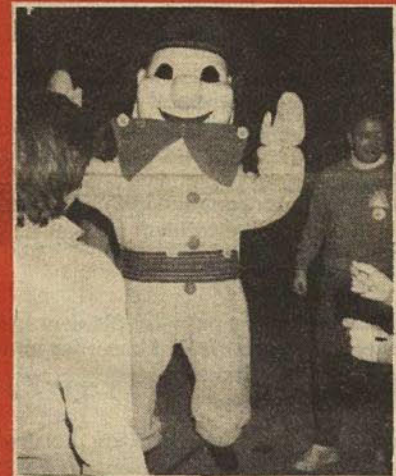
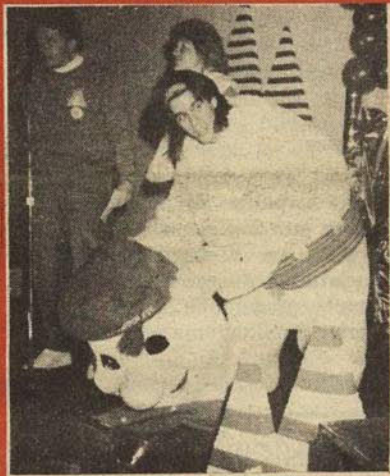




Quelques instants avant le couronnement Sandra Dagenais, reine 1986 se dirige vers le trône accompagnée des duchesses; Anne Loïselle, Johanne Daigneault, Nadine St-Louis. Le bonhomme heureux suit le cortège.



Sacré Bonhomme, il danse encore.



Assez dansé Bonhomme, tu peux te dévoiler enfin. Ce sont Jean-Marc Brunet (sur la photo) et Germain Nantel qui tout au long du festival ont fait vivre ce mémorable personnage.

Un heureux Festival des Neiges 1987

Nous, les membres du Comité Organisateur du Festival des Neiges sommes très satisfaits de la façon dont se sont déroulées les activités. Nous tenons à remercier la population pour sa participation active qui nous récompense pour toute l'énergie que nous avons investie dans l'organisation de ce Festival.

Lors de la soirée d'ouverture, malgré un froid intense, les gens se sont rendus en grand nombre et ont réussi à se réchauffer auprès du feu, les plus braves ont apprécié la promenade en sleigh-ride au clair de lune. Le déjeuner et le rallye en ski de fond du Crétable ont attiré beaucoup de participants qui ne l'ont sûrement pas regretté, c'était amusant et assez original de faire du ski avec des oeufs attachés à nos bâtons. La soirée de la St-Valentin qui était organisée par le Cercle des Fermières a été très réussie et les gens présents ont pu ad-

mirer nos duchesses vêtues de magnifiques robes d'époque. Le Bingo du Club Optimiste qui se tenait comme à tous les dimanches a permis à plusieurs de se mériter des prix intéressants. Ceux qui ont accepté l'invitation de la Pizzeria Chez Jean, lundi et celle du Restaurant Domaine l'Achigan, mardi, se sont régalés, tout était délicieux et l'accueil était très chaleureux.

Lors de la soirée d'hypnose nous pouvons dire que les sceptiques ont été confondus par l'excellent spectacle offert par le Club des Centurions.



C'est vers minuit que la nouvelle reine du festival 87, HELENE CHOLETTE accéda au trône. Soulignons qu'elle représente l'association du hockey mineur de Saint-Hippolyte.

Noces de bois

Quel titre approprié pour le 5e anniversaire de votre journal communautaire! Sentier boisé, Sentier inusité, Sentier déluré, Sentier innovateur... que de kilométrage parcouru par les bénévoles depuis la première parution, tous ayant à coeur la réussite et la continuité de votre mensuel.

Le Sentier

Faisant fil de toute intempérie et tel le bois en vieillissant, l'Equipe ne ménage pas ses efforts pour en obtenir un fini de plus en plus patiné.

Merci à nos fidèles lecteurs et à nos annonceurs, sans lesquels nous n'aurions pu atteindre ce chiffre magique de CINQ.

Lise B. Gendron

Sommaire

Une minute pour les minutes.....	page 2
Agenda.....	page 3
Entreprises de chez nous.....	page 3
Les sports.....	page 4
Côté culture.....	page 5
D'un oeuf à l'autre.....	page 6
Par delà la flanelle.....	page 7 et le vinaigre
Pot-pourri fleuri.....	page 7



Avez-vous remarqué par Galarneau, l'équipe du Sentier était prête pour la photo. Dans l'ordre habituel: Marielle Lefebvre, Thérèse Labrosse, Lise B. Gendron, Clémentine Lemay, Nicole Chauvin et Hélène Dorion.

L'abominable Chat de neiges

(suite et fin)

On se rappellera de l'assassin toujours en liberté! Récidivant de plus belle, semant la pagaille chez mes petits visiteurs, renversant les mangeoires et me causant des palpitations, je décidai d'une dernière offensive et achetai une cage.

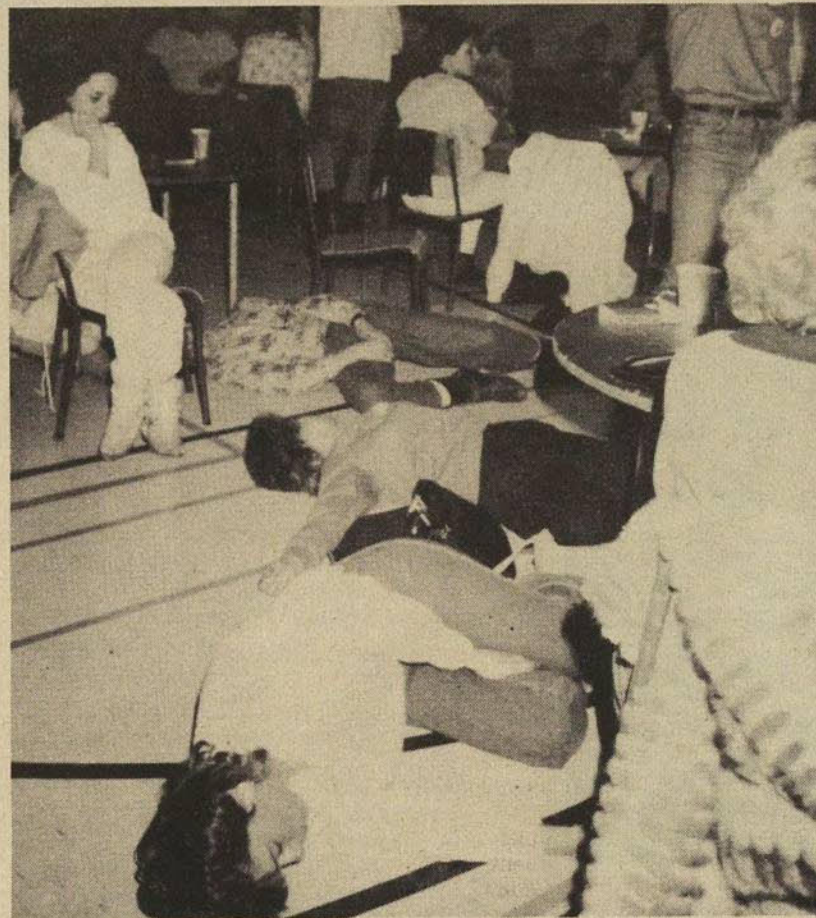
L'attirant une première fois avec des crevettes, il repartit avec elles. Une deuxième tentative lui permettait de se pousser avec une boîte de sardines... Conclusion la cage était trop petite pour ce félin.

