

50<sup>e</sup>  
ANNIVERSAIRE

JOURNAL

# Ski-se-Dit



Réunir, informer, représenter le cœur laurentien

NOVEMBRE 2023 | Vol. 50, n° 11 | 24 pages

# en fête

## 18 NOVEMBRE

*Le rendez-vous communautaire annuel du journal*

### REPAS ET SPECTACLE

SALLE ATHANASE-DAVID | 2490, rue de l'Église à Val-David

## LES PLACES S'ENVOLENT... RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT!

(Voir p. 5)

JEUX POUR RIRE • ACTUALITÉ D'ICI • VIE COMMUNAUTAIRE • IMMOBILIER POUR TOUS • ARTS VIVANTS • CULTURE QUI BOUGE  
SPORT EN PLEIN AIR • CUISINE MULTI-PAPILLES • AGENDA PLANÈTE • SAVOIR • PLAISIRS ACTUELS • PLUMES LÉGÈRES...



**bonjour**  
Agence immobilière

Etienne  
**SAVARD inc.**  
Société par actions d'un courtier immobilier

Le seul courtier  
**RE/MAX**  
avec bureau situé  
à Val-David

2515, rue de l'Église  
**VAL-DAVID**



**819 322-3666**  
etienne.savard@remax-quebec.com  
www.etiennesavard.com

**JE M'OCCUPE DE VOUS  
POUR VENDRE OU ACHETER** ▶ **CONTACTEZ-MOI  
ESTIMATION GRATUITE** ▶

SUIVEZ NOS **CHRONIQUES EXCLUSIVES** DANS NOS PAGES ET SUR **SKI-SE-DIT.INFO!**

# LES JEUX

Votre moment de détente proposé par



**HONDA**  
de  
STE-AGATHE

2020, route 117, VAL-DAVID

819 320-0068 | 1 877 326-1717 | hondasteagathe.com

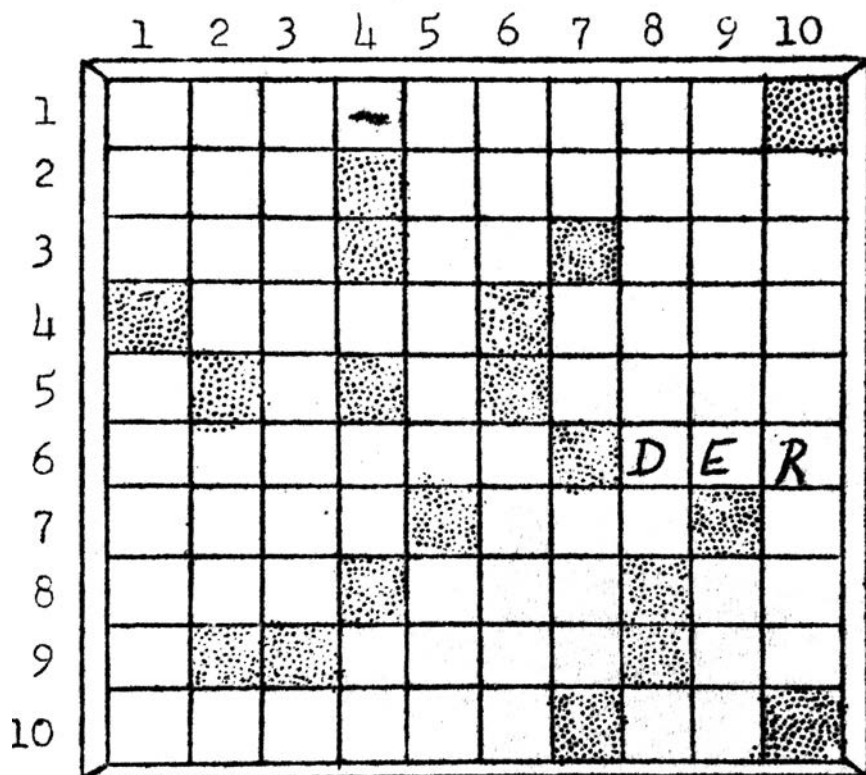
## MOTS CROISÉS

## JEU-QUESTIONNAIRE

La mémoire est une faculté qui n'oublie pas... quand elle est de papier! En cette année du 50<sup>e</sup> du journal, on fouille dans nos souvenirs et on dénêche des perles.

Retrouvez le plaisir de croiser les mots repiqués de nos archives de 1949 dans *Le Bulletin*, ancêtre du *Ski-se-Dit*, et de 1997 (vol. 31, n° 3).

### LES MOTS CROISES DU BULLETIN LOCAL



#### HORIZONTALEMENT

- Village des Laurentides.
- La salutation angélique.- prénom f.
- Article.- article f.- Article Pl.
- Séjour des bienheureux.- Unité de poids en usage dans le nord de l'Europe.
- Partie courbée en arc, par laquelle on perd un vase.
- Etre agréable.-
- Couvert de râpure de pain.-  
-Petite prairie.
- Du verbe être.- Unité de mesure pour les surfaces agraires.- Mesure itinéraire chinoise.
- Nom poétique de l'arc-en-ciel.-  
-Préposition.
- Qui rend service pl.- Partie dure qui forme la charpente du corps humain.

#### VERTICALEMENT

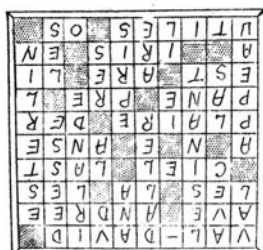
- Espace de terre resserré entre deux côtes.- Sifflet avec lequel on imite le cri des oiseaux pour les attirer.
- En même temps que.- Fatigué.
- Qui lésine.-
- Deux voyelles.- Pron, pers.,
- Paver de dalles.- Unité de mesure pour les surfaces agraires.
- Recueil de bons mots.- Pris de passion.
- Initials d'un petit village bien connu.- Note de la gamme.- Chose, objet, être, (en latin)
- Une des îles Britanniques.-
- Divinité fabuleuse, du sexe féminin.-  
-Art, pl.,
- Ancienne monnaie d'origine anglaise.

### Jeu-questionnaire

- Quel est le plus grand oiseau que l'on peut trouver au Canada?
- Comment appelle-t-on les arbres porteurs de cônes écaillés?
- Nommez un mammifère canadien qui vole.
- Quel est le plus gros félin sauvage du Canada?
- En terme de hauteur, quel est le plus gros arbre qui pousse au Canada?
- Quel est le plus grand mammifère du Canada qui vit sur la terre ferme?
- Une personne qui pêche ou chasse illégalement?
- Les animaux se nourrissent de plantes s'appellent des...
- Comment appelle-t-on les animaux qui se nourrissent uniquement de viande?
- Comment appelle-t-on les animaux qui se nourrissent de plantes et de viande?
- Quel nom donne-t-on à une personne qui étudie les oiseaux?
- Combien de tourtes sont nées cette année?

Réponses ci-dessous

# SOLUTIONS



- disparaître... qui n'existe plus nulle part sur Terre
- Herbivores
  - Carnivores
  - Des confitures
  - La chauve-souris
  - Le cougar
  - Omnithologue
  - Aucune, il s'agit d'une espèce
  - La grue blanche d'Amérique
  - Bracomiter
  - Le bison
  - Le Douglas taxifolie
  - Le cougour
  - La chauve-souris
  - Des confitures
  - La grue blanche d'Amérique

Du confort et de la fiabilité en cadeau



Pour une TRANSACTION CLAIRE et SANS PRESSION



COMMANDEZ LA VÔTRE DÈS MAINTENANT!

**CIVIC 2024**

LOCATION À PARTIR DE  
**107,74 \$\***  
PAR SEMAINE SUR LA CIVIC BERLINE SPORT 2024

Découvrez le **CR-V 2024**

Disponible en deux versions hybrides

LOUEZ LE VÔTRE DÈS MAINTENANT!

COMMANDEZ LE VÔTRE DÈS MAINTENANT!

**HR-V 2024**

LOCATION À PARTIR DE  
**118,26 \$\***  
PAR SEMAINE SUR LE HR-V SPORT-B 2024

**HONDA**  
de  
STE-AGATHE

UNE ENTREPRISE FAMILIALE RECOMMANDÉE PAR



2020, Route 117, Val-David | 819.320.0068 | 1.877.326.1717 | www.hondasteagathe.com

Communiquez avec votre concessionnaire Honda dès aujourd'hui pour réserver un essai routier

Photos à titre indicatif. Voyez votre concessionnaire Honda pour plus de détails.

JOINDRE CHAQUE MOIS NOS 15 000 LECTEURS POUR 1 CENT PAR LECTEUR, C'EST PAYANT. C'EST AUSSI UNE FAÇON DE FAIRE SAVOIR À LA COMMUNAUTÉ DE LA RÉGION QUE VOUS ÊTES LÀ POUR TOUT UN CHACUN.

La famille Chan & Chen à votre service depuis 1979



**FERMÉ**  
Dimanche, lundi et mardi

**RESTAURANT**  
**Le PORT de CHINE**  
SAINTE-AGATHE

Cuisine asiatique par excellence!

**COMMANDES POUR EMPORTER**  
**SERVICE DE LIVRAISON**  
**SALLE À MANGER**

1100, rue Principale, Sainte-Agathe-des-Monts  
819 326-8939 | leportdechine.com

**Lorraine HAMEL**  
Courtier immobilier résidentiel et commercial  
C 450 436 0206  
info@lorrainehamel.com  
lorrainehamel.com

**TERRAIN**  
**LANTIER 758 000\$**  
Superficie du terrain: 833 089 M<sup>2</sup>. Accès au lac Dorion, non navigable. MLS 9026616

**STE-AGATHE-DES-MONTS 569 000\$**  
Domaine Chateclair - Propriété châteauesque et spacieuse avec 3 chambres + 1 bureau - Le bois est à l'honneur, foyer et poêle à bois en pierres des champs. Cuisine spacieuse, salle à manger et terrasse avec vue sur les montagnes. 4 salles de bains. Garage, terrain intime. Près de tous les services, plein air, à 10 minutes de la 15 - Vous aimez recevoir, la tranquillité, habité à l'année ou comme chalet. C'est l'endroit parfait! MLS 25861215

**SAINTE-AGATHE-DES-MONTS**  
**VENDU**

**VENDU**

**LA CONCEPTION**  
**JE M'OCCUPE DE TOUT ET DE VOUS**

**bonjour**  
Agence immobilière  
Franchisé, indépendant et autonome de RE/MAX Québec Inc.  
15, rue Principale Est  
Sainte-Agathe-des-Monts 819 326.6860

Tranquillit



**GRAPHISME**  
IMPRIMERIE | NUMÉRIQUE  
T-SHIRTS | PROMO

pour tous vos projets VISUELS ET IMPRIMÉS

SAINTE-ADELE  
450 229-0395 | pixelcreatif.com  
Pixel Créatif

**BMR EUGÈNE MONETTE** DEPUIS 1961

## PROMOTIONS SEULEMENT CHEZ NOUS!

**KAYAK PADDLEBOARD YOGA MAT ET ACCESSOIRES**

**-25% DE RABAIS**

**MOBILIER DE JARDIN DE QUALITÉ SUPÉRIEURE**

**-25% DE RABAIS**

**BBQ**

**À PARTIR DE -15% DE RABAIS**

**Sainte-Agathe-des-Monts**  
500, route 329 N | 819 326-2299

**Val-David**  
2650, 1<sup>er</sup> Rang Doncaster | 819 322-3833

**Saint-Adolphe-D'Howard**  
1643, ch. du Village | 819 714-0065

**Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson**  
310, ch. de Sainte-Marguerite | 450 228-2526

**COIFFURE**



Service personnalisé pour Elle et Lui

**Certificat-cadeau**

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

L'ANZA® AG|hair BIOLAGE  
MORCCANOIL PAUL MITCHELL Schwarzkopf PROFESSIONAL

**soins des pieds**

lyne pinard  
service à domicile



**SOULAGEMENT ET PRÉVENTION**

Soins comprenant :

- Hygiène, bain des pieds
- Coupe et amincissement des ongles
- Traitement des cors, callosités, mycoses, ongles incarnés, etc.
- Massage des pieds après le soin
- Soins adaptés pour les diabétiques

Utilisation de produits naturels seulement

Association des Naturothérapeutes du Québec - Reçus pour assurances

**819 322-5388**  
soinslp@gmail.com

**Lebeau**

Vitres d'autos

**0\$\***

**RÉPARATION DE PARE-BRISE**

« Toutes les résines n'ont pas la même qualité »  
\*Si assuré. Détails en magasin

1061, rue Principale E, Sainte-Agathe-des-Monts  
819 326-2882 | lebeau.ca

## ASTRO-TAROT

## Petit délire astral - NOVEMBRE

Chaque mois, je vous transmets un message offert par les cartes, en contact avec chacun des signes du zodiaque. Pour moi, le tarot n'existe que pour une seule et unique raison : aider les gens. C'est tout. Il fait parler toutes ces choses qui n'ont pas de voix. Il offre sa présence, ses symboles, ses archétypes et ses couleurs magnifiques afin d'aider à toucher ce qui semble parfois impossible à mettre en mots. En espérant de tout cœur que ces messages puissent vous rejoindre et toucher le vôtre, de cœur. Je vous embrasse très fort.

## Véronique Nicolas

Résidente de Val-David  
pour m'écrire : letarotlumiere@gmail.com  
et pour en apprendre un peu plus :  
www.letarotlumiere.com

**♈ Bélier** : C'est un tourment de nuit, les pieds sur une vague, à chercher le chemin. Beau Bélier, le jour peut se lever, si tu reconnais la grandeur de l'amour qui existe en toi; que tu te laisses transformer par ses mains, si douces et agiles. Ensemble, faire tourner la roue. Se rappeler l'importance de jouer comme dans un costume de magicien.

**♉ Taureau** : Les peurs deviennent si petites quand tu reprends ton poste de géant. Que tu laisses s'évaporer la voix qui juge tes choix... Concentre ton regard sur l'équilibre d'un filet d'eau. Tu grandis. Encore. Jusqu'à ce que la peur ne soit plus qu'un mini personnage à tes pieds, au cri si petit que tu ne l'entends maintenant plus, beau géant de Taureau.

**♊ Gémeaux** : Du jour au lendemain, à la vitesse d'un éclair qui traverse l'orage, ton chemin vient de s'éclaircir. Comme on dit, *c'est toute ou rien*. Après un long moment comme la tête dans les nuages, te voilà sur ton départ, libéré, dans ton carrosse grandiose. Les dragons noirs et blancs suivent maintenant les indications de ton cœur de lotus. Toi-fleur.

**♋ Cancer** : Tu as su laisser inonder de soleil les draps placés devant la fenêtre, parce que tu n'as plus rien à cacher. Ton cœur dans la pesée. Droit. Prêt à se montrer au grand jour, à la croisée d'une parole légère, parce que tes mots sont un ruissellement de rivière douce et innocent, à qui sait prendre au creux de ses mains une gorgée d'eau et de silence.

**♌ Lion** : Tu as fait ce qu'il y avait à faire, mon beau Lion. Concocter d'excellentes recettes, accumuler la plus grande sagesse, brasser les meilleures potions... Comment se fait-il que ce soit si long? Cette révélation, cette vie nouvelle, ce chapitre entièrement redessiné, toutes ces visions n'étaient-elles qu'un rêve? Bien sûr que non. Allez, reprends ton chapeau de magicien. 1, 2, 3, go!

**♍ Vierge** : Cheveux d'argent, traînée de poussière; tu portes sur la tête la sagesse des bois. Ça n'éclaire pas toujours fort, quand le courant n'a qu'un filet de place pour circuler. Voilà ta

nouvelle quête, ma belle Vierge illuminée : attrape ton cœur. Place-le dans une coupe en or. Et fais-le goûter à tous ceux qui en ont besoin. Comme toi. Déposer le poids du temps. Retrouver ta clairière.

**♎ Balance** : Des fois, tout ce qu'il y a à faire, c'est de laisser les choses se faire. Pis non, c'est pas de la sagesse cheap de vieux biscuit chinois... Mais quand la tête se remplit trop, ça devient comme un gros morceau de pain blanc full gluten qui colle partout dans les idées pis dans les pas par en avant. Faut laisser le temps au corps de digérer. Tout doucement.

