

LE BABILLARD

Prochains rendez-vous du Marché de Val-David

POINTS DE CHUTE

(devant la bibliothèque)  
le samedi de 11 h à midi  
27 octobre  
17 novembre

LE MARCHÉ DE NOËL

(école St-Jean Baptiste)  
de 10 h à 16 h  
Samedi et dimanche  
8 et 9 décembre 2012



L'Halloween s'en vient : on va bien s'amuser! p. 13

**Nos concitoyens font bouillir la marmite!**  
C'est aussi ça, la vie communautaire! p. 18 et 19



**2012 MAZDA3GS BERLINE MANUELLE**

0% de financement à l'achat jusqu'à 72 mois  
0\$ comptant  
+ 4 pneus d'hiver **GRATUIT**

**293\$ /mois\***  
20 940\$\*

TECHNOLOGIE **SKYACTIV**

4,9L/100km \*D4SK62 AA00  
\*Transport et préparation inclus. Taxes et couleur perle en sus



[www.mazdavaldavid.ca](http://www.mazdavaldavid.ca)  
1004, Route 117  
VAL-DAVID  
(près du Petit Poucet)  
819 322-3937  
SF 1 877 322-3937  
**VENTES OUVERT LE SAMEDI**



L. Dufresne & fils

Au cœur du village et des gens

**Marchand de l'année 2011-2012**

Choiisi par concours parmi les 215 Metro au Québec



« SERVICE ET FRAÎCHEUR DEPUIS PLUS DE CENT ANS »

De père en fils depuis 1909

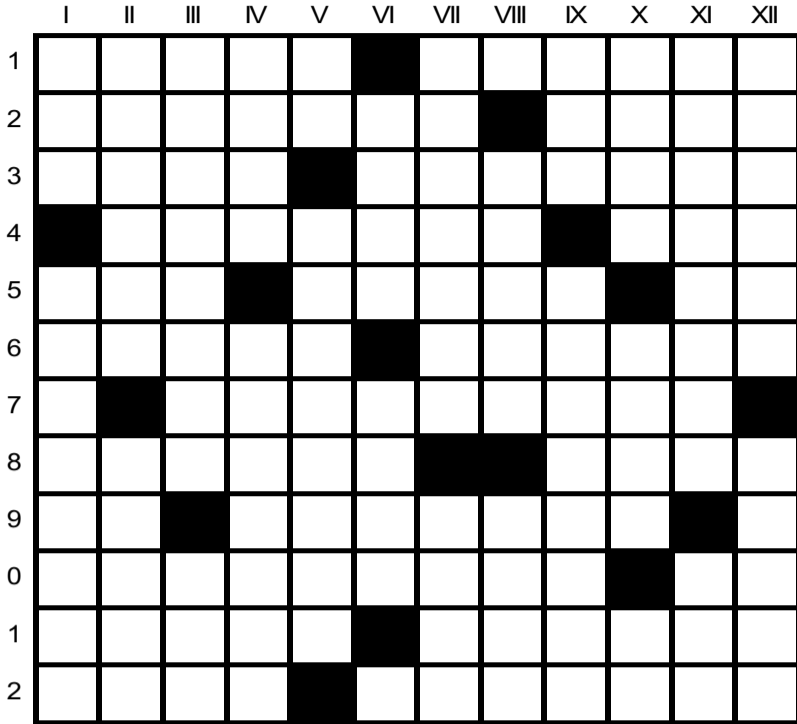
2500, rue de l'Église, VAL-DAVID 819 322-2030



# Sommaire

**EXCLUSIF - mots croisés**

Auteur: Pierre L. Mongrain  
Info: verbienciste@gmail.com



**Horizontalement**

1. Sang - Variété de vigne.
2. Être - Paradis.
3. Sous-sol - Trépigant.
4. Apathie - Communauté paysanne russe.
5. Givre - Rien - Tellure.
6. Achalandé - Causer de petites crevasses.
7. Charrette.
8. Ver parasite - Cible.
9. Ainsi que - Quotidien.
10. Lacuneux - Jésus-Christ.
11. Distance - Sérancer.
12. Gifle - Divin.

**Verticalement**

- I. Tari - Gant.
- II. Test - Canneberge.
- III. Adversité - Promontoire.
- IV. Détériorer par l'usage - Cheval.
- V. Meitnérium - Affaiblissant.
- VI. Anneau de cordage - Très étonné.
- VII. Glaçage - Palissade du Moyen Âge.
- VIII. Diriger - Verbal.
- IX. À peine - Primerose.
- X. Ami d'Ève - Chef de bande - Darmstadtium.
- XI. Reproducteur - Avion.
- XII. Rentrer - Dans le stylo.

RÉPONSES PAGE 5

## RHOMBUS 8<sup>0</sup>

**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!

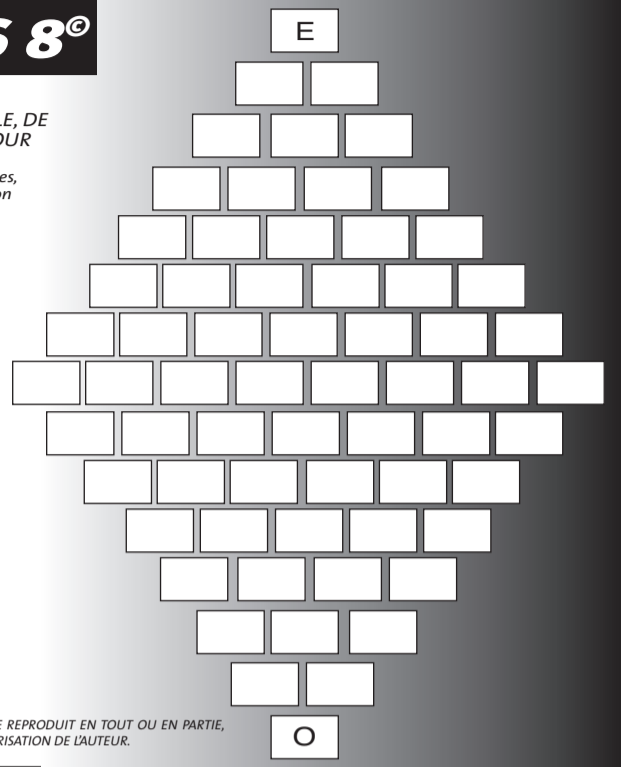
**Jeu n° 48**

**INDICES**

- Déesse
- Volonté
- Pasteur s'en occupa
- Flotter
- Dans l'ouest français
- Semences
- Prend les choses en main
- Agrumes
- Penser
- Érode
- Céréales
- Terme de psychologie
- Jeu

**Solution p. 5**

© 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](mailto:ski-se-dit@cgocable.ca)  
Site Internet : <http://ski-se-dit.info>

**PROCHAINE DATE LIMITE POUR ENVOYER PHOTOS ET TEXTES : 12 novembre 2012**

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](http://ski-se-dit.info)**  
Lisez « Entre les lignes », une page exclusivement disponible sur le site Internet

**PROCHAINE PARUTION : 29 novembre 2012**

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.

**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, secrétaire
- Valérie Delorme, administratrice
- Marie Provost, administratrice
- Michel Beaulne, administrateur
- Johanne Canning, administratrice, responsable des événements
- Bernard Zingre, administrateur

**Rédaction du journal :**

- Michel-Pierre Sarrazin
- Diane Seguin

**Chroniqueurs et invités :**

- Geneviève Bériault
- André Berthelet
- Gilles Bourret
- Florence Broche
- Jocelyne Aird Bélanger
- Suzanne Bougie
- Dr Alexandre Chouinard
- Louise Duhamel
- Lyana de Gain
- Richard Lauzon
- Jacquelin Rivet
- Stéphane Schwab

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 :** Caméléon 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.

## MERCI À NOS MEMBRES DE SOUTIEN!

Le journal *Ski-se-Dit* a maintenant 165 membres de soutien dûment inscrits. Ce coup de pouce individuel nous permet de continuer à vous informer le mieux possible. L'inscription à titre de membre coûte 5 \$ par année. Info : Suzanne Lapointe : 819 322-7969.

## LE CA DU journal

Le conseil d'administration du journal *Ski-se-Dit* a tenu son assemblée générale annuelle le dimanche 7 octobre dernier. À cette occasion, M. Bernard Zingre s'est joint aux six autres membres du conseil pour aider le journal à poursuivre sa tâche. Mme Suzanne Lapointe a été réélue présidente. Les

administrateurs du journal *Ski-se-Dit* pour l'année 2012-2013 sont : Suzanne Lapointe, présidente, Anne-Marie Jean, Joanne Canning, trésorière, Marie Provost, Suzanne Bougie, Michel Beaulne, Bernard Zingre.

**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 de 10h à 17h,  
et le vendredi  
jusqu'à 19h

[www.lesjeux.ca](http://www.lesjeux.ca)

Oh Oh Oh...  
de nouveaux  
Jeux et Jouets  
arrivent...

**JEUX**  
**Après-Ski**

BOUTIQUE de jeux et jouets  
1175, de la Sapinière VAL-DAVID  
819 322 2205

**Flor deco** DÉCORATION  
COUVRE-PLANCHERS

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

Benjamin Moore

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

**Couvre-Plancher**  
**Uni vert Sol**

Tél.: (819) 326-3220  
[www.couvreplancher.com](http://www.couvreplancher.com)  
[info@couvreplancher.com](mailto:info@couvreplancher.com)

**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**  
**L'ANZA**  
**JOICO**  
L'ART DES CHEVEUX SAINS

**SOS SERVICE**

**VENTE et SERVICE**  
d'appareils électroménagers  
neufs ou usagés

**SERVICE DE RÉPARATION À DOMICILE**  
**COMPTOIR DE PIÈCES**

Av service des Laurentides  
depuis  
1982

[www.sosservice.ca](http://www.sosservice.ca)

1787, route 117, Val-David  
819 322-1133 | 450 227-7734

**Thérapie par le Focusing**  
« Trouver ses propres solutions par l'écoute du ressenti »  
Rencontre individuelle en personne ou par téléphone  
\*Spécial 1<sup>re</sup> rencontre : \$ Contribution volontaire

**Cours de Yoga-Focusing**  
Rencontre de la posture et du ressenti  
Union du féminin et du masculin  
• Atelier intensif 24 et 25 novembre.  
• Classe hebdomadaire lundi et jeudi 14h à 15h45

**Luciemay**

25 ans d'expérience  
Thérapeute Certifié  
du « Focusing Institute »  
Membre de la Fédération  
Francophone de Yoga

Val-David | 819-322-5128 | [Luciemay8@hotmail.com](mailto:Luciemay8@hotmail.com)  
<https://sites.google.com/site/luciemay/>

**ÉCOdomaine**  
*du Cerf*

Maintenant prêt à construire

- Milieu naturel protégé
- Maisons bioclimatiques créés et harmonisés par **faberhaus**™ [www.faberhaus.com](http://www.faberhaus.com)

Modèles de maisons à  
moins de 200 000\$  
sur notre site Internet

Info : Dominique et Paul 514 993-5842

[www.ecodomaine.ca](http://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.soustouteslescoutes.com](http://www.soustouteslescoutes.com)

Une TRADITION de BON GOÛT !

Produits du terroir De qualité supérieure

**BOUTIQUE DES Becs-Fins**  
Volailleur - Charcutier

**DÉCOUVREZ NOS NOUVEAUTÉS**

- Pastilla • Bourguignon à l'ancienne
- Tourtière 3 viandes • Etc....

SAUMON, FUMÉ FOIE GRAS, POULET DE GRAIN,  
MAGRET DE CANARD FUMÉ, PLATS CUISINÉS MAISON,  
SOUPE MAISON, CUISSE DE CANARD CONFIT,  
SAUCISSES SANS GLUTEN ET BIEN ENCORE !

Pour la liste complète de nos produits,  
Suivez nous sur notre site internet

1065, route 117, Val-David (Québec) 819 322-1288  
[www.becsfin.com](http://www.becsfin.com)

# 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

Détentrice 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**  
**Body Mind Massage**

Soin Vibratoire **La Trame®** Vibrational technique

Sylvie "Soleil" Bellemare **819-322-9975** Val-David  
450-663-7267 Laval, Montréal

www.centrebellevie.ca  
centrebellevie@gmail.com

Reçus disponibles de la F.Q.M. & l'A.N.N.  
F.Q.M. & A.N.N. receipts available

une ligne, une forme, une couleur  
**Art-thérapie**

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

Rencontres individuelles et de groupe

Bur. : (819) 322-2412  
Courriel : info@mmart-therapie.ca  
Web : www.mmart-therapie.ca

**c'est la vie café**

**Nous offrons des repas santé et le meilleur des cafés.**

- Déjeuner et dîner tous les jours
- Accès internet gratuit
- Salle de jeux pour vos enfants

1347, rue de la sapinière ...à Val-David (Québec)  
(En face de la gare du p'tit train du nord)

Tel.: 819-320-0273  
pour réservation ou plats à emporter

**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-berr@assnat.qc.ca

ASSEMBLÉE NATIONALE  
QUÉBEC

Tél./télé.: (819) 322-7247

**Anne Monette**  
comptable agréée

⌈ tats financiers ¥ Imp⌋ts ¥ 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'Émeu 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 à emporter

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

**DR RENÉ LAFRENIÈRE**  
CHIROPRACTICIEN

Éduquer, aider, guérir,  
maintenir la santé

**CARREFOUR DU VILLAGE**

**SUR RENDEZ-VOUS : 819 322-5214**

**#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 Mt: (514) 990-5704

cell.: (819) 324-7017  
achoquette@sutton.com

**Brasserie Artisanale & Bistro**

2434, rue de l'Église  
VAL-DAVID

www.barilroulant.com

**ROYAL LEPAGE**

**CAROLINE MAGNAN-DAVID**

COURTIER IMMOBILIER | BROKER

819.421.1414

FACEBOOK.COM/IMMOBILIER.LAURENTIDES

CODE QR ACCÈS AUX INSCRIPTIONS

Gilles Bourret

## Assemblée publique de consultation à 19 h

Mesdames Noémie Glen et Andrée Perrault ont présenté le projet d'école et garderie qui sera construite sur le terrain à l'angle de la rue de l'Église et du chemin de la Rivière (anciennement Chez Coco). Cette école et garderie Steiner pourra accueillir 80 enfants de 3 à 12 ans.

Monsieur Nicolas Lesage a présenté le projet de Règlement 601-14 qui permettra à une école (usage institutionnel) d'avoir la possibilité d'un usage commercial comme les services de garderie entre autres.

## Assemblée du Conseil

Monsieur Daniel Lévesque était absent.

### Point d'information de la mairesse intitulé « Le monde change »

Je résumerai la portion du point de la mairesse qui n'a pas été publiée dans l'édition de Ski-se-Dit de septembre 2012. « Présente à l'inauguration officielle des jardins communautaires, le dimanche 9 septembre, j'étais fière d'être la mairesse d'un tel village. Malgré le froid et un ciel nuageux, rien ne pouvait ternir l'enthousiasme de la trentaine de citoyens engagés et visionnaires... La place donnée aux enfants qui ont coupé le ruban non traditionnel, végétal et fleuri, nous rappelle que ce sont eux qui profiteront le plus dans l'avenir de cette moisson d'idées et d'efforts collectifs. » La mairesse a ensuite félicité les initiatrices du projet, Véronik Sansoucy et Nancy Faubert qui étaient fortement appuyées par le Conseil municipal. Elle a aussi parlé de la mise en conserves des tomates sous l'habile direction de Jeanne d'Arc Sauvé, le dimanche 9 septembre au chalet Dion. Les pots stérilisés étaient fournis par monsieur Jacques Dufresne du Métro Dufresne et fils qui a été nommé marchand de l'année 2012.

### Greffé

Le Conseil a adopté le Règlement 664 intitulé « Règlement concernant le code d'éthique et de déontologie des employés de la Municipalité du Village de Val-David.

Le Conseil a adopté le Règlement 667 intitulé « Règlement concernant la délégation à certains employés municipaux du pouvoir d'autoriser les dépenses et de passer des contrats au nom de la Municipalité ».

Le Conseil a adopté le deuxième projet du Règlement 601-14 intitulé « Règlement modifiant le règlement de zonage 601. » Ce règlement autorise une institution à avoir un usage commercial.

Le Conseil a autorisé le directeur général adjoint à signer le document de mainlevée concernant la compagnie 9047-0758 Québec inc., faisant affaire sous « Les Boisés champêtres des Laurentides » relativement à l'inscription de la saisie-exécution immobilière résultant d'un jugement en faveur de la Municipalité pour les taxes impayées pour les années 2011 et moins.

Le Conseil a autorisé la greffière à suivre la formation « S'initier aux scrutins municipaux » en classe virtuelle les 17 octobre, 14 novembre 2012 et le 23 janvier 2013, au montant total de 375 \$, plus taxes.

Le Conseil a autorisé la greffière à participer à la *Tournée annuelle 2012 du Centre de ressources municipales (CRM)* de l'Union des municipalités du Québec (UMQ), qui aura lieu à Sainte-Thérèse le 28 septembre 2012. Cette participation est gratuite.

Le Conseil a entériné la participation de la greffière à la formation « Éthique et déontologie des employés municipaux » qui avait lieu à Laval le 6 septembre 2012 au montant de 395 \$, plus taxes.

Le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport a récemment annoncé la fermeture du Centre jeunesse des Laurentides - Campus Huberdeau, en mars 2014; près de 40 employés du centre habitent la municipalité

## VAL-DAVID

# Assemblée du Conseil DU 11 SEPTEMBRE 2012

**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.**

d'Huberdeau et 80 autres employés habitent le territoire de la MRC des Laurentides. Le Conseil municipal de Val-David a adopté une résolution manifestant son opposition à la décision du gouvernement quant à la fermeture du Campus Huberdeau, prévue en mars 2014.