Recherches faites, je dénichai une cage assez spacieuse pour le prendre à son propre piège et effectivement monsieur le Chat ne put résister de nouveau à son plat de sardines sauf que cette fois-là, il ne put ressortir de reculons étant coincé de l'intérieur. Inutile de vous dire que cette prise de taille me fit jubiler et causa une joie immense chez mes petits visiteurs. Morale: cette enquête est réglée.

Lise B. Gendron

Soirée d'hypnose

Ces photos saisissantes ont été prises lors de la soirée d'hypnose, l'ambiance était euphorique et nombreux les spectateurs retournant chez eux avec plein d'anecdotes...



N'est-ce pas qu'ils ont l'air bien détendus ces gens par terre? Ils sont simplement sous l'effet de l'hypnose...



Vous ne vous croyez pas capable de marcher sur des clous? Illusion car Richard Sigouin a traversé l'obstacle pieds nus sans crier de plus!

Une minute pour LES MINUTES

Quelques 7 à 8 personnes se prévalaient de l'opportunité d'acheter des terrains par vente de soumission suite à des taxes non payées.

Suite à la loi sur la protection des non-fumeurs dans certains lieux publics mise de l'avant par le gouvernement, nos élus municipaux passaient un règlement interdisant l'usage du tabac lors des réunions du conseil municipal. Aussi bien vouloir jeter vos mégots avant d'entrer et de camoufler votre pipe dans le fond de votre poche...

Les usagers actuels du système d'aqueduc connaîtront prochainement le coût de leur participation au service d'entretien dudit service. Ce coût devrait en principe être dévoilé lors de la prochaine assemblée du conseil.

Les travaux de réfection au 2253 Boul. les Hauteurs débutaient le 16 février dernier. La firme Deshaies - Vaudry participe à cette rénovation. A noter que la famille Vaudry est Hippolytoise et qu'elle demeure au Lac Bleu. Cette réfection, vous l'aurez deviné, est pour la vieille école, laquelle abritera entre autre l'hôtel de ville, la bibliothèque et un tas d'associations.

La firme Fondatec analysera l'eau de nos lacs de façon bi-annuelle. Quelques 58 prélèvements seront faits à même 23 lacs de la municipalité.

Vous avez une belle maison et entretenez votre environnement de façon soignée et avez un voisin n'ayant pas terminé l'extérieur de sa demeure qui est toujours parée de papier noir? Qu'à cela ne tienne, savez-vous que la municipalité met en application le règlement l'autorisant à forcer un propriétaire à terminer celle-ci?

Comme par les années passées, plusieurs associations hippolytoise se verront accorder un soutien financier par la municipalité.

Une demande de subvention de l'ordre de 40,000.00\$ était adressée récemment au Ministère concerné pour la relocalisation de la bibliothèque municipale. Nous espérons pour le mieux-être des lecteurs hippolytois qu'elle nous soit accordée.

A souligner la participation de David Fournel âgé de 14 ans aux Jeux du Québec. David est le seul membre de notre municipalité sur ces jeux et nous lui souhaitons d'exceller dans sa discipline, soit le tir à l'arc. Il était honoré par les membres du conseil récemment.

Lise B. Gendron

Caisse populaire les Hauteurs

L'assemblée générale annuelle de votre Caisse se tiendra le 31 mars prochain. Cette réunion aura un cachet particulier par ses innovations aux participants.

Une invitation est faite à tous les membres et non-membres d'assister à cette réunion, en particulier aux jeunes Hippolytois(es) qui se doivent de s'impliquer dans les rouages et mécanismes de fonctionnement d'une assemblée générale.

L'endroit et l'heure de ladite assemblée seront affichés à la Caisse en temps opportun.

Gaston C. Poirier



ESTIMATION GRATUITE
PUITS ARTÉSIENS
JEAN-PAUL
SIGOUIN INC.

TÉL.: 563-2813

PUITS ARTÉSIENS
RÉSIDENTIEL, INDUSTRIEL ET COMMERCIAL
6 POUCES - 8 POUCES - 10 POUCES

LE SENTIER

Ce journal communautaire se veut le reflet de notre communauté, un moyen de communication et un ajout à la vie culturelle de notre région. Les textes de ce journal ont été écrits par des citoyens de St-Hippolyte et des environs.

Conception et rédaction:

Nicole Chauvin, *maquettiste*
Marielle Lefebvre, *recherchiste*
Lise B. Gendron, *secrétaire*
Hélène Dorion, *affaires culturelles*
Thérèse Labrosse, *recherchiste*
André Bourdeau, *distribution*
Claudette Lemay, *trésorière*

Vous pouvez envoyer vos articles, communiqués et photos au journal Le Sentier, C.P. 135, St-Hippolyte JOR 1P0. Les textes dactylographiés et signés, non dactylographiés devront arriver avant le 15 de chaque mois. Afin que nous puissions vous retourner vos photos, inscrivez-y à l'endos vos nom, adresse et numéro de téléphone. Pour renseignements, composer 563-1975.

To all our english citizens, you are welcome to send us your comments and your texts.

Dépôt légal Bibliothèque Nationale du Québec, 2e trimestre 1983.



LA CORPORATION MUNICIPALE
DE ST-HIPPOLYTE

APPEL D'OFFRES AVIS DE VENTE

La Municipalité de Saint-Hippolyte désire vendre sa propriété située au 2274 chemin des Hauteurs.

Des offres d'achat cachetées accompagnées d'un dépôt par chèque visé d'un montant de deux mille dollars (2 000.\$) seront reçues au bureau du Directeur général, secrétaire-trésorier, au 2274 chemin des Hauteurs jusqu'à 19:00 heures le vendredi 13 mars 1987 pour la vente de l'édifice en question. Elles seront ouvertes publiquement lors de l'assemblée du Conseil qui suivra au Centre éducatif et communautaire situé au 30, rue Bourget.