**♏ Scorpion** : Assis sur ton trône de feu, le passé qui brûle sous les chandeliers, tu es prêt. Ton armure a été astiquée et tes bottes, lustrées. J'aime ça, beau Scorpion, comment tu chill en regardant tout ce qui t'attend devant. Et surtout, n'oublie pas de laisser ouvert ton petit chemin de pierre dans la cour; continuer d'inviter les autres. Te partager.

**♐ Sagittaire** : La Belle au bois dormant, dans son lit de roses, attend le prince charmant. L'histoire a été écrite il y a si longtemps. Mais les années passent, et le bonheur reste sauvage/solitaire. Pourtant, il est si grand. Sors le livre, beau Sagittaire; il est temps de réécrire les pages, celles d'une princesse hors-la-loi, plus libre et plus belle que le vent. Plus grande et plus fertile que le blé dans les champs.

**♑ Capricorne** : Un dernier regard. Vers tous ces souvenirs que tu as pris soin de ranger afin de pouvoir mieux les quitter. Devant toi, le seuil d'une porte. Un monde qui n'est pas encore complètement dessiné. Et c'est beau, ce moment de vide aux infinies possibilités. Oui, tu en laisses beaucoup derrière, mais ton sac s'en trouve plus léger. Parce que tout ce qui reste, tout ce qui compte, n'est en fait que la puissance de l'amour : ta vérité.

**♒ Verseau** : Partir dans la rêverie, c'est bon, à petite dose. Une princesse assise dans tellement d'abondance et de joie ne voit parfois plus rien autour. Les souvenirs ne sont pas quelque chose à placer sur tes yeux présents, comme un bandeau serré te gardant dans le monde des pensées. Là où ton cœur bat existent tes réponses. Écoute en dedans.

**♓ Poissons** : Parfois, oui, il faut prendre le temps, s'arrêter. Déposer l'horloge sur la branche et laisser son visage se détendre, tout relâcher; apprendre à se révéler à soi-même tel un ciel immense. *Parce que la vie, ce n'est rien que l'on puisse dire ou tenir. Ce que l'on dit se tait. Ce que l'on tient se perd. Nous n'avons guère plus de prise sur notre vie que sur une poignée d'eau claire.*

Abonnez-vous  
À NOTRE INFOLETTRE  
www.ski-se-dit.info



Suivez-nous  
SUR



@journal\_ski\_se\_dit

Des véhicules arrivent  
chaque jour. Commandez  
le vôtre aujourd'hui!



2017 Route 117. Val-David. J0T 2N0.  
hyundaivaldavid.com  
819.321.3777

HYUNDAI™

## CALENDRIER HISTORIQUE SOUVENIR 2024

CALENDRIER ANNIVERSAIRE du journal *Ski-se-Dit* pour l'année 2024

Un document historique, rempli de photos et d'extraits d'articles publiés depuis 50 ans dans votre journal communautaire. Un album unique sur la vie dans notre village et notre région.

Distribution en décembre dans les principaux commerces où le journal est mis en dépôt chaque mois. Trouvez votre exemplaire à 5 \$ entre autres chez :

Marché Gariépy, BMR Eugène Monette Sainte-Agathe, Familiprix, Bio Sattva, au bureau d'Étienne Savard, etc.

+info : [redaction@ski-se-dit.info](mailto:redaction@ski-se-dit.info).



**38\$**

par personne

(GRATUIT pour les enfants de 8 ans et moins)

**REPAS ET SPECTACLE**

**18 NOVEMBRE 17 H**

SALLE ATHANASE-DAVID  
2490, rue de l'Église, à Val-David

### AU MENU

VIN AU VERRE 5,75\$

ENTRÉE Soupe à la courge musquée

PLAT PRINCIPAL Poulet Marengo

DESSERT Kouign Amann de la Table des Gourmets

### SPECTACLE

Mariem et Nosbel,  
2 danseurs cubains chevronnés  
Suvasa (chansonnier)



**SUR RÉSERVATION SEULEMENT 819 321-9207 ou [redaction@ski-se-dit.info](mailto:redaction@ski-se-dit.info)**  
(Païement à l'entrée)

**ENCAN SILENCIEUX : Plusieurs artistes connus ainsi que des offres alléchantes**



**Les aînés en savent  
beaucoup, mais il y a  
toujours plus à savoir.**

Pour vieillir en toute sécurité, renseignez-vous sur les programmes, services et ressources accessibles aux aînés.

Canada.ca/aînés  
1 800 O-Canada



## PARTICIPATION AU CONCOURS

## Je me souviens



Le mois dernier, c'est **Mariette Morissette** qui a remporté un prix de 50 \$ en partageant avec les lecteurs du journal *Ski-se-Dit* ses souvenirs liés aux 50 années du domaine du camping Vallée-Bleue. Félicitations!

**C'est au tour de Patrice Féarès de raconter ses premiers souvenirs du *Ski-se-Dit*, qu'il lit depuis 20 ans :**

2023, année de célébrations des « chiffres ronds »!

*Ski-se-Dit* fête ses 50 ans alors que, de mon côté, cela fait 20 ans que je suis à Val-David et que je lis le journal...

Malgré toutes ces années, je me souviens parfaitement de notre première rencontre, peu de temps après mon arrivée, dans un petit café qui bordait la piste cyclable. Suzanne, la propriétaire de cet endroit tout aussi délicieux que la cuisine qu'on y dégustait, venait d'ouvrir ce bistrot familial avec son mari (et l'aide de sa mère).

Celle qui allait par la suite devenir la présidente du CA du journal y était déjà impliquée, et ce jour-là, je l'entendis mentionner, au milieu d'une conversation avec une dame de la table voisine, qu'elle pouvait soumettre des articles. C'est là que je découvris que le journal était, d'une certaine manière, une affaire de communauté.

Cette remarque n'était pas tombée dans l'oreille d'un sourd, et au fil du temps, je me suis décidé moi aussi,

à l'occasion, à proposer des textes. Comme le monde est petit, j'ai même découvert par la suite que le frère de celle qui est devenue ma blonde avait fait partie de l'équipe de rédaction dans les années 90, tout comme d'autres personnes de mon entourage.

Finalement, dans un village où l'on finit par connaître bien du monde, j'imagine que beaucoup de gens ont ou ont eu, d'une manière ou d'une autre, un lien avec le *Ski-se-Dit*, surtout à cette époque où la population était moins nombreuse et que notre « monde à part » était, selon le slogan inscrit à l'entrée du village, « à part et à partager »...

Alors voilà, j'ai partagé le premier souvenir de ma rencontre avec le journal *Ski-se-Dit*...

Le journal *Ski-se-Dit* est là pour l'amour de la langue française, de la vie communautaire dans les Laurentides, pour entendre parler de vous, de vos voisins, de vos événements :

**aidez-nous à survivre,**

en faisant un don, qui permettra de poursuivre ce combat pour la visibilité de notre milieu et une presse régionale de qualité.



## VOUS POUVEZ SUIVRE le journal *Ski-se-Dit* sur Instagram!

Du contenu régional et local, de l'actualité à la culture, en passant par les sports, sans oublier des photos en plus et des sujets exclusifs.

Suivez-nous @journal\_ski\_se\_dit



# CONCOURS

## Je me souviens

# Ski-se-Dit

pour marquer les



Visitez le [www.ski-se-dit.info](http://www.ski-se-dit.info) pour tous les détails!

DU 11 NOVEMBRE 2023 AU 6 JANVIER 2024

Maison des Arts Saint-Faustin

EXPOSITION

# Art en Fête

Vernissage le 12 novembre, 13h

Les Palettes roses seront de retour avec leurs récits sur le hockey féminin dans le prochain numéro du journal.

## ÉDITORIAL

## Conquistadores

Michel-Pierre Sarrazin

Éditeur Journal Ski-se-Dit

Le 16 novembre 1926, glacé jusqu'aux os dans son manteau noir en coton, Lucien monte à bord du wagon bordeaux du Canadian Pacific Express, en direction de Vancouver, une petite valise noire à la main. Il part en Chine porter la parole de Dieu aux bouddhistes du socialisme montant. Toute une aventure.

De retour au Québec en 1966, il s'installera à Val-David, après avoir vécu en Chine vingt ans et survécu à la révolution culturelle qui fit vingt millions de morts. À la suite de quoi il étudia deux ans au Japon et parcourut différents pays d'Europe et d'Amérique latine. Le professeur Lucien avait eu le temps d'apprendre que d'un point de vue universel, tout ce qui est vivant est différent de ce qu'on croit juste.

Lorsqu'il réalisa qu'il devait désormais accepter l'étiquette de « vieux », nous abordons le XXI<sup>e</sup> siècle. Son instinct lui dictait de faire profil bas, car il n'y a rien d'agréable à être considéré par ses contemporains comme périmé. Rien d'agréable à sentir que, même à l'intérieur, la petite voix qui vous a accompagné depuis l'enfance commence à se moquer de vous. Nonobstant, Lucien se sentait bien. Plus libre à soixante-dix ans passés que durant toute sa trépidante existence.

Et ce qui rendait ce sentiment encore plus précieux, c'était l'assurance d'avoir tout de même réussi, en faisant son métier, à « passer le témoin » à la génération suivante, avec toute la vigueur dont il était capable. Ce témoin de sa propre vie, de sa culture, allégoriquement ce bâton que les coureurs à relais se transmettent durant l'épreuve. C'est ainsi qu'il voyait son enseignement, ce savoir qu'en tant que prof il avait « passé » à ses élèves les plus attentifs, depuis des décennies.

Lucien avait enseigné, à son retour d'Asie, qu'on ne peut exprimer qu'avec des mots simples et durs l'immensité de la culture des hommes. Parler vulgairement, comme le soulignait déjà Rabelais quatre siècles plus tôt, c'était parler vrai de ce que chaque être humain rencontré peut être, par son expérience personnelle et unique, par la rigueur de son engagement, et dont le vécu est un trésor de références que l'art et la littérature ont pour mission de rendre disponible au reste de l'humanité. La matière même de ce que désormais l'internet balbutiant cherche à répertorier, qui ne représente, intelligence artificielle incluse, qu'à peine 1 % du véritable vécu. De l'information étalée à plat, sans nuances, sans racines, de dire le vieil homme. Seuls les écrits restent, marquent le temps.

Et en participant, pendant quelques dizaines d'années, à cette course sans fin, dont l'art, la science et l'industrie tracent pour les vivants et leur descendance un portrait kaléidoscopique si indispensable à ses yeux, que seule la barbarie s'emploie encore aujourd'hui à effacer, pour dominer, de dire Lucien, il avait acquis la conviction que chacun peut jouer le rôle singulier de « passeur de témoin ».



Dessin d'Arlene Bridges, artiste australienne ayant séjourné à l'Atelier de l'Île à la fin des années soixante-dix.

Quelle que soit son expérience, on a ce pouvoir, par son témoignage, explique le professeur de langues, d'offrir aux générations futures un nouvel éclairage de la biosphère, une chance inédite d'être civil dans une société qui cherche par tous les moyens à sortir des ténèbres sans fond de son ignorance. C'est cet effort individuel inscrit dans le collectif, battement d'ailes « du papillon curieux du savoir », métaphorise-t-il, qui peut déclencher des réactions cosmiques.

Car les rudiments du métier que transmet le père à son enfant, la manière de prendre soin des enfants que transmettent les parents, la démarche de l'artiste envers son public : la parole, le geste, l'œuvre de chacun est l'instrument de sa culture. Chacun des instants vécus contient cette idée que le temps est une notion relative et qu'à la vue d'une toile de Goya, d'une architecture aztèque, d'une musique de Chopin ou d'une sculpture de Pierre Leblanc, on réalise que la vie d'un homme est toujours plus courte que son œuvre, qui recèle une des nombreuses clés du savoir. Et que chaque œuvre interpelle ce magistère. Qu'il faut rester curieux de ce qui vient comme de ce qui a été. Que la simple sagesse consiste à comprendre que chacun a sa place dans la mosaïque révélatrice de ce qu'est le sens de la vie, en exprimant, par sa fraternelle complexité, la beauté, même, de chaque instant inscrit dans ses propres atomes. Et que sans ce savoir nous sommes condamnés, en tant que civilisation, à recommencer là où le témoin nous est tombé des mains, quand la course n'est plus qu'un sport pour une élite et ses élus. Quand l'art n'est plus que le reflet des apparences.

De tout cela, Lucien avait la certitude, en regardant avec étonnement le tremblement léger de ses mains plissées. Alors qu'en partageant avec lui le thé dans ces

tasses de porcelaine désormais partie des Jardins de silice à 1001 Pots, je cherche dans ses dernières paroles une vérité qui n'existe que pour moi.

Naturellement, pour comprendre de quoi il s'agit, quand on parle de culture, de témoin et de liberté, il faut attendre d'être vieux, conclut-il en souriant. Ce privilège n'est hélas pas accordé à tout le monde. Le parcours est dangereux. Et tous ceux qui s'en sortent avec l'âge sont un peu des conquistadores touchant enfin une Terre inconnue. Et ils méritent par ce simple fait qu'on les regarde avec respect, sinon avec curiosité, comme on l'a toujours fait dans les plus grandes civilisations de l'histoire. En se disant que le vieil âge n'est pas tant destiné à témoigner du passé que le rudiment de ce qu'il faut apprendre pour qu'aujourd'hui soit meilleur et demain, encore possible<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Cette allégorie est née d'une discussion avec mon oncle, aujourd'hui disparu, et dont la vie étrange et étonnante m'a toujours montré que le monde est petit.

## PROJECTION DU DOCUMENTAIRE

La grande histoire  
DU P'TIT TRAIN DU NORD

La projection du documentaire *La grande histoire du P'tit Train du Nord* a eu lieu devant plus de 200 personnes le mercredi 25 octobre au théâtre le Patriote à Sainte-Agathe-des-Monts. Ce chemin de fer construit entre 1891 et 1909 fut essentiel au développement des Laurentides, et ce, jusqu'en 1981, année du dernier train de passagers. Puis, en 1996, ce fut l'inauguration du Parc linéaire du P'tit Train du Nord, lui aussi incontournable de la région en toute saison.

Voilà une histoire qu'il ne faut pas oublier, et les témoignages de gens des Laurentides qui l'ont vécu nous le rendent bien dans ce documentaire réalisé par M. Jean-Nicolas Orhon. Ce film est le résultat d'un partenariat entre la MRC d'Antoine-Labelle, la MRC des Laurentides, la MRC des Pays-d'en-Haut ainsi que la Ville de Saint-Jérôme.

## Prochaines projections :

**Mont-Laurier :** Cinéma Laurier, 704, rue de la Madone

**23 novembre - 18 h 30**

culture@mrc-antoine-labelle.qc.ca



**Saint-Jérôme :** Quartier 50+, 425, boul. Jean-Baptiste-Rolland Est

**16 novembre - 18 h 30**

loisirs@vsj.ca



Afin d'aider les nouveaux élèves, Ski-se-Dit publie, en collaboration avec le Centre collégial de Mont-Tremblant, une chronique régulière d'information générale. Ce mois-ci, présentation d'un nouveau programme qui fera son apparition prochainement!

## SKI S'ÉTUDIE

### TECHNIQUES DE PHYSIOTHÉRAPIE

Plus que quelques mois avant le déploiement de ce nouveau programme

#### Véronique Bonin

Conseillère pédagogique

Comme annoncé dans un précédent article, le Centre collégial de Mont-Tremblant offrira dès l'automne 2024 un nouveau programme en techniques de physiothérapie. Tout le personnel s'affaire depuis déjà un bon moment à concocter un programme des plus pertinents et à s'adapter aux besoins de la région, à planifier l'achat d'équipement, à faire connaître ce nouveau programme, à aménager les espaces nécessaires aux activités théoriques et pratiques et à planifier l'accueil des personnes étudiantes.

#### Visée du programme et perspectives d'emploi

Le programme, qui s'échelonne sur une période de 3 ans, comportera plus de 750 heures de stages pratiques. Il s'adresse à des personnes qui auront réussi le cours de physique de la 5<sup>e</sup> secondaire et qui ont un intérêt pour la santé et le bien-être, qui ont de bonnes capacités relationnelles et communicationnelles, aiment apprendre et faire des liens et ont des aptitudes sur les plans moteur et organisationnel. Les futur.e.s technologues en physiothérapie seront amenés à intervenir principalement auprès des adultes et des personnes âgées, et ce, majoritairement pour les pertes de mobilité ou de force et



les pertes fonctionnelles. Outre la neurologie, les brûlés, les amputés et les patients de chirurgies cardiaques, les plus importants champs d'activités d'un.e technologue sont la gériatrie et l'orthopédie.

