



Ski-se-Dit

Le journal communautaire de Val-David et ses environs | AVRIL 2013 - Vol. 39,4 n° 3 - 24 pages
 Pour nous joindre : Messagerie : 819 322-7969 • Courriel : ski-se-dit@cgocable.ca • Boîte aux lettres au local, 2496, rue de l'Église, suite 200. Tous les documents photo sont retournés sur demande. Par la poste : Journal Ski-se-Dit, 2496, rue de l'Église, suite 200, Val-David, Québec J0T 2N0

LE BABILLARD

GAGNEZ UN VOYAGE A CUBA AVEC LE

SALON-ÉCOLE
Marie-Deise Tremblay
 COIFFURE ÉCO-RESPONSABLE

Si! Si!

2489, rue de l'Église
 VAL-DAVID
 819 320.0888 • 450 712.1866

(voir détails en p. 11)

CLAUDE SARRAZIN (1934-2013)

Le silence et la lumière



Cette nuit-là, je ne le vis pas se mettre en route. Il s'était évadé sans bruit. Quand je réussis à le rejoindre, il marchait, décidé, d'un pas rapide. Il me dit seulement :

- *Ah ! Tu es là... Et il me prit par la main. Mais il se tourmenta encore :*
- *Tu as eu tort. Tu auras de la peine. J'aurai l'air d'être mort, mais ce ne sera pas vrai...*

Moi, je me taisais.

- *Tu comprends. C'est trop loin. Je ne peux pas emporter ce corps-là. C'est trop lourd.*

Moi, je me taisais.

- *Mais ce sera comme une vieille écorce abandonnée. Ce n'est pas triste les vieilles écorces.*

Le Petit Prince, Antoine de Saint-Exupéry

PETIT PAIEMENT, BEAUCOUP D'AUTO!

 **Mazda 3GX** LOCATION **48 MOIS** **169\$** /mois*

*D4XS53 AA00 *Transport et préparation inclus. Taxes et couleur perçue en sus

« Meilleure petite voiture à moins de 21 000\$ »



www.mazdavalldavid.ca
 1004, Route 117
 VAL-DAVID
 (près du Petit Poucet)
 819 322-3937
 SF 1 877 322-3937
VENTES OUVERT LE SAMEDI!

Marchand de l'année 2011-2012 Choisi par concours parmi les 215 Metro au Québec

 **metro**
 L. Dufresne & fils

Épicier canadien indépendant de l'année PRIX D'OR NATIONAL 2011

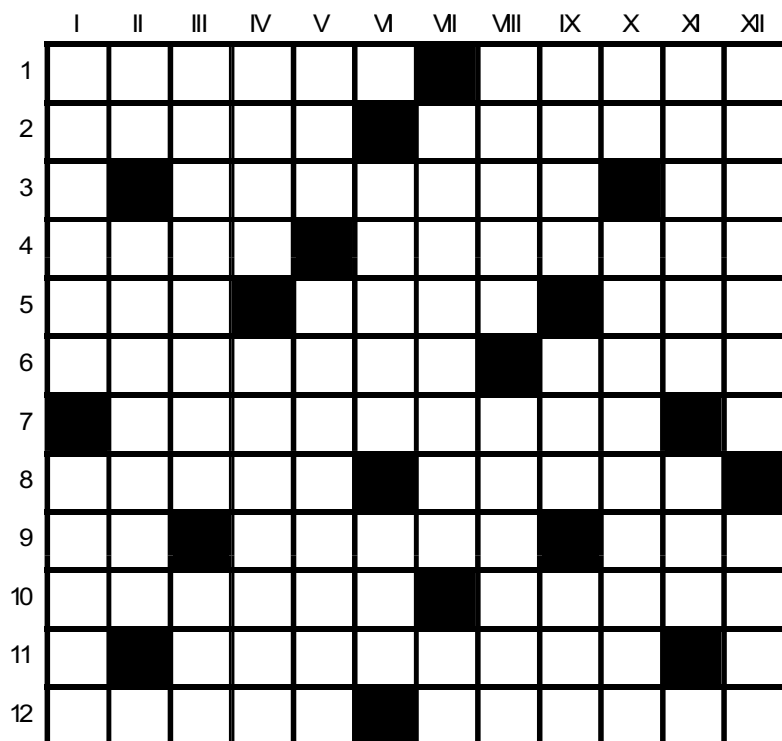
« SERVICE ET FRAÎCHEUR DEPUIS PLUS DE CENT ANS »

De père en fils depuis 1909

Au cœur du village et des gens

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

EXCLUSIF - mots croisés
Auteur: Pierre L. Mongrain
Info: verbierniciste@gmail.com



Horizontalement

1. Cl - Col.
2. Arbrisseau du Brésil - Extrémité aiguë.
3. Mauvais écrivain - Hassium.
4. Cimetière - Chalaze.
5. Communauté russe - Inspiratrice - Équidé à longues oreilles.
6. Sans pétales - Ai.
7. Action d'étaler.
8. Étudiant - Observer secrètement.
9. Tellure - Choisir par un vote - Érucation.
10. Exposer - Centre d'équitation.
11. Vendre de nouveau.
12. Frérot - Melon très sucré.

Verticalement

- I. Septième-art - Petite balle.
- II. Cheval-vapeur - Concierge.
- III. Apesanteur - Unité de mesure.
- IV. Argile rouge - Marbrer.
- V. Rayon - Impoli.
- VI. Moulage - Fureur.
- VII. Répandre ça et là - Digramme.
- VIII. Couleur du sang - Troublé.
- IX. Secours - Lisse - Courbure de voûte.
- X. Banque Nationale - Flâner.
- XI. Déesse grecque - Roche.
- XII. Expérimenteur - Gros^poisson.

Solution p. 4

RHOMBUS 8[©]

NOUVELLE SÉRIE

JEU CRÉÉ PAR PIERRE DEMMERLE, DE VAL-DAVID, EXCLUSIVEMENT POUR LE JOURNAL SKI-SE-DIT.

Après une première série sur sept lettres, Pierre Demmerle hausse la barre de son jeu sur la géométrie des mots et nous offre maintenant une série dont le mot formant la pointe du losange compte huit lettres. Bonne chance aux amateurs!

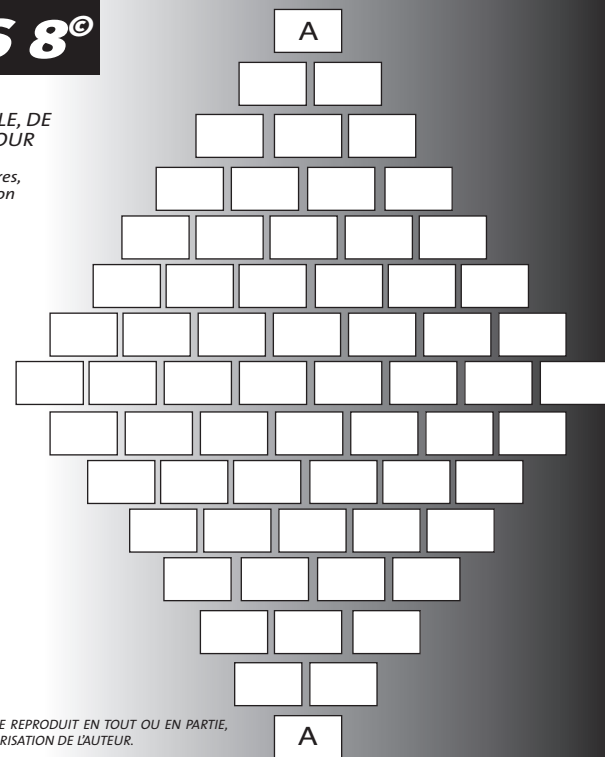
Jeu n° 52

INDICES

- Possessif
- Fuel
- Avertissement
- Argot
- Couches
- De...(metteur en scène)
- Partenaire de la laie
- Utile en poterie
- Moto
- Étendu
- On le cherche toujours
- Style de musique
- Métal précieux

Solution p. 4

© TOUTS DROITS RÉSERVÉS. CE JEU NE PEUT ÊTRE REPRODUIT EN TOUT OU EN PARTIE, PAR QUELQUE MOYEN QUE CE SOIT, SANS L'AUTORISATION DE L'AUTEUR.



LE JOURNAL

Ski-se-Dit

2496, rue de l'Église, suite 200
Val-David (Qc) J0T 2N0
Téléphone : 819 322-7969
Courriel : ski-se-dit@cgocable.ca
Site Internet : <http://ski-se-dit.info>

PROCHAINE DATE LIMITE POUR ENVOYER PHOTOS ET TEXTES : 22 avril 2013

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

LISEZ VOTRE SKI-SE-DIT EN LIGNE!

TAPEZ : ski-se-dit.info

Lisez « Entre les lignes », une page exclusivement disponible sur le site Internet

PROCHAINE PARUTION : 16 mai 2013

Note : la date de parution correspondant généralement au deuxième jeudi de chaque mois. Le journal est d'abord expédié par la poste aux résidents de Val-David puis mis à la disposition du public le week-end suivant dans quelque 60 commerces de la région. Pour devenir un point de distribution du Ski-se-Dit, il suffit d'en faire la demande au journal en laissant vos coordonnées au 819.322.7969.

DONATEURS, SUPPORTEURS ET CHAMPIONS COMMUNAUTAIRES du journal en 2013

Le journal *Ski-se-Dit* remercie ses partenaires et donateurs pour leur contribution financière directe, indispensable au maintien d'une publication de qualité. Grâce à leur aide et à celle de nos annonceurs, nous pouvons assurer la publication de notre journal communautaire tout au long de l'année. Pour plus de renseignements sur les avantages à devenir l'un de nos champions supporteurs, vous pouvez joindre Suzanne Lapointe, présidente du Conseil d'administration du journal, à l'adresse courriel ski-se-dit@cgocable.ca.

Nos DONATEURS en 2012 :

BMR Eugène Monette • La Clef des Champs • Pharmacie Charland Spad-Auto • Mazda Val-David • Réfrigération MB

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

Conseil d'administration :
Suzanne Lapointe, présidente
Anne-Marie Jean, trésorière
Suzanne Bougie, administratrice
Marie Provost, secrétaire
Michel Beaulne, administrateur
Bernard Zingre, administrateur

Rédaction du journal :
Michel-Pierre Sarrazin
Diane Seguin

Chroniqueurs et invités :
Albert Adam
Joceyne Aird-Bélangier
Geneviève Bériault
Suzanne Bougie
Gilles Bourret
Florence Broche
Guillaume Marciel-Faure
René Derouin
Louise Duhamel
Dominique Forget
Daniel Guay
Lyana de Gain
Richard Lauzon
Guy Montpetit
Manon Régimbald

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

Rédacteur en chef : Michel-Pierre Sarrazin
Révision linguistique : Cynthia Cloutier Marenger
Coordination : Diane Seguin

Mise en page : Caméleon Publi-Design

Impression : Hebdo Litho

Livraison commerciale : Agnès Guay, Claude Sarrazin †

Webmestre : André Côté

Pour toute réservation publicitaire : 819 322-7969 ou par courriel à l'adresse ci-dessus.

Vous voulez être publié-e?

Suivez ces instructions : envoyez votre texte de moins de 500 mots en format Word 12 points, police *Time* ou *Time New Roman* sans mise en page excessive, ni bordures, ni trames. Vous augmentez ainsi vos chances que votre texte soit choisi... Pour les photos, rappelez-vous une bonne ou haute définition augmente la qualité de la reproduction. Merci de votre collaboration.

VOICI LES QUELQUES 92 POINTS DE DISTRIBUTION DANS LA RÉGION OÙ VOUS POUVEZ TROUVER UNE COPIE PAPIER DE VOTRE JOURNAL SKI-SE-DIT : Val-David : Auberge du Vieux Foyer • Auberge Le Croux du Vent • Auto Value Val-David • Bistro-café Le Comptoir • Bistrot C'est la Vie • BMR Eugène Monette Inc. • Boutique des Bees Fins • Brasserie artisanale & bistro Le Baril Roulant • Clinique dentaire de Val-David • Coiffure Rita • Herboristerie La Clef des Champs • Jeux Après-Ski • Local du journal *Ski-se-Dit* • Mairie de Val-David • Marché d'été de Val-David • Mazda Val-David • Metro L. Dufresne et Fils • M Coiffure • Pharmacie Familiprix Charland et Segard • Re/Max Étienne Savard • Restaurant Clémentine • Restaurant Le Villageois • Rock & Ride • Soupes et desserts • Salon-école Marie-Denise Tremblay • La Vagabonde • Les Voies Nord Sud • Bibliothèque de Val-David • Bistro Le Mouton Noir • Bistro Plain Air • Bureau touristique La Petite Gare • Casse-croûte du parc • Coiffure Enerxex • Centre d'exposition La Maison du Village • Chalet Anne-Piché • Chalet Chantecœur • Dépanneur Borli-Sor • Ecole St-Jean-Baptiste • Espace Kao • Fruits et légumes Val-David • Flore Nature • Garage B. Grill et Fils Inc. • Hôtel La Sapinière • Kilomètre 42 • Lavoir Val-David • Restaurant Au Trois petits pois • Restaurant Le Coin du Bagel • Restaurant l'Express Olé • Restaurant Le Grand Pa • Restaurant O Cèdre • Restaurant Le Petit Poucet • Restaurant Tim Horton's • Toyota Ste-Agathe • Ultramar des Vals **Sainte-Agathe-des-Monts :** Atelier Desjardins encadrements • Bibliothèque Gaston-Miron • Buro Plus Martin Librairie • Papeterie • Mobilier • Bureau du Député Claude Cousineau • Bureau touristique Saint-Agathe-des-Monts • Caisse populaire Desjardins succ. de Val-David • Centre de jardin La Jardinière • La Colombe • Couleur Café • Flore disco Uni Vert Sol • Hyundai Ste-Agathe • Notaires Léonard, Pagé, Chailfoux, Piché • Metro Ste-Agathe • Pavillon Philippe-Lapointe, CSSS • Pharmacie Brunet • Pharmacie Uniprix • Le Pommier Fleuri • Restaurant C'é l'heure du lunch • Restaurant des Monts • Restaurant Julio • Restaurant La Gourmandine • S. Bourassa L'tée fruits et légumes **Sainte-Adèle :** Clinique médicale Ste-Adèle • IGA Ste-Adèle • Optique Expert du Nord • Pharmacie clinique médicale • Restaurant Coeur de Provence **Val-Morin :** Cal's pizza • Municipalité de Val-Morin • Restaurant de la Petite Gare **Mont-Tremblant :** Bibliothèque Samuel-Quimet, Mont-Tremblant Centre • Bistro Val Houtte • Boutique Xoko • S. Bourassa L'tée fruits et légumes • Lavoir Daoust Forge • Restaurant Mille Pâtes • IGA Mont-Tremblant

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

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



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



OUVERT
dès 17 h 30

du mercredi au dimanche

Apportez votre vin

Réservez au 819-322-2111 • 2459, rue de l'Église, Val-David

ECO - RIGOLO



JEUX
Après-Ski

Le printemps arrive !!!
Jeux et jouets en bois
Ouvert de 10h à 17h, le vendredi jusqu'à 19h

Sur le site du Village Suisse
1175, rue de la sapinière, VAL-DAVID
819-322-2205
www.lesjeux.ca



SoliTerre
CRÉATEUR DE PAYSAGES DEPUIS PLUS DE 30 ANS

- PLANS & CROQUIS
- RÉALISATION & ENTRETIEN D'AMÉNAGEMENTS PAYSAGERS

GILBERT DIONNE
HORTICULTEUR - PAYSAGISTE

819 322-2876 | soliterre@xplornet.ca

La Maison de **Bavière**
Site touristique S&S

La Maison de Bavière

VOUS OUVRE SES PORTES
Le dimanche 12 mai, de 11 h à 16 h
1470, Chemin de la Rivière à Val-David

Bienvenue à tous !

Info : contact@maisondebaviere.com



ÉCOdomaine du Cerf



Maintenant prêt à construire

- Milieu naturel protégé
- Maisons bioclimatiques créés et harmonisés par **faberhaus** www.faberhaus.com

MAISON MODÈLE À VISITER
sur rendez-vous

Info : www.ecodomaine.ca

ATELIER - BOUTIQUE
SOUS TOUTES LES **COUTURES**

1857, route 117, Val-David

- LES VOILES NORD SUD
Annie Germain
Service de broderie, décoration.
Réparation de voiles & matériel de plein-air.
- COUTURE
Lise Catafard
Retouches et altérations.
Cours d'initiation à la couture.

819 322-1297
www.soustouteslescoutures.com

Flor deco  DÉCORATION
COUVRE-PLANCHERS

Couvre-Plancher Uni vert Sol

R.B.Q. # 2624-8153-93 

240, rue Principale (Rte 117),
Ste-Agathe-des-Monts (Qc) J8C 1K6

Tél.: (819) 326-3220
www.couvreplancher.com
info@couvreplancher.com



Le Marché d'été
DE VAL-DAVID

Votre 1^{er} MARCHÉ D'ÉTÉ 2013 : samedi 1^{er} juin!

COIFFURE Rita
Service personnalisé pour Elle et Lui

Certificats-Cadeaux
2507, de l'Église, Val-David (Face au Métro)
819.322.5858

Heures d'ouverture
Mardi à Jeudi 9h à 18h • Vendredi 9h à 20h • Samedi 9h à 16h

nouveau BIOLAGE
LANZA
JOICO
L'ART DES CHEVEUX SAINS

YANN & CIE

VOLAILLES & GIBIERS BIEN ÉLEVÉS FOIE GRAS
CHARCUTERIES
PÂTÉS AU POULET
TOURTIÈRES · CANARD CONFIT
YANN INVERNIZZI PROPRIÉTAIRE

1065 RTE 117, VAL-DAVID
819.322.1288 YANNETCIE.COM

OUVERT 7 JOURS

NOUVEAU
PÂTISSERIES MAISON
PRODUITS DU ROUGE TOMATE
POULETS BIO FERME DES VOLTIGEURS

Répertoire

N'oubliez jamais mes grands voyageurs qu'une seule pensée, et là commence le merveilleux voyage!

La Mélodie des Voyages
Je pense, donc je voyage

1310 rue Dion, Val David, **819-322-7783** | fax 819-322-3406
www.melodiedesvoyages.com | info@melodiedesvoyages.com

Détentricer d'un permis du Québec, d'un certificat agent de voyages et IATA

Soins des pieds
Service à domicile

Soulagement et prévention
Hygiène, coupe et amincissement des ongles.
Traitement des cors, callosités, mycoses, ongles incarnés, ongles déformés.
Soins adaptés pour diabétiques.
ANQ Reçus assurances

Lucie Lalonde
Laurentides : 819.322.7709 - Montréal : 514.772.0039

Centre Belle Vie **MASSAGE psychocorporel**

La Trame®
Soin Vibratoire

Sylvie "Soleil" Bellemare

819 322-9975
www.centrebellevie.ca

Reçus disponibles F.Q.M. & A.N.N.

une ligne, une forme, une couleur
Art-thérapie

Michelle Martineau b.a., tsp, ATPO
Art-thérapeute
Travailleuse sociale

Rencontres individuelles et de groupe

Bur. : 819 774-1723
Courriel : info@mmart-therapie.ca
Web : www.mmart-therapie.ca

Brasserie Artisanale & Bistro

2434, rue de l'Église
VAL-DAVID

www.barilroulant.com

LE PHÉNIX
Soins de santé nature

Coach en santé naturelle
Massage thérapeutique
Herboriste

Gisel Morin
819.216.7776
www.herboristeriephenix.com
info@herboristeriephenix.com

Le Pommier Fleuri
EPICERIE D'ALIMENTS NATURELS

LÉGUMES ET PRODUITS BIOLOGIQUES
7, rue Principale, Sainte-Agathe-des-Monts (819) 326-7133

Claude Cousineau
Député de Bertrand

Vice-président de la Commission des relations avec les citoyens

197, rue Principale bureau 101
Sainte-Agathe-des-Monts J8C 1K5

Téléphone : 819 321.1676
Sans frais : 1 800 882.4757
Télécopieur : 819 321.1680
Courriel : ccousineau-bem@assnat.qc.ca

ASSEMBLÉE NATIONALE
QUÉBEC

Tél./télec.: 819 322-7247

CA

Anne Monette
comptable agréée

États financiers • Impôts • Tenue de livres

1271, Lavoie, Val-David (Québec) JOT 2N0

ESTHÉTIQUE
Marie Lise Montanarini
Val-David

- Facial complet (personnalisé)
- Soins régénérants au collagène
- Traitement de microdermabrasion
- Cure de traitement spécifiques
- Soins du dos (exfoliation, massage détente)
- Certificat cadeau

« Un moment pour soi, un bien être en soi »

819-322-6068 | Sur rendez-vous seulement
Distributeur exclusif des produits d'Emeu de Charlevoix

céramiques - marbres - ardoises - mosaïques

cera • mosa

R.B.Q.: 8280520118

Michel Lavallée

1615, Rte 117, Val-David (Québec) Tél.: 819.322.3332

LES ZÈBRES
819.322.3196

LE RESTAURANT URBAIN DES LAURENTIDES

GROUPES | RESTO ECO RESPONSABLE | Plats EMPORTEUR | Événements

2347, rue de l'Église, Val-David | www.restaurantleszebres.com

Soupes & Desserts

boutique alimentaire

Claudette Hudon

Carrefour du Village
2510, rue de l'Église
Val-David (Québec) JOT 2N0
819 322-5433
soupesetdesserts.com

soupes
desserts
muffins
confitures
accessoires de cuisine

ROYAL LEPAGE

CAROLINE MAGNAN-DAVID

COURTIER IMMOBILIER | BROKER

819.421.1414

FACEBOOK.COM/IMMOBILIER.LAURENTIDES

#1
24 heures

819-322-6182
TAXI DES VALS
VAL-DAVID VAL-MORIN

Local et longue distance
Service rapide & courtois
Service Aéroport
Livraison de colis

Réservation transport adapté

SANS FRAIS 1 888 322 6182 • www.taxidesvals.info

Sutton

ANITA CHOQUETTE, CERT. ADM.
Courtier immobilier

Groupe Sutton - Laurentides
AGENCE IMMOBILIÈRE
bur.: (819) 322-9911 Mtl: (514) 990-5704
cell.: (819) 324-7017
achoquette@sutton.com

RÉSERVEZ
DÈS MAINTENANT VOTRE PUB
dans notre beau journal

Téléphone : 819 322-7969
Courriel : ski-se-dit@cgocable.ca

SOLUTIONS

RHOMBUS 8®
N° 52 - SOLUTION

A							
S	A						
G	A	B					
G	L	A	S				
S	L	A	N	G			
L	A	N	G	E	S		
A	N	G	E	L	I	S	
S	A	N	G	L	I	E	R
A	R	G	I	L	E	S	
G	T	L	E	R	A		
L	A	R	G	E			
G	R	A	L				
R	A	G					
A	G						
A							

C	H	L	O	R	E	R	A	B	A	T
I	P	E	C	A	P	O	I	N	T	E
N	G	R	I	M	A	U	D	H	S	
E	P	E	E	O	R	G	E	L	E	T
M	I	R	M	U	S	E	A	N	E	
A	P	E	T	A	L	E	U	N	A	U
E	T	A	L	E	M	E	N	T	R	
E	L	E	V	E	E	P	I	E	R	
T	E	E	L	I	R	E	R	O	T	
E	T	A	L	E	R	R	A	N	C	H
U	R	E	V	E	N	D	R	E	O	
F	R	E	R	E	S	U	C	R	I	N

VAL-DAVID**Assemblée du Conseil
DU 12 MARS 2013**

Gilles Bourret

Assemblée publique de consultation

L'objectif de l'assemblée était d'expliquer le projet de règlement 601-16 intitulé Règlement modifiant le règlement de zonage numéro 601 afin d'adapter le règlement aux normes sur la protection des zones à risque de mouvement de terrain (règlement de concordances) et le projet de règlement 604-6 intitulé *Règlement modifiant le règlement 604 sur les permis et certificats numéro 604 afin d'intégrer des normes sur la protection des zones à risque de mouvement de terrain (règlement de concordance)*. Ces règlements s'appliquent pour les terrains où il y a un talus d'une hauteur minimale de 5 mètres et dont l'inclinaison est supérieure à 27 degrés en bordure de la rivière du Nord. Dans ce cas, il y a des distances à respecter pour la construction de bâtiments en haut du talus.

