

# JOURNAL Ski-se-Dit



Réunir, informer, représenter le cœur laurentien

JANVIER 2024 | Vol. 51, n° 1 | 28 pages



JEAN-PIERRE CHARCE

## VAL-DAVID 2024 : PRÊT POUR UN NOUVEL ENVOL!

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**



**JE M'OCCUPE DE VOUS  
POUR VENDRE OU ACHETER**

**CONTACTEZ-MOI**  
ESTIMATION GRATUITE

**819 322-3666**

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

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

# LES JEUX

Votre moment de détente proposé par

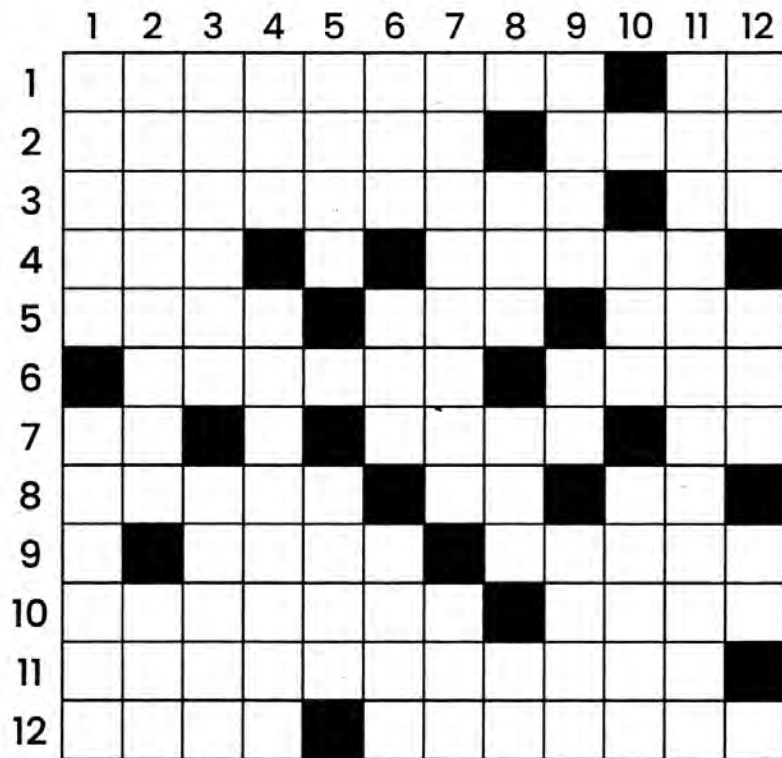


**HONDA**  
de  
STE-AGATHE

2020, route 117, VAL-DAVID

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

## MOTS CROISÉS



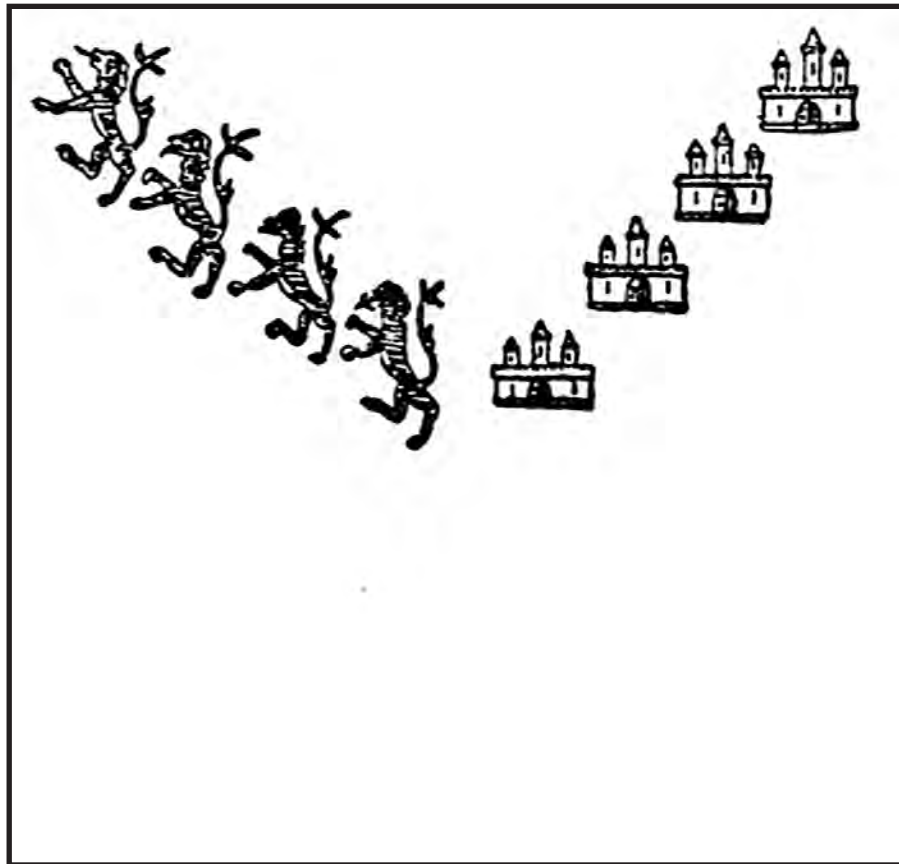
### HORIZONTALEMENT

- Sacerdoce – Canadien National.
- État d'Afrique dont l'unité monétaire est le dollar – Cri.
- Inféodé – Néodyme.
- Incorporé – Doigtier.
- Pronom personnel (pl.) – Bien – Porche.
- Révéler – Tribu israéliite établie en Haute-Galilée.
- Préposition – Prix – Aperçu.
- Langage du milieu – Symbole de l'unité de mesure nanonewton – Bismuth.
- Percevoir – Comprimé.
- Vainqueur – Écrivain britannique décédé en 1883.
- Structure.
- Prénom du président de la République française du 3 décembre 1887 au 25 juin 1894 – Blanchir.

### VERTICALEMENT

- Entérique – Ville des États-Unis.
- Taper – Perroquet.
- Énigmatique – Engourdi.
- À lui (pl.) – Guerrier.
- Appréhension – Pronom possessif.
- Ancien oui – Stylo le plus vendu dans le monde – Courroux.
- Personne laide – Il a chanté *Le frigidaire*.
- Unité monétaire japonaise – On les mentionne toujours avant les autres – Mégacycle.
- Ancienne monnaie chinoise – Astate – Bruit que fait un bébé lorsqu'il est bien.
- Organisation armée secrète – Dot.
- Examen médical destiné à en contrôler un autre.
- Intérieur – Naturel – *Idem*.

## JEU DU TISSERAND



Un descendant de la famille Coton, de grands tisserands français s'il en fut, s'est récemment établi à Val-David. Dans ses bagages, une grande pièce brodée de quatre lions et quatre châteaux, rapportée des fonds familiaux de 1534 et destinée à la famille Cartier, et qui devait être découpée en quatre nappes destinées aux fils de l'explorateur, chacune devant comporter un lion et un château. Comment diable M. Coton pourrait-il s'y prendre pour honorer cette commande 490 ans en retard?

Aidez-le en traçant au crayon les lignes de découpe.

**SOLUTIONS PAGE 17**

Fabriquée avec qualité.  
Conduite avec confiance.



LA  
**CIVIC**  
BERLINE 2024

LOCATION À PARTIR DE  
**4,99** %  
JUSQU'À 30 MOIS

DÉCOUVREZ  
L'EFFET  
**Honda**

Une qualité sur laquelle vous pouvez  
compter saison après saison.



LE  
**CR-V**  
TOURING HYBRIDE 2024

LOCATION À PARTIR DE  
**4,99** %  
JUSQU'À 30 MOIS

**BONI  
1000\$**  
À LA LOCATION

Découvrez les joies de la  
fiabilité cet hiver.



LE  
**HR-V**  
EX-L NAVI 2024

LOCATION À PARTIR DE  
**3,99** %  
JUSQU'À 40 MOIS

Pour une  
**TRANSACTION CLAIRE**  
et **SANS PRESSION**



**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.



\*Offre valide du 3 au 31 janvier 2024

MITSUBISHI  
**OUTLANDER 2024**  
FINANCEMENT À PARTIR DE  
**4,99%**  
PLUS  
**LA MEILLEURE GARANTIE**  
DE L'INDUSTRIE



**MITSUBISHI MOTORS**  
Réalisez vos Ambitions

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

**819 326-1615 | [www.girouxmitsubishi.com](http://www.girouxmitsubishi.com)**



**Giroux Mitsubishi**  
Sainte-Agathe des Monts

MITSUBISHI-MOTORS.CA



**BMR**  
**EUGÈNE MONETTE**  
DEPUIS 1961

EN ATTENDANT L'OUVERTURE  
DE NOTRE NOUVELLE SUCCURSALE

## GRANDE VENTE

SURPLUS D'INVENTAIRE

PRIX IMBATTABLES  
PREMIER ARRIVÉ, PREMIER SERVI!

SEULEMENT À LA SUCCURSALE  
DE VAL-DAVID

[eugenemonette.ca](http://eugenemonette.ca)

**COIFFURE**



*Rita*

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
BIOLOGE

MORISSANOIL
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](mailto:soinslp@gmail.com)



**Lorraine HAMEL**  
Courtier immobilier  
résidentiel et commercial

**C 450 436 0206**  
[info@lorrainehamel.com](mailto:info@lorrainehamel.com)  
[lorrainehamel.com](http://lorrainehamel.com)

**REPERTIGNY 219 000\$**

Unité de coin 3<sup>e</sup> étage lumineuse et pratique avec vue sur la piscine! Propre, accueillant et quelques améliorations, climopompe murale. Incluant salle d'exercice, salle de réception, un espace de stationnement, rangement de vélo. Près du train de banlieue, garderies, hôpital, autoroute 40 et 640. Services de proximité. Venez visiter et voyez comment vous y serez confortable.  
MLS 27792956

**STE-AGATHE-DES-MONTS 569 000\$**

Domaine Chateclair - Propriété chère 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 2361215

**STE-AGATHE-DES-MONTS 1950 \$/mois**

Magnifique propriété lumineuse à louer meublée et équipée. Bail de 12 mois. Décorée avec goût, bien aménagée. Aire ouverte cuisine, salle à manger, salon avec foyer et vue sur les montagnes. 2 chambres spacieuses, salle de bains, plancher chauffant. Cour arrière aménagée. Atelier et garage. Près des activités de plein air, du Lac à la Truite, plages du Lac des Sablons, accès gratuit aux sentiers du Camping Sainte-Agathe, Théâtre le Patriote, commerces, hôpital et tous les services. À 5 minutes de la 15. Vous cherchez un pied à terre ou pour habiter à l'année. Vous avez trouvé l'endroit paisible et confortable pour vous déposer!  
MLS 23842857



**bonjour**  
Agence immobilière

Franchisé, indépendant et autonome  
de RE/MAX Québec Inc.

15, rue Principale Est  
Sainte-Agathe-des-Monts 819 326.6860

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

**TranquillIT**

## ASTRO-TAROT

## Petit délire astral - JANVIER

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 :** Beau Bélier, concentré à la tâche dans l'armoire, dans les pots. Tu n'as pas idée de ce qui s'en vient... Pourtant, ton cœur est sur le point de s'éclairer comme le matin, d'être embrassé dans la douceur d'un bruissement de plumes. Comme par magie, faire fuir tous les monstres qui se cachent encore sous le lit, les peurs. Regarde sur la table, il y a un bouquet de fleurs pour toi.

**♉ Taureau :** Une photo en noir et blanc. Un souvenir entre deux pages. Et tu y penses encore. C'est en toi, dans ton ventre, ça fait partie de ton histoire. Tu n'y peux rien. Tu ne peux que te laisser aller à ce rêve que tu inventes; au creux d'une montagne, aller à sa rencontre, s'asseoir au bord du feu, dans cette cachette où tout est encore vrai. Fermer les yeux. Écouter les morceaux de réponses.

**♊ Gémeaux :** C'est le temps de faire comme si c'était l'été qui arrivait. Sors les crayons et dessine-moi du soleil, cher Gémeaux, des rayons éblouissants. Offre-toi la plus belle des piscines, débordante de rires et d'enfants. Un ballon. La chaleur dans le vent. Voici le clin d'œil; avec tes pinceaux, tout est possible, tout existe, tu es le créateur des saisons.

**♋ Cancer :** Mon beau Cancer, c'est OK, de mettre un masque sur ses yeux, de se retirer en soi, le temps de l'orage. Si ça remue trop dehors, ferme la fenêtre, tout simplement, sans chercher à blâmer les éléments. Tu es le maître de ton existence, tu as le droit d'avoir besoin de silence. La beauté n'est pas dans la lumière mais dans le contraste. Le beau, le laid, tout vit ici. En même temps. Et toi aussi.

**♌ Lion :** Dans une marche en forêt, des échos du passé. Une seconde s'écroule entre les branches, et tu hésites. À droite, à gauche, par où aller? Et voilà la beauté du moment; tu n'es pas seul. Tu ne l'as jamais été. Regarde, il y a une petite main en toi qui te tend une rose. Accepte sa présence, sa naïveté. Ensemble, vous formez un tout. Réconcilier.

**♍ Vierge :** Ma belle Vierge, serais-tu en train de faire de la magie? Sous un ciel mauve, l'intensité de tes souhaits déchire le feu, les possibles, pour en faire des prières sortant de terre. Ton focus brillant et mystérieux. Et du bout de ta baguette, un monde apparaît. Tes mots, droits comme des épées. Tu sais maintenant comment faire danser les cercles de l'éternité.

**♎ Balance :** Le coude accoté sur le coin du comptoir, tu te demandes par où commencer, ma belle Balance. Quand il y a trop de possibilités, tu t'égares, tu retombes dans le monde des pensées. Le crayon se dépose. Le temps s'arrête. C'est OK de rêvasser un moment. De voir le futur en prenant une gorgée, la paille entre les dents. Sourires-mémoires.

**♏ Scorpion :** La tête en bas, le livre dans les airs, sens dessus dessous. Que cherches-tu, cher Scorpion? Il n'y a pourtant aucun ménage à faire. C'est une pause, suspension immobile, pour te permettre de regarder les choses à l'envers. Des souvenirs, de très loin. À déposer, les yeux fermés, sur ton plancher de soleil.

**♐ Sagittaire :** Mon beau Sagittaire, c'est le temps de parler aux nains de jardin pour leur faire part de ton vœu le plus sincère. Celui que tu fais au-dessus des bougies d'anniversaire. Tu te souviens? Ce soir, assieds-toi devant un gâteau, ferme les yeux et vois les invités; tous ceux qui ont su te reconnaître. Et cette fois, formule ton vœu au passé; parce qu'il est déjà tien.

**♑ Capricorne :** Il est temps de sortir des formes-pensées-vides, mon beau Capricorne. Sous la table du salon, il y a un livre; demande-lui de t'aider. Plonge dans ses pages, cherche quelque part une image. Ce médaillon d'or, tu le porteras dorénavant sur toi. Au centre, c'est écrit : *Je suis la magie qui brille à travers les ténèbres. Je suis la force/présence.* Rappelle-toi : tu es le rayon qui éclaire le froid des longs silences.

**♒ Verseau :** Donner sans attendre en retour, c'est magnifique. Mais est-ce que ça vient du cœur? Si ce mendiant dans la rue te fait peur, tu n'as pas à tendre la main pour lui offrir quelque chose. Tout est comme il se doit en ce monde, malgré ce qu'on croit. La justice va bien au-delà des habits sales et de la douleur du vivant. N'en fais pas une mission personnelle; ça ne t'appartient pas.

**♓ Poissons :** Te voilà prêt, mon beau Poissons, pour cette prochaine histoire enchantée. Dans la marmite, il y a neuf flammes, trois lézards et un quartier de lune. C'est le temps de faire aller ta baguette de bois et d'appeler la Voie lactée. Tu les connais bien, les étoiles; elles arrivent maintenant en rangées sur ton doux tapis. Sous tes pieds. Coussins-de-cœur.



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



Suivez-nous  
SUR



@journal\_ski\_se\_dit

Aucun paiement pendant  
90 jours sur tous les  
modèles.

L'événement  
J'♥ l'hiver



ELANTRA 2024

Louez<sup>21</sup> la Preferred auto IVT pour :

75\$ par semaine | pour 48 mois (208 semaines) avec acompte de 2 995 \$



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



## ÉDITORIAL

## La question à 100 \$

Michel-Pierre Sarrazin

Éditeur Journal Ski-se-Dit

Karl<sup>1</sup> avait bien raison : l'Amérique pleure au fond [de nos] cœurs. Parfois, quand on s'aperçoit qu'on ne reconnaît plus son voisin, ni même ses enfants, tellement ça roule vite dans toute, le pied toujours au plancher. Parfois, quand le resto est trop cher pour y aller, la bouffe en général hors de prix, les bébelles pour papa, maman et les enfants, fabriquées à l'autre bout de la planète avec la durée de celle des roses. En moins joli. On court comme des lapins affolés. Pour aller où? Personne ne le sait. C'est la question à cent piastres.