Le but ultime du programme est de développer le rendement optimal des personnes présentant une incapacité sur le plan physique. Pour ce qui est des tâches d'un.e technologue, les principales consistent à organiser le travail, planifier et procéder à l'évaluation des patient.e.s, à analyser et déterminer

un plan de traitement, appliquer le traitement, réévaluer les usagers et effectuer des activités de prévention et de formation.

Une fois la formation terminée, les technologues pourront travailler dans différents milieux comme les cliniques privées, au CISSS, en centre hospitalier, en centre de réadaptation, en centre de jour ou à domicile. Il est bon de savoir que certaines universités réservent des places aux étudiant.e.s de la technique pour les programmes de bac-maîtrise en

physiothérapie, tandis que d'autres prévoient des passerelles où un certain nombre de crédits pourraient être reconnus.

#### Spécificités locales

Au Centre collégial de Mont-Tremblant, l'équipe enseignante mettra sur le développement du jugement clinique, de l'autonomie et de la collaboration des futur.e.s technologues. Ces savoir-faire et savoir-être seront au cœur de la formation, car ils sont des déterminants majeurs d'une intervention de qualité auprès d'une clientèle blessée et/ou vulnérable.

Nous sommes fiers de vous dire que le personnel enseignant se penche sur les pratiques pédagogiques les plus adéquates pour le développement des compétences requises par la profession et que beaucoup d'énergie sera mise sur la compréhension des notions et l'application concrète des techniques. Nous avons très hâte de recevoir nos premier.e.s étudiant.e.s. Si vous êtes curieux ou intéressés par ce programme, venez nous voir aux portes ouvertes du 9 novembre. Nous nous ferons un plaisir de répondre à toutes vos questions et de partager avec vous notre passion pour cette merveilleuse profession.

50<sup>e</sup> ANNIVERSAIRE Ski-se-Dit

PROCHAINE PARUTION FORMAT PAPIER EN KIOSQUE : 7 DÉCEMBRE 2023  
PROCHAINE DATE LIMITE POUR ENVOYER VOS PHOTOS ET TEXTES : 20 NOVEMBRE 2023

2496, rue de l'Église, suite 200, Val-David (Qc) J0T 2N0 • 819 321-9269 • [redaction@ski-se-dit.info](mailto:redaction@ski-se-dit.info) • [www.ski-se-dit.info](http://www.ski-se-dit.info) f @

RÉDACTRICE EN CHEF : Maryse Froment-Lebeau | ÉDITEUR : Michel-Pierre Sarrazin, membre FPJQ | RESPONSABLE DES COMPTES : Francis Hamel | RÉVISION LINGUISTIQUE : Maryse Froment-Lebeau | MISE EN PAGE : Pixel Créatif | IMPRESSION : Hebdo Litho | REPRÉSENTANTE PUBLICITÉ : Isabelle Monette | LIVRAISON COMMERCIALE : Isabelle Monette | WEBMESTRE ET SOUTIEN TECHNIQUE : Richard Cloutier | CHRONIQUEURS ET INVITÉS DANS CETTE ÉDITION : Gilles Parent | Véronique Bonin | Judith Lavoie | Michel-Pierre Sarrazin | Nicole Davidson | Jocelyne Aird-Bélanger | François Gohier | Phil Shaw | Valérie Spitzer | Nicole Vézina | Marlène Gosselin | Gilles Bourret | Gilles Chaumel | Véronique Nicolas | Manon Regimbald | Lorraine Hamel | France-Élaine Durancœur | Yves Nantel | Louise Duhamel | Louis Babin | CONSEIL D'ADMINISTRATION : Suzanne Lapointe, présidente | Julie Leblanc, vice-présidente | Anne-Marie Bourgeois, secrétaire | Véronique Nicolas, administratrice | Christine Vallée, administratrice | NOTE : Les opinions et textes publiés dans ce journal n'engagent que leur signataire.

LE SKI-SE-DIT REÇOIT L'APPUI DU MINISTÈRE DE LA CULTURE ET DES COMMUNICATIONS.



POUR TOUTE RÉSERVATION PUBLICITAIRE

Isabelle Monette : 819 323-6417 | [isabelle@ski-se-dit.info](mailto:isabelle@ski-se-dit.info)

DATE LIMITE DES RÉSERVATIONS PUBLICITAIRES DÉCEMBRE 2023 : 4 DÉCEMBRE 2023

Le journal est publié au complet sur le site [www.ski-se-dit.info](http://www.ski-se-dit.info) sous l'onglet « archives » depuis 2008.

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

DISTRIBUTION RÉPÉTÉE CHAQUE SEMAINE AUX ENDROITS SUIVANTS : METRO VAL-DAVID, METRO SAINTE-AGATHE, IGA SAINTE-AGATHE, IGA SAINTE-ADÈLE.

PRINCIPAUX POINTS DE DISTRIBUTION EN NOMBRE DU JOURNAL. OBTENEZ VOTRE EXEMPLAIRE CHAQUE MOIS AUX ENDROITS SUIVANTS :

BMR Val-David et Sainte-Agathe-des-Monts | Caisse Desjardins Val-David et Sainte-Agathe-des-Monts | IGA Sainte-Agathe-des-Monts | IGA Sainte-Adèle | Metro Val-David | Metro Sainte-Agathe-des-Monts | Metro Sainte-Adèle | Pharmacie Jean Coutu Sainte-Agathe-des-Monts | Pharmacie Uniprix Sainte-Agathe-des-Monts | Pharmacie Familiprix Val-David | Lortie & Martin Sainte-Agathe-des-Monts | Maxi Sainte-Agathe-des-Monts | Marché Val-Morin

## SANTÉ ET BEAUTÉ

## COMMENT CHOISIR votre esthéticienne?

## Marlène Gosselin

Institut Marlène

Je me prépare fébrilement pour aller à mon congrès annuel Esthétique Spa International. C'est la 30<sup>e</sup> édition à Montréal cette fin de semaine. J'ai la chance d'assister à des ateliers, des conférences, de voir les tendances, tant dans les soins que les produits dans les différentes gammes disponibles sur place. J'ai le privilège d'avoir encore la curiosité de découvrir les nouveautés et la passion de ma profession que j'adore transmettre à ma clientèle.

Ce qui m'a amenée à cette réflexion : comment une cliente peut-elle se choisir une esthéticienne professionnelle?

Avec près de 16 000 esthéticiennes à travers la province, vous avez l'embarras du choix, et par la même occasion, il peut être difficile de savoir laquelle sera la perle rare!

Premièrement, il faut s'assurer qu'elle est diplômée d'une école d'esthétique reconnue par le ministère de l'Éducation du Québec, qui encadre la formation qui doit totaliser 1305 heures, ainsi que l'acquisition des compétences liées directement à la maîtrise des tâches de la profession et des activités de la vie professionnelle. Vérifiez bien que votre future esthéticienne ait obtenu son diplôme en étant en présentiel et non dans un cours par correspondance, dans une formation à distance.

Deuxièmement, elle a avantage à faire partie d'une association. Celle que nous avons est l'APESQ (Association des professionnelles en électrolyse et soins esthétiques du Québec). La candidate doit



détenir un diplôme en esthétique reconnu par l'association et réussir un examen d'entrée pour s'assurer que ses connaissances sont bien à jour. Le site internet de l'association vous permet de consulter qui sont les membres en règle.

Troisièmement, elle devrait aller faire reconnaître ses compétences et ses connaissances auprès du Comité sectoriel de la main-d'œuvre des services de Soins

personnels Québec et ainsi obtenir un Certificat de qualification professionnelle reconnu et signé par le ministre du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale, la plus haute distinction en esthétique au Québec.

Je ne le répéterai jamais assez : votre esthéticienne est la meilleure personne pour vous présenter et vous suggérer des soins et produits adaptés aux besoins

de votre peau. Les esthéticiennes sont professionnellement formées en anatomie et en physiologie de la peau. Leur connaissance des types et des conditions de peau leur permet de prendre soin de tous vos besoins en soins de la peau. Nous ne demanderions conseil à personne d'autre qu'à un professionnel qualifié pour tout autre service, alors pourquoi demander conseil à une personne autre qu'à une esthéticienne professionnelle quand il est question de la santé de votre peau?

Elle doit faire de la formation continue auprès de ses fournisseurs de produits cosmétiques. Cela garantit que votre esthéticienne possède une connaissance approfondie des produits et pourra vous conseiller sur les meilleurs choix qui vous permettront d'atteindre vos objectifs beauté de soins de la peau.

Les esthéticiennes proposent des traitements cliniques spécialisés et exclusifs contenant des concentrations plus élevées d'ingrédients en combinaisons différentes de produits de soins. Ces traitements fournissent des résultats exceptionnels pour tous les types et conditions de peau et peuvent ensuite être maintenus par des produits de soins à domicile.

J'espère que ces informations vous aideront à arrêter votre choix.

Bon automne!

Référence : <https://www.soinspersonnels.com/29/les-comites-sectoriels>

# ORTHÈSES PLANTAIRES

Vous trouverez tout chez le spécialiste.  
laboratoirebelanger.ca  
1-800 481-7434



1052, RUE VALIQUETTE,  
SAINTÉ-ADÈLE (QUÉBEC) J8B 2M3  
(450) 229-7433



**Soli Terre**  
créateur de paysages

**Gilbert Dionne 819-322-2876**

Conception de plans et croquis  
Réalisation d'aménagements paysagers  
Services d'entretien horticole

[www.soliterre.ca](http://www.soliterre.ca)  
[info@soliterre.ca](mailto:info@soliterre.ca)



**RHODIOLA**  
Concentration &  
Fatigue intellectuelle

Producteur de plantes  
médicinales biologiques

Présent dans notre  
communauté depuis 1978

**Disponible à Val-David :**  
Bio Sattva  
Familiprix Charland



clefdeschamps.net

## DÉPART DE MICHEL VINCENT, propriétaire franchisé de notre METRO

### Jocelyne Aird-Bélanger

Résidente de Val-David

On le voyait partout, M. Vincent, en entrant chez Metro : à la caisse, en train de placer une tablette, de surveiller une livraison, de répondre au téléphone... Les clients de l'épicerie ne pouvaient manquer de rencontrer un jour cet homme efficace, toujours aimable, souriant et affairé, qui travaille au Metro de Val-David – ou plutôt y travaillait – depuis 1996.

### PARCOURS

Propriétaire franchisé du Metro de Val-David, Michel Vincent prend sa retraite « partielle » après 48 années pour l'enseigne, dont 27 à Val-David. Il a fait ses débuts à Saint-Antoine à 15 ans et est toujours resté dans le domaine de l'alimentation et pour cette même bannière. Alors que Jacques Dufresne était propriétaire, c'est lui qui était directeur pendant 21 ans. Depuis la vente du Metro en 2017, il est employé par la chaîne comme propriétaire franchisé.

Au cours de sa carrière, il aura fait tous les départements de l'épicerie sauf la boucherie et graduellement monté les échelons, toujours en gardant la passion de son métier. Longtemps gérant du département des fruits et légumes dans d'autres épiceries Metro, il a gagné des prix à ce poste. En 1996, Jacques Dufresne a cru en lui et lui a donné carte blanche en le nommant directeur général. Ensemble, ils ont permis à leur commerce de gagner plusieurs prix : en 2011, le Prix national des petites entreprises à travers le Canada, et en 2011-12, le Prix d'excellence Metro.

### DÉFIS ACTUELS

De nos jours, le propriétaire franchisé doit suivre les recommandations de la chaîne, ce qui lui laisse un peu moins de latitude. Notre petit Metro compte 22 000 items en roulement constant. Certains restent longtemps et d'autres disparaissent rapide-



ment. Les goûts des consommateurs changent également. Ainsi, autrefois, on consommait beaucoup de légumes en conserves. Aujourd'hui, ce sont surtout les surgelés qui ont la cote. L'épicerie doit s'adapter sans cesse, rester à l'affût des goûts des gens et répondre, par exemple, à la demande pour les produits naturels, végés, bios ou de production locale. Les repas sont plus variés; on ne mange pas nécessairement moins de viande mais les menus évoluent. Il se vend aujourd'hui beaucoup de légumineuses, comparativement à avant. Bien que certains paraissent en douter, les prix des aliments dans les marchés Metro sont fixés par le bureau central et sont les mêmes d'un Metro à l'autre.

### PÉRIODES MARQUANTES

M. Vincent apprécie sa clientèle, très belle et surtout locale, qu'il appelle une clientèle heureuse qui n'est pas critiqueuse ou désagréable. Une clientèle qui aime la vie et la bonne bouffe! La COVID fut difficile, car notre épicerie, en tant que commerce essentiel, était régulièrement vérifiée par la Santé publique, qui était très stricte. Le magasin prenait les commandes téléphoniques et un groupe dévoué de bénévoles venait les chercher pour les livrer aux clients. Notre Metro a eu un bon coup de main de toute cette équipe et lui en est bien reconnaissant.

La pire période, cependant, fut celle avant la pandémie, où il y eut, pendant quelques années,

un nombre incroyable de décès dans la population locale, déjà âgée à l'arrivée de M. Vincent. La situation devint très difficile pour les employés, qui arrivaient tristes à l'épicerie, et lorsqu'on prenait de leurs nouvelles, ils se mettaient souvent à pleurer à cause du décès d'un proche, au point que le personnel ne savait plus trop comment réagir. Le CLSC est venu donner une formation d'un jour sur le deuil pour aider les employés à gérer leur relation avec les clients. Cette situation fut grave au point d'entraîner une sérieuse baisse de clientèle. Les personnes devenues veuves et seules partaient vivre ailleurs, avec leurs enfants ou près d'eux, ou en résidence à Sainte-Agathe ou à Saint-Jérôme.

### PRÉCIEUX PERSONNEL

Située en zone touristique, notre épicerie Metro est ouverte 365 jours par année de 8 à 21 h. Un problème que doit affronter l'administration, comme bien d'autres commerces locaux, est le manque criant de personnel, ce qui force constamment M. Vincent à pourvoir des postes et à faire autre chose que son travail administratif. L'épicerie compte normalement 48 employés avec un roulement de 24 par année, mais elle fonctionne actuellement avec 38 employés. Les étudiants retournent aux études à l'automne et ceux qui vont au cégep sont de moins en moins disponibles. Le Metro embauche aussi des personnes handicapées, mais il manquerait tout de même une dizaine de

personnes. Autrefois, le quart du personnel se renouvelait chaque année; aujourd'hui, c'est la moitié qui part, donc plusieurs employés à trouver et à entraîner.

Quand on lui demande ce qui se vend le mieux ici, il dit à la blague que « tout ce qui est liquide s'écoule très facilement »... Ou encore, avec sa touche personnelle d'humour, que son commerce se gère comme s'il était sur une plage. Les jours de beau temps, tout part très vite, et quand il fait mauvais, l'achalandage diminue. Il faut administrer tout cela de façon très serrée et éviter les pertes tout en répondant à la clientèle. Tout un défi!

Michel Vincent tient à remercier Jacques Dufresne pour sa confiance, ainsi que ses précieux employés de longue date qui ont traversé avec lui les changements et l'ont toujours suivi. Il dit avoir vécu de très bons moments avec eux. Le petit Metro de Val-David s'est démarqué grâce à des investissements continus qui lui ont permis un bel agrandissement, l'ajout de la remarquable murale de René Derouin et son équipe, etc.

### PROJETS

S'il n'a pas de projets précis, Michel Vincent souhaite se reposer du stress accumulé ces dernières années et s'occuper de sa famille, ses deux filles (dont l'une vit à Sept-Îles) et ses quatre petites-filles, dont la dernière n'a que quelques mois. Il est certain qu'il s'occupera ailleurs un de ces jours. Michel Vincent est un homme positif, chaleureux et passionné par son travail, ce qui a contribué au climat convivial et détendu de son entreprise. Les gens de Val-David auront eu l'occasion, au cours de ces 27 années, d'apprécier son empressement à répondre à leurs demandes et la qualité et l'efficacité de son travail comme gérant puis propriétaire franchisé. La clientèle locale lui doit beaucoup et lui est reconnaissante de tant de travail et d'implication!