### Trésorerie

Le Conseil a ratifié le journal des décaissements d'août 2012 totalisant 375 613 \$.

Le Conseil a ratifié des virements budgétaires de 36 206 \$ pour le mois d'août 2012.

Le Conseil a autorisé le directeur du service de la Trésorerie, Lucien Ouellet, et l'agente de bureau à la taxation, Aline Thériault, à participer au séminaire « Formation PG - 256 - Megagest » qui aura lieu le 17 octobre 2012 à Saint-Jérôme au montant de 500 \$, plus taxes.

Le Conseil a entériné le renouvellement d'adhésion annuelle avec la mutuelle de prévention, Le Groupe ACCIst, pour l'année 2012-2013, au montant de 1 149,75 \$ taxes incluses.

### Travaux publics

Le Conseil a approuvé l'adjudication du contrat d'achat d'une benne quatre saisons à Michel Gohier ltée au coût de 41 594,85 \$ taxes incluses. L'autre soumissionnaire était Équipements lourds Papineau inc. au coût de 44 300,96 \$.

Le Conseil a approuvé l'adjudication du contrat des travaux de pavage des rues Ducharme, Rivard et de l'Ermitage à Asphalte Bélanger inc. au montant total de 58 275,08 \$ taxes incluses. Les deux autres soumissionnaires étaient Asphalte Desjardins inc. au montant de 63 621,42 \$ et Les entreprises Guy Desjardins inc. au montant de 66 330,81 \$. Cette somme sera puisée au fonds de roulement pour un terme de cinq ans.

Le Conseil a approuvé l'adjudication du contrat pour l'achat de sel à glace à Sel du Nord pour un montant total de 105,72 \$ la tonne, taxes incluses. Les deux autres soumissionnaires étaient La Société canadienne de Sel ltée pour un montant total de 25 918,53 \$ pour 225 tonnes (soit 115,19 \$ la tonne), taxes incluses et Sifto pour un montant de 111,84 \$ la tonne, taxes incluses.

Le Conseil a approuvé l'adjudication du contrat pour l'achat de sable et granulats abrasifs pour chemins pour l'hiver 2012-2013 à la compagnie 9027-1782 Québec inc. pour un montant total de 75 653,55 \$, taxes incluses.

### Urbanisme/Environnement

Le Conseil a refusé la demande de dérogation mineure faite par monsieur Patrick Dufour du 3725, 2e rang Doncaster afin de permettre la création de deux nouveaux lots dont la largeur du lot projeté est de 45,25 mètres au lieu de 50 mètres selon la norme.

Le Conseil a mandaté une firme d'avocats pour entamer des poursuites judiciaires contre l'exploitante et la propriétaire du restaurant Gigé la Patate, les obligeant à se conformer à la réglementation en vigueur car il y a eu des travaux faits sans permis et des enseignes sont non conformes.

Le Conseil a accepté la demande faite par monsieur Benoit Bertrand concernant la création de quatre nouveaux lots avec une contribution pour fins de parc de 10 %.

Le Conseil a accepté la demande faite par monsieur Raymond Massé afin de permettre la construction d'un bâtiment principal sur le lot 4 588 645, rue des Hauts-Bois.

Le Conseil a accepté trois demandes de dérogation mineure : la première demande faite par madame Gayle Doyle Provost concernant le 2343, rue Deschamps afin de permettre l'empiètement du bâtiment de 0,46 mètre dans la marge arrière; la seconde demande faite par madame Mélanie Constantineau concernant le 3381, rue Guindon afin de permettre

l'implantation d'un garage en cour avant et la troisième demande faite par la municipalité de Val-David concernant le 1290-1294, rue Dion afin de permettre la création d'un nouveau lot pour les jardins communautaires d'une profondeur minimale de 37,61 mètres, soit 7,39 mètres inférieurs à la norme prescrite de 45 mètres.

Le Conseil a accepté une demande faite par la Municipalité concernant les travaux de rénovation de la bibliothèque située au 1355, rue de l'Académie.

Le Conseil a accepté une demande faite par madame Thérèse Fraysse concernant le projet de rénovation et d'enseigne au 2485, rue de l'Église.

Le Conseil a accepté une demande faite par monsieur Dominic Asselin concernant le projet de rénovation d'un bâtiment accessoire (garage) en cour arrière au 2505, rue de l'Église.

Le Conseil a accepté une demande faite par monsieur Étienne Paradis concernant l'ajout d'éléments décoratifs et architecturaux au 2335, rue Léveillé.

Le Conseil a refusé une demande faite par monsieur Stéphane Bellefeuille concernant le projet d'enseigne sur le bâtiment situé au 2510, rue de l'Église.

Le Conseil a autorisé l'adjointe au service de l'Urbanisme à assister à la formation « Inspection des arbres en milieu urbain », les 25 et 26 septembre 2012, à Dorval, au montant de 569,13 \$ taxes incluses.

### Loisirs, Culture, Tourisme et Communautaire

Le Conseil a entériné la nomination de madame Annie Riendeau au poste de représentante du milieu citoyen au sein du Comité consultatif sur la culture, pour une période de trois ans afin de remplacer monsieur Denis Doré qui a démissionné. Il a aussi entériné la nomination de madame Ginette Lefebvre au poste vacant de représentante du milieu culturel, pour une période de deux ans.

### Divers

Le Conseil a autorisé la mairesse Nicole Davidson et monsieur Raymond Auclair, à participer à la formation « Communication avec les médias et les citoyens » le 13 octobre 2012 qui aura lieu à East Angus, au montant de 265 \$, taxes en sus plus les frais de déplacement. Il a aussi autorisé la mairesse Nicole Davidson à participer à la formation « Gestion financière Municipale » qui aura lieu le 20 octobre 2012 à Saint-Esprit, au montant de 265 \$ plus taxes.

Le Conseil a autorisé la Municipalité du Village de Val-David à adhérer à la Fédération Québécoise des Municipalités (FQM) pour l'année 2013.

### Affaires nouvelles

Le Conseil a autorisé le paiement de 575 192,81 \$ taxes incluses aux Entreprises Guy Desjardins inc., représentant le premier paiement pour la réalisation de travaux de réfection de chemins en 2012.

Le Conseil a autorisé la conseillère Manon Paquin à se déplacer à Saint-Faustin-Lac-Carré, le 17 novembre 2012, pour la formation intitulée « Le comportement éthique » dispensée par la Fédération québécoise des

municipalités (FQM) au montant de 265 \$ taxes en sus, plus les frais de déplacement.

### Point d'information des conseillers

Madame Strachan a rappelé l'encan au profit de Chance aux chats qui aura lieu le 16 septembre et a dit qu'il y aura aussi une table, lors de cet événement, où les gens intéressés au parc canin pourront signer. Elle a rappelé qu'il y a 17 cours sur la santé et le bien-être qui sont donnés au rez-de-chaussée de l'ancien presbytère, cet automne. Elle a aussi annoncé qu'une subvention a été accordée à Val-David pour le service aux aînés.

Monsieur Auclair a rappelé aux citoyens la rencontre du 3 octobre avec la Sûreté du Québec à Sainte-Agathe concernant la sécurité des cyclistes sur la route 117 à Val-David.

Madame Forget a parlé de la mise en pots des tomates, faite le 9 septembre 2012 au chalet Dion. Elle a félicité et remercié madame Jeanne d'Arc Sauvé pour la coordination du travail; elle a félicité monsieur Jaquelin Rivet, l'instigateur du projet, et a remercié Métro Dufresne qui a donné les pots stérilisés. 189 pots de tomates ont été remis au Comptoir alimentaire.

### Période de questions

Un citoyen a réitéré sa demande faite en juillet pour obtenir le coût pour les citoyens de Val-David concernant les démarches d'annexion du Domaine des 4 collines.

La mairesse a répondu que les fonctionnaires y travaillent et que la réponse sera transmise à la réunion d'octobre.

Un citoyen a déploré l'environnement visuel chez Tisseur sur la route 117 et le bruit qui continue. Il a demandé ce que fait la Municipalité dans ce dossier.

La mairesse a répondu que la Municipalité travaille sur ce dossier.

Un citoyen a demandé s'il y a un règlement concernant les fêtes bruyantes qui empêchent les voisins de dormir et si la Municipalité prévoit intervenir.

La mairesse a répondu qu'il y a un problème dans une zone où c'est permis. Il y a cependant un questionnement au niveau du Conseil sur la question du bruit.

Un citoyen a dit que le contrat de travail de monsieur Pourreaux ne prévoyait pas de prime de départ et demande pourquoi la Municipalité lui a versé 42 000 \$. La mairesse a répondu que c'était une façon élégante de terminer son emploi et d'éviter des frais d'avocats à la Municipalité.

Un citoyen a demandé pourquoi le directeur général contribue 40 % à son régime de retraite et la Municipalité verse 60 %. Il suggère que le taux change pour le prochain directeur général.

La mairesse a répondu qu'elle en prend note mais il s'agit des primes d'assurance collective.

Une citoyenne a demandé pourquoi l'asphaltage se fait par petites sections dans le secteur du lac Paquin.

Monsieur Frenette a répondu que les Travaux publics réparent les sections les plus endommagées et qu'il essaie de réparer des sections à plus d'endroits possibles.

La mairesse a rajouté que le but est de continuer ce qui est commencé avec le budget disponible.

Un citoyen a demandé que la Municipalité contrôle les feux d'artifice sur le lac Doré afin d'éviter la pollution surtout lorsque des firmes mettent à l'eau des plateformes qui peuvent être contaminées. Il a aussi déposé une pétition à la mairesse.

Un citoyen s'est dit préoccupé par la qualité de l'eau de la rivière du Nord. Les égouts changent les écosystèmes. Il ajoute qu'il serait opportun de prélever des échantillons d'eau et de les faire analyser. Il souhaite que Val-David adopte une résolution pour décontaminer la rivière du Nord avant qu'il ne soit trop tard.

La mairesse l'a remercié.

## SOLUTIONS

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

**RHOMBUS 8®**  
N° 48 - SOLUTION

E
G E
R A G E
N A G E R
A N G E R S
G R A I N E S S
O R G A N I S S E
O R A N G E S S
S O N G E R
R O N G E
O R G E
E G O
G O
O

**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

www.ambiancespas.com

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

## CLAUDE COUSINEAU *toujours en selle*

André Berthelet

Il est bien intéressant d'observer les résultats des élections dans notre municipalité comparés à ceux du comté et à ceux de la province. Comme le montre ce tableau de statistiques, c'est, encore une fois, une victoire concluante que fut celle de Claude Cousineau, du Parti Québécois, dans le comté de Bertrand. Fait à noter : il fait partie d'une courte liste d'élus péquistes confortablement en selle, obtenant 41,58 % des votes exprimés. M. Cousineau a recueilli une proportion moindre des suffrages du

comté par rapport aux résultats de 2008 (41,58 %/49,12 %), même si le nombre des voix qu'il a recueillies a augmenté de 2,962 (18 225/15 263). Étant donné les prédictions qui établissaient les Laurentides comme un terreau fertile pour les candidats de la Coalition Avenir Québec, force est d'admettre que la victoire du candidat péquiste, ancien maire de Ste-Lucie, relève d'une performance à souligner, avec ses dix points d'avance (42 %/32 %) sur le candidat caquiste Jean-Marc Lacoste. Celui-ci avait également essuyé la défaite comme candidat du

Parti libéral du Canada lors des élections fédérales de l'an passé dans notre comté. Cependant, malgré sa belle performance aux bureaux de vote et son ancienneté au sein de la députation péquiste, le député Cousineau n'a pas encore trouvé sa place dans le cabinet ministériel construit par la première ministre Pauline Marois. Pas plus, d'ailleurs, que les autres élus péquistes des Laurentides.

### À Val-David

Val-David est demeurée fidèle à son député Claude Cousineau en lui accordant un résultat supérieur à celui qu'il a obtenu dans le comté (49 %/42 %) et à celui de son parti au niveau de la province (49 %/31,95 %). C'est le candidat caquiste, Jean-Marc Lacoste, qui a fini deuxième chez nous avec 23 % des voix, reléguant ainsi le candidat libéral Yannick Ouellette au troisième rang avec un maigre 12 %... La candidate de Québec solidaire, Lise Boivin, en qui plusieurs voyaient une étoile montante de son parti, a néanmoins recueilli 11 % des suffrages exprimés, soit presque deux fois plus que son résultat au niveau du comté (5,36 %) et que les 6,03 % obtenus par QS dans la province. En 2008, une autre candidate de QS n'avait recueilli que 3,78 % des voix; donc, cette fois, une nette progression pour QS, souverainiste.

On a également voté en masse dans Val-David; 77,59 % des électeurs inscrits se sont prévalus de leur droit de vote, comparés aux 74,60 % atteints dans la province. Vingt-neuf bulletins ont d'autre part été rejetés. Un candidat marginal, Patrick Dubé

(CC), a obtenu 14 votes à Val-David et 222 au niveau du comté. Comment expliquer, néanmoins, la contre-performance du candidat du Parti vert Marc St-Germain, avec 41 votes ou 2 % des voix, sinon par le fait que les environnementalistes et les écologistes, nombreux chez nous, ont porté leur choix sur Québec solidaire?

### La proportionnelle

Il faudra maintenant souhaiter que des modifications soient apportées au régime électoral en vigueur dans la province. L'époque du bipartisme est maintenant révolue et la multiplication des partis politiques est là pour rester. Le débat autour du fameux « vote stratégique » qui a eu cours pendant cette campagne électorale deviendrait caduc si jamais un régime proportionnel était adopté. Les alliances entre partis politiques deviendraient la règle pour permettre une administration publique efficace. Dans ce contexte, l'élection d'un gouvernement minoritaire ne serait pas dramatique et permettrait même un exercice du pouvoir plus ouvert et plus nuancé. À mon avis, les meilleurs gouvernements que le Canada a connus au cours des dernières décennies furent ceux d'une forme de coalition entre les libéraux de Pierre Elliott Trudeau en 1972, les conservateurs de Joe Clark en 1979 et les néo-démocrates d'Ed Broadbent dans les deux cas... L'instauration d'une forme de proportionnelle a déjà fait partie du programme du Parti Québécois, qui s'empresse de remettre ça aux calendes grecques quand il profite du régime actuel, comme c'est maintenant le cas depuis le 4 septembre (il forme le gouvernement avec 32 % des suffrages)... Bernard Drainville, ministre des Institutions démocratiques, a maintenant cette « patate chaude » entre les mains. Est-il permis d'espérer?

	QS	PQ	ON	CAQ	PLQ	PVQ
<b>Comté de Bertrand</b>	Boivin	Cousineau	Ducroq-Henry	Lacoste	Ouellette	St-Germain
	2 351	18 225	744	14 005	7 602	682
<b>Val-David</b>	5,36 %	41,58 %	1,70 %	31,95 %	17,34 %	1,56 %
	218	958	49	447	244	41
<b>2012</b>	11%	49%	2%	23%	12%	2%

	QS	PQ		ADQ	PLQ	PVQ
<b>Comté de Bertrand</b>	Jaccoud	Cousineau		Bellemarre	Lord	Dery
	851	15 263		3 496	10 627	834
<b>2008</b>	2,74%	49,12%		11,25%	34,20%	2,68%

	QS	PQ	ON	CAQ/ADQ	PLQ	PVQ
<b>Province</b>	263 119	1 393 703	82 539	1 180 235	1 360 968	43 394
	6,03%	31,95%	1,89%	27,05%	31,20%	0,99%
<b>Province</b>	122 618	1 141 751		531 358	1 366 046	70 393
	3,78%	35,17%		16,37%	42,08%	2,17%

Légende: QS: Québec solidaire PQ: Parti Québécois ON: Option nationale CAQ: Coalition Avenir Québec  
ADQ: Action démocratique du Québec PVQ: Parti Vert du Québec  
CC: Coalition pour la constituante

## Future Boutique XACKORIA

à Val-David

Les enfants ont grandi !

Vous vous débarrassez de leurs vêtements, jouets ou meubles et ne savez pas à qui les donner?

La future boutique XACKORIA est présentement à la recherche de vêtements pour enfants et adultes, meubles, jouets, livres ou tout autre article en bon état.

Nous pouvons faire la cueillette directement à votre domicile.

pour plus d'informations contactez:

Véronique: 819 325-2282

ou

Maryline: 819 325-2218

Merci! au plaisir de vous rencontrer!



CANADIAN INTERPROVINCIAL EQUESTRIAN CHAMPIONSHIPS  
CHAMPIONNATS ÉQUESTRES INTERPROVINCIAUX DU CANADA

**ALEXANDRE GONZALEZ, DE VAL-DAVID**  
*Un sauteur enthousiaste et doué*

À l'issue des épreuves qualificatives en saut d'obstacles en vue des Championnats équestres interprovinciaux du Canada, le cavalier Alexandre Gonzalez, de Val-David, a été sélectionné au sein de l'équipe du Québec. Alexandre, entraîné par Marie-Claire Savard (niveau 3 FEQ), a terminé en troisième place au classement général des dix épreuves qualificatives qui se sont déroulées entre les mois de mai et août sur le circuit national au Québec en saut d'obstacles. Sélectionné pour une deuxième année consécutive à cet événement de grande envergure, il a remis en jeu ses médailles d'or en équipe et en individuel remportées en 2011. Même s'il a dû se contenter d'une huitième place cette année, Alexandre se distingue toujours par sa détermination et l'enthousiasme qu'il éprouve pour les sports équestres. Il rêve d'atteindre les plus hautes sphères du saut d'obstacles au niveau international. Ses chevaux : Signature, une jument demi-sang âgée de 13 ans, et Allegria, une jument demi-sang hollandais âgée de 7 ans. Pour en savoir plus : [www.feq.qc.ca/CEC](http://www.feq.qc.ca/CEC).



**PARTI QUÉBÉCOIS**

**BERTRAND**

**INVITATION**  
*Souper spaghetti du Parti Québécois*

Le Parti Québécois de Bertrand et le député Claude Cousineau invitent toute la population à leur traditionnel souper spaghetti.