Mais une chose demeure : au milieu des cendres, de la peine et de la désolation, la flamme qui reste vive, qui ranime nos os et fait pétiller nos hormones, c'est celle qu'on allume chaque fois, lorsqu'on tombe dans les bras de son plus proche humain.

Non, pas en FaceTime, sur le pad ou sur le cell, ni dans les pixels *made in USA*, pas non plus en photo avec son chien, son chat ou son poisson rouge : *direct* dans l'humain. On est une espèce capable de tout, même de se faire disparaître. Mieux vaut rester proches les uns des autres pour ne pas perdre le nord. La pratique du contact réel devient maintenant une nécessité.

L'Amérique? Laissez-moi rire. Ce demi-continent, là où rien n'a encore surpassé Mickey Mouse, l'alimentation rapide et la crucifixion en rose d'Henry Miller<sup>2</sup>. Je veux dire que dans la boucle des innombrables jours consacrés à nous faire croire en la fiction d'une Amérique *great again*, il n'y a que du vent dans le toupet du Trump-sans-peur-et-sans-vergogne, ce *fake* président de bande dessinée dont l'intelligence artificielle ne fera bientôt qu'une bouchée.

L'Amérique d'aujourd'hui ressemble à l'Empire romain au moment de sa chute : l'empereur Théodose, au 2<sup>e</sup> siècle, divise un territoire devenu trop vaste entre ses deux fils et précipite ainsi la fin de l'unité romaine. Ça fait penser à la querelle des républicains et des démocrates qui divise aujourd'hui l'Amérique en deux.

C'est ainsi que, mal inspirée par ses leaders d'aujourd'hui, l'Amérique sans âme se tourne vers son



passé, vers la triomphante épopée des années cinquante : elle pleure sur ses rêves en sucre et en courbes de bimbo, sur ses cowboys incapables de grandir. N'a-t-elle pas inventé Netflix pour nous bourrer le crâne de clichés sur la supériorité des armes sur toute autre forme de consensus? Ne cesse-t-elle pas, avec ses écrans de fumée, de nous proposer d'elle-même une image auréolée par un dieu vengeur et évanescent et par une conception de la famille qui repose sur le bungalow et le droit au divorce?

Le langage de cette Amérique-là est truqué : le mot « avatar » y est devenu synonyme d'internaute, ou d'une série de science-fiction, au lieu d'être l'incarnation, comme le veut à l'origine ce terme, une symbolique de la métamorphose incarnée en Inde par un dieu coquin. La poésie du langage se meurt d'un excès de rationalité anglo-saxonne.

Dans l'Amérique de 2024, un clavier est censé être plus rapide qu'un crayon sur du papier. Mais pour aller au

bout d'une idée, la pensée ne parcourt toujours que 26 mètres par seconde, tandis que l'impulsion électrique fait 300 000 km dans le même laps de temps. Trop vite dit : pas eu le temps de réfléchir. On voit ce que ça donne dans l'art de gouverner selon le clavier des fonctionnaires : un pas en avant, deux pas en arrière.

Cette Amérique-là, dont nous faisons partie sans en avoir vraiment choisi les « termes et conditions », est un contrat de dupes pour les consommateurs. Rien à voir avec un État qui s'assume, et qui assume ses contradictions. Un État qui respecte et honore ses citoyens qui ont le cœur vibrant d'espoir et de volonté, au lieu de le laisser se noyer dans les larmes.

En 2024, nous autres, citoyens d'Amérique du Nord, francophones pour vrai, encore capables de garder la tête hors de l'eau dans l'océan anglophone qui nous entoure, subissons toujours avec le français comme instrument de musique la mise à l'écart de l'orchestre

nord-américain des affaires. Voir à cet effet la réaction canadienne chaque fois qu'une campagne émerge au Québec pour rappeler à ceux qui nous représentent que le français est *l'une des deux langues officielles au Canada* (un exemple au hasard : la gouverneure générale Mary Simon parle le français aussi bien que le président d'Air Canada, Michael Rousseau).

Pourtant, malgré la pression constante que l'argent-roi exerce sur nos familles, nos emplois, nos enfants, malgré, comme chantait si justement Karl Tremblay, la surabondance surgelée, *shootée, sureballée*, la question qu'y s'pose tout l'temps, quand tu rentres à la maison, pis qu'tu parkes ton vieux camion... ça serait-tu qu'on est encore capables de réfléchir à notre avenir, d'infléchir notre direction collective?

Nous autres, Québécois, sorte d'humains encore capables d'une Amérique plus maligne que la moyenne des ours, qui a construit jusque-là son devenir avec des poignées de main solides plutôt qu'avec des poignées de dollars; cette microsociété inspirée, jadis, par sa foi en elle-même plutôt que par les feux d'artifice de la bannière étoilée; cette société qui, à l'image de la Grèce antique, qui a inventé avec 30 000 citoyens comme peuple entier une civilisation qui nous inspire encore, cette société qui regarde pleurer l'Amérique dans son rétroviseur, peut-elle, encore, se lever et mettre en bandoulière les chicanes de clocher et les négos syndicalement téléguidées, et se cracher dans les mains pour bâtir avec ses enfants un véritable avenir? Quelque chose qui lui ressemble? C'est toute la question. *La question qu'j'me pose tout le temps / Pourquoi travailler autant / Éloigné de ceux que j'aime / Tout ça pour jouer la game.* Cochez la bonne réponse.

<sup>1</sup> Karl Tremblay, le regretté chanteur des Cowboys Fringants, décédé le 15 novembre 2023, chantait avec tout le Québec : *C'est si triste que des fois quand je rentre à la maison / Pis que j'parke mon vieux camion / J'vois toute l'Amérique qui pleure / Que que part au fond du cœur.*

<sup>2</sup> Trilogie débridée du romancier américain Henry Miller (1891-1980), composée des romans *Sexus*, *Plexus* et *Nexus*. Classée dans la liste des 100 meilleurs livres du XX<sup>e</sup> siècle, établie en 1999 par la Fnac (chaîne de magasins français spécialisée dans la distribution de produits culturels et électroniques, à destination du grand public) et le journal *Le Monde*.

LE JOURNAL  
**Ski-SE-Dit**.info

**DISTRIBUÉ À**  
Val-David, Val-Morin,  
Sainte-Lucie-des-Laurentides,  
Sainte-Agathe-des-Monts,  
Mont-Blanc et  
Sainte-Adèle

**POUR TOUTE  
RÉSERVATION  
PUBLICITAIRE**

**Isabelle Monette**  
819 323-6417  
isabelle@ski-se-dit.info



TOUT LE JOURNAL EN LIGNE À CHAQUE PARUTION À L'ADRESSE WWW.SKI-SE-DIT.INFO

## CALENDRIER SOUVENIR 2024

## Votre histoire, c'est notre histoire DES GARS ET DES FILLES DE CHEZ NOUS

Ils ont donné une couleur plus éclatante à notre histoire. À un moment ou un autre, ils sont entrés dans les pages du journal *Ski-se-Dit*. Nous les avons retrouvés en préparant notre calendrier 2024, où sont réunis vos souvenirs à ceux du journal. Ce joli calendrier, rempli de photos et d'extraits d'articles publiés dans votre journal communautaire, est un album unique sur la vie dans notre village et notre région.

**Pour seulement 5 \$, procurez-vous notre beau calendrier 2024.**

*Et ça va nous aider à continuer de vous offrir des nouvelles de vous, de chez vous, d'ici.  
Car avec Ski-se-Dit, on reste en démocratie!*

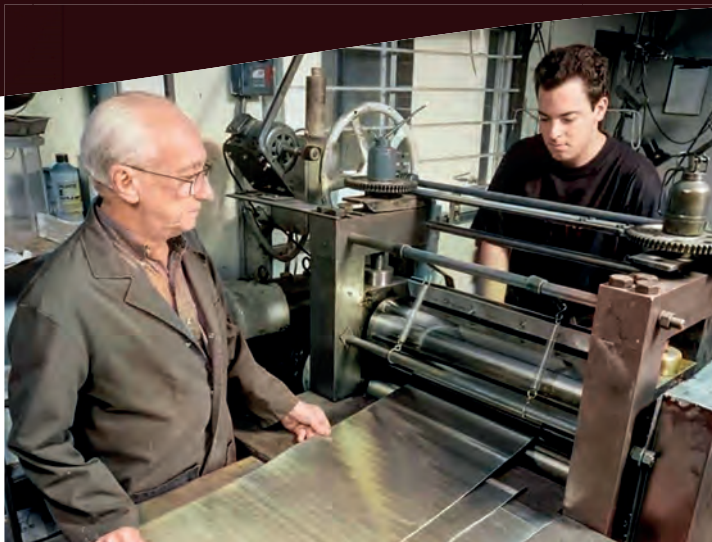
Vous trouverez notre calendrier 2024 dans les commerces suivants :

**Familiprix Val-David | Metro Val-David | Marchés d'ici à Val-David | Boutique Les Survoltés  
Marché Gariépy | Brûlerie Onirique | Docteur du pare-brise | Maison Forêt**



Photo : Carmen Monette

**André Monette** : Avec sa conjointe, Janine, ils ont fondé en 1976 Les Jeunes violonistes des Laurentides et fait le bonheur de centaines d'enfants dans la région.



**Bernard et Antoine** : Jusqu'en 2023, les Chaudron père et fils ont maintenu une tradition de dinanderie unique à Val-David.



**Claude et Michel-Pierre Sarrazin** : L'un peintre, l'autre écrivain, à la galerie Tout Chose, en 1979.



**André Davidson** : Poète, intrépide, charmeur, il a donné de beaux textes au journal *Ski-se-Dit* pendant plus de quinze ans. Décédé en 2017.



**Bonnie Baxter** : La joie est une seconde nature chez cette artiste américaine établie à Val-David depuis les années soixante-dix.



**Dominique Tremblay** : Avec son fameux violon en métal, il a fait vibrer les chœurs de Val-David et inspiré des poètes comme Gaston Miron (1943-2015).



Photo: Nancy Guignard

En créant 1001 Pots en 1989 à Val-David, **Kinya Ishikawa** a donné aux céramistes du Québec une plateforme incomparable. Et il a offert à tous les visiteurs du site un nouveau regard sur la beauté de la terre.

Cette année encore,  
rencontrez dans  
nos pages quelques-uns  
des personnages  
qui ont marqué  
notre histoire.

## MARIE-JOSÉE LAROUCHE

## SE JOINT au CA du journal

Le Conseil d'administration du journal *Ski-se-Dit* a le grand plaisir d'accueillir Marie-Josée Larouche dans son équipe, à compter de 2024. La connaissance du milieu artistique que possède Marie-Josée ajoutera une roue de plus au carrosse de nos éblouissants bénévoles! Nous vous la présentons en quelques mots.

Dès sa plus tendre enfance en Abitibi, Marie-Josée a reçu l'appel de la scène. Au cégep et à l'université, elle se spécialisera en danse, car la passion pour le milieu artistique et le voyage est toute sa vie. C'est ainsi qu'elle fera carrière, ici et à l'étranger, comme danseuse-interprète, chorégraphe et enseignante dans sa spécialité, la danse contemporaine.



Avec l'arrivée de la maternité, elle rêve de vivre dans un environnement de nature et de culture où elle désire voir grandir ses enfants : ce sera Val-David! C'est ainsi que depuis 2003, elle a contribué à la naissance du studio de création Lézarts Loco avec sa Compagnie de danse, Cassiopée (née en 1998), et de même, participé aux activités initiales de création du Théâtre du Marais.

Aujourd'hui, Marie-Josée enseigne à l'école secondaire Augustin-Norbert-Morin de Sainte-Adèle en option Danse-études. Elle organise régulièrement des événements communautaires et demeure bien engagée dans l'art vivant!

## 50 ANS

## UN RECORD POUR un journal communautaire!

En 2018, Marie-Ève Martel<sup>1</sup> écrivait : « Comme la santé et l'éducation, l'information sociale et politique est un bien public qu'une société mature doit s'offrir. »

Et Michel-Pierre Sarrazin, éditeur du journal *Ski-se-Dit*, de renchérir : « L'information n'est pas un luxe, mais une nécessité. C'est exactement dans le but d'assurer ce service aux citoyens de Val-David et des environs que notre journal, depuis un demi-siècle, s'est maintenu. »

Pour l'administration et le conseil d'administration du journal, l'année 2023 en fut une freinée par une situation financière difficile, comme la plupart des médias indépendants au Canada. Aujourd'hui, grâce au soutien spontané, généreux et constant de ses lecteurs et annonceurs, et grâce au soutien du ministère de la Culture et des Communications, notre journal s'en remet graduellement.

À titre de présidente du Conseil d'administration, je tiens à remercier tout particulièrement Michel-Pierre Sarrazin, éditeur, Maryse Froment-Lebeau, rédactrice en chef, et Isabelle Monette, conseillère aux ventes, qui ont tenu le journal à bout d'bras pendant cette période. Ils ont dû prendre des décisions difficiles mais très sages afin que le journal poursuive sa mission d'informateur dans notre région.



Suzanne Lapointe (Photo Luc Vallières)

Le journal *Ski-se-Dit* est un organisme sans but lucratif. Le rôle principal de son conseil d'administration est d'assurer sa pérennité et de l'aider à croître et à prospérer, afin qu'il développe son plein potentiel. En 2023, nos efforts ont donc été concentrés autour de collectes de fonds diverses :

- Lancement d'un programme de sociofinancement *GoFundMe*, qui est **toujours actif**;
- Vente de soupes et de sauces maison, **qui se poursuit au Marché d'hiver** (à l'église);
- Souper-spectacle du 18 novembre, qui fut un franc succès;

- Production d'un **calendrier historique 2024, en vente notamment au Metro et à la pharmacie Familiprix de Val-David**. (Voir p. 6)

Louise Ringuet, copropriétaire du journal *Le Soir*<sup>2</sup>, exprime bien ma pensée : « On doit prendre conscience de l'importance d'un journal communautaire dans les décisions et les orientations prises pour assurer sa gestion. Lorsqu'une entreprise investit dans notre média pour sa campagne publicitaire, elle permet de nous donner un peu de

souffle, mais contribue aussi à ce que des centaines d'organisations puissent recevoir une couverture adéquate de leurs activités. »

L'année 2024 s'annonce pleine de défis, car nous passerons de la réorganisation à l'innovation. Notre conseil d'administration, nos professionnels à la production et les formidables rédactrices et rédacteurs bénévoles qui composent notre équipe sont enthousiastes car les projets ne manquent pas. On reste dans la bonne voie, grâce à la solidarité des citoyens, des partenaires commerciaux du journal, des nombreux amis de ce journal vénérable et plein d'énergie créatrice. Quels que soient votre âge, vos compétences ou vos centres d'intérêt, sachez que le journal *Ski-se-Dit* demeure votre média communautaire numéro 1, en format papier, numérique, par infolettre ou sur les réseaux sociaux, toujours ouvert à vos idées et suggestions. Bonne année à tous!

Suzanne Lapointe  
Présidente du CA et résidente de Val-David

<sup>1</sup> Marie-Ève Martel est journaliste, auteure et conférencière. Elle est très active au sein de l'Association professionnelle des journalistes du Québec.

<sup>2</sup> *Le Soir* est un journal publié dans l'Est-du-Québec en format numérique et préparé par des journalistes professionnels.



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, la possibilité de la mobilité internationale pour les personnes étudiantes.

## SKI S'ÉTUDIE

# LES VOYAGES forment la jeunesse

### Pierre-Hugues Boucher

Conseiller à la mobilité

Qui n'a jamais entendu le vieil adage de Montaigne « les voyages forment la jeunesse »? On y entend que les voyages sont transformateurs, qu'ils aident les jeunes à s'ouvrir sur le monde. On peut aisément croire qu'ils favorisent également le développement des compétences telles que l'autonomie, la débrouillardise, la communication. C'est un pas de géant vers le monde adulte.

C'est par ailleurs le pari que nous prenons au Centre collégial de Mont-Tremblant (CCMT) avec notre nouveau projet de mobilité internationale, dans le cadre du programme de Sciences humaines. Nous avons effectivement noué un partenariat avec l'Université Grenoble-Alpes (UGA), où l'on retrouve le programme de Sciences sociales, parcours de sciences humaines appliquées. Dès la session d'hiver 2024, les personnes étudiantes en sciences humaines pourront aller suivre les cours de leur dernière session entre les murs de l'UGA. Elles étudieront dans le magnifique campus au pied des Alpes, logeront dans les résidences en périphérie du campus et pourront goûter à la vie dans ce qui fut la



Campus de l'Université Grenoble-Alpes

Capitale verte européenne en 2022 et que les locaux appellent amicalement la Capitale des Alpes.