Au revoir, M. Vincent, et bonne route!



**Les Marchés  
D'AUTOMNE  
et D'HIVER  
À VAL-DAVID**

POUR INFO 819 321-5681  
www.marchesdici.org | f | ig

	<b>18</b> NOVEMBRE	10 h à 13 h ÉGLISE
	<b>9 ET 16</b> DÉCEMBRE	MARCHÉ DE NOËL 10 h à 16 h ÉCOLE SJB
	<b>20</b> JANVIER 2024	10 h à 13 h ÉGLISE
	<b>3 ET 17</b> FÉVRIER 2024	10 h à 13 h ÉGLISE
	<b>2, 16 ET 30</b> MARS 2024	10 h à 13 h ÉGLISE
	<b>13 ET 27</b> AVRIL ET <b>11</b> MAI 2024	10 h à 13 h ÉGLISE

Marché  
de  
Noël

SAMEDIS  
**9 ET 16**  
DÉCEMBRE  
10 h à 16 h

ÉCOLE  
SAINT-JEAN-  
BAPTISTE



## CENTRE D'EXPOSITION DE VAL-DAVID

### PRENDRE SON ENVOL



Hélène BRUNET NEUMANN et Caroline GAGNON, 6:30 AM (janvier - juin 2023)  
Séquence vidéo

Meryl MCMASTER, Détail, Harborage For A Song /  
Refuge pour un chant de la série  
As Immense As A Sky / Aussi immense que le ciel,  
impression numérique, 2019

Les expositions en cours proposent d'écouter la nature pendant que le visible s'unit à l'audible, au milieu des chants d'oiseaux. Reconnectez-vous avec la nature et accueillez la parole autochtone.

En duo, Brunet Neumann et Gagnon exposent des rituels du quotidien, des promenades bienfaites en forêt en quête de l'invisible; elles retracent l'empreinte infinitésimale du cycle des saisons. D'ascendance crie des Plaines, britannique et hollandaise, Meryl McMaster partage son legs. Ses autoportraits fabuleux, entre ciel et terre, ouvrent des horizons immémoriaux. Par son art, McMaster porte un regard réconciliateur sur le passé, le présent et le futur.

Prendre son envol, sortir de son nid, s'affirmer, explorer les bienfaits des bains de forêt et de la voûte céleste, capter leur énergie, écouter la nature au petit matin, prêter attention aux chanteurs ailés et aux croassements rauques de la corneille et du corbeau cohabitent avec les délicates mélodies des mésanges et des chardonnerets; et puis, découvrir des passages entre les différentes cultures : voilà autant de voies à emprunter.

Comme chaque année, le Centre est heureux d'accueillir les enfants du village pour un atelier de création. Inspirés de *Refuge pour un chant* de la série « Aussi grand que le ciel », les jeunes confectionneront un bâton de parole, figure totémique de partage, de réconciliation et d'émancipation qui encourage le respect et l'écoute de soi et d'autrui.

Or, dans *Refuge pour un chant*, le bâton de parole orné de cabanes d'oiseaux que porte fièrement Meryl Master constitue une terre d'accueil pour moult chardonnerets. En pleine crise migratoire doublée d'une pénurie de logements, la question vive de l'habitat nous assaille. Comment habiter en harmonie avec la nature et que la maison demeure notre coin du monde, un grand berceau pour l'avenir de l'humanité?

Au plaisir de vous accueillir,  
Manon Regimbald

ENTRÉE LIBRE  
Jusqu'au 7 janvier 2023

## LE COLLECTIF ART 46/74 LAURENTIDES

### PRÉSENTE SA NOUVELLE EXPOSITION D'ART VISUEL : « SIMPLEMENT petit »

ART  
46 / 74  
collectif  
art4674.com

EXPOSITION

SIMPLEMENT petit

*Le tout petit ne limite pas, il accentue !*



francine  
CHASSÉ



charlotte  
GAGNON



maryse  
GUYOT



claudel  
LACROIX



michel  
TREMBLAY

Les chiffres 46 et 74 du nom du collectif précisent les coordonnées géographiques des membres issus de la région des Laurentides. Pour eux, le déferlement des émotions se canalise à travers la création de petites œuvres qui, ciselées finement, les rendent uniques. C'est ainsi qu'en

toute simplicité, les artistes expriment leurs petits bonheurs ou préoccupations de chaque jour.

À l'Atelier culturel, 1920, chemin du Village, Saint-Adolphe-d'Howard  
Du 10 au 12 novembre, de 11 h à 16 h

## éphéméristes

exposition rétrospective  
02 déc 2023 - 03 mars 2024



Vous êtes chaleureusement convié.e.s au vernissage  
5 à 7 vendredi 01 décembre 2024  
Musée Zénon-Alary 1425 Rue Claude Grégoire, Sainte-Adèle

## L'ULTIME CHOIX

PLUSIEURS NOUVEAUX VÉHICULES EN STOCK



TAUX AUSSI BAS QUE

2,99%  
SUR CERTAINS MODÈLES

PLUS LA MEILLEURE GARANTIE DE L'INDUSTRIE

OUTLANDER À ESSENCE OU PHEV DÉSIGNÉ PAR L'AJAC MEILLEUR VÉHICULE UTILITAIRE INTERMÉDIAIRE AU CANADA EN 2023

AJAC  
ASSOCIATION DES JOURNALISTES AUTOMOBILISTES DU CANADA  
PRIX DES VOITURES CANADIENNES DE L'ANNÉE



MITSUBISHI MOTORS

Réalisez vos Ambitions



Giroux  
Mitsubishi  
Sainte-Agathe des Monts

76, rue Préfontaine Est, Sainte-Agathe-des-Monts, Québec

819 326-1615 | www.girouxmitsubishi.com

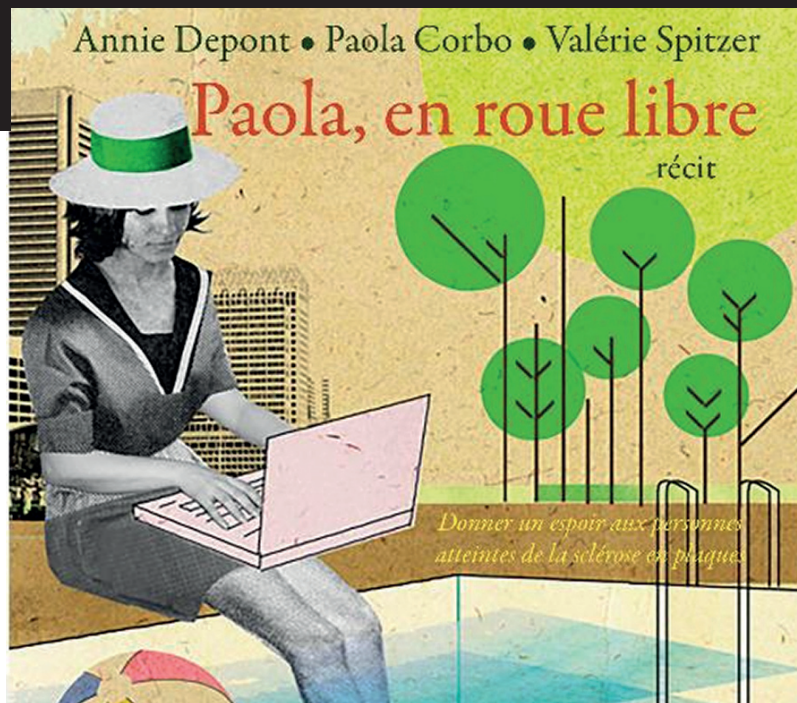
## PAOLA, EN ROUE LIBRE

### LECTURE vivifiante

Voici *Paola, en roue libre*, un livre qui raconte l'histoire de Paola, atteinte de la sclérose en plaques et se déplaçant en fauteuil roulant depuis plusieurs années. Malgré cette maladie, elle irradie la joie! Au lieu de se sentir accaparée par la maladie, elle l'a vue comme un défi, qu'elle relève chaque jour. Une leçon d'espoir et de résilience.

Le livre aborde le thème de l'alimentation (cru et vivante), le quotidien d'une personne malade qui ne se laisse pas abattre, la foi, les soins énergétiques, la résilience, la maîtrise des pensées, etc.

Il s'adresse bien sûr aux personnes atteintes de sclérose en plaques, mais aussi à toute personne aux prises avec la maladie. De façon encore plus



complète, il s'adresse à quiconque vit des obstacles dans sa vie... Finalement, à tout le monde! Écrit à trois plumes, il nous rappelle l'importance de choisir, au quotidien, l'amour plutôt que la peur.

Jean-François Beauchemin, dans sa merveilleuse préface, le résume ainsi : « Il y a, dans l'ouvrage patiemment et lumineusement écrit par Paola Corbo, Annie Depont et Valérie Spitzer, une très éloquente illustration de ce désir de vivre qui non seulement résiste à tout, mais aussi brille à l'avant de la vie comme les feux de position d'un navire. »

Les auteures proposent une **séance de dédicaces le samedi 11 novembre** à la Librairie Quintessence, à Saint-Sauveur, de 12 h à 16 h.

## CINÉMATHEQUE MÉLIÈS

### Nos choix pour NOVEMBRE



**7 novembre**

*57 secondes / 57 Seconds* - science-fiction

*After : La destinée / After Everything* - drame

**14 novembre**

*La religieuse II / The Nun II* - horreur

*Les chambres rouges* - suspense Qc

**21 novembre**

*Les sacrifiés 4 / The Expendables 4* - action

*Oppenheimer* - suspense

**28 novembre**

*Décadence X / Saw X* - horreur

*Les hommes de ma mère* - drame Qc

**5 décembre**

*Coco Ferme* - comédie Qc

*Indiana Jones et le Cadran de la destinée / Indiana Jones and the Dial of Destiny* - action



**Note : Plusieurs films non prévus s'ajouteront chaque semaine, surveillez notre site : [cinemathequemelies.wordpress.com](http://cinemathequemelies.wordpress.com)**

**Horaires : 14 h à 19 h, 7/7 jours**

(à moins de changement de dernière minute)

Tél. : 819 322-2741 | [cinemathequemelies@outlook.com](mailto:cinemathequemelies@outlook.com) | f

**MESSAGE À TOUS ET À TOUTES** : Appel à la relève : Le défi est de protéger la collection culturelle importante de films à la cinémathèque, avec une direction plus jeune, passionnée de cinéma et désireuse de profiter de l'expérience accumulée depuis 30 ans, en présentant votre intérêt par courriel ou en personne.

**SERVICES** : Photocopie, télécopie (fax), courriels, numérisation, polissage de CD, DVD, plastification de carte. Faites transférer vos vidéos ou données personnelles sur un autre médium en vous adressant à la Cinémathèque.

**NOUVEAUTÉ : JEUDIS-JEUX** : Présentation et vente, tous les jeudis, d'un jeu de société sélectionné par la Cinémathèque et animés par Pierre.

## CLUB DES VAL-HEUREUX DE VAL-DAVID (AFFILIÉ À LA FADOQ)

### ACTIVITÉS DE NOVEMBRE ET DÉCEMBRE



#### Souper de Noël

Le souper de Noël aura lieu le samedi 16 décembre à 18 h à la salle communautaire Athanasse-David (église). Heure d'arrivée : vers 17 h 40 (pour vous inscrire et trouver une table). Le coût est de 20 \$ et le menu est un buffet chaud et salades.

Veuillez réserver en communiquant avec moi : [gbourretqc@yahoo.ca](mailto:gbourretqc@yahoo.ca) ou 514 970-5800.

Hâtez-vous, car les places sont limitées à 90 personnes; en date du 20 octobre, nous avons déjà 50 réservations.

Nous aurons le permis d'alcool et vous pourrez apporter du vin ou de la bière. Nous vous demandons aussi d'apporter votre coupe, par mesure écologique.

Le paiement doit être fait lors du dîner du 16 novembre ou au plus tard le 27 novembre à la salle communautaire vers 12 h 45 avant le cours de danse. Il y aura des cadeaux attribués par tirage au sort et après le souper, il y aura une soirée dansante animée par M. James David Tatlock.

Je vous souhaite un bel automne. J'ai hâte de vous rencontrer lors du dîner du 16 novembre.

**Gilles BOURRET**, président  
Club des Val-Heureux de Val-David inc.  
Cellulaire 514 970-5800

**Pour toutes les activités, une carte FADOQ est requise.**

#### Dîner du Club

Le dîner est prévu le jeudi 16 novembre à midi à la salle communautaire au coût de 15 \$. L'heure d'arrivée est **11 h 40**. Veuillez réserver en communiquant avec Jean-Claude Riffet : [jriffet@cogable.ca](mailto:jriffet@cogable.ca). Le menu : potage aux carottes, cigares aux choux, pouding chômeur.

Vers 13 h 15, il y aura une conférence sur la sécurité des aînés.

#### Soirée de quilles le samedi 25 novembre à 19 h au profit de la recherche sur le cancer

- Début à 19 h (inscriptions à 18 h 30)
- Salle de quilles et billard Ste-Adèle (1717, boul. Sainte-Adèle, à Sainte-Adèle)
- Coût : 20 \$/personne (participation et chaussures incluses)
- Moitié-moitié et prix de présence

#### Toutes les recettes seront versées à la Société de recherche sur le cancer.

Pour vous procurer des billets, contactez Jean-Claude Riffet au **819 320-0264** ou moi-même au 514 970-5800.

## COUP DE PLUME

### TITRE mystère

#### Judith Lavoie

Résidente de Val-David et professeure de traduction à l'Université de Montréal

Lever de rideau. Une comédienne (qui ressemble drôlement à Henriette Walter) est assise sur un tabouret face au public. Derrière elle, un tableau noir (la troupe n'avait pas le budget pour un tableau blanc interactif). Sur le rebord métallique du tableau : une craie. Les gens, tous des abonnés du Théâtre de longue date (le TLD, c'est son nom, même si les gens y sont aussi abonnés *de longue date*), les gens, donc, sont perplexes. Personne ne leur a remis le résumé de la pièce. Même le titre, ils l'ignorent encore. Mais ils aiment le théâtre, ils aiment la surprise, ils seront bien servis ce soir (on va dire qu'on est le soir).

La comédienne, toujours assise sur son tabouret (la pauvre, elle commence à avoir mal au dos, c'est dur de se tenir droit sur un satané tabouret, même si, pour ma part, j'aime beaucoup les tabourets, je les trouve élégants avec leurs longues pattes graciles, on dirait des girafes, sans le cou ni la tête ni les p'tites cornes, ni les taches brunes non plus, ouais, bon...), alors je disais que la comédienne se lève. Elle pose d'abord le pied droit sur les planches (ouha les



planches) du plancher de la scène, ensuite le gauche, elle fait demi-tour (elle pivote sur elle-même?, je ne sais pas comment le dire), se dirige vers le tableau noir, empoigne la craie d'une main assurée (c'est une comédienne, alors elle ne tremble pas, ne frémit pas, ne tressaille pas) et se met à écrire.

Voici les mots qui apparaissent sur le tableau (un titre, suivi d'un paragraphe étonnant) :

Sur la sellette : *événement*

Cette graphie inattendue et longtemps recommandée n'a pas été le fruit d'une décision réfléchie, mais

tient à des circonstances matérielles : on est au début du XVIII<sup>e</sup> siècle, époque où l'on commençait à adopter l'accent grave è, distinct de l'accent aigu é, et l'imprimeur du *Dictionnaire de l'Académie* n'avait, semble-t-il, pas fait fondre suffisamment de caractères pour è. Lorsqu'il en fallait plusieurs dans une même page, il lui arrivait d'en manquer. Voilà pourquoi, dans l'édition de 1740, *événement* comporte deux fois é (on y lit aussi *mère* avec un accent aigu). Mais si on se reporte un peu plus loin, on constate qu'entre-temps on avait sans doute pu faire fondre de nouveaux caractères è car, sous l'entrée *père*, on trouve partout *père* - aussi bien que *mère*, d'ailleurs -, avec l'accent grave. Pourtant la forme *événement* n'a pas été corrigée dans l'édition suivante et a gardé jusqu'au XX<sup>e</sup> siècle son accent aigu sur la deuxième syllabe. L'édition de 2000 propose les deux graphies, en commençant par *événement*, sans explication, mais c'est bien *événement* qui apparaît dans tous les exemples cités » (Henriette Walter, *Deux mille mots pour dire le monde*, Paris, Bouquins éditions, 2022, p. 181).