Assemblée du Conseil

La conseillère Manon Paquin était absente.

Point d'information de la mairesse intitulé « Dans un village près de chez nous »

« Les journaux ont abondamment parlé de l'exploitation d'une carrière à Sainte-Lucie... Ce qui est le plus aberrant dans ce cas c'est que le gouvernement a donné ce permis d'exploitation dans une zone de villégiature, située dans ce petit village paisible, loin des grands axes routiers... Avec l'appui de mon Conseil, le mot de la mairesse de ce soir se veut un appui à tous les citoyens concernés, de Sainte-Lucie et d'ailleurs. »

L'année dernière, le conseil des maires de la MRC a marqué son opposition à une exploitation minière sur le territoire de Sainte-Lucie et a acheminé une résolution au ministère des Ressources naturelles qui est responsable des terres de la Couronne. Le Ministère n'a pas tenu compte de ladite résolution et a signé un bail de dix ans, renouvelable avec la compagnie minière. L'afflux de circulation lourde est inquiétant car elle causera des dommages aux routes sans compensation pour effectuer les réparations.

Direction générale et ressources humaines

Le Conseil a autorisé l'embauche d'une personne à temps partiel pour le poste d'archiviste à raison de deux jours semaine ou 14 heures.

Greffé

Le Conseil a entériné l'entente entre la Municipalité et le Centre d'exposition de Val-David afin d'accorder une aide financière pour trois ans. Une somme de 106 000 \$ sera versée au Centre, en quatre versements, pour l'année 2013 afin de couvrir les dépenses de fonctionnement, l'entretien extérieur (déneigement et terrassement), le loyer, l'assurance et le paiement des taxes municipales.

Le Conseil a adopté une résolution demandant au gouvernement fédéral de renoncer à sa réforme du régime d'assurance-emploi qui affecte les citoyens de notre région et de notre municipalité.

Le Conseil a entériné un procès-verbal de correction pour inclure un amendement au Règlement 601-14 adopté lors de l'assemblée du 9 octobre 2012.

Le Conseil a adopté le Règlement 601-16 intitulé *Règlement modifiant le règlement de zonage numéro 601 afin d'adapter le règlement aux normes sur la protection des zones à risque de mouvement de terrain (règlement de concordances)*.

Le Conseil a adopté le Règlement 604-6 intitulé *Règlement modifiant le règlement 604 sur les permis et certificats numéro 604 afin d'intégrer des normes sur la protection des zones à risque de mouvement de terrain (règlement de concordance)*.

Le Conseil a autorisé de mandater Me Daniel Pagé pour la donation, faite par messieurs Yanick Désilets et Éric Legault, de deux lots situés derrière le garage municipal moyennant un reçu pour fins d'impôts.

Le Conseil a autorisé de mandater Me Daniel Pagé pour préparer un droit de superficie entre Immo Yvon Marcl inc. et la Municipalité afin d'aménager et d'entretenir un sentier de ski de fond près du mont Plante.

Le Conseil a autorisé la Municipalité à demander à la MRC une somme de 26 922 \$, dans le cadre du

Note : Je tiens à préciser que cet article n'est pas le compte rendu officiel de la Municipalité, mais un résumé des faits saillants de l'assemblée.

Pacte rural 2013, pour améliorer la signalisation touristique et événementielle.

Trésorerie

Le Conseil a ratifié le journal des décaissements de février 2013 totalisant 824 950 \$.

Le Conseil a ratifié des virements budgétaires de 508 \$ pour le mois de février 2013.

Le Conseil a accepté les prévisions budgétaires révisées pour l'exercice 2013 de l'Office municipal d'habitation. Les revenus sont de 64 238 \$, les dépenses de 115 048 \$ et le déficit de 50 808 \$. La contribution de Val-David sera de 5 081 \$, soit 10 % du déficit.

Le Conseil a entériné la participation des conseillers Manon Paquin et Raymond Auclair au souper bénéfique tenu le 27 février 2013 par les Grandes étoiles du hockey à Mont-Tremblant au coût de 25 \$ chacun. L'objectif était d'amasser des fonds pour le Centre d'action bénévole Laurentides. Le souper a permis de recueillir près de 45 000 \$ qui serviront à relocaliser le bureau de Sainte-Agathe et à rénover le bureau de Mont-Tremblant du Centre d'action bénévole.

Le Conseil a entériné la participation de mesdames Lynne Lauzon et Suzanne Gohier à la conférence *Le pouvoir de la crédibilité* organisée par l'Association du loisir municipal Laval-Laurentides au coût de 40 \$ chacune. Cette conférence a eu lieu le 21 février 2013.

Le Conseil a autorisé la participation des conseillers Dominique Forget et Denis Charlebois à la 19^e Conférence nationale de solidarité rurale du Québec les 20, 21 et 22 mars 2013, à Bromont, au montant de 1 370,46 \$ taxes incluses, représentant les frais d'hébergement et d'inscription.

Le Conseil a autorisé la participation de la mairesse Nicole Davidson et du conseiller Denis Charlebois au 26^e colloque *Les Arts et la Ville* du 22 au 24 mai 2013, à Gatineau, au coût de 1 256 \$ plus taxes et les frais de déplacement.

Le Conseil a autorisé le renouvellement de l'adhésion annuelle du service Loisirs pour 2013-2014 à *Loisirs Laurentides* au coût de 201,21 \$ taxes incluses.

Le Conseil a autorisé l'adhésion annuelle pour 2013 à l'Association du loisir municipal Laval-Laurentides au coût de 50 \$.

Le Conseil a autorisé le quatrième paiement de 13 199,13 \$, taxes incluses, à la compagnie Les Constructions J.P. Provost inc. pour l'agrandissement du garage municipal.

Le Conseil a autorisé le troisième paiement de 69 628,96 \$, taxes incluses, à la compagnie Les entreprises Guy Desjardins inc. pour la réfection de chemins 2011-2012.

Travaux publics

Le Conseil a autorisé la confirmation au Ministère des Transports du Québec que les travaux d'amélioration du réseau routier municipal sur les rues de Lausanne et Matterhorn ont été réalisés durant l'année 2012 pour un montant total de 72 647,63 \$, taxes incluses.

Le Conseil a autorisé la Municipalité d'aller en appel d'offres public pour la réfection du réseau d'aqueduc des rues du Domaine Air-Pur.

Urbanisme/Environnement

Le Conseil a accepté la demande faite par monsieur Yann Invernizzi concernant le projet d'enseigne au 1065, Route 117 (Becs fins).

Le Conseil a accepté la demande faite par madame Nathalie Gallo concernant le projet d'enseigne sur le bâtiment au 1337, rue de la Sapinière.

Le Conseil a accepté la demande faite par madame Judith Saumure concernant la modification de l'enseigne sur poteau au 1400, Route 117 (Restaurant Lève-tôt).

Le Conseil a accepté la demande faite par monsieur Marc Lamy concernant la modification de l'enseigne sur poteau au 1788, Route 117.

La demande de dérogation mineure déposée par madame Soussan Mortazavi du 855, rue Tour-du-Lac demandant l'implantation du balcon à l'intérieur de la bande de protection riveraine a été reportée à une date ultérieure à la suite de l'intervention d'un citoyen invoquant l'absence de réaffichage d'un avis public. Le Conseil a accordé la demande de dérogation mineure déposée par monsieur Jean Toupin du 3235, rue Laverdure afin de permettre l'empiètement du bâtiment principal de 0,23 mètre dans la marge avant.

Le Conseil a accordé la demande de dérogation mineure déposée par madame Christiane Hérad du 2060, rue Lausanne afin de permettre l'empiètement du bâtiment principal de 4,52 mètres dans la bande de protection riveraine.

Le Conseil a accordé la demande de dérogation mineure déposée par monsieur Joseph Klopot du 2035, rue Lausanne afin de permettre l'implantation d'une galerie à une distance de 0,51 mètre de la ligne latérale.

Le Conseil a accordé la demande faite par madame Josée Legault et monsieur Robert Guesthier concernant la subdivision de terrain en deux lots avec une contribution de 1 480 \$ (10 %) pour fins de parc.

Le Conseil a accepté le projet de lotissement Phase 3 de Valbourg afin de créer quatre lots, à la condition de signer un protocole d'entente relatif à l'exécution et au financement de travaux municipaux.

Le Conseil a autorisé que monsieur Nicolas Lesage soit délégué pour gérer les différentes demandes d'autorisation liées à la demande de subvention auprès du Ministère du Développement durable, de l'Environnement, de la Faune et des Parcs dans le cadre du Programme Climat municipalités.

Le Conseil a autorisé l'adhésion, pour l'année 2013, de monsieur Pascal Brochu à la Corporation des officiers municipaux en bâtiment en environnement du Québec (COMBEQ) au coût de 185 \$ plus taxes.

Loisirs et Culture

Le Conseil a autorisé la directrice du service Loisirs et culture à présenter une demande d'aide financière pour le Programme d'accompagnement en loisir pour personnes handicapées (PACL) pour l'été 2013.

Le Conseil a autorisé la tenue de la clinique de sang du 29 mars 2013 organisée par le Club Optimiste et Héma-Québec. Le Conseil a aussi autorisé la Municipalité à défrayer le repas du soir des bénévoles jusqu'à concurrence d'un montant maximum de 135 \$.

Le Conseil a autorisé la désignation de madame Ève Pichette-Dufresne comme répondante auprès de l'organisme Fondation de la faune du Québec afin d'assurer le suivi de l'activité de pêche.

Le Conseil a adopté la tarification des activités loisirs pour l'été 2013.

Le Conseil a autorisé le Centre d'action bénévole Laurentides, en collaboration avec Concert action soutien aux Aînés (CASA), à rencontrer les citoyens de Val-David le 22 mars pour les informer des différents services que leurs organismes offrent sur le territoire.

Le Conseil a adopté la tarification et la période d'exposition dans l'Allée des créateurs pour 2013. Le coût est moindre pour les artistes résidents.

Le Conseil a adopté une résolution proclamant le 24 juin, Fête nationale du Québec, à l'instar de l'Assemblée nationale du Québec.

Le Conseil a approuvé le calendrier des activités pour l'année 2013.

Affaires nouvelles

Le Conseil a autorisé la mairesse Nicole Davidson à participer au Gala des Grands Prix du tourisme Québécois 2013 tenu au théâtre Saint-Sauveur le 27 mars 2013 pour un montant de 65 \$.

Le Conseil a autorisé le déplacement de la conseillère Manon Paquin, pour assister à la 21^{ème} Assemblée générale annuelle concernant le Transport adapté et collectif des Laurentides du

28 mars 2013 à Saint-Faustin-Lac-Carré.

Le Conseil a autorisé le directeur général adjoint d'aller en appel d'offres public pour des travaux de pavage 2013.

Le Conseil a entériné l'autorisation donnée à la directrice du service Loisirs et culture d'afficher à l'interne et à l'externe l'embauche des postes pour un emploi d'été au camp de jour et au tennis.

Point d'information des conseillers

Madame Strachan a parlé du *Comité d'aide aux aînés* qui a tenu sa deuxième rencontre pour définir quel est l'aîné et regarder quels sont les aînés actuellement et les aînés du futur dont font partie les 50 ans et plus, sa génération. Elle a parlé de la rencontre du 22 mars organisée par le *Comité d'aide aux aînés* et le *Centre d'action bénévole Laurentides* afin de présenter les différents services offerts sur le territoire.

Monsieur Charlebois a offert ses condoléances à la famille de M. Claude Sarrazin, décédé le 1^{er} mars. Il a ajouté que Claude s'occupait, avec sa conjointe Agnès, de l'exposition *Le temps Nous*, il faisait la livraison du journal *Ski-se-Dit* et était tous les samedis au Marché d'été avec sa conjointe Agnès. À ses funérailles, plusieurs personnes lui ont rendu hommage dont monsieur Derouin, monsieur Montpetit, madame la mairesse et son beau-frère.

Monsieur Auclair a offert ses condoléances à la famille Sarrazin.

Madame Forget a rappelé les subventions disponibles en partenariat avec le ministère de l'Environnement pour changer les poêles à bois et les chaudières au mazout non conformes.

Période de questions

Un citoyen a demandé pourquoi la Municipalité n'a pas adopté une résolution pour faire pression auprès du ministère des Ressources naturelles avant que les camions commencent à circuler.

La mairesse a répondu qu'elle va voir jusqu'où la Municipalité peut aller car elle ne peut pas interdire l'accès aux camions sur son territoire. De plus, selon une carte fournie par monsieur Lesage, les camions emprunteront la route 329 pour aller vers Sainte-Lucie.

Un citoyen a demandé s'il y a eu des réunions à la MRC concernant l'aménagement du territoire.

La mairesse a répondu que les dates ne sont pas encore fixées et comme elle travaille au sein de ce comité, elle informera les citoyens dès que les dates seront fixées.

Un citoyen a dit que les employés ont poussé la neige aux extrémités du pont du ruisseau Doncaster, sur la rue Dion, et que l'eau ne peut pas s'écouler. Il a demandé si c'est possible de corriger la situation. Monsieur Frenette a répondu qu'il s'en occupe dès demain.

Un citoyen a demandé si le départ de monsieur Pourreaux a un lien avec sa comparution devant la Commission Charbonneau.

La mairesse a répondu qu'au moment de la démission de monsieur Pourreaux, personne n'était au courant qu'il devait comparaître devant ladite Commission.

Un citoyen a demandé si le conseil des maires de la MRC adoptera une résolution demandant au gouvernement fédéral de renoncer à sa réforme concernant l'assurance-emploi. Il y a beaucoup de travailleurs saisonniers même à Val-David.

La mairesse a répondu qu'il y aura certainement une résolution au conseil des maires car cette réforme affecte beaucoup de monde sur le territoire de la MRC. Elle va envoyer une note au directeur général.

Un citoyen a demandé si la Municipalité pourra faire quelque chose pour éviter que le sable se retrouve sur les terrains lors du nettoyage du printemps.

Monsieur Frenette a répondu qu'on ne pourra pas tout faire cette année car on n'a pas encore acheté un balai mécanique mais on va essayer d'en louer un pour un mois. Aussi, il y a les contraintes des horaires de travail et les citoyens n'aiment pas que les employés travaillent de nuit. Pour que ça soit rentable, il faut l'utiliser au maximum. C'est certain qu'on va en faire plus cette année.

RENÉ BOISVERT CANDIDAT à la mairie de Val-David

Depuis quelques mois, beaucoup de citoyens m'ont fortement suggéré de me porter candidat à la mairie lors des prochaines élections municipales. Après mûre réflexion, j'annonce que je serai candidat à la mairie de Val-David aux élections municipales qui auront lieu le 3 novembre prochain.



Président du Regroupement des citoyens de Val-David (RCVD) depuis plus de trois ans, j'ai informé les membres du conseil d'administration que je quittais mes fonctions de président et d'administrateur du RCVD pour me consacrer pleinement à l'organisation de ma campagne électorale.

J'invite tous les citoyens à me faire part de la vision qu'ils ont de Val-David.

C'est sous le thème « **Ensemble pour notre village** » que j'entends, au cours des prochaines semaines, regrouper les candidats disponibles et intéressés à joindre mon équipe et qui auront à cœur l'intérêt de leurs concitoyens et l'avenir de leur village.

Je possède plus de 40 ans d'expérience en gestion.

Au cours de ces années, j'ai été responsable de la création d'entreprises, de la négociation de contrats stratégiques, de l'intégration d'entreprises et de l'élaboration de modes de fonctionnement. J'ai aussi, au cours de ma carrière, été responsable des opérations et de la réalisation de plusieurs projets informatiques pour les Caisses populaires Desjardins. Enfin, pendant les dix dernières années, j'ai, à titre

d'expert-conseil en gestion et en négociation, conseillé des dirigeants d'entreprises dans divers dossiers nationaux et internationaux.

Je vous offre de mettre mes connaissances et mon expérience à votre service.

L'orientation que j'entends promouvoir avec mon équipe sera fondée sur une gestion saine et transparente dans le respect de tous, orientation qui s'appuiera, cela va de soi, sur les forces vives de notre village.

« **Ensemble pour notre village** »
avec l'« **Équipe Boisvert** ».

René Boisvert
equipe.boisvert@gmail.com - Tél. : 819 323-9178

À peine né, déjà honoré : LE MUSÉE DU SKI DES LAURENTIDES



Cp: Dany Veillette, Rideau Hall ©Sa Majesté la Reine, Chef du Canada, représentée par le bureau du secrétaire du gouverneur général (2012)
M. Michel Allard, résident de Val-David et historien consultant du Musée du ski des Laurentides, en compagnie du gouverneur général du Canada, l'honorable David Johnson, lors de la réception qui a suivi la cérémonie officielle de remise des Prix d'histoire du Gouverneur général pour l'année 2012. Finaliste au prix pour l'excellence des programmes communautaires, le Musée du ski des Laurentides a remporté une mention d'honneur.

Finaliste dans la catégorie des programmes communautaires des Prix d'histoire du Gouverneur général du Canada, le Musée du ski des Laurentides de Saint-Sauveur a remporté une mention d'honneur pour l'année 2012. Notons que plus de 40 organismes voués à l'histoire et en provenance de toutes les provinces du Canada avaient déposé leur candidature. En mai 2012, le Musée du ski des Laurentides (MSL) a inauguré, après trente ans de persévérance, sa première exposition permanente intitulée *L'histoire du ski dans les Laurentides : Vivre en hiver, avec l'hiver et de l'hiver*. Pour présenter cette exposition dans le meilleur espace muséal possible, les créateurs du MSL ont dû surmonter de nombreux problèmes. Avec l'aide de la population, le soutien financier de divers ordres de gouvernement et l'appui des milieux politique, économique, social, culturel, éducatif et sportif de la région des Laurentides, le projet du MSL s'est finalement concrétisé dans l'ancienne caserne de pompiers de la municipalité

de Saint-Sauveur (30, rue Filion), convertie pour répondre aux normes muséales modernes et pouvant accueillir sa première exposition permanente (réf. : www.histoirecanada.ca/Awards/Community-Programming.aspx).

Cette mention d'honneur remportée par le MSL rejaillit sur toutes celles et tous ceux qui ont contribué à la concrétisation de ce projet collectif. Tous les résidents et visiteurs des Laurentides sont invités à visiter le Musée du ski des Laurentides, dont l'excellence est désormais reconnue à l'échelon national. Soulignons qu'en 2010, l'Association québécoise d'interprétation du patrimoine avait reconnu la qualité de ce musée en lui décernant le Prix du mérite en interprétation - volet communautaire. Info : Sylvie Lebeau, coordonnatrice accueil et communications, Musée du ski des Laurentides - MSL : 450 227-2564, poste 222 | info@museeduski.com

CLAUDE COUSINEAU SE RÉJOUIT de la reconnaissance du Théâtre Le Patriote

Le député de Bertrand, Claude Cousineau, se dit fort heureux de la décision du ministre de la Culture et des Communications, Maka Kotto, de reconnaître le Théâtre Le Patriote comme diffuseur pluridisciplinaire en arts de la scène.

Cette reconnaissance, qui amène de l'aide financière, permettra au Patriote de consolider ses activités en offrant une programmation plus large et en visant différents publics. Les créateurs de chez nous et toute la population profiteront de cet appui du ministère.

Le député tient à souligner les efforts et l'engagement des dirigeants du Patriote et de la Ville de Ste-Agathe-des-Monts pour maintenir et développer cet important lieu de spectacles de la région. « Depuis des années, le Patriote nous fait vibrer en nous présentant les plus grands de la chanson québécoise. À cela s'ajoutent des spectacles variés s'adressant à tous les publics. Bravo et longue vie au Théâtre le Patriote! » Info : Jean-Pierre Héту : 819 321-1676



APPEL DE DOSSIERS 2013-2014

Signature Laurentides est un regroupement d'artisans professionnels

qui a pour objectif de promouvoir les métiers d'arts, les artisans et leurs produits grâce à diverses activités de promotion, des événements, des démonstrations et des rencontres publiques.

Situé en permanence à la galerie-boutique au 136, rue Principale à Sainte-Agathe-des-Monts, Signature Laurentides est un sceau de qualité réputé dans la région depuis 2006.

Pour soumettre votre dossier ou obtenir de l'information, veuillez téléphoner au 819 326-3240 ou au 450 712-1206 ou visiter notre site Internet au www.signaturelaurentides.com.
Date limite : 30 avril 2013



BMR
le groupe

Eugène Monette inc.

MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION • VENTE & PRÉPARATION DE POUTRES

au centre de la rénovation

Depuis toujours
LIVRAISON GRATUITE

1-800-265-3833

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

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



819.322.1561



Herbes, thés et épices biologiques

Présents dans notre communauté depuis 1978!

Infusions
Capsules
Teintures
Huiles
Onguents
Gamme bébé

Marché Métro Dufresne ~ Val-David
FamiliPrix Maxim Charland ~ Val-David
Vivres en Vrac ~ Val-David
Pommier Fleuri ~ Ste-Agathe

BIO, FRAIS, PUISSANT • Avec science et tradition, nous cultivons votre santé

www.clefdeschamps.net



LE FORUM JEUNESSE DES LAURENTIDES

a participé aux travaux menant au Sommet sur l'enseignement supérieur



En janvier dernier, douze jeunes des Laurentides ont participé à l'École d'hiver, qui s'est déroulée à Québec. « Le Forum s'est réjoui de la préoccupation d'entendre des jeunes de tout le Québec sur cet enjeu primordial [l'enseignement supérieur] et c'est pourquoi il n'a pas hésité à s'impliquer dans l'organisation et le soutien d'une délégation régionale », souligne madame Jenny Ménage, présidente du Forum.

En effet, les forums jeunesse régionaux du Québec ont été interpellés par le gouvernement ainsi que par l'Institut du Nouveau Monde afin d'assurer la présence de jeunes de tout le territoire à cet événement de consultation. Plus de 400 citoyens de 15 à 35 ans, qu'ils soient étudiants, élèves ou travailleurs, ont assisté à des tables rondes et participé à des parcours leur permettant de s'exprimer sur les enjeux reliés aux quatre thématiques : la qualité de l'enseignement, l'accessibilité et la participation, la gouvernance et le financement des universités ainsi que la

contribution des établissements et de la recherche au développement de l'ensemble du Québec.

Le résultat des discussions a été présenté aux partenaires du milieu de l'enseignement supérieur lors du Sommet qui a eu lieu les 25 et 26 février derniers.

Le Forum jeunesse des Laurentides est un composé de jeunes et de partenaires engagés dans des actions communes visant à stimuler l'intérêt des jeunes concernant les enjeux socioéconomiques, culturels et politiques. Le Forum jeunesse des Laurentides est soutenu financièrement par le Secrétariat à la jeunesse du Québec dans le cadre de la Stratégie d'action jeunesse 2009-2014.