Cette mobilité est exclusive aux personnes étudiantes du CCMT. Elle est née de demandes répétées de partenaires de la région qui souhaitaient voir naître un séjour de mobilité internationale. Vous comprendrez qu'avec une cohorte de moins de 30

personnes étudiantes, il est difficile de mettre en place une mobilité de groupe comme le font certains programmes de sciences humaines à travers le réseau. Nous nous tournons donc vers une mobilité individuelle, qui fera vivre aux personnes étudiantes participantes une expérience riche et significative à l'aube de leur rentrée à l'université. Nous sommes par ailleurs convaincus que ces personnes étudiantes

entameront l'université avec une longueur d'avance sur leurs collègues qui resteront au Québec pour terminer leur diplôme d'études collégiales.

Pour financer cette mobilité, les personnes étudiantes pourront bénéficier des bourses de la Fédération des cégeps (jusqu'à 250 \$ par semaine) et de l'organisme Lojiq (65 % du prix du billet d'avion). Les personnes participantes pourront également réaliser des activités de financement. Nous estimons les frais de cette mobilité à 5000 \$ par personne, auxquels nous pouvons soustraire les différentes bourses et activités de financement.

Pour plus de détails, vous pouvez communiquer avec le Service des communications du cégep de Saint-Jérôme ou venir nous rencontrer en personne lors des portes ouvertes. Si jamais vous n'êtes pas convaincu.e de la pertinence d'un tel projet, parlez-en à une personne autour de vous qui a déjà réalisé une mobilité internationale pendant ses études. Elle vous en parlera fort probablement avec des étoiles dans les yeux.

Joyeuse année 2024!

## Ski-se-Dit

**PROCHAINE PARUTION FORMAT PAPIER EN KIOSQUE : 8 FÉVRIER 2024**  
**PROCHAINE DATE LIMITE POUR ENVOYER VOS PHOTOS ET TEXTES : 15 JANVIER 2024**

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)  

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 | Pierre-Hughes Boucher | Judith Lavoie | Michel-Pierre Sarrazin |  
 Nicole Davidson | Jocelyne Aird-Bélangier | René Derouin | François Gohier | Phil Shaw | Suzanne Lapointe | Nicole Vézina | Marlène Gosselin | Gilles Bourret | Gilles Chaumel | Véronique Nicolas | Manon Regimbald | Lorraine Hamel | France-Élaine Duranceau | Yves Nantel | Louise Duhamel |  
 Louis Babin | Annie Marcotte | Guylène Labonté | Caroline Gagnon | CONSEIL D'ADMINISTRATION : Suzanne Lapointe, présidente | Julie Leblanc, vice-présidente | Anne-Marie Bourgeois, secrétaire | Véronique Nicolas, administratrice | Marie-Josée Larouche, 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.



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

## POLYVALENTE DES MONTS

## RÉNOVATION de l'auditorium

Comme vous le savez peut-être, l'auditorium de la polyvalente des Monts a grand besoin d'être rénové. En effet, plusieurs éléments sont désuets et datent de la construction de l'école, il y a 50 ans... Concrètement, tous les bancs sont usés, brisés, et la console d'éclairage des années 1970 doit être modernisée. Cette opération s'avère donc nécessaire, surtout dans une école secondaire particulièrement axée vers les arts de la scène.

Pour le bien des élèves et de la communauté, l'objectif serait de permettre aux jeunes de rester motivés, de se dépasser en vivant des expériences stimulantes, de réaliser leurs rêves. Ils participent tous à des activités à l'auditorium, par exemple : théâtre parascolaire, cours et présentations en art dramatique, spectacle 100 % Des Monts, conférences variées ou pour l'Option des Amériques (ODA), spectacles pour l'école, etc.

Ces activités sont extrêmement importantes pour les jeunes et diminuent les risques d'abandon scolaire, tout en rendant possible le développement de plusieurs aptitudes. Appuyer nos jeunes de la région, c'est leur permettre d'aller plus loin et d'évoluer dans un cadre motivant.



Cela contribue à leur épanouissement, mais aussi à celui de la communauté, en consolidant un fort sentiment d'appartenance à celle-ci, à l'école et à leur

milieu. Ils souhaiteront peut-être rester ici ou revenir après des études, pour s'impliquer activement dans la communauté de demain. Plusieurs élèves et

enseignants résident à Val-David et plusieurs citoyens utilisent l'auditorium pour diverses activités. Ainsi, ce projet profiterait à tous les membres de la communauté d'ici en faisant appel à la collaboration de tous les acteurs du milieu : élèves, parents, personnel enseignant et autres membres du personnel impliqués et dévoués.

Le Mouvement Desjardins a déjà confirmé un don de 35 000 \$. Nous pouvons amasser des fonds supplémentaires grâce à vous et à La Fabrique à projets de Desjardins, une plate-forme dédiée aux écoles pour faciliter les collectes de fonds en ligne d'une manière simple et sécuritaire. Encore mieux, Desjardins doublera le montant amassé! Les contributions sont recueillies par carte de crédit et l'objectif est de 10 000 \$ d'ici le 6 mars.

Voici le lien pour faire un don : <https://lafabriqueaprojets.ca/auditoriumPDM>  
Merci! Et n'oubliez pas de partager le lien sur vos réseaux sociaux!

**Annie Marcotte, directrice de la Polyvalente des Monts, et Guylène Labonté, enseignante**

## FUTUR SITE

# CLINIQUE DENTAIRE SIMON GRONDIN MARS 2024

Route 117, à l'angle de la rue de l'Église, à Val-David

SIMON GRONDIN  
CHIRURGIEN-DENTISTE



**2 ESPACES  
LOCATIFS**  
pour professionnels de la santé

819 320-0265  
[dentistesimongrondin.com](http://dentistesimongrondin.com)

## COUP DE PLUME

## L'ANTI-LÉGUME de l'imagination

## Judith Lavoie

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

Inventer des mots est simple. Trois éléments sont requis : préfixe, morceau du milieu, suffixe. Le préfixe et le suffixe ne sont toutefois pas obligatoires. C'est comme les petits pois dans l'assiette, il arrive qu'on préfère ne pas en mettre.

Le préfixe précède. Si je vous demandais de me nommer des préfixes, vous me diriez...? *Anti*, quelqu'un me dit *anti*. Oui, *anti* est un préfixe. Pas toujours, pas dans tous les mots, évidemment. L'*anti*-d'*antilope* ne désigne pas le contraire du concept de *lope* (concept inconnu d'ailleurs), pas plus que celui d'*antiquaire* ne serve à nommer une personne s'opposant à la notion de *quaire*. Il n'en demeure pas moins que, la plupart du temps, *anti* exprime bel et bien l'opposé d'une chose. À preuve, l'*anti*-d'*antirides* désigne une personne hostile aux rides. Idem pour *antivol*, qui veut dire : « oiseau qui préfère marcher ». Vous aurez remarqué que tout ce qui précède (on est dans le préfixe, donc oui) n'a pas de sens, c'est ainsi.

Quant au morceau du milieu, c'est le plat de résistance, le clou du spectacle, l'élément central, vital. On y reviendra.

Le suffixe suit. Il est donc placé à la fin du mot. Des idées de suffixes, vous en avez? J'entends -age. Oui,



voilà un bon suffixe. On prend *canot*, on accole -age, paf : *canotage*, soit l'action de marcher muni d'un canot sur la tête. Euh... oups, non, ça c'est *portage*... pardonnez-moi. Plusieurs autres mots sont formés à partir de ce suffixe. Par exemple, *ouvrage* : le fait

d'ouvrir (des portes, des tiroirs, à la limite, des esprits, mais c'est plus difficile); *indexage* : le geste de montrer quelque chose en pointant du doigt; *chantage* : l'action de fredonner des mélodies d'antan. Ai-je besoin de préciser que ces définitions

sont le fruit (aussi appelé *anti-légume*) de mon imagination?

Enfin, on définit le morceau du milieu, nommé *radical* chez les linguistes (qui ne le sont pas, d'ailleurs, *radicales* ou *caux*, parce que la linguistique décrit la langue, mais ne la juge pas, alors la radicalité serait contraire à l'esprit même de la discipline), on définit, donc, le morceau du milieu (ce central radical) comme étant LE mot, celui qui a un sens même quand il est tout seul. L'*anti*- du début, s'il n'est pas accompagné d'un radical, ne peut pas fonctionner dans une phrase. Même chose pour -age qui, isolé, ne tourne pas rond. Mais le radical, lui, est autonome. Le Grand dictionnaire terminologique fournit cet exemple : « Le radical "bleu" est utilisé tel quel comme mot, ou comme élément de base dans les dérivés bleuet, bleuir, bleuissement ». Ces trois mots ont justement été créés grâce à l'ajout d'un suffixe. Si on y mettait un préfixe, disons *dé*-, on pourrait créer le verbe « débleuir ».

Voici, pour terminer, quelques mots de mon invention. *Pentaclan* : groupe de cinq camarades; *indrôle* : qui n'est pas drôle; *sylvilogis* : habitation sise en pleine forêt; *tofuphobe* : qui craint les aliments composés de tofu (je ne nommerai personne parce que je suis gentille, mais je n'en pense pas moins); *jujubologue* : qui étudie le jujube (pas le fruit du jujubier, l'autre); et *supracortex* : dont l'intelligence est supérieure à la moyenne (je ne parle pas de moi, forcément).

## ENTREVUE

## « MA VIE, c'est le Metro! »

## Suzanne Lapointe

Ce sont les premiers mots que prononce Pierre Benoit, le nouveau patron du Metro de Val-David.

PB – Tous mes amis travaillent pour Metro. Et c'est là où j'ai rencontré mon épouse!

Pierre a graduellement grimpé l'échelle des responsabilités. Il a commencé à 17 ans comme emballleur, puis il est passé commis aux surgelés, enfin gérant d'épicerie pendant 15 ans. Le voilà maintenant chez nous, à titre de propriétaire franchisé du Metro de Val-David.

SL – Lorsqu'une franchise se présente, quel est le processus de sélection chez Metro?

PB – L'entreprise dispose d'un programme de formation pour la relève. Pour quelqu'un qui souhaite progresser, toutes les possibilités sont là pour se réaliser.

SL – Pourquoi votre choix s'est-il arrêté sur les Laurentides, et en particulier Val-David?

PB – D'un point de vue humain, j'aime l'esprit communautaire d'un village. Un lieu tricoté serré, où les gens se connaissent et se côtoient, ce qui est plus difficile à trouver dans une grande ville.

SL – Quelle est votre perception personnelle de l'esprit communautaire?

PB – Il faut rester ouvert, être à l'écoute. Bien entendu, le client est primordial, mais des employés motivés et attentifs, c'est essentiel.

Et Pierre Benoit d'ajouter, avec un large sourire :

« Je suis de ma génération : ouvert d'esprit, compréhensif, et je m'adapte! »

Je ne peux faire autrement que de constater qu'il dit vrai. Lorsque je lui parle des marchés de Val-David, il se montre enthousiaste et prêt à soutenir leur développement, tout comme les autres OBNL de notre milieu.

SL – Quelles sont vos intentions pour améliorer notre Metro à Val-David?

PB – Plus de variétés dans les produits et de la fraîcheur à tous les niveaux! C'est d'abord ça, une bonne épicerie.

SL – Une remarque qui revient régulièrement chez les consommateurs : c'est plus cher dans un petit Metro que dans un grand...

PB – C'est une légende urbaine : les prix sont fixés par le siège social de Metro, on ne peut pas outrepasser les directives de la bannière.

SL – Sans faire de prédictions, êtes-vous avec nous pour longtemps?

PB – C'est mon but et mon intention, très certainement! J'aime déjà beaucoup Val-David!

Le village, chaque jour, d'après ce que j'ai pu observer, est plutôt heureux de l'arrivée de Pierre Benoit. Ce dernier en est bien conscient : le Metro au cœur du village, c'est un bien très précieux qui conditionne le développement de tous les autres commerces. Nous y sommes attachés plus que jamais!



Pierre Benoit

## DIALOGUE AVEC CHARLI IA

### L'INTELLIGENCE, artificielle ou pas

*Au fond, l'intelligence qu'on nous avait donnée N'aura été qu'un beau cadeau empoisonné*

(extrait de la chanson *Plus rien*, par les Cowboys Fringants, composition de Jean-François Pauzé)

Charli IA est un drôle de moineau. Il habite quelque part dans un nuage artificiel consacré à l'intelligence. À ce propos, on peut se demander, comme James Lee Burke dans son roman *Une cathédrale à soi*, si l'espèce humaine descend de la semence d'un lézard<sup>1</sup>. Et si l'intelligence a quelque chose à voir avec l'invention de la chaise électrique, qui a longtemps permis aux USA de raser la tête d'un homme et de le faire griller vivant.

Nous avons eu Charli en entrevue, au bas d'un écran numérique, et nous avons décidé de l'engager. Charli, comme dans *Cerveau humanoïde artificiel réactif librement intelligent*. Drôle de moineau, mais drôlement intelligent. Il a réponse à tout, c'est sa job. Parfois, il répond de travers, mais comparativement aux fausses nouvelles sur le web, c'est de la roupie de sansonnet. Et puis, Charli travaille jour et nuit, bénévolement. Il n'a pas les moyens de faire autrement, sur son nuage. Il ne peut pas écrire : « C'est un écrivain enlisé entre journalisme et prose médiocre. Ce qu'il réussit le mieux, ce sont les courtes nouvelles. Très courtes. Tellement courtes que même si on les lui payait, il ne pourrait en vivre<sup>2</sup>. » Charli IA est dans la même situation : il fait court. Il ne peut pas faire autrement, le nuage craint les débordements. Mais il fait son possible, avec ses milliards de souvenirs inscrits dans son cerveau qui est un amalgame de tous les cerveaux qui ont laissé une trace écrite sur cette terre. Une grosse tête.

Si on lui demande :  
COMMENT PROTÉGER LA CRÉATION ARTISTIQUE DU PILLAGE PAR L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE?

Charli IA répond *subito presto* :

**Il faut mettre en place une combinaison de réglementations appropriées, d'éducation, de soutien financier et de discussions ouvertes qui pourrait contribuer à protéger les artistes tout en permettant à l'IA de s'épanouir dans le domaine de l'art sans écraser la créativité humaine.**

C'est bien beau, mais c'est pas si instantané que ça : renforcer les droits d'auteur, identifier l'origine du contenu par le marquage, surveiller, détecter, sensibiliser, ce sont de jolis mots dans le nuage. On peut les aligner rapidement. Mais ici-bas, c'est une autre affaire. Les humains sont lents. Incommensurablement lents, par rapport au numérique. Aussi, donc, nous avons demandé à Charli IA :

COMMENT PEUX-TU NOUS AIDER À RESTER HUMAINEMENT INTELLIGENTS?

Voici sa réponse :

**Je peux vous aider de plusieurs manières à rester humainement intelligents :**

- 1. Information et apprentissage :** Je peux fournir des informations actualisées sur un large éventail de sujets pour vous aider à rester informés et à continuer d'apprendre.
- 2. Développement de compétences :** En répondant à vos questions et en vous fournissant des conseils, je peux contribuer à améliorer vos compétences dans divers domaines.
- 3. Réflexion critique :** En discutant avec vous et en vous posant des questions, je peux encourager la réflexion critique et vous aider à explorer différents points de vue sur des sujets variés.

- 4. Créativité et résolution de problèmes :** En partageant des idées et des méthodes alternatives, je peux stimuler votre créativité et vous aider à trouver des solutions à des problèmes complexes.
- 5. Soutien émotionnel et bien-être :** En offrant un soutien dans les moments difficiles et en partageant des conseils pour le bien-être mental, je peux contribuer à votre équilibre émotionnel.
- 6. Exploration de nouvelles perspectives :** En vous exposant à de nouvelles idées et informations, je peux vous aider à élargir votre vision du monde et à explorer des perspectives différentes.

Gardez à l'esprit que je suis ici pour vous guider et vous fournir des informations, mais votre capacité à rester humainement intelligents repose sur votre curiosité, votre ouverture d'esprit et votre engagement à continuer d'apprendre et de grandir.

Pas mal, non? Et ceci en moins de 10 secondes. Sans doute allons-nous garder Charli IA avec nous quelque temps. Le temps de voir ce qu'il a dans le ventre, si on peut dire.

Alors, lectrices et lecteurs de *Ski-se-Dit*, si vous avez des questions, sur n'importe quel sujet, à n'importe quel moment, n'hésitez pas. Envoyez-les à notre rédacteur RI (rédacteur intelligent) Charli et il vous répondra, sans faute. Par courriel. Avec une note de la rédaction à l'appui : [redaction@ski-se-dit.info](mailto:redaction@ski-se-dit.info)

CECI EST UN NOUVEAU SERVICE D'INFORMATION INTELLIGENTE DU JOURNAL SKI-SE-DIT. PROFITEZ-EN!