La comédienne dépose la craie sur le rebord de métal et quitte la scène. Tombée de rideau sur un public ébahi. Fin de *L'évènement*.

## PROJET HOMMAGE

### À CHAMPLAIN et Riopelle

Un voyage dans l'univers de Jean-Paul Riopelle et de son ami Champlain Charest a donné naissance à une installation hommage près de l'église de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson. L'inauguration de l'œuvre du sculpteur de Val-David Jean Bisson Biscornet a eu lieu le 7 octobre dernier en présence de nombreux invités. Une soirée hommage a permis de souligner l'événement autour d'un concert suivi d'un cocktail et un repas.

Le hibou, symbole récurrent dans le parcours de Riopelle, est bien sûr partie intégrante de l'œuvre, ainsi qu'un pilier métallique gravé rappelant les passions de Champlain Charest

La sculpture du hibou de Biscornet présentée en octobre dans nos pages se trouve quant à elle aux Sommets Saint-Sauveur et rend hommage à Louis Dufour, pionnier du monde du ski au Québec.



## LES FAMILLES et le budget

**Lorraine Hamel**

Courtier immobilier et résidentiel  
Remax bonjour  
450 436-0206 | bureau : 819 326-6860  
info@lorrainehamel.com  
www.lorrainehamel.com

L'hiver arrive, on a passé la rentrée des classes et voilà déjà Noël à l'horizon... et ça vient vite.

La facture d'épicerie ne cesse d'augmenter. J'ai rencontré Dominique Cadieux, le directeur général de Bouffe laurentienne, et il m'expliquait que les tablettes de denrées sont vides. L'organisme reçoit des demandes de familles qui travaillent mais qui n'arrivent pas à payer le panier d'épicerie. C'est la nouvelle réalité, et elle est dure pour tous!

Le coût d'hébergement est en hausse également. Votre loyer est le même pendant une année, mais il y a une augmentation à prévoir. Et si vous vous apprêtez à renouveler votre hypothèque, vous savez très bien ce qui vous attend. La bonne nouvelle à l'horizon : le taux de chômage est en baisse à 4,3 % au Québec en date du 8 septembre. Or, les salaires

n'augmentent pas nécessairement aussi vite que le coût de la vie.

J'aimerais savoir : comment faites-vous pour boucler votre budget? Avez-vous des trucs en particulier? Quelles sont les habitudes que vous avez changées? Ou alors, avez-vous adopté un ou plusieurs nouveaux comportements face à l'argent?

Je cherche des solutions, des idées qui pourront en inspirer d'autres qui vivent des difficultés. On cache la pauvreté – je le sais, je viens d'une famille pauvre. Et dans ma vie d'adulte, j'ai connu des difficultés et j'ai été pauvre.

Ma fille est monoparentale et vit avec sa belle petite fille de 6 ans. Elle travaille 34 heures par semaine

et elle se débrouille bien. Voici les solutions qu'elle a trouvées pour socialiser et faire de nouvelles rencontres. Sur les réseaux sociaux, elle a joint un groupe d'adultes seuls ou en couple qui organisaient des rencontres. Grâce à ce groupe, elle a créé des amitiés. Ensemble, ils ont même démarré un autre groupe qui se rencontre chez l'un ou chez l'autre en suivant des thèmes pour des échanges, des sorties avec les enfants, des activités de plein air.

L'autre activité est celle en famille, soit une rencontre mensuelle pour cuisiner des repas, des collations, planifier le budget avec les spéciaux des commerces et éviter le restaurant. Ça fonctionne bien pour nous!

Direz-vous que je suis loin d'un discours de courtier immobilier? Pas tant! Je rencontre chaque jour des personnes qui cherchent à se loger. Des gens dont le budget ne satisfait pas les critères pour acheter une maison décente ou payer un loyer de 1000 \$ par mois...



**Je vous remercie de me lire et de m'écrire vos commentaires et suggestions de sujets!**

# Penser à ses finances sans perdre le sourire

**Tentant? Parlez-en avec  
un conseiller de votre caisse.**

Pas facile de s'y retrouver quand il est question de finances personnelles. Que ce soit pour l'épargne, l'investissement ou les prêts, on peut vous aider à prendre des décisions éclairées.

[desjardins.com/etudiants](https://desjardins.com/etudiants)



**Desjardins**

Caisse de Sainte-Agathe-des-Monts

**819 326-2883**



## DÉCOUVRIR SAINTE-ADELE N° 28

### LES CIMETIÈRES



Cimetière rue Dumouchel

#### Nicole Davidson

Résidente de Sainte-Adèle

Vous devinez que le sujet de cette chronique a un rapport avec le mois de novembre. Le mois des morts. Je voudrais plutôt orienter votre regard sur notre patrimoine vivant. Je suis une familière des cimetières. J'accompagne les familles endeuillées qui ont choisi de vivre ce rituel et j'y connais, avec eux, des moments inoubliables. Les cimetières sont des lieux de prières et de réflexions tout en étant à la fois des lieux de pleurs et d'éclats de rire, dans le maelström des émotions.

Ce mois-ci, j'ai découvert les cimetières de Sainte-Adèle. Je dis bien les cimetières. Et, saviez-vous que les cimetières ont une adresse? Heureusement, parce que je ne les aurais jamais trouvés! Les deux cimetières ne sont pas adjacents aux églises paroissiales, c'est quand même particulier. Ils sont situés à l'écart, dans des environnements propices à la méditation, et baignent dans un paysage bucolique à souhait.

On ne peut que ressentir une aura de mystère quand on marche dans un cimetière. Le silence qui l'enveloppe parle vraiment très fort pour nous rappeler notre existence éphémère dans ce monde. On y touche de façon vertigineuse à nos questions existentielles. On y baigne dans des émotions hors du commun, là où tant de personnes trouvent enfin le repos.

Me voilà donc armée de mon GPS pour me rendre au cimetière du 3105, rue Filion, dans le secteur Mont-Rolland. J'y retrouve des noms sur les pierres tombales qui prouvent bien que nos familles proviennent des mêmes souches : Legault, Beaulieu, Lanthier, Paquette, Constantineau.

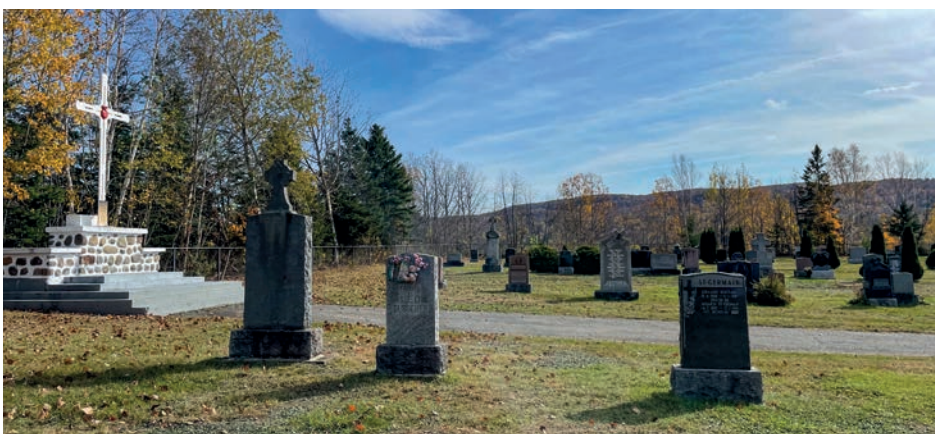
Beaucoup plus grand que celui de Val-David, il garde en son sein un espace légèrement en retrait qui m'intrigue grandement. Quelqu'un m'a dit que cet espace était réservé pour les non-catholiques, ce qui me semble impossible, ou réservé aux personnes bannies de l'Église. Je me renseigne.

Ensuite, je me suis rendue au 1610, rue Dumouchel (secteur Sainte-Adèle). Là encore, c'est un grand espace impressionnant doté d'une entrée marquée de deux énormes pierres ornées de messages en fer forgé : *In memoriam* et *À nos ancêtres*.

J'y retrouve aussi des noms de famille communs à notre région : Grignon, Campeau, Blondin.

Les photos parlent d'elles-mêmes. C'est tellement beau et rempli de douceur, un cimetière, on y pénètre comme dans un temple. Ceux qui y font courir leur chien ne comprennent vraiment pas la dimension de ce mystère.

Que les âmes des fidèles défunts reposent en paix!



Cimetière rue Filion



### Quelques faits saillants

La vie municipale vous préoccupe? Faites-nous connaître le sujet d'intérêt général qui vous touche plus particulièrement et nous publierons les faits le concernant.

Par courriel : [redaction@ski-se-dit.info](mailto:redaction@ski-se-dit.info)

Cliquez sur les liens pour accéder directement aux sites internet, courriels et téléphones indiqués dans cette chronique.

#### Val-David

- Les **Marchés d'ici** de Val-David se poursuivent aux deux semaines : 18 nov. à l'église, et de retour en janvier; Marché de Noël : 9 et 16 déc., à l'école Saint-Jean-Baptiste.
- La **Fiesta Artisane** : marché d'artisans de Noël à la salle Athanase-David (église), samedi 25 nov. de 10 h à 17 h et dimanche 26 nov. de 10 h à 16 h. Plus de 30 artisans : prêt-à-manger de traiteurs, massage sur chaise, musique, etc.
- Le **Salon des artisans** est de retour les 2-3 décembre à la salle Athanase-David et au pavillon Maurice-Monty, de 10 h à 17 h. Voilà une belle occasion d'encourager la trentaine de créateurs et entrepreneurs d'ici.
- Plusieurs citoyens s'inquiètent de l'imbroglio juridique et financier concernant l'acquisition du Village Suisse par la Municipalité. À suivre lors des prochaines séances publiques du Conseil.

#### Sainte-Agathe-des-Monts

- Les citoyens peuvent désormais communiquer directement avec l'équipe municipale en composant le 3-1-1 à toute heure.
- Marché de Noël les 2-3 décembre de 10 h à 17 h, au 50, rue Saint-Joseph. Plus de 25 artisans et de commerçants d'ici, ainsi que des animations et des surprises pour tous.

#### Val-Morin

- La Municipalité de Val-Morin a annoncé la publication du **nouveau rôle triennal d'évaluation foncière de la MRC des Laurentides** qui entrera en vigueur le 1<sup>er</sup> janvier 2024. L'évaluation totale des propriétés sur le territoire de la MRC a drastiquement augmenté de 71 %. Les taux de taxes pour 2024 seront présentés prochainement aux propriétaires.

#### Sainte-Adèle

- Projet de **nouvelle caserne** de pompiers : la caserne actuelle, sur la rue des Cantonniers, a été construite en 1970 et était d'abord le garage municipal. Comme elle ne correspond plus aux normes et besoins actuels des pompiers, qui répondent à 650 appels par an, la Ville procèdera prochainement à la construction d'une nouvelle bâtisse à la suite de demandes de subventions en préparation.
- Le 18 novembre à 10 h, **spectacle clownesque** pour les 5-10 ans : *Kiki, la femme canon aux grandes émotions*. Gratuit sur réservation.
- Le 19 novembre à 13 h 30, visitez le jazz vers de nouveaux horizons avec **Ori Dagan**, auteur-compositeur-interprète et chanteur de jazz. Place des Citoyens; 17 \$ (12 \$ avec la Carte citoyenne)

#### MRC des Laurentides

- Le jeudi **7 décembre** toute la journée, c'est la **Grande Guignolée**. On trouvera des points de collecte sur rue et dans plusieurs épiceries. Les fonds amassés seront répartis entre les organismes Moisson Laurentides, Bouffe Laurentienne et Centraide Hautes-Laurentides, qui luttent contre l'insécurité alimentaire.
- Le Plan régional d'effectifs médicaux 2024 annonce l'**ajout de 42 médecins omnipraticiens** dans la région, dont 5 dans la MRC des Laurentides. Cette plus grande couverture médicale aidera à couvrir les services de soutien à domicile et surtout à la prise en charge des personnes en attente d'un médecin de famille.
- Nouveau service d'**assistance juridique sans frais pour les personnes vivant avec la sclérose en plaques**, qui font face à des défis juridiques spécifiques (p. ex., santé, emploi, assurance, logement) en raison de leur condition médicale, sans oublier la discrimination. Ce service d'assistance des avocat.e.s et notaires de Juripop fournit des conseils juridiques qui aideront les personnes atteintes de sclérose en plaques à comprendre leurs droits et leurs responsabilités. + info : [www.juripop.org/project/personnes-vivant-avec-la-sclerose-en-plaques](http://www.juripop.org/project/personnes-vivant-avec-la-sclerose-en-plaques).

Abonnez-vous au Bulletin de l'AMECQ pour des nouvelles des communautés aux quatre coins du Québec!  
[info@amecq.ca](mailto:info@amecq.ca)

## DEMAIN l'hiver...

## Gilles Parent

Collaboration spéciale

*Demain l'hiver* est le titre d'un formidable film documentaire réalisé par madame Thérèse Dumesnil, de Val-David. Ce court métrage de 26 minutes fut produit par l'Office National du Film en 1974, et il met en lumière l'engouement pour le ski de fond des années 1970, alors que tout devenait possible dans le domaine du plein air partout au Québec, et particulièrement ici, dans nos Laurentides. Je pourrais en dire davantage sur cette œuvre cinématographique qui nous a tellement servis dans l'enseignement et la promotion du ski nordique, mais je vous laisse le soin de l'apprécier, à votre guise, en le retrouvant sur le site de l'ONF, cinquante ans après sa réalisation.

Demain l'hiver, quel beau thème à retenir quand novembre est là, que les feuillus sont dépouillés, que le gel durcit les sentiers de randonnée... Demain l'hiver résume bien la pensée qui trotte avec joie chez les adeptes du ski sous toutes ses formes, les amoureux de la neige, les contemplatifs d'une saison qui est souvent la plus longue de l'année. Et c'est justement par un mois de novembre froid, apportant quelques pouces de neige sur la grande ville de Montréal, qu'à l'âge de douze ans (en 1954), j'étais parti du boulevard Henri-Bourassa, une paire de skis de bois sur l'épaule et une paire de bâtons à la main, pour me rendre à pied sur la rue d'Orléans, dans le quartier Hochelaga. Un long chemin en changeant les skis d'épaule de temps en temps... Il était interdit de monter dans les autobus et les tramways avec des skis! J'ai mis plus de quatre heures à faire le parcours avec mes skis, un cadeau de ma marraine. À mon arrivée, il faisait nuit noire et il neigeait. Je ne parlerai pas de l'angoisse que j'ai vécue... les téléphones portables n'existaient pas! J'avais des skis, c'est ce qui comptait dans ma tête de jeune adolescent. Ce fut le début d'une passion qui ne m'a jamais quitté!



Chalet à Morgedal - photo tirée de : Norway's gift to the world

« Ski ». Ce petit mot de trois lettres s'est répandu lentement dans tous les pays de neige à partir des années 1860 alors qu'il cessait d'être l'appellation d'une utilité de déplacement, de chasse, de survie, pour devenir le mot clé d'une activité sportive porteuse de plaisir intense et de plénitude. L'origine du ski est fort lointaine, elle remonte à près de 4000 ans, d'après les skis retrouvés dans des marécages et tourbières scandinaves. Plus près de nous, c'est à partir des premiers Jeux olympiques d'hiver, en 1924, à Chamonix, que le

ski a atteint le grand public, provoquant l'essor graduel d'une gigantesque industrie du matériel, de développement de stations et de tourisme hivernal. Val-David en est un bel exemple depuis les années 1940, auquel le chemin de fer a nettement contribué. Ici comme ailleurs, le ski a apporté à un très grand nombre de résidents et de touristes des plaisirs inédits leur faisant oublier les inconvénients de l'hiver et de la neige. Si nous sommes maintenant les grands bénéficiaires du ski récréatif, il faut en remercier Sondre Norheim

(1825-1897), ce visionnaire norvégien de Morgedal, province de Telemark, grand instigateur du ski moderne nordique et alpin, et père incontestable de la technique de ski nordique dite de « télémark ». J'aurai sans doute le privilège de vous revenir avec quelques autres anecdotes lors d'une prochaine édition. D'ici là, je vous propose de bien vous préparer pour le ski, car très prochainement ce sera « demain l'hiver ».