Info : Michaël Poirier, agent de développement et communication : 450 553-2008, poste 233 ou michael.poirier@forumjeunesse.com



NICOLAS GOSSELIN

Un élève de l'**Académie Laurentienne** de Val-Morin brille aux Championnats canadiens juniors de ski acrobatique.

Nicolas Gosselin, un jeune athlète de 12 ans résident de Val-David, a été invité à représenter le Québec aux **Championnats canadiens juniors de ski acrobatique**, tenus cette semaine de la mi-mars à Apex, en Colombie-Britannique.

Le jeune skieur, qui en est à sa première année de compétition dans cette discipline, a dépassé ses objectifs en terminant septième à l'épreuve de *Slopestyle* et sixième en sauts (*Big Air*).

Le niveau de compétition était très relevé cette

année, selon l'entraîneur Thomas Fortier, mais Nicolas a su livrer la marchandise et prouver ses qualités de compétiteur en livrant une solide performance à chaque épreuve. Il était particulièrement fier de son dernier saut, un *900 tail* exécuté à la perfection qui l'a mené à quelques points seulement du podium.

Nicolas évolue au sein de la jeune équipe **FreeskiFirm**. De plus, grâce au programme de ski de l'**Académie Laurentienne de Val-Morin**, il peut s'entraîner la semaine au centre de ski Belle Neige. Enfin, c'est grâce au soutien de sa famille et de ses commanditaires, **VW Laurentides**, **Equilibrium** de Saint-Jérôme et **Faction Skis**, qu'il a pu réaliser ce voyage mémorable.



CHANCE AUX CHATS...
« *Un massage pour toi, mon minou* »

GAGNANTS DU TIRAGE



Dans l'ordre habituel, Louise Langevin, présidente de Chance aux chats; la mairesse Nicole Davidson; Ginette Brazeau, gagnante; Sylvie Bellemare, massothérapeute (Centre Bellevue); Daniel Lévesque, gagnant; Barbara Strachan, conseillère municipale; et Anne-Marie Bost, gagnante. N'apparaissent pas sur la photo : les gagnantes Line Normand et Vanessa Gagné.

COLLECTE DE FONDS

au profit de votre église!

La Communauté Saint-Jean-Baptiste de Val-David organise un souper spaghetti le samedi 27 avril 2013, de 17h à 20h à la salle communautaire de Val-David (église).
Entrée : 10 \$ par personne - 5 \$ pour les enfants de 0 à 6 ans, accompagnés d'un adulte
Billets disponibles au secrétariat. Bienvenue à tous! Info : 819 322-2305

RÉSERVEZ
DÈS MAINTENANT VOTRE PUB
dans notre beau journal

Téléphone : 819 322-7969
Courriel : ski-se-dit@cgocable.ca

SOINS
Laurentides

L'association et la Ressource
des Aidants Naturels des Laurentides
Laurentians Caregivers Association
Resources & Education

- Service bilingue
- Soins à domicile
- Soutien dans une résidence disponible
- Accompagnements
- Supervision & stimulation de la mobilité
- Placement pour toute personne intéressée à devenir un proche aidant

Atelier d'information - printemps et été
Entraînement technique
Accès aux ressources sociales
et à des services de santé

POUR PLUS D'INFORMATION S.V.P. APPELEZ
LAURENTIANS CARE AU 855.522.7372

Laurentians
CARE

L'association et la Ressource
des Aidants Naturels des Laurentides
Laurentians Caregivers Association
Resources & Education

- Homecare Assistance
- Care in a Residence
- Accompagnement
- Supervision & Mobility Stimulation
- Employment opportunities for Caregivers

Spring & Summer Information Workshops
Technical Training
Contact with Health & Social Resources

FOR MORE INFORMATION & REGISTRATION PLEASE CONTACT
LAURENTIANS CARE AT 855.522.7372

LA MAISON DE BAVIÈRE, À VAL-DAVID

Un nouveau départ emballant

Après avoir travaillé 25 ans dans le domaine du voyage, Josée Casavant devient propriétaire de La Maison de Bavière, ce gîte réputé de Val-David, bordé par la rivière du Nord, le parc des Amoureux et le parc linéaire Le P'tit Train du Nord. « Quelle belle aventure qui commence! de dire madame Casavant. Tout à fait dans la continuité de mon travail. Au lieu de diriger les clients vers l'étranger, je vais les accueillir à Val-David et m'assurer de la qualité de leur séjour ici plutôt qu'ailleurs dans le monde. »

La Maison conservera sa mission et son allure de petit coin mignon d'Europe. Le gîte, qui existe

depuis plus de 20 ans, accueille une clientèle très fidèle de cyclistes, de randonneurs, de skieurs et d'amoureux des Laurentides. « Val-David a tellement à offrir à tous ces gens, sans compter le charme manifeste du gîte lui-même, et son emplacement de choix. Étant moi-même sportive et adepte de la région, je vais m'assurer de mettre tous ces éléments en valeur pour le bénéfice de notre clientèle et du village. »

Du 1^{er} avril au 11 mai, le gîte sera fermé, histoire de se refaire une beauté et d'améliorer quelques installations.



Toutefois, une journée portes ouvertes est prévue le **dimanche 12 mai prochain de 11 h à 16 h**, pour célébrer l'arrivée du printemps et le nouveau départ

de La Maison de Bavière, sise au 1470, chemin de la Rivière à Val-David. Bienvenue à tous.

LES GODASSES *pour la forme*

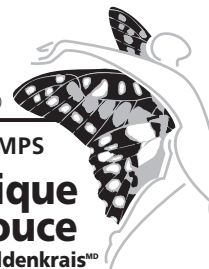


Le club de course Les Godasses du Nord commencera sa 5^e saison au début du mois d'avril. Le club invite les coureurs sur route de tous les niveaux qui habitent Saint-Jérôme et les environs. Les objectifs communs aux membres du club incluent la promotion de saines habitudes de vie et la découverte d'un sport facile d'accès et bénéfique pour la santé. L'an dernier, nous comptons tout près de 100 membres et nous

allons certainement dépasser ce cap cette année. Il y aura plusieurs nouveautés que vous pourrez découvrir lors de notre soirée d'information et d'inscription. Les entraînements, dirigés par Réjean Bourgoin, auront lieu deux soirées par semaine. Le samedi matin sera une journée d'entraînement libre, avec départ de la gare intermodale de Saint-Jérôme à 8 h. La saison s'étendra jusqu'à la fin du mois d'octobre. Le coût

d'inscription est de 80 \$ et comprend une camisole du club et l'accès aux entraînements. Le seul règlement est de porter la camisole du club lors des compétitions! Info : www.godassesdunord.com ou 450 675-6535

Chantal Martin
Massothérapeute (FQM)
et praticienne de la
Méthode Feldenkrais[®] (AFQ)



SESSION PRINTEMPS

**Gymnastique
Douce**

avec la Méthode Feldenkrais[®]

**LES LUNDIS
DU 29 AVRIL AU 3 JUIN
ou les vendredi 10 et 24 mai
de 13h30 à 16h30**

**VAL-DAVID : 13h à 14h
2494, rue de l'Église (ancien presbytère)**

**STE-ADELE : 19h à 20h
1392 boul. de Sainte-Adèle**

Cours d'essai gratuit ! Informez-vous.

(514) 606-7000

Émission de reçus officiels pour votre assurance
www.massagfeldenkrais.com

CLAUDE SARRAZIN

In Memoriam

Les membres du conseil
d'administration du journal **SKI-SE-DIT**
offrent leurs plus sincères
condoléances
à Agnès,
à Michel-Pierre et Diane
et à tous les membres
de la famille Sarrazin.

Nous sommes de tout cœur avec vous
dans cette pénible épreuve.

Nous garderons toujours en mémoire le
merveilleux sourire de Claude, sa
douceur, son amabilité et son grand
talent d'artiste.

Val-David perd l'un de ses
précieux citoyens, et notre journal,
l'un de ses précieux collaborateurs,
mais Claude fera dorénavant partie
de notre mémoire collective
puisque'il aura laissé, de belle façon,
son empreinte sur notre village!



Location de spas
dans les Laurentides **week-end • semaine**
Installation clé en main

Ambiance

Détendez-vous... chez vous!

(819) 323-2525
1 888 303-2525

filtre - chauffe eau 104 °F • prise conventionnelle 120 volts

www.ambiancespas.com



LE CINÉ-CLUB DE PRÉVOST LANCE SA programmation d'hiver

dans tous les secteurs. Avec le documentaire **La fin de l'immigration**, on découvre la réalité de ces gens qui souffrent parfois de conditions de travail déplorables. *Le réalisateur viendra après la projection pour discuter du sujet avec le public.*

Les projections du Ciné-Club de Prévost débutent à **19 h 30 à l'Église Saint-François Xavier** à Prévost (994, rue Principale, Prévost). Ces projections sont offertes en échange d'une simple contribution volontaire!

Pour plus d'information, consultez le site du Ciné-Club de Prévost : www.cineclubprevost.com et devenez ami du Ciné-Club grâce à Facebook. Téléphone : 450 224-5793

Le **26 avril**, venez vivre l'histoire touchante d'un groupe de gens qui se lancent un immense défi grâce au film **Nou les écrivins**. Une veuve, un tubiste, un ex-toxicomane et plusieurs autres s'entraident, s'écoulent, s'affrontent et transmettent leur désir d'apprendre à lire et à écrire. Ensemble, ils entreprennent le défi d'écrire un livre. *Le cinéaste Simon Trépanier viendra s'adresser au public après la projection.*

Le **31 mai**, on s'intéresse aux travailleurs temporaires étrangers qui se retrouvent chez nous

POUSSES-PARTOUT!

Suzanne Bougie

Le pouce vert n'attend pas le nombre des années! Surtout quand un citoyen passionnément impliqué dans notre collectivité, Jacquelin Rivet, fait équipe avec une enseignante enthousiaste de l'école Saint-Jean Baptiste, Karine Mathieu, pour lancer une belle initiative remplie de promesses, c'est-à-dire planter une petite graine dans le cœur des

vertes gorgées de chlorophylle et autres éléments nutritifs. Moi, ça m'intéresse! Dites-moi où et quand et j'y serai!

D'ici là, sourires et fierté étaient au rendez-vous alors qu'une trentaine de nouveaux résidents de Val-David se présentaient à la journée d'accueil du samedi 23 février dernier et recevaient des mains de quatre élèves, nommées Océanne, Tina, Vicky et Karine, des pousses de tournesol, fruit du labeur de



Les élèves Océanne, Tina, Vicky et Karine posent fièrement sous les affiches de **Pousses-partout** et de **Constellation de jardins potagers** alors qu'elles distribuent leurs pousses aux nouveaux résidents de Val-David lors de la journée d'accueil du 23 février dernier.

POUR FÊTER SES 20 ANS

Une belle invitation de Musikus Vivace!

Musikus Vivace! célèbre cette année ses 20 ans d'existence. Madame Johanne Ross dirige ce groupe choral qui, au fil des ans, nous a présenté une multitude d'œuvres minutieusement choisies et interprétées par des centaines de choristes qui ont uni leur voix, leur talent et leur cœur pour faire vibrer l'âme des auditeurs laurentiens. Le **dimanche 28 avril à 15 h**, à l'église Saint-Antoine des Laurentides, à Saint-Jérôme, le groupe choral présentera *Tendres Moments*, un florilège d'œuvres récentes de compositeurs québécois, canadiens et américains. Le groupe présentera en première la création *Beauté et Regards*, des compositeurs québécois Pierre Issid et Gerry Labelle, dans sa version pour chœur, piano, flûte et violoncelle. Toutes ces belles mélodies sauront certainement vous toucher. Pour clore en beauté ces tendres moments, Musikus Vivace! invite tous ses anciens choristes à venir chanter avec lui quelques mélodies tirées de son vaste répertoire. Prévente auprès des choristes : 20 \$ - À la porte : 25 \$ - Enfants de moins de 12 ans : 15 \$ - Info : Johanne Ross : 450 224-2190, 514 605-3938 ou 450 745-1664 - ross_johanne@bell.net

jeunes du primaire pour qu'ils et elles apprennent comme il est agréable et enrichissant de faire pousser du « vert », en espérant que, plus tard, ces jeunes auront le goût d'avoir leur propre potager, que ce soit un tout petit carré ou un immense jardin croulant sous les fruits et légumes.

Et pour s'assurer que la leçon porte loin et bien, rien de mieux que de faire vivre aux élèves de la classe de Karine - une enseignante qui décidément n'a pas peur des nouveaux défis - le cycle complet allant de la germination au suivi méticuleux de la production jusqu'à la récolte et, pourquoi pas, jusqu'à la mise sur pied d'une micro-entreprise permettant à ces jeunes pouces verts de vendre leurs récoltes pour mieux réinvestir dans les suivantes...

En effet, mon ami Jacquelin m'a confié que Karine Mathieu réfléchit actuellement à la commercialisation des pousses produites à l'école Saint-Jean Baptiste. D'ici peu, espérons qu'on pourra offrir aux consommateurs soucieux de leur santé tout plein de petits sacs de belles pousses

toute la classe de Karine Mathieu qui, précisons-le, a l'appui fort apprécié de la directrice de l'école, madame Maryse Lapointe. Lavées et nettoyées, ces pousses ont été réparties en portions et distribuées aux convives par les jeunes filles, qui étaient arrivées avec trois gros sacs de plastique bien remplis. De plus, elles ont expliqué à tout ce beau monde les étapes de production qu'elles apprennent tranquillement à maîtriser. Un bel exemple de projet éducatif qui s'enracine!

Quant à Jacquelin, homme au sourire irrésistible et au cœur grand comme... un grand potager communautaire, il leur remettait un dépliant expliquant la raison d'être de Constellation de jardins potagers. Nul doute que d'autres participants se joindront à ce groupe de citoyens et citoyennes munis d'outils de jardinage dès les premiers chauds rayons du soleil printanier...

Je me demande combien de villages au Québec accueillent leurs nouveaux citoyens et citoyennes avec des pousses de tournesol produites par une classe du primaire...

Les Marchés d'Hiver DE VAL-DAVID

Dernier rendez-vous

Le samedi 11 mai, avec un air de printemps
École Saint-Jean Baptiste
de 10 h à 13 h

Le Marché d'été DE VAL-DAVID

Nouvelle saison 2013

12^E ANNÉE, TOUTES LES SEMAINES
Tous les samedis matins,
du 1^{er} juin au 5 octobre
de 10 h à 13 h

Ne manquez pas les nouveaux événements du marché, tous les samedis!

NOTAMMENT EN JUIN :

- Les démos culinaires des chefs invités, Bernard Zingre et Louise Duhamel
- Les notes savoureuses de la saison, avec Fraises et musique et beaucoup d'autres nouveautés à venir!

Diane Seguin : 819 322-6419

www.marchedete.com
www.dianeseguine.com

2301, rue de l'Église, Val-David



Menus originaux
Soupes, plats cuisinés et desserts pour emporter
Traiteur et gâteau sur demande

www.lebedondainetraiteur.com



LE MOUTONNOIR
CAFÉ BISTRO

menu • café
spectacles
open mic
événements
5 à 7

819-322-1571



www.bistromoutonnoir.com

SERGE DESROSIERS ET LE CVM 2 VALS, un club de vélo de montagne de très haut niveau

Jocelyne Aird-Bélanger

Sport olympique depuis 1996, le vélo de montagne est particulièrement privilégié dans notre secteur puisqu'il peut compter sur Serge Desrosiers, un entraîneur de très haut niveau totalement dévoué à son sport et à la formation sérieuse de jeunes athlètes aux ambitions internationales.

Desrosiers s'intéresse aux sports depuis toujours. Après avoir longtemps joué au hockey et au baseball, il découvre le vélo de montagne par hasard en 1995. Un jour, en promenant son petit sur la piste cyclable à Val-David, où il habite, il est attiré par une piste de vélo qui s'élanche dans la montagne. Il y revient plus tard avec un vélo des plus rudimentaires et se laisse gagner par les joies de la descente et des montées en forêt. Le voilà mordu pour la vie!

Enthousiasmé par sa découverte, il veut la faire partager et fonde avec Guy Charbonneau et Sébastien Haché un club récréatif de vélo de montagne qui se lancera à l'assaut des sentiers d'abord à partir de La Sapinière, puis du parc Dion et enfin du parc Dufresne. Maintenant basé au Far Hills, point de départ de tout un réseau de pistes de compétition adaptées à l'entraînement de jeunes athlètes, le club se professionnalise et devient un club de vélo de montagne unique en son genre au Québec, province où il manque cruellement d'entraîneurs qualifiés pour ce sport. Tout en traversant tous les niveaux de formation des entraîneurs du Programme national de certification des entraîneurs (PNCE) et en ayant atteint le niveau 4 de l'Institut national de formation des entraîneurs à Montréal, Desrosiers a développé une école qui forme des athlètes de 7 à 77 ans et qui les prépare à des compétitions régionales, provinciales et nationales, internationales et, pourquoi pas, olympiques?

Depuis leurs tout débuts, Desrosiers et son école visent à initier et à encadrer les jeunes pour leur apprendre une pratique sécuritaire de leur sport et en faire des adultes autonomes et responsables. Cet entraînement influence leur développement en leur apprenant persévérance, confiance en soi, détermination, dépassement de soi. L'entraîneur doit organiser leur horaire d'entraînement selon leur agenda complexe tout en insistant sur l'équilibre dans leur vie.

L'été, les jeunes sont sur les pistes et sur un nombre incroyable de parcours où ils se mesurent à d'autres adeptes du vélo de montagne aussi bien à Tremblant qu'au Mont-Sainte-Anne, à Chelsea en Ontario qu'à Whistler en Colombie-Britannique, pour les plus avancés.

L'hiver venu, ils rangent leurs vélos et s'entraînent chez eux selon un programme que leur entraîneur supervise par ordinateur. Ils font aussi du ski de fond pour favoriser leur coordination et leur équilibre. Ils se prêtent également à une forme d'alimentation qui leur permettra de se développer et de performer au meilleur de leur forme.

Certains iront même s'entraîner en Arizona en décembre, à Cuba en février ou encore en Virginie en mars.

On le voit, ces jeunes athlètes sont sérieux et motivés par un entraîneur compétent qui sait exactement comment faire la conception d'un programme, la planification d'une séance d'entraînement, l'analyse de la performance, la gestion d'un programme, l'entraînement éthique, le soutien aux participants pendant l'entraînement et l'appui aux participants en situation de compétition.

Les parents sont des partenaires essentiels dans cette démarche qui peut s'avérer assez longue. En effet, le vélo de montagne est un sport à développement tardif



Félix Burke

Fin de journée en Arizona...

où les athlètes atteignent le summum de leur forme vers 26-27 ans pour les hommes et 34-35 ans pour les femmes. Il s'agit donc de continuer à s'entraîner pendant de longues années tout en travaillant ou en étudiant! Ce n'est pas toujours simple pour l'athlète ou l'entraîneur. Pourtant, certains se rendent aux Olympiques et en reviennent avec des médailles, comme Catherine Prendell, qui fut 1^{re} au Championnat mondial en 2011, ou Marie-Hélène Prémont qui se mérita une médaille d'argent à Athènes. Le CVM 2 Vals a aussi vu trois de ses athlètes se rendre aux Championnats du monde en Autriche et en Suisse ainsi que trois autres gagner chaque année aux Championnats provinciaux Mont-Sainte-Anne.

Le Club de Vélo de Montagne de Val David/Val Morin CVM 2 VALS est un organisme sans but lucratif voué à la promotion de la pratique sécuritaire du vélo de montagne dans les sentiers des municipalités de Val-David, de Val-Morin et des environs. Depuis 1999, le CVM 2 VALS a contribué à l'essor et au développement du vélo de montagne dans les Laurentides et au Québec.

Forts de l'appui du député, du conseil des deux municipalités et de ses commanditaires, les membres du conseil d'administration, les jeunes cyclistes, les

Suite page 11



GRUPE ESPOIR 2012, où se retrouvent des jeunes de 10-11 ans, qui sont allés s'entraîner deux fois par semaine tout l'été à partir de la mi-mai 12. En avant du groupe, Serge Desrosiers et, à l'arrière, quatre entraîneurs adjoints de 15-16-17 ans.

Auberge & Restaurant

• VAL-DAVID •

Le Creux du Vent

Cuisine du terroir actualisée

OUVERT EN SOIRÉE du jeudi au dimanche

OUVERT LE MIDI OU LE SOIR
en dehors de ces horaires pour des groupes de 10 personnes ou plus, sur réservation préalable

Hébergement 7 jours sur 7

1430, de l'Académie, Val-David | 819. 322. 2280
www.lecreuxduvent.com

LAUREAT NATIONAL OR

LES GRANDS PRIX DU TOURISME QUÉBÉCOIS 2007

TABLE D'ARGENT Développement touristique : Restauration 2009

TABLE aux Saveurs du Terroir CERTIFIÉE

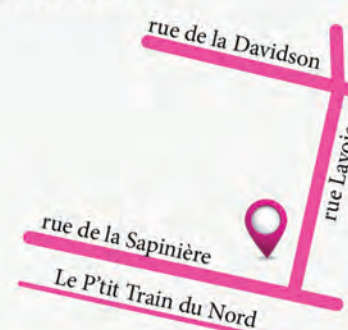
PRIX de L'EXCELLENCE 2012 Association de l'Agrotourisme et du Tourisme Gastronomique Mention Spéciale

CONSULTEZ les MENUS sur le SITE INTERNET

Horaire avril, mai: téléphonez au 514 797-1912

◀ Atelier et boutique de bijoux et accessoires ▶
◀ Démonstration en direct ▶

1267, rue de la Sapinière
(à l'arrière, entrée par la rue Lavoie)
514 797-1912



Lolipop

verre soufflé • glass blowing

www.lolipop.ca

Suite de la page 10

athlètes élités et tous les bénévoles propagent la passion du vélo de montagne auprès des jeunes et moins jeunes et donnent à Val-David et à Val-Morin une réputation enviable dans la formation de sportifs d'élite.

Pour plus d'information sur le CVM 2 Vals : www.velodemontagne.com

Ou pour en savoir plus sur ce sport de plus en plus populaire : fr.wikipedia.org/wiki/V%C3%A9lo_tout_terrain

Pour avoir une idée de ce qui attend nos jeunes et leurs vélos : **Calendrier des camps d'entraînement, des coupes Canada/Québec et des coupes du monde pour Élites 2013 :**

Décembre 2012 / Janvier 2013

Camp en montagne à Manzanillo de Cuba : 21 février au 7 mars.

Mars/Avril 2013

Camp printanier (route) en Virginie : 29 mars au 8 avril. - Camp printanier (montagne) aux É.-U. : 16 au 21 avril.

Mai 2013

Coupe Canada #1 et Coupe Québec #1 : Tremblant : 18 mai. - Coupe Canada #2 et Coupe Québec #2 et #3 : Baie-Saint-Paul : 25 et 26 mai.

Juin 2013

Course de sélection pour les Jeux du Canada : Sherbrooke : 2 juin. - Coupe Canada #3 : Sunpeaks, BC, Alberta : 29 et 30 juin. - Coupe Québec XCO, XCT et relais à Saint-Félicien, Québec : 29 et 30 juin.

Juillet 2013

Championnat québécois : Camp Fortune, Chelsea : 6 et 7 juillet. - Coupe Canada #4 : Sudbury, Ontario : 14 juillet. - Championnat canadien : Hardwood Hills, Ontario : 20 et 21 juillet.

août 2013

Jeux du Canada : Sherbrooke : 1^{er} au 4 août. Coupe du monde Mont-Sainte-Anne : 10 et 11 août. - Coupe Canada et finale à Whistler : 17 et 18 août. - Coupe Québec : Lac Beauport : 17 et 18 août. - Coupe Québec et finale CQ au Mont-Sainte-Anne : 31 août.