Toute personne intéressée pourra visiter l'immeuble en question entre 9h00 et 16h00 du lundi au vendredi inclusivement.

Ne seront considérées que les offres d'achat préparées sur les formules fournies à cet effet par la Municipalité de Saint-Hippolyte. Les documents nécessaires pour soumissionner sont disponibles au bureau du Directeur général au 2274 chemin des Hauteurs. La soumission porte le numéro 309-87.

Les offres seront acceptées en prenant pour acquit que les acquéreurs auront examiné ledit immeuble et s'en seront déclarés satisfaits et la vente sera faite sans aucune garantie légale ou autre. La condition de la vente est: Chèque visé à la signature du contrat. Tous frais de contrat découlant de l'acte notarié seront à la charge de l'acquéreur, en plus du prix de la vente.

Le dépôt sera remis au soumissionnaire si son offre est rejetée. Dans le cas où la vente devant notaire ne serait pas faite dans les trente (30) jours de l'adjudication, pour une cause relevant de l'acheteur, la Municipalité de Saint-Hippolyte ne sera plus liée par l'acceptation de l'offre et pourra procéder à la vente de l'édifice en question à toute autre personne. Le dépôt sera saisi comme dommages.

La Municipalité de Saint-Hippolyte ne s'engage à accepter ni la plus haute, ni aucune des soumissions reçues.

Rosaire Sénécal, Directeur général
(Secrétaire-trésorier) /lr



caisse populaire
les hauteurs

Gaston Poirier
directeur

siège social:
1408, boul. les hauteurs
st-hippolyte, qué.
JOR 1P0
tél.: (514) 224-2988

563-2168

FOSSES SEPTIQUES
PELLE HYDRAULIQUE

MARTIN

St-Louis

EXCAVATION

PÉPINE D'EXCAVATION - BULL
TRANSPORT PIERRE ET SALBE - SABLIERE

56, 382e Avenue, Lac Achigan, St-Hippolyte JOR 1P0

Agenda

LE SENTIER offre ce service à tous ceux et celles qui veulent communiquer l'horaire et le contenu des activités de leur groupe, association ou club, etc. Sous la rubrique AGENDA, vous serez bien informés sur tous ces événements prochains. Communiquez donc, sans tarder avec Marielle Lefebvre à 563-2401 ou Thérèse Labrosse à 563-2038.

Dîner communautaire au Club des Joyeux Bénévoles

Le prochain dîner du Club des Joyeux Bénévoles se tiendra le JEUDI 26 MARS 87 à la salle Bivouac de la municipalité. L'arrivée des participants est prévue pour 11h00 et le départ vers 15h00. Un léger goûter à partager est requis.

Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Mireille Ménard au 563-5248, Gertrude Thibeault au 563-2843 ou Hélène Godin au 563-1897.

AMICO: La municipalité de St-Hippolyte nous offrait un local début octobre. Toutes nos activités ont lieu au Bivouac.

Pour informations: J. Racicot: 224-2188.

OPTIMISTES: A tous les dimanches soirs, 7:30 hrs. se tient au Centre Communautaire les Hauteurs, un bingo comportant 1000.00\$ de prix.

Fonds d'aide aux victimes du Salvador

En novembre dernier, Mgr Charles Valois lançait un appel dans la population pour venir en aide aux victimes du tremblement de terre au El Salvador.

Au 22 janvier 1987, un montant de 10,812\$ a été recueilli dans près de la moitié des paroisses du diocèse et auprès d'une trentaine d'individus. D'autres montants devraient donc bientôt s'ajouter à cette somme initiale.

Tél: 224-4818

COIFFURE NORDIC enr.

Normand Gohier

1412 boul. Les Hauteurs St-Hippolyte

As photographe

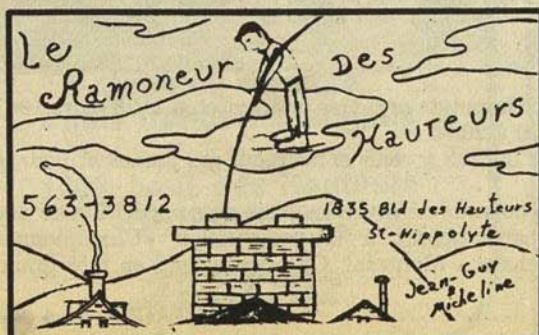
à la recherche d'inédit...

Bonne nouvelle pour les lecteurs et lectrices du Sentier! Soucieux de l'amélioration du journal, le Conseil Municipal gâtait l'équipe par l'achat d'une caméra, ce dont nous sommes ravies.

Aussi, sans vouloir compétitionner Anber, votre journal sera représentatif de la vie hippolytoise!

Vous voyez quelque chose d'inusité, vous envisagez une fête d'envergure, bref tout événement d'intérêt local, communiquez avec nous et nos photographes se feront un plaisir de saisir le cliché!

Lise B. Gendron



Association du Lac en Coeur

Bonjour chers concitoyens!

Permettez qu'on se présente. On se nomme L.A.D.L.E.C. l'association du Lac en Coeur. Nous habitons le secteur NORD de notre grande municipalité autour d'un lac aussi beau que son nom. A partir du village, le Chemin des Hauteurs mène jusqu'à notre lac dont le nom original anglais était «ANCHOR» dur à sa forme d'un ancre de bateau. Au cours des années, les habitants de langue française ont déformé le nom au point de lui suppléer le nom actuel.

Notre lac comprend sept petites îles et sa superficie est de 39.6 hectares (5 km de tour). Environ 100 résidences principales ou secondaires occupent notre territoire, dont 52 sont membres de notre association.

Fondé au début des années 60, notre association fut incorporée en 1980 et s'est donné comme mandat la protection de notre environnement. Membre de la FAPEL, les dossiers sur lesquels nous concentrons nos énergies sont: le contrôle de la qualité de l'eau du lac, la normalisation des installations septiques, réglementation concernant les embarcations à moteur, participation active dans la régénération des rives de notre lac et l'entretien des routes et chemins. Nous organisons également quelques réunions sociales et des activités sportives tel que: initiation à la planche à voile, excursions, journée champêtre, ballon volant, my-

nologie, etc. Dernièrement nous avons développés deux pistes de ski de randonnée qui font partie intégrante du réseau de la municipalité.

Nous communiquons avec nos membres par l'entremise de notre journal appelé «Le Bavard». C'est en été que nous tenons notre assemblée générale annuelle et pour agréer cette grande réunion familiale nous avons toujours un diaporama ou un conférencier invité pour nous entretenir sur les sujets d'intérêt général. Sommes toutes, nous tentons d'améliorer la qualité de vie de nos membres et la qualité de l'environnement de notre lac avec les énergies et les ressources que tous deux nous apportent.