Fin de descente... plaisir et plénitude

NDLR La page Album souvenir alterne un mois sur deux avec les récits de Gilles Parent. Vous la retrouverez le mois prochain.

**MARCHE GARIÉPY**  
BIÈRE ET VIN  
FRUITS & LÉGUMES  
DÉPANNEUR

GRANDE VARIÉTÉ DE BIÈRES DE MICROBRASSERIE

1417, route 117, Val-David | 819 320-0182 | f

Institut **Marlène**  
Quand la beauté rencontre le mieux-être!

3241, rue Laverdure  
Val-David | 819 321-7121  
f info@institutmarlene.com

Prenez rendez-vous en ligne : [www.institutmarlene.com](http://www.institutmarlene.com)

## DANS L'AGENDA de France-Élaine

Députée de Bertrand et ministre responsable de l'Habitation, France-Élaine Duranceau présente ici les principales activités auxquelles elle ou les membres de son équipe ont participé le mois dernier.

Voici toutes les activités de France-Élaine Duranceau en octobre 2023 :

- 3 octobre :
  - 1<sup>er</sup> anniversaire de l'élection à titre de députée de Bertrand;
  - Mission économique – Sommet sur le logement et l'Habitation – France
- 4 octobre
  - Mission économique – Sommet sur le logement et l'Habitation – France
- 5 octobre :
  - Mission économique – Sommet sur le logement et l'Habitation – France;
  - \*\* 5 à 7 des organismes communautaires, à Rawdon (Lyne Lapointe)
- 7 octobre :
  - \*\* Cérémonie de remise d'une Médaille du Lieutenant-Gouverneur à M. Carol Quirion (Hugo Paquette);
  - \*\* Cérémonie de clôture de *Bougeons à notre santé pour Saint-Donat* (Lyne Lapointe);
  - \*\* Spectacle *Hommage à Champlain-Charest*, à Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson (Marianne Laliberté, Hugo Paquette)
- 10 octobre :
  - \*\* Repas-bénéfice au profit de L'entraide bénévole des Pays-d'en-Haut, à Sainte-Adèle (Marianne Laliberté, Hugo Paquette, Jacqueline Martin)
- 12 octobre :
  - \*\* Forum de discussion dans le cadre du 40<sup>e</sup> anniversaire de la MRC des Laurentides, à Municipalité de Mont-Blanc (Marianne Laliberté, Hugo Paquette);
  - \*\* Rencontre d'élus de la MRC des Pays-d'en-Haut et de citoyens impliqués dans le dossier du Domaine de l'Estérel (Marianne Laliberté, Hugo Paquette)



La députée et les membres de son équipe travaillent sans relâche d'un bout à l'autre de la circonscription. On les voit ici lors de l'inauguration de la Maison des aînés de Sainte-Agathe-des-Monts, le 20 octobre. De g. à d. : Hugo Paquette, Jacqueline Martin, France-Élaine Duranceau, Marianne Laliberté, Lyne Lapointe.

- 14 octobre :
  - \*\* 40<sup>e</sup> anniversaire de la bibliothèque municipale de Sainte-Lucie-des-Laurentides (Jacqueline Martin)
- 16 octobre :
  - Rencontre de suivi : projet d'habitation sociale Morpho Bleu, à Lantier
  - \*\* Remise d'un soutien financier à l'organisme Cyber-Cible, à Rawdon (Lyne Lapointe)
- 17 octobre :
  - \*\* Réunion des directeurs de bureaux de circonscription de Lanaudière (Marianne Laliberté)
- 18 octobre :
  - \*\* Inauguration : classe extérieure Ste-Agathe Academy (Lyne Lapointe);
  - \*\* Visite du 2<sup>e</sup> Salon de l'action bénévole des Pays-d'en-Haut, à Sainte-Adèle (Marianne Laliberté, Jacqueline Martin, Hugo Paquette);
  - 5 à 7 lancement de *JAM ta cuisine*, avec la participation de Soberlab, à Sainte-Adèle (Hugo Paquette)
- 19 octobre :
  - \*\* Conférence de presse pour l'acquisition d'une bâtisse par la Maison de la famille du Nord, à Mont-Tremblant (Marianne Laliberté, Hugo Paquette)
- 20 octobre :
  - 1<sup>er</sup> anniversaire de la nomination à titre de ministre responsable de l'Habitation;
  - Rencontre de travail – Fondation et SHQ, à Montréal;
  - Rencontre avec Alexandre Gélinas du Théâtre Le Patriote et le groupe RIDEAU;
  - Inauguration de la Maison des aînés de Sainte-Agathe-des-Monts, avec la ministre Sonia Bélanger;
  - Mise en place du CLAI (Comité local d'actions en itinérance) et rencontre avec les membres du comité, à Sainte-Agathe-des-Monts;
  - Participation à la Nuit des Sans-Abris à Sainte-Agathe-des-Monts;
  - \*\* Événement de reconnaissance des bénévoles du P'tit Train du Nord, à municipalité de Mont-Blanc (Lyne Lapointe)
- 23 octobre :
  - Rencontres avec des organismes œuvrant en habitation et en itinérance, au cabinet à Montréal;

- \*\* Consultation publique – *Plan d'action jeunesse* – à Saint-Jérôme (Marianne Laliberté, Hugo Paquette)
  - 25 octobre :
    - \*\* Remise des chandails *Laisse vivre la blogueuse en toi* à la polyvalente des Monts (Marianne Laliberté);
    - \*\* Projection du documentaire *La grande histoire du P'tit Train du Nord* au Théâtre Le Patriote (Marianne Laliberté, Hugo Paquette)
  - 26 octobre :
    - Commission de l'Aménagement du Territoire – étude détaillée du projet de loi portant sur l'habitation (PL31);
    - \*\* Visite du ministre Benoit Charette à La Maison de l'eau, à Rawdon (Marianne Laliberté, Lyne Lapointe);
    - \*\* Rendez-vous Conservation Laurentides – Éco-Corridors laurentiens, à Mont-Tremblant (Hugo Paquette)
  - 27 octobre :
    - Congrès 2023 de l'Association des professionnels de la construction et de l'habitation au Québec (APCHQ) à Montréal;
    - \*\* Rencontre Interloge et Viv'en Logis (Marianne Laliberté)
  - 30 octobre :
    - Conférence de presse à L'Interval – coopérative plein air, à Sainte-Lucie-des-Laurentides
  - 31 octobre :
    - Blitz de l'habitation communautaire – Regroupement des offices d'habitation du Québec (RQOH) – à Québec;
    - \*\* Réunion des directeurs de bureaux de circonscription de Lanaudière (Marianne Laliberté).
- \*\* = indique une activité où ce sont les membres de l'équipe de comté qui ont représenté Mme Duranceau



FRANCE-ÉLAINE DURANCEAU

DÉPUTÉE DE BERTRAND  
MINISTRE RESPONSABLE DE L'HABITATION

☎ 800 882-4757

✉ france-elaine.duranceau.BERR@assnat.qc.ca

ASSEMBLÉE  
NATIONALE  
DU QUÉBEC

À l'approche de la période des Fêtes,  
investissons dans notre économie en  
achetant chez nos commerçants, dans les  
salons d'artisanat et les marchés locaux !

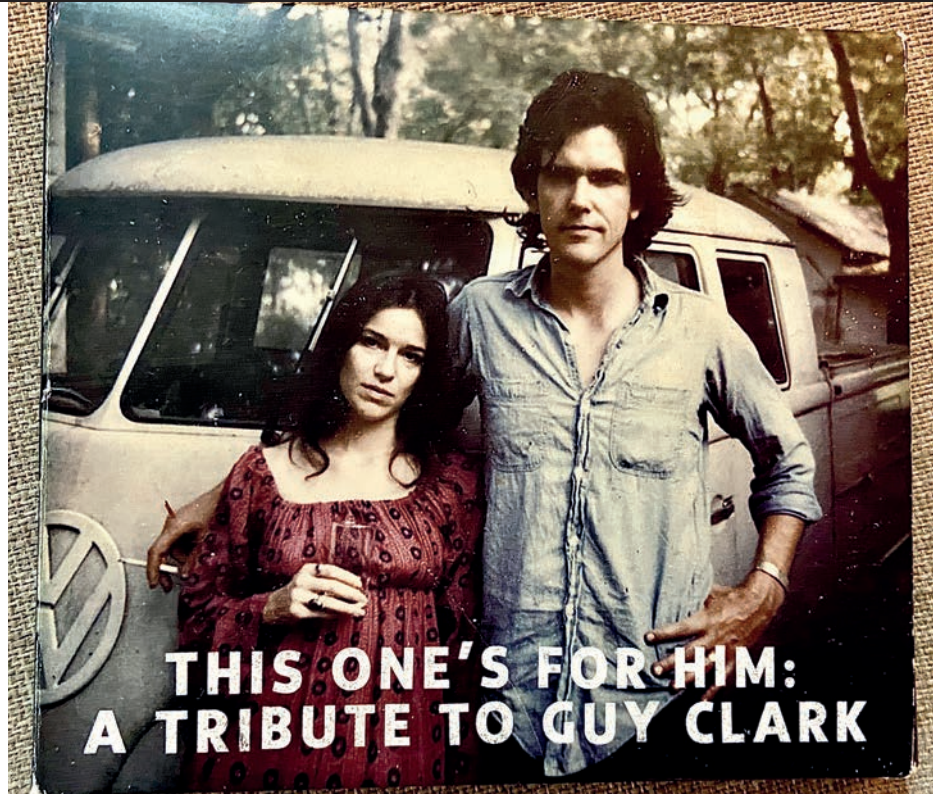
## Humeurs musicales n°19

Guy Clark,  
l'humaniste

Gilles Chaumel

Animateur radio à CKRL 89,1 Québec,  
historien et mélomane

Allais-je vous parler du nouvel opus des Rolling Bones, euh, des Rolling Stones, ces octogénaires mythiques qui viennent de faire paraître leur 24<sup>e</sup> album studio en plus de 60 ans de carrière? Que pourrais-je en raconter d'original après que le monde entier en eut dit son mot? Bien sûr que non. Comme j'ai plus d'affinités avec le folk song et que je viens d'écouter les deux albums de ce **This One's for Him: A Tribute to Guy Clark** qui réunit une trentaine des plus importantes voix de ce qu'on appelle l'américana, genre pratiqué partout en Amérique du Nord. Chez nous, par



exemple, Richard Séguin en est un digne représentant.

Mais pourquoi **Guy Clark**?

Parce que **Guy Clark**...

Parce que ce Texan d'origine (1941-2016) se distingue par son humanisme, ses dons rares de conteur, la beauté de ses mélodies, l'originalité de sa poésie. Il était reconnu aussi pour sa générosité envers autrui, lui qui a été l'ami de longue date d'un **Townes Van Zandt** et d'un **Steve Earle**, qui étaient tout sauf des modèles de bonté et de tempérance. Oui, bon, je sais, associer Texas et humanisme semble particulièrement incongru, mais qu'une trentaine des plus importants chanteurs du genre (Emmylou Harris, Rosanne Cash, Willie Nelson, etc.) insistent pour lui rendre hommage, c'est dire la grandeur de l'homme.

Pour écoute : **Homeless**

## MUSIQUE

## ALLEZ, on compte!

Louis Babin

Compositeur, Directeur musical et artistique, Ô Chœur du Nord,  
Les Chanteurs de la Place Bourget, Chœur Tremblant

Il y a une légende urbaine qui circule depuis des lunes voulant que la musique soit une extension des mathématiques! Il est vrai que tout ce qui touche le son et ses composantes – l'harmonie, le timbre et le rythme – peut se retrouver sous l'axe scientifique. Il est aussi exact que l'aspect rythmique amène une précision qui demande une certaine rigueur et une compréhension élémentaire des divisions. Ce sont cependant des choses très simples à assimiler musicalement. C'est surtout comme un outil à la composition, sous forme de transformation de base, que les mathématiques ont été appliquées à l'extrême à la musique par les tout premiers compositeurs (rétrograde, augmentation, diminution, etc.) et aujourd'hui par les calculs séquencés sophistiqués fournis par les ordinateurs. Heureusement, pour les choristes, le rythme demeure relativement accessible avec un peu de travail.

## Le chant compté

Pour que les choristes puissent ancrer le rythme de manière solide avec la mélodie, rien de mieux que d'intégrer le chant compté. Il s'agit simplement de chanter la ligne mélodique en substituant les paroles à leurs temps. Ainsi, au lieu de chanter :



L'on chantera la même mélodie avec les chiffres suivants :



Pour avoir encore plus la sensation d'assimiler le temps et sa subdivision, qui sont toujours présents même s'ils ne sont pas chantés, il est bon d'ajouter le « et » entre chacun des temps de la manière suivante :



Faites la chanson au complet de la même manière.

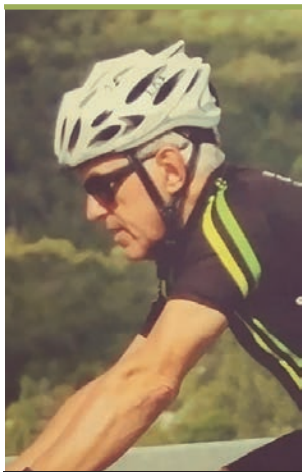
Amusez-vous avec des partitions simples que vous trouverez sur Internet. Plus on en fait, plus ça devient facile!

## Un peu de musique

L'ensemble vocal de Val-David **Ô Chœur du Nord** (OCDN), pour son concert de Noël à l'Église Sainte-Agathe le samedi 9 décembre, présente cette pièce à son programme : *Walking in the Air*, de Howard Blake pour le film d'animation *The Snowman*, ici dans un arrangement Robert Prizeman : <https://youtu.be/rsz6-rLBCqc?si=hu6xXQBHRpC4vpgR>

## Cliquez ici acheter des billets de l'OCDN.

Le Chœur Tremblant (CT) sera à l'Église Saint-Jovite le dimanche 10 décembre pour son concert de Noël et présentera entre autres ce chef-d'œuvre tiré du *Messie* de Handel : *And He Shall Purify*, avec l'Orchestre baroque Tafelmusik et le Chœur de chambre sous la direction d'Ivars Taurins : [https://youtu.be/iM0Ejb1SX5A?si=EhHtbBdl\\_CQHdkfJ](https://youtu.be/iM0Ejb1SX5A?si=EhHtbBdl_CQHdkfJ)



## LE SPORT SELON François

### LES RUDES ET SAINS travaux des champs

#### François Gohier

Résident de Sainte-Agathe-des-Monts

Les rudes et sains travaux des champs, déclarait le capitaine Haddock en compagnie de Tintin, alors qu'il vaquait à l'entretien de la propriété de Moulinsart, un de ces automnes aux couleurs féériques.

L'entre-deux saisons est déjà bien installé. Les sorties de vélo se font plus rares et s'alignent sur les bonnes nouvelles à la chaîne... MétéoMédia! Le temps frais est propice aux travaux saisonniers autour de la maison, et ce n'est pas du tout désagréable.

#### L'éradication du nerprun bourdaine

La visite des biologistes engagés par Conservation Manitou\* il y a quelques années a permis d'identifier un problème de plantes envahissantes dont je ne connaissais absolument rien a priori : le nerprun bourdaine. Cet arbre ressemble vaguement à un cerisier et produit des fruits de la même grosseur qui passent du rouge au noir à l'automne. Les oiseaux en sont friands, mais ce qu'ils ignorent, c'est que ces fruits, en sus de la graine, contiennent un violent purgatif! Les oiseaux deviennent donc ainsi des « armes de dissémination massive » de l'arbuste, introduit ici à partir de l'Europe au XIX<sup>e</sup> siècle.

En forêt, toute partie du sol exposée directement au soleil est susceptible de favoriser la croissance rapide du nerprun, et ce, aux dépens des plantes indigènes. Il est contreproductif de couper l'arbuste à la souche, puisqu'il produit inévitablement des repousses en grande quantité, et celles-ci occupent encore plus de place.