Le spaghetti sera servi le samedi 3 novembre prochain à compter de 18 h au Manoir des Laurentides, situé au 290, rue Principale, à Saint-Donat. Le coût du billet est de 10 \$.

Pour réserver des billets, veuillez communiquer avec Nicole Verville au 819 321-1676 ou sans frais au 1 800 882-4757. Venez en grand nombre!

Source : Jean-Pierre Héту - 819 321-1676



**Eugène Monette inc.**

OUVERT 7 JOURS

MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION • VENTE & PRÉPARATION DE POUTRES

au centre de la rénovation

Depuis toujours  
**LIVRAISON GRATUITE**

1-800-265-3833

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

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





## Abrinord

Agence de bassin versant de la rivière du Nord

L'Opération Bleu-Vert a récemment été reconduite pour cinq ans, tel qu'annoncé officiellement par le Regroupement des Organismes de bassin versant du Québec. Il s'agit d'un programme de lutte contre l'expansion des cyanobactéries dans les lacs et plans d'eau. Avec les fonds mis à la disposition des organismes de bassin versant, Abrinord peut ainsi soutenir divers projets dans l'ensemble de sa zone de gestion intégrée de l'eau (ZGIE). Dans le cadre de ce programme, Abrinord et certaines municipalités de son territoire ont mis sur pied divers projets. À travers la ZGIE d'Abrinord, 11 lacs touchés par un épisode de cyanobactéries durant l'année 2011 ont été recensés.

En ce qui concerne le lac Doré à Val-David, une revégétalisation des rives sera financée par les fonds de l'Opération Bleu-Vert. Le lac Sarrazin, situé à Sainte-Lucie-des-Laurentides et dont l'association citoyenne effectue un suivi de la qualité de l'eau, verra son programme bonifié grâce à l'Opération Bleu-Vert. De plus, une rencontre de concertation aura lieu entre la municipalité et l'association du lac pour partager les connaissances acquises, les intérêts et les

préoccupations de chacun relativement à la qualité de l'eau.

En mai 2012, les fonds en provenance de l'Opération Bleu-Vert ont déjà permis la distribution de 34 000 arbres destinés à revégétaliser les bandes riveraines des plans d'eau à travers la ZGIE d'Abrinord. À cet effet, la permanence de l'organisme souhaite remercier le Centre de Formation en Transport Routier (CFTR) pour sa participation à cette activité au cours des dernières années.

Abrinord participe à la mise en place de plusieurs projets intégrés sur son territoire, et de nouvelles initiatives seront lancées en 2012 dans le cadre de l'Opération Bleu-Vert. Nous vous invitons également à consulter les résultats du Programme d'échantillonnage de l'eau du bassin versant de la rivière du Nord en ligne au [www.abrinord.qc.ca](http://www.abrinord.qc.ca).

Source : Alexia Couturier, chargée de projets et des communications, Abrinord 450 432-8490 · [communications@abrinord.qc.ca](mailto:communications@abrinord.qc.ca)

## APPRENDRE AU NATUREL

### L'Académie Laurentienne fait peau neuve

L'Académie Laurentienne est une école de langue française située en pleine nature dans la municipalité de Val-Morin, tout près de Val-David. Elle offre l'enseignement à la 4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup>, et 6<sup>e</sup> année du primaire ainsi qu'à tous les niveaux du secondaire. Reconnue et subventionnée par le ministère de l'Éducation, elle donne le programme d'éducation internationale (SÉBIQ-IB) à tous ses élèves du niveau secondaire. Elle offre également un service de pensionnat pour ses élèves.



L'école accueille également une clientèle anglophone internationale dans le cadre d'un programme en anglais qui repose sur l'International General Certificate of Secondary Education, administré par l'Université de Cambridge en Grande-Bretagne.

Depuis trois ans, tous les élèves de l'Académie profitent d'un programme de pédagogie qui permet le développement intégral de l'enfant. Les jeunes s'engagent dans leur communauté en faisant du bénévolat sur une base régulière. Déjà, l'an dernier, plus d'une dizaine de projets ont été menés par les élèves de l'Académie : collecte de chaussures pour la République Dominicaine, Défi têtes rasées pour

Leucan, bénévolat au Pavillon Philippe-Lapointe de Sainte-Adèle, bénévolat à la SPCA de Sainte-Agathe, guignolée, plantation d'arbres au Parc régional de Val-David-Val-Morin, aide aux devoirs pour les enfants du primaire et bien d'autres initiatives.

Dernièrement, l'Académie a procédé à la rénovation de son bâtiment principal; un investissement qui s'imposait. Avec son nouveau « look », l'école s'harmonise tout à fait avec la belle nature environnante. Venez visiter l'Académie, située au 1200, 14<sup>e</sup> Avenue à Val-Morin, à l'occasion de la prochaine journée porte ouverte **le samedi 27 octobre entre 10 h et 15 h**. Un détour incontournable quand on s'intéresse à l'avenir de nos enfants. Info : Guy Richard, directeur général, 819 322-2913.

NOTRE TERRITOIRE  
VOLTE AVENIR

## MRC DES LAURENTIDES

AMHERST | ARUNDEL | BARKMERE | BRÉBEUF | HUBERDEAU | IVRY-SUR-LE-LAC | LABELLE  
LA CONCEPTION | LAC-SUPÉRIEUR | LAC-TREMBLANT-NORD | LA MINERVE | LANTIER | MONTCALM  
MONT-TREMBLANT | SAINTE-AGATHE-DES-MONTS | SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES  
SAINT-FAUSTIN-LAC-CARRÉ | VAL-DAVID | VAL-DES-LACS | VAL-MORIN

C'est fait! La MRC des Laurentides, en collaboration avec ses 20 municipalités constituantes et la Régie intermunicipale des déchets de la Rouge, peuvent crier haut et fort « mission accomplie ». C'est avec une grande fierté qu'elles annoncent officiellement aujourd'hui l'ouverture de leurs écocentres municipaux, situés respectivement à Amherst, Huberdeau, Lac-Supérieur, Lantier, Sainte-Lucie-des-Laurentides et Val-des-Lacs (le site de La Minerve ne sera ouvert qu'à compter de 2013) et leurs deux écocentres régionaux, situés à Mont-Tremblant et à Sainte-Agathe-des-Monts, le tout dans le but de réduire au maximum les déchets destinés au site d'enfouissement.

Ce service est offert gratuitement à l'ensemble des citoyens de la MRC des Laurentides et permet de se départir de toutes sortes de

matières, notamment les matériaux de construction et de démolition, les pneus et batteries d'automobiles, les meubles et matelas, les appareils électriques et électroniques, les matières recyclables, les résidus domestiques dangereux et les résidus vert. La majorité de ces matières se verront valorisées, ne laissant plus beaucoup de place pour le fameux bac noir, ce qui est une excellente nouvelle! **Un dépliant sera transmis à l'ensemble des citoyens du territoire de la MRC au cours des prochaines semaines afin de les informer davantage sur le service qui leur est offert.**

Source : Josiane Alarie, adjointe administrative et aux communications · 819 425-5555 / 819 326-0666, poste 1048 · [jalarie@mrc-laurentides.qc.ca](mailto:jalarie@mrc-laurentides.qc.ca)

## LA BOUTIQUE ÉCOLORIE

### une académie des beaux-arts

Une académie des beaux-arts a ouvert ses portes le 8 septembre 2012. Autrefois connue sous le nom de Boutique Écolorie, établie au 12, rue Principale Est, Sainte-Agathe, Écolorie se concentre maintenant sur les cours de dessin, graphite, aquarelle, acrylique, pastel, médiums mixtes et histoire de l'art. L'académie fournit le matériel d'artiste à ses élèves en plus de présenter une galerie d'art. Elle offre également un service d'encadrement où les



clients pourront choisir parmi plus de 500 encadrements pour leurs œuvres. Nos spécialistes vous attendent dès maintenant pour s'occuper de vos œuvres de façon rapide, efficace et professionnelle.

Venez nous voir pour consulter notre liste de cours ou vous inscrire à la session d'automne. Hâtez-vous : les places partent rapidement! Écolorie : 819 774-1316 ou [www.boutique-ecolorie.com](http://www.boutique-ecolorie.com)



### BISTRO-CAFÉ LE COMPTOIR

CUISINE SANS FAÇON

TABLE  
D'HÔTE  
À PARTIR DE  
**7.95\$**

- HAMBOURGEOIS MAISON
- PANNINI'S, SALADES
- FRITES ET MAYO MAISON
- PÂTES ASSORTIES
- CAFÉS ÉQUITABLES

DÉJEUNER ET BRUNCH  
TOUS LES SAMEDIS ET DIMANCHES

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

### CLINIQUE VITALITÉ



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

- Ostéopathie
- Acupuncture
- Massothérapie 和
- Méthode Feldenkrais
- Massage Yoga-Thailandais
- Yoga Privé

**(819) 322-3081**

[www.cliniquevitalite.jimdo.com](http://www.cliniquevitalite.jimdo.com)



### Le Grand Pa Restaurant Chansonnier

**Spéciaux du midi  
Tables d'hôte du soir**

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

Centre de santé et de services sociaux  
des Sommets

Le Centre de santé et des services sociaux des Sommets (CSSS) annonce la venue à Sainte-Agathe-des-Monts de deux pédiatres et de deux internistes. En pédiatrie, il s'agit des docteurs **Antoine Glorion** et **Ann-Véronique Roy** venus épauler le **Dr Theresa Barron** dans ce service. Cette équipe répond aux consultations médicales pour la clientèle de 0-18 ans au 144, rue Principale, à l'édifice Grignon de même qu'au CLSC de Mont-Tremblant.

En médecine interne, cette discipline incluant notamment une formation en cardiologie, pneumologie, gastro-entérologie, rhumatologie, les docteurs **Jonathan Cloutier** et **Maude Bernard** se joignent au docteur **Geneviève Clermont**, déjà en poste à l'hôpital Laurentien. Ces spécialistes recevront bientôt au CLSC de Mont-Tremblant leur formation complémentaire respective en échocardiographie ainsi qu'en bronchoscopie et en allergie qui leur permettra aussi d'aider les autres spécialistes à dispenser ces services.



Lors de la journée d'accueil des nouveaux pédiatres (de gauche à droite) : Dr Teresa Barron, Dr Diane Lambert, Dr Antoine Glorion, Dr Stéphane Poulin, M. Alain Paradis, Dr Anne-Véronique Roy, M. Daniel Boivin et Dr André Lapointe.

## In Memoriam



Le samedi 20 octobre 2013, **Mme Andrée Dufresne**, née Andrée Sarrazin, fille d'Alfred Sarrazin et de Béatrice Légaré, épouse de feu Fernard Dufresne, de Val-David, est décédée à Sainte-Agathe-des-Monts des suites d'une longue maladie, à l'âge de quatre-vingt-cinq ans. Mme Dufresne était de ces personnes qui consacrent leur vie à leur famille. Mère de six enfants, dont l'un décédé très jeune d'un accident, elle partageait avec chacun son amour de la nature, de la musique et de la convivialité. Ses enfants, Jean-Claude, Sylvie, Dominique, Alain et Jacques, de même que leurs épouses, ses petits-enfants, ses frères, Claude et Pierre, nous accompagnent dans le souhait qu'Andrée repose en paix et reste dans notre mémoire comme un exemple de tendresse maternelle, de constante courtoisie et d'aimable civilité. D'autres témoignages seront publiés dans ce journal dans sa prochaine édition.

Les funérailles auront lieu à l'église de Val-David, le lundi 29 octobre à 10 h 30.

La famille recevra vos condoléances le dimanche 28 octobre de 14 h à 17 h et de 19 h à 22 h à la :  
RÉSIDENCES FUNÉRAIRES  
J.H. Vanier & Fils Inc.  
30, rue Préfontaine, Ste-Agathe-des-Monts  
Tél : 819 326-3322

**Jardin médicinal**  
Visites thématiques

**Clef DES CHAMPS**

Ouvert au public  
14 juillet au  
2 septembre 2012

Mercredi au dimanche, 10 h à 17 h  
(ouvert les 30 et 31 juillet)

Visite guidée tous les jours à 10 h 30

1205, chemin de la rivière, Val-David  
jardin@clefdeschamps.net  
819 822 3995, poste 933

Le Chardon Marie  
Boutique  
Salon de thé  
Terrasse

Audio-guide  
Narration de Marie Provost  
Versions française et anglaise  
www.clefdeschamps.net

## La Santé À PETITES DOSES

AVEC LE

Dr Alexandre Chouinard



Les textes de cette chronique sont extraits du site [www.granulesmedicales.ca](http://www.granulesmedicales.ca).

Pour plus de conseils santé sur divers sujets, consultez le site [www.granulesmedicales.ca](http://www.granulesmedicales.ca).

Les Granules médicales sont de courts textes qui jettent un peu de lumière sur des sujets variés. Elles n'ont pas pour but d'aller au fond d'un sujet, mais bien de donner un peu d'information et des pistes de réflexion pour que vous puissiez mieux prendre en charge activement votre propre santé. Nous utilisons toujours les noms génériques des médicaments, pour ne pas favoriser une marque plutôt qu'une autre.

Cette chronique, par ailleurs, ne prétend en aucun cas remplacer le rôle de votre médecin. (A.C.)

## Sans cœur

Choisir la médecine comme profession, c'est d'abord vouloir venir en aide aux autres. Pourtant, à écouter le témoignage de certains patients insatisfaits et à voir l'image projetée de la profession dans les médias, on peut avoir l'impression que bien des médecins sont sans cœur. D'où provient cette divergence?

Il y a plusieurs raisons pour expliquer pourquoi les médecins peuvent paraître, à l'occasion, froids et distants. En premier lieu, il est fréquent, lorsqu'on reçoit une mauvaise nouvelle, d'éprouver de la colère contre le messager, même s'il n'est pas responsable du message.

Par ailleurs, en médecine, l'objectivité est très valorisée. Le médecin apprend à se méfier de ses propres émotions, surtout celles qui sont inacceptables de la part d'un professionnel, comme l'agressivité ou la panique. Malheureusement, il peut aussi en venir à réprimer toute émotion.

Pourtant, des émotions, le docteur en vit. Au moment d'annoncer de mauvaises nouvelles,

toute une série de peurs peut le paralyser. Peur de :

- l'inconnu. La nouvelle soulève souvent une foule de questions dont il n'a pas la réponse;
- blesser l'autre. Les médecins n'aiment pas attrister les patients desquels ils se préoccupent;
- d'être tenu responsable de la maladie;
- vivre un échec thérapeutique;
- ne pas savoir comment aborder le sujet.

Toutes ces peurs mises ensemble peuvent créer un inconfort pénible pour le professionnel qui peut en arriver à ne pas s'acquitter aussi bien qu'il le devrait de son devoir d'annoncer les mauvaises nouvelles avec humanité.

Et pourtant, l'immense majorité des médecins ont pour première motivation le bien-être de leurs patients et ont beaucoup de cœur au ventre.

Alexandre Chouinard, md, médecin de famille

\*Les Granules médicales ne remplacent pas l'avis de votre médecin. En cas de doute, consultez.

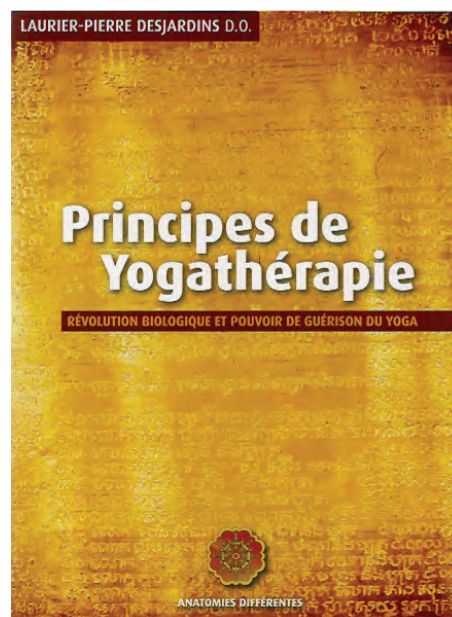
## COMPRENDRE son corps

Notre concitoyen **Laurier-Pierre Desjardins**, yogi, docteur en ostéopathie, vient de publier un ouvrage remarquable sur les principes de yogathérapie. Comme l'auteur l'explique en quatrième de couverture, son ouvrage est « une bible d'informations souvent inédites à propos du yoga, de ses relations avec les divers aspects de l'être et de sa valeur thérapeutique ».

personne ne peut que se sentir privilégiée et ennoblie. » (Ted Grand, fondateur/directeur Moksha Yoga.) J'en ai moi-même fait l'expérience : Laurier-Pierre m'a réglé en un tour de main un problème d'estomac que je traînais depuis des lustres. Il sait ce qu'il fait, cet homme. (MPS)

On peut se procurer le livre de Laurier-Pierre Desjardins en laissant son nom et son numéro de téléphone au journal *Ski-se-Dit* ou directement à la Clef des champs, à Val-David.

**Principes de yogathérapie, révolution biologique et pouvoir de guérison du yoga**, de Laurier-Pierre Desjardins, D.O., éditions Anatomies différentes, 2012, 219 pages, 32,95 \$.



Depuis plus de 15 ans, M. Desjardins enseigne aux professeurs de yoga un peu partout dans le monde. Témoignage : « J'ai eu l'honneur d'étudier en compagnie de Laurier-Pierre Desjardins pendant plus de dix ans. Cet homme est possédé par une énergie et une curiosité infinies. Son amour pour le yoga, l'anatomie et la spiritualité est sans limites et hautement contagieux. À son contact, toute

## LA Colombe



La halte-garderie du Centre La Colombe, située au 9, rue Liboiron à Sainte-Agathe-des-Monts, propose à toutes les femmes qui ont besoin d'un peu de répit d'utiliser ses services.