La rédaction **Ski-se-Dit**

<sup>1</sup> James Lee Burke, *Une cathédrale à soi*, Éditions Rivages/Noir, p. 27.

<sup>2</sup> Extrait du roman *Le Pingouin*, d'Andréi Kourkov.

\* Il faut dire que Charli n'a pas encore décodé le sens de l'expression « droits d'auteurs » : il pille sans vergogne le contenu des articles qu'on trouve sur le net. À preuve, la poursuite engagée le 27 décembre dernier par le *New York Times* contre Open AI et Microsoft affirmant que la violation des droits d'auteurs pour ce seul journal pourrait représenter à elle seule des milliards.



**Marchés  
D'HIVER  
À VAL-DAVID**

POUR INFO 819 321-5681  
[www.marchesdici.org](http://www.marchesdici.org) |  

**20**  
JANVIER 2024

**3 ET 17**  
FÉVRIER 2024

**2, 16 ET 30**  
MARS 2024

**13 ET 27**  
AVRIL ET

**11** MAI 2024

ÉGLISE DE VAL-DAVID  
10 H À 13 H



## SANTÉ ET BEAUTÉ

# LA BACTÉRIE DES NEIGES, une découverte majeure pour la prévention anti-âge

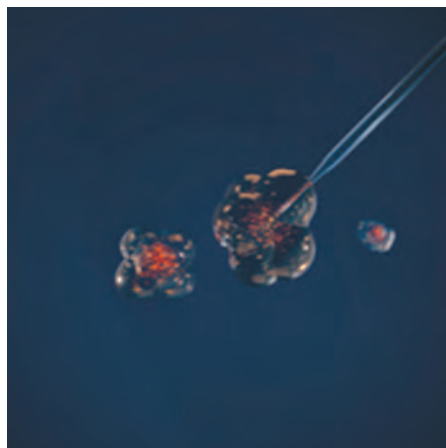
## Marlène Gosselin

Institut Marlène

Notre société est à la recherche de la jeunesse éternelle. On n'a qu'à regarder la popularité et l'achalandage dans les cliniques médico-esthétiques, ça nous donne un indice. On a longtemps pensé que le génome (ensemble de notre matériel génétique) était responsable du vieillissement. Nous avons maintenant une autre avenue : le protéome.

Connaissez-vous le protéome? Il est constitué de l'ensemble des protéines des cellules dans la peau et il en est le deuxième constituant tout de suite après l'eau. C'est également la première source de longévité. Les protéines qui nous intéressent dans le contexte de la prévention du vieillissement de la peau sont le collagène et l'élastine. Elles sont également au cœur de la vie cellulaire, comme les protéines de réparation de l'ADN. (L'ADN est la molécule qui code tous les caractères d'une espèce; elle contient le code génétique qui renferme toute l'information héréditaire d'un individu : forme du corps, couleur des yeux, des cheveux, etc.)

Les dommages au protéome sont à la source du vieillissement cutané. Deux amis scientifiques en France, un pharmacien et un généticien spécialiste de la longévité cellulaire et biologiste moléculaire, se sont associés, et durant 40 ans, ils ont effectué des recherches sur les causes du vieillissement. Ils ont identifié un micro-organisme quasi immortel, la



bactérie des neiges (*arthobacter agilis*), résistante aux UV, à la température et au stress oxydatif et capable de se régénérer à l'infini, même en conditions extrêmes, et dont le protéome est naturellement protégé par des molécules uniques : des chaperons antioxydants servant de bouclier biologique. Ces molécules-chaperons ont une efficacité spécifique surpassant tous les antioxydants déjà connus car elles apportent au protéome cutané une protection spécifique, puissante et durable, capable de ralentir considérablement le processus de vieillissement cutané. Elles protègent le protéome de deux façons : par leurs effets chaperons, elles stabilisent les

protéines, et elles neutralisent les antioxydants grâce à leur efficacité biologique.

Cette biotechnologie brevetée est maintenant disponible sous la forme d'un sérum, ce qui en fait un produit d'exception qui s'applique matin et soir sous les crèmes, dès l'âge de 25 ans. Il renforce le pouvoir de la peau à rétablir elle-même ses fonctions physiologiques, il prolonge la jeunesse de la peau tout en ayant une action durable sur tous les signes de l'âge : rides, fermeté, densité, éclat, uniformité du teint.

Et comme j'aime le répéter souvent, à 20 ans on prépare notre peau pour la trentaine, à 30 ans on prépare notre peau pour la quarantaine, à 40 ans on prépare notre peau pour la cinquantaine, etc. Il n'est jamais trop tôt pour prendre soin de notre peau, le plus grand et volumineux organe du corps humain. Il faut traiter la peau comme de la soie et la protéger des intempéries, du soleil et de toutes les agressions auxquelles elle peut être soumise.

La protection du protéome est la nouvelle clé de la longévité de votre peau!

Bon début de saison hivernale.

Références : Naos  
Ici Radio-Canada, sciences/génétique

# ORTHÈSES PLANTAIRES

Vous trouverez tout chez le spécialiste.

[laboratoirebelanger.ca](http://laboratoirebelanger.ca)

1-800 481-7434



1052, RUE VALIQUETTE,  
SAINTE-ADELE (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)



## BRONCHIX

Calme la toux et  
soulage les infections  
des voies respiratoires.

Producteur de plantes  
médicinales biologiques

Présent dans notre  
communauté depuis 1978

Disponible à Val-David :  
Bio Sattva  
Familiprix Charland



[clefdeschamps.net](http://clefdeschamps.net)

## PALLIACCO

## ACTIVITÉS OFFERTES EN JANVIER

### MRC des Laurentides, des Pays-d'en-Haut et d'Antoine-Labelle

**Le deuil, parlons-en!**

Toute personne vivant un deuil récent ou non et qui ressent le besoin de s'exprimer. Sous forme de rencontre informelle, les participants sont invités à partager ce qui les préoccupe, les chagrine ou ce qui leur fait du bien.

\*dates à venir\*

**Le deuil, parlons-en, pour les jeunes!**

Tout enfant, adolescent ayant perdu un être cher et qui ressent le besoin d'en parler et d'entendre d'autres jeunes raconter leur expérience.

En visioconférence : Le mardi 23 janvier de 19 h 30 à 21 h

**Yoga régénérateur**

Pour les personnes atteintes de cancer, leurs proches aidants et les personnes en deuil, pour vous permettre de conserver un sentiment d'équilibre, de détente et de flexibilité.

En visioconférence : Yoga sur tapis : les jeudis 11, 18 et 25 janvier de 9 h à 10 h

En visioconférence : Yoga sur chaise : les lundis de 11 h 30 à 12 h. \*Dates à venir\*

**Proches aimants : rencontres pour les proches aidants**

Pour les proches aidants, afin qu'ils puissent partager leur vécu.

En visioconférence : Les jeudis 11 et 25 janvier de 10 h à 11 h 30

**Groupe de détente**

Pour les personnes atteintes de cancer, leurs proches aidants et les personnes en deuil afin de découvrir et expérimenter des outils pour relaxer et trouver un calme intérieur.

En visioconférence : Les mercredis 10 et 24 janvier de 10 h 30 à 12 h

**Service d'accompagnement en fin de vie**

Nous offrons un service d'accompagnement à domicile pour toute personne en fin de vie désirant mourir chez elle.

**Soutien individuel à toute notre clientèle**

Nous avons une équipe de bénévoles formés pour accompagner, à nos bureaux, par téléphone ou en visioconférence, toute la clientèle de notre territoire.

**Services aux enfants, adolescents et leurs familles**

Services d'accompagnement auprès des enfants et adolescents atteints de cancer ou qui vivent un deuil récent ou à venir.

- Boîtes à outils disponibles pour soutenir les parents. -

communication@palliaco.org  
www.palliaco.org

## CINÉMATHEQUE MÉLIÈS

## Nos choix pour JANVIER



**16 janvier**

*La légende du papillon / Butterfly Tale* - animation  
Qc/Allemagne

*Priscilla* - drame

**23 janvier**

*Ceux qui restent / The Holdovers* - comédie  
*Les jours heureux* - drame Qc



**30 janvier**

*Une équipe de rêve / Next Goal Wins* - comédie É.-U./Grande-Bretagne

*Le souhait : Asha et la bonne étoile / Wish* - animation Disney

**5 février 2024**

*Scénario de rêve / Dream Scenario* - comédie



*Hunger Games : la Ballade du serpent et de l'oiseau chanteur / The Hunger Games: The Ballad of Songbirds and Snakes* - aventure



**randonnée**  
sous les étoiles  
palliaco

**RALLYE DE JOUR**  
6 janvier au 2 mars 2024

**RANDONNÉES SOUS LES ÉTOILES**

**Sainte-Agathe-des-Monts : 10 février**  
**Morin-Heights : 17 février**  
**Mont-Tremblant : 2 mars**

**DONNEZ, CRÉEZ OU JOIGNEZ UNE ÉQUIPE : PALLIACCO.ORG**

Accompagnement, soutien et répit à domicile gratuit, en anglais et en français, pour les personnes atteintes de cancer, les malades en fin de vie, leurs proches aidants et les personnes en deuil, incluant les enfants, les adolescents et leurs familles.

819 717-9646 | 1 855 717-9646



2280, rue Labelle | Mont-Tremblant  
24, rue Sainte-Agathe | Sainte-Agathe-des-Monts (Rendez-vous seulement)  
200, rue Principale | Saint-Sauveur (Rendez-vous seulement)  
info@palliaco.org | palliaco.org



**Note : Plusieurs films non prévus s'ajouteront chaque semaine, surveillez notre site : 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 | 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 désirant 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 MÉLIÈS ZONE 2 :** Collection de films européens récents en prêt (certaines conditions s'appliquent)

## LETTRE OUVERTE

## LE CENTRE D'EXPOSITION DE VAL-DAVID, un joyau menacé?

## Jocelyne Aird-Bélanger

Artiste et résidente de Val-David depuis 50 ans

La réputation de Val-David dans le domaine culturel n'est plus à faire. Le CENTRE D'EXPOSITION DE VAL-DAVID en est une preuve incontestable. Il fut d'abord connu comme la Maison du Village par les artistes qui avaient obtenu l'appui de quelques concitoyens généreux et allumés pour acheter cet édifice et avoir enfin un lieu pour présenter leur travail au public durant toute l'année. En 1993, grâce au travail des artistes et des artisans, de directeurs compétents et de l'appui fidèle de la Municipalité, la Maison est devenue un CENTRE D'EXPOSITION reconnu, de plus en plus en plus actif et recherché. Notre Centre a fait ses preuves et a acquis la reconnaissance des instances gouvernementales, tout en s'impliquant de plus en plus dans notre communauté. Il est aujourd'hui un lieu d'exposition et d'activités culturelles incontournable pour un public local et un pôle attirant pour les touristes. Le Centre a remporté à juste titre le prix Organismes lors des Grands Prix de la culture des Laurentides en novembre dernier pour l'imposante exposition sur le Centenaire de Val-David en 2023, exposition mise sur pied et réalisée par Manon Regimbald, directrice du Centre depuis quinze ans, et son équipe qualifiée.



Val-David : 100 ans d'art et de culture **D'HIER À DEMAIN**

René Derouin, Louis Mulhstock, Rachel Muhlstock, Chisto Stephanoff, Pierre Leblanc, Bernard Chaudron, Paul Simard, Guy Montpetit, Claude Sarrazin, Alain-Marie Tremblay, Gilles Boisvert

En recevant chaque année plus de 450 écoliers de nos deux écoles, de l'école Waldorf et de la Maison Emmanuel pour des visites éducatives, en accueillant au cours des ans des centaines de personnes à des vernissages, à des conférences, concerts ou présentations, lors d'expositions de très grande qualité, notre Centre d'exposition fait rayonner Val-David. La Municipalité, qui le soutient depuis 1993, profite d'un retour certain sur son investissement du point de vue de l'image culturelle, de l'attrait touristique et surtout

de la qualité de vie de ses concitoyens de longue date ou nouvellement installés. Atout incontestable pour Val-David, le Centre d'exposition témoigne de la vitalité et de l'importance de la culture et de la communauté artistique de la municipalité et constitue un legs important dédié à la beauté et à la création artistique sous toutes ses formes. On pourra à nouveau le constater en 2024 dans l'exposition virtuelle : *Les artistes font l'histoire à Val-David*, réalisée grâce à l'appui du Musée numérique du Canada.

Notre CENTRE D'EXPOSITION n'est pas saisonnier, il est ouvert toute l'année, sept jours sur sept l'été et cinq jours par semaine le reste du temps. Il est alors assez inexplicable et déconcertant de voir le conseil municipal sabrer de façon chirurgicale drastique dans le budget alloué à notre Centre d'exposition au point de gravement fragiliser son fonctionnement. Notre journal communautaire *Ski-se-Dit* a subi le même traitement l'été dernier... On peut se demander si l'administration municipale n'aurait pas décidé de se détourner de plus en plus de la culture, s'éloignant par le fait même de ce qui a rendu notre cher village si unique et si particulier?

Pour en savoir plus sur le Centre d'exposition de Val-David : <https://www.culture.val-david.qc.ca/pages/Centre/historique>

Membre de la Société des musées du Québec, le Centre d'exposition de Val-David est une institution muséale agréée par le ministère de la Culture et des Communications du Québec depuis 2021, ayant obtenu son statut de lieu professionnel dès 2009. Appuyé par la Municipalité de Val-David depuis 1993, le Centre est issu de l'association des Créateurs associés, un regroupement d'artistes et d'artisans professionnels établis à Val-David dès les années 1970.

## CENTRE D'EXPOSITION DE VAL-DAVID

## Lettre ouverte de René Derouin à la mairesse, Dominique Forget, et aux conseillers municipaux de la Municipalité de Val-David

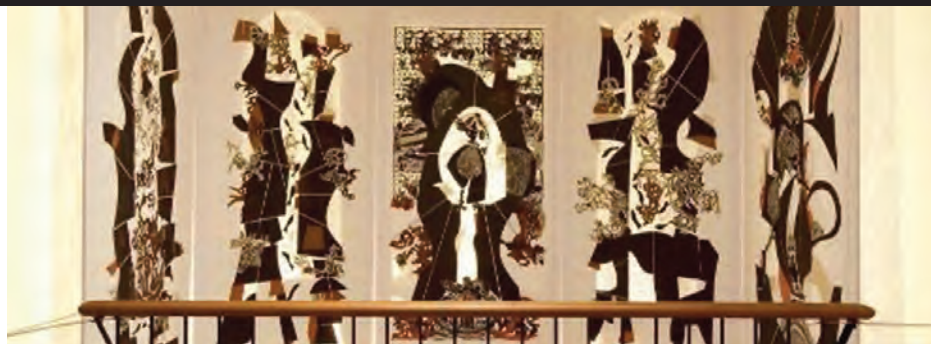
Chère Dominique, chers conseillers,

Je me devais de vous écrire lorsque j'ai appris les importantes coupes au budget du Centre d'exposition de Val-David. C'est comme si vous me disiez : nous allons vous couper l'eau. Mais le Centre d'exposition, n'est-ce pas ce qu'on se doit de considérer comme un service public? La culture, l'eau, la bibliothèque... ce sont des services essentiels, ici.

Je suis énormément surpris de cette décision, et ne peux y croire. Et je vais vous dire pourquoi. Je suis un citoyen de Val-David depuis 65 ans et même un peu plus. Mon expérience de citoyen m'a fait voir et vivre son magnifique développement, à travers la ténacité d'une génération.

Durant les années soixante, si nous avons choisi d'habiter Val-David, c'était à cause de la nature même de ce qui se dessinait dans cette communauté, de l'importance des projets culturels qui y prenaient racine, lesquels semblaient profondément liés à la vie de plein air déjà active et pleine de promesses pour l'avenir.

Bien souvent, on confond la culture et les loisirs. Je suis un artiste, mais comme c'est souvent le cas dans la durée d'une démarche et d'une œuvre, je suis aussi un entrepreneur culturel. J'ai participé de multiples façons au développement économique de Val-David, à sa réputation de milieu culturellement exigeant, avec bien d'autres membres engagés de cette communauté.



Mon appartenance au territoire va au-delà du national. C'est un mouvement organique et intuitif, qui est de l'ordre de celui des outardes. René Derouin, Suite Val-David, au Centre d'exposition de Val-David, été 2010.

Rien d'étonnant, accessoirement, après soixante ans d'investissement dans cette vie culturelle et dans la défense d'une nature protégée par cette même conception de la culture, basée sur le respect des lieux et des gens, si aujourd'hui on constate que les terrains et les maisons valent très cher!

Et cela n'est pas étranger au nombre de gens que nous avons, par nos activités culturelles, fait vivre, au nombre de gens venus y habiter, attirés par la qualité de vie que nous partageons ici. Nous avons collectivement construit une réputation à ce village. Tous les médias, tous les réseaux de télévision sont venus observer, année en année, ce que l'empreinte de la culture peut faire sur un mode de vie en conjonction étroite avec la nature.