J'ai entrepris d'éradiquer le nerprun sur notre propriété, littéralement infestée parce qu'orientée au sud. Ça représente une somme impressionnante de travail manuel très physique. Sans que je sois certain du résultat à long terme, car il n'y a pas consensus dans la littérature sur la façon d'y arriver. J'ai dû innover.

Pour les identifier, il faut savoir que l'écorce est gris-brun et parsemée de petites taches blanches. Les feuilles sont ovales et restent plus longtemps à l'automne que celles des autres arbres ou arbustes; elles sont encore vertes à la fin octobre, début novembre.

#### Pour les éliminer

En ce qui concerne les nouveaux plants de moins d'un mètre, il suffit de les tirer hors de terre. Ils viennent facilement avec la racine. On peut réalistement espérer que l'opération est suffisante.



Pour les plants en croissance de moins de trois mètres de haut, il faut découper une motte autour du plant avec une pelle tranchante, tirer pour la sortir du sol, puis secouer pour enlever la terre. Les racines enlevées deviennent apparentes, ce qui assure un certain contrôle sur la qualité du travail. Remettre la terre en place. Les rayons du soleil ne devraient plus atteindre les racines restantes dans le sol.

Pour les plus gros plants, souvent déjà étalés avec le temps, il est inutile de tenter d'en sortir les racines, ça prendrait de la machinerie! Il faut tailler les arbustes au ras du sol, puis couvrir avec du géotextile bien fixé à la terre. Après une saison de ce stratagème, je me

suis aperçu que les infimes espaces dans le géotextile laissaient passer suffisamment de lumière pour revigorer le plant. J'ai dès lors ajouté un sac de poubelle noir en dessous du géotextile pour créer un écran efficace. Après un an de cette modification, neuf plants sur dix sont apparemment hors d'état de nuire!

Une journée passée à cette activité d'éradication en plein air vaut bien des sorties de 100 km sur deux roues! Mon vieux corps me le rappelle de différentes manières...

\* conservationmanitou.ca

## EXCLUSIVEMENT DANS SKI-SE-DIT

## LA NEIGE S'EN VIENT, et un nouveau club aussi!

## Phil Shaw

Je me souviens de plusieurs grosses bordées de neige en novembre.

En novembre 1977, il a neigé 1 pied de neige la veille de la finale de la Coupe Grey au football canadien. Je m'en souviens, car les Alouettes jouaient contre Edmonton et j'alternais entre mon envie de faire du ski de fond autour de la maison familiale à Shawbridge et me réchauffer dans le vestibule en regardant l'écran du téléviseur de travers pour suivre la partie.

En novembre 1986, j'ai réussi à me rendre à l'Université McGill de peine et de misère, à partir de Rosemère, dans la tempête, avec ma voiture d'étudiant. Je me suis stationné et j'ai sorti une vieille paire de skis de fond pour m'entraîner dans les rues embourbées du centre-ville de Montréal, qui se transformaient, avec la neige accumulée, en une piste de ski de fond. J'ai sillonné les rues Sainte-Catherine, Saint-Denis, Sherbrooke, de l'Université, parmi les voitures qui avaient peine à circuler, et moi qui, électrisé par l'occasion, étais bien téméraire comme un joueur de hockey du Canadien de Montréal qui démontre ses talents sur la patinoire!



Phil Shaw et sa conjointe, Annie Gauthier, quelques minutes après leur arrivée à La Transjurassienne, à laquelle ils ont participé en 2017 et 2018. « C'est la plus grande course de ski de fond en France depuis 1979 sur une distance de 70 km en style libre (skating ou classique) dans les montagnes du Jura. »

En novembre 1996, j'habitais Morin-Heights, et plusieurs bordées consécutives de neige poudreuse m'ont permis d'expérimenter un nouveau sport cardio et musculaire : le raquette-ski! Avec 4 pieds de poudreuse tombée subitement, mes sorties ont pris une tout autre allure que celles auxquelles j'étais habitué, sorties que j'aurais faites normalement en février ou mars, et sans toute cette poudreuse. Il y avait tellement de neige que mes deux chiens huskies faisaient des sauts de kangourous pour me suivre! Juste faire le tour de la maison, qui me prenait 2 minutes avec des conditions normales, me prenait 2 h avec l'épaisse neige! Je n'arrivais pas à taper la

neige poudreuse, je m'enfonçais à mesure pour pouvoir avancer. Finalement, la neige a fondu rapidement en quelques jours, je me suis consolé en me disant que mon camp d'entraînement sur l'or blanc avait bien commencé!

Après les mois d'entraînement en rollerskis et avec la neige qui approche, je me sens prêt et j'ai hâte de ressortir mes skis de fond pour glisser sur les pistes de la région. Je réalise que je veux partager ma passion et j'invite les skieurs de Montréal à Mont-Laurier à se joindre à moi pour des sorties de ski de fond

hebdomadaires. Mon objectif est d'encourager la participation aux courses de ski de fond régionales et internationales, qui sont des expériences sportives inoubliables. Je voudrais transmettre l'idée que les courses de ski de fond sont accessibles à tous, qu'elles ne sont pas réservées aux olympiens. Chaque course est une occasion de se dépasser, physiquement certes, mais il y a la place pour différents niveaux et vitesses.

Appelons ça un club, **un regroupement**, il sera **sans frais** (à la philosophie norvégienne), bref, on se rassemble **pour garder la forme** et mon accompagnement est davantage ludique qu'avec le mors aux dents!

Je prévois de faire une **première rencontre samedi 25 novembre à la gare de Val-David**. Si l'idée vous intéresse, n'hésitez pas à me contacter : philshaw@rollerski.ca.



Un dentiste dans les laurentides  
**FIER DE VOUS OFFRIR,**  
**en plus des traitements**  
**conventionnels,**  
**des traitements spécialisés**  
**tels les implants dentaires.**

Prenez rendez-vous  
dès maintenant,  
mon équipe et moi  
prendrons soin de vous.  
À bientôt!

Dr Simon Grondin



DENTISTERIE GÉNÉRALE • PROTHÈSES • IMPLANTOLOGIE  
TRAITEMENT DE CANAL • ESTHÉTIQUE • URGENCE



**Simon Grondin**  
— CHIRURGIEN-DENTISTE —

PRISE DE RENDEZ-VOUS :

**819 320-0265 | dentistesimongrondin.com**

2510, rue de l'Église, bureau 7 | Val-David (Québec) J0T 2N0



**ATELIER**

**Robin Hutchinson**

PORTE OUVERTE

**2-3 DÉCEMBRE | MIDI - 18 H**

886, RUE DU TOUR-DU-LAC, VAL-DAVID

## ENVIRONNEMENT

# UNE LOI SUR L'OBSOLESCENCE PROGRAMMÉE

## Bravo!

### Yves Nantel

Chroniqueur sur l'environnement  
et résident de Val-David

L'Assemblée nationale vient d'adopter à l'unanimité la *Loi protégeant les consommateurs contre l'obsolescence programmée et favorisant la durabilité, la réparabilité et l'entretien des biens*. Au-delà de sa perspective de protection des consommateurs, cette législation s'inscrit dans la ligne de l'économie circulaire et doit être accueillie favorablement.

### Cinq mesures principales

Les objectifs de cette loi s'actualisent de la façon suivante :

- interdire la programmation de l'usure des biens en vue d'en vendre davantage;
- créer une garantie de durée minimale de fonctionnement de ces biens;
- inscrire un droit à la réparabilité incluant la fourniture de pièces de rechange, des ateliers de réparation, des outils et des manuels d'instruction;
- adopter une mesure anti-citron sur les autos;
- obliger les fabricants d'appareils électroniques à rendre compatibles leurs chargeurs de batterie.

Ces articles de loi seront insérés dans la *Loi sur la protection du consommateur* (LPC) et seront graduellement mis en application sur une période de 3 ans.

### Une mesure depuis longtemps réclamée

Rappelons que le mouvement de consommateurs du Québec dénonçait déjà, depuis près d'une cinquantaine d'années, l'« effort pour vendre » incluant la publicité, le crédit, les méthodes de vente et l'obsolescence programmée, dénommée alors désuétude planifiée. Et ce, dans le cadre de la remise en cause de la société de surconsommation en plein essor à cette époque.

Il y a quelques années, à l'Université de Sherbrooke, un chargé de cours en droit a mis ses élèves au défi d'élaborer une telle loi afin de la présenter pour adoption à l'Assemblée nationale. C'est le député indépendant Guy Ouellette qui en a fait un premier dépôt en 2019. Appuyé par les mouvements écologiques et de consommateurs, le ministre de la Justice, Simon Jolin-Barrette, a finalement fait accepter un projet de loi qui a fait l'unanimité le 3 octobre dernier.

Souignons aussi que le Québec est le premier État à voter une telle loi en Amérique du Nord. Par contre, en Europe, la France a déjà à son arsenal de la protection des consommateurs une loi similaire depuis 2015, loi peaufinée en 2021.



### Mise en application de l'économie circulaire

Au-delà du bienfait réel pour la protection des consommateurs, une telle législation s'inscrit dans la ligne de l'économie circulaire qui remplacerait l'économie linéaire appliquée actuellement. L'économie linéaire étant celle qui se caractérise par le processus suivant : extraire - produire - consommer - jeter.

Quant à l'économie circulaire, elle implique des stratégies qui, de l'élaboration des biens et des services jusqu'à leur fin de vie, doivent tenir compte de l'utilisation parcimonieuse des ressources naturelles, des procédés d'extraction et de production à émissions nulles de GES, d'une consommation responsable et sobre ainsi que de mécanismes maximisant la fin de vie des biens produits. Elle inclut le recyclage maximum de tous les matériaux composant ces biens.

Toutes les mesures de cette loi, appliquées rigoureusement et renforcées par la vigilance des consommateurs à s'en servir, auront comme conséquence d'augmenter la durée de vie des biens visés. Augmenter la durée de vie signifie choisir les métaux et les matériaux de façon à diminuer leur utilisation, décarboner les procédés de production et de mise en marché, allonger la durée de vie des produits (réparation, réemploi, réutilisation) puis recycler les métaux et autres matériaux. En fait la circularité dans notre économie.

Finies les réponses comme « Ça ne vaut pas la peine de la faire réparer, ça va vous coûter plus cher que d'en acheter une neuve », fini de se buter à un appareil irréparable à cause de boulons non dévissables sans un outil spécial, finie la difficulté d'obtenir des pièces de rechange, des outils et des manuels de réparation.

Si l'utilisation d'une ou de plusieurs de ces mesures permettait, par exemple, de conserver son auto

cinq années supplémentaires – et on peut appliquer le même raisonnement à son frigo, à son ordinateur, à sa thermopompe ou à son lave-vaisselle, et autres –, c'est moins d'utilisation de matériaux et d'énergie donc moins d'émissions de GES

dans l'atmosphère. Au fil des années, cela aurait une incidence évidente.

### C'est à prendre au sérieux

- Pour que cette loi rende tous ses bienfaits, il faudra :
- que le gouvernement fasse respecter rigoureusement la loi;
  - que les consommateurs l'utilisent abondamment;
  - que les organismes de consommateurs et environnementaux maintiennent la pression pour son respect et pour sa bonification.

Au-delà de la loi qui s'inscrit dans le cadre de l'économie circulaire, les stratégies de celle-ci devraient devenir le réflexe normal et permanent pour toute la production de biens et de services dans notre société. Il faut reconnaître que l'économie circulaire a de plus en plus d'adeptes. Espérons que nous sommes sur la voie de changer de paradigme, de délaissier l'économie linéaire.

## Clinique privée de Dre Nathaël Leduc Arbour

Médecin de famille depuis 15 ans  
Expertise particulière :

- approche de dépendance aux problèmes de poids et de compulsions alimentaires
- obésité
- santé métabolique
- hormonothérapie

Droit de pratique en psychothérapie  
en cours d'accréditation

1362 rue de l'Académie,  
Val-David, J0T 2N0  
819-300-0044  
drenathael.ca



## PROMENADE : la rivière des Outaouais

## Louise Duhamel

Chroniqueuse culinaire et résidente de Val-David

La rivière des Outaouais, dans son ensemble, m'est bien agréable. Il y a un « je ne sais quoi » de reposant à la parcourir... à pied, à cheval, en voiture ou en canot! Camper sur une de ses rives, par un beau soir d'été, et voir le lent coucher du soleil sur le côté ontarien est un spectacle que j'aime bien m'offrir à l'occasion.

En allant vers Gatineau se trouve le parc national de Plaisance. Ses chemins paisibles sont idéals pour faire du vélo quand on a de vieux genoux (les miens) et que l'on préfère éviter les foules. On y roule lentement pour ne rien manquer du paysage. On peut aussi, tout simplement, prendre plaisir à s'y promener à pied, dans les sentiers bien aménagés. Ceux-ci donnent accès aux marais et aux autres milieux naturels qui offrent une belle variété de fleurs, de plantes et d'animaux.

Parce que nous avons de la famille et des amis vivant en Ontario, mon conjoint et moi faisons régulièrement le trajet Val-David-Hawkesbury-Toronto. C'est souvent le prétexte pour pique-niquer dans le parc de la Confédération sur l'île du Chenail, au beau milieu de cette majestueuse rivière des Outaouais. Si le village de Grenville, situé du côté québécois de la rivière, n'a pas grand-chose à offrir, il demeure un endroit agréable pour une courte visite de son phare ou une promenade le long de son petit canal. C'est aussi un bon point de départ pour faire une belle balade sur la route 148, appelée « route des Outaouais ». Elle est l'une des plus jolies du Québec et offre de bonnes raisons de s'y arrêter pour visiter le village animé de Montebello. On aime ce village pour sa rue principale, la rue Notre-Dame, ou pour les sentiers du parc situé derrière l'ancienne gare où se trouve le bureau



HELLO FRESH

d'information touristique. C'est aussi un endroit idéal pour faire un pique-nique... arrêtez-vous à la boutique de la Fromagerie Montebello, véritable institution locale, pour composer votre menu en fonction des fromages qu'on y vend. La fromagerie produit quatre

fromages fort intéressants, il vous suffira de compléter votre menu avec leur sélection de produits régionaux.

J'ai un faible pour leur Adoray, un fromage unique, sanglé de bois d'épicéa qui donne beaucoup de plaisir en bouche. Fait de lait pasteurisé de vache, ce fromage a une pâte molle et souple. On lui trouve des saveurs épicées et fumées. Le Rébellion, un autre succès de cette entreprise, est un fromage à pâte persillée, demi-ferme, lui aussi fait de lait pasteurisé de vache. J'aime cuisiner avec ces deux fromages. Je vous propose donc quatre idées de recettes; ces plats peuvent être servis en entrée ou en mets principal.

Bon appétit!



L'Adoray rend hommage à Adorice et Raymond, respectivement grand-père et père d'Alain Boyer, le fromager artisan de Montebello, qui s'est inspiré du respect de la parole et de la valeur du travail des deux hommes.

## Recettes avec le fromage Adoray

- Servir comme pour une raclette : couper le dessus du fromage alors qu'il est très froid pour enlever une tranche mince. Passer sous le grill ou chauffer au four à 350 °F pendant 15 minutes. Servir le fromage avec des pommes de terre grelots, des cornichons et des charcuteries.

- Servir avec des légumes : cuire des pommes de terre à l'eau ou à la vapeur avec leur peau. Les écraser à la fourchette puis les déposer sur une plaque à four recouverte de papier sulfurisé. Parsemer de noisettes de beurre. Pendant la cuisson des pommes de terre, faire sauter des tranches d'oignon puis les déposer sur les pommes de terre. Recouvrir de morceaux de fromage Adoray. Saler, poivrer et parsemer de thym. Mettre au four préchauffé à 350 °F jusqu'à ce que le fromage « bouillonne ». Servir avec une salade verte bien relevée.

## Recettes avec le fromage Rébellion

- Servir en salade : sur des feuilles de cresson et d'endive émincées, garnies de pommes rouges et vertes tranchées finement et de noix (au choix), verser une vinaigrette à base d'huile de noix et de vinaigre de pomme. Parsemer la salade de copeaux de Rébellion.

- Servir avec des gnocchis : cuire des gnocchis et les déposer sur une assiette. Cuire des brocolis et les ajouter aux gnocchis. À la poêle, griller des noix (au choix). Verser un filet d'huile d'olive, du jus et du zeste de citron, au goût, sur les noix. Bien assaisonner et verser ce mélange sur les gnocchis. Parsemer de copeaux de Rébellion et de persil frais haché.