A titre de «Petit voisin du nord» c'est de tout coeur que nous vous invitons à découvrir notre merveilleux Lac et nous rendre une visite d'amitié.

L.A.D.L.E.C.



«La guerre des tuques à St-Hippolyte»



Les enfants de la garderie privée «La Maisonnée» ont vécu une journée inoubliable lorsqu'eut lieu la simulation exacte de «La Guerre des Tuques». En effet, après une semaine de préparatifs intenses, où nous avons visionné le film 2 fois pour ne rien oublier, les enfants accompagnés des éducatrices Odette et Micheline ont mis en branle toute une stratégie pour faire un succès de cette journée. Nous avons même réquisitionné un vrai chien pour le rôle de «cléo».

Pour la circonstance, une pancarte avait été affichée dans la fenêtre annonçant que «La Guerre des Tuques» aurait lieu le jeudi 5 février à 10h00 a.m. Après avoir préparés eux-même leur lunch à la garderie, les enfants ont dîné dans les 2 forts érigés et décorés pour l'événement. Puis

après la distribution des rôles: Ti-guy la Lune, les lunettes, les jumeaux etc... nous nous sommes déguisés avec sacs de vidanges, casques de hockey, branches de sapin. Vint ensuite la division des équipes et l'excursion dans les sentiers environnants où Ti-guy la Lune s'est pris dans le piège. Il y eut alors l'appel au secours avec un vrai «porte-voix».

De retour à nos forts, les enfants s'en sont donnés à coeur joie en essayant de prendre d'assaut le fort de

l'équipe adverse. Toutes les mesures de sécurité avaient été prises pour ne pas que les enfants se blessent en jouant. Pour la scène finale, comme nous ne pouvions faire mourir cléo pour vrai, nous avions enterré une vieille peau d'animal.

Les enfants en parlent encore et ne sont pas près d'oublier cette journée riche en souvenirs. Nous profitons de l'occasion pour remercier les parents et nos aides-moniteurs pour leur précieuse collaboration. Votre enfant s'ennuie et vous aimeriez qu'il participe à des activités d'âge préscolaire, alors n'hésitez pas à nous contacter à: La GARDERIE ÉDUCATIVE PRIVÉE «LA MAISONNÉE» 6 rue Sigouin, St-Hippolyte, tél.: 563-2210

ENTREPRISES de chez nous

par Lise B. Gendron

Domaine L'Achigan

Nombreux seront les Hippolytois(es) en lisant cet article qui se souviendront du «millionnaire Guy» qui construisait la bâtisse il y a plus de soixante quinze ans. Au décès du notaire Guy, sa fille Alice agrandissait par l'ajout de la tour connue aujourd'hui.

Le propriétaire de «d'Hirondelle» devint le second occupant. Ernest Cadieux opérait également un commerce à Montréal connu sous le nom «d'Hélène Messier» et vendait des «Mini-Austin», voitures vantées par Roger Baulu sur les ondes! Se succédèrent un nommé Fitzgerald, le député Frank Hanley et une famille hongroise occupa l'endroit une vingtaine d'années sous la raison sociale «l'Achigan Lodge».

Le Domaine l'Achigan que nous connaissons aujourd'hui doit son appellation à Julien Fortin qui ne calcula ni temps ni argent pour refaire une toilette aux bâtisses. Claudette Giroux et Jean-Pierre Laurin en sont aujourd'hui les propriétaires et leur accueil chaleureux vaut bien le déplacement pour la qualité et le prix de leurs repas. En saison hivernale, un déjeuner complet pour la modique somme de \$2.00 vaut bien l'aller et retour à cette extrémité du lac l'Achigan. Leur spécial «rosbeef» à \$10.95 est tout indiqué pour recevoir un petit groupe de 10 personnes ou plus. L'hiver se voulant une saison tranquille pour le Domaine, il n'est ouvert que les fins de semaine ou sur réservation, l'été amène chez nos hôtes une population avide de soleil et de planche à voile. A moins d'arriver tôt le matin, ne cherchez pas un endroit pour vous étendre, chaque pouce carré de plage est envahi. En conclusion, un été ensoleillé...

Comité des Citoyens du lac Maillé Inc.

Nous demandons à nos membres de ne pas confondre le Comité des Citoyens du Lac Maillé Inc. avec le Comité des Citoyens de St-Hippolyte. Ce sont deux comités distincts.

Nous croyons nécessaire de faire cette distinction.

La Direction

L. LAQUERRE
Tireuse de joints
Estimation gratuite
563-3503



Echos du Crélable

Le ski de fond bat son plein, la neige est belle, les pistes bien entretenues. Au lac Bleu, départ du Pavillon, qui offre les fins de semaines un relai bien chauffé, très agréable et sympathique où l'on sert des repas légers ou collations. Bon ski à tous!

Une grosse réussite pour le rallye en ski de fond dans le cadre du Festival des Neiges. Je voudrais remercier tout spécialement Jean-Louis Lauzon et Réal Bonin qui se sont dispensés sans compter pour la préparation de ce rallye.

Pour leur précieuse collaboration lors du déjeuner Christiane Doré, Nicole Goyer, Lise Paré, Guy Lafond, Lise de Maisonneuve, Germain Hamel.

Egalement Diane Labrosse, Micheline Bonin et Yvon Lacombe, Francine Bires, Jojo Giroux, Christian Bolduc Lauzon. L'apport de tous ces gens fut précieux pour la réussite de cette journée.

Thérèse Labrosse

Pour une bonne descente en ski alpin



LE VIRAGE CHASSE-NEIGE

Dans le dernier numéro du sentier, nous avons vu les premiers pas à faire dans l'apprentissage du ski alpin. Pour faire suite à ces conseils techniques, voyons maintenant le virage chasse-neige:

En position initiale de chasse-neige, on prendra tout d'abord l'habitude d'orienter ses mains (position de base) et ses épaules vers le bas de la pente, ceci afin de provoquer le mouvement du virage lui-même. Le déclenchement du virage s'effectue par un redressement des genoux (se mettre debout) qui en-

lève la pression sur les skis (poids corporel), suivi d'un transfert de poids sur le ski extérieur du virage. La pression exercée sur ce dernier sera dirigeante dans la trajectoire du virage. Tout en gardant soigneusement l'ouverture des skis en chasse-neige on maintient cette pression di-

rigeante aussi longtemps que le virage n'est pas complété, c.-à-d. jusqu'en travers de la pente. On se retrouve donc avec tout le poids corporel sur le ski en aval (vers le bas). Pour entamer le prochain virage, on répète l'opération à l'opposé. On se concentre également sur l'ouverture en chasse-neige du ski en amont (vers le haut) qui permet de rester bien centré durant tout le pro-

Tournoi de pêche sur glace

Samedi, le 21 mars 1987, de 07h00 à 16h00 aura lieu, au Lac Connelly, à St-Hippolyte, le tournoi de pêche sur glace organisé par l'Association Chasse et Pêche de St-Hippolyte.