11 mai au 7 septembre 2013

Desrosiers organise au Far Hills les huit courses régionales du Circuit Toyota St-Eustache.

*La beauté en pleine forme!***PASSEZ AU SALON, ON PARLE :
Coiffure écologique, coiffure santé**

Une école dans un salon, c'est passionnant! Dans l'ordre habituel, celles qui partent à Cuba : Christine Tremblay, Rose-Aimée Robitaille, Geneviève Benoit, Isabelle Gagné, Marie-Denise Tremblay et Diane Frigon, qui tiendra le fort, rue de l'Église.

Connaissez-vous les trois règles à suivre pour se faire coiffer écolo?

1) D'abord, se faire coiffer là où on ne gaspille pas - ni les tarifs, ni le matériel, ni l'eau chaude -, là où on utilise le chauffe-eau instantané (sans réservoir). 2) Ensuite, se faire coiffer par des professionnels chevronnés, engagés dans leur milieu et conscients des efforts à faire pour protéger l'environnement, tout en étant passionnés pour un métier qui exige de traiter chaque client selon une approche vraiment personnelle. 3) Enfin, exiger que les produits utilisés soient brevetés au Québec, écologiques, conçus par un biologiste et un dermatologue, que colorations et décolorations soient faites sans ammoniac, en un mot, que tout ce qui est utilisé dans vos cheveux soit 100 % naturel. C'est comme ça que nous travaillons au salon-école, rue de l'Église.

sept jours sur sept, que vous ayez envie de parler coiffure, beauté, frisettes ou cheveux droits. Ou tout simplement, que vous souhaitiez vous inscrire aux prochaines classes débutant respectivement le

7 mai et le 10 septembre prochain. Pour en savoir plus sur nos projets et nos rendez-vous festifs, qui n'ont pas fini de vous décoiffer, passez donc au Salon!

La BEAUTÉ en pleine forme

avec Marie-Denise et Micheline

COIFFURE ÉCOLOGIQUE + BONHEUR D'ENTREPRENDRE

C'est maintenant chose faite, le Salon-École de coiffure Marie-Denise Tremblay, établi à Val-David depuis le 1^{er} mai 2012, poursuit sa mission unique dans l'industrie de la coiffure, laquelle consiste à créer un cadre pédagogique de premier ordre, dans un environnement écologiquement responsable. En effet, l'école de coiffure privilégie les produits 100 % naturel, sans sulfate, sans parabène, sans silicone, éco-certifiés. La coloration et la décoloration sont sans ammoniac, brevetées et les produits sont fabriqués au Québec.

En décembre dernier (voir *Ski-se-Dit* décembre 2012), lors d'un échange entre le salon de Marie-Denise Tremblay et le salon Artecorte - Casa Museo de la Barberia, à la Havane, dans l'île de Cuba, ce dernier a fait part de son intérêt envers la coiffure éco-responsable et l'échange sur les modèles d'affaires, tout en créant un dynamisme entrepreneurial novateur et culturellement enrichissant. À la suite de la

visite organisée en décembre dernier, un projet d'échange entre l'école de Val-David et celle de la Havane a pris forme. C'est ainsi que du 14 au 21 avril prochain, quatre élèves de Val-David et trois accompagnateurs se rendront à Cuba, dans le but de partager et d'échanger des connaissances techniques sur la coiffure et de promouvoir la conscience environnementale dans l'industrie de la coiffure en utilisant des produits écologiques. Le développement des relations humaines, la communication et la création d'emplois sont aussi quelques-unes des conséquences directes de cette initiative, qui s'inscrit dans un programme de formation à long terme.

Cuba, ça vous intéresse?
Si l'idée de partir quelques jours à Cuba l'hiver prochain vous tente, prenez le temps de passer au salon, on vous renseignera sur les chances que vous courez de gagner votre voyage, multipliées par chacune de vos visites.

SALON-ÉCOLE

Marie-Denise Tremblay

COIFFURE ÉCO-RESPONSABLE

Micheline Moisan

Esthétique & Maquillage
(Produits naturels)



819 320.0888 · 450 712.1866 | 2489, rue de l'Église, Val-David, J0T 2N0 | 819 320.0888 · 450 431.5000

L'engagement, c'est plus qu'un mot. Cette année, nous développons un modèle d'entreprise qui privilégie les échanges culturels et professionnels. Du 14 au 21 avril prochain, quatre élèves de notre salon-école iront à Cuba partager des connaissances en coiffure, au salon Artecorte de La Havane. Nous croyons que l'apprentissage est un amalgame de savoir-faire, de savoir-vivre et de relations humaines sans frontières. Ainsi, nos jeunes de Val-David s'ouvrent sur le monde.

Nos clients méritent toute notre reconnaissance. C'est pourquoi nous préparons le concours **Coiffez-moi à Cuba!**, lequel comprendra un séjour tous frais payés sur l'île, une trousse de produits dermatologiques naturels signée **Térapo Médik** ainsi que les colorants et décolorants haut de gamme **Koko**, de la compagnie montréalaise Oligo Professionnel. Bien entendu, un rendez-vous est prévu avec Papito, au salon **Artecorte - Casa Museo de la Barberia**, notre coiffeur partenaire à La Havane.

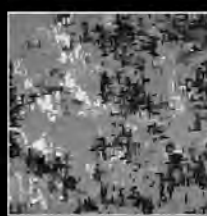
Le salon-école Marie-Denise Tremblay vous est ouvert pour consultation gratuite en tout temps,

Espace Fresque

Église de Val-David



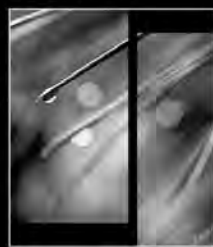
Normand Ménard



Lally Traynor



Raymond Ledoux



Denise et Pietr Mayer



Lyne Pinard

LE TEMPS...Nous
présence artistique

Exposition du 19 mars au 16 juin 2013
ouvert pour visite guidée
mars et avril le samedi et le dimanche de 13h à 16h
mai et juin le samedi de 10h à 16h

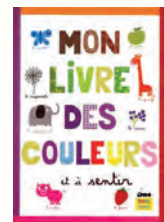
Vernissage: samedi 23 mars 2013 de 17 à 19hrs.



VOTRE BIBLIOTHÈQUE
1355, rue de l'Académie
Tél. : 819 324-5678, poste 4233
Courriel : bibliotheque@valdavid.com
www.reseau.bibliodouchebec.qc.ca/val-david

CHOIX DU MOIS

1. Mon livre des couleurs et à sentir
Marie Delhoste ; ill. d'Isabelle Chauvet (Pour les tout-petits).
Une invitation à découvrir les couleurs à partir de représentations et à sentir des odeurs en grattant sur l'image désignée.



2. Les ailes d'Alexanne
4. Sara-Anne Anne Robillard (Pour adolescents)
Éfrayée de ce qu'elle entend dans une très ancienne pierre noire, une petite Amérindienne la confie à Alexanne. Celle-ci veut alors à tout prix percer son mystère. Sa quête la ramènera à Montréal, la ville de son enfance, où une autre fée lui viendra en aide. Toutefois, seul un groupe de gens possédant des talents hors du commun pourra contrer les plans des terroristes révélés par la pierre : une conspiration visant à réduire de moitié la population de la Terre.



3. Bébé boum
Josée Bournival
Quatre femmes, quatre personnalités et un événement vécu complètement différemment. Une première grossesse pour Lili, une imprévue pour Esther, une non désirée pour Frédérique et enfin pour Jeanine, quarante-trois ans, une grossesse tant espérée. Quatre trames qui s'entremêlent pour tisser une foule de situations savoureuses et cocasses aux rebondissement incessants. Quatre personnages que vous aurez envie d'adopter avec ou sans leur progéniture.



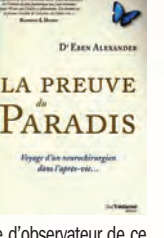
4. Le Grand livre de l'érable : son histoire, ses recettes
Philippe Molit
Véritable référence de l'érable. Ce document explique tout : son histoire, sa production, son développement, mais également sa cuisine avec des recettes répertoriées en deux volets : l'un étant les quarante meilleures recettes du public, l'autre contenant vingt recettes créées par des chefs.



5. La Course à pied au féminin
Sophie Allard
Au Québec, près d'un demi-million de femmes s'y adonnent souvent ou de temps en temps. Qu'elles traitent ou filent à vive allure, toutes en retirent une satisfaction et des bénéfices. Ce livre s'adresse à toutes les coureuses, de la débutante à la marathonnienne. Pour l'auteure, les différences entre les hommes et les femmes ne se résument pas à des questions de biomécanique. Les femmes courent d'abord pour la forme, la santé et le plaisir et c'est dans cet esprit qu'a été conçu ce livre. Des informations sur les bienfaits de la course, des conseils sur l'entraînement, la gestion du temps et la sécurité. Les coureuses y trouveront des conseils adaptés à leur âge et à leur niveau ainsi que des trucs pour prévenir les blessures et les petits bobos féminins. (De 12 à 87 ans)



6. La preuve du paradis
Eben Alexander
À la suite d'une expérience de mort imminente, un professeur de neurochirurgie à Harvard raconte son expérience dans ce livre choc qui a fait la une du Newsweek. Pour la première fois, un scientifique reconnu est passé du rôle d'observateur de ce phénomène à celui d'expérimentateur.



Centre d'exposition de VAL-DAVID

Manon Regimbald

Chère Alice : réflexion du miroir
Louise BLOOM
Quelque chose d'heureux m'arrive
Danielle LAGACÉ - artiste en résidence

Alice! Prends donc cette histoire;
Que ta douce main la dépose
Là où les rêves enfantins s'entrelacent dans nos
mémoires,
Telle une guirlande de roses
Cueillie en un pays lointain
Lewis Carroll

D'UNE ENFANT À L'AUTRE - D'un côté, Louise Bloom revisite Alice au pays des merveilles, ce conte chéri que son père lui racontait lorsqu'elle était enfant. De l'autre, Danielle Lagacé, qui est née et a grandi sur une ferme en Gaspésie, puise au pays de sa propre enfance pour créer son installation. D'un récit mythique à l'autofiction, ces deux artistes mettent en scène des personnages tantôt fictifs, tantôt réels suscitant autant l'émerveillement que la mélancolie, qui tourmente l'âme autant qu'elle peut l'apaiser.

Avec **Chère Alice : réflexion du miroir**, Louise Bloom a créé tout un ensemble de tableaux et d'estampes réinterprétant le monde fabuleux de l'univers de Lewis Carroll. Aujourd'hui, elle combine avec finesse et intelligence poésie et arts visuels autour de l'icographie de cette chère Alice au pays des merveilles, emmêlant ses propres souvenirs d'enfance puisque c'est avec son père qu'elle a découvert ce monde extravagant. Les images mixtes qu'elle développe s'em mêlent entre elles au gré de ses peintures, de ses gravures, de ses planches de livre d'artiste dans cette aventure extraordinaire et déraisonnable où se bousculent l'imaginaire et le réel, le merveilleux et le quotidien, l'absurde et le sensé, l'onirisme et la logique. Les chassés-croisés ironiques s'y multiplient en même temps que des jeux de perception s'accumulent et que les réflexions s'inversent et altèrent notre regard sur ce monde en transformation, de plus en plus inquiétant. Des perspectives illusoire faussent la réalité, comme les jeux de miroir dédoublent et troublent les limites de la représentation. À l'heure du désastre écologique, le procès de la représentation soulève bien des questions : quelle finalité pour notre monde, de l'autre côté du miroir?

Art & culture



Louise Bloom vit à Morin-Heights. Elle a exposé notamment au Pia Bouman School (Toronto), au Musée d'art contemporain des Laurentides, à la Maison de la culture Mercier et à la Maison de la culture Rivière-des-Prairies (Montréal). Son œuvre fait partie de diverses collections publiques et privées (Loto-Québec, Bibliothèque et Archives nationales du Québec, Bibliothèque Gabrielle-Roy). Elle a fait plusieurs résidences d'artistes (Belgique, Nouveau-Mexique, îles de la Reine-Charlotte, en Colombie Britannique). Membre de l'Atelier de l'île de Val-David, elle y donne des formations.

Quelque chose d'heureux m'arrive témoigne du résultat fructueux de plus de trois ans de recherches inédites de Danielle Lagacé. Cela sans compter qu'elle poursuivra sa création sur place. Tous les jours, elle accueillera les visiteurs tandis qu'elle continuera de dessiner, de peindre et de sculpter au gré du temps. Chaque dimanche après-midi, une invitation particulière est faite au public afin qu'ils puissent échanger ensemble. En résidence au Centre, Danielle Lagacé recréera ainsi son atelier dans une mise en scène intimiste référant au monde de l'enfance, empreinte de souvenirs et de réminiscences. La mélancolie n'est-elle pas liée aussi à la connaissance de soi? Native du bas du fleuve, Danielle Lagacé a vécu sa jeunesse sur une ferme. Elle s'en inspire maintenant. Cet atelier réinventé où elle invite le public sera peuplé de sculptures et de gouaches à l'image de cet univers onirique où s'entremêlent bâtiments de ferme et maison familiale, machinerie et instruments aratoires, chevaux, vaches et corbeaux. Sous des yeux étoilés, ses parents donnent leurs traits à ses personnages sumatréaux. Des arbres et des chemins ponctuent ce paysage éthéré où se côtoient tant d'ombres d'antan. Clair et obscur, l'espace de l'installation vibre autant du mystère de la vie que de la mort tandis que s'y entrecroisent la face cachée de mots et d'images. Dans cette

atmosphère introspective, des voix intérieures s'éveillent, porteuses de songeries mélancoliques qui tranquilliseront, peut-on espérer, le malaise, tout en nous amenant, pour un temps, à la paix et au calme, voire à l'embellie.



Danielle Lagacé vit à Sainte-Agathe. Elle a exposé en solo au Centre national d'exposition de Jonquière (Saguenay), au Centre d'exposition de l'Université de Montréal, au Centre d'exposition de Val-David, au Centre d'exposition Raymond-Lasnier (Trois-Rivières), au Centre d'exposition de Mont-Laurier et au Centre d'exposition du Vieux-Palais (Saint-Jérôme). En 2005, on se souviendra de sa participation remarquée, avec son *Petit Théâtre de Marie*, au Symposium d'art in situ de la Fondation Derouin. Dans le cadre de sa résidence au Centre d'exposition de Val-David, Danielle Lagacé vous reçoit pour échanger tous les dimanches de 11 h à 17 h. Le samedi 20 avril à 15 h, elle fera une causerie *Quelque chose d'heureux m'arrive*. *Gratitude à la terre*, le samedi 20 avril à 15 h.

ENTRÉE LIBRE JUSQU'AU 19 MAI 2013
Chère Alice : réflexion du miroir de Louise BLOOM
Quelque chose d'heureux m'arrive de Danielle LAGACÉ - artiste en résidence
de mercredi au dimanche de 11 h à 17 h
Danielle Lagacé reçoit le public tous les dimanches à 14 h et, à l'occasion du Jour de la Terre, elle fera une causerie *Gratitude à la terre*, le samedi 20 avril à 15 h.
Visionnez des portraits de Danielle Lagacé et Louise Bloom réalisés au Centre d'exposition de Val-David par Télé-Québec Outaouais et Laurentides dans la série FAUT VOIR; inscrivez-vous sur la page Facebook Télé-Québec Outaouais et Laurentides pour les recevoir.

Le cinéma MAISON

Primeurs
AVRIL 2013

- 2 avril**
The maître
Le maître
drame
La fin du temps
End of time
documentaire
- 9 avril**
Les Pee-Wee
3D famille
Week-end royal
Hyde Park on Hudson
drame
- 16 avril**
Thérèse
Desqueyroux
drame français
Django déchainé
Django unchained
action
- 23 avril**
Liaison royale
A Royal Affair
drame étranger
Escouade ganster
Ganster squad
action
- 30 avril**
L'impossible
The impossible
drame
Les chemins de la culpabilité
comédie

POUR L'ARBRE DE LA MÉMOIRE DE LA LANGUE FRANÇAISE : Les Jardins du Précambrien se méritent le prix Gaston-Miron

Dans le cadre du Déjeuner de la Francophonie, qui s'est tenu le 17 mars dernier, l'œuvre collective *L'arbre de la mémoire de la langue française des Jardins du Précambrien*, à Val-David, a obtenu le Prix d'excellence en français Gaston-Miron. Ce prix prestigieux est décerné annuellement à des personnes, entreprises ou organismes qui se distinguent par leur contribution à la promotion de la langue française sur le territoire des Laurentides.

L'œuvre collective *L'arbre de la mémoire de la langue française* a permis aux visiteurs des Jardins de réaliser, au fil de l'été dernier, des plaques de céramique où ont été gravés des mots inspirés par leur parcours en forêt. Les plaques ont ensuite été installées dans les sentiers pour constituer « une arborescence de mots », une œuvre poétique collective. L'événement a attiré plus de 8 900 visiteurs. 2 750 personnes ont été impliquées dans le projet. 1 500 personnes ont créé une pièce en céramique, parmi lesquelles 577 jeunes. Par ailleurs, 500 personnes ont assisté aux rencontres et 750 ont participé aux visites guidées.

Treize excellentes candidatures ont été reçues pour le Prix Gaston-Miron 2013. Le Conseil de la culture des Laurentides s'est vu décerner une mention d'honneur pour les Grands prix de la culture 2012, sous le thème « Des gens, des mots, des lettres ». Cette mention a été remise par le député de Rivière-Nord, monsieur Pierre Dionne Labelle. La Chambre de commerce et d'industrie Thérèse-de-Blainville a reçu une mention d'honneur pour son projet « Le web 2.0, c'est en français que ça se passe » et son portail www.francaisenaaffaires.com, mention remise par le député de Saint-Jérôme, monsieur Jacques Duchesneau. Info : Nadine Soumis, directrice générale : 450 438 4129 - Courriel : info@snq.qc.ca

LATITUDE L RENCONTRES CULTURELLES DES LAURENTIDES À MONTRÉAL

Un rendez-vous mobilisateur

Manon Regimbald

Andrée Matte, conservatrice du Musée d'art contemporain des Laurentides et moi, avons eu la chance d'être invitées à titre de co-commis-saires à organiser le volet Arts visuels de LATITUDE L rencontres culturelles des Laurentides à Montréal, initié par le réseau Accès culture de Montréal. Ainsi, dix maisons de la culture de Montréal ont accepté d'y participer. En fait, l'événement a débuté en grand en septembre dernier avec l'exposition recherchée *Fragments de Territoires* de René Derouin, à la Maison de la culture Villeray, qui regroupait des séries de dessins, d'estampes, de papiers découpés et de bois gravés.



Michel Beaudry, Lynx, 2012, acier, résine, 127 cm x 53,34 x 60,96 cm



Bonnie Baxter, Winter dream I, série Jane's Journey, 2008, 97,8 cm x 129,5cm

Voilà du bien beau monde venus témoigner de leur appréciation de l'événement. A été lancé à cette occasion le catalogue du volet arts visuels de LATITUDE L. Ainsi, pour ceux qui iront à Montréal prochainement, prenez la peine de faire une halte à la Maison de la culture Mercier et allez-y voir dans toute son ampleur l'œuvre majeure de Bonnie Baxter *Jane's Journey / Le voyage de Jane* formée d'images numériques de grand format. Là, on pourrait se croire au seuil de l'indécible éternel devant Jane totalement absorbée dans ces paysages de passage où persiste une ombre, une mélancolie lointaine. Alors peut-être,

la vie et la mort deviennent-ils le point de mire de ce regard de plomb. D'où l'imposition d'un temps fort de méditation et d'introspection face à cette saisissante production où s'entrecroisent présent et passé, réel et illusion, fiction et autofiction.

Rappelons que la série monumentale composée de trente-sept œuvres a été exposée en partie au Centre d'exposition de Val-David en 2009, ensuite à la Galerie Division à Montréal et à la Galerie d'art du Centre culturel de l'Université de Sherbrooke en 2010, puis, en 2011, à la Galerie Angell de Toronto et au Mc Michael Canadian Art Collection à Kleinburg en Ontario.

À l'entrée de l'exposition, les spectateurs retrouveront avec bonheur *Dick et Jane*, un portrait/autoportrait saisissant de B&B sculpté par Michel Beaudry, avant de découvrir, dans l'arrière pays des voyages de Jane, le déploiement fascinant d'un bestiaire plus que fantastique. Il faut bien voir combien chacune de ces bêtes laisse transparaître un univers infini de tendresse et de douceur, de complexité et d'harmonie malgré la diversité des animaux réunis, poissons, chien, rhinocéros, ours, tatou, sanglier, bœuf musqué, lynx ou hibou, tous conçus et ouvragés avec tant de brio et d'attention. Du plus profond de leurs yeux placides, leurs regards nous atteignent et cela fait du bien.

BONNIE BAXTER + MICHEL BEAUDRY
jusqu'au 21 avril 2013, Maison de la culture Mercier, 8105, rue Hochelaga à Montréal
Du jeudi au dimanche : 13 h à 17 h

TAROT VOYANCE ET CANALISATION
PLUSIEURS ANNÉES D'EXPÉRIENCE
PREDICTIONS AMOUR ARGENT FAMILLE TRAVAIL ET +
ANGÈLE LEMIEUX
819-279-3761 RÉSERVATION OBLIGATOIRE

Club Marvija
Riviera May à Val-David
Condo-Hotel Spécial d'été
Cours de Yoga sur la plage à tous les jours inclus
www.marvija.com
Visitez notre site internet et Réservez Maintenant! (450) 492-9094

Tous les mardis Moules et frites à volonté 17,95\$
Tous les dimanches Brunch gastronomique 19,95\$
Dimanche au Vendredi Accès spa, sauna & bain nordique 12,50\$
Spa de l'AUBERGE DU VIEUX FOYER VAL-DAVID
Spa • Fine Cuisine • Villégiature
Forfaits détente, loisirs et affaires 819-322-2686
www.aubergeduvieuxfoyer.com
3167, 1er Rang Doncaster, Val-David
Pour la qualité de son accueil et la finesse de sa cuisine.

NOUVEAUTÉS AU VIDÉO
nous changeons de nom pour adopter la raison sociale CINÉMATÈQUE MÉLIÈS.
Cinématique : parce que nous offrons beaucoup de choix, Méliès : Georges Méliès fut l'inventeur des premiers trucages au cinéma.
• Fleuriste sur place les vendredis et samedis
• Amélie Sauvé, herboriste, est présente chaque mercredi de 17 h à 18 h pour conseils, consultations ou potions • Vente de livres neufs
• Exposition de Marie Versailles, artiste peintre
CINÉMATÈQUE MÉLIÈS
FILMS | FLEURS | LIVRES...
2510, de l'Église, Val-David - 819.322.2741

LA VAGABONDE
qu'une BOULANGERIE ARTISANALE café • prêts-à-manger
Menu midi bio
Délicieuses soupes, sandwichs & salades sur place ou à emporter
ouvert tous les jours de 8h à 18h
www.boulangerie.lavagabonde.com
1262, chemin de la Rivière, Val-David - 819 322-3953

Les étains
Chaudron
50 ans
Pewter
Venez découvrir la collection de pièces en étain des maîtres artisans Antoine et Bernard Chaudron.
Vous y trouverez les incontournables lampes à huile, vases, verres, accessoires de table ainsi que nos pièces uniques.
L'atelier Chaudron offre aussi :
Trophées - coupes
médailles - épinglettes
plaques commémoratives
cadeaux corporatifs
gravure sur métal et plastique
OUVERT 7 JOURS DE 10H À 16H
2449 chemin de l'Île, Val-David | 819-322-3944 | www.chaudron.ca



CHRONIQUE du livre

Geneviève Bériault

Raconte-moi Massabielle De Jacques Savoie

Si vous désirez gagner ce livre, suivez les indications à la fin du texte.