On peut devenir membre pour 10 \$ par année. Le coût d'utilisation de la garderie est de 3 \$ par bloc de trois heures pour les membres et de 5 \$ pour les non-membres. Info : Nicole Tanguay 819 326-4779. [www.lcdcl.qc.ca](http://www.lcdcl.qc.ca)

## HOMMAGE à Jean Neveu



Le 30 septembre dernier avait lieu au Pavillon Pierre-Péladeau, situé au 3050, 1<sup>er</sup> rang de Doncaster, à Val-David, l'inauguration d'un nouvel espace, soit la salle de thérapie Jean-Neveu, ainsi baptisée en hommage à M. Jean Neveu, décédé en février 2011. M Neveu a présidé le conseil d'administration du Pavillon Pierre-Péladeau pendant dix ans et travaillé de façon exceptionnelle au développement du site. La cérémonie d'ouverture a eu lieu en présence des membres de la famille de M. Neveu ainsi que de nombreux invités.



Après plusieurs demandes de nos résidents, nous sommes heureux de vous présenter notre nouveau centre de conditionnement physique. Conscients de l'importance de l'exercice physique pour la santé,

nous croyons qu'avoir de saines habitudes de vie fait aussi partie de la réhabilitation.

Les dons reçus à la mémoire de Monsieur Jean Neveu ont couvert la totalité des frais reliés à l'aménagement du gymnase. Sincères remerciements à la famille et aux proches de monsieur Neveu pour cette généreuse contribution.

## LES ABEILLES ont besoin de vous!

Si vous êtes un homme ou une femme qui croyez au recyclage, qui désirez aider votre communauté val-davidoise, qui voulez rencontrer des gens sympathiques, devenez membre de notre belle équipe. Vous serez appelés à participer à différentes tâches selon vos souhaits, aptitudes et disponibilités. Vous pouvez vous inscrire en téléphonant à Mme Vendette au 819 322-2819.

Nous récupérons des articles usagés pour les revendre à prix modiques, puis redistribuer les revenus dans la communauté et nous promouvons la protection de l'environnement en contrant le gaspillage et en favorisant le recyclage.

Soutenez notre action en nous apportant les effets qui peuvent faire le bonheur de quelqu'un d'autre.

Veillez noter que nous réservons un espace pour les tailles 16 et +, en plus de faire une belle place aux vêtements pour préadolescents. **La prochaine vente aura lieu le 3 novembre, au sous-sol de l'église.** Pour information, Louise Griffiths : 819 320-0318.

Que trouve-t-on à la boutique? Pour les adultes et les enfants, de toutes les tailles : jeans, pantalons, robes, blouses, chandails, manteaux, souliers, sacs à mains et plus encore... Pour les tout-petits : des jouets et des livres en bon état. Pour la maison : des rideaux, des couvre-lits, toutes sortes d'accessoires utiles et décoratifs. On peut déposer les objets auxquels on souhaite donner une deuxième vie dans les boîtes aménagées à cet effet près de la porte de côté de l'église.



## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU Regroupement des citoyens de Val-David

LE 17 SEPTEMBRE 2012

Le 17 septembre 2012, le Regroupement des citoyens de Val-David (RCVD) tenait sa deuxième assemblée générale à l'école Saint-Jean Baptiste. Plus de 15 % des membres ont assisté à cette assemblée, ce qui est une bonne représentation selon le président.

Le président René Boisvert a souhaité la bienvenue aux personnes présentes, a présenté les membres du conseil d'administration et a résumé les principales réalisations du RCVD pour l'année terminée au 31 mai 2012.

Il y a eu présentation et adoption des états financiers. Les revenus proviennent principalement de l'adhésion des membres et des revenus d'activités alors que les principales dépenses sont les frais d'enregistrement, les assurances, les frais bancaires et les fournitures de bureau. À la fin de l'exercice financier du 31 mai 2012, le RCVD dégage un bénéfice net.

Le président et trois postes d'administrateurs étaient en élection en 2012 et les trois autres le seront en 2013. Le conseil d'administration est formé des membres suivants : monsieur René Boisvert fut réélu à la présidence par acclamation; trois administrateurs étaient en élection, soit madame Louise Meunier, messieurs Jean Quintin et Richard Beaulieu qui furent réélus; les autres administrateurs sont madame Ghislaine Boisclair, madame Claudette Prévost et monsieur Serge Geoffrion. Une nouvelle administratrice s'est ajoutée en la personne de madame Sylvie Bellemare.

Le président a remercié les membres présents et a rappelé que le RCVD a un site internet, [www.rcvd.ca](http://www.rcvd.ca), qui est mis à jour régulièrement.

Gilles Bourret

Aidez le Centre de zoothérapie communautaire en choisissant de faire garder votre animal dans un de nos milieux familiaux. Venez participez avec le CZC à la parade d'Halloween avec votre animal déguisé, le 31 octobre, à St-Sauveur. Réservez votre place : 450 240-0371. Info : Suzanne Legault, Directrice, 450 240-0371 • [czoc@cgocable.ca](mailto:czoc@cgocable.ca) ou [www.czoc.org](http://www.czoc.org)

La boutique de l'atelier Chaudron

# Chaudron

50 ans



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](http://www.chaudron.ca)

Le Creux du Vent

Consultez les menus sur le site internet  
[www.lecreuxduvent.com](http://www.lecreuxduvent.com)

Cuisine du terroir actualisée

OUVERT LE MIDI du jeudi au dimanche  
EN SOIRÉE du mercredi au dimanche

Table d'hôte du midi à partir de 15.00\$  
Table d'hôte du soir à partir de 29.50\$

Hébergement 7 jours sur 7

1430, de l'Académie, Val-David  
819. 322. 2280

# VI<sup>E</sup> ÉDITION DU FESTIVAL INTERNATIONAL des écrivains et artistes de Val-David



Radu Cristian Moraru

Un GRAND merci à tous les participants! · Un GRAND merci à tous nos commanditaires! · Un GRAND merci à la presse pour la diffusion de l'information.

Tenu au cours de la fin de semaine du 6 octobre dernier, le Festival international des écrivains et artistes de Val-David a été un grand succès! Plus de 100 participants -poètes, écrivains et artistes - se sont réunis pendant plus de deux jours, permettant aux uns et aux autres une rencontre de haute qualité.

## VAL-DAVID REPRÉSENTÉ AUX JOURNÉES DE LA CULTURE À Notre-Dame-Du-Portage dans le Bas du Fleuve!

Plus de 200 personnes ont visité l'exposition Livres d'artistes au Portage, qui réunissait une cinquantaine d'artistes du Québec et de l'étranger, en plus d'offrir aux écoliers de la région et aux spectateurs l'occasion de créer des œuvres issues des livres dans des sentiers de la forêt avoisinante du centre d'exposition.



L'artiste de Val-David Jocelyne Aird-Bélanger a été invitée à y exposer ses livres d'artiste personnels et à donner une conférence portant sur son travail et sa démarche. Elle a aussi présenté le projet d'échange avec Cuba Valises numériques/Valijas digitales et rencontré les exposants et le public pour partager ses connaissances au sujet des arts du livre. Elle était accompagnée de Claudette Domingue, la présidente de l'Atelier de l'île.

Jocelyne Aird-Bélanger réalise depuis de nombreuses années des livres d'artistes aussi bien en solo qu'en collectif. Tout au long de la vingtaine d'années où elle a été coordonatrice, puis directrice de l'Atelier de l'île, elle a eu l'occasion de participer à plusieurs projets de livres d'artistes avec des artistes du Québec et de l'étranger. Elle a trouvé dans ce genre de collaboration une manière unique d'exprimer sa vision d'artiste grâce à l'apport d'écrivains ou de poètes, à la création d'une nouvelle œuvre visuelle : le livre d'artiste.

Valises numériques/Valijas digitales est un projet itinérant de livres d'artistes qui réunit sept artistes de Holguín, à Cuba, et vingt artistes de l'Atelier de l'île, de Val-David, au Québec, et porte sur l'influence des technologies numériques sur la création des artistes.

Cette dernière réalisation illustre bien l'évolution du livre d'artiste. Au départ, il y avait le « beau livre » à édition limitée avec reliure de luxe, format qui existe toujours. Cependant, le besoin d'investir la niche du « livre », pour un artiste visuel, dépasse l'œuvre de luxe. Les formes et les procédés sont de plus en plus ouverts et interreliés. Les livres d'artistes



MRC Laurentides, du Pacte Rural et du CLD Laurentides, ainsi qu'avec le soutien de M. Claude Cousineau, député de Bertrand, cet espace complètement réaménagé et insonorisé offrira à la communauté val-davidoise un lieu de création, d'exposition, de formation, de conférence ou de réunion à la hauteur de ses besoins.

# Arts & Culture



THÉÂTRE DU MARAIS

## L'automne au Marais en toute intimité...

**OCTOBRE**  
**Jeudi 25 octobre à 19 h 30, 15 \$, CONFÉRENCE - La Belgique et les Pays-Bas à vélo en famille avec quatre jeunes enfants**  
**Vendredi 26 octobre à 20 h, MARK BERUBE, 25 \$** Présenté avec la collaboration de L-Audio  
**Samedi 27 octobre à 20 h, ALCAZ, 30 \$**

**NOVEMBRE**  
**Jeudi 1er novembre à 19 h 30, Ciné-marais : LE COCHON DE GAZA, de Sylvain Estibal**

**Vendredi 2 novembre à 20 h, LOUIS-JEAN CORMIER avec DANY PLACARD en 1re partie, 30 \$**  
 Présenté avec la collaboration de Didier Girard Ebéniste

**Samedi 3 novembre à 20 h, STEPHEN BARRY BAND, 30 \$**  
**Dimanche 4 novembre à 14 h, DESMOND BYRNE, 20 \$**  
 Classique et brioche présenté en collaboration avec la Boulange aux trois levains et Hydro-Québec

**Jeudi 8 novembre à 19 h 30, Ciné-marais : PINA, de Wim Wenders**  
**Samedi 10 novembre à 20 h, STEVE HILL, 30 \$**  
 Présenté avec la collaboration du restaurant pizzeria le Grand Pa

**Jeudi 15 novembre à 19 h 30, Ciné-marais : POLISSE, de Maiwenn**

**Vendredi 16 novembre à 20 h, SALOMÉ LECLERC, 25 \$**  
 Présenté avec la collaboration de la brasserie Boréale

**Samedi 24 novembre à 20 h, MICHEL FAUBERT, 35 \$**  
 Présenté avec la collaboration de l'hôtel Spa Watel

**DÉCEMBRE**  
**Dimanche 1er décembre à 20 h, CHLOÉ SAINT-MARIE, 40 \$**  
 Présenté avec la collaboration du Journal des Pays-d'en-Haut / La Vallée

Cette année, procurez-vous la carte de saison ciné-marais (20 \$) et ne payez que 2 \$ par film!

La programmation des spectacles ainsi que la liste complète des diffusions Ciné-Marais sont disponibles sur le site Web du théâtre.

Pour plus d'information, retrouvez-nous sur facebook.com/theatredumarais, visitez www.theatredumarais.com ou composez le 819 322-1414.



**Et la vie continue!**  
 Dans le film *Un nouveau monde*, le jeune cinéaste Patrick Bossé pose un regard sensible sur la transition d'un couple de personnes âgées entre leur domicile et une résidence pour retraités.

Dans une chronique d'un quotidien pas ordinaire, monsieur et madame Héroux font leur place dans une résidence pour retraités où les résidents de longue date cultivent leurs habitudes bien forgées. Un portrait touchant, drôle, humain et sage avec, en prime, la magnifique musique de François Lafontaine du groupe Karkwa. Lors de la projection de *Un nouveau monde* qui a lieu le vendredi le **26 octobre à 19 h 30** (994, rue Principale, Prévoist) à l'église St-François-Xavier, le cinéaste Patrick Bossé sera sur place pour discuter de son œuvre. Le coût d'entrée pour cette projection est une simple contribution volontaire.

Info sur la programmation : www.cineclubprevost.com ou devenez membre du groupe sur Facebook. Contact : 514 519-0528

**Robin Hutchinson**  
 21 octobre - 25 novembre vernissage 21 octobre 14h  
**espace KAO**  
 collectif céramique sculpture  
 espacekao.blogspot.com  
 2501 Rue de l'Église Val-David Québec J0T 2N0

**Le cinéma MAISON**  
**Primeurs NOVEMBRE 2012**

**23 octobre 2012**  
*Abraham Lincoln : chasseur de fantômes*  
*Abraham Lincoln : vampires hunter*  
 drame d'horreur

**30 octobre**  
*La ligue des braves*  
*Crooked arrows* - drame  
*Cloco*  
 drame français

**6 novembre**  
*Your sister's sister*  
 drame

**9 novembre**  
*Spider-man*  
*The amazing spider-man*  
 suspense

**13 novembre**  
*Rebelle / Brave*  
 animation, Disney  
*Liverpool* - drame, Québec

**20 novembre**  
*Les sacrifiés II (The expendables 2)*  
 action, USA  
*Laurence Anyways*  
 drame, Québec

**SERVICES ET NOUVELLES DE VIDÉO**  
<http://videoducarrefour.wix.com/vdc>

+ consultations de TAROT AMÉRINDIEN avec Sonia De Bellefeuille les mercredis et samedis de 17h à 19h, avec ou sans rendez-vous  
 + section de livres neufs à petits prix

**NOUVEAU : LE WEBDOC DE L'ONF AUQUEL NOUS AVONS PARTICIPÉ, UN VENDREDI AU VIDÉO, EST MAINTENANT DISPONIBLE SUR INTERNET À L'ADRESSE SUIVANTE : WWW.ONFCA/CLUBVIDEO**

**VIDÉO du Carrefour**  
 2510, de l'Église, Val-David - 819.322.2741

**Club Marvija**  
 Rivière Marvija - Lac Beauport

**Condo-Hotel**  
 Spéciale d'été  
 Cours de Yoga sur la plage à tous les jours inclus  
[www.marvija.com](http://www.marvija.com)  
 Visitez notre site internet et Réservez Maintenant! (450) 492-9094

**Espace Fresque**  
 Église de Val-David

Marie-Eve Collette  
 Marie-France Pinard  
 Marie-Josée Moreau  
 Ginette Fontaine  
 Suzanne Jean  
 Renée Noreau

**LE TEMPS... Nous**  
 présence artistique

Exposition du 25 septembre au 2 décembre 2012  
 ouvert pour visite guidée: samedi de 10h à 16h et dimanche de 13h à 16h.  
 Vernissage: samedi 29 septembre 2012 à 17 hrs.

**SÉANCE DE signature**

Félix Muheto rencontrera ses lecteurs à la librairie BuroPLUS MARTIN de Mont-Tremblant, le samedi 3 novembre 2012, de 14h à 16h.

**AUBERGE DU VIBUX FOYER VAL-DAVID**  
 Spa • Fine Cuisine • Villégiature

**Forfaits détente, loisirs et affaires**  
 Salles disponibles pour vos événements

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\$
--	---	--

[www.aubergeduvieuxfoyer.com](http://www.aubergeduvieuxfoyer.com) - 819-322-2686  
 3167, 1er Rang Doncaster, Val-David

## GALA DE LA CHAMBRE DE COMMERCE DE SAINTE-AGATHE-DES-MONTS BuroPlus Martin remporte la palme

Le samedi 13 octobre dernier, dans le cadre du Gala de la Chambre de commerce de Sainte-Agathe-des-Monts, la librairie BuroPlus Martin, relocalisée au 18, rue Principale Est, s'est vue attribuer deux prix importants, une première en douze années d'existence de cet événement annuel. Le premier prix dans la catégorie « Embellissement des lieux » soulignait l'aménagement exceptionnel du local, trois fois plus grand qu'avant et offrant en plus un service d'encadrement et de vente de matériel d'artistes, un nouveau département de vente et service informatique (OrdinatechPLUS) ainsi qu'un café-bistro avec terrasse (BistroPLUS). La librairie s'est

également mérité le premier prix dans la catégorie « Service à la clientèle ». Six entreprises étaient en lice dans chaque catégorie. M. Stéphane Bisson, président de BuroPlus Martin, a exprimé une « immense joie et beaucoup d'émotion, d'autant plus que pour la première fois cette année, le vote venait des membres de la Chambre de commerce eux-mêmes. Je profite donc de cette occasion, a-t-il ajouté, pour vous remercier tous et chacun pour les efforts faits afin d'assurer le succès de notre entreprise. La seule vraie raison qui fait que les clients nous encouragent, c'est que la qualité du service et le dévouement du personnel sont une priorité chez BuroPlus Martin. »

## UNE 8<sup>E</sup> ÉDITION POUR LE SALON VAL DES ARTS DE VAL-MORIN où qualité et bon goût sont toujours au rendez-vous!

Démarré par l'Association des Femmes Actives de Val-Morin en 2005, le Salon Val des Arts a acquis la réputation d'un petit salon où qualité et bon goût sont au rendez-vous d'année en année. Le comité organisateur, maintenant composé de bénévoles engagées, montre un réel souci de renouvellement afin d'offrir une variété de créations originales et de grande qualité à des prix accessibles. Les artisans sont choisis avec minutie.



cadeaux inspirants qui feront plaisir à ceux que vous aimez, tout en encourageant les artisans de chez nous.

C'est l'accueil chaleureux d'un petit salon, où il est possible de discuter avec l'artisan. L'atmosphère y est conviviale. On peut manger sur place tout en discutant avec des amis. La restauration est assurée par les Femmes Actives de Val-Morin.