Les inscriptions au tournoi et les enregistrements de poissons se feront au bar le P'tit Miami, 117e Avenue, Lac Connelly. De nombreux prix et trophées seront distribués aux gagnants et participants.

L'an dernier, nos membres et amis ont bien apprécié cette activité. Nous avons eu beaucoup de participants et plusieurs poissons s'y sont laissé prendre.

C'est une occasion spéciale de se rencontrer entre amis pêcheurs tout en profitant de cette journée pour se remettre dans l'ambiance de la pêche après quelques longs mois d'hiver.

Des personnes seront disponibles pour percer des trous dans la glace pour ceux qui n'ont pas l'équipement nécessaire.

La carte de membres est obligatoire et sera en vente sur place.

Il y aura aussi une cantine mobile.

Nous vous espérons en grand nombre et vous souhaitons Bonne Chance.

Jean Daigneault

SAINT-JÉRÔME

HIVER '87



Sajou
du 6 au 15 mars '87

Cours de judo au pavillon du lac Bleu

Sous la responsabilité du Sensei Guy Naulleau déjà très connu dans la région, les cours de judo ont lieu le jeudi soir de 18:30 à 20:00 h, et le samedi matin de 9:00 à 11:00 h les adeptes de ce sport sont invités à s'inscrire en téléphonant au 436-9448 ou au 563-2380.

L'annuaire des camps maintenant disponible

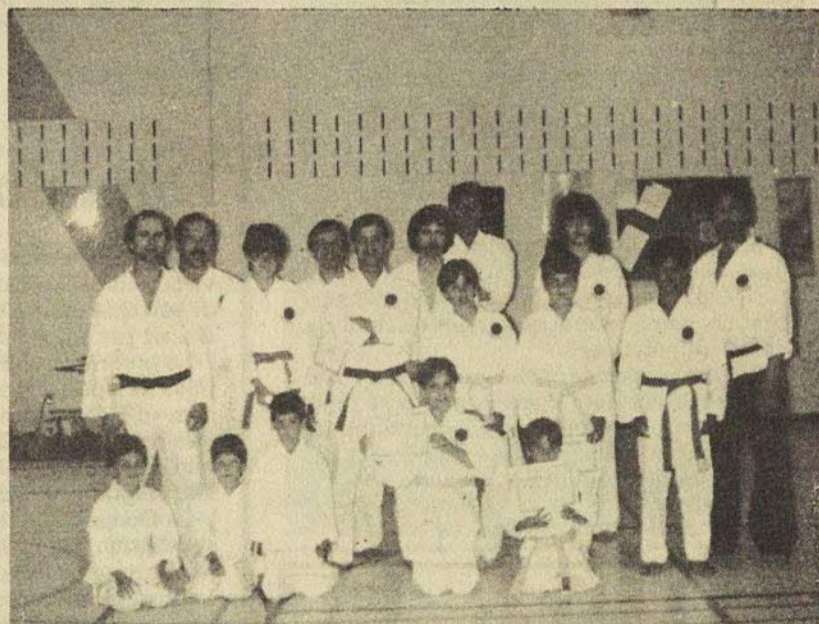
(Montréal, le 9 février 1987) — L'édition 1987 de l'Annuaire des camps du Québec est maintenant disponible gratuitement dans plus de deux cent (200) points de distribution au Québec.

L'Annuaire 1987 comprend la liste complète des cent huit (108) camps accrédités par l'Association des camps du Québec (A.C.Q.) Plusieurs renseignements utiles aux parents dans le choix d'un camp de vacances y sont inclus: prix, dates des séjours offerts, principales activités, adresse et numéro de téléphone du camp, etc...

La population peut se procurer l'Annuaire 1987 dans tous les Centres locaux des services communautaires (C.L.S.C.), les Centres communautaires de loisir, les bureaux Communication-Québec et les bureaux régionaux du ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche.

L'Annuaire des camps est publié par l'Association des camps du Québec (A.C.Q.) en collaboration avec le ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche (M.L.C.P.).

Club de karaté de St-Hippolyte

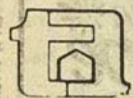


Le club de karaté de St-Hippolyte organise un karateton le 28 mars 1987 au centre culturel de 10:00 à 20:00 h.

Vous êtes cordialement invités à venir encourager ces jeunes et pour le prix de \$1.00 l'entrée.

Avec cet argent nous pourrions défrayer les frais de compétition de nos jeunes karatekas qui participeront à la compétition «Championnat shotokan» le 4 avril prochain à Montréal. On vous attend en très grand nombre.

SPECTACLE: 18 à 20h
Sensei Lorenzo



LES IMMEUBLES
ARPENSOI inc.

Ouvert de 9h à 18h tous les jours et samedi et dimanche

563-5559

2282, ch. des Hauteurs



TÉL.: 563-3225

**EXCAVATIONS
SERGE GINGRAS INC.**

FOSSES SEPTIQUES
SABLE - GRAVIER



6, rue Marcel, Lac Achigan, St-Hippolyte, Qué.

par Hélène Dorion

Lecture vs engelures

Pour meubler les dernières soirées de l'hiver, et parfois même ces après-midi trop froids pour «aller-jouer-dehors», pourquoi ne pas remplacer les images «toutes faites» de la télévision, du vidéo ou du cinéma par celles qui feront surgir des mots?

Je vous propose ici un livre qui, depuis quelques semaines, attire l'attention tant des librairies que du public lecteur. Il s'agit d'une anthologie de poésie qui présente l'ensemble de la production poétique québécoise depuis ses origines (17^{ième} siècle) jusqu'aux années '80. Ce livre, *La poésie québécoise des origines à nos jours* de Laurent Mailhot et Pierre Nepveu, n'est cependant pas vraiment nouveau sur le marché. En effet, il a déjà paru en 1981 en édition régulière, et se vendait alors près de trente dollars. Récemment réédité en format de poche aux Editions de l'Hexagone, il ne coûte plus qu'une quinzaine de dollars.

Actuellement disponible dans presque toutes les librairies, cette anthologie de plus de six cent pages est précieuse à de nombreux égards. D'abord, elle offre une vue d'ensemble de la poésie québécoise et permet en ce sens une approche unique de cette importante partie de notre littérature. Avec les centaines de poèmes qu'on peut y lire, cette anthologie représente, pour qui n'est pas familier avec la poésie d'ici, un excellent premier contact. Si, après cette lec-

ture, pas un texte ne vous a touché, eh bien, la poésie ne vous atteindra sans doute jamais!