Tout petit livre très étrange...

À commencer par les paragraphes qui débutent parfois en bas de page et qui se terminent un peu n'importe où... Et puis ces dates impossibles, comme le 51 septembre, mais qui finalement n'étaient qu'une façon pour le personnage de Stella d'étirer la saison avant l'hiver...

Ma première impression fut qu'on me racontait un conte, avec un brin de poésie... Dans ce parler franc des gens de chez nous, des vieux de la vieille!

C'est un peu l'histoire d'un simple d'esprit, qui se retrouve seul dans son village déserté et qui est en train de rendre fou l'avocat, qui tente à maintes reprises de le convaincre de s'exiler. C'est aussi un peu l'histoire d'un fou pas si fou que ça, qui aime, qui s'amuse et qui au bout du compte est gagnant sur toute la ligne!

Ça parle de mines que le gouvernement veut imposer, ça parle de télévision qui prend toute la place dans la vie de l'homme. Et ça parle d'amour, ce rassurant sentiment qui nous rend plus heureux.

Dans ce texte un peu irréel, il y a toute la réalité de nos quotidiens qui prend le dessus. Si vous aimez la folie, le désordre et les mots, ce livre pourrait vous plaire!

Bonne lecture...

Félicitations à **Jean-Sébastien Roy**, gagnant du livre *Autour de Dédé Fortin*. Pour gagner le livre de ce mois-ci, envoyez vos coordonnées à l'adresse courriel gberiault@capelios.com ou laissez un message au 819 322-7969 avant le 22 avril 2013.

Dominique Forget

*Il faut choisir parmi les rêves
qui réchauffent le mieux l'âme.*
Destouches

Notre présent et notre futur sont le résultat des choix, des actions et des décisions que nous prenons aujourd'hui, que nous avons pris hier.

Choisir, agir selon nos valeurs, selon *mes* valeurs, ce n'est pas toujours évident, mes valeurs étant souvent contradictoires; par exemple, est-ce que j'achète le brocoli en réclame, pour répondre à mes valeurs d'économie, ou si j'achète le brocoli bio, pour suivre mes valeurs de protection de l'environnement? Est-ce que je travaille en équipe selon mes valeurs de coopération et de concertation ou je travaille seule et j'ai la satisfaction de décider et d'agir rapidement, ce qui comble mes valeurs d'efficacité?

J'aime raisonner, prendre des décisions et agir selon des valeurs d'efficacité, de données objectives et de rentabilité (d'économie, de temps, d'énergie...). Cette approche a souvent bien fonctionné pour moi : elle m'a permis d'améliorer ma vie, de mener à bien plusieurs projets. Mais je ne crois pas que cette approche soit l'unique ou même la meilleure pour prendre des décisions.

Il ne me viendrait pas à l'idée de réfuter ces valeurs d'efficacité, d'objectivité et de rentabilité, « les trois divinités du monde occidental » (Bruno Latour, anthropologue), qui nous ont permis, en tant que société (et en tant qu'individus) de réaliser tant d'améliorations et de projets formidables.

Mais, prendre des décisions selon ces seules valeurs relègue au second rang d'autres valeurs qui nous ont aussi permis des améliorations et des projets extraordinaires : la solidarité, l'éthique, le plaisir du moment présent, le plaisir de penser aux autres, l'innovation, etc.

Comment prendre des décisions, faire des choix, poser des actions qui amèneront des changements et des améliorations dans nos vies, dans celle de l'autre, dans notre communauté, dans notre pays, sur notre planète? Comment agir sans oublier les plus faibles, les plus petits, les générations futures? Sur quelles valeurs se baser? Comment, collectivement, avancer vers un monde plus vert, plus équitable, plus juste, plus responsable, plus... drôle?

Je ne le sais pas. Je n'ai pas de recette infaillible, bonne pour tous et pour toutes les situations. Je ne peux que vous proposer quelques idées, quelques pistes. (Ne vous y trompez pas : je ne réussis pas souvent à suivre moi-même ces

recommandations, mais j'essaie. Je me trompe, je me bute et puis, je recommence.)

- Être ouvert à la pluralité des points de vue, des opinions, des valeurs.
- Laisser de côté les actions « contre » les méchants de toutes sortes; ils ne le sont souvent que dans les yeux de ceux qui ne sont pas d'accord avec eux.
- Comprendre le raisonnement des « méchants », qui sont généralement logiques, cohérents et animés de bonne volonté.
- Ne pas tolérer l'intolérable, comme l'intimidation, les génocides, les meurtres, les viols, les actes de banditisme, la destruction de l'environnement.

- Identifier l'insatisfaction, le malaise, et que ceux-ci deviennent assez grands pour vaincre notre résistance au changement.
- Identifier vos valeurs (elles changent avec les années) et agir selon elles.
- Vaincre notre peur de nous tromper, essayer de nouvelles manières de faire.

« **La folie, c'est se comporter de la même manière et s'attendre à un résultat différent.** »
Albert Einstein

NDLR : Ce texte est une adaptation d'une chronique écrite par madame Nicole Huybens dans Le Quotidien de Chicoutimi.

HALTE poétique

*Braves gens qui foulez cette allée mystérieuse...
Ayez le cœur léger, car à chaque semaine,
Des « êtres » animés d'humeurs plutôt rieuses
S'appliquent à dérider tous ceux qui s'y
amènent!
Sachez qu'en ce village où la création règne,
Même les choses parlent... un langage inventif
En racontant la vie par des mots qui
s'imprègnent
Dans nos âmes avides d'amour curatif*

RICHARD LAUZON

**Venez y lire ce poème « in situ »
au 1255, Dion, Val-David**

Avril 2013

L'aimable... sauveur

En ces contrées glaciales, ô combien
grelottantes,
J'apparais en Centaure bouillant et fringant.
Je ressemble au dragon dont la gueule éclatante
Lance son feu ardent en un jet arrogant.

Qui suis-je donc, parbleu, pour que le blanc
glaçant,
Sous ma rouge brûlure évacue le terrain?
Comment me nomme-t-on, moi le grand
remplaçant,
Qui botte dru le cul de l'hiver souverain?

Je m'allie au Soleil qui monte à l'horizon
Pour faire le faraud et y mettre la dose.
Avouez que pareil pouvoir de liaison
Ne peut nous résister pourvu qu'on en impose!

Me suis-je fait comprendre et m'a-t-on
démasqué?
Que vous faut-il de plus pour prononcer mon
nom?
C'est pourtant si patent et bien peu compliqué
Que de m'articuler: **PRIN-TEMPS**, oui et
d'aplomb!

On m'acclame partout, presque tous
m'ovationnent,
Sauf les grands entêtés qui sont fort peu
nombreux.
Si j'arrive très tôt, je surprends, j'impressionne,
Si je tarde à venir, «EN-FIN!», dit-on, heureux.

Or, tout bon combattant doit savoir ce qu'il vaut
Et ne pas négliger le poids de l'ennemi.
Ce dernier mourra bien, ce n'est guère nouveau,
Mais il peut résister, s'endormir à demi...

Quand j'essuie cet affront, qu'il va en s'aggravant,
Je crie que jamais plus, me ferai ces accroires.
Car là il resurgit, neige, froid et grands vents;
Je croyais le mater, c'est à ne pas y croire.

Je fais comme le chat, me tapis, reste coi,
Fixe bien l'assaillant qui ne sait pas que moi,
Je le laisse approcher sans lui dire pourquoi,
Dévisage l'appât, savoure mon émoi.

Je prie Seigneur le **Temps** et m'en fais un allié,
J'attends le bon moment pour refaire alliance
Avec l'astre du jour, plus haut domicilié,
Et, dûment associés, nous reprenons confiance.

Mais l'hydre dangereux ne se tient pas pour cuit.
Il crache ses rafales, de l'est, de l'ouest, du nord,
Balayant terre et ciel de l'horrible circuit
Des basses... dépressions dont il est le ténor.

Les beaux espoirs de mars qu'on voulait voir
durer
S'évanouissent encore, vous laissant é-coeu-rés.
Pendant que je saisis vos accents ulcérés,
Je demeure aux aguets, prêt à tout réparer.

Je lorgne vers le Sud, d'un oeil inquisiteur
Puis lève mon regard vers le milieu du jour,
Constata qu'avril s'amène en bienfaiteur,
Réactive mes plans en vue d'un long séjour.

Du plus félin des sauts, je fonds... sur la froidure,
Plante mes chaudes griffes au coeur de sa
froideur,
Réussis à brûler des pans de glace dure
Pour qu'enfin apparaisse du sol la tiédeur.

Et de longs pleurs de joie suintent des toitures,
Administrent en tombant à la neige grisante
De gros trous assassins servant de signature
À ma verte saison de nature grisante.

Reparti pour la gloire des nuits adoucies
Je réchauffe en douceur la journée exaucée.
Les maisons engourdies réouvrent leurs châssis,
Les badauds envahissent à nouveau la
chaussée.

Je me moque du froid en mon for intérieur,
Me réjouis, tout léger, de ce chaud bonheur
d'être
Jusqu'à ce que l'hiver, et d'un air supérieur,
Relâche une bordée, une pire, peut-être.

Là, sur mes grands chevaux,
je remonte et me cabre.
J'étends très haut le bras, écarte les nuages,
Empoigne le soleil, ce géant candélabre,
Le promène dans l'air, en un fin remuage.

La blanche couverture, aussitôt, se renfrogne,
Se met à s'alourdir, s'affaiblir, s'enlaidir;
Les passants apprécient mon utile besogne
Car le blanc vire au vert, paré à rebondir.

Les ruisseaux coulent à flots, les oiseaux s'en
reviennent,
La Terre s'attendrit, se dégoûdit et dit :
« **Beau Sieur le Printemps**,
permettez que je vienne,
Vous offrir mes respects empressés à midi. »

Je sens monter en moi la digne certitude
Que plus rien ni personne ne m'arrêtera.
Cette fois, c'est donc vrai, finie l'incertitude,
J'arrive pour de bon, vous pouvez dire : **Hourra!**

BISTRO-CAFÉ
LE COMPTOIR
CUISINE SANS FAÇON



L'INCOMPARABLE BURGER DU NORD !

BURGERS - SALADES & PÂTES
VIANDES FUMÉES - CLUB SANDWICHS
FISH'N CHIPS - STEAKS - DESSERTS
CAFÉS ÉQUITABLES

SPÉCIAL DU JOUR À PARTIR DE 8.95\$

AMBIANCE JAZZ MODERNE
TABLE D'HÔTE LE SOIR

MAINTENANT OUVERT TOUS LES JOURS ET TOUS LES SOIRS!
MENU LE SOIR PLUS RAFFINÉ!

1324, ROUTE 117, VAL-DAVID, QC J0T 2N0
819 320.0117

CLINIQUE VITALITÉ



Une clinique multidisciplinaire, pour
votre santé, au coeur de votre village

Ostéopathie
Acupuncture
Massothérapie
Méthode Feldenkrais
Massage Yoga-Thailandais
Yoga Privé

(819) 322-3081

www.cliniquevitalite.jimdo.com

LE CLIN D'OEIL municipal



BILLET DE LA *maire*esse

Mairesse, ici et ailleurs

Parmi les multiples responsabilités d'une mairesse, il y a celle de représenter son village dans les tout aussi multiples événements publics, inaugurations, lancements, galas, soupers, spectacles ou tournois de golf bénéfique, cinq à sept, festivals et autres conférences de presse, auxquels elle est conviée à titre de participante ou comme invitée d'honneur.

Je me fais bien sûr un devoir de participer le plus possible et c'est même pour moi un plaisir. Val-David doit être au rendez-vous chaque fois que possible, ici au village, comme partout ailleurs où Val-David a sa place. Mais, il faut tout de même faire des choix. Je dois prendre en considération la justesse de la cause, la réelle visibilité pour Val-David, la distance à parcourir, les coûts associés, etc. Je suis particulièrement sensible à la cause des artistes, mais aussi à tout ce qui touche la cause des femmes, l'égalité et la défense de leurs droits, leur accessibilité à des postes de direction et à la politique. J'estime avoir un devoir envers la société à cet égard pour un monde visant l'égalité concrète entre les femmes et les hommes dans toutes les sphères de la vie.

Il y a quelques semaines, j'ai été invitée par le *Groupe Femmes, politique et démocratie* (GFPD) à prendre la parole au Salon rouge de l'Assemblée nationale devant des femmes élues provenant de diverses provinces du Canada et des Territoires du Nord-Ouest. Mon témoignage portait sur mon expérience en politique, bien sûr, mais surtout sur mon vécu à la suite des formations des écoles de préparation à la vie politique offertes par l'ÉNAP et par le GFPD.

J'étais fière d'avoir été choisie, fière de mon expérience, mais aussi de pouvoir citer Val-David en exemple, pour avoir élu quatre femmes, et de notre MRC, où l'on compte une mairesse pour quatre maires. J'étais fière de nous! Je crois important d'ajouter ici que ce voyage à Québec n'a rien coûté à Val-David. La majorité de mes dépenses m'ont été remboursées par celles qui m'ont invitée.

J'ai aussi eu la chance, depuis le début de mon mandat, de recevoir des invitations hors de l'ordinaire. Quand je suis allée au Pérou, l'invitation officielle de l'*Association des poètes de l'Amérique du Sud* et de l'Université de Lima s'adressait à la femme élue à un poste politique et sensible aux arts. J'y ai été reçue comme un chef d'État et, comme je vous le disais dans mon billet de la mairesse d'alors, on m'a

considérée là-bas comme l'ambassadrice de la tendresse entre les peuples. L'Université de Lima a même publié un recueil de quelques-uns de mes poèmes après mon séjour.

Quelques mois plus tard, l'invitation pour la Roumanie était en lien avec la littérature et notre réputation de village culturel. Là-bas, j'ai été reçue par l'ambassadeur du Canada à Bucarest. Il connaît Val-David, ayant une résidence secondaire dans notre région. Il n'était d'ailleurs pas le seul, puisque même en Transylvanie, à Alba Iulia, on connaît le nom et la réputation de notre village!

J'ai personnellement défrayé le coût de ces deux voyages pour ne pas prêter flanc à la critique facile de ceux qui manquent de vision pour notre avenir culturel. Moi, je crois fermement que Val-David se doit de rayonner. Pour maintenir notre belle réputation, nous devons dépasser les frontières pour élargir l'horizon du champ de compétences de nos artistes et accueillir les autres avec leurs richesses culturelles, leur art et leur savoir. Notre vitalité culturelle, d'une autre essence que celle des festivals menés à coup d'argent et de



gros noms, nous permet de nous démarquer des Mont-Tremblant et autres Saint-Sauveur de ce monde!

À la demande officielle du maire, je retourne en Roumanie à la fin de l'été pour jumeler Val-David à Aiud, qui porte le titre de « Ville culturelle de Roumanie ». Comme à Val-David, on y trouve un atelier de gravure, des sculpteurs, des potiers, des écrivains et des peintres. J'espère ainsi ouvrir la voie à nos artistes vers un autre lieu accueillant pour des échanges fructueux. Et encore cette fois, inutile d'éplucher mes comptes de dépenses, rien n'y sera réclamé concernant ce voyage.

Nicole Davidson

LOISIRS ET CULTURE

INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS de loisirs pour l'été

NOUVEAU! OPTION INSCRIPTION EN LIGNE

Programmes sportifs (soccer & tennis) : à compter du 23 avril | Camp de jour : à compter du 25 mai

Riches de cette nouvelle technologie, nous offrons maintenant aux citoyens la chance de faire leur inscription aux activités de loisirs et programmes d'été directement en ligne. Simple et efficace.

Une fois créé votre dossier familial ou de membre, vous n'aurez qu'à vous connecter, à chacune des saisons, pour procéder à l'inscription selon vos choix. Pour le moment, il faut tout de même régler la facture dans les

cinq (5) jours ouvrables, en personne à la mairie ou en postant votre chèque. Info et détails sur www.valdavid.com.



MAIRIE
2579, rue de l'Église, Val-David
Tél. : 819 324-5678
info@valdavid.com

BIBLIOTHÈQUE
1355, rue de l'Académie, Val-David
Tél. : 819 324-5678, poste 4233
bibliotheque@valdavid.com

BUREAU D'ACCUEIL TOURISTIQUE
2525, rue de l'Église, Val-David
Tél. : 819 324-5678, poste 4235
tourisme@valdavid.com

LES ASSEMBLÉES DU CONSEIL MUNICIPAL SE TIENNENT À LA SALLE COMMUNAUTAIRE/ÉGLISE (2490, RUE DE L'ÉGLISE)
Prochaine assemblée ordinaire : mardi 14 mai 2013, 19 h 30

LE CLIN D'OEIL municipal

AVRIL 2013 - 16



LOISIRS ET CULTURE

DES IMAGES et des mots

À LA BIBLIOTHÈQUE

Conférence « Café et brioches »

Mark Twain : sa vie, son œuvre

Avec madame Judith Lavoie

Samedi 20 avril de 10 h à 11 h 30

(Section Adultes fermée durant la conférence)

Places limitées :

inscription à la bibliothèque avant le 17 avril



Mark Twain, de son vrai nom Samuel Langhorne Clemens (1835-1910), est l'un des plus importants écrivains américains, toutes époques confondues. Cette conférence rendra compte des moments marquants de son œuvre, de sa vie et des mille et un métiers qu'il a aussi

exercés (typographe, journaliste, pilote de bateau à vapeur et conférencier). Parmi ses œuvres importantes, on compte : *Adventures of Tom Sawyer* et *Adventures of Huckleberry Finn*. Notre conférencière se penchera en particulier sur ce dernier, considéré comme une œuvre

fondatrice de la littérature américaine et sa première traduction française.

Exposition thématique de mai



Les beaux-livres

(Sur l'architecture, l'histoire, la photographie, la botanique, etc.)

Un beau-livre est un livre, généralement de grand format, comportant des illustrations de grande taille et imprimées avec soin. Ce type d'ouvrage est particulièrement employé pour présenter des réalisations artistiques, par exemple des photographies ou des représentations de peintures. Souvent offert en cadeau, le beau-livre est destiné à être feuilleté autant qu'à être lu.

COMMUNAUTAIRE

AFFAIRE de famille

Carrefour action municipale et famille (CAMF) s'arrête à Val-David pour rencontrer les élus, les employés municipaux et les partenaires afin d'échanger sur l'avenir des politiques familiales municipales, sur l'identification des forces et faiblesses du dossier famille et sur les attentes du milieu quant aux services de soutien.

Ce passage dans la région s'inscrit dans le cadre de la tournée québécoise qu'organise le CAMF auprès des municipalités et des MRC, laquelle lui permet de visiter 18 villes dans toutes les

régions du Québec d'ici le mois de mai prochain. La région des Laurentides est active dans le dossier de la politique familiale municipale. En 25 années, 44 municipalités, dont Val-David, ont nommé une personne élue au poste de responsable des questions familiales. De plus, 40 municipalités et MRC ont emboîté le pas pour faire de leur milieu un endroit centré sur les besoins de tous les membres de la famille, du plus jeune à l'ainé, par le biais de l'adoption d'une politique familiale et d'une démarche *Municipalité amie des aînés* (MADA).

NOUVEAU LOOK, nouveau site



nouveau site Internet du Transport Adapté et Collectif des Laurentides.

Toutes les informations concernant le transport intermunicipal (autobus et taxibus) et le transport adapté s'y retrouvent. Les usagers peuvent même effectuer leurs réservations de transport adapté et de taxibus en ligne.

www.transportlaurentides.ca est l'adresse du



ENVIRONNEMENT

CHANGEZ d'air!



En février dernier, par résolution du Conseil, Val-David a officialisé sa participation au programme *Changez d'air!* lancé en janvier 2013 par l'Association québécoise de lutte contre la pollution atmosphérique (AQLPA). Ce programme a été mis sur pied avec la collaboration entre autres du ministère du Développement durable, de l'Environnement, de la Faune et des Parcs.

En s'inscrivant au programme, les citoyens peuvent bénéficier d'un incitatif financier de 100 \$ s'ils se débarrassent de leur vieux poêle de chauffage au bois, ou de 500 \$ à 600 \$ s'ils le

remplacent par un appareil homologué, moins polluant. En participant financièrement au programme, Val-David permet à un nombre limité de ses résidents (premier arrivé, premier servi) de bénéficier d'une remise supplémentaire de 100 \$.

La gestion du programme, de l'inscription à la remise, est assurée par l'AQLPA à joindre au numéro sans frais 1 855 702-7573. Infos et détails sur www.changezdair.org.

ALLÉE des créateurs

Appel de dossiers

Date limite de dépôt : 26 avril

Infos et formulaire sur www.valdavid.com



SAMEDI 18 MAI

Formulaire sur www.valdavid.com

PARC RÉGIONAL

ÇA FINIT en beauté!

Un hiver enneigé avec des skieurs et raquetteurs heureux de découvrir encore et encore ce magnifique terrain de jeu. Depuis quelques saisons, l'achalandage connaît un accroissement constant. Cet hiver, au-delà des 748 membres saisonniers, près de 10 000 personnes se sont procuré un billet journalier.

La soirée raquette aux flambeaux a connu le plus grand des succès depuis ses débuts en attirant près de 250 personnes. Une vingtaine de résidents ont profité de l'accès gratuit de la *Journée du citoyen* pour aller y faire leur tour.

Les patrouilleurs bénévoles ont été fidèles au poste, sans compter leur temps, pour assurer



la sécurité des usagers. Le réel engagement de toute l'équipe, composée de Richard Matton (responsable), Louise Marcotte, Marie-Josée Leblanc, Jacques Powell, Richard Noury, Chantal Robillard, Jean-Pierre Guay, Richard Cadotte, Christian Ménard et Suzanne Arbiq, nous est très précieux.



SÉCURITÉ CIVILE

SE PRÉPARER au pire

Semaine de la sécurité civile – 5-11 mai

Personne n'est à l'abri des catastrophes naturelles de toutes sortes. C'est pourquoi il est important de se renseigner et de se préparer au pire... quand tout va bien.

Chez nous, en cette saison, ce qui nous guette et que plusieurs appréhendent déjà, ce sont les inondations plus ou moins importantes d'une année à l'autre.

Le ministère de la Sécurité publique a mis en ligne toute une panoplie de conseils et de documents que les citoyens peuvent consulter ou télécharger pour prévenir ou pour faire face aux catastrophes.



Le plus simple pour y accéder, sans avoir à recopier le lien ci-dessous, est de taper « sécurité civile » dans votre fureteur, et de cliquer sur le lien « Semaine de la sécurité civile » qui apparaît sous celui de l'accueil du site du ministère. (<http://www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-civile/securite-civile-quebec/activites-evenements/semaine-securite-civile.html>)

RAPPELS

16 avril : Échéance 2^e versement – Taxes municipales.

1^{er} mai : Date limite de remisage des abris d'autos temporaires.

14 mai : Collecte des gros rebuts – Sur inscription préalable seulement au 819 324-5678, poste 4228 (au plus tard le vendredi 10 mai).