Le Salon accueille cette année 22 artisans qui nous proposent leurs créations dans une sélection aussi variée que joaillerie, poterie culinaire, savons artisanaux, produits d'herboristerie, vêtements et accessoires en matière recyclée, tricot, peinture sur bois, poupées de collection, personnages de Noël, vitrail, chandeliers et lampes en métaux recyclés, stylos de bois, planches à dépeçer, bijoux artisanaux, cabanes d'oiseaux. Profitez-en pour dénicher des

Les profits générés par le Salon Val des Arts sont remis à chaque année à un organisme local. L'année dernière, c'est à la Halle alimentaire de Val-Morin qu'a été remis un don qui s'est avéré bien opportun juste avant Noël.

À cette occasion, les visiteurs pourront aussi jeter un coup d'œil du côté de la galerie d'art Espace Rhizomes, installée dans l'ancien presbytère, à quelques pas de là. Il sera possible d'y trouver, entre autres, des œuvres de petit format, créées par des artistes d'ici.

Donc, ne manquez pas ce rendez-vous annuel le **samedi 17 novembre de 10 h à 17 h et le dimanche 18 novembre de 10 h à 16 h à la salle municipale de la mairie au 6120, rue Morin, à Val-Morin.** Pour information, 819 322-1975 ou 819 322-1499

**LA VAGABONDE**  
 qu'une  
**BOULANGERIE ARTISANALE**  
 café • prêts-à-manger

Menu midi bio  
 Délicieuses soupes, sandwichs & salades sur place ou à emporter

Visitez-nous sur  
 Accès Wi-Fi

**ouvert tous les jours de 8h à 18h**

[www.boulangeriela vagabonde.com](http://www.boulangeriela vagabonde.com)  
 1262, chemin de la Rivière, Val-David - 819 322-3953

## Dernières lueurs du Marché d'été LES BOURSIERS 2012

Nancy Beaulne

Le dernier marché de la saison était aussi l'occasion de remettre les bourses d'excellence de 500 \$ offertes par ses partenaires : la bourse de « La Relève », offerte par le CLD Laurentides ainsi que la bourse « Producteur de l'année » offerte par Metro Dufresne.



La remise des prix a débuté par la présentation de la bourse de « La Relève », qui est accordée chaque année en collaboration avec le CLD Laurentides à une jeune entreprise du Marché d'été de Val-David. Madame Julie Bourgon, commissaire au développement économique du CLD Laurentides, a fait l'éloge du gagnant en ces mots : « Ce que nous

Monsieur Jacques Dufresne, du Metro Dufresne de Val-David, a présenté la bourse « Producteur de l'année » en ces termes : « Cette entreprise s'est distinguée par sa volonté de mettre sur le marché des produits raffinés et de haute qualité; par sa détermination à développer sans cesse de nouveaux produits et à diversifier ses activités tout en étant fidèle à sa mission d'origine; par sa capacité de fournir des produits de qualité égale, constante; par son esprit novateur en optant dès la

création de l'entreprise pour une méthode de fabrication artisanale et une certification biologique; par sa fidélité au Marché et son travail assidu. Toutes nos félicitations à Geneviève, Patrice, Francis, les enfants et toute l'équipe de la boulangerie bio artisanale La Vagabonde, de Val-David. »



retenons surtout de cette jeune entreprise, c'est la qualité de ses produits, son esprit de créativité et d'invention, son désir de se développer tranquillement mais sûrement, son ambition de nous offrir ses produits obligatoirement frais, pour qu'ils soient bons... À travers sa participation aux Marchés d'été de Mont-Tremblant et de Val-David, ils ont démontré une énergie et un enthousiasme tels que nous pouvons croire qu'ils sont prêts à faire face à tous les pièges du commerce! » Ce sont Nicholas Labelle et Natacha Dorval de l'entreprise Que des bouchées, de Prévost, qui ont raffé les honneurs cette année.



Enfin, Diane Seguin, organisatrice des Marchés, a remis le prix « Coup de cœur du Marché » à l'entreprise de la relève Porat - Délices Végétariens.

Rendez-vous pour la suite de nos délices laurentiens au **Marché de Noël**, notre événement le plus fou, le plus festif, le plus gourmand de l'année, les 8 et 9 décembre prochains de 10 h à 16 h, à l'école Saint-Jean Baptiste, au 2580, rue de l'Église, à Val-David.

## À TABLE AVEC LOUISE DUHAMEL Brève histoire de gastronomie locale

En 1977, un petit bistro a ouvert ses portes à Sainte-Agathe. Sur son menu du jour, on lisait : crème de fenouil, gratin de légumes, crêpe aux champignons et omelette à la ratatouille. Précurseur, le restaurant Loup-Garou? Décrit comme le plus petit des grands restaurants des Laurentides, ce petit 24 places s'inscrivait dans la tendance de l'époque. Il était tenu par un jeune couple de Québécois. J'en étais la cuisinière. Je dis « cuisinière » parce que je n'avais pas la prétention de me faire appeler « chef »; je n'avais pas encore l'expérience qui vient avec l'acharnement et le temps. On a dit souvent que je cuisinais comme une avant-gardiste. Précurseur, la cuisinière? Josée Blanchette, alors chroniqueuse gastronomique du *Devoir*, nous avait décrites, Anne Desjardins et moi, comme des femmes-chefs pionnières. Même si je servais de la viande ou de la crème Chantilly avec le gâteau, on percevait mon restaurant comme... végétarien. On m'a aussi qualifiée de vile commerçante quand il a fallu que j'augmente les prix du menu! Autres temps, autres mœurs...



poire rôtie à l'huile de noisette grillée. Aussi, un thé de champignons sauvages aux perles de tapioca et vermicelle de sarrasin. Un gratin de salsifis et de morilles aux noix. Je pense que l'on en est enfin rendu là où je me croyais, bien naïvement, quand j'ai ouvert mon premier restaurant en 1977. Ça vous tente que je partage mes façons de faire et quelques-unes de mes recettes? Voici ce que je vous propose ce mois-ci :

### Ballottine de bette à carde, réduction de Madère

#### Ingédients

1	oignon
2	gousses d'ail
2	carottes
100 g	champignons blancs (ou autres)
1	botte de bette à carde
50 g	raisin blond
50 g	noix de pin
Au goût	muscade
1	citron, zeste et jus
200 ml	Madère (porto ou marsala)
Q.S.	huile d'olive
Au goût	sel et poivre
Au goût	piment d'Espelette (ou l'équivalent)

#### Préparation

1. Ciseler l'oignon.
2. Hacher l'ail.
3. Peler et râper les carottes.
4. Tailler le pied des champignons et réserver pour le fumet. Émincer les têtes de champignons.
5. Émincer les tiges de bette à carde.
6. Blanchir les feuilles de bette à carde.
7. Pocher les raisins dans suffisamment de Madère pour couvrir.
8. Blanchir et râper le zeste de citron. Presser le citron pour en obtenir le jus.
9. Griller les noix de pin.
10. Suer les oignons à l'huile d'olive, ajouter l'ail et les tiges de bette. Cuire 2-3 minutes. Ajouter les champignons émincés. Prolonger la cuisson à couvert. Les légumes doivent être tendres. Assaisonner avec le sel, le poivre, la muscade et le piment d'Espelette.
11. Ajouter les raisins égouttés, les noix de pin et le zeste de citron.
12. Garnir chaque feuille de bette avec le mélange et ramener les bords de la feuille au centre. Façonner en boule (ballottine) à l'aide d'une feuille de papier film (Saran Wrap) ou avec un coton à fromage. Réfrigérer pour que la ballottine prenne sa forme.
13. Confectionner un fumet de champignons : suer les queues de champignons émincées. Ajouter un peu de vin blanc, de l'eau, les parures de carottes, d'oignons, du persil, etc. Mijoter jusqu'à ce que cela soit goûteux. Assaisonner.
14. Réchauffer les ballottines dans le fumet de champignons à couvert (au 3/4). Mettre les ballottines de côté, recouvertes, pour les conserver chaudes. Réduire le fumet pour concentrer sa saveur.
15. Réduire le Madère jusqu'à ce qu'il soit sirupeux. Ajouter le fumet et le jus de citron au goût. Monter la sauce à l'huile d'olive (ou au beurre) et assaisonner.
16. Servir avec une polenta, un risotto ou une légumineuse. Pour les carnivores, la ballottine accompagne très bien le porc ou la volaille.

Note : Ne vous laissez pas abattre par la longueur de cette recette. Son exécution est simple et c'est si délicieux!

Bon appétit!  
Louise Duhamel  
Enseignante à l'École Hôtelière des Laurentides et résidente de Val-David

Le pleurote cultivé par un enseignant résidant à Val-David, la pomme de terre ratte que me vendait Mamie nature de Rawdon, le magnifique agneau de l'Île Verte ou l'oursin qui nous venait de la région de Matane au début des années 80 nous coûtaient très cher. On était jeunes, passionnés et on innovait. Il fallait trouver, souvent aller chercher, ces superbes denrées là où elles étaient produites. Le poulet de grain de la ferme Bachs était élevé à Marieville. En hiver, si le camion ne livrait pas sa marchandise, on s'y rendait tant bien que mal! Les fromages au lait cru étaient rares et se vendaient sous le couvert de l'anonymat chez Froche, importateur installé à Verdun. Il fallait attendre en mai pour que la pêche au saumon reprenne, et l'oublier aussitôt novembre arrivé. Bref, ce n'était pas facile. C'était il n'y a pas si longtemps.

Ma carrière de cuisinière m'a menée en Ontario, où j'ai dirigé les cuisines d'un Relais & Châteaux, puis au Vermont, où j'ai enseigné pendant dix ans. Partout, j'y ai vu la même transformation qu'au Québec, grâce à la passion des nombreux intervenants de la chaîne alimentaire en quête de qualité. Des marchés, ici et ailleurs, ont vu le jour. C'est ici, dans les Laurentides, grâce à la collaboration de l'École Hôtelière, que j'ai assisté à mes premières rencontres entre producteurs et chefs cuisiniers. Puis, ce fut en Ontario, pendant de fameux happenings de bouffe qui avaient lieu sur la ferme d'une congrégation, dans un verger ou à l'orée d'un bois entourant un champ de maïs, le lieu changeant selon les années. Les chefs cuisinaient leurs produits sur place et ils étaient dégustés en pleine nature. Au Vermont, j'ai fréquenté le marché de Burlington, situé derrière l'hôtel de ville. Là-bas, grâce au Vermont Fresh Network et à l'implication des producteurs membres, de la New England Culinary Institute, où j'enseignais, et grâce aussi à l'université du Vermont, cet État américain a le vent dans les voiles en production bio. Bien qu'à plus petite échelle que la production du Québec, leurs fromages n'ont rien à envier aux nôtres. Allez y faire un tour : vous verrez.

Je suis revenue habiter chez moi, sur le 10<sup>e</sup> Rang, autrefois appelé chemin du Lac à la truite, du mauvais côté de Val-David, me dit-on. Bof! Derrière mes sapins et bouleaux, je vous regarde du haut de la côte et j'en descends chaque samedi pour faire mon marché, à mon grand plaisir.

Depuis mon retour, j'enseigne à l'École Hôtelière des Laurentides, à Sainte-Adèle. J'enseigne, entre autres cours, l'utilisation des produits régionaux. L'une de ces leçons porte sur l'utilisation de légumes racines, de légumineuses et de champignons dans le cadre d'un menu dégustation végétarien. On y sert par exemple une crème de panais à la vanille avec une



## BILLET DE LA *maire*esse

### Nature, culture et communautaire

La nature nous a gâtés ces dernières semaines! L'automne nous a abondamment choyés avec ses couleurs éclatantes. Quelle que soit la saison, notre coin de pays est vraiment beau! Comme me le disait une de nos citoyennes, chaque fenêtre de nos maisons devient un tableau de maître!

On peut être fiers d'avoir réussi à protéger cette nature généreuse qui nous offre un spectacle haut en couleurs et qui attire de nombreux touristes. La nature et la culture sont à la fois nos moteurs économiques et les principaux vecteurs de notre qualité de vie. L'amélioration des services et des infrastructures et les activités culturelles favorisent aussi notre sentiment de bien-être.

Des commentaires élogieux me parviennent en grand nombre. Pas de la simple flatterie, mais de vrais coups de cœur de la part de citoyens connus, tout autant que de parfaits inconnus qui prennent le temps de nous dire que notre

village est beau, que notre village est un modèle, que notre village possède une foule d'attraits inestimables. On cite même notre vie communautaire à l'implication sociale hors du commun.

La nature saute aux yeux, la culture touche le cœur et le communautaire nous rassemble autour de tout ce qui embellit nos vies. Parmi toutes ces choses, il y a celles que l'on voit moins mais qui n'en ont pas moins d'importance. Invitée récemment au *Pavillon Pierre-Péladeau*, j'ai pu constater qu'il se fait aussi, à l'abri des regards, un magnifique travail qui contribue au mieux-être de notre société. Je suis convaincue que le milieu dynamique et énergique que Val-David offre à ces gens améliore les chances de réussite de leur thérapie.

Une autre nouveauté, l'inauguration la semaine dernière d'un espace studio au *LézArts loco*. Un nouvel espace de travail artistique et lieu d'exposition qui donnera accès à l'art sous toutes ses formes à un large public.

Le *Havre*, où s'installeront bientôt nos aînés, amène d'autres personnes à venir s'installer à Val-David, en particulier les membres de leurs familles tombés eux aussi en amour avec le village.

Le rôle de la Municipalité est de garantir la préservation de tous ces aspects de la vie à Val-David et je suis heureuse de vous informer que c'est dans un climat harmonieux que le Conseil a terminé la ronde des contrats de travail. Nos employés, toujours fidèles au poste, méritent respect et reconnaissance. Chaque jour, ils font marcher la machine, selon l'expression consacrée, chaque jour nous pouvons compter sur eux. Ce que d'aucun constate dans notre village résulte de la

vision des Conseils qui se succèdent, mais c'est par leur travail, dans la continuité, que vous pouvez observer les résultats tangibles de nos décisions et de nos choix.

### L'homme de la situation

Parmi les piliers de Val-David (et je ne fais pas référence à sa carrure), il y a un homme que vous connaissez tous, c'est monsieur Yves Frenette. Ce mois-ci, il a fêté ses 20 ans à l'emploi de la Municipalité et au service de ses concitoyens.

Vingt ans à se lever de bonne heure, 20 ans à se lever de bonne humeur, 20 ans à veiller sur Val-David, aux commandes des Travaux publics et maintenant directeur général adjoint.

Lors de son entrevue d'embauche, il a demandé à son intervieweur de sortir de derrière son bureau et de le laisser prendre sa place, question de se mettre rapidement dans la peau du poste.

Un homme fiable, un leader naturel, un grand cœur généreux, sensible et droit. Pour des intérimis plus ou moins longs, il a dû prendre les commandes de la direction générale à quelques reprises. À chaque fois, il a fait preuve d'un professionnalisme doublé de gros bon sens, d'intégrité, de souplesse, de compréhension et de fermeté. Comme il le dit lui-même, il a Val-David tatoué sur le cœur et ça se sent.

Au nom du Conseil, des citoyens, de ses collègues de travail, de ses employés et de tous ceux qui profitent d'une façon ou d'une autre de ses bons et loyaux services, je tiens à le remercier publiquement.

Nicole Davidson

**HALLOWEEN  
AU VILLAGE**  
PARC LÉONIDAS-DUFRESNE

**TIM BURTON ET SON UNIVERS...**

- ☠ Maison hantée à la petite gare
- ☠ Chasse aux trésors
- ☠ Espace cocktail
- ☠ Studio de photo
- ☠ Amuseurs publics
- ☠ Concours : Cuisinez votre citrouille

**MERCREDI 31 OCTOBRE 2012  
DE 17H30 À 19H30**  
Quelques activités à compter de 15h30 pour les petits.

**PETIT DÉJEUNER  
de la mairesse**  
(au profit du comptoir alimentaire)  
**Dimanche 4 novembre 2012**  
**8h30 à 11h - École St-Jean-Baptiste**  
Billets en vente à la mairie et auprès  
des membres du Conseil  
12\$/adultes - 6\$/6-12 ans

**Samedi 1<sup>er</sup> décembre**  
**De 9h30 à 17h**

Salle communautaire/église  
Plus de 20 artisans sur place.

**MARCHÉ  
des  
artisans**

**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

## LOISIRS ET CULTURE

### CONCOURS et Internet

#### CONCOURS ET CONCOURS

**Semaine des bibliothèques publiques**  
(20 au 27 octobre)

**De tout sur tout... Abonnez-vous!**

Profitez de l'occasion pour découvrir ou redécouvrir votre bibliothèque et participez au concours national en ligne jusqu'au 31 octobre. Tirage de 7 cartes-cadeaux Renaud-Bray d'une valeur de 500 \$ chacune.

**Une bibliothèque au bout de vos doigts**

Du 20 octobre au 7 décembre 2012  
Courez la chance de gagner une liseuse numérique (un gagnant par bibliothèque).  
Bulletin de participation disponible à la bibliothèque ou en ligne au [www.reseaubibliolaurentides.qc.ca](http://www.reseaubibliolaurentides.qc.ca).

#### RESSOURCES NUMÉRIQUES

Accessibles avec votre numéro d'usager et NIP BIBLIO. Simple et GRATUIT!

#### Edu-Performance

[www.eduperformance.com](http://www.eduperformance.com)  
Cours de bureautique de la Suite Office (Word, Excel, Power Point, Outlook, Access) de Windows XP, Windows 7 et Vista; initiation à l'informatique et à Internet.

**EUREKA.CC** [www.eureka.cc](http://www.eureka.cc)  
Textes intégraux d'articles publiés dans les quotidiens et les périodiques tels La Presse, Le Soleil, L'Actualité, Le Devoir, Les Affaires, Le Droit, Protégez-Vous et Voir.

**TOUTAPPRENDRE.COM** [www.toutapprendre.com](http://www.toutapprendre.com)  
Cours d'auto-apprentissage des langues. Anglais (différents niveaux), espagnol, italien et allemand.

**UNIVERSALIS** [www.universalis.fr](http://www.universalis.fr)  
Encyclopédie sur tous les domaines de la connaissance. Atlas des pays (400 cartes), laboratoire scientifique interactif, annuaire Internet, etc.