Note- Vous trouverez le fromage Adoray au Marché Yann et cie, à Val-David.

# Portes ouvertes

ton cègep  
Mont-Tremblant

ccmt.cstj.qc.ca

9 novembre, 18 h 30 à 20 h 30

Employée  
du mois



Ce mois-ci, nous souhaitons vous présenter notre nouvelle infirmière, qui sera à la pharmacie pour la vaccination et autres services. Voici Lise Labelle : elle sera présente le lundi et le mercredi pour la durée de la vaccination. Pour un rendez-vous, vous pouvez téléphoner à la pharmacie.

Bienvenue, *Lise!*

- SANTÉ VOYAGE
- VACCINATION
- HYPERTENSION
- DIABÈTE
- CHOLESTÉROL
- NETTOYAGE D'OREILLE (AVEC PRESCRIPTION)
- SOINS DES PIEDS

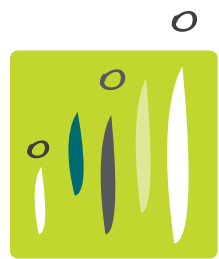
LUNDI AU  
VENDREDI  
9 h à 18 h  
SAMEDI  
9 h à 17 h  
DIMANCHE  
FERMÉ



**familiprix**

Maxim Charland  
PHARMACIEN

1291, rue J.-B.-Dufresne, Val-David, Qc J0T 2N0  
T 819 322.3232 F 819 322.6434



clinique  
DENTAIRE  
VAL-DAVID inc.

DR JEAN-FRANÇOIS PITT  
Chirurgien-dentiste

HEURES D'OUVERTURE  
Lundi : 8 h 30 à 17 h  
Mardi - Mercredi - Jeudi : 8 h 30 à 16 h  
Vendredi (1 sur 2) : 8 h 30 à 15 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

**metro**

**VAL-DAVID**

Alimentation Michel Vincent inc.

*Au cœur du village et des gens!*

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



**Nos publicités  
se DÉMARQUENT!**  
*Annoncez-vous!*

CONTACTEZ  
ISABELLE MONETTE  
819 323-6417  
isabelle@ski-se-dit.info



**SALLE À MANGER | TERRASSE**

**CHANSONNIER - 5 à 7**  
Tous les jeudis

**DÉJEUNERS - Buffet à volonté**  
Tous les samedis et dimanches

987, Route 117, Val-David | 819 322-3422  
[www.restaurantnikos.ca](http://www.restaurantnikos.ca)




519, RUE PRINCIPALE  
SAINT-DONAT  
QC J0T 2C0  
TÉL.: 819 424-2815  
TÉLÉC.: 819 424-5478

18, RUE ST-HENRI EST  
STE-AGATHE-DES-MONTS  
QC J8C 1S9  
TÉL.: 819 326-0323  
1 877 226-0323  
TÉLÉC.: 819 326-8157


**PETER RADO**  
B. SC. A., A.-G.  
[prado@rcgag.net](mailto:prado@rcgag.net)  
[www.rcgag.net](http://www.rcgag.net)

**DECouvrez L'APPLICATION  
VAL-DAVID PLUS**




ÉVÉNEMENTS  
CULTURE  
RESTAURANTS  
HÉBERGEMENT  
ET BIEN PLUS!

Téléchargez  
maintenant



Présenté par **IMAGE MOBILE.ca**

Pour plus d'info : [www.valdavidplus.com](http://www.valdavidplus.com) • 514 242-2699



**TENUE DE LIVRES  
HAMEL**

**FRANCIS HAMEL**  
819 325-3580  
[www.tenedelivreshamel.ca](http://www.tenedelivreshamel.ca)

b v u i o é  
3 q g p é  
d m e y e  
j 2 e a e  
h c p s p  
g o 7 y ?  
é p d k v  
P o { } & \*  
d é h s w  
h g y d a  
5 % c é ç  
y d i g  
H & b n e  
é a s k e  
g t 9 v ü  
w b 8 4 m  
@ i é « »  
3 e e 2

**Révision  
Correction d'épreuves  
Traduction**

Maryse Froment-Lebeau  
[www.revisiondetextes.ca](http://www.revisiondetextes.ca)  
[fl.maryse@gmail.com](mailto:fl.maryse@gmail.com)  
514 347-8634



Etienne  
**SAVARD inc.**

Société par actions d'un courtier immobilier

**819 322 3666**

etienne.savard@remax-quebec.com  
www.etiennesavard.com



**bonjour**  
Agence immobilière

Le seul courtier  
**RE/MAX**  
avec bureau situé  
à Val-David

2515, rue de l'Église  
**VAL-DAVID**



**VAL-DAVID**

Plain pied avec un beau cachet, 2 chambres et 2 salle de bain. Atelier chauffé et détaché de 15 x 21 pieds, de 10 pieds de hauteurs. Offrant la possibilité d'Espèce de travail pour ébéniste ou autre avec visibilité sur artère principal. Zonage commercial et unifamilial. A Proximité du village, de tous les services et activité de plein air.



**VAL-DAVID - 299 000 \$**

Charmant jumelé lumineux. Terrain en copropriété avec une autre unité qui est à l'arrière. Grande fenestration sur les 2 étages, RDC à aire ouverte et salle d'eau, foyer au salon. Demi sous-sol avec 2 grandes chambres avec grande fenestration. Cette unité fait toute la façade sur le chemin public, son entrée est à l'avant et du côté droit. Le sous-sol (2 chambres + salle de bain + corridor) a été entièrement refait en 2022. Idéal pour couple, petite famille ou pied à terre. Proximité du ski Vallée Bleue, du village, des services, du parc linéaire et régional Val-David/Val-Morin. **MLS 11015968**



**VAL-DAVID - 398 000 \$**

Duplex. Beau 4 1/2 en rez-de-jardin et un grand logement de 2 chambres + mezzanine. Les 2 logements avec foyer à combustion lente. A proximité des activités de plein air et culturelles, des services, parc régional et linéaire, centre de ski, etc. Idéal pour propriété à revenus, résidence secondaire ou principale avec revenu supplémentaire. Location à court terme non permise. **MLS 26144058**



**VAL-DAVID - 599 000 \$**

Secteur paisible et recherché, rue sans issue à distance de marche du cœur villageois, parc linéaire et régional, resto, épicerie etc. Spacieuse propriété avec beaucoup de cachet, 5 CAC, Grand salon avec fenestration abondante, plafond cathédrale, boiserie donnant d'un côté sur la salle à manger et de l'autre sur la grande cour privée et boisée de 13 972 PC. Desservi par l'aqueduc et les égouts de la municipalité. Garage triplex + 2<sup>e</sup> étage de rangement. Sous-sol entièrement aménagé avec sortie extérieure. Cour avec grand jardin, clôture, poulailler et grands espaces pour vos activités. **MLS 23525182**



**STE-LUCIE-DES-LAURENTIDES - 279 000 \$**

Charmante et lumineuse propriété rénovée de 1 chambre. Sous-sol aménagé. Salle de bain avec douche et laveuse/sécheuse au sous-sol et salle d'eau au RDC. Grande salle familiale avec poêle à bois. Vue sur le lac Ménard. Située à quelques pas de la plage municipale du Lac Ménard et à proximité de l'épicerie « coop » du village, parc, patinoire, petit resto, etc. Desservie par l'égout et l'aqueduc municipal. **MLS 15648840**



**VAL-DAVID - 345 000 \$**

Duplex commercial et résidentiel, Local commercial au rez-de-chaussée avec excellente visibilité et grand stationnement donnant sur la route 117, Vous offrant plusieurs possibilités ou pour investissement, à proximité de tous les services, centre de ski Belle Neige et Vallée Bleue etc. Au sous-sol, beau logement de 2 chambres, grande aire ouverte, avec accès privé par la rue des Peupliers (cul de sac). **MLS 17546694**



**VAL-DAVID - 375 000 \$ + TPS/TVQ**

Boulangerie reconnue et établie depuis plus de 20 ans avec grand potentiel d'expansion. Possibilité de reprendre les ventes au resto, épicerie et en gros pour augmenter considérablement vos revenus. Très grand local dans un bâtiment récent. Équipements de qualité, avec grand potentiel de production de pâtisseries, boulangerie, viennoiseries, etc. Emplacement stratégique et visibilité exceptionnelle en plein cœur du village de Val-David et ses activités, juste en face de l'épicerie Métro et du magnifique Marché d'été de Val-David. Une occasion rare! Faites vite! **MLS 14315897**



**SAINTE-AGATHE-DES-MONTS - 575 000 \$**

Charmante propriété, emplacement privé et intime secteur paisible, rue sans issue, à environ 10 minutes du centre-ville de Sainte-Agathe-des-Monts de la 15 et rue 117. Grand salon, cuisine et salle à manger à aire ouverte. 3 chambres au rez-de-chaussée. Grande salle familiale ainsi qu'une salle d'eau au sous-sol, garage détaché. Grand terrain privé et boisé de 86 278 pieds carrés avec petit étang privé. **MLS 24693028**



**LAC-SUPÉRIEUR - 450 000 \$**

Propriété unique et emplacement exceptionnel, privé et boisé ayant une façade de 319 pieds sur la rivière Archambault, avec cascade et bassin pour baignade. Aucun voisin visible, à quelques pas du Centre de plein air de l'UQAM. Maison à aire ouverte, plafond cathédrale, chambre en mezzanine, fenestration abondante à verre énergétique et vue sur la rivière. Construction de style poutre et poteau, mur en paille de 18", structure de bois et isolation extérieure, revêtement de Canexel, rez-de-chaussée plancher en ardoise, immense îlot de cuisine avec rangement central à l'intérieur. **MLS 15574986**



**VAL-DAVID - 599 000 \$**

Propriété unique, spacieuse et ensoleillée! Immense cuisine au goût du jour offrant beaucoup d'espace de travail et de rangement (îlot à venir), fenêtre de 14 pieds donnant sur cour arrière. Plafond cathédrale au salon et salle à manger avec porte patio de 12 pieds donnant sur grande terrasse intime 15 x 23, fenestration abondante. 4 chambres, 1 bureau, 2 salles de bain et 1 salle d'eau. Garage/atelier, serre de 16 x 12. Terrain plat, privé et ensoleillé de 51 764 pieds carrés avec plusieurs espaces (jardin, plantes médicinales et autres possibilités). Escalier menant au 2<sup>e</sup> étage rénové et nouvelle rampe. **MLS 11364976**



**SAINTE-AGATHE-DES-MONTS - 450 000 \$**

Domaine Chantedair. Charmante propriété de style suisse, offrant beaucoup de cachet avec ses boiseries, foyer de pierres au salon, aire ouverte et plafond cathédrale. 3 chambres et 2 salles de bain. Grand terrain de 16 442 pieds carré, boisé et intime. A proximité des services, du centre-ville, des activités de plein air, du lac à la Truite, des accès publics au lac des Sables pour les résidents de Sainte-Agathe-des-Monts. **MLS 28009989**



**VAL-DAVID - 995 000 \$ +TPS/TVQ**

Chaleureuse auberge au cachet rustique. Située dans une localisation exceptionnelle ayant accès direct juste en face au parc linéaire et les cascades de la rivière du nord du parc des amoureux. Restaurant intégré dans l'auberge avec salle à manger et grande terrasse donnant vue sur la rivière. Au cœur de toutes les activités, marché d'été et des commerces de Val-David. Le parc régional tout près, c'est le paradis de plein air. La TPS/TVQ doivent être ajoutées au prix demandé. **MLS 27267719**



**STE-MARGUERITE-DU-LAC-MASSON - 485 000 \$**

Propriété contemporaine de plein pied offrant une belle aire ouverte ensoleillée, lumineuse, plafond cathédral et fenestrations abondantes. 2 chambres et de 2 salles de bain. Magnifique véranda aux portes et fenêtres « Sunspace ». Emplacement privé et intime, orientation sud. Situé dans le domaine privé des 4 Collines offrant une entrée sécurisée, lacs et plage avec 150 acres de sentiers de randonnée! A proximité du village de Val-David, des services, des restos, parcs régional et linéaire et autres activités de plein air. **MLS 26741264**



**VAL-DAVID - 449 000 \$**

À proximité des activités de plein air et du cœur villageois. Propriété de style Suisse offrant beaucoup de cachet. Boiseries, plafond cathédrale et foyer en pierres au salon. 2 chambres avec possibilité d'une 3<sup>e</sup> au sous-sol. 2 salles de bain. Sous-sol aménagé récemment avec poêle au propane. Piscine hors terre et spa. Ski de fond, centre de ski Vallée Bleue, parc régional et linéaire, vélo, sentiers, etc. à distance de marche. Plusieurs rénovations récentes. La municipalité a prévu installer les égouts dans ce secteur à court terme (info à venir). **MLS 23292238**

**JE M'OCCUPE DE VOUS  
POUR VENDRE  
OU ACHETER  
CONTACTEZ-MOI :  
819 322-3666**

**ESTIMATION  
GRATUITE**  
**TERRITOIRES DESSERVIS :**  
**Sainte-Agathe-des-Monts,  
Val-David, Val-Morin,  
Sainte-Adèle et environs**

**TERRAINS À VENDRE**

**SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES - NOUVEAU  
PRIX DEMANDÉ : 135 000 \$ - MLS 11869856**

Près des limites de Sainte-Lucie et de Val-David. Terrain de 30.8 acres ayant une façade sur le chemin public de 956 pieds. Terrain plat avec une partie surélevée à gauche donnant une possibilité de construction et d'une vue sur le lac Desrosiers juste en face. La partie de droite du terrain est humide. À environ 7 km du village de Val-David, des services et activités de plein air.

**SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES  
PRIX DEMANDÉ : 42 500 \$ - MLS 23924566**

CALME et TRANQUILLITÉ. Superbe terrain de 44 267 pieds carrés. En retrait du chemin des Hauteurs, au bout d'une petite rue sans issue. Baigné dans la nature avec un accès au ruisseau Doncaster! Terrain plat facile à construire, forêt majoritairement de conifères et une vue sur la montagne! Zonage FOR-08.

**VAL-MORIN - NOUVEAU  
PRIX DEMANDÉ : 2 200 000 \$+TPS/TVQ - MLS 14841989**

Magnifique domaine privé de 1 475 549 pieds carrés au cœur de la nature, avec chemin privé aux normes municipales déjà en place. Il ne manque que la couche de gravier de finition qui sera faite. 11 lots subdivisés et cadastrés dont 6 lots donnant une façade sur le magnifique lac Léon. Vendu dans l'ensemble seulement donnant la possibilité de faire votre domaine privé ou déjà prêt pour un développement éventuel.

**VAL-MORIN  
PRIX DEMANDÉ : 70 000 \$ - MLS 22804152**

Grand terrain au bout d'une rue sans issue de plus de 15 755 mètres carrés ou 169 615 pieds carrés sur 2 lots. Vue sur les montagne environnante, forêt majoritairement de feuillus. Voir addenda pour détails. Possibilité de bâtir une seul maison sur le plateau étant donné les pentes sur le reste du terrain.

**VAL-DAVID  
PRIX DEMANDÉ : 149 900 \$ - MLS 14726274**

Terrain de boisé de 66 250 pieds carrés, offrant une possibilité de vue sur les montagnes à l'arrière. A proximité des pistes de ski de fond du réseaux de plein air et du parc régional, du village et ses activités.

**VAL-DAVID  
PRIX DEMANDÉ : 395 000 \$+TPS/TVQ - MLS 28190385**

Emplacement stratégique et commercial ayant une façade de 137 pieds sur la route 117 et une profondeur de 1379 pieds pour un total de 125 417 PC. La partie arrière du terrain est zonée résidentiel. Zonage C01 et H-11. Bâtisse existante à démolir et impossible de visiter l'intérieur.

**VAL-DAVID  
PRIX DEMANDÉ : 125 000 \$ - MLS 27631590**

Secteur recherché. Produit rare! Terrain de 4799.6 pieds carrés. Au cœur du village rue tranquille en retrait, à distance de marche de tout (parc linéaire et régional), ski, vélo, pharmacie, épicerie, resto, école primaire public et privé et plus encore. Desservi par les services d'aqueduc et d'égout municipaux. Zone mix-06 permettant unifamilial et duplex, voir courtier pour détails du zonage.