Merci Merci aux partenaires des événements d'hiver

• Marché Métro Dufresne • Club Optimiste Val-David/Val-Morin • S. Bourassa Ltée • Auberge du Vieux Foyer • Mazda Val-David • Caisse populaire Desjardins

Merci



MON AMI *l'ordi*

Lyana de Gain

Salut à vous, chers lecteurs et voisins laurentiens,

Ce mois-ci, nous allons continuer d'explorer le sujet d'Internet. Après une courte mise en situation, une question suivra : à la suite des conseils de tous, vous avez décidé de vous procurer un ordinateur... Vous avez dépensé beaucoup d'argent sans vraiment savoir pourquoi... Et vous réalisez que vos dépenses pour votre nouveau « gadget » ne font que commencer... Ma question : saviez-vous qu'il y a encore des choses gratuites dans ce monde du 21^e siècle? Oui, GRATUITES, sur Internet! Une bonne raison de s'y connecter! Il est possible, en sachant OÙ et COMMENT, d'y obtenir tous les logiciels nécessaires pour accomplir vos projets.

Prenons par exemple le logiciel Office de Microsoft (Word, Excel...) qui n'est pas inclus à l'achat d'un ordinateur. Il coûte cher; mais puisqu'il est le standard universel pour tout ce qui a rapport au traitement de texte, à la tenue de budget, par exemple, il peut paraître indispensable. Cependant, au lieu d'être obligé de dépenser ce montant substantiel, il est possible de se procurer, grâce à Internet, un logiciel équivalent, libre et gratuit. Ta-daaaa!

Un autre exemple? Parlons anti-virus! Tous les ordinateurs ont un anti-virus commercial installé gratuitement pour trois mois. Une redevance annuelle doit ensuite être payée pour continuer d'être protégé. Si vous êtes un usager privé, contrairement à une entreprise, il existe sur Internet des anti-virus GRATUITS aussi efficaces. Il est également possible (et nécessaire) de s'y

procurer, gratuitement, anti-pop up, anti-pourriel, anti-ver et anti-cheval de Troie... Malgré tous ces logiciels de protection, votre inexpérience a quand même permis à votre ordinateur d'être infecté? Sachez que là aussi, il existe des solutions GRATUITES sur Internet pour remettre votre ami en bon état de fonctionnement. (N. B. : Cela fait 10 ans que j'utilise un anti-virus gratuit et je n'ai JAMAIS attrapé un virus... Je vous expliquerai pourquoi dans une autre chronique).

Finalement, voici quelques exemples de logiciels indispensables disponibles GRATUITEMENT sur Internet : un restaurateur d'informations (pour retrouver des photos effacées par erreur, par exemple), un lecteur et créateur de documents PDF, un manipulateur et visionneur de photos, un créateur de mini-films, un organisateur de musique (encore que là, faites attention parce qu'il est illégal de télécharger de la musique sans la payer), un système de téléphonie internationale, une horloge avec alarme et toutes sortes de jeux (ex. : bridge, échec...), une base de données, un agenda, une horloge astronomique, un conjugueur, un créateur de budget, un encrypteur de documents contenant de l'information confidentielle, bref des logiciels pour répondre à vos intérêts quels qu'ils soient, et ce, pour votre ordi, votre tablette ou encore pour votre téléphone intelligent.

Tous GRATUITS. Yes, FREE! Vive Internet!

Prenez bien soin de vous,
Lyana de Gain
Mon Ami l'Ordi
450 530-8528 et 450 229-2309
monamilordi@gmail.com
questions.monamilordi@gmail.com
www.monamilordi.com

UNE RCR PERFORMANTE *pour de meilleurs résultats!*

Guillaume Marcil-Faure

J'ai eu la chance, durant le mois de mars, d'effectuer un stage comme pompier au Service de sécurité incendie de Montréal. Les pompiers des 66 casernes de la métropole répondent maintenant aux appels d'urgence logés au 911 pour des problèmes médicaux, comme des problèmes respiratoires, des traumatismes majeurs ou des douleurs d'origine cardiaque. Durant ce mois, j'ai été témoin d'un bon nombre d'appels où les patients ont été vigilants et ont appelé le 911 par simple précaution. Rappelons-nous que, tel que vu dans le premier article de cette série, reconnaître les signes et symptômes et obtenir de l'aide sont parmi les premiers éléments de la **Chaîne de survie** proposée par la **Fondation des maladies du cœur et de l'AVC**. Bien que ces appels se soient soldés très souvent par une intervention mineure, un examen par les ambulanciers et un transport préventif à l'hôpital, je persiste à croire que de les faire était une bonne initiative.

Une formation en réanimation cardiorespiratoire (RCR) enseigne au participant à reconnaître les signes et symptômes des différents problèmes cardiaques afin d'activer le plus rapidement possible le système d'urgence mais, en situation critique, les manœuvres de réanimation devront être entamées rapidement afin de diminuer les risques de séquelles ou même de décès. En cas d'arrêt cardiaque, chaque minute qui passe sans manœuvres de RCR diminue de 10 % les chances de survie d'une victime. On en viendra rapidement à une chance sur deux de survivre à un arrêt cardiaque, après seulement cinq minutes sans recevoir de soins...

Les manœuvres de RCR permettent rarement de ramener à la vie une victime d'arrêt cardiaque, comme on peut parfois le voir dans les films... Un film, ça reste un film... Les compressions thoraciques entremêlées de ventilations (la manœuvre de RCR proprement dite) permettent plutôt de maintenir les fonctions vitales ou de remplacer le cœur, dont l'activité électrique est défaillante. Celui-ci a comme principale fonction de pomper le sang et de le faire circuler à travers le corps. Cela permettra notamment à l'oxygène contenu dans le sang de se transporter vers le cerveau, qui pourrait subir des lésions importantes en cas de manque d'oxygène, ainsi que vers le muscle cardiaque, qui maintiendra le cœur en fonction.

Durant la RCR, les compressions thoraciques doivent être efficaces et optimales de la première à la dernière afin d'obtenir un résultat similaire au



travail normal du cœur et ainsi assurer une circulation régulière du sang. Le cœur est une pompe aspirante foulante qui agit de la même façon qu'une pompe à vélo. Il se remplit de sang lors de son expansion et l'expulse dans les artères lors de sa compression. La ventilation, quant à elle, est tout aussi importante car, en administrant des insufflations à la victime, ses poumons se remplissent d'oxygène neuf qui se liera au sang lorsqu'il passera par les poumons grâce aux compressions thoraciques. Sachant que, dans l'air ambiant, on retrouve 21 % d'oxygène et qu'à chaque expiration, on en expulse 16 % (consommation de 5 %), on peut comprendre l'importance d'une ventilation efficace et performante, car la victime ne recevra même pas le taux normal d'oxygène contenu dans l'air ambiant.

On peut facilement porter assistance à une victime d'arrêt cardiaque en commençant des manœuvres de RCR du mieux qu'on le peut, sans même avoir reçu de formation. Un enfant qui ne possède pas de connaissances pourrait aussi bien contribuer à un certain « maintien des fonctions vitales » en exerçant simplement des compressions sur la poitrine d'une victime. Il ne faut pas s'arrêter au fait qu'on n'a pas reçu de formation en RCR pour commencer des manœuvres. Cependant, une séance de pratique supervisée par un instructeur vous permettra de limiter votre stress en situation d'urgence et d'intervenir efficacement. La formation en RCR est facile et accessible à tous. J'en profiterai pour saluer le dévouement de Sabrina Thibault qui, lors d'une des formations données en février dernier, s'est donné la chance de s'instruire et d'en apprendre davantage sur la RCR, ce qui lui a déjà, à ce jour, permis d'assurer la garde d'enfants avec plus d'assurance.

les enfants du feu

REGGAE TRIBAL JUNCTION

Alain Burr à la basse
Émile Goyette à la guitare
Julian Ciurleo à la batterie
Sharl à la la...

au **Baril Roulant**
de Val-David
samedi le 20 avril à 21h30

Venez danser
et célébrer le printemps
avec nous

entrée \$10
ou \$5 pour tous ceux
qui se manifesteront sur

facebook

réservez : 819-320-0069

lesenfantdufeu.com

SécuriSOINS

SAUVER DES VIES : MODE D'EMPLOI
Formation RCR d'une durée de 4 h à Val-David : plusieurs dates disponibles.
Possibilités de cours privés à domicile, groupes de huit et plus.

Sujets couverts : Manœuvres RCR (adulte/enfant), défibrillation, dégagement des voies respiratoires obstruées, reconnaissance des signes et symptômes d'AVC, ICT, angine, infarctus. Certification par la Fondation des maladies du cœur et de l'AVC.

T. 514 808-1397 www.securisoins.com

LA MÉLODIE DES VOYAGES FÊTE SES 10 ANS

France et douce provence

Florence Broche

Je souffle les bougies de mes 10 ans! Et je dis un grand merci à tous, pour votre confiance, votre soutien et vos rêves les plus fous! Nous les avons réalisés!

Pour fêter cette décennie de beaux voyages, j'ai encore et encore envie de partager avec vous ma « douce Provence »... Puisque j'y suis née, que toute ma famille et amis habitent là-bas, ça me donne le goût de vous écrire à propos de cette destination ensoleillée, et d'ainsi rêver au vieux continent, l'instant d'un moment.

Le soleil de la Provence, c'est ce qui rallie mes souvenirs de cette région magnifique. Juste vous imaginer un joyeux Marseillais vous « chantant » un « Bienvenue, pitchounou, pitchounette » avec son accent du Sud et c'est comme si vous y étiez. Ce sont non seulement les maisons avec des toits en *terracotta* qui nous font nous sentir en vacances, mais c'est aussi le style provençal, des nappes jusqu'à la bouillabaisse. Savoureux et généreux, ce plat vous donne le goût de découvrir cette région du sud de la France. Saviez-vous qu'il fut concocté pour la première fois par des pêcheurs de Provence? La recette consistait à jeter indifféremment les poissons qu'ils pêchaient dans la soupe qui bouillait. Elle était à l'époque uniquement servie le vendredi maigre, d'où la célèbre tirade provençale. Pour le vendredi maigre, un jour, une certaine abbesse d'un couvent marseillais créa la « bouillabaisse ». D'ailleurs, certains historiens provençaux disent que cela vient des termes « Attention, ça bout, baisse le feu », car, comme chacun le sait, on commence la bouillabaisse à feu vif, puis on abaisse le feu pour la laisser mijoter. Je vous ai déniché une recette*. Peut-être osez-vous essayer quelque chose de nouveau cette année pour voyager dans votre assiette?

Quand on me demande ce qui me manque de la Provence, je pense au chant de la cigale qui résonne à nos oreilles, aux vignes, au soleil, aux bistros que l'on retrouve là-bas, à leurs fontaines et à leurs terrasses extérieures typiques; tout ça me rappelle de bons souvenirs. Les champs d'olives, à l'époque, ne m'attiraient guère; me voilà aujourd'hui accro. C'est un goût qui se développe, tout comme pour le vin et les fromages. Comme quoi tout peut changer et évoluer au gré de ce que nous offrons à notre palais.

La France est décidément et assurément un des pays les plus complets. Situé sur le bord de la mer,



avec des vues imprenables sur l'océan Atlantique, elle offre aux surfeurs et aux amoureux de sports aquatiques une panoplie de choix. Avec la Méditerranée, qui propose des endroits *jet-set*, de Cannes à Saint-Tropez, vous pouvez retrouver la chaleur et un certain exotisme. Vous avez ensuite les Alpes, ces montagnes majestueuses qui offrent, selon les amateurs, le meilleur ski au monde. Les terres du centre, les châteaux, l'histoire, la bouffe, le

raffinement, tout cela en un seul pays. Les transports sont faciles, avec le train, mais il est aussi pratique de louer une voiture ou de l'acheter avec l'option « achat-rachat ». Vous pouvez vivre une escapade riche pour tous les sens. Avec des itinéraires originaux et bien planifiés, c'est un pays qu'on ne cessera jamais de découvrir. Avec cœur et passion.

BOUILLABAISSE

(de montagne)

* Pour qu'elle soit réalisable à Val-David, PQ, la bouillabaisse de Florence a besoin d'être un peu adaptée aux poissons de chez nous. Inutile de chercher dans nos lacs et ruisseaux la rascasse, le chapon, la baudroie, le grondin, la vive, l'anguille, la murène ou autres congères qu'on trouve à Marseille. Cette version issue de nos montagnes n'en est pas moins délicieuse. (NDLR)

INGRÉDIENTS

- 625 g de filets de poisson blanc à chair ferme, genre morue ou autre. Demandez à Serge au Metro, il vous fournira ce qu'il faut. Couper les filets de poisson en cubes de 1 1/2 po (4 cm).
- 8 gros pétoncles
- 12 grosses crevettes, décortiquées et déveinées
- 2 c. à table (30 ml) d'huile d'olive
- 1 oignon haché grossièrement
- 1 poireau, la partie blanche seulement, coupée en tranches fines
- 3 gousses d'ail, hachées finement
- 2 branches de céleri hachées
- 2 carottes coupées en rondelles
- 1 1/2 t (375 ml) de tomates épépinées, coupées en dés
- 1 t (250 ml) de vin blanc sec
- 3 t (750 ml) de fumet de poisson
- 3 brins de persil italien frais
- 1 c. à thé (5 ml) de sel de mer
- 1 feuille de laurier
- 1 pincée de filaments de safran (2 portions, bouillabaisse et rouille)
- 8 croûtons de pain baguette, grillés et frottés d'ail
- 2 c. à table (30 ml) de persil italien frais, haché
- poivre noir du moulin

PRÉPARATION

Dans une grande casserole, chauffer l'huile à feu moyen. Ajouter l'oignon, le poireau, l'ail, le céleri et les carottes. Cuire quelques minutes, en remuant de temps à autre ou jusqu'à ce que les ingrédients aient ramollis. Ajouter la tomate, le vin, le fumet de poisson, le persil, le laurier, le safran. Mélanger. Porter à ébullition, réduire le feu et laisser mijoter pendant 5 minutes. Ajouter le poisson et laisser mijoter encore 10 minutes. Ajouter les pétoncles et les crevettes et poursuivre la cuisson jusqu'à ce que le poisson se défasse facilement à la fourchette (ne pas trop cuire, tout de même). Rectifier l'assaisonnement. Laisser mijoter tout doucement. Préparer la rouille.

Servir de préférence dans des bols. Déposer un croûton sur chaque portion. Y poser une cuillerée de rouille. Saupoudrer de persil haché.

Pour la rouille :

- 3 ou 4 gousses d'ail
- 1 jaune d'œuf
- 2 piments oiseaux hachés finement
- De l'huile d'olive
- Une pincée de safran
- Du bouillon de la bouillabaisse

Passer les gousses d'ail, les piments et le safran au mortier. Piler vigoureusement en ajoutant l'huile en un petit filet. Ajouter l'œuf, éclaircir avec un peu de bouillon de la bouillabaisse. Il est possible, au besoin, de la soutenir avec un peu de concentré de tomate. La texture, à la fin, doit être souple mais ferme, comme une moutarde.



IN MEMORIAM

Madame Rollande Valiquette-Lachaine

Avril, c'est le mois du printemps, de la cabane à sucre... C'est aussi le mois où tu as effectué ton grand départ, qui a laissé un si grand vide dans nos vies. Maman, je veux juste te dire :

Alors que tu as dû me quitter pour un certain temps
T'inquiète pas, je ne me chagrine pas
Je ne verse pas de larmes
Je ne laisse pas la peine m'étreindre au fil des ans
Mais je continue ma vie bravement
Avec un sourire magnifique.

Je le fais pour toi et en ton nom
Je continue à vivre et à faire tout comme avant
Je ne nourris pas ma solitude de jours vides
Mais je remplis chaque heure de façon utile.
Je partage avec les autres
Je les réconforte dans la joie
Et toi, tu me réconfortes et tu te tiens près de moi.
Et jamais, jamais je ne serai effrayé par la mort
Parce que je sais que tu m'attends au Ciel.

Je t'aime, maman!

Hubert

FADOQ

Le Club des Val-Heureux de Val-David

vous invite à son **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE (AGA)** qui se tiendra le mardi 7 mai 2013 à 13 h 30 à la salle communautaire de Val-David (église). Quatre (4) postes viennent en élection. Nous avons besoin de gens qui désirent s'impliquer dans leur communauté auprès des personnes de 50 ans et mieux!

LES Petites ANNONCES

Réservations au 819 322-7969
ski-se-dit@cgocable.ca

CHAMBRE À LOUER

Pour femme tranquille ayant un travail et une voiture, non fumeuse. Endroit calme avec grand terrain boisé, réseaux de ski de fond. 360\$/mois, demandez Diane (819) 322-7142.

UN GRAND THÉÂTRE POUR VAL-MORIN

Le Théâtre du Marais fait peau neuve

Le ministre de la Culture et des Communications, Maka Kotto, en présence du député de Bertrand, Claude Cousineau, a annoncé le 4 avril dernier une aide financière de 3 150 000 \$ à la Corporation du Théâtre du Marais pour la construction d'un nouveau théâtre. Cet investissement permettra notamment au Théâtre de se doter d'équipements scéniques modernes et d'agrandir ses espaces.

« C'est grâce à une quantité importante de bénévoles que ce bâtiment, désuet au départ, a pris son envol comme salle de spectacle dans les Laurentides, a indiqué le maire de Val-Morin, Serge St-Hilaire. J'y ai vu moult citoyens y travailler de leurs mains pour corriger la structure, le figoler et le rendre dans l'état actuel. Sans compter qu'au cours de ces travaux, ce sont encore des bénévoles qui ont vu aux opérations du Théâtre du Marais. La Municipalité de Val-Morin, ayant un terrain disponible adjacent à l'emplacement actuel, s'est

et du directeur général Pierre Delage pour leur indéfectible soutien. M. Richard a également souligné l'excellent travail des employés du théâtre et de tous les bénévoles qui participent à son succès. Il s'est engagé à garder à l'architecture du nouveau théâtre son caractère « tout en intimité ».

Pour sa part, le maire St-Hilaire a également précisé que Val-Morin contribuerait « à hauteur de ses moyens » en injectant 250 000 \$ dans la nouvelle salle de spectacle, à raison de 50 000 \$ par année. La Corporation du Théâtre du Marais et le Centre local de développement contribuent également au financement du projet.

Fondée en novembre 2000, la Corporation du Théâtre du Marais s'est donné pour mission de diffuser des spectacles professionnels variés à l'ensemble de la communauté locale et régionale. Elle accorde d'ailleurs une place toute particulière



De g. à dr. : Jacques Gariépy, vice-président de la Corporation du Théâtre du Marais, François Parizeau, administrateur, Sonia Piché, coordonnatrice, Serge St-Hilaire, maire de Val-Morin, Maka Kotto, ministre de la Culture et des Communications, Diane Larivière, secrétaire, Donna Salvati, administratrice, Claude Cousineau, député de Bertrand.

associée d'emblée au projet de reconstruction. Un tel projet ne se réalise pas sans l'apport de subventions ».

M. Jacques Richard, président de la corporation et du CA du Théâtre du Marais, a également souligné l'apport extraordinaire de supporteurs tels que feu M. Jean-Marc Lefebvre, pilier principal du théâtre pendant plus de dix ans, l'aide du député Claude Cousineau, grand défenseur de la culture dans la région, de Jacques Brien, pour son encouragement à aller de l'avant avec ce projet, du maire St-Hilaire

aux artistes de la région. Renommée pour sa vocation cinématographique de premier plan, la Corporation est reconnue comme un diffuseur pluridisciplinaire en arts de la scène par le ministère de la Culture et des Communications depuis 2008-2009.

« Le Théâtre du Marais est un joyau culturel reconnu dans toute la région des Laurentides et même au-delà de celle-ci », a tenu à préciser le député Claude Cousineau. (MPS)

Recette

EN ATTENDANT l'été...

Louise Duhamel
Enseignante à l'École Hôtelière des Laurentides - Résidente de Val-David

réalité, c'est que la cuisine printanière se pratique avec seulement quelques produits limités. Alors, faisons comme si...

Écoutons donc le gazouillis des oiseaux et concevons un décor inspirant avec quelques tulipes ou des jonquilles que vous aurez forcées en pot. Si vous êtes chanceux, vous apercevrez quelques crocus de la fenêtre. En attendant des jours plus chauds et une terrasse dégagée, voici une recette qui goûte le printemps :

Crème de petits pois à la menthe et à l'estragon

1 échalote sèche
2 c. à soupe (30 ml) beurre
1 tasse (250 ml) bouillon de volaille ou de légumes
2 tasses (500 ml) petits pois frais ou surgelés
2 c. à soupe (30 ml) menthe fraîche hachée
2 c. à soupe (30 ml) estragon frais haché
1 échalote verte
2 tasses (500 ml) babeurre
100 ml crème 35 % ou yogourt nature
2 c. à soupe (30 ml) vinaigre de Xérès
1 c. à thé (5 ml) estragon frais haché
1 c. à thé (5 ml) persil frais haché
Une pincée sel

Dans une casserole, faire suer l'échalote sèche émincée dans le beurre. Ajouter le bouillon de volaille ou de légumes et amener à ébullition. Ajouter les petits pois et les faire mijoter jusqu'à ce qu'ils soient très tendres, pendant environ 5 à 8 minutes. Ils ne doivent pas perdre leur couleur.

Verser la préparation dans le mélangeur. Ajouter la menthe, l'estragon, l'échalote verte émincée et le babeurre. Réduire en purée très lisse. Assaisonner à volonté. Réfrigérer.

Au moment de servir :

Fouetter légèrement la crème ou le yogourt. Ajouter le vinaigre de Xérès, l'estragon, le persil et une pincée de sel. Fouetter jusqu'à ce que la crème prenne une allure fleurette, c'est-à-dire fouettée et légère à la fois. Verser le potage dans des bols ou des verrines, garnir de crème fleurette légèrement acidulée.

Un conseil : faites griller de la pâte à pizza que vous aurez roulée très mince et badigeonnée d'huile parfumée au romarin et à l'ail. Ce sera croustillant et délicieux.

Bon printemps!

Le printemps est officiellement arrivé, mais il va se passer encore du temps avant de voir les pousses de ciboulette et d'oseille poindre dans le jardin. On trépigne, on élabore de nouveaux projets pour le jardin, on sème quelques graines à transplanter aussitôt que le gel ne sera plus une menace. Ah! À quand les belles asperges, les petits pois et les premiers radis? Chanceux ceux qui verront pointer quelques feuilles de rhubarbe ou de roquette. On se languit d'une cuisine printanière?

Chaque année, quand j'étais chef de mon restaurant, je me demandais comment rendre cette cuisine printanière réelle à mes clients, qui s'attendaient toujours à un menu nouveau pour chaque saison. Il me fallait donc composer quatre menus. Je proposais alors des saveurs franches, parfumées d'herbes, des textures croquantes, des grillades de toutes sortes et beaucoup de poissons pour la saison d'été. Puis, l'automne venu, ces saveurs devenaient plus rondes, une cuisine plus travaillée avec du gibier, des confits, des légumes de fin de saison. Puis, venaient les soupes et les plats mijotés et robustes avec des sauces plus imposantes, des desserts plus sucrés pour l'hiver. Des saveurs fraîches, une cuisine plus légère, des cuissons courtes, un goût plus acidulé et sirop d'érable oblige (quand même!) pour le printemps... Mais au printemps, il ne pousse que vaille ici! La nature se réveille bien lentement. De la fin de mars à la fin de juin, c'est l'attente. On peut espérer récolter des morilles sauvages, cueillir quelques pétales de tulipes pour agrémenter les salades, souhaiter une bonne saison pour les têtes de violon et surveiller les produits de serre que nous offrent les producteurs au marché de Val-David avant que juillet ne se pointe. Mais la

Spéciaux du midi
Tables d'hôte du soir

Face à l'église de Val-David
Tél: (819) 322-3104
www.legrandpa.com

Restaurant
LE VILLAGEOIS

FRUITS DE MER
BROCHETTES - STEAK - PIZZA
PÂTES - SOUVLAKI
TABLE D'HÔTE

939, Route 117, Val-David
819 322-2223

À VENDRE, BORD DE L'EAU

Canadienne bien entretenue, au coeur du village de Val-David, au bord d'un petit lac privé, parfait pour baignade. 3 chambres, 2 s. de bain, foyer en pierre, cuisinière au bois, électroménagers et pédalo inclus. Doit vendre. Toute offre raisonnable acceptée. **Prix : 209 000\$.** Joindre Monique Meloche 819 322-9911 ou 514 990-5704 ou 819 322-3091.