Des premiers poètes venus de France au dix-septième siècle jusqu'à ceux et celles qui, actuellement, font la poésie québécoise, aucun-e poète ou mouvement important n'a été oublié. Ainsi trouve-t-on notamment des textes de François-Xavier Garneau, Octave Crémazie, Louis Fréchette, Emile Nelligan, mais aussi ceux de poètes qui, plus récemment, ont marqué l'histoire de la poésie au Québec: Gaston Miron, Michel Beau- lieu, Nicole Brossard. En outre, ce livre permet de mieux comprendre certains mouvements majeurs (nationalisme, contre-culture, poésie «urbaine») qui ont été intimement liés à des changements qui se sont produits dans la société québécoise.

Peut-être n'avez-vous pas lu de poésie depuis vos années de collège. Cette anthologie vous permettra de renouer avec elle, tout en vous faisant découvrir que la poésie québécoise est bien vivante et qu'elle est peut-être aujourd'hui plus «disible» et accessible que jamais.

Un livre de poésie, ne serait-ce pas une belle façon d'attendre le printemps...?

référence: *La poésie québécoise des origines à nos jours*, Laurent Mailhot et Pierre Nepveu, Editions de l'Hexagone.



Centre Culturel &
Communautaire
de Prévost

Pour ce printemps fleuri, le Centre Culturel et Communautaire de Prévost Inc. invite tous les artistes et artisans(es) à venir exposer leurs oeuvres à notre exposition «Multi-Art», les 1, 2 et 3 mai 1987.

Pour nous permettre de sélectionner le plus rapidement possible vos oeuvres, nous vous prions de nous retourner la formule «Demande d'inscription» d'ici le 9 mars prochain, avec photos représentatives de votre production.

Le Centre en est à sa 5^{ième} exposition et a connu des succès éclatants. Les locaux et l'aménagement en vue de l'exposition permettront également une bonne communication entre exposant(e)s et le

public, le tout afin de passer une excellente fin de semaine de rencontres et de promotion mutuelles. L'approche de la fête des mères vient aussi renforcer les chances de succès de cet événement.

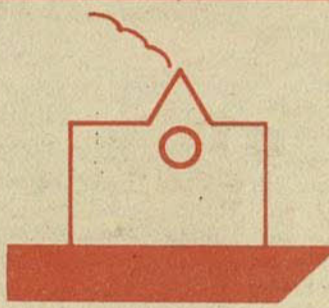
Nous sollicitons votre concours et celui de vos ami(e)s. Nous accordons une attention toute particulière aux nouveaux exposants afin de susciter un intérêt toujours soutenu du public. Le Centre se réserve cependant le

droit de limiter les exposants d'une même discipline afin d'offrir une variété d'oeuvres et de produits. L'originalité et la nouveauté seront aussi à l'honneur.

En espérant grandement que vous serez des nôtres et au plaisir d'admirer vos réalisations, et dans l'attente de votre réponse dans les plus brefs délais, nous demeurons disponibles pour tous renseignements supplémentaires.

Veuillez communiquer avec la responsable, Lise Sévigny directrice artistique, au numéro de téléphone: 224-4484.

Garderie communautaire
de St-Hippolyte



L'Arche
de Pierrot

Maman entre en garderie

C'est joli cette maison bleue avec la fenêtre ronde au milieu! C'est une garderie. Quoi, communautaire! Tes deux filles la fréquentent. Elles veulent même y aller la fin de semaine. Penses-tu que Christian s'adapterait bien? D'accord, je t'accompagne en voiture, j'en profite-rai pour jeter un coup d'oeil.

J'entre timidement (c'est la première fois que je mets les pieds dans une garderie). Les éducatrices ont tôt fait de me mettre à mon aise et je sens que l'atmosphère est agréable. Le personnel à l'air de bien aimer son travail.

Je rencontre ensuite la coordonnatrice. C'est elle qui me renseigne sur tous les détails de fonctionnement, règlements, sur l'aide financière aux parents (selon le salaire). Elle aussi est sympathique et conciliante.

Je visite les lieux. Tout est fait en fonction des enfants. Il y a de la couleur, l'ambiance est amicale, même familiale. Mon enfant pourra participer à des jeux de groupe, jouer librement. Il sortira à l'extérieur (la cour est clôturée) et jouera dans la maisonnette.

Tout y est! Des repas équilibrés, des éducatrices expérimentées, des activités, de l'ordre et un prix qui convient à mon budget. La décision est facile. Christian a besoin de compagnons de jeux et moi de temps libre.

Ça fait maintenant un mois qu'il fréquente la garderie. Il a pleuré au début et encore parfois. Mais quand vient le temps de revenir à la maison, il voudrait y rester, et moi aussi!

LA GARDERIE L'ARCHE DE PIERROT EST SITUÉE AU 800 CH. DES HAUTEURS, ST-HIPPOLYTE. TÉL.: 224-7642.

PAPA ET MAMAN À LA GARDERIE

La garderie L'Arche de Pierrot vous propose une expérience inouïable. Mardi, le 17 mars '87 à compter de 19h30, venez vivre une journée de garderie en abrégé.

Cette soirée s'adresse aux parents d'enfants de 0 à 5 ans qui s'interrogent sur le vécu des tout-petits dans les garderies. En jouant le rôle de l'enfant, le parent pourra mieux comprendre le déroulement de la journée et le type d'activité proposé. Cette aventure sera suivie d'une période d'échange avec les éducatrices de chacun des groupes d'âge.

Si cette rencontre vous intéresse, vous devez contacter Johanne Voghel (224-7642) au plus tard le 10 mars afin de réserver.

Qui a inventé...

1. Le thermomètre:
a) Galilée;
b) Celsius;
c) Jocelyne Blouin

4. Le baromètre:
a) Torricelli;
b) Galilée;
c) Le baron Étire

7. Le magnétoscope:
a) Sony;
b) Poulsen;
c) Richer

2. La photographie:
a) Nicéphore Niepce;
b) Les frères Lumière;
c) Kodak

5. L'ampoule électrique:
a) Edison;
b) Le général Electric;
c) Watt

Réponse:
1. L'Italien Galilée, en 1593; 2. Valdemar Poulsen, en 1898; 3. Le médecin Laënnec, en 1827; 4. L'Allemand Torricelli, en 1643; 5. L'Américain Thomas Edison, en 1879; 6. Les Français Perrelet, en 1775; 7. Le Danois Richer, en 1827.

3. Le stéthoscope:
a) Le Dr Welby;
b) Laënnec;
c) Pasteur

6. La montre automatique:
a) lépressé;
b) Piaget;
c) Perrelet

Enfants sous le coup
de la magie...