#### AUTRES LIENS INTERNET UTILES

**Communication-Jeunesse** [www.communication-jeunesse.qc.ca](http://www.communication-jeunesse.qc.ca)  
Site branché sur la littérature québécoise et canadienne-française pour la jeunesse.

**LAROUSSE** [www.larousse.fr](http://www.larousse.fr)  
Dictionnaires, encyclopédie et applications mobiles en ligne.

**LEXILOGOS** [www.lexilogos.com](http://www.lexilogos.com)  
Outil de recherche de mots et de merveilles d'ici et d'ailleurs.

**LIVRES OUVERTS** [www.livresouverts.qc.ca](http://www.livresouverts.qc.ca)  
Sélection de livres de qualité s'adressant aux élèves du préscolaire, du primaire et du secondaire. (MELSO)

**Reverso** [www.reverso.net](http://www.reverso.net)  
Aide à la traduction (anglais, allemand, espagnol, italien, russe, chinois, arabe, hébreu et japonais).

**WIKIPÉDIA** <http://fr.wikipedia.org>  
Encyclopédie collective établie sur Internet, universelle, multilingue et fonctionnant sur le principe du wiki (pages sont modifiables par les visiteurs afin de permettre l'écriture et l'illustration collaboratives des documents numériques qu'il contient).

## ESPACE à louer

Adjacent à la caserne de pompiers (ancien garage municipal)

Espace-atelier pour activités culturelles et communautaires (non commerciales), disponible en location à court ou moyen terme pour projet temporaire nécessitant un grand espace. Grandeur approximative : 34'1 x 34'p x 15' h.

Les artistes, personnes ou organismes intéressés peuvent déposer ou faire parvenir leur demande à la mairie. Information : Lynne Lauzon 819 324-5678 / [loisirs@valdavid.com](mailto:loisirs@valdavid.com).



## COMMUNAUTAIRE

### MADA

Comme plus de 300 municipalités au Québec, Val-David amorcera sa démarche pour devenir Municipalité amie des aînés dès janvier 2013.



Une municipalité amie des aînés se soucie des personnes âgées de son territoire et cherche à améliorer leurs conditions de vie. À cette fin, elle adapte ses politiques, services et structures à leurs besoins, agit sur plusieurs facteurs (habitation, loisirs, aménagement urbain, transport, etc.), favorise la participation constante des aînés non seulement aux consultations, mais également à l'action, s'appuie sur la concertation et la mobilisation de toute la communauté, vise à mettre un frein à l'âgisme qui constitue un obstacle important au vieillissement actif.

Pour ce faire, un comité composé de différents intervenants et citoyens doit être formé. Nous sommes donc à la recherche de citoyens, hommes ou femmes, ayant du temps à consacrer à l'avancement du projet (rencontre d'environ trois heures/mois).

Les personnes intéressées à se joindre au comité doivent nous faire parvenir une lettre de motivation à la mairie en spécifiant leur catégorie d'âges et date de naissance.

**Nous cherchons donc une personne de chacun des groupes d'âges suivants : 50-59 ans, 60-69 ans, 70-79 ans, 80 ans ou plus.**

Information : Lynne Lauzon au 819 324-5678 poste 4231 / [loisirs@valdavid.com](mailto:loisirs@valdavid.com).

## ESPACE ados

Pour les 12 à 17 ans, au chalet Dion  
Mercredis 17h à 18h & jeudis 17h à 22h.  
Inscription dès maintenant pour activités hebdomadaires (groupe fixe : 12-13 ans ou 14-17 ans). Les projets et les activités sont choisis par les jeunes.

Si tu te cherches un travail, si tu veux retourner à l'école ou si tu as une difficulté quelconque, tu peux aller en parler à Alexandre, le travailleur de milieu de Val-David.  
Pour le joindre : 514 836-2246

Musique jam, sports, arts, création de film, théâtre, combat d'épées en mousse, jeux, cuisine... TOUT EST POSSIBLE!

Les MODADOS (Ski-se-Dit au parc)  
De leur cru ou repêchés quelque part, les « modados » traduisent leurs pensées, leurs sentiments face à la vie, leurs préoccupations et leurs espoirs.

« Assume tes choix, regrette pas tes erreurs. / Faites attention à la vie parce que la planète a besoin de nous. / Sourire. / Je t'aime fort. / La lumière, c'est la façon de vivre. / Don't, worry be happy. / Légalisons le skateboard. / Le skateboard, ce n'est pas un crime, c'est juste un sport. / Les gars disent pas toujours toutes (sic) leurs sentiments. / Le sport, c'est la vie. / Vivre, c'est ton signe. / Let it B. / Vis ta vie vis reste en vie. / L'amitié c'est important. / La faiblesse des hommes réside dans leur cœur. / Stand up for your rights. / L'appétit vient en mangeant. / Le skate c'est cool. / Vivre le skate. / Une autre journée, un autre dollar. / On est chanceux. / Ne jamais abandonner. / Si je pleure pour toi, c'est parce que tu es tout pour moi. / You need people like me. / Ferme les yeux et le monde deviendra ce que tu voudras. / Il est possible de t'aimer sans te connaître, mais il est impossible de ne pas connaître sans t'aimer. / Essaie avant de dire que tu n'es pas capable. / L'intelligence a bien meilleur goût. / Je m'allonge dans la nature, ça prend le temps que ça prendra. Dans mon entourage, il y a des gens qui se stressent jusqu'à la mort. Si ça ne marche pas, rallonge-toi pis écoute. / Suivre le chemin d'un autre n'amène jamais assez loin. / Avant d'aimer, apprend à t'aimer toi-même; skate rules. / Vivre, c'est jouer dans ta vie. »

## SÉCURITÉ PUBLIQUE

### TOUJOURS prêts!

La journée annuelle portes ouvertes de la caserne des pompiers à Val-David connaît toujours un grand succès!

Malgré un temps incertain, c'est en grand nombre que petits et grands sont venus visiter la caserne nouvellement réaménagée, le samedi 3 octobre dernier. L'impressionnant équipement, les démonstrations de manœuvres et la possibilité de voir de près les véhicules en ont intéressé plus d'un.

Un gros merci à l'équipe des pompiers de Ste-Agathe qui se sont joints à ceux de Val-David avec leur grande échelle.

La semaine suivante, poursuivant leur mission de sensibilisation à la sécurité, nos pompiers ont participé avec quatre familles de Val-David à la grande évacuation proposée à la grandeur de la province par le ministère de la Sécurité publique.

Tout s'est déroulé dans le calme et l'objectif de moins de trois minutes pour l'évacuation complète d'une résidence a été atteint



chaque fois avec des temps variant entre 32 secondes et 1 minute 2 secondes. L'exercice pourrait sauver des vies quand on sait que, dans le pire des scénarios, vous avez moins de 3 minutes pour sortir d'une maison en flammes avant que la fumée n'envahisse votre demeure. Cela comprend le temps que l'avertisseur de fumée détecte la fumée, sonne et vous réveille. Ce qui signifie qu'il ne vous reste plus beaucoup de temps pour évacuer.

Nous vous suggérons de faire vous-même l'exercice avec l'aide des informations et outils en ligne sur [www.securitepublique.gouv.qc.ca](http://www.securitepublique.gouv.qc.ca).



De gauche à droite, Maryse Lapointe (ÉSJB), Ginette Hamel (Le Havre), Ysabel Pénélope (Cri du Cœur), Louise Griffith (Boutique Les Abeilles), Françoise Poirier (Comptoir alimentaire), Jeanne d'Arc Sauvé (Bon voisin, Bon œil), Lucille Rocheleau (coordonnatrice VDS), Jacquelin Rivet (Constellation des potagers), Nancy Faubert (Coop des jardins du soleil levant), Jean-Yves Gervais (Club Optimiste VD-VM), Geneviève Lalonde (CSSS des Sommeils), Carole Ann Durand (Laurentides en transition), Sandrine Beauchamp (CPE Bambouli).

Du sang neuf, de beaux projets et une belle concertation. Sous la coordination de Lucille Rocheleau, le comité travaille pour vous donner une meilleure qualité de vie. Une

dynamique des plus intéressantes et des plus productives créée par des citoyens engagés, pour une communauté... en santé!

## GENEVIÈVE a lu pour vous...

### PARAPLUIES

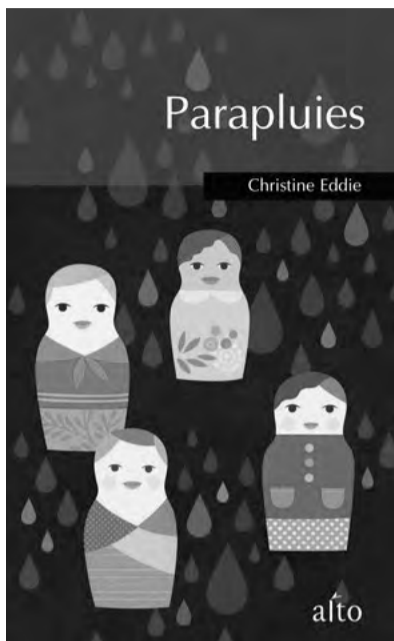
De Christine Eddie  
(Éditions Alto)

Bien emmitoufflée, dans mon fauteuil près de la fenêtre, j'écoutais la pluie tomber et j'ai ouvert avec bonheur ce nouveau livre dont le titre était tout à fait de circonstance compte tenu de la température. Ce qui m'a fait sourire. Et, contre toute attente, la journée et la pluie n'étaient pas encore terminées lorsque j'ai lu la dernière page!

Christine Eddie se lit bien : l'auteure nous guide tout doucement dans un dédale de chassés-croisés amusants. Dès les premières lignes, elle m'a fait aimer ses personnages. J'ai été charmée par les liens inattendus qui se tissent entre eux et par l'humanité qui s'en dégage.

Et moi qui adore les surprises, j'ai été servie au détour d'un paragraphe...

Ses références au personnage d'une petite Somalienne qui se matérialise parfois aux côtés de Béatrice m'ont fait penser au roman de Yann Martel, *L'histoire de Pi*, qui m'avait captivée par son



imaginaire et dont j'avais d'abord cru l'histoire vraie!

*Parapluies* m'a laissée un peu triste, du moins pour les références à la petite fille, mais l'histoire ne tournant pas complètement autour du sujet de cette Somalienne, j'en suis ressortie touchée par l'ensemble des personnages et leur histoire, qui ont laissé leurs empreintes dans mes pensées.

La « Note de l'auteur », à la fin du livre, m'a éclairée sur le personnage d'Aïsha, qui est le seul personnage qu'on pourrait qualifier de « réel », se basant sur une histoire qui s'est réellement passée en Somalie.

En résumé, j'ai beaucoup souri et je me suis attendrie. Mon cœur s'est serré, j'ai espéré et j'ai eu la larme à l'œil. De nouvelles amitiés, une surprise romantique qui n'aura jamais lieu et des non-dits qui nous laissent rêver. Au bout du compte, j'ai passé un charmant moment. À lire un dimanche pluvieux!

Geneviève Bériault



Plus de 176 participants enthousiastes à l'égard de la randonnée pédestre et de la course ont soutenu la Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut durant les 4,6 km d'ascension jusqu'au sommet de la montagne le dimanche 30 septembre dernier. Le comité organisateur se dit hautement satisfait de la deuxième tenue de l'événement. Le volet Performance toute catégorie a été remporté par Ricardo Izquierdo-Bernier avec un temps de 27 min 10 s et 921 ms. Un tout nouveau partenariat avec la firme M.S-1 Timing permet un chronométrage précis et une possibilité de résultat instantané.

Sur le même podium sont montés plusieurs jeunes sportifs, des membres du club les Fondateurs, des jeunes familles, bref, des gens de tous les âges. Le comité organisateur continue à miser sur la

participation de jeunes équipes sportives, de groupes communautaires et de familles actives afin d'assurer le succès du Grand Prix des couleurs. Plus de 4000 \$ ont été recueillis lors de ce deuxième événement.

La Fondation médicale tient à remercier ses partenaires, qui sont essentiels au succès de cet événement : King Communications, les Productions Out to Play, Promutuel l'abitibienne, la Buanderie Eco-L'Eau, S.Bourassa Mont-Tremblant, J.L. Brissette et CIME 103.9. La Fondation remercie également l'équipe des événements de la Station Mont-Tremblant.

Info : [www.fondationmedicale.com](http://www.fondationmedicale.com), section Événement. Prochain rendez-vous : 29 septembre 2013.

## JEU d'automne

L'automne est le temps des échanges. Conserves, réserves, semences. On vous invite à vous joindre au JEU (Jardin d'Échange Universel) où vous pouvez offrir et vous procurer biens et services

contre des points plutôt que de l'argent. Venez retrouver le sens du partage. Nos rencontres mensuelles ont lieu le dernier dimanche du mois, de 13 h 30 à 15 h 30, à la Chapelle sur le Lac de Ste-Adèle, 1300, chemin Chanteclerc. Vous pouvez rencontrer les autres membres, vous informer, vous inscrire et participer à notre mini-bazar. Rendez-vous le 28 octobre. Anna Louise : 819-326-0340.

## La beauté en pleine forme

avec Marie-Denise et Micheline

### Côté coiffure

La beauté, c'est une question d'attitude. Ça n'a ni sexe ni couleur. Tout le monde est beau à sa façon; suffit de prendre un peu soin de son look. Marie-Denise, qui n'est jamais à court d'idées, invite sa clientèle masculine les **mercredis dès 9 h 30** pour ses ateliers du tonnerre « coupe pour hommes », à seulement 9 \$. Question de donner du panache à son homme. Même topo le jeudi matin avec ces dames, au même prix, histoire de réussir une de ces mises en plis qui vous mettent en forme pour le reste de la semaine! Naturellement, le salon est ouvert en après-midi sur rendez-vous pour tous ces petits plus inspirés, techniquement professionnels, pour les mèches, les permanentes, les colorations (sans ammoniac!), à des prix si renversants qu'il faut être assis pour les entendre!

Et puis, il faut bien penser aux amies en difficulté : le **dimanche 4 novembre**, dans la foulée d'octobre, mois dédié au cancer du sein, nos jeunes professionnelles du Salon-École organisent un « rasothon »... une manière personnelle de mettre les cheveux au service d'une cause importante.

Diplômée de Térapo Médiq en trichologie (science qui permet d'identifier et de traiter diverses affections et infections véhiculées par le système pileux, et se caractérise par une approche naturelle

axée sur la prévention des maladies et le maintien de la santé du cheveu et du cuir chevelu), Marie-Denise, au-delà de la coiffure, porte une attention particulière au profil capillaire de ses clients, y compris les personnes en traitements de chimiothérapie. Les produits utilisés au Salon-École sont sans exception naturels, certifiés Écocert, scientifiquement développés depuis 30 ans au Québec par le Laboratoire Nature. C'est une chance unique d'avoir accès à ce type de traitement capillaire au cœur du village de Val-David.

### Côté esthétique

Micheline propose ce mois-ci aux lectrices du *Ski-se-Dit* l'épilation au sucre, une méthode naturelle pour enlever les poils à la racine tout en gardant une peau saine et lisse pendant des semaines. À la suite de ce traitement tout à fait naturel, les poils deviennent plus fins et plus clairsemés avec des traitements réguliers. La pâte de sucre est faite d'ingrédients purs et naturels. Elle exfolie la peau et on constate bientôt une diminution des poils incarnés de 90 %. C'est le bon moment pour essayer cette technique, considérée de nos jours comme la plus efficace pour les peaux sensibles. Le Salon-École vous offre un rabais de 10 % lors de votre première épilation.

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

## LES Petites ANNONCES

Réservations au 819 322-7969 | [ski-se-dit@cgocable.ca](mailto:ski-se-dit@cgocable.ca)

### À LOUER

Maison de charme sous la neige.  
Sommet avec vue sur le village.  
À louer de janvier à mai 2013.  
3 ch. · 2 sdb · 2 foyers.  
Tél. : 819 322-6787

### À VAL-DAVID

Grand 4 1/2 à louer, rue Dion. Très éclairé, à distance de marche du coeur du village, de la piste cyclable. Accès au lac. Non fumeur. 750 \$/mois.  
Tél. : 819 320-0420 · 819 322-7824

Experts en location

## LOU-TEC

- LOCATION
- VENTE
- LIVRAISON
- Service de réservation

DÉPOSITAIRE  
**U-HAUL**

**BIO-LUB**  
CANADA INC.  
DISTRIBUTEUR  
LUBRIFIANT  
BIOLOGIQUE  
Spécial  
Huile à chaine  
999\$ /4L

**LOU-TEC Fête**

- Tables et chaises
- Nappes, housses de chaises
- Fontaine
- Percolateur
- Hélium
- etc.

LE CHOIX DES CONSOMMATEURS

LOU-TEC Val-David 1775, Route 117, Val-David, Qc | 819-322-1311



## MON AMI l'ordi

Par Lyana de Gain

Salut à vous, chers lecteurs et voisins laurentiens,

Ma suggestion pour la chronique du mois : quelques définitions... En effet, plusieurs d'entre vous, durant les leçons, me demandent d'expliquer les termes qui suivent...

### - Email ou courriel (ex. : Gmail) :

Le **courrier électronique**, ou **courriel**, est une méthode digitale d'échange de messages entre un auteur et un ou plusieurs destinataires. Le courriel moderne est omniprésent sur Internet. Les systèmes courriel sont basés sur le principe de la conservation/réexpédition. Un serveur email, donc, accepte, réexpédie et conserve les messages. Ni les utilisateurs ni leurs ordinateurs n'ont besoin d'être en ligne simultanément; une connexion même brève suffit, d'habitude, à un serveur email, le temps d'envoyer et de recevoir ces messages instantanés.