Sutton
L'immobilier nous habite

Albert Adam, Ph. D., professeur émérite et jardinier hédoniste

INTRODUCTION

Les beaux jours revenus – et avec eux les marchés publics et leur abondance de légumes et de fruits frais –, nous allons pouvoir, après une diététique hivernale, mieux suivre les conseils de santé du Guide alimentaire canadien. Mais, en fait, d'où viennent ces recommandations?

LE RÉGIME MÉDITERRANÉEN : UNE DÉFINITION

Les premières études visant à établir la façon dont les habitants des pays qui bordent la mer Méditerranée se nourrissent datent de 1948. Ce n'est qu'en 1990, cependant, que le régime méditerranéen fut popularisé auprès du grand public. En 2010 enfin, l'UNESCO reconnaît le régime méditerranéen comme un héritage culturel de la Grèce, de l'Italie, de l'Espagne et du Maroc.

Le régime méditerranéen est, bien sûr, la façon de se nourrir commune aux pays riverains de la *Mare Nostrum*. Mais au-delà de cette diététique, c'est aussi un art de vivre, fruit d'échanges millénaires de nature commerciale, culturelle et humaine entre ces différents pays où la table est la place de l'identité culturelle, mais aussi un lieu de partage et de communication conviviale.

Au XX^e siècle, jusque dans les années 1960, les habitudes alimentaires des habitants de ces pays se caractérisent par une consommation importante de légumes, de fruits frais, de pain, de céréales et, en quantité moindre, de fromages et de yogourts. Les protéines animales sont apportées essentiellement par le poisson, la volaille et l'agneau. Les acides gras saturés d'origine animale sont remplacés par les acides gras insaturés de l'huile d'olive. Le vin, de préférence rouge, source de partage, accompagne les repas en quantités modérées. Ainsi, les trois piliers du régime méditerranéen (huile, pain et vin) trouvent déjà leur sens sacré et symbolique dans l'Ancien et le Nouveau Testament.

Il est évident que cette diététique méditerranéenne est définie non par la nature des mets, mais davantage par la nature et l'accessibilité des ingrédients qui la composent.

Ainsi, à titre d'exemple, le blé entre dans la composition des pâtes de la cuisine italienne, alors que le même blé dur sert à l'élaboration du couscous caractéristique de la nourriture marocaine.

À l'intérieur du régime méditerranéen proprement dit, nous devons citer deux variantes : le régime crétois et le régime amazigh. Le premier se caractérise par sa richesse en huile d'olive, le second est typique de l'Afrique du Nord avec la présence de l'huile d'argan et de dates.

Vous l'aurez compris, ces habitudes alimentaires reposent sur des modèles d'agriculture rurale et un commerce de proximité et non de nature industrielle, comme c'est principalement le cas en Amérique du Nord.

Depuis les années 1960 cependant, le régime méditerranéen a subi des érosions, des attaques de la part des pratiques alimentaires, associées à une uniformisation du goût, pouvant ainsi être qualifiées : gros, gras, pas cher.

AU DÉBUT ÉTAIT... ANCEL KEYS

Ansel Keys est né dans un milieu humble à Colorado Springs au tournant du XX^e siècle. Il est mort en 2004 à l'âge de 100 ans et a été intellectuellement actif jusqu'à 97 ans. Exemple vivant des bienfaits du régime méditerranéen, il menait une retraite active dans un petit village près de Naples.

Titulaire de deux doctorats, l'un en biochimie, le deuxième en physiologie, Ansel Keys établit son laboratoire d'« hygiène physiologique » porte 27 en dessous du stade de football de l'Université du Minnesota, à Minneapolis. C'est là le centre névralgique, le quartier général, si vous préférez, de ses activités académiques consacrées à l'étude des effets de notre environnement et donc de ceux de notre alimentation sur les constantes physiologiques et les constituants de notre organisme.

Après avoir étudié l'effet du stress de la haute altitude sur le corps humain, dont l'oxygénation du sang, il est chargé en 1939 par le ministère de la Défense américaine de mettre au point la ration K (« K » pour Keys). Quelle est cette ration? Il s'agit de la ration alimentaire pour les parachutistes. Contenue dans une boîte étanche, elle doit apporter aux soldats 3200 kcal par jour en trois repas.

La période 1939-1945, c'est d'abord la Deuxième

LE RÉGIME MÉDITERRANÉEN, 50 ans déjà...

Guerre mondiale, la malnutrition des pays occupés, mais aussi celle des prisonniers de guerre et surtout des prisonniers politiques. Le 9 novembre 1944, 36 jeunes objecteurs de conscience en bonne santé répondent volontairement et librement à une annonce émanant du laboratoire d'hygiène physiologique intitulée *Will You Starve That They Are Better Fed?* Ce programme de recherche a pour but d'étudier les effets physiologiques et psychologiques de la malnutrition et la façon de la corriger. Cette étude, soulignons-le, serait irréalisable à l'heure actuelle à cause des contraintes d'éthique.

Après une période d'équilibration de trois mois (3200 kcal par jour), ces volontaires reçoivent ensuite pendant six mois deux rations alimentaires journalières totalisant 1800 kcal. Ce régime de demi-privation est constitué des aliments des habitants des pays européens souffrant de l'occupation nazie : pommes de terre, rutabaga, macaroni, pain noir, chou et navet. Il avait été calculé pour obtenir une perte de poids de 25 % à la fin de l'étude en tenant compte d'une perte journalière de 2300 kcal.

Les résultats de cette étude feront l'objet d'une importante publication scientifique de 1385 pages (*The Biology of Human Starvation*). Elle est la première à montrer qu'en dehors de toute affection chronique, une privation alimentaire altère profondément la personnalité, mais influence aussi certains paramètres physiologiques, comme la pression sanguine et le rythme cardiaque, la force musculaire et les constituants biochimiques sanguins, dont le cholestérol. De même, cette étude montre que pas moins de 4000 kcal par jour sont nécessaires à la réhabilitation des sujets ayant été soumis à un tel régime alimentaire.

Cette étude fait encore autorité à l'heure actuelle.

En effet, la sous-alimentation protéinique reste un problème d'actualité, endémique dans de nombreux pays. De plus, cet aspect ne peut être sous-estimé chez la personne âgée. Ces résultats sont aussi utiles pour le traitement des troubles de l'alimentation : anorexie et boulimie.

Dans l'immédiat après-guerre, Ancel Keys passe une année sabbatique en Italie, où il découvre le régime méditerranéen et imagine...

THE SEVEN COUNTRIES STUDY

Cette étude n'est pas une improvisation; elle s'appuie sur des observations préliminaires, des études pilotes, si vous préférez : d'une part, une analyse des habitudes alimentaires en Crète à la fin de la guerre, dont nous avons parlé, et, d'autre part, deux études à petite échelle, l'une menée en Finlande et l'autre en Italie et en Grèce en 1956 et 1957. Ces études *princeps* montrent que, dans les deux pays méditerranéens, les habitants ont un taux de maladies chroniques plus bas et une longévité plus élevée. Ces observations ne peuvent être expliquées par le statut social, le niveau d'éducation et d'instruction, la politique de santé; en effet, les indicateurs socioéconomiques des pays méditerranéens sont relativement faibles. Donc, l'attention du Professeur Ancel Keys s'est portée vers le mode de vie, dont l'alimentation.

Ansel Keys, pour la première fois, formule l'hypothèse que les maladies cardiovasculaires, essentiellement l'infarctus du myocarde et les accidents vasculaires cérébraux, jusque-là considérés comme inhérents à la vieillesse, sont intimement associés au style de vie et, donc, au régime alimentaire. Leur incidence peut être diminuée, entre autres en modifiant nos habitudes alimentaires.

Pour tester cette hypothèse, le Professeur Keys met sur pied une étude d'envergure : *The Seven Countries Study*, ainsi appelée parce que menée

dans 18 régions de 7 pays.

Ce sont la Yougoslavie, la Grèce, l'Italie, la Hollande, le Japon, la Finlande et les États-Unis.

Pourquoi ces pays? Parce qu'ils présentent des différences importantes quant à leurs habitudes alimentaires. Ainsi, le régime méditerranéen est à la base de la diététique des participants de l'Italie, de la Grèce et de la Yougoslavie. L'alimentation des Finlandais et des habitants du Nord-Ouest américain est riche en acide gras saturés d'origine animale. La Hollande présente un profil intermédiaire, avec beurre, viande et légumes tubéreux, alors que les habitudes diététiques du Japon sont tout à fait différentes, caractérisées entre autres par de petites portions.

Cette étude a été menée entre 1958 et 1970 sur une population de quelque 12 000 hommes âgés de 40 à 59 ans.

Les paramètres mesurés au début de l'étude et après cinq ans étaient le nombre d'accidents cardiovasculaires, mais aussi la mortalité associée de même que le nombre de décès de différentes causes. Les volontaires étaient interrogés sur leurs habitudes alimentaires moyennes sur une période de sept jours, leur tabagisme éventuel et leur activité physique. Ils étaient soumis à un examen clinique rigoureux. Au laboratoire d'hygiène physiologique, leur cholestérol total était mesuré, mais une analyse chimique de leurs aliments, dont la teneur en acides gras saturés et insaturés, était aussi effectuée.

The Seven Countries Study a été la première à établir la



prévalence et l'incidence des infarctus du myocarde et des accidents vasculaires cérébraux dans des pays de cultures très contrastées. À titre d'exemple, le taux le plus bas d'accidents cardiovasculaires aigus est, à cette époque, enregistré en Crète; la Finlande et les États-Unis ont l'incidence la plus élevée.

Cette étude montre également une distribution de la cholestérolémie variable en fonction des pays directement reliée à la quantité de graisses saturées alimentaires. Ainsi, pendant la même période d'observation, l'incidence de l'hypercholestérolémie était trois fois plus élevée aux É.-U. et quatre fois plus en Finlande qu'en Crète. Cette étude montre aussi que 40 % des pathologies cardiovasculaires peuvent être expliquées par le taux de cholestérol sanguin. Le second facteur de risque est l'hypertension. Les deux combinés comptent pour 60 % du risque cardiovasculaire.

Cependant, la faible teneur en acides gras saturés et en cholestérol n'explique pas l'entière des effets cardioprotecteurs du régime méditerranéen. Des études fondamentales plus récentes ont en effet montré l'importance de la richesse en antioxydants de différentes natures apportés par les légumes et les fruits frais d'un tel régime.

LE RÉGIME MÉDITERRANÉEN AUJOURD'HUI

En 1960, l'espérance de vie en Grèce, à 45 ans, était plus élevée que dans les autres pays de l'Organisation mondiale de la Santé. Depuis 1960, cette espérance de vie a chuté de façon importante; ce phénomène est dû à une modification des habitudes alimentaires, le régime méditerranéen ayant été soumis à rude épreuve. Voilà pour la mauvaise nouvelle.

Depuis 1995 cependant, et c'est la bonne nouvelle, le régime méditerranéen a été popularisé et a inspiré la pyramide des aliments que nous devrions

consommer journalièrement, une fois semaine ou occasionnellement. Le lecteur intéressé peut trouver une représentation picturale de cette pyramide sur le site Google.

Cette pyramide a été conçue en tenant compte des différences culturelles entre les différents pays. Elle s'adresse aux personnes âgées de 18 à 65 ans. Elle doit cependant être adaptée aux enfants, aux femmes enceintes et allaitantes et aux personnes malades. Elle présente des aspects quantitatifs et qualitatifs et fait appel à la diversité des aliments, pour éviter les maladies de carence.

À la base de la pyramide, on retrouve les fruits et légumes, source de fibres et de bien-être, pouvant être consommés à satiété. Ils permettent un contrôle du poids et contribuent à prévenir les maladies chroniques – nous verrons comment dans les chroniques à venir. Le centre de la pyramide revient à l'huile d'olive comme source principale de lipides sous forme d'acides gras insaturés. Les épices, les herbes, l'ail et l'oignon sont aussi en bonne place. Outre leur saveur, ils permettent d'éviter le sel, source d'hypertension.

Plus on s'approche du sommet de la pyramide, plus la modération s'impose : la viande rouge et les charcuteries et, bien sûr, les aliments sucrés.

Cependant, cette pyramide n'est pas que diététique; elle repose également sur l'activité physique et la consommation modérée de vin rouge, source de convivialité au moment des repas. Enfin, le régime méditerranéen, basé sur la diversité et le commerce de proximité, est aussi un modèle potentiel de développement durable où production, consommation, culture et société sont interconnectées.

ET APRÈS...

Même si *The Seven Countries Study* a été critiquée – vous le savez, la critique est aisée –, elle a le mérite d'avoir ouvert la voie à d'autres études non seulement épidémiologiques, mais aussi fondamentales – dont la relation entre la génétique et notre environnement – dans le domaine cardiovasculaire. À titre d'exemple, citons l'étude de Lyon, qui a montré que le régime méditerranéen permettait de prévenir un second infarctus.

Plus récemment, le Dr S. Yusuf, professeur de cardiologie à l'Université McMaster, a publié les résultats d'une étude de cas contrôlée : INTERHEART. Cette étude menée dans 52 pays a permis de mettre en évidence 9 facteurs de risques cardiovasculaires. Ces facteurs sont modifiables et identiques dans les différents pays de par le monde. Ces résultats non seulement confirment, mais étendent ceux de *The Seven Countries Study*. Entre autres, ils mettent en exergue l'importance de ce qu'on appelle familièrement le bon et le mauvais cholestérol.

Enfin, ce mois-ci, plus de 40 ans après la publication des résultats de *The Seven Countries Study*, le *New England Journal of Medicine* publie les résultats d'une étude menée pendant 5 ans sur plus de 7000 sujets, hommes et femmes à risque de développer un infarctus du myocarde. Ses auteurs montrent que le régime méditerranéen réduit de près de 30 % les accidents cardiovasculaires pendant la période d'observation.

À l'heure actuelle, l'intérêt du régime méditerranéen a été étendu à d'autres pathologies chroniques. En effet, il est maintenant évident que ce régime permet de prévenir différentes maladies liées à l'âge, dont le cancer et les maladies neurodégénératives.

QUELQUES REPÈRES BIBLIOGRAPHIQUES

- 1- Keys A. The Seven Countries Study. *Circulation* 1970; 41(suppl): 1-194.
- 2- Wright C.M. Biographical notes on Ancel Keys and Salim Yusuf: origins and significance of the Seven Countries Study and the Interheart study. *J Clin Lipidol* 2011; 5: 434-440.
- 3- Willet WC, F Sacks et al. Mediterranean diet pyramid: a cultural model for healthy eating. 1995; 61(suppl): 1402S-1406S.
- 4- De Lorgeril M., P Salen et al. Mediterranean diet, traditional risk factors and the rate of cardiovascular complications after myocardial infarction: final report of the Lyon diet heart study. *Circulation* 1999; 99: 779-785.
- 5- Estruch R., E. Ros et al. Primary prevention of cardiovascular disease with a mediterranean diet. *NEJM* 2013 febr25 (Epub ahead of print).

Pour joindre l'auteur : www.lescaprices.ca.

POURQUOI JE DIS « NON » à la carrière à Ste-Lucie

Sébastien Dhavernas
Porte-parole de la Coalition laurentienne anti-carrière (CLAC)

Je suis devenu, au cours des derniers jours, porte-parole de la Coalition laurentienne anti-carrière (CLAC), un regroupement spontané de citoyens de Sainte-Lucie-des-Laurentides, Val-David et Sainte-Agathe-des-Monts qui se sont mobilisés en apprenant le début imminent de l'exploitation d'une carrière de granit.

Sans aucun débat et dans la plus grande discrétion, la compagnie Excavation RB Gauthier de Mont-Tremblant a obtenu, par le biais d'une compagnie à numéro, un permis visant 60 hectares de terres de la Couronne, donc des terres publiques, pour y exploiter une carrière. L'entente comprend un bail de cinq ans pour la modique somme de 2 688 \$, renouvelable pour cinq années supplémentaires au même prix. Cela comprend une montagne entière et une forêt de bois franc.

Le permis comprend le droit de dynamiter, de forer, de concasser, de tamiser et de transporter par camion le gravier obtenu. Pollution visuelle, sonore et atmosphérique est à prévoir. En fait, c'est la qualité de vie de tout un secteur peuplé qui va être profondément et injustement touchée.

Certains ont pu voir dans notre mobilisation le syndrome du « Pas dans ma cour ». Une bande de « granolas » opposés à tout changement qui puisse compromettre leur petit bien-être. Mais ce n'est pas du tout de cela qu'il s'agit.

Le premier enjeu, ici, c'est le niveau de gouvernement où ces décisions se prennent et son fonctionnement. Dans le cas présent, tout s'est joué entre l'entrepreneur et les ministères des Ressources naturelles et de l'Environnement. La MRC des Laurentides et la Municipalité de Sainte-Lucie ont eu beau s'opposer au projet, qui va à l'encontre des efforts déployés par le milieu depuis des années pour positionner les Laurentides comme un milieu respectueux de l'environnement axé sur le loisir et le secteur récréotouristique, elles n'ont jamais été écoutées, encore moins consultées. De plus, les résolutions contre le projet adoptées par la MRC des Laurentides et les Municipalités de Sainte-Lucie-des-Laurentides et de Sainte-Agathe-des-Monts ont complètement été ignorées par le ministère des Ressources naturelles (MRN). Pire encore, un permis d'exploitation pour une carrière de granit a été émis sans jamais qu'un délégué du MRN ou du ministère du Développement durable et de l'Environnement soit

venu sur place pour voir où ce projet se situait exactement et quels étaient les effets potentiels sur le secteur.

Or, à Sainte-Lucie-des-Laurentides, les conséquences sur les humains et sur l'environnement risquent d'être considérables. Il y a une faune très diversifiée dans la zone touchée : ours, chevreuils, loups, coyotes, renards, éperviers, pics-bois, chouettes et hiboux, perdrix y cohabitent. Des milieux humides importants se trouvent à la limite des terrains exploités. La nappe phréatique repose sous une quantité de petits lacs et de ruisseaux interconnectés, sur lesquels les effets du dynamitage risquent d'être sérieux.

De plus, ce projet anéantit les efforts qui ont été faits jusqu'à présent pour développer une économie basée sur le tourisme et le récréotouristique. Qu'advient-il de tous ces projets immobiliers écologiques, réalisations, beds and breakfasts, spas et de toutes les autres entreprises de loisirs déjà en opération, ou très avancés, qui se sont développés en synergie avec la vocation de la région? On a toujours vanté les Laurentides comme étant un terrain de jeu pour les Montréalais à moins de 100 km du centre-ville.

Je n'ai jamais vu une publicité décrivant les Laurentides comme « le fleuron de notre industrie minière ». Ce projet de carrière et le réseau de carrières dont il risque de faire partie sont en contradiction flagrante avec la vocation que les citoyens ont choisie pour leur milieu de vie.

Les Laurentides connaîtront au cours des prochaines années le développement démographique le plus important de toutes les régions du Québec, selon les projections. Est-ce le temps d'y installer des carrières dans des zones déjà peuplées?

Les lots sur lesquels on retrouve ces terres de la Couronne sont une anomalie puisqu'ils sont entièrement entourés de terres privées, comme c'est le cas dans le secteur du lac Swell et du lac Brunet. Il m'apparaît évident que la Loi sur les mines, qui englobe aussi les carrières de granit, date d'une autre époque. Elle a besoin d'une sérieuse et urgente révision. Mais en attendant, il faut donner l'exemple et faire de notre cas une jurisprudence.

Si rien n'est fait pour stopper ce projet, on appauvrira le secteur tant sur le plan économique qu'environnemental. Et si, comme le prévoit la stratégie de l'entrepreneur, cette carrière fait partie d'un réseau qu'il se hâte d'installer avant que la loi ne change, on va appauvrir toute une région au

bénéfice d'un exploitant. À elle seule, la baisse de la valeur des propriétés du secteur risque de coûter plus cher aux municipalités et à la MRC des Laurentides que ne rapporteront les redevances obtenues pour cette exploitation.

Il serait très facile d'installer un parc dans ce secteur. La Municipalité de Sainte-Lucie avait déjà prévu y faire passer le sentier écologique intervillage et les propriétaires privés des terrains avoisinants seraient prêts à collaborer. Consolidons notre vocation au lieu de la démolir.

Bien sûr, il faut du granit pour entretenir nos routes, mais il me semble que ce sont les citoyens d'une région qui devraient pouvoir en intégrer l'exploitation à l'intérieur d'un plan d'ensemble de développement, en fonction des spécificités de leur territoire (dans ce cas, la MRC des Laurentides).

Et s'il faut amener notre granit de secteurs plus éloignés et moins peuplés, je crois que la majorité des résidents concernés seraient tout à fait prêts à payer une taxe spéciale pour l'importation du granit plutôt que de vivre soudainement au milieu d'une carrière.

CONFÉRENCE PAR LAURE WARIDEL



CHANGER LE MONDE UN GESTE À LA FOIS

Mercredi 29 mai 2013

19h 30 à l'Église de Sainte-Lucie-des-Laurentides
2024, chemin des Hauteurs, Sainte-Lucie-des-Laurentides J0T 2J0

Entrée : 10 \$

Informations : 819 326-3198



CONFÉRENCE BÉNÉFICE pour le centre de zoothérapie communautaire

avec Maryse de Palma, psychoéducatrice, conférencière et auteure du livre

Entre l'humain et l'animal

Le vendredi 12 avril 2013, de 19h30 à 21h30,

au Centre de médecine douce l'Éveil, 3040, boul. Labelle, à Prévost.

Les billets sont en vente à l'entrée au coût de 20\$, les places sont limitées

Aidez-nous à amasser des fonds en participant à cette soirée!

SVP réservez au 450-228-1555 • www.zootherapia.com



AGNÈS GUAY

Claude Sarrazin, né en 1933, est décédé le 1^{er} mars 2013 d'un infarctus du myocarde à sa maison de Val-David. Diplômé de l'École des Beaux-Arts de Montréal et pédagogue, il a enseigné les arts picturaux pendant plusieurs années avant de se consacrer exclusivement aux arts plastiques, peinture et pastel à l'huile surtout. Depuis 50 ans, il partageait sa vie d'artiste avec Agnès Guay, elle-même artiste peintre et musicienne. Claude et Agnès ont eu deux fils, Louis et Jean-Daniel.

à Claude Sarrazin

Dans cette page, quelques-uns d'entre nous te rendent hommage. D'autres l'ont fait à l'église, d'autres encore dans le silence de leur cœur. Nous étions nombreux à te considérer comme un morceau de nous, de nos vies, de notre village, de notre époque. Nous avons raison, de toute façon, en aimant l'artiste, l'homme courtois, le voisin et le souriant monsieur qui distribuait la « Feuille de chou » au marché, en toute simplicité. Depuis que la vie m'a amputé de toi, je boîte un peu plus, je penche davantage. Ce journal vient de perdre un de ses membres les plus solides, aussi. Mais, avançons quand même, j'ai encore à faire, avant que nous reprenions, ailleurs, nos discussions sur la peinture et l'écriture. Je me contenterai ici de lever ma casquette pour te saluer encore une fois, et saluer toutes celles et ceux qui ont vu en toi un homme de l'art, un homme de bien, un compagnon de route fier et serviable. Et pour que ce soit bien clair, je suis d'accord avec toi : la couleur n'est jamais la même pour personne et seul le tableau achevé mérite d'être montré. Le reste n'est que littérature. À plus, mon frère. (MPS)

Guy Montpetit

Voici quelques bons moments que j'ai partagés avec Claude Sarrazin, aux Beaux-Arts. Je vous propose de faire un vol plané. Nous filons entre les cumulus et les stratus. Sur l'altimètre, nous lisons 1958; nous planons en plein idéalisme, une passion sans limite nous propulse dans cette quête historique.