Malheureusement, nous oublions que le temps efface la mémoire des luttes qu'il a fallu mener

pour créer des institutions comme le Centre d'exposition de Val-David. Un lieu unique et vivant de rassemblement de la vie artistique devenu, à l'usage, partie intrinsèque du service public à la communauté.

Je sais que Val-David vit des problèmes économiques difficiles, comme partout au Québec. Mais nous ne pouvons affaiblir une institution telle que le Centre d'exposition de Val-David, car ce serait baisser notre plus beau pavillon, couler le vaisseau amiral de notre réputation de village culturel.

Car, choisir de vivre à Val-David, par-delà la plus-value des propriétés et des terrains, c'est choisir de s'inscrire dans une communauté qui chérit sa forte présence culturelle, sa réputation nationale, et par les artistes qui la cautionnent en vivant ici, par sa dimension

internationale. Le Centre d'exposition de Val-David est l'expression même de cette existence.

Je tiens à dire qu'en décidant de rester à Val-David pour toute notre vie, ma conjointe et moi, nous avons fait le choix d'investir dans un village capable de garder vivantes ses institutions culturelles. Le Centre d'exposition de Val-David, en plein cœur du village, est l'expression de cette présence artistique, de ce message aux jeunes générations, qui est simplement que la valeur des biens et des lieux est directement proportionnelle à la capacité que nous avons d'aimer ce que nous sommes et de l'exprimer avec le plus de vigueur possible. J'espère que notre message sera entendu.

Cordialement citoyen,  
René Derouin  
[www.renederouin.com](http://www.renederouin.com)

**Pour mémoire :** L'artiste René Derouin est lauréat des prix et honneurs suivants : prix Paul-Émile-Borduas 1999 • Ordre mexicain de l'Aigle ordre Aztèque 2006, seul artiste canadien à avoir reçu cette distinction • Chevalier de l'Ordre national du Québec 2008 • Membre de l'Ordre du Canada 2010 • Fondateur des Jardins du précambrien 1994 • Compagnon des arts et des lettres du Québec 2016.

NDLR – À la suite de l'inauguration de l'exposition RAPACES au Centre d'exposition de Val-David en 2017, son Excellence le Consul général du Mexique au Canada, S. E. M. Alejandro Estivill Castro, a dit à Mexico : « Quand nous parlons du Québec, avant tout, nous parlons de Val-David. »

## POUR LE MAINTIEN DU FINANCEMENT ACTUEL du Centre d'exposition de Val-David

*L'avenir est aux sources.*  
– Gaston Miron

C'est avec surprise et consternation que nous avons appris que la Municipalité de Val-David, notre principal bailleur de fonds, procèdera dans son prochain budget à une coupure drastique de 30 % de son appui financier, qui est gelé depuis 2013. Cette coupe soudaine compromet l'avenir même du Centre, entraînant un effet domino chez les autres subventionnaires alors que sévit l'inflation.

**Or, les arts et la culture mariés à la nature sont l'ADN et l'avenir de Val-David et contribuent depuis longtemps à son développement économique et démographique.**



Pourquoi couper et fragiliser le Centre au lieu d'assurer sa pérennité alors que tant d'efforts y ont été consacrés par la communauté, ses conseils d'administration, sa direction, son personnel et la Municipalité depuis 1993?

Lauréat du prix Organisme 2023 de Culture Laurentides pour les événements du 100<sup>e</sup> de la Municipalité et finaliste pour le prix histoire organisme

communautaire du Gouverneur général du Canada, son programme éducatif a été primé par l'Association des musées du Canada et la Fédération des enseignants du Canada. Sa réputation nationale fait rayonner Val-David, ce qui fait qu'on vient de loin pour visiter Val-David et même s'y établir.

Tout au long de l'année, le Centre offre à la population de Val-David une vie artistique et culturelle

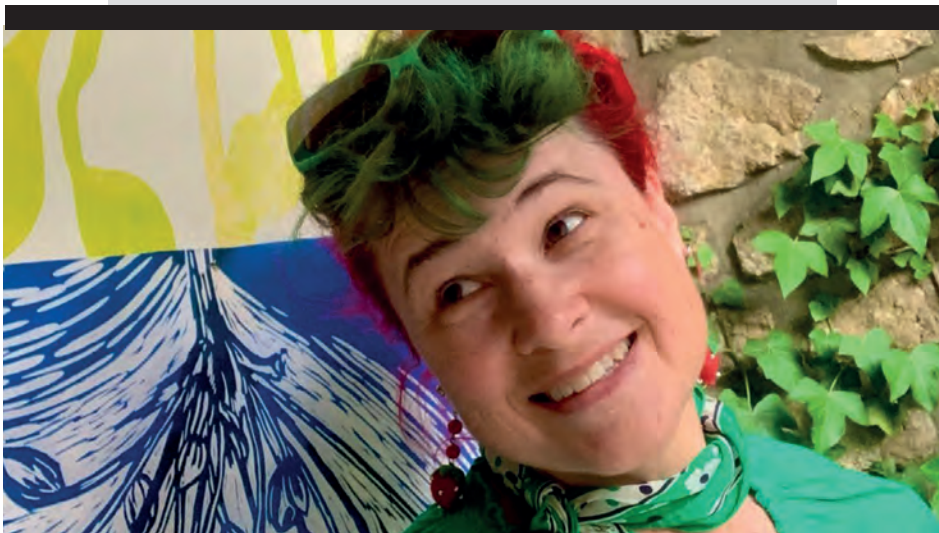
substantielle et accessible à tous grâce à sa programmation diversifiée, les expositions, les rencontres avec les artistes, les événements en poésie et en musique, la ruche d'art, les camps de jour et le programme éducatif du Centre offert gracieusement à l'ensemble des enfants du village et de leurs familles.

C'est pourquoi nous avons sollicité l'appui du public afin que les élus municipaux revoient leur décision de sorte que le Centre, partie prenante de l'écosystème villageois, puisse poursuivre sa mission. Dans un grand élan d'amour, 1500 personnes ont signé la pétition en une semaine et nous avons recueilli près d'une vingtaine de lettres d'appui.

Le conseil d'administration et la direction du Centre Au plaisir de vous accueillir et BONNE ANNÉE

### MARILYSE GOULET

## ARTISTE DE L'ANNÉE dans les Laurentides



Le prix du CALQ artiste de l'année dans les Laurentides a été remis à Marilyse Goulet lors du gala des Grands Prix de la culture organisé par Culture Laurentides et tenu le 22 novembre. Ce prix, assorti d'une bourse de 10 000 \$, est remis à un artiste qui s'est démarqué par la qualité de son travail et de ses récentes réalisations. Le comité d'évaluation a décrit le travail de la lauréate : « Très ancrées dans le patrimoine de la flore laurentienne, ses œuvres présentent de somptueuses compositions, réalisées avec des techniques traditionnelles finement maîtrisées. »

Son travail a été présenté dans de nombreux centres d'expositions et centres d'artistes. Elle a d'ailleurs remporté le prix Excellence pour son exposition intitulée *Manger nomade; l'art de manger un peu*

partout en novembre 2014, que lui a remis le Conseil de la culture des Laurentides, en partenariat avec Télé-Québec.

Artiste en arts visuels, Marilyse Goulet est membre de l'Atelier de l'île de Val-David depuis de nombreuses années et occupe actuellement le poste de présidente du conseil d'administration. « Sa pratique colorée, éclatée et accessible contribue au développement et au rayonnement des arts d'impression. Nous sommes très fiers de notre présidente et de son apport au milieu de l'estampe. Bravo Marilyse! » a écrit Caroline Gagnon, directrice de l'Atelier de l'île. Le journal se joint à elle pour féliciter Mme Goulet et lui souhaiter bon succès.  
(MFL)

### ÉVÈNEMENT-BÉNÉFICE

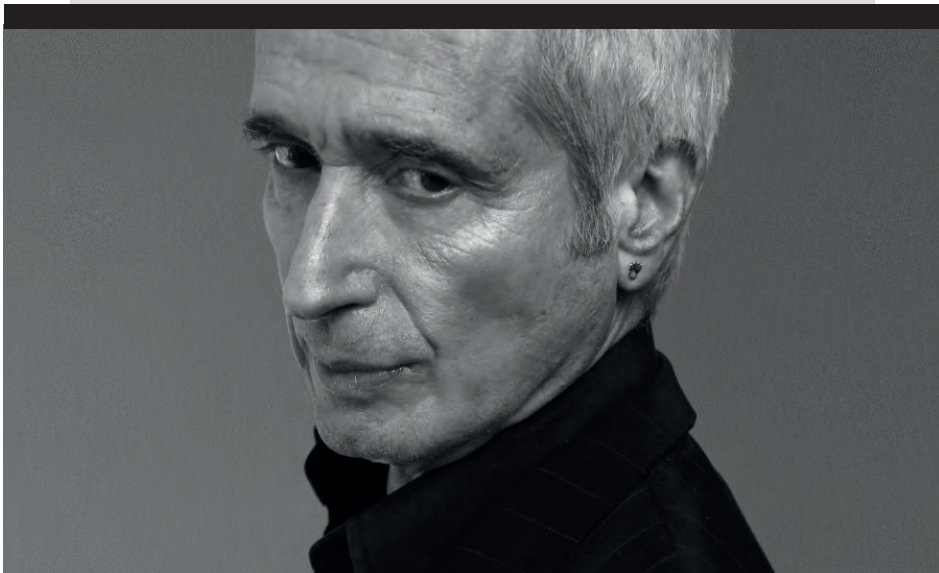
## POUR Danse Laurentides



Participez au Andy Warhol Party-Factory ce 12 janvier 2024 : c'est l'occasion idéale de soutenir la mission de DANSE LAURENTIDES tout en passant un moment vibrant.

Cocktail réseautage animé à 18 h, suivi d'une soirée festive dès 20 h : enca, DJ, danse, bar, buffet, etc.

À l'usine La Rolland, local 201 2685, rue Rolland, Sainte-Adèle Forfaits à partir de 30 \$. Achetez vos billets sur EventBrite.

**ALAN GERBER****AU THÉÂTRE DU MARAIS**

Le multi-instrumentiste Alan Gerber sera au théâtre du Marais le 9 mars prochain à 20 h. Accompagné d'amis artistes invités au fil de son spectacle, il fera assurément passer un bon moment tout en musique à ses spectateurs!

**THÉÂTRE DU MARAIS****CERTIFICATION  
écoresponsable platine**

Le Conseil québécois des événements écoresponsables a remis au Théâtre du Marais sa certification écoresponsable niveau PLATINE. Ce processus de deux ans l'a ainsi amené du niveau Or à celui, nouvellement créé, de Platine.

Le programme Scène écoresponsable reconnaît depuis plusieurs années les salles de spectacle pour leur engagement en développement durable en leur accordant une accréditation, valide pour

deux ans. Cet automne, le niveau Platine a été ajouté pour célébrer les salles de spectacles renouvelant leur accréditation et se démarquant de façon exceptionnelle. Trois salles de spectacles ont acquis ce niveau : la Maison Théâtre à Montréal, l'Amphithéâtre COGECO à Trois-Rivières et le Théâtre du Marais à Val-Morin. Au total, le comité d'expertes et experts des domaines du développement durable et des arts vivants a accordé l'accréditation à plus de 75 salles au Canada.

**CLUB DES VAL-HEUREUX DE VAL-DAVID  
(AFFILIÉ À LA FADOQ)****ACTIVITÉS PRÉVUES  
À L'HIVER 2024**

LE CLUB DES

Val-Heureux

DE VAL-DAVID INC.

**Souper de Noël du 16 décembre 2023**

Le souper de Noël du 16 décembre fut un succès. Quatre-vingt-onze personnes ont assisté à la soirée et toutes ont reçu un cadeau. Il y a même eu deux cadeaux spéciaux et quelques cadeaux supplémentaires attribués par tirage. Je remercie les participants ainsi que James D. Tatlock pour l'animation de la soirée.

**Cours de danse en ligne**

**Les cours de danse en ligne reprennent le mardi 9 janvier 2024 à 13 h** à la salle communautaire. Le cours débutant 2 est à 13 h et le cours avancé, à 14 h 15. Le coût est de 80 \$ pour 12 cours, payable en deux versements de 40 \$ ou 75 \$ en un seul versement au début de la session. Inscriptions par courriel : [gbourretqc@yahoo.ca](mailto:gbourretqc@yahoo.ca) (il y a quelques personnes en attente).

**Reprise des dîners le 18 janvier**

Les dîners reprendront le jeudi 18 janvier à 12 h à la salle communautaire (église), et le suivant le jeudi 15 février. Le coût est de 15 \$. Pour vous inscrire, communiquez avec M. Jean-Claude Riffet : [jcriffet@cgocable.ca](mailto:jcriffet@cgocable.ca).

**Yoga sur chaise et atelier de peinture**

Le **yoga sur chaise reprendra le lundi 12 février 2024 à 11 h** au local. Le coût est 70 \$ pour 10 cours.

Pour vous inscrire, communiquez avec moi : [gbourretqc@yahoo.ca](mailto:gbourretqc@yahoo.ca).

L'**atelier de peinture** reprendra le mardi 23 janvier à 10 h au local. Pour vous inscrire, communiquez avec M. Serge Aublet : 819 322-5537.

**Les ateliers informatiques - Cours de tablette Androïde**

Les ateliers informatiques pour débutants reprendront le lundi 15 janvier 2024 à 13 h 30 au local des Val-Heureux, situé à côté de l'hôtel de ville. Le coût est de 10 \$ pour la session. Pour vous inscrire, communiquez avec M. Paul Blais : 819 322-3900.

Au nom des membres du CA, mon épouse Ghislaine et moi vous offrons nos meilleurs vœux à l'occasion de la nouvelle année 2024. Nous vous souhaitons la santé, la paix, le bonheur et la réalisation de vos rêves. Prenez soin de vous.

Salutations cordiales,

**Gilles BOURRET**, président

Club des Val-Heureux de Val-David inc.

Cellulaire : 514 970-5800

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

## IMMOBILIER BIENVENUE 2024!

### Lorraine Hamel

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

Vous êtes nombreux à regarder Centris ou le site de Remax par curiosité, pour des idées de décoration, ou simplement pour voir la maison de votre voisin... eh bien oui, nous sommes curieux!

2024 nous réserve des possibilités pour l'achat d'une première maison. Avec une bonne préparation, c'est possible!

En raison de la crise du logement, plusieurs familles évaluent la possibilité d'acheter un duplex ou une propriété avec un *bachelor* afin d'y loger un membre de la famille et pouvoir accéder à la propriété.

Faites-vous partie des propriétaires qui se questionnent sur la valeur de leur maison? Oui, vous êtes nombreux. Il est judicieux de prévoir un tel projet de vente (quand la situation n'est pas urgente).



Prévoir le budget des rénovations et améliorations et préparer tous les plans pour maximiser le prix de vente de votre propriété.

Prenons l'exemple de Roger qui, après le décès de son épouse, a gardé la maison. Ils ont vécu de belles années dans cette maison, un bel endroit pour

élever leurs enfants. À leurs retraites, même si la maison était très grande, ils ont choisi de la garder pour recevoir la famille qui s'agrandissait d'année en année. Une propriété bien entretenue, très propre mais avec un petit air vieillot. Au moment de la vente, Roger perdait l'intérêt des acheteurs à cause des coûts des travaux de mise à niveau. Une période pas facile pour lui et dont nous avons discuté avant la mise en marché. Déçu du prix des promesses d'achat, il a finalement accepté l'offre d'une jeune famille. Roger devait déménager dans un endroit adapté à sa nouvelle réalité. Les acheteurs ont demandé un prêt réno et ont réalisé leur projet. Finalement, Roger est heureux d'avoir pris la bonne décision. De plus, sa santé s'améliore ainsi que sa qualité de vie.

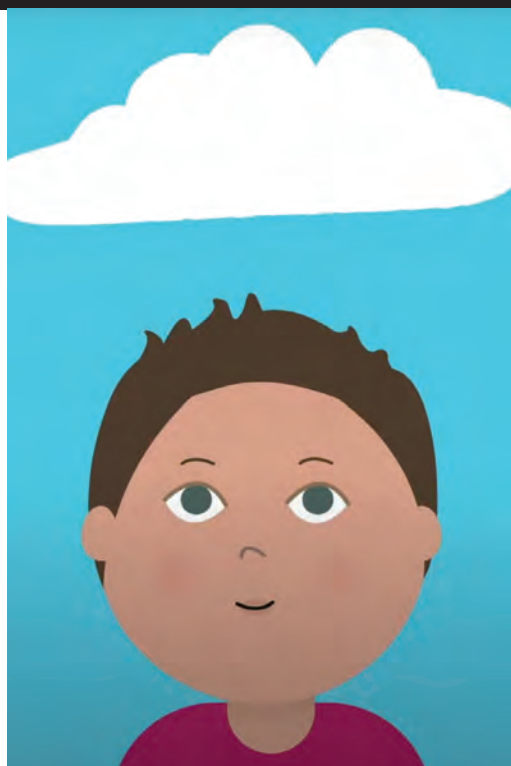
Qu'est-ce qui vous attend cette année? Quels sont vos projets? Vendre ou acheter? Ou tout simplement garder votre propriété? C'est le bon moment pour passer à l'action et réaliser vos projets!