### - Chatting ou clavardage :

La **messagerie instantanée** est une forme de communication sur Internet qui permet la transmission instantanée de textes écrits d'un expéditeur à un destinataire. C'est donc un chat en ligne sous forme écrite et en temps réel. Les messageries instantanées plus avancées permettent des modes de communication améliorés, tels que les appels vocaux ou vidéo en direct, les chats vidéo et l'inclusion de liens hypertextes vers les médias.

### - SMS :

Le **Short Message Service** (SMS) ou **Service Court Message** est un service de messagerie par texte qui intègre les systèmes de communication téléphone/Web/portable en utilisant des protocoles de communication standardisés qui permettent l'échange de courts messages écrits entre des téléphones portables. La messagerie par texte SMS est l'application la plus largement utilisée du monde, avec plus de 3,7 milliards d'utilisateurs actifs, ou 74 % de tous les abonnés de téléphonie mobile.

### - Blogging :

Un **blog** (mot-valise combinant les mots « Web » et « Log »), ou **blogue en français**, est un journal personnel présenté sur le Web sous forme d'entrées discrètes (ou « posts ») typiquement affichées en ordre chronologique montant, de sorte que les plus récentes entrées apparaissent en premier. Le blogue est d'habitude l'œuvre d'un individu, parfois d'un petit groupe, et a souvent pour thème un seul sujet. Pas tous, mais la plupart des blogues de qualité sont interactifs et permettent aux visiteurs d'y faire des commentaires et même d'échanger des messages via des **widgets**, ou éléments d'interface graphique. C'est cette interactivité qui distingue ces blogues des sites Web statiques et qui en font, dans un sens, une forme de réseautage social. De fait, le blogueur non seulement affiche du contenu sur son blogue, mais construit également des relations sociales avec ses lecteurs et d'autres blogueurs.

### - Forum :

Un **forum Web** est un site Web qui permet aux visiteurs de communiquer entre eux grâce à des messages. La plupart des forums permettent à tous de lire ces messages, mais exigent d'ouvrir un compte pour pouvoir en afficher. Cela permet alors au participant de créer de nouvelles conversations ou d'ajouter des commentaires à des conversations déjà existantes. La plupart des gens se servent des forums pour poser des questions et obtenir des réponses, souvent de la part d'un « gourou », sur des thèmes spécifiques (ex. : information technologique (IT), santé, condition physique, jardinage, cuisine, enseignement, éducation des enfants, etc.).

### Social networking ou réseautage social (ex. : Facebook et Twitter – voir plus bas) :

Le service de **réseautage social** est un site en ligne qui facilite la formation de relations sociales entre personnes qui partagent des intérêts, ou des activités, ou des origines, ou encore qui ont des connections réelles entre elles. Typiquement, un service de réseau social offre un profil de chaque utilisateur, ses liens sociaux et divers autres services additionnels.

**Facebook** : Les utilisateurs doivent s'enregistrer auprès du site avant de pouvoir se créer un profil, y ajouter d'autres utilisateurs en tant qu'« amis » et échanger des messages. Les Facebookeurs peuvent suivre les activités de leurs « amis » sur toutes sortes de sujets, tels que ce qu'ils pensent ou ce qu'ils font, leurs photos ou les vidéos qu'ils ont apprécies sur YouTube. Ils peuvent joindre des groupes qui partagent un intérêt (ex. : organisés autour d'un lieu de travail ou d'une école). En mai 2012, les utilisateurs actifs de Facebook se chiffraient à 900 millions, plus de la moitié utilisant des appareils mobiles.

**Twitter** : Twitter permet à ses utilisateurs d'envoyer et de lire des messages écrits appelés « tweets » contenant jusqu'à 140 caractères. Ce service a vite bénéficié d'une popularité mondiale, avec 140 millions d'utilisateurs actifs en 2012, produisant 340 millions de « tweets » et 1,6 milliard de recherches chaque jour. Les utilisateurs non enregistrés peuvent lire les « tweets », alors que ceux qui le sont peuvent en poster grâce à l'interface du site Web ou à diverses applications offertes par les appareils mobiles. Twitter est l'un des dix sites les plus visités sur Internet.

**Skype** : Ce service permet aux utilisateurs de communiquer entre eux par la voix et la vidéo ainsi que par la messagerie instantanée sur Internet. Les appels à d'autres utilisateurs à l'intérieur du service Skype sont gratuits, alors que les appels dirigés vers le système téléphonique traditionnel ou les téléphones mobiles sont payants et débités par un système utilisateur/payeur.

Et voilà ! J'espère que cela vous aide...

Prenez bien soin de vous,  
Lyana de Gain,  
questions.monamilordi@gmail.com



À vous qui avez entre 7 et 107 ans, tendez l'oreille, ouvrez les yeux, touchez le ciel, sentez-vous le coeur plus léger, goûtez mieux la vie. Ce qui est plein de bons sens. Chaque article vise à vous faire connaître un peu plus en profondeur le monde des oiseaux, et ce, de manière pratique, poétique, philosophique ou même parfois technique. Devenez donc capable de dire plus souvent : « Je suis aux oiseaux! »

Richard Lauzon

## COMMENT SE PORTENT les populations d'oiseaux?

Y a-t-il des oiseaux que vous apercevez régulièrement dans votre environnement, il y a plusieurs années, mais que vous n'avez pas vus depuis des lunes? Y en a-t-il d'autres, nouveaux, qui attirent maintenant votre attention, mais que vous n'aviez jamais vus dans nos parages auparavant?

Dans son numéro d'automne 2012, *Québec Oiseaux* résume les grandes tendances actuelles touchant les populations d'oiseaux en Amérique du Nord et au Canada en particulier. Voici quelques chiffres qui peuvent nous faire réfléchir.

Depuis 1970, pas moins de 44 % des espèces ont vu leur nombre diminuer, 33 % ont connu une augmentation et 23 % ont peu changé. Du côté des progrès, plusieurs espèces de rapaces, dont le Faucon pèlerin, que l'on peut voir à l'occasion dans nos falaises laurentiennes, connaissent un rétablissement certain grâce, entre autres mesures, à l'interdiction du DDT, ce pesticide qui amincissait la coquille des œufs. Les oies et les canards se portent fort bien en général.

MAIS...

D'autres espèces diminuent en nombre pour des raisons inconnues... ou subissent les conséquences des activités humaines, qui empiètent sur leur espace vital. Cela est notamment le cas dans les exemples suivants : les populations du Butor d'Amérique et des Bihoreaux ont chuté de 50 %. J'ai aperçu cet oiseau au bout du lac de La Sapinière à mon arrivée à Val-David en 2005; je ne l'ai pas revu depuis. Il en est de même des oiseaux de rivage depuis une quarantaine d'années.

« Sans surprise, les insectivores aériens comptent parmi les groupes d'oiseaux qui accusent les plus fortes diminutions. Parmi les 26 espèces nicheuses au Canada, 22 sont en déclin! Du nombre, les engoulevents, les martinets et les hirondelles présentent les changements les plus alarmants. Dans les Maritimes et le sud du Bouclier canadien, ce déclin est de l'ordre de 70 %. Pertes d'habitats, ici et dans les aires d'hivernage, et déclin de certaines populations d'insectes, à cause de l'épandage de pesticides ou de la pollution, pourraient expliquer cet état de fait. »

Les oiseaux champêtres ont vu leur nombre diminuer à cause de la disparition progressive des prairies naturelles provoquée par les nouvelles

pratiques agricoles. Ces changements ont aussi affecté les oiseaux de proie qui les chassent; en effet, les populations ont diminué de 60 % dans le cas précis de la Crécerelle d'Amérique et du Busard Saint-Martin.

La dernière fois que vous avez vu une hirondelle à Val-David, c'était en quelle année? Par contre, les Étourneaux sansonnets et les Quiscales bronzés, ces oiseaux noirs qui envahissent nos mangeoires, sont ici depuis combien d'années maintenant? Heureusement, le Cardinal rouge et les Tourterelles tristes semblent en progression dans notre région. Même le Plongeon huard vient faire son tour chaque printemps et automne dans le petit lac derrière chez nous; je ne le vois jamais à cause du boisé qui nous sépare, mais je me délecte de son chant qui me bouleverse à chaque occasion.

Sortez vos mangeoires; l'hiver s'en vient!

Commentaires, questions? ozoizo@cgocable.ca

## MARMITE



## COMMUNAUTAIRE

La marmite communautaire sert des repas-santé complets les lundis aux deux semaines. Les heures sont de 11 h 30 à 13 h à la salle communautaire Val-David (église). Pour des groupes de plus de six personnes, réservez au 819 326-9327. **Les prochains dîners auront lieu le 26 novembre et 10 décembre et il y aura un dîner de Noël le 17 décembre.**

L'argent reçu de la Marmite communautaire vient en aide au Comptoir alimentaire Val-David. Gilles Brazeau : 819 326-9327 - gb2011@cgocable.ca.

P.S. Besoin d'un congélateur de 17 pieds cube en bon état. Soit un don ou à un bon prix pour le Comptoir alimentaire. Demander Françoise au 819 326-9327.



Viens rencontrer le personnage  
**Cosmo Le Dodo**  
discuter de ses aventures et rencontrer l'auteur  
**Samedi 3 novembre 2012, de 14h00 à 16h30**  
Du plaisir pour les jeunes de 5 à 12 ans !  
Une collaboration des Éditions Origo.



80 rue Principale, Ste-Agathe-des-Monts | 819 326-2950 | www.librairiemartin.com

## QUAND LE VOYAGE AU LOIN *devient un voyage de soins*

Florence Broche

En avez-vous assez de courir? Pourquoi ne pas prendre une pause pour vous ressourcer et vous remettre en forme, reprendre contact avec vos besoins essentiels et les sensations de bien-être que les soins en spas peuvent vous apporter?

Je travaille avec des professionnels de marque dont les voyages suscitent le calme en soi, la réflexion sur nos besoins et donnent des outils de traitements futurs grâce aux découvertes de nouvelles approches de soins. Les produits utilisés proviennent de la nature, qui occupe une place privilégiée durant les voyages. Elle conduit à la méditation et elle est souvent le reflet de notre intérieur.

Que ce soit pour les spas, les sources thermales, les bains de boue ou une cure santé, les destinations du Sud ont beaucoup à offrir aux clients qui cherchent des traitements spéciaux et des destinations telles que Anguilla, Antigua, les Bermudes, Sainte-Lucie, les Îles Turques-et-Caïcos, Grand Caïman et la Riviera Maya sont particulièrement reconnues pour leur grande variété de soins. Voici les points forts de chacune.

### ANGUILLA

Selon Dale Pusching, de l'Office de tourisme d'Anguilla, les services du spa de Cap Juluca sont faits dans la plus pure tradition et se basent sur

l'idée que le meilleur moyen de guérir débute à la maison : les traitements sont donc offerts aux invités dans le confort et l'intimité de leur chambre.

### ANTIGUA

Les plus beaux hôtels d'Antigua accueillent des spas de première classe, croit Erica Henry Jackman, de l'Office de tourisme d'Antigua et Barbuda. Elle mentionne qu'en plus des soins traditionnels, la plupart des soins à Antigua, inspirés par les Caraïbes, sont faits avec des ingrédients locaux tels que de l'ananas, du café, du sable et du sel des environs.

Pour un plan santé actif, le forfait de huit jours Fit Escape au Sugar Ridge Fitness Getaway, à Antigua et Barbuda, est une option qui jumèle soins et activités telles que la randonnée, le kayak, le yoga, le pilates, la plongée et les circuits en forêt.

### GRAND CAÏMAN

Le spa du Ritz Carlton au Grand Caïman a attiré de grandes célébrités telles que John Travolta, Sheryl Crow, Katie Couric et Olivia Newton-John. Le soin vedette de l'endroit, le Silver Rain Caviar Massage, utilise de la crème de caviar de La Prairie.

Aussi au Grand Caïman, le Spa La Prairie, le seul La Prairie des Caraïbes, est très réputé. « Le spa stimule les sens avec un plancher à l'entrée qui simule le son de la pluie qui tombe, menant les invités dans un esprit de tranquillité », explique Paul Minich, directeur du Département du tourisme des Îles Caïmans.

Le Seven Mile Beach est quant à lui l'endroit idéal pour la pratique du yoga. Ce centre offre plusieurs cours de yoga donnés dans le Grand Cayman Beach Suites, offrant une vue à couper le souffle.

### RIVIERA MAYA

Le Aroma est le premier spa biologique à la Riviera Maya. Situés dans le Esencia Estate, près de Playa del Carmen, les traitements du spa sont faits à base

de fruits, plantes et herbes indigènes biologiques, la plupart poussant dans le jardin situé à l'entrée du spa. Les traitements offerts incluent des massages, des saunas à l'herbe, des facials, toujours avec des produits naturels.

### STE-LUCIE

À Sainte-Lucie, l'hôtel pour adultes BodyHoliday est un choix populaire puisqu'il offre plusieurs soins, des repas gourmets et diverses activités, le tout inclus dans le prix du forfait, explique Alison Theodore, directrice du marketing du Bureau de tourisme de Sainte-Lucie. À l'Oasis Spa de cet hôtel, les invités peuvent profiter de traitements d'aromathérapie, d'une douzaine de massages différents, de traitements Ayurvedic, d'enveloppements, de classes de yoga et d'entraînements personnels.

Les Chutes Diamond, à Sainte-Lucie, offrent une expérience unique avec des bains minéraux rajeunissants. « Les chutes tombent en six étages différents et passent par les Sulphur Springs, ce qui donne des teintes de mauve, vert et jaune à l'eau », explique Alison. Les chutes sont adjacentes à des ruines datant du 18<sup>e</sup> siècle.

### ÎLES TURQUES-ET-CAICOS

À l'hôtel Gansevoort, le spa Exhale offre un mélange

de chic urbain et de retraite près des plages. L'expérience du Exhale jumèle la relaxation, le bien-être et la mise en forme avec des cours de yoga, des soins et des programmes de bien-être. À surveiller : le massage Fusion à quatre mains, pendant lequel deux massothérapeutes travaillent sur le corps dans des mouvements synchronisés.

Selon la croyance populaire, faire confiance à la vie est un concept très intangible et très risqué. On nous apprend que, pour être en contrôle, nous devons penser à ce que nous allons faire... Pourquoi ne pas SENTIR ce qu'il est bien de faire, à la place? ÉCOUTER le silence. Prendre une minute pour sentir les émotions de tristesse, d'épuisement, de colère, de doute qui nous « parlent » et, surtout, se demander pourquoi le corps nous envoie ces messages de maux de tête, d'indigestion, d'insomnie, etc. Je sais qu'à l'écrit, ce n'est pas invitant. Vous me direz que vous avez bien d'autres choses à faire!

Lâchez prise en cet automne 2012, et apprenez à faire confiance. Je peux vous affirmer que, selon mon expérience, ça fait peur, mais on se sent tellement bien par la suite! Osez suivre vos intuitions, vos passions et votre cœur!

## LA MAIRESSE *aux fourneaux!*

Nicole Davidson enfilera son tablier pour la deuxième fois cette année pour préparer et servir son **petit déjeuner de la mairesse, le dimanche 6 novembre prochain**, de 8 h 30 à 11 h, à l'école St-Jean Baptiste de Val-David.

Les billets, en nombre limité, sont en vente à la mairie de Val-David et auprès de la mairesse et de ses conseillers. Pour information : 819 324-5678, poste 4230.

Pour cette deuxième année, Mme Davidson a choisi de remettre les profits au comptoir alimentaire de Val-David. Tout au cours de l'année, le comptoir alimentaire a besoin de ressources financières pour l'achat de denrées pour



compléter les provisions de Moisson Laurentides. À l'approche de la saison froide et du temps des Fêtes, les besoins se font généralement plus criants et cette contribution sera certainement appréciée.

Mme Davidson compte sur la grande participation des citoyens qui viendront partager ce repas, mais elle tient surtout à remercier les nombreux commanditaires, soit Metro Dufresne, S.Bourassa, Tim Hortons, les boulangeries La Vagabonde et La Chapdelaine, les restaurants Au Petit Poucet et La Bonne Bouffe à Marie-Jo, Fruits et légumes Val-David, Lou-Tec et Caméléon Publi-Design, qui s'associent à elle pour faire de cet événement un succès.



Cri du cœur accueille une nouvelle équipe cet automne 2012. Avec des profils totalement différents, **Vanessa** et **Ysabel** viennent offrir leur joie de vivre et leur expertise dans le domaine de l'animation, des loisirs et de l'éducation populaire.

Leur objectif, à **Cri du Coeur**, est d'accompagner l'enfant dans son développement intégral tout au long de l'année, en lui offrant des outils pour réussir à atteindre ses défis scolaires et personnels.

Ouvert trois après-midis par semaine du mardi au jeudi dès la fin des classes jusqu'à 17 h 45, **Cri du Coeur** poursuit donc cette année encore son offre d'activités parascolaires ainsi que son aide aux devoirs.

Vous trouverez à chaque mois le calendrier des activités dans l'info-parents de l'École St-Jean Baptiste de même que sur le site Web : [www.ccjfcricducoeur.org](http://www.ccjfcricducoeur.org) à partir du mois de novembre. Info : 819 322-9997.



Nous tenons à remercier le Centre éducanin et M. Daniel Monette, maître chien diplômé, ainsi que tous les propriétaires de chiens qui ont participé à la démonstration d'obéissance, le dimanche 16 septembre dernier. Cette activité fut grandement appréciée du public participant. Linda Longpré, photographe. Info : Centre éducanin : 819 326-5959.