Le fil conducteur de nos idéaux se résume à produire, à créer une peinture capable de soutenir l'excellence à un niveau national, planétaire, voire universel. Nous volions vers un destin privilégié grâce à nos pairs.

Garants des influences, notamment de Paul-Émile Borduas, Claude et les camarades des années 58-61 allaient relever le défi du temps : produire une nouvelle peinture digne d'intérêt, cela, au niveau international.

De cette altitude, grâce à ce vol plané, nous saisissons mieux la richesse picturale de Claude Sarrazin. De ce point de vue, je peux vous décrire la qualité de travail qui se dégage de son cheminement, à ce peintre ultrasensible. Le courage nécessaire pour arriver à une telle créativité, à un déterminisme commandé, à vrai dire, par une soif de s'accomplir, de vivre un destin singulier.

Ce cheminement doté d'implication sociale et artistique relève de cet idéal collectif que nous partageons : l'authenticité, la passion de créer, de s'accomplir relèvent de cet idéal poussé au paroxysme, seul moyen pour éviter ces compromis suicidaires qui pouvaient trafiquer notre idéal d'originalité; cette continuité même, qui est indispensable à la création d'œuvres d'art significatives. Voilà comment je vois le travail artistique de Claude Sarrazin et des membres de notre communauté d'alors. Claude n'a jamais abdicé malgré d'innombrables revers et difficultés existentielles.

Le cynisme n'a pas su le démotiver à poursuivre une telle quête. Claude a su garder le cap, nous maintenir en haute altitude, tout en partageant sa passion pour la grande peinture.

Excellent pédagogue, il possédait le savoir du partage de la connaissance et de la créativité. Il trouva les énergies nécessaires afin d'encourager Agnès à peindre, tout en poursuivant sa carrière de musicienne. Je souhaite que cette intransigeance et cette combativité soient véritablement l'héritage que ses deux fils sauront faire fructifier par leurs engagements personnels. À la mémoire de Claude, en guise d'atterrissage, de conclusion, je puis vous affirmer que la bonne peinture surgit lorsque les auteurs savent conserver le feu sacré, leur passion inaltérable pour l'excellence, tel que Claude Sarrazin a su s'en faire le témoin au cours de sa vie d'artiste.



Claude Sarrazin et Agnès Guay, compagnons de toute une vie. Ici à l'accueil du Marché d'été de Val-David.

J-P Charce

Tu étais de ces artistes humbles et modestes dont la grandeur d'âme ne transparait qu'à travers l'œuvre.

Tu nous a quitté sur la pointe des pieds en ce matin d'hiver, à l'aube d'un printemps qui se laisse entrevoir. Sur tes toiles, les couleurs étaient vives et ardentes, elles jaillissaient en mille éclats sous un pinceau que tu maniais en maître. À travers ta peinture, toute en volutes et arabesques, tu nous entraînaient dans un monde imaginaire où tout n'est qu'harmonie et délicatesse. Par ta disparition, Val-David et le Québec tout entier perdent un homme de cœur et de talent. Mais je sais aussi, comme tant d'autres parmi nous, que les créateurs ne meurent jamais vraiment car ils sont éternels et leurs œuvres défient le temps. Comme le chantait si bien le grand Léo Ferré : « ils ne sont pas d'ici, ils sont d'ailleurs, d'une autre planète, d'une autre galaxie : les artistes... »

Tu es allé au firmament rejoindre les plus grands : Riopelle, Borduas, Picasso, Dali et les autres. Ainsi vous continuerez ensemble de repêcher l'univers afin que nos songes s'illuminent et que nos rêves soient plus grands. Salut l'artiste!

Mes pensées vont à Agnès et ses enfants.

WWW.LAJARDINIÈRE.CA

Centre de Jardin

La Jardinière
Sainte-Agathe

1300, Principale Est, Ste-Agathe-des-Monts | 819 326-8826 | www.lajardiniere.ca

La JARDINIÈRE FÊTE son 25^e anniversaire!

OUVERT 7 JOURS/7 de Pâques à Noël

VENEZ VOIR NOTRE NOUVELLE COLLECTION DE POTERIES

Fafard Herbionik Jonathan MYKE acti-sol McINNES Acadie MOSQUITO-Less Bug-Tek Gluco

Hommage à Claude Sarrazin

Daniel Guay

Bonjour, mon nom est Daniel, frère d'Agnès. J'ai le plaisir et la tâche de représenter la famille. Je dois d'abord vous remercier d'être là présents en hommage à Claude, pour Agnès, ses enfants, sa famille et vous tous et toutes finalement. Votre présence contribue à combler un vide, à reprendre les mailles de la vie collective : la solidarité que vous manifestez aujourd'hui sert à préserver aussi cela.

Claude est pour moi, d'abord et avant tout, un ami. Je le côtoie depuis au moins 45 ans. On a discuté de tout et de rien, beaucoup rigolé et picolé, abordé des questions de société, de politique et, bien sûr, cogité sur la représentation artistique et picturale.

L'homme a beaucoup évolué depuis les années 60 à aujourd'hui, autant sur les plans personnel qu'artistique. En termes de caricature et par analogie, je compare sa vie à celle du chat : « chat sauvage » au début et « chat domestiqué » à la fin; « auto-domestiqué! »

Sur le plan personnel par exemple, dans les années 60, il était un être solitaire, intense, timide, tumultueux, voire rébarbatif, un peu comme une mer qui se bute aux récifs. Pour l'illustrer : dans la famille Guay, chaque année, on avait des rencontres plutôt festives... Chaque fois, mon ami Claude nous convainquait que cette fois il serait, à coup sûr, présent au rendez-vous. Il ne parvenait jamais à franchir le seuil de la porte, laissant à Agnès le soin de l'excuser, terrorisé qu'il était à l'idée d'intégrer une famille rassemblant d'aussi « bruyants causeurs ». (Vous m'avez bien compris, je n'ai pas dit « brillants! »).

Quand je l'ai connu dans ces années 60, il était tout aussi impulsif avec son art. À ce moment, ses coups de pinceaux s'exprimaient incisifs et vigoureux, ses couleurs s'exposaient robustes, contrastantes et provocantes. Il s'esquintait sur tous les matériaux : l'huile, le fusain, le pastel, la gouache, le pinceau, les spatules, les chiffons, les mains, les pouces, les

bombonnes aérosols, etc. À cet égard, une anecdote : Claude et Agnès vivaient avec les enfants rue Canterbury à Montréal, où ils avaient emménagé au sous-sol. Ma sœur Suzanne, alors étudiante en musique à Vincent-d'Indy, lui demanda un jour s'il accepterait de peindre, avec son procédé aérosol, un mur de sa chambre (environ 10 de haut sur 20 de large). L'artiste, mis au défi, s'exécuta derechef et réussit une murale impressionnante, que vous retrouvez en partie sur le signet mortuaire. Qu'est-il advenu par la suite de cette murale? Je n'en sais trop rien; la maison a été vendue. Comme il s'agissait d'un mur porteur... On l'a laissé en place!... J'espère simplement que les nouveaux propriétaires ont eu conscience de ce trésor en leur possession.

Au cours de toutes ces années, Claude a eu – comme bien des chats – au moins sept vies, peut-être plus! Son tempérament, comme sa peinture, se transformait radicalement. Par exemple, dans les années 80-90, il a fini par délaisser, après bien des étapes intermédiaires, ce côté sombre et fougueux, faisant de plus en plus apparaître des couleurs lumineuses et transparentes; il travaille alors moins avec les « outils du peintre » qu'avec ses pouces, veut un contact direct avec le matériau, recherche de plus en plus la douceur et l'harmonie, se concentre sur son rapport à la nature, qu'il veut traduire plus justement.

Le peintre travaille dans ces années comme un moine zen pour qui la nature et l'œuvre se confondent en un tout inextricable. Il plonge dans son tableau comme s'il s'agissait de la nature, pour en saisir les couleurs distinctives. À un moment donné, il cessera même de signer ses toiles, à l'exemple des « confrères » orientaux – de la période Ming – qui considéraient leurs dessins comme des représentations indignes de l'œuvre de Dieu. Claude pensait qu'une fois peints, ses tableaux retournaient à la nature. En tous cas, ils ne lui appartenaient plus; il passait à la tâche suivante; il se désintéressait de la précédente. Un jour, chez nous, à Trois-Rivières, une toile non signée, accrochée au mur, attire son regard; il s'en approche, l'observe avec attention et la trouve « vraiment intéressante! » :

« Mais Claude, lui répond Françoise, interloquée, c'est toi qui l'as peinte! »

À partir de la mi-90, notre coloriste – « Probablement le meilleur coloriste actuel du Québec », dira Guy Montpetit – interrompt sa peinture. La source se tarit, ses « réponses » à la représentation de la nature arrivent à épuisement; il semble disparaître derrière son œuvre. Mais, n'en doutez pas, il se place en mode attente et il demeurera un peintre dans l'âme, tel un Gaston Miron qui se considérait toujours comme poète même sans autres publications : « Car je transforme toujours mes mots, revois mes métaphores; je pense en poète tout le temps ». Claude place simplement son cerveau en état de veille et, en attendant, il fait autre chose. Il participe avec Agnès à mettre en place le concept de centre artistique en jonction avec l'église patrimoniale, aide son frère à entretenir le marché de Val-David, participe au journal du coin *Ski-se-dit*... l'œil toujours aux aguets, rivé sur la nature.

Quoi d'autre? Il découvre, à l'image de sa dernière série de tableaux, ce côté convivial des êtres, oubliés si longtemps, comme derrière une muraille de verre. Il est de plus en plus à l'écoute, attentif à la particularité des points de vue, sans manipuler ou tenter de convaincre. Nika, ma fille, m'a dit qu'elle a aimé Claude à son premier contact, à l'âge de dix ans, parce qu'il l'écoutait lui raconter ses Agatha Christie (plusieurs apportés par Ginette Anfousse) comme une adulte, sans jamais l'infantiliser. Tout au plus, les expressions favorites et so-disant « excessives » de celui-ci sur les gens ou les événements étaient : « C'est amusant, cette affaire! » ou « Il est rigolo, ce gars-là! »

Claude n'a jamais vécu dans un monde de profit, matérialiste, utilitaire ou fonctionnel; il était toujours prêt à coopérer, à servir de façon désintéressée, à donner au suivant : son frère Michel-Pierre ou les artistes et artisans du coin pourraient vous en dire davantage sur le sujet. Une voiture, un toit et quelques vêtements lui suffisaient. Il vivait plus près de la simplicité volontaire que de l'accumulation de biens considérés comme dérisoires. Il est devenu au fil des ans intéressé par les questions, très peu par les

réponses.

Mais, la conscience de l'artiste veillait au grain, prête à rebondir à la première inspiration; ce qu'il fit dans ses cinq dernières années à notre nouveau domicile en Gaspésie. Claude, un grand amoureux de la mer gaspésienne! Il a peint à l'encre une trentaine de miniatures magnifiques à partir de la cuisine qui surplombait la baie de Pabos, près de Chandler. Ces miniatures, en collection privée, inconnues du public, constituent une représentation achevée, puissante et unifiée du rapport « ciel-mer-terre ». Comment peut-on, dans un si petit espace, dégager autant de force et de rayonnement? Cela tient de l'alchimie. Après plus de 15 ans de silence, Claude avait recommencé à signer son œuvre. Allez donc savoir pourquoi?

Considérant l'univers familial, je ne peux passer sous silence que cet homme, empreint de mystère, a connu une autre passion dans sa vie : Agnès, avec laquelle il a entretenu durant 50 ans une relation, pas toujours évidente, mais incontournable. La maîtresse, Mme Nicole Davidson ajoutera à l'office religieux, qu'elle préside : « Vivre avec un artiste, c'est pas facile. Avec deux!... » Pour Claude, Agnès a toujours été une nécessité de vie! À travers elle, ses deux gars, Louis et Jean-Daniel, un rapport complexe, mais toujours concerné, admiratif ultimement de leur détermination à se projeter en avant, à inventer l'avenir. Et puis, il était très fier d'être grand-père, deux fois plutôt qu'une, de Lauralie d'abord, puis d'un (ou une) deuxième en gestation avec une nouvelle recrue, Julie, qu'il trouvait fort sympathique. Finalement, il se retrouve arrière-grand-père avec Léandre, un joyeux et robuste petit garçon, issu de Lauralie et Louis-Charles. Ce dernier – soulignons-le – vient de remporter le premier prix de sa catégorie des « arts martiaux » du Québec. La vie s'ouvrait, somme toute belle, pour cet homme... Elle en a décidé autrement!

Claude, mon cher ami, c'est avec un pincement au cœur qu'on te laisse partir; c'est vraiment dommage que tu t'en ailles à ce moment-ci; on va s'ennuyer de toi; tu vas nous manquer à nous tous et toutes. Mais sache une chose! C'est un grand bonheur et un réel plaisir de t'avoir connu... SALUT!

René Derouin

Une page de l'histoire culturelle vient de disparaître

En cette journée d'hommage à l'artiste Claude Sarrazin, je veux souligner qu'hier, le 9 mars, nous fêtons la Journée internationale de la femme. Aujourd'hui, à l'occasion des funérailles de Claude Sarrazin à l'église de Val-David, je veux souligner que pour son épouse, Agnès Guay Sarrazin, femme d'artiste, cela a nécessité une générosité et un grand amour pour vivre avec un artiste. Je dirais la même chose pour mon épouse, Jeanne Molleur.

En 1952 et 1953, je travaillais comme messenger à Radio-Canada, où j'ai rencontré Claude Sarrazin pour la première fois. Il me parlait souvent de Val-David. Alors, à l'été 1953, je passai une fin de semaine à Val-David, rue Lavoie, dans la maison qui deviendra l'auberge Le Rouet. Au sous-sol de cette maison, il y avait un atelier de céramique organisé par son frère Robert Sarrazin. Claude et Jean-Guy y travaillaient la céramique. Dans la maison d'à côté, propriété de Fernand Dufresne, Jean-Guy Sarrazin y vivait et nous tenions nos réunions pour refaire le monde, arrosées de vin 999 acheté à la Commission des alcools de Sainte-Agathe-des-Monts. Le vin à 2,00 dollars le gallon était si corsé que nous le réduisions de moitié avec de l'eau. Nous en avions deux gallons pour le prix d'un seul, soit plus de vin pour refaire le monde et parler de Lautréamont, Baudelaire et Prévert.

Un pacte solennel à l'été 1953

Claude Sarrazin nous invita pour une fin de semaine à

marcher sur les territoires de Val-David. Jean-Yves Leblanc, Jean-Guy Sarrazin, Claude et moi nous avons cheminé dans un soleil d'été sur les terres de Jean Guindon, près de l'endroit où l'oncle missionnaire revenu de Chine habitait le haut de la montagne, où habitent actuellement Michel-Pierre Sarrazin et Diane Seguin.

Après cette longue randonnée de poésie et le vin rouge aidant, nous avons fait une promesse solennelle, de tous devenir des artistes et de se revoir dans 25 ans, soit en 1978. Ce qui fut fait. Nous sommes tous devenus des artistes. J'avais 16 ans, Claude 18 ans, Jean-Guy 19 ans et Jean-Yves Leblanc 18 ans.

En 1953 et 1954, durant le travail comme messenger aux services des arts graphiques de Radio-Canada, Claude et moi, nous parlions de voyage, et du Sud, et de l'art, et de Paul Gauguin. Je lui parlais du Mexique comme possibilité de partir étudier les beaux-arts. Je m'informai au Consulat du Mexique à Montréal, qui venait d'ouvrir, et je nous inscrivis à l'Université de Michoacán à Morelia, où l'artiste important Alfredo Zalce enseignait. Visas obtenus, le 12 septembre 1955, nos familles et amis venant nous reconduire au terminus provincial rue Dorchester, nous partions pour plusieurs mois, pour la grande traversée de l'Amérique. Valises et cahiers de notes en main, l'avenir était devant nous.

Premier arrêt : New York, le choc démesuré de cette ville, suivie de Washington. Pour la première fois, dans les musées américains, nous pouvions découvrir les peintures que nous ne connaissions qu'en reproductions : Vincent van Gogh, Gauguin, Renoir, Monet. Nous sortions d'une culture de reproductions. Quelle joie de voir enfin les vraies peintures de ces

maîtres qui nous fascinaient! Nous allions de surprise en surprise (nous étions très naïfs) et nous découvriions le vaste monde et aussi la ségrégation. En arrivant dans les Carolines du Nord et du Sud, les toilettes pour *WHITE ONLY* ou *BLACK ONLY* ne faisaient pas partie de notre culture. Mais pour quelle raison allions-nous naturellement dans la section des Noirs? Je devais le découvrir plus tard. À la Nouvelle-Orléans, première vue de la mer. Émerveillés par l'espace, nous décidons de faire le tour de la ville par l'autobus métropolitain. Par habitude, quand nous embarquions dans l'autobus, nous allions nous asseoir dans le banc arrière pour découvrir que nous étions dans la section des Noirs. Mais l'autobus traversait des quartiers de Blancs, alors une petite planchette sur le dos du siège se déplaçait selon le quartier. Nous, nous restions en arrière sous le regard surpris des Noirs. Je comprendrai plus tard avec le livre de Pierre Vallières que nous étions des Nègres blancs d'Amérique!

La traversée de la frontière du Mexique

Après la traversée de la Louisiane, rendus à la frontière, nous sommes arrivés dans la ville de Laredo. Un nouveau monde nous est apparu. Nouvelle langue, nouvelle cuisine et un état d'être où il me semblait que nous étions parents avec ces gens, nous, les Latinos du Nord.

Puis, arrivée à Mexico, D.F. Par une chance inouïe, nous avons trouvé une pension au centre-ville, au 17, Rio Amoy. Isabel Carbajal Bolondi, qui tenait cette pension, était une femme fascinante, de culture universelle, ayant voyagé à travers le monde. Elle nous dit que nous sortions du Moyen Âge et qu'il fallait nous ouvrir sur le monde. Quelle femme extraordinaire! Ce fut ma mère culturelle, qui nous introduisit dans les ateliers d'artistes, nous apprit l'essentiel sur les muralistes et

sur la politique. Entre des sessions de cours à l'Université de Mexico, nous découvriions une culture de 3 000 ans d'histoire et qui avait fait sa révolution en 1915, deux ans avant la Révolution russe. Isabel Carbajal Bolondi appartenait à l'international socialiste, ce qui fait que la pension était fréquentée par des artistes de partout. Amie de David Siqueiros, grand muraliste et idéologue, nous étions plus qu'à Mexico, nous étions dans une ville internationale où de nombreux réfugiés politiques étaient bien accueillis. Pour Claude et moi, ce fut une naissance au monde.

Après la fin de notre visa de six mois, nous devons quitter Isabel et le Mexique. Nous remontons vers le nord par la Côte du Pacifique, San Diego, San Francisco, Victoria, Vancouver, où nous allions séjourner et chercher du travail. Après quelques semaines, le mal du pays nous ramena vers Montréal. En traversant ce vaste pays de montagnes et de plaines, le Canada, nous venions de terminer notre premier tour des Amériques du Nord.

À Montréal, Claude s'inscrivit à l'École des beaux-arts de Montréal et rencontrera Agnès Guay. Et moi, je préparais mon retour à Mexico en 1957, pour poursuivre mes études en art. Tous les quatre, Jean-Guy Sarrazin, Claude Sarrazin, Jean-Yves Leblanc et moi avons ainsi tenu notre promesse. Nous sommes devenus des artistes et, en 1978, 25 ans après notre promesse, nous prenions un verre de vin rouge (du Bordeaux, cette fois), à mon atelier de Val-David.

Mon cher Claude, *hasta luego amigo Claudio Sarrazin, adios.*

Quel beau voyage nous avons fait!

Livraison à domicile GRATUITE sur semaine



Maxim Charland
et **Véronique Segard**
pharmaciens propriétaires



Venez voir nos **comptoirs de cosmétiques** et nos produits en promotion

SERVICE de télécopie

T 819.322.3232 F 819.322.6434
1291 Rue Dufresne, Val-David QC J0T2N0
Lun. au vend.: 9 h à 20 h | Sam.: 9 h à 17 h | Dim.: 10 h à 17 h

Nouveauté






clinique
DENTAIRE
VAL-DAVID

DR JEAN-FRANÇOIS PITT
Chirurgien-dentiste


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

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

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

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

Consultation, fabrication, réparation et entretien de prothèses.



BENOÎT HÉBERT, D.D, DENTUROLOGISTE

CLINIQUE DENTAIRE VAL-DAVID
DR JEAN-FRANÇOIS PITT, chirurgien-dentiste
2350, rue de l'Église, Val-David
819-322-9999



2444, rue de l'Église, Val-David
www.rocnride.com (819) 322-7978

Venez voir nos nouveaux vélos !

Et profitez-en pour pr[é]voir vos mises au point



DEVINCI
KONA
OPUS
XPREZO
INTENSE
Miele





RE/MAX des Sommets

BUREAU EXCLUSIF À VAL-DAVID
2442, de l'Église, Val-David
Tél.: (819) 322-3666
www.etiennesavard.com

Étienne Savard
Courtier immobilier

L'ACHAT LOCAL EST PROFITABLE À TOUS!

CLOUTIER & FILS EXCAVATION
1310, route 117, Val-David, 819 322-1421

PIZZA NIKO'S
950, Route 117, Val-David, 819 322-3422

CAPÉLIOS
Boutique, tenue de livres et payes, récupération taxes sur maisons
Val-David, 819 322-6253 • www.capelios.com

Faites-vous connaître avec **Ski-se-Dit**.
4 000 lecteurs assidus, chaque mois. 819.322.7969 • ski-se-dit@cgocable.ca



Installation - Réparation - Nettoyage
Réseautique - Formation - Pièces
Ordinateurs de bureau et portables
Support à distance et à domicile

CTRL-ALT-MAT
Services informatiques

WINDOWS - MAC - LINUX
Mathieu Papineau
450-675-4693
info@ctrl-alt-mat.com


www.ctrl-alt-mat.com

graphisme ■ imprimerie ■ impression grand format
enseigne ■ bannière ■ lettrage ■ véhicule
t-shirt ■ broderie ■ sérigraphie

1000 cartes d'affaire
LAMINAGE MAT ou GLACE
SPÉCIAL 98\$
2 CÔTÉS, 4 COUL. CARTON 16 PTS.

2500 cartons 3.5 x 8.5
SPÉCIAL 210\$
2 CÔTÉS, 4 COUL. CARTON 14 PTS.

5000 flyers 8.5x11
SPÉCIAL 349\$
2 CÔTÉS, 4 COUL. GLOSS 100lbs TEXTE.



Nous faisons tout directement sur place!

*MONTAGES EN SUS. OFFRES VALIDES JUSQU'AU 30 AVRIL 2013. SUR PRÉSENTATION DE CETTE ANNONCE.  1184, rue Duquette • VAL-DAVID • 819.322.1436 • www.cameleonpublidesign.com