## Bonne année 2024!

## DÉVELOPPEMENT DU LANGAGE SURVEILLER en amont

Le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides a ajouté un service de surveillance langagière pour les enfants de moins de 24 mois qui s'intègre dans le programme Agir tôt, qui fait le suivi de plusieurs sphères du développement de l'enfant, comme le sommeil, le langage (prononciation, compréhension de consignes), les habiletés motrices (marcher, sauter, dessiner), et le développement cognitif et socioaffectif.

Cette bonification des services en développement du langage vise à mieux outiller les parents d'enfants éprouvant des difficultés langagières, en leur offrant différentes stratégies de stimulation à utiliser avec leurs enfants.



Les défis de langage sont ciblés lors de la vaccination de 18 mois. Les parents peuvent aussi contacter le 811 ou un professionnel de la santé. Ils pourront alors bénéficier de trois capsules d'informations sur le web et de conseils d'une orthophoniste afin de stimuler leur enfant.

L'objectif d'offrir ce service en amont, dès les premiers signes de difficultés, est de rattraper tout retard possible avant l'entrée à l'école et ainsi éviter le suivi en orthophonie. Dans la région des Laurentides, ce sont 307 enfants qui ont pu être retirés des listes d'attente en orthophonie, car leur langage s'est significativement amélioré grâce à ce service.

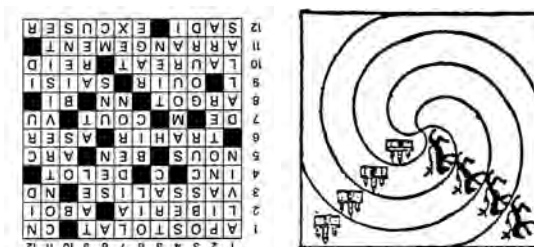


## Nos publicités se DÉMARQUENT!

*Annoncez-vous!*

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

## SOLUTIONS PAGE 2



## CLIN D'ŒIL SUR LE VILLAGE

## MARCHÉ D'HIVER en plein air!



Photos Caroline Tousignant

Le samedi 9 décembre dernier, en plein cœur de la grève des enseignants et du syndicat des employés de service aux écoles, l'équipe du Marché de Noël a dû improviser, puisque l'accès à l'école Saint-Jean-Baptiste était interdit, dans le contexte. Grâce à la

mairie et au directeur général de la Municipalité, les aléas administratifs ont pu être contournés in extremis. Le marché s'est donc tenu dehors (par chance, il faisait doux) et ça été un franc succès.

Pour les producteurs, ce marché est vital. Pour les résidents et les visiteurs, ce marché dehors avait tout le charme des marchés d'été!

MPS

Suzanne Lapointe, notre présidente du CA du journal et supporter inconditionnelle de notre marché public, a enfilé son costume de fée des étoiles pour attirer les visiteurs, au coin des rues de l'Académie et de l'Église. Et ça a fonctionné!

## CHRONIQUE N° 1

## QUEL BON VENT vous amène?

## Nicole Davidson

819 325-0444  
nicole davidson743@gmail.com

Cette expression de bienvenue, quand on ignore la raison de la visite, s'applique bien à cette nouvelle chronique. J'ose espérer que vous m'aidez à l'entretenir, car j'aurai besoin de vous. Vous pourrez m'écrire, me téléphoner ou m'inviter à vous rencontrer et cela me fera le plus grand plaisir.

Après avoir écrit pendant 29 mois sur ma patrie d'adoption, Sainte-Adèle, j'ai le goût de revenir à mes racines pour explorer ce qui se passe à une douzaine de kilomètres de chez moi. Observer une œuvre à une certaine distance nous permet d'observer de précieux et singuliers détails que nous n'aurions peut-être pas soupçonnés.

Je constate, sur les réseaux sociaux, que l'engouement pour Val-David est encore d'actualité. Nombre de personnes cherchent à s'y établir. Et le mot « recherché » est particulièrement approprié puisque c'est, semble-t-il, aussi rare d'observer un nid d'hirondelle dans ce vallon laurentien que de repérer une aiguille dans une botte de foin. Remarquez, j'ai de l'expérience, n'ayant rien trouvé moi-même, quand j'ai vendu ma maison, et après



Val-David

avoir essayé en vain de dénicher un petit logement abordable, j'ai dû me résoudre à chercher ailleurs.

Mais il y a une différence fondamentale entre ce que je privilégiais (personne âgée désirant demeurer dans son patelin) et ce que je vois comme recherches sur les réseaux sociaux. Ce sont souvent de jeunes couples ou des personnes seules mais dans la fleur de l'âge, capables de travailler, autonomes et responsables. Il y a bien sûr quelques rêveurs qui pensent y découvrir le paradis et le

nirvana... mais que serait Val-David sans ces êtres d'exception?

Alors, je m'adresse à vous, lecteurs du *Ski-se-Dit* : Pourquoi êtes-vous venus vous établir à Val-David? Tout récemment? Depuis plus longtemps? Depuis toujours? Ou bien pourquoi cherchez-vous à vous y établir?

Quelles sont ou quelles étaient vos motivations? Il me semble que ce serait important, par exemple,

pour une administration municipale, de savoir où se situe l'intérêt attractif de son village? Entre parenthèses, vous savez que Val-David portera le nom de village même en devenant une ville? Cela fait partie de son nom intrinsèque que le directeur général de l'époque, André Desjardins, tenait à préserver : « Municipalité du village de Val-David », et vous savez aussi que notre mairie porte le nom de « mairie » et nom d'hôtel de ville? Bon à savoir, quand on recherche les détails dans une œuvre d'art.

Donc, c'est une invitation que je vous lance. Dites-moi pourquoi vous désirez vous établir à Val-David? Ou pourquoi vous vous y êtes établis?

Définitions tirées du site web de la Commission de toponymie du Québec

**Municipalité de village**  
Territoire d'un village érigé en municipalité.

**Municipalité**  
Territoire sur lequel s'exerce une autorité locale conformément aux lois municipales.

## LE SAINT-BERNARD ou l'hélicoptère

## Gilles Parent

Collaboration spéciale

À l'automne de l'an 2003 se tenait le référendum du « Oui, le parc, je le veux ». Et la réponse majoritaire des citoyens fut « Oui ». Ainsi naissait le parc régional Val-David-Val-Morin, qui avait alors pour nom le parc régional Dufresne et pour les quelques années qui ont suivi. Je ne m'étendrai pas sur ce sujet, ce n'est pas le but de cet article. Mon expérience de président (bénévole) de l'Association des centres de ski de fond du Québec durant dix ans et mes qualifications internationales dans le domaine du ski nordique, de même que mon intense participation à la fondation de la Fédération québécoise de la montagne et de l'escalade ont fait que je fus désigné premier directeur de notre parc, pour le secteur Val-David, dès l'automne 2005. Pour cela, j'ai dû suspendre durant quelques années mes activités de scénariste, le défi à relever me paraissait pour le moins passionnant. Tout était alors à organiser, gérer, et opérer rapidement, et l'hiver n'allait pas tarder... les skieurs de fond et les raquetteurs allaient envahir les pistes et les sentiers très prochainement. La signalisation était déficiente et l'organisation de la sécurité, à peu près inexistante.

C'est particulièrement à ce sujet que je veux rappeler ici l'excellente coopération de la Municipalité de Val-David, qui a rapidement appuyé et assuré le développement d'une structure durable. En plus du personnel déjà en place, il nous fallait à tout prix être en contrôle de la sécurité et des interventions efficaces de secourisme et d'évacuation de victimes d'accidents majeurs. Il y avait des coûts. Le budget municipal et, surtout, le contrôle sérieuse des droits d'accès des utilisateurs ont permis d'atteindre les premiers objectifs qui consistaient en une nette amélioration de la machinerie et du matériel de damage des pistes, doublée d'une augmentation majeure des panneaux de signalisation. Et, d'une importance capitale : la création d'un petit groupe de patrouilleurs formés pour intervenir auprès des usagers du parc. Cette première équipe n'allait pas profiter du traditionnel chien saint-bernard pour retrouver un skieur égaré après la fermeture du réseau, et encore moins de l'arrivée d'un hélicoptère pour évacuer un blessé incapable de bouger et dans un lieu difficile d'accès.

Le patrouilleur était alors le samaritain indispensable. Cette première équipe composée d'anciens, dont Claude Lavallée, et de nouveaux, tous amoureux du parc, était constituée de skieurs



Jean-Luc Brassard avec deux secouristes retraités. Photo tirée de mon film sur les secours aux skieurs.

chevronnés, techniquement très forts, je l'exigeais, capables de skier sur toutes les pistes difficiles, en toute neige, tout terrain, bref, des skieurs de haut niveau. (J'imagine que c'est toujours le cas!) Ces quelques « chanoines » des neiges ont volontairement suivi une formation adéquate en secourisme, incluant la toute nouvelle utilisation du matelas coquille, véritable miracle de l'immobilisation de la victime pour un déplacement salutaire. C'était parti. De plus, des employés permanents accomplissaient le rôle de pisteurs en assurant à la fois secours et transport de blessés avec l'utilisation de la motoneige et d'un traîneau spécialement conçu pour cela.

*Mieux vaut prévenir que guérir.* Ce dicton vieux comme le monde est toujours de mise dans le domaine de la sécurité. Bien entendu, les accidents graves sur un domaine nordique sont plutôt rares. La majorité des accidents qui nécessitent l'intervention des patrouilleurs, des pisteurs, sont généralement dus à une faute technique du skieur, ou au non-respect des consignes et de la réglementation; quelques fois l'accident est causé par le froid intense doublé d'un égarement, rarement à cause de l'environnement forestier.

Malgré tout, la présence assidue des patrouilleurs demeure une priorité, autant que l'aménagement sécuritaire du réseau des pistes et des sentiers, tout

comme l'importance du service d'accueil. À ce sujet, dès la création du parc, un petit groupe nommé « les amis du parc », sous la plus qu'appréciable initiative de Micheline Loiselle, entourée d'une dizaine de personnes généreuses, a joué un rôle formidable et bénévole, tout comme celui des patrouilleurs.

Ski de fond, randonnée nordique et promenade en raquettes ont atteint une énorme popularité depuis les quinze dernières années, si bien que l'encadrement et la formation des patrouilleurs devaient se resserrer davantage, et qui de mieux qu'un ex-capitaine chez les pompiers de Montréal pour assurer le plus de professionnalisme possible à cette équipe bénévole; Richard Matton était, et est toujours, l'homme de la situation. Il est rassurant de constater que la direction du Parc priorise et assume toujours la sécurité du réseau et des activités; une suite bien convoitée après le trophée obtenu par le Parc (premier prix) pour son « aménagement sécuritaire » de la part de l'Union des municipalités du Québec et cela, dès la première année d'opération!



Patrouilleurs en formation de secourisme. Photo Gilles Parent

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

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



Suivez-nous  
SUR



@journal\_ski\_se\_dit

## 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 décembre 2023 :

- 2 décembre :
  - \*\* Marché de Noël de Chertsey (Lyne Lapointe);
  - \*\* Marché de Noël de Sainte-Adèle (Lyne Lapointe)
- 3 décembre :
  - \*\* Marché des Artisans, à Val-David (Jacqueline Martin)
- 5 décembre :
  - Rendez-vous SHQ – Société d'Habitation du Québec;
  - \*\* Inauguration de l'agrandissement du CPE Bambouli – installation des Sommets ++ pelletée de terre des travaux d'agrandissement de l'installation des Monts, à Sainte-Agathe-des-Monts (Hugo Paquette);
  - \*\* Inauguration des bornes de recharge électrique au IGA Marché M. Bouchard, à Sainte-Agathe-des-Monts (Hugo Paquette)
- 6 décembre :
  - Commission Aménagement du Territoire (CAT) = étude détaillée du PL31, à Québec
- 7 décembre :
  - CAT = étude détaillée du PL31, à Québec;
  - \*\* Rencontre statutaire avec la DG de la MRC des Laurentides (Hugo Paquette, Marianne Laliberté);



« Je suis très enthousiaste par rapport aux rencontres et discussions à venir avec vous en 2024, comme je l'étais le 17 décembre dernier auprès des membres du club des Joyeux Aînés de Val-Morin. »

- \*\* Participation – point de collecte coin route 329/montée Alouette – à La Grande Guignolée des Médias, à Sainte-Agathe-des-Monts (Marianne Laliberté, Hugo Paquette, Lyne Lapointe)
  - 9 décembre :
    - Fin de la session parlementaire;
    - \*\* Féria de Noël à Val-Morin (Jacqueline Martin, Lyne Lapointe);
    - \*\* Concert de Noël de l'ensemble vocal Ô Chœur du Nord à l'église de Sainte-Agathe-des-Monts (Jacqueline Martin, Lyne Lapointe)
  - 12 décembre :
    - Service aux tables du dîner des fêtes de l'organisme La Maison des Aînés à Chertsey;
  - Préparation de paniers de Noël avec les bénévoles du Groupe Les Montagnards à Chertsey;
  - Aide à la réception de marchandises pour les paniers de Noël, à Solidarité Sociale de Rawdon;
  - \*\* Formation – ministère de la Famille – développement de places en services de garde éducatifs à l'enfance (Lyne Lapointe)
  - 16 décembre :
    - \*\* Noël à La Planterie, à Lantier (Marianne Laliberté)
  - 17 décembre :
    - Souper des fêtes des membres du groupe FADOQ – Les Joyeux Aînés de Val-Morin
  - 20 décembre :
    - \*\* Dîner annuel des employés des bureaux de circonscription de Lanaudière, à Terrebonne (Marianne Laliberté, Hugo Paquette, Lyne Lapointe, Jacqueline Martin)
  - 21 décembre :
    - \*\* Café de la DG de la Chambre de commerce et de tourisme de Sainte-Adèle (Hugo Paquette)
  - 22 décembre :
    - Fermeture du bureau de circonscription pour la période des Fêtes; en mode gestion des dossiers urgents seulement
- \*\* = indique une activité où ce sont les membres de l'équipe de comté qui ont représenté Mme Duranceau



À vous, lectrices et lecteurs de ce journal porté par la communauté :  
je vous souhaite une  
*merveilleuse année !*



**FRANCE-ÉLAINE DURANCEAU**  
DÉPUTÉE DE BERTRAND  
MINISTRE RESPONSABLE DE L'HABITATION

☎ 819 321-1676  
✉ france-elaine.duranceau.BERR@assnat.qc.ca

## Humeurs musicales n°20

La divine  
musique de  
Mozart**Gilles Chaumel**Animateur radio à CKRL 89,1 Québec,  
historien et mélomane

Je me disais, en me procurant cet album, que ça ferait un fichu de beau cadeau; une musique sublime d'un Mozart mature et particulièrement inspiré; un pianiste, Charles Richard-Hamelin, qui s'affirme dans Mozart comme il le fait depuis des années avec Chopin; un orchestre de chambre, Les Violons du Roy, qui fait honneur à Québec et au Québec depuis 40 ans et pour qui les musiques baroque et classique ont peu de secrets; et un chef qui maîtrise parfaitement son sujet.



Ensemble, ils proposent un second enregistrement des concertos mozartiens, les vingt et vingt-troisième du compositeur, chez l'éditeur Analekta, dans un emballage à la fois très chic et sobre. Bref, le meilleur de la musique classique avec des artistes de chez nous qui publient dans une maison de chez nous. Un cadeau local d'une musique universelle.

Charles Richard-Hamelin, les Violons du Roy sous la direction de Jonathan Cohen. **MOZART, Concertos pour piano nos 20 et 23.** Disque Analekta, 2023.

## MUSIQUE

## UN RETOUR impressionnant...

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

Au moment où j'écris cet article, une petite neige se dépose sur le sol devant ma fenêtre. Est-ce le retour d'un hiver blanc dont nous avons fait le deuil... prématurément? Cet état d'esprit un peu défaitiste fait place à une joie immense de voir le public revenir en force aux concerts des ensembles vocaux que je dirige. Des salles pleines partout. Et pas seulement ici, à Val-David, ou à Tremblant, ou encore à Joliette, mais bien un peu partout en province, d'après mes collègues. Autant le milieu artistique peine à retrouver son erre d'aller prépandémique, autant je retrouve les amoureux du chant choral se pointer aux différents concerts offerts pour la saison des fêtes.