Festival des Neiges

Les enfants de l'école Les Hauteurs ont beaucoup apprécié le spectacle de magie qui leur était présenté vendredi par l'Association de Hockey Mineur et les Olympiades qui étaient organisées par le Comité d'École. Samedi après-midi le beau temps était de la partie et les enfants se sont bien amusés grâce au Club Optimiste qui leur avait réservé de nombreuses surprises.

Jacques Constant Enr.

VENTE et RÉPARATION
de TV et STÉRÉO
INSTALLATION D'ANTENNE

35-216e AVE
LAC DES 14 ÎLES, ST-HIPPOLYTE 224-2866

**Marché
du Lac
L'Achigan**

C'EST UN PLAISIR
DE VOUS SERVIR

835, boul. l'Achigan
St-Hippolyte
563-2558

*La pâtisserie
Jeromienne
inc.*

Ghislain Clément 299, de Villemure
St-Jérôme, Qué. 438-5349
J72 5J5

**CLUB VIDÉO
7 PLUS ENR.**

Location de films et
magnétoscopes VHS, BETA
OUVERT 7 JOURS

Carte de membre
Films français & anglais

1406, boul. des Hauteurs
ST-HIPPOLYTE

224-7702

Roll on spring...

Dorothy E. Blais



Weather has always affected people and now scientists have discovered S.A.D. This is Seasonal Affective Disorder and to cure it you need light. Too much darkness is a downer and the cure is a dose of bright light, so if you jog or walk do this in the morning if possible. Some of you went South instead to get your prescribed dose of sunshine to help you through the winter.

I felt sorry for the poor groundhogs who were literally dragged from their cosy, specially heated and lighted burrows on February 2nd to face the media and anxious crowds on Groundhog Day. There was a difference of opinion between Punxsutawney Phil of Pennsylvania and Warton Willie from Ontario as to when spring would arrive. The sunshine is getting brighter and this morning my cedars were "blooming" with chickadees, so I don't have to worry whether those woodchucks saw their shadows or not, we are definitely getting closer to spring in St. Hippolyte.

Carnivals and winter festivals were initiated to boost the citizen's morale and provide a winter brad. I hope you took advantage of the festivities offered during Le Festival des Neiges or the granddaddy of them all — Rendez-vous '87 in Québec City. There was an added bonus for those who had St. Valentine's Day incorporated into the festivals. Ah love...

W.S. Gilbert wrote that, "Love makes the world go round" but Franklin P. Jones argued, "Love doesn't make the world go round." "Love is what makes the trip worthwhile." Honoré de Balzac proclaimed that "Love is the poetry of the senses", but I prefer the oft quoted gem of Alfred Lord Tennyson, "Tis better have loved and lost than never to have loved at all."

The innumerable anecdotes surrounding Casanova enhanced his reputation as one of the world's greatest romantic lovers, but did you know that he lived a life of luxury as director of the state lottery and a friend to

Louis XV? He was reputed to have eaten fifty raw oysters for breakfast each day. The French claim that drinking the yolk of an egg covered with cognac and eating a great number of truffles is an essential diet for great lovers. Havelock Ellis, a British psychologist, maintains that steak and lots of chocolate are just as stimulating!

Scientists, after studying the phenomenon of aphrodisiacs have discovered that phenylethylamine found in the brain during "those special moments" is also found in natural quantities in chocolate — especially the dark variety. Did you receive chocolates from your Valentine? — now you know why.

For those of you who have Welsh ancestors — happy St. David's Day on March 1st — the feast of this patron Saint-Dewi Sant to the Welsh. Dig up your pancake recipes ready for shrove Tuesday which will be on March 3rd this year. Whether one can really lay claim to Irish ancestry or not, it seems everyone is Irish on March 17th. Since it cannot be the feast of Ireland's patron saint on the day he died. The three-leaved shamrock, his own emblem, is worn throughout Erin and in other parts of the world on that day. In honour of that day here is an old recipe.

Dublin Coddle

Dean Swift ate this dish in the deanery of St. Patrick's Cathedral in the eighteenth century. Sean O'Casey ate it and Brendan Behan's mother still makes it. It's eaten by generations of families living in Dublin.

6 slices of bacon
1 pound of sausages
1 pound of onions
Salt and pepper
1 cup of water

Skin and slice the onions. Put them into a saucepan with the bacon and sausages. Season and add water. Lay wax paper on top. Cover with a tight lid and simmer gently for a half hour. Serves six.

This was always washed down with draughts of Irish stout. Erin go Bragh!

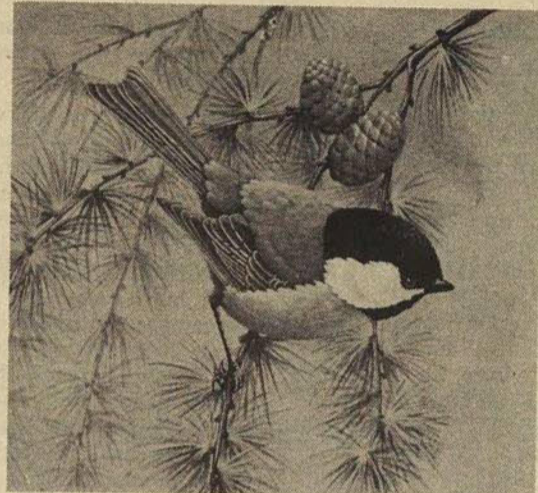
"I will arise and go now, for always night and day I hear lake water lapping with low sounds from the shore; While I stand on the roadway, or on the pavement gray. I hear it in the deep heart's core."

William Butler Yeats

D'un Oeuf à l'autre

par Nicole Chau

La mésange à tête noire



La mésange à tête noire est un de nos oiseaux les plus sympathiques qui reste avec nous l'hiver. C'est un oiseau un peu plus petit que nos «moineaux» au corps rond et au plumage bouffant.

Il est très facile de le reconnaître; sa tête et son cou sont noirs, ses joues sont blanches et le reste de son corps est gris. Durant l'hiver, son petit corps se gonfle d'un léger plumage duveteux en vue de réduire les pertes de chaleur.

Elles occupent un très grand territoire et le gardent tout au long de l'année. Vivant en forêt durant le printemps et l'été pour veiller à la couvée et à l'élevage de leurs portées et elles se rapprochent des lieux habités vers la fin de l'automne et durant l'hiver.

Les mésanges vivent en bande et à l'autom-

ne le groupe formé d'un chef de groupe se déplacent ensemble en quête de nourriture jusqu'au printemps. Elles ont du vocabulaire... leur cri habituel est «TCHICK-E-DI» qui lui a valu son nom en anglais «CHICKADEE»; son chant qu'on peut traduire par «qui es-tu» deux sifflements, le premier T.S.I. qui signale que l'ennemi approche et le second «FI-BI» qui veut dire voilà le printemps.