## Marché de Noël DE VAL-DAVID

**SAMEDI 8 ET DIMANCHE  
9 DÉCEMBRE 2012**  
de 10 h à 16 h  
École St-Jean-Baptiste, Val-David

*un rendez-vous joyeux,  
savoureux, unique,  
avec plus de soixante  
des meilleurs producteurs  
de chez nous.*





**info@dianesequin.com**  
**www.marchedete.com**  
**Tél. : 819 322-6419**

## Des jardins collectifs et COMMUNAUTAIRES À VAL-DAVID!

### Nourrir Val-David

En mai 2011 prenaient forme sur la table à dessin d'un atelier public de **Val-David de rêve** les initiatives citoyennes qui allaient devenir la **Constellation de jardins potagers** et la **Coopérative de solidarité les Jardins du soleil levant**. Les deux projets partagent d'ailleurs une vision commune quant à la nécessité d'agir concrètement dans notre milieu afin notamment de faire de l'éducation populaire et de stimuler la réflexion sur la provenance des aliments que nous mangeons et notre capacité collective et individuelle de produire au moins une partie de nos aliments.

### Inauguration officielle des jardins

Ce n'est donc pas le fruit du hasard si l'opération de mise en pots des tomates pour le comptoir alimentaire organisée par la Constellation de jardins potagers et l'inauguration officielle de la Coopérative de solidarité les Jardins du soleil levant avaient lieu conjointement, le 9 septembre dernier. Malgré le froid un peu hâtif, ce fut une journée fantastique. Les jardins, qui avaient été décorés pour l'occasion par les enfants, revêtaient leurs plus beaux atours. La cérémonie d'ouverture a été courte et toute simple, mais la coupure officielle du ruban végétal tout en couleurs a été un moment chargé d'émotion.

### Une longue gestation, mais un accouchement plutôt rapide

Le projet des promoteurs était de créer des jardins communautaires et collectifs à Val-David, dans le cœur du village, ce qui posait le défi de convaincre des partenaires de leur céder ou de leur prêter un

terrain suffisamment grand et ensoleillé et ayant un emplacement stratégique et de leur allouer des ressources financières assez considérables afin d'aménager le terrain et d'y installer les équipements et outils collectifs nécessaires à la réussite du projet.

Pour y parvenir, le comité des promoteurs a travaillé d'arrache-pied afin de produire un plan d'affaires étoffé et éloquent qui a réussi à convaincre des partenaires stratégiques de l'intérêt collectif et de la faisabilité du projet.

Ainsi, au printemps 2012, la Municipalité de Val-David nous confirmait qu'elle était disposée à nous permettre d'utiliser le terrain vague à côté des terrains de soccer et de basketball derrière le chalet Dion. Il nous restait alors à peine un mois pour aménager un terrain sablonneux, sans vie et rempli de roches et le transformer en jardins suffisamment fertiles. Pourtant, la mission fut accomplie de belle façon, à force de bras, grâce aux corvées d'aménagement auxquelles ont participé en tout plus de cinquante membres et amis! (Voir les nombreuses photos sur notre site Internet au coopsolil.wordpress.com.)



acharné du comité, la coopérative tenait son assemblée générale d'organisation le 15 mai 2012.

### Merci à nos partenaires... et pionnières!

Bien qu'il soit impossible de remercier tous ceux qui ont contribué, parfois indirectement, mais souvent de façon très significative, à la réalisation de ce projet et à son grand succès pour la première année, il importe de souligner les efforts et les contributions les plus remarquables, sans lesquelles rien n'aurait été possible.

Parallèlement au travail qu'il fallait effectuer sur le terrain, il fallait également constituer légalement la coopérative avec tout le travail préparatoire nécessaire qui a pu être accompli grâce à l'accompagnement dévoué de Martin Van Den Borre, de la Coopérative de développement régional Outaouais-Laurentides. Ainsi, après un an de travail

C'est évidemment le cas de notre premier partenaire, la Municipalité de Val-David, qui a non seulement accepté de nous prêter le terrain, mais également de participer à son aménagement, sans compter le soutien inestimable et le dévouement de

(suite page suivante)

WWW.LAJARDINIERE.CA

Centre de Jardin

**La Jardinière**  
Sainte-Agathe

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

CONCEPTION de DÉCORS de Noël

OUVERT  
7 JOURS / 7  
de Pâques à Noël

LES PLUS BEAUX  
SAPINS DE LA RÉGION!

VASTE CHOIX DE POINSETTIAS

Fafard Herbionik Jonathan M'YKE facti-sol LES ENTREPRENEURS McINNES Acadie MOSQUITO-Less Bug-Tek Gloco

Paysagiste CERTIFIÉ  
APRQ

**SoliTerre**

CRÉATEUR DE PAYSAGES DEPUIS PLUS DE 30 ANS

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

ÉVITEZ LA COHUE DU PRINTEMPS et planifiez votre aménagement 2013 dès aujourd'hui en faisant appel à notre service de plans et croquis.

GILBERT DIONNE  
HORTICULTEUR - PAYSAGISTE

819 322-2876 | soliterre@xplornet.ca

plusieurs employés municipaux, particulièrement lors des périodes d'interdiction d'arrosage pendant un été très sec!

Il faut également souligner l'importante contribution de notre principal partenaire financier, la Caisse populaire Desjardins de Ste-Agathe-des-Monts (6 500 \$) ainsi que celle du Pacte rural, administré par la MRC des Laurentides (4 500 \$). Peu de gens réalisent l'importance du montage financier qui a été nécessaire pour réaliser le projet (près de 20 000 \$ sur deux ans).

D'ailleurs, en plus de l'implication financière de nos membres, plusieurs autres partenaires nous ont consenti des dons en biens et services, des commandites, des rabais importants, mais la liste serait trop longue. Pour tous ceux qui se reconnaissent, nous vous remercions pour cette grande ouverture et cette générosité. Ces jardins sont également les vôtres!

Les remerciements ne seraient pas complets sans souligner le travail infatigable et souvent acharné des deux pionnières du projet. Ceux qui ont suivi le projet de près savent que je veux parler de Véronik Sansoucy, qui l'a littéralement porté à bout de bras

pendant plus d'un an, et de Nancie Faubert, qui l'a accompagnée et soutenue durant ce long périple ponctué de nombreux écueils. Sans vous deux, rien de tout ça n'aurait été possible. Au nom de toute la collectivité, au nom de nos enfants, merci pour votre vision et votre détermination!

## Une coopérative ouverte à tous – plus de 80 membres déjà

La coopérative compte aujourd'hui plus de 80 membres, dont des membres jardiniers (jardin collectif ou parcelles communautaires), des membres usagers qui veulent simplement profiter des formations et des achats groupés et des membres de soutien qui sont propres aux coopératives de solidarité. Dans un prochain article, nous pourrions vous parler de notre mission éducative, de la prochaine saison, qui est déjà en préparation, de nos nombreux défis et occasions à saisir et des multiples raisons de devenir membre de la coopérative même si vous avez un jardin à la maison ou si vous n'avez pas le temps ou l'expertise pour jardiner...

Stéphan Schwab

La Coopérative de solidarité les Jardins du soleil levant

## DES REMERCIEMENTS À LA

# vie communautaire de Val-David!

Le chalet de la rue Dion est l'endroit situé au centre du village où bat le cœur de la vie communautaire de Val-David, son épiscentre. Que ce soit les cuisines collectives, le Cri du Cœur ou Alexandre, travailleur de rue du village qui y rencontre nos jeunes atteints d'un mal à l'âme, c'est l'endroit où une partie de la qualité de vie qu'on trouve à Val-David prend racine. Le chalet répond à de nombreux besoins communautaires et nous sommes reconnaissants envers les citoyens de Val-David qui en soutiennent l'existence.

Au chalet Dion, au cours de la seule journée du dimanche 9 septembre dernier, près de 80 citoyens sont passés faire un tour. C'était l'inauguration officielle de la **Coopérative de solidarité les Jardins du soleil levant**. C'était aussi la conclusion d'un projet communautaire baptisé Le plant dédié 2012.

Initié par la **Constellation de jardins potagers**, ce projet d'entraide communautaire a atteint son objectif : « donner un coup de pouce au Comptoir alimentaire ». En cette journée frisquette de septembre, une cinquantaine de personnes a travaillé à la fabrication de 186 conserves de tomates en pots, qui sont allées s'ajouter aux modestes réserves alimentaires dont dispose le Comptoir en vue de l'hiver.

**Jeanne Sauvé**, toute de rouge tomate vêtue, a offert un atelier détaillé, une méthode simple et sécuritaire de faire ses conserves. Jeanne s'était préparée à l'avance, ravivant de mémoire une méthode de travail claire, communiquée par l'enseignante dans l'âme qu'elle a toujours été. Cette journée n'aurait pas eu la même couleur, la même saveur, si Jeanne n'avait consenti, trois mois à l'avance, à monter à bord de ce projet estival et accepté généreusement d'en porter la coiffe de chef. Vraiment, Jeanne, merci pour cette remarquable contribution!

Parmi ceux qui ont répondu à l'invitation et dont la présence au cours de la journée a été reçue comme un appui sincère à l'effort collectif, cinq des sept membres constituants du conseil municipal de Val-David étaient présents : **madame la mairesse Nicole Davidson** et les **conseillers Manon Paquin, Denis Charlebois, Dominique Forget** et **Barbara Strachan** ont donné leur coup de chapeau à la fête, partageant le repas communautaire, prenant part à l'épluchette de blé d'Inde.

Permettez que je salue et remercie particulièrement les concitoyens et organismes qui ont contribué à ce que nous ayons tout ce qu'il faut pour atteindre l'objectif qu'on s'était fixé : la **Municipalité de Val-David**, par l'entremise de Mme **Lynne Lauzon**, directrice des loisirs, qui nous a offert appui matériel et soutien financier en complicité avec **Lucille Rocheleau**, coordonatrice du comité **Val-David en Santé**. Et puis, du **marché Metro**, **Michel Vincent** et **Jacques Dufresne** nous ont généreusement offert les pots à conserves. **Diane Seguin, du Marché d'été de Val-David**, nous a prêté les équipements qui ont campé le décor de la journée et **Michel-Pierre Sarrasin** nous offre l'espace du **journal communautaire Ski-se-Dit** pour témoigner de cette journée!

Aussi, nous avons applaudi la performance des quatre musiciens venus prêter leurs voix et donner leurs émotions à l'unisson : **Lily Monier, Guy Richer, Michel Roy** et **Sylvie Prenoveau**. Nous avons reçu,

grâce à vos talents, la chaleur que le climat nous avait jusque-là refusée. C'était formidable de vous voir, de vous entendre.

Tous les groupes d'âges ont contribué à la journée et offert de magnifiques images à croquer à **Claude Parent**, qui a fait plus de 250 clics avec son appareil photo. Parmi ces photos souvenirs de Claude, voyez celle de **Françoise Poirier, du Comptoir alimentaire, en compagnie de son conjoint, Gilles Brazeau, qui a récemment créé la Marmite communautaire**; ces sourires, à eux seuls, disent tout! Merci pour ces « clins d'œil » à la mémoire collective, Claude!

Voici ceux qui ont prêté les bombannes de propane, réchauds et marmites servant à blanchir les tomates ou à l'épluchette de blé d'Inde. Ils se sont tous montrés des plus sympathiques à l'objectif visé : offrir un soutien au Comptoir alimentaire : **Philippe Rioux, du Village du Père Noël, Gaétan et Mireille Gariépy, de Fruits et Légumes 117, et Marie Provost, de la Clef des Champs**. Et que dire d'**Isabelle Godin, de Manu, son conjoint, et de la** seule ado à offrir son aide : **super Danaé!** Cette famille de trois... et bientôt quatre, a passé la journée entière à blanchir les 400 livres de tomates. Merci beaucoup! **Brian Soares** a offert son temps et sa camionnette pour le transport du matériel; merci à tous : votre contribution spontanée et souriante a été grandement appréciée!

Comment ne pas souligner aussi votre participation, résidents de Val-David! Vous avez été près de 80 personnes à venir casser la croûte ou, simplement, à venir faire des rencontres et jaser au chalet Dion le 9 septembre dernier.

Ce que nous avons fait ce jour-là est simple. Avez-vous vu ces photos? Ce ne sont certainement pas que des « clichés ».

Alors que nous sommes chaque jour les acteurs à peine consentants de la recherche individuelle d'abondance, je propose la redécouverte de ce **filon d'or** tiré de notre patrimoine. Pourquoi? Simplement parce que le « chacun pour soi » a mondialement démontré les limites de ce qu'il peut inspirer.

En prenant le temps de marquer ensemble le passage des saisons, il me semble qu'on ajoute un peu de reconnaissance, de réalisme, à notre lien essentiel avec la terre.

Posons deux fois l'an ces gestes rituels. Semons, au centre de ces rencontres, des occasions de **faire la paix entre nous**. Il me semble que la « fête des récoltes » prendrait un sens qu'on voudrait aussi mettre en conserves.

Nous pouvons initier ces rituels, régler nos guéguerres, en soulignant au passage la chance inouïe que nous avons de vivre dans notre coin du monde. La planète a besoin d'endroits où la paix est célébrée. Nous aussi.

Alors, on s'organise? On sème, on récolte, on « canne », on fête! Au cours de l'hiver qui vient, mettons quelques heures à préparer **ensemble le printemps de Val-David**. Oui? Des idées pour un rituel printanier collectif, quelqu'un?

Jacquelin Rivet  
Constellation de jardins potagers  
jaquelinrivet@gmail.com



## GRÂCE À KARINE MATHIEU DE L'ÉCOLE ST-JEAN BAPTISTE : *La classe de 4<sup>e</sup> année lance... Pousse-Partout*

Qu'ont fait les élèves de 4<sup>e</sup> année dans la classe de Karine Mathieu? Ils ont formé un groupe qui se nomme « Pousse-Partout »! Et que font les membres de ce groupe? Ils font la découverte des germinations!

Karine Mathieu, enseignante de niveau quatre, à l'école St-Jean Baptiste, a eu la bonne idée de proposer à ses élèves l'expérience pratique de faire germer des graines et de les faire pousser. Sans plus d'explications qu'il ne fallait, en leur remettant le minimum de matériel, elle a encouragé les élèves à trouver eux-mêmes la meilleure façon de faire germer et pousser les graines qu'elle avait confiées à la classe divisée en équipes.

Des graines, du carton, du coton dans des pots de verre, avec de la lumière ou sans lumière, avec de l'eau ou sans eau et que sais-je encore; l'imagination et la créativité de ce groupe d'élèves ont été mises à contribution. Tous n'ont pas eu le même résultat, mais chacun a appris quelque chose. N'est-ce pas là la mission première de l'enseignante, de l'école?

Mission accomplie, donc, pour ce groupe brillant! Et ce n'est pas tout. Ultérieurement, Karine et ses élèves vont aller plus loin. Tout d'abord, le 11 octobre, ils sont allés visiter les installations de Robert Danis, un participant de Constellation de jardins potagers qui fait la germination de différentes graines (tournesol, pois, radis, luzerne) dans son sous-sol, simplement parce que c'est très nutritif, que c'est plein de chlorophylle<sup>1</sup> et que, en plus ça goûte bon.

Les élèves ont adoré leur visite et Robert, qui a l'âge d'un gentil papi, patient et attentionné, n'a pas été

avare d'explications. Il fallait voir le regard allumé des élèves visitant les installations de leur géant vert. Il leur a même montré son « condo à patates ». Je suis certain qu'ils ont tous parlé de leur ami Robert en rentrant à la maison!

Après cette visite, prochaine étape : faire des pousses, en bonne et due forme. Ces pousses, les élèves vont devoir en prendre soin, les arroser; ils vont aussi pouvoir y goûter.

Pour ce faire, Karine Mathieu, en complicité avec la directrice de l'école, Mme Maryse Lapointe, aura accès à un local de l'école aux larges fenêtres orientées plein sud. Un coup de pouce en équipe pour l'aménagement du local : Robert, Jacquelin et les élèves – on serait tenté de dire les « génies en herbes » – pourraient, dès mai 2013, commencer un jardin potager (actuellement au stade de projet) à l'école St-Jean Baptiste même...

Quant à moi, qui suis allé discuter de ce projet avec ces jeunes élèves enthousiastes, je me propose de vous tenir au courant de l'évolution des réalisations de « Pousse-Partout ».

Merci aux élèves, à leur enseignante, Karine Mathieu, et à la directrice de l'école St-Jean Baptiste, Mme Maryse Lapointe, pour l'avènement de ce formidable chantier vert!

1. Le pigment de nature protéique qui donne sa couleur verte aux végétaux.

Jacquelin Rivet  
Constellation de jardins potagers  
jaquelinrivet@gmail.com



Livraison à domicile GRATUITE  
sur semaine



**Maxim Charland  
et Véronique Segard**  
pharmaciens propriétaires



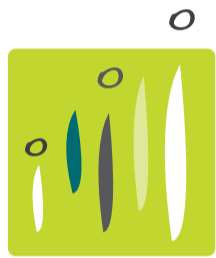
From anywhere...  
to anyone

De partout...  
jusqu'à vous

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

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 17h | Dim.: 10h à 17h



**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  
(819) 322-7978

**NOS SKIS DE FOND HORS-PISTE SONT ARRIVÉS !**

AUSSI • Location à la saison pour enfants  
• Entreposage de vélo • Location de boîte à vélo



**RE/MAX**  
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**  
Bureautique, tenue de livres et payes, r[cup]ration  
maisons

**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

5000 cartons 3.5 x 8.5 | 5000 cartes d'affaire | 5000 flyers 8.5x11  
**SPÉCIAL 298\$** | **SPÉCIAL 118\$** | **SPÉCIAL 398\$**  
 2 CÔTÉS, 4 COUL. CARTON 14 PTS. | 2 CÔTÉS, 4 COUL. CARTON 14 PTS. | 2 CÔTÉS, 4 COUL. GLOSS 100lbs TEXTE.



Nous faisons tout directement sur place!

\*MONTAGES EN SUS. OFFRES VALIDES JUSQU'AU 30 NOVEMBRE 2012. SUR PRÉSENTATION DE CETTE ANNONCE.



1184, rue Duquette • VAL-DAVID • 819.322.1436 • www.cameleonpublidesign.com