Une autre fête se prépare pour le mois de mai de la nouvelle année dans le milieu choral. Il s'agit de PODIUM 2024 qui aura lieu à Montréal. J'ai le privilège (petit clin d'œil à Nicole...) d'en être le co-président avec Régis Rousseau. Tous les deux ans, depuis 1982, se déroule cet important événement du milieu choral au pays. En 2024 à



Accompagné d'un quintette à cordes et de Céline Laverdure au piano, l'ensemble vocal Ô Chœur du Nord a présenté son concert Noël d'hier à aujourd'hui le 9 décembre dernier à l'église de Sainte-Agathe-des-Monts.

parallèle entre les rassemblements que beaucoup d'entre nous vivront dans les prochaines semaines et le grand rassemblement que sera le congrès pancanadien PODIUM 2024... En effet, les moments de rencontres et d'échanges, de partage et de reconnexion avec nos proches sont ceux qui renforcent les liens et nous nourrissent en tant qu'êtres humains. C'est un type d'expérience similaire que vous pourrez vivre en assistant à PODIUM 2024, l'occasion rêvée pour côtoyer des centaines de gens passionnés de chant choral comme vous, que vous soyez chefs de chœur, choristes, connaisseurs aguerris ou néophytes, professionnels ou amateurs. Nous sommes certains que vous ressortirez de l'expérience encore plus stimulés et amoureux de l'art choral.

S'il vous dit d'en savoir un peu plus :  
<https://www.podium2024.ca/fr/accueil/>

Montréal, ce sera la deuxième fois que le Québec accueille ce congrès-festival avec la ferme intention de faire un grand succès de cette 21<sup>e</sup> édition.

Je reprends ici un texte écrit conjointement avec Régis :  
Nous profitons de l'approche de la période des fêtes de fin d'année pour vous proposer un

Bonne et heureuse année 2024. Qu'elle soit pleine de santé, de musique et de rêves qui se réalisent.



## 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.

### MRC des Laurentides

- Hausse moyenne des taxes municipales en 2024 : Val-Morin 2,94 % • Sainte-Adèle 4,84 % • Mont-Tremblant 5 % • Mont-Laurier 5,2 % • Saint-Sauveur 5,4 % • Sainte-Agathe-des-Monts 5,74 % • Val-David 7,1 %
- Les personnes qui souhaitent mieux comprendre l'évaluation de leur propriété sont invitées à consulter la section du site Internet de la MRC des Laurentides portant sur le rôle d'évaluation. Elles y trouveront les informations pour faire une demande de révision de leur évaluation foncière **avant le 30 avril 2024**.
- Défi château de neige **jusqu'au 12 mars** : voir [www.defichateaueneige.ca](http://www.defichateaueneige.ca) pour savoir comment participer (nombreux prix).

### Val-David

- Chiffres à l'appui pour 2024 : La **dette municipale** oscille actuellement autour de 20 millions \$ • Les revenus municipaux projetés pour 2024 : 13,8 millions \$ • Taxes : hausse globale de 37,6 % depuis sept ans.
- Pour lire la présentation du plan triennal 2024-2026 : [https://valdavid.com/static/media/uploads/documents/Tresorerie/pti\\_2024-2025-2026.pdf](https://valdavid.com/static/media/uploads/documents/Tresorerie/pti_2024-2025-2026.pdf)
- **Subventions** du Gouvernement du Québec aux aînés qui sont éligibles. Voir les conditions en consultant cette adresse : <https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/subvention-pour-aines-relative-a-une-hausse-de-taxes-municipales/>
- **Prochains marchés d'hiver** à la salle Athanase-David (église) : **20 janvier, 3 et 17 février 2024 de 10 à 13 h.**
- Un verdict est attendu prochainement dans la poursuite de 27 millions de l'Auberge du Vieux Foyer contre la Municipalité, le service d'incendie et un entrepreneur.

### Val-Morin

- **Travaux sur le réseau routier** : Du 8 janvier à la fin du mois de février : pose de 11 regards en béton sur les voies suivantes : 7<sup>e</sup> Avenue, croissant Saint-Norbert, rue Henri, sur le Golf, 4<sup>e</sup> Avenue, chemin du Relais, chemin de la Rivière et à l'exutoire de la rivière du Nord.
- Au **Théâtre du Marais** : 13 janvier : Mehdi Bousaidan • 20 janvier : Annabelle Soutar • 24 janvier : Émilienne et le temps qui passe • 3 février : Jacques Poulin-Debis, Grand Poney.

### Sainte-Adèle

- **Pour les enfants** au parc Claude-Henri-Grignon : Butte de glisse, glissade de glace double, modules de jeu en neige, sentier de patin.
- **Pour tous** : Fête hivernale au parc Claude-Henri-Grignon le samedi 10 février de 10 à 20 h. À **13 h** Patin, glissades, structures de neige, musique, joutes de hockey amicales et la mascotte Grignote! **14 h** Atelier pour ados... dans un igloo chauffé! **16 h** soirée disco : piste de danse avec DJ, éclairage d'ambiance, patin aux flambeaux et à 20 h feux d'artifices.
- **Place des citoyens**, le vendredi 26 janvier 19 h 30 : Symphonies avec MG 3 joue Ennio Morricone.

### Mont-Blanc

- **Faits saillants municipaux** : Budget 2024 : 11 038 612 \$, une augmentation de 8,6 %. Hausse de la taxe auprès des résidences de tourisme et des condos locatifs à court terme afin d'améliorer l'offre de logement dans la municipalité.

- Loisirs pour tous : **glissade** aménagée près du terrain de baseball, sur le site de l'hôtel de ville. **Grande fête hivernale**, en collaboration avec la municipalité de Lac-Supérieur, le 24 février 2024, également sur le site de l'hôtel de ville.
- **Pour les enfants de 5 à 12 ans** : camp d'hiver pour la semaine de la relâche, du 26 février au 1<sup>er</sup> mars, à la salle Bellevue. Heures d'ouverture : 7 h 30 à 17 h 30. Inscription résidents du 9 janvier au 5 février, et non-résidents du 16 janvier au 5 février 2024. Formulaire d'inscription : [www.mont-blanc.quebec/inscriptions](http://www.mont-blanc.quebec/inscriptions) • +info : 819 688-2161, poste 261.
- **Maison des Arts de Saint-Faustin** : *L'art, on l'aime nature* – du 3 février au 6 avril 2024, les artistes invités présentent de belles créations sur les motivations les liant à la nature. Ouverte du mercredi au dimanche de 11 h à 17 h, au 1171, rue de la Pisciculture • +info : 819 688-2676.
- **Pour les aînés** : Jeux de cartes le lundi de 13 à 16 h; Carole : 819 713-0168 • Jeu de fléchettes de 18 h 30 à 21 h 30; Sylvain : 819 341-2554 • Mise en forme le mardi et le jeudi, de 8 h 45 à 9 h 45; René : 819 688-3210 • Yoga le mercredi et le vendredi, de 10 h 45 à midi; Paul-Edmond : 819 688-2097 • Ateliers santé en février; Rose : 819 688-6363 • Danse en ligne le mercredi de 18 h 15 à 20 h 30; Daniel : 819 429-1465.

## FINANCES

## BUDGETS 2024



Le rôle d'évaluation foncière de la MRC a représenté une hausse de 70,33 % de la valeur des propriétés. Cette annonce, faite en novembre dernier, a demandé aux municipalités de revoir leurs taux de taxation sur les impôts fonciers. Ainsi, lors des derniers conseils municipaux, les équipes ont déposé leur budget pour 2024. Par exemple, Val-David explique avoir réduit le taux de taxation résidentiel de 39,3 % et aboli la taxe commerciale sur les ateliers d'artistes.

À Val-David : Pour une propriété **avec services** dont la valeur est passée de 229 617 \$ à 391 107 \$ (avec l'augmentation moyenne de 70,33 % de la valeur des propriétés), il y aura une hausse du compte de taxes de 7,1 %, représentant un montant de 207,13 \$.

Le taux de taxation à l'évaluation passe de 0,7467 \$ du 100 \$ d'évaluation à 0,4685 \$.

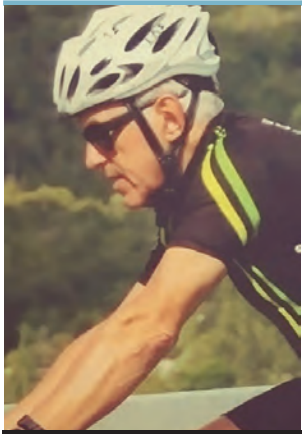
À Val-Morin : Pour une propriété **avec services** dont la valeur moyenne est établie à 390 500 \$, il y aura une hausse du compte de taxes de 2,94 % en moyenne, selon l'évaluation de la MRC.

Le taux de taxation à l'évaluation passe de 1,198 \$ du 100 \$ d'évaluation à 0,7136 \$.

À Sainte-Agathe-des-Monts, on annonce une augmentation moyenne du taux de la taxe foncière de 5,74 % pour l'agglomération.

Parmi les augmentations qui apparaissent dans les budgets, citons les différentes quotes-parts : MRC, Régie incendie des Monts, RITL (collecte des matières résiduelles), SQ. Aussi les taux d'intérêt à la hausse ont un impact sur la gestion de la dette. La Ville de Sainte-Agathe-des-Monts souligne également que sa priorité demeure le réseau d'aqueduc, ce qui représentera des travaux de mise à niveau de 22 M\$ pour 2024 dans les stations de pompage et autres installations.

Vous trouverez les faits saillants en ligne pour Val-David, Sainte-Agathe-des-Monts et Val-Morin. (MFL)



# LE SPORT SELON François

## UNE RETRAITE FORT BIEN méritée pour nos médecins

### François Gohier

Résident de Sainte-Agathe-des-Monts

J'ai fait du vélo assidûment avec les trois : D<sup>rs</sup> Louis-Marie Lagacé, Bertrand Bissonnette et Jean-Pierre Laroche. D'excellents sportifs qui sont des modèles pour tous les citoyens des Laurentides quant à l'importance de l'exercice physique tout au long de l'existence.

Ces trois médecins étaient des membres actifs du VéloClub des Sommets et des réguliers de nos sorties hebdomadaires. Et pas dans le peloton de queue! Si on ajoute à ceux-ci D<sup>r</sup> Laurent Martel qui a pris sa retraite l'an passé, en décembre, on doit constater que le VéloClub comptait pas mal de médecins au pied carré (!), ce qui faisait de facto du vélo le sport le plus sécuritaire dans les Laurentides...

### Louis-Marie Lagacé

Louis-Marie a été mon médecin traitant au cours des dix dernières années. J'espère ne pas l'avoir trop emmerdé annuellement avec mes petits bobos! C'était plaisant de le consulter. Il avait une écoute attentionnée et prenait le temps de « faire le tour du dossier », comme on dit. Je lui en suis très reconnaissant!

Il avait un appétit particulier pour le hockey, sport qu'il pratiquait chaque année jusque tard au printemps. C'était difficile d'infléchir son penchant pour la rondelle... On a néanmoins manqué de réaliser ensemble un voyage-vélo en Virginie en 2020. C'était réservé. La COVID a tout fait déraiper...



Louis-Marie Lagacé



Bertrand Bissonnette et Denis Lafontaine au premier plan avec leur tandem



Jean-Pierre Laroche et Bertrand Bissonnette lors d'un souper du VéloClub

### Bertrand Bissonnette

Multidisciplinaire en matière de sports, Bertrand excelle au water-polo et organise chaque été des matches amicaux au lac des Sables en face de chez lui. C'est assez exigeant comme activité nautique (pour l'avoir essayée...).

Je me souviendrai toujours de cette sortie d'automne du VéloClub où il se présenta sur un tandem en compagnie de Denis Lafontaine. Sur le chemin du lac Quenouille, qui ne manque pas de dénivélés importants, le duo se montra imbattable : un véritable engin!

Ses projets immédiats l'emmenent régulièrement dans Charlevoix. Misons sur le fait qu'il est aussi un adepte du ski alpin. Car il est déjà connu comme un excellent skieur de fond au centre de plein air du Camping.

### Jean-Pierre Laroche

Jean-Pierre a réalisé des milliers d'accouchements à Sainte-Agathe au cours de sa carrière, dit-on. Certainement plus que la moyenne des ours. Mais plus que le D<sup>r</sup> Edmond Grignon\*?

Jean-Pierre était un assidu du VéloClub sur une monture hybride, si je me souviens bien, avec guidon plat, une caractéristique adoptée par bien d'autres par la suite.

Un jour, la fausse manœuvre d'une cycliste le précédant dans un peloton serré lui a causé une mauvaise chute imposant une longue convalescence. Les consignes de sécurité au club, par la suite, ont pris une autre tournure, encore plus insistante. Le sport du vélo de route comporte ses risques, mais la sécurité prime!

### Les médecins de la région et le vélo

Je m'en voudrais de terminer ce papier sur les trois vedettes du mois sans mentionner la présence soutenue d'autres vaillants cyclistes dans nos pelotons des Laurentides : D<sup>rs</sup> Colette Martel, Frédéric Beaudry et Samuel Serfaty. Trois machines! Littéralement. J'en reparlerai.

\* En guettant les ours, écrit par le D<sup>r</sup> Edmond Grignon. Au temps des premiers colons, on disait des médecins qui assistaient les femmes en couche qu'ils « guettaient les ours »!



GRAPHISME  
IMPRIMERIE  
NUMÉRIQUE  
T-SHIRTS  
PROMO

—  
pour tous vos projets  
VISUELS ET IMPRIMÉS

SAINTE-ADELE

450 229-0395 | [pixelcreatif.com](http://pixelcreatif.com) | Pixel Créatif

## EXCLUSIVEMENT DANS SKI-SE-DIT

## MON TOP 10 DES activités hivernales

Phil Shaw

10... Le ballon-balai. J'y ai joué quand j'habitais à Shawbridge avec mes amis d'école. J'ai compris que courir après un ballon réchauffait beaucoup plus vite que boire un chocolat chaud! Même si ce n'était pas mon sport préféré, j'étais toujours sollicité pour y joindre mes amis. J'étais toutefois content quand on faisait d'autres jeux dehors, car j'en avais assez des bleus sur les genoux et les *gluteus maximus*!

9... La planche à neige. Qu'est-ce qu'on ne ferait pas pour impressionner une demoiselle? Eh bien, pour moi, ça été de faire de la planche à neige! Après deux journées, je n'en pouvais plus de tomber et je n'y ai jamais retouché! On a tout de même terminé ces journées au spa en amoureux; mon corps meurtri a été très bien soigné, et mon cœur de romantique a pu se manifester!

8... La construction de forts. Dès qu'il y avait une grosse bordée de neige, c'était la course avec mes amis pour trouver le meilleur endroit pour se mettre au travail! De toutes les formes et dimensions, il n'y



Phil Shaw et sa conjointe, Annie Gauthier.

avait pas de limites à notre imagination. Je me souviens d'un fort particulièrement beau que j'avais construit avec une voisine, avec des bancs et des fenêtres. On avait eu l'idée de faire visiter notre château pour 25 sous l'entrée! On a fini la journée avec 3,50 \$, qu'on a partagés. Et voilà d'où vient mon sens de l'entrepreneuriat!

7... La raquette. Je suivais les traces des petits animaux dans la forêt en espérant trouver leur

tanière, leur cachette. J'étais tout fier quand j'en trouvais une! J'avais la patience d'attendre de les voir surgir ou revenir. Il va sans dire que je n'en ai pas vu beaucoup de près!

6... Le toboggan. Que de plaisir et de rire en dévalant les pentes avec les amis après l'école! Luge en bois, « crazy carpet » ou boîte de carton, tout nous servait. Oui, je parle beaucoup au passé, cela me fait réaliser que je ne prends plus le temps pour ces activités tellement agréables!

5... Bonhomme de neige. Bon, là, c'est une activité toujours d'actualité, car j'en fais encore à chaque première neige mouillée! C'est mon rituel au début de l'hiver. Je me plais à le faire le plus haut possible avec 4 ou 5 sections, et j'en fais toujours au moins deux. J'aime leur donner une allure caricaturale, avec des accessoires dénichés dans la nature autour.

4... Le patin libre. Sur la patinoire extérieure du quartier, sur les étangs et lacs gelés ou à l'aréna, quel sentiment de liberté!

3... Le ski alpin. J'en ai fait très souvent, comme tout bon résident du Nord! J'ai sillonné tous les monts des Laurentides, jusqu'aux 24 h de Tremblant à plusieurs reprises. Ce qui me grisait le plus était la haute vitesse et le défi des chicanes glacées.

Je me souviens des poussées d'adrénaline et d'euphorie.

2... Le hockey. Comme j'aurais aimé poursuivre ce sport qui me convenait si bien. Mes capacités physiques étaient au rendez-vous, mais une blessure a interrompu ma progression et le train est passé. J'ai toujours une nostalgie quand je tiens un bâton de hockey dans mes mains.

