à la bonne humeur, avec qui jaser d'abord. **375009**

YVAN VOUS ESPÈRE REMPLIE D'AMOUR, 66 ans, 5'9", 190 lb, très sensuel, veut belle F, 150-200 lb, sensuelle et pourvue de belles courbes bien fermes. **392214**

RICHARD POURRAIT VOUS INTÉRESSER! Granby, 35 ans, 6'3", 250 lb, boucher de métier, souhaite connaître F, intéressée à en savoir davantage à son sujet. **392387**

HOMME CHERCHE HOMME
INTELLIGENT, ATTACHANT ET PAS FATIGUANT, Montérégie, 55 ans, 5'8", 190 lb, châtain, yx noisette, moyennement poilu, doux, affectueux, travaillant, veut H, semblable, n'effréné ni drogue, pour but stable. **375336**

VEUX-TU ÊTRE MON AMI? Jeune homme de 38 ans, 170 lb, châtain aux yx bleus, souhaite rencontrer H, avec qui devenir ami et avoir beaucoup de plaisir. **194497**

CES MESSAGES QUI FONT TANT DE BIEN... Beau Granbyen du début 60aine, 5'7", 155 lb, très bien pourvu, top, aime massages érotiques, cherche à rencontrer très beau jeune H, mince et bottom. **368668**

VOUS AVEZ LE CHOIX ENTRE :

REMBOURSEMENT ÉQUIVALENT AUX 2 TAXES*

auLit

CHOIX
No1
DES
québécois*

*DÉTAILS EN MAGASIN

SUR TOUS LES MATELAS



MATELAS
René

Manufacturier depuis 65 ans

OU

36 VERSEMENTS ÉGAUX SANS INTÉRÊTS**



** Sur approbation du crédit
Détails en magasin

TOUT
LE MONDE
PRÉFÈRE*

boutique
auLit

GRANBY - 238, Saint-Jude Nord
450 777-3636
CARREFOUR BOUCHARD (VOISIN DE LA SAAQ)

* DÉTAILS
EN MAGASIN

boutiqueaulit.ca

* Offre d'une durée Limitée. Détails en magasin
Certaines offres ne peuvent être jumelées avec d'autres promotions