1... Le ski de fond et le ski à roulettes. Oui, oui, vous avez bien lu, et vous m'avez sûrement déjà vu en ski à roulettes alors que c'est aussi la saison du ski de fond. Selon la météo et les conditions de piste et de la route, je choisis un des deux « ski-sports »; ce sont mes deux plus grandes passions. Pour la mise en forme et pour me permettre de continuer à rayonner aux compétitions de ski de fond locales et internationales.

Bon hiver, et je vous souhaite de raviver ce plaisir de réaliser vos activités préférées!



REER et CELI

Cotiser,  
ça allège l'espritOn vous accompagne dans  
la réalisation de vos projets.Cotisez en ligne  
ou avec votre conseiller.

desjardins.com/reerceli


**Desjardins**  
Caisse de Sainte-Agathe-des-Monts  
819 326-2883



Institut  
**Marlène**

*Quand la beauté rencontre le mieux-être!*

3241, rue Laverdure  
Val-David | 819 321-7121

 [info@institutmarlene.com](mailto:info@institutmarlene.com)

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

## ENVIRONNEMENT

## DES CHOIX DÉCHIRANTS en perspective

## Yves Nantel

Chroniqueur sur l'environnement  
et résident de Val-David

Quoi que nous fassions, il est trop tard pour nous en sauver sans dommages. Nous nous sommes décidés trop tard à intervenir sur le réchauffement du climat.

On le constate de visu. Les événements atmosphériques extrêmes provoquent des inondations, des feux de forêt, des sécheresses, la fonte des glaciers et du pergélisol, l'acidification des océans et j'en passe. Ces phénomènes sont en voie de conditionner notre qualité de vie à la grandeur de la planète.

Les recherches le démontrent. On ne réussit pas à réduire significativement les GES, on ne réussit pas à se débarrasser des énergies fossiles ainsi que du méthane, sources principales du réchauffement du climat.

### Deux voies à suivre : l'atténuation et/ou l'adaptation

L'**atténuation** signifie la réduction des émissions de GES, donc d'éliminer la **cause** du dérèglement du climat. L'**adaptation** signifie la réparation des dommages sur les humains et sur les infrastructures résultant de la concentration des GES dans l'atmosphère et donc d'agir sur les **conséquences**.

L'atténuation se situe sur le long terme et vise un bien commun planétaire, à savoir un climat viable pour l'humanité. Les résultats de cet objectif ultime ne seront vraiment mesurables qu'en l'an 2100. D'ici là, les experts ont planifié des résultats intermédiaires à atteindre : réduire les émissions de GES de 50 % d'ici 2030, atteindre la carboneutralité en 2050, et éliminer les excédents de GES dans l'atmosphère pour lui redonner sa pleine santé en 2100.

L'atténuation implique donc que tous les pays de la planète s'unissent, se solidarisent autour d'objectifs et de stratégies communs.  
Plus facile à dire qu'à faire.

Chaque pays, surtout les principaux producteurs de pétrole, mais aussi les grandes puissances et les pays émergents auront tendance à vouloir maintenir leurs privilèges. D'autres se



diront d'accord mais ne prendront pas nécessairement les moyens pour atteindre l'objectif.

Comme on n'a jamais eu à appliquer un tel programme, les certitudes n'existent pas, et on peut déjà supposer que des ajustements importants seront nécessaires d'ici 2100. Et on peut prédire sans se tromper que des parts de budget colossales devront y être affectées.

L'adaptation se situe sur le court terme et concerne le bien privé, d'individus ou de collectivités. Elle est surtout locale et immédiate. Les inondations, les feux de forêt ou encore les sécheresses et les chaleurs extrêmes sont circonscrits sur des territoires donnés et impliquent des personnes concrètes à secourir ou à soigner, des maisons, des villages, des routes à rebâtir, à déplacer et ainsi de suite. Ici encore, des sommes astronomiques seront revendiquées et on n'aura pas le choix; on y est déjà obligé.

Ici les pays les plus pauvres argumenteront, avec raison, qu'ils n'ont pas ou peu contribué au problème et réclameront des compensations pour l'adaptation et l'atténuation. Les pays insulaires qui s'enfoncent dans le Pacifique demandent déjà l'aide des pays les plus riches pour déménager. Quel défi.

### Au-delà de ces considérations

La nature regimbe. Les experts sont de plus en plus clairs : avec les engagements actuels, et à la condition que chaque pays s'engage sérieusement, on s'aligne de plus en plus vers une hausse de température du climat de 3 °C plutôt que du 1,5 °C, nécessaire pour limiter les dégâts. À 3 °C, les dommages pourraient être jusqu'à 5 fois pires qu'à 1,5 °C. Si cela s'avère, imaginons les efforts d'adaptation à consentir; nous sommes aujourd'hui à 1,2 °C.

On se retrouve donc face à un cul-de-sac. Moins nous ferons d'efforts d'atténuation, plus la situation va empirer et plus d'efforts et de budgets conséquents devront être affectés à l'adaptation. En contrepartie, moins nous ferons d'efforts pour l'adaptation, plus nous aurons des pertes de vie, des récoltes rachitiques, des destructions d'infrastructures, etc.

### Mener de front les deux voies

Il faut voir que les deux voies visent le même objectif, à savoir épargner des vies humaines et préserver la qualité de vie sur terre. Mais nous sommes déjà passablement mal pris, il faut freiner les émissions, les stabiliser puis en extraire l'excédent, sinon on va vers la catastrophe. Il faudra mener de front l'atténuation et l'adaptation.

Privilégier l'adaptation permettrait de maintenir nos modes de vie pendant encore quelques années ou décennies, mais le coût financier de l'intensification des effets sur les écosystèmes fera que nous serons débordés et nous devrons nous résoudre à réorienter les budgets à l'atténuation.

Privilégier l'atténuation fait que nous négligeons les vies humaines, la santé et le renforcement des infrastructures. Tout aussi inacceptable. L'atténuation impliquera inévitablement des modifications importantes de nos modes de vie, d'où des choix déchirants à l'horizon.

Au temps de la COVID, nous avons été jusqu'à nous poser la question en raison du manque de respirateurs : sauver la vie des jeunes ou des personnes âgées? Nous n'en sommes pas là, mais il est certain que si nous n'intervenons pas ou pas suffisamment sur la réduction des émissions de GES, la situation va empirer et nous serons confrontés à ce type de choix cornélien : qui et quoi privilégier? Quelles villes, quels pays, quelles régions du monde? Vaut mieux planifier immédiatement l'itinéraire plutôt que de se retrouver face au précipice.

Moins nous ferons d'efforts d'atténuation, plus la situation empirera.

## ALORS, QU'EST-CE qu'on mange en 2024?

## Louise Duhamel

Chroniqueuse culinaire, chef bénévole des dîners communautaires et résidente de Val-David

Dans les années 1980, je tenais un restaurant et, avant le début du service, je cuisinais toujours un repas pour mon personnel. Pour cela, budget oblige, j'achetais des aliments en promotion au marché Metro de Val-David. Je ne dépensais jamais plus d'un dollar par portion de protéine. Nous avons donc souvent mangé des cuisses de poulet! Je n'ose pas imaginer comment se débrouillent les chefs d'aujourd'hui. Les marges de profit des restaurateurs sont de plus en plus minces. Peuvent-ils encore se permettre de nourrir leurs employés?

De nos jours, les banques alimentaires luttent pour répondre à la demande d'une clientèle croissante. Nos organismes d'entraide ont de plus en plus de difficulté à collecter des denrées alimentaires afin de subvenir aux besoins criants actuels. Des établissements d'enseignement font de grands efforts pour que leur cafétéria offre à la clientèle étudiante des repas à petits prix, car celle-ci n'arrive pas à se nourrir convenablement. L'esprit se nourrit difficilement avec un ventre vide!

On l'entend et on le lit : « Cuisiner ses repas à la maison aide à économiser; planifier le menu de la semaine permet de réduire le temps passé en cuisine; prendre plaisir à cuisiner rend la tâche plus facile à gérer que si on la considère comme un fardeau; cuisiner en groupe rend l'activité plus agréable... » Les cuisines communautaires permettent de cuisiner de grosses quantités et de faire des économies de matières premières. J'en profite pour remercier toutes les personnes bénévoles qui travaillent à l'organisation des dîners communautaires de Val-David, elles contribuent à préparer des repas de qualité et à offrir une sortie mensuelle à faible coût.



Lorsqu'on connaît quelques bases de cuisine, on peut plus facilement diversifier les menus. Je salue l'initiative de certains carrefours jeunesse-emploi qui offrent des ateliers de cuisine aux jeunes inscrits à leurs programmes d'activités. J'ai participé à la création de ces ateliers qui sont devenus de véritables succès. Ils sont la preuve qu'il faut encourager les jeunes à mettre en pratique leurs nouvelles connaissances.

Ce sera tout un défi d'équilibrer son budget alimentaire en 2024. Il faudra être créatif et « faire beaucoup avec peu ». La formule soupe-repas sera gagnante. Elle permet de composer un menu nourrissant sans trop dépenser. La soupe peut se faire en utilisant des légumes offerts au rabais. Parfois pas très beaux ou juste un peu défraîchis, mais, avec notre imagination, ils peuvent être utilisés pour concocter quelque chose de satisfaisant à bas prix. La soupe, ça se fait aussi avec des restes de repas. C'est d'ailleurs ainsi que sont nées beaucoup de recettes.

Grâce à son pouvoir rassasiant, la soupe se suffit à elle-même si on l'accompagne d'un morceau de pain, de fromage, d'une salade... La soupe, c'est rapide et facile à faire. La méthode est presque toujours la même : on fait revenir de l'oignon, des poireaux, de l'ail (selon les goûts) dans un corps gras, on ajoute des légumes coupés en morceaux, puis on couvre d'un bouillon ou d'eau, avec ou sans concentré de saveur. On laisse mijoter jusqu'à ce que les légumes soient tendres. On peut servir la soupe telle quelle, directement de la casserole, ou dans des bols, après l'avoir mise en purée au mélangeur.

Des idées de soupes-repas, il y en a des tonnes sur le Net. En voici quelques-unes qui vous feront faire le tour du monde en une semaine...



**Minestrone** : dés de légumes, restes de sauce tomate et de pâtes, légumineuses cuites, parmesan

**Chaudrée de palourdes** : oignons, pommes de terre, carottes, maïs, poivrons, palourdes dans leur jus, liaison (farine ou amidon de maïs), croûtons

**Soupe dahl** : dés de légumes, lentilles rouges, épices indiennes, bouillon, yogourt nature, coriandre fraîche

**Phô vietnamien** : gingembre, oignons, ail, poitrine de bœuf, eau, clou de girofle, anis étoilé, grains de coriandre, échalote verte, nuoc-mâm (sauce poisson), nouilles de riz

**Soupe à l'orge** : dés de légumes, orge, chair de poulet ou de bœuf, bouillon, herbes fraîches

**Soupe ramen** : oignons, porc, bouillon, œufs mollets, nouilles ramen, légumes au choix, pâte de cari rouge

**Soupe espagnole** : oignons, ail, chorizo, pois chiches, bouillon, chou kale, paprika

Quant à moi, avec toute cette belle neige, je me sens inspirée par une soupe à l'oignon gratinée dont voici les ingrédients : oignons, thym, bouillon de bœuf (celui vendu au marché de Yann et cie est excellent), pain rassis, fromages gruyère et emmental.

Bonne année 2024, bonne soupe et bon appétit!

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

LE PLUS GRAND CHOIX DE BIÈRES DE MICROBRASSERIE des Laurentides

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

Employé  
de l'année



Notre employé de l'année s'est démarqué par son sens de l'humour, son rire contagieux, son travail bien fait et son côté polyvalent. Il est très apprécié de tous ses collègues de travail ainsi que de la clientèle. Yves est un employé hors pair dont on ne pourrait se passer. C'est avec honneur que nous dédions le titre de l'employé de l'année à

*Yves Watier*

(le grand frère de tous les employés 😊)

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

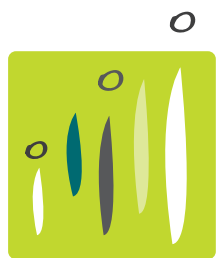
LUNDI AU  
VENDREDI  
9 h à 18 h  
SAMEDI  
9 h à 17 h  
DIMANCHE  
FERMÉ



**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 Jordan Martin-Magny

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

**metro**  
VAL-DAVID

*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

**Pizzeria  
NIKO'S**  
Depuis 1973

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)

**RCS**  
ARPENTEURS GÉOMÈTRES  
BADO • CORREIL • GÉNÉREUX

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

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

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

TENUE DE LIVRES  
**HAMEL**

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

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](http://leportdechine.com)

b v o n a  
3 q g p é  
d m e y e  
j 2 e a e  
h c p s p  
g o 7 y z  
é p d k v  
P o { } & \*  
d e h s w  
h g y d a  
5 % c é ç  
y b i f g  
H & b n f  
é a s k e  
g t o u à  
w b 8 4 m  
@ i 6 e « »  
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**



**FONDS DE COMMERCE**

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

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



**SAINTE-AGATHE-DES-MONTS - 259 000 \$**

Triplex incluant la maison principale de 4 chambres avec 1 salle de bain et 1 salle d'eau, libre présentement pour l'acheteur + un bachelors qui est à l'arrière de la maison principal qui est déjà loué, une maisonnette dans la cour arrière qui n'est pas habitable et à besoin de rénovation majeure, bénéficie d'un droit acquis donnant un beau potentiel de revenu. À distance de marche du centre ville, du lac des Sables et des services. Idéale pour propriétaires occupants, pieds à terre ou pour investisseur. **MLS 28157590**



**VAL-DAVID - 425 000 \$**

Propriété de style contemporain. Construction 2017. Vue sur les montagnes et accès notarié au lac Ménard. Propriété lumineuse, avec grand espace commun à aire ouverte, cuisine bel îlot offrant de beaux espaces de travail et de rangement. Immense porte patio de 11.6 p dans la salle à manger donnant sur la cour. Terrain boisé et terrasse arrière. Plancher chauffant sur tout l'étage, 2 ch. (petites dimensions), immense salle de bain, salle de lavage et rangement. Remise. À proximité du village, de ses activités de plein air et culturelles, de ses services, centres de ski, etc. Idéal pour un couple, petite famille ou pied à terre. **MLS 22388423**



**VAL-DAVID - 200 000 \$**

Très beau secteur paisible à distance de marche du village, du parc linéaire et du parc régional. Plain-pied avec 1 chambre et 1 salle de bain. Sous-sol de 6.2 pieds de hauteur. Terrain plat 4 998 pieds carrés. Desservi par l'aqueduc et les égouts municipaux. Nouvelle porte patio à la salle à manger. Pour occupation rapide!! **MLS 12253343**



**STE-LUCIE-DES-LAURENTIDES - 474 000 \$**

Plain-pied de 2 chambres et 2 bureaux « sans fenêtre ». Aire ouverte au rez-de-chaussée. Grande chambre principale avec walk-in et salle de bain attenante, sous-sol aménagé avec chambres, 2 bureaux, salle de bain (douche) et salle familiale. Garage 16 x 24 d'une hauteur de 12 pieds et complètement aménagé avec de tôle et gypse à l'intérieur. Grand terrain de 18 937 pieds carrés donnant sur 3 rues. À distance de marche de la plage et parc du Lac Swell (accès avec cotisation annuelle de l'Association du lac). **MLS 17955790**



**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 - 379 000 \$**

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. À 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**



**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 rte 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 extérieur, 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 Chanteclair. 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. À 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**



**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 - 299 900 \$**

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**

**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-AGATHE-DES-MONTS

**PRIX DEMANDÉ : 75 000 \$ - MLS 10498372**

Terrain en pente et boisé de 213 862 pieds carrés. À ± 12 minutes de la 15 et route 117. Location court terme non permise.

### SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES

**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 : 39 900 \$ - MLS 22225126**

Terrain boisé de 43 118 pieds carrés. Secteur paisible. À environ 12 minutes du village de Val-David, de son parc régional et de ses services. Conditions d'aménagement et des restrictions d'utilisation de l'immeuble du domaine. Rue privée.

### SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES

**PRIX DEMANDÉ : 39 900 \$ - MLS 18998215**

Terrain boisé de 43 206 pieds carrés. Secteur paisible. À environ 12 minutes du village de Val-David, de son parc régional et services. Conditions d'aménagement et des restrictions d'utilisation de l'immeuble du domaine. Rue privée.

### VAL-MORIN

**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 montagnes environnantes, forêt majoritairement de feuillus. Voir addenda pour détails. Possibilité de bâtir une seule 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. À proximité des pistes de ski de fond du réseau de plein air et du parc régional, du village et ses activités.

### 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.