A l'été, elles se nourrissent d'insectes des bois de leurs larves et de leurs oeufs. Elles affectionnent particulièrement les araignées, elles mangent aussi plusieurs variétés de

petits fruits sauvages différentes graines; durant l'été elles emmagasinent de petits nutriments qu'elles cachent sous l'écorce d'un arbre en prévision de l'hiver.

Comme les sittelles elles se déplacent avec habileté sur les arbres la tête en haut en but de tous les sens. Son vol est court et rapide. Elles creusent le nid dans un arbre pourri ou encore se servent tout simplement d'un ancien nid de pic. Elles le garnissent de fibres végétales, d'herbes sèches de plumes, on peut parfois les voir s'installer dans une «cabane d'oiseaux».

La construction du nid est assurée par les deux parents qui travaillent en général que très tôt le matin. Le nid accueillera de 4 à 8 oeufs blancs tachés de brun rougeâtre vers le gros bout. L'incubation des oeufs dure 14 jours et est assurée par l'un ou l'autre des parents. C'est au bout de 6 semaines que les jeunes parviennent à leur indépendance.

Pour l'attirer à la mangeoire, du suif mélangé à du beurre d'arachide suspendu à un arbre ou encore on peut remplir les cavités de l'écorce d'un arbre avec différentes graisses animales, elles raffolent aussi de graines de tournesol.



Pour le fin gourmet à la recherche de fine cuisine gastronomique dans un décor enchanteur Rivierain du plus beau lac des Laurentides

305e Avenue, Lac L'Achigan, Saint-Hippolyte
Sortie 45 de l'Autoroute des Laurentides

Thérèse et Jean Duval

(514) 563-2083

L'ORDINATEUR SCULPTEUR

(SHS) Les conservateurs de musées qui craignent les voleurs pourraient dès maintenant confier à l'ordinateur la tâche de fabriquer des répliques exactes de leurs précieux objets et conserver les originaux en sécurité. Des chercheurs du Conseil national de recherches du Canada viennent en effet de mettre au point un système informatisé capable de produire un double d'à peu près n'importe quel objet, même d'un visage humain! Le système a prouvé sa précision en fabricant une réplique exacte d'un masque indien d'une valeur inestimable provenant du Musée national des civilisations. Comment fonctionne l'innovation? Une caméra laser à trois dimensions capte d'abord l'objet à reproduire sous plusieurs angles. Un logiciel fusionne ensuite ces différentes images puis commande une fraiseuse qui sculpte une copie de l'objet. Parmi les applications possibles: la reproduction de prothèses médicales ainsi que celle de moules pour l'industrie.

C'EST EN FRANÇAIS QUE ÇA TÊTE MIEUX (SHS) Il a beau n'être encore qu'une petite chose rose, humide et vulnérable, un nourrisson de 4 jours est pourtant capable de reconnaître les mots doux de sa maman parmi tous les bruits qui lui parviennent. Il peut même distinguer sa langue maternelle d'une langue étrangère! Telle est l'étonnante découverte faite par une équipe du Centre national de la recherche scientifique à Paris. Les chercheurs ont fait écouter à 2 groupes de nouveau-nés de parents francophones une histoire racontée par une voix inconnue. L'histoire était dite aux uns en français, et aux autres en russe. Les scientifiques ont observé que les bébés du premier groupe suçaient plus activement leur tétine que ceux du second groupe, signe que leur langue maternelle leur était plus agréable qu'un idiome inconnu. Les chercheurs n'en reviennent pas: comment diable ces petites puces apprennent-elles en si peu de temps les principales caractéristiques d'une langue, alors que certains individus adultes mettent parfois des années à le faire?

514-563-2575

St-Hippolyte
JOR 1P0

DR TIM WEISBORD

Médecine générale - General Practice

Heures de bureau - Office Hours
Du lundi au vendredi - Monday to Friday de 9h à 18h
Mardi - Tuesday de 19h à 22h
Sur rendez-vous - By appointment

À la carte

par Thérèse Duval

Les endives au gratin de l'auberge

Blanchir à l'eau bouillante salée 1 1/2 endive par personne, 1/4 d'heure. (15m.)

Ensuite bien les égoutter et les faire sauter au beurre, lorsqu'elles sont dorées, les couvrir de crème à 35%.

Réduire rapidement jusqu'au moment où la sauce est devenue onctueuse (environ 8 minutes).

Transférer dans un plat à gratin, couvrir d'emmental, faire gratiner et servir.

Par delà la flanelle et le vinaigre

Thérèse Labrosse

pour redonner un blanc éclatant à vos rideaux
cergal ou polyester ou tout autre tissu équiva-
s emm, faire le dernier rinçage dans le bain, l'eau
etits ont alors imprégnée de lait en poudre.

quelques gouttes d'huile de ricin sur un chiffon
ux pour donner du brillant aux chaussures et
essoires en peau de reptile, tels que le lézard et
ligator.

pour rendre vos pots à fleurs plus attrayants,
recouvrir de papier tenture identique à celui
mur ou de tissu semblable à celui des tentures
meubles ou recouvrir de papier adhésif de cou-
r harmonisante.

Comment détacher une casserole en alumi-
um... Le vinaigre d'alcool porté à ébullition
tache les casseroles d'aluminium. Il dissout le
ut palcaire des bouilloires et le «vert de gris» sur les
stallétaux. Froid il absorbe également les taches de
e d'op sur les tissus.

Pour enlever les taches de rouille ou d'encre sur
tissu blanc, faire tremper dans l'eau chaude
ec une cuillère à soupe de sel de citron.

Pour ne pas remplir la chambre de bain de va-
ur lorsque vous prenez votre bain et empêcher
cub miroir de se couvrir de buée, commencez par
re lire couler 1 1/2 à 2" d'eau froide, finir en rem-
passant d'eau très chaude.

REMERCIEMENTS

Du poisson-chat à la subduction

(SHS) Les nombreux tremblements de terre qui secouent le Japon sont provoqués par les soubresauts d'un poisson-chat sur le dos duquel repose le pays! C'est ce que veut la légende. Aujourd'hui, les chercheurs parlent plutôt de «tectonique des plaques». Selon cette théorie, la surface de la terre n'est pas unie mais plutôt formée de gigantesques plaques continuellement en mouvement les unes par rapport aux autres. Comme le Japon est situé au confluent de trois de ces plaques, les secousses sont fréquentes. Elles le sont d'autant plus que, fait unique, ces plaques s'enfoncent littéralement l'une sous l'autre, un phénomène appelé subduction.

TAXI DUMOULIN ENRG.

2 voitures pour mieux vous servir.
Radio communication dans les voitures.

438-8447

5-10e Avenue Lac Bertrand
St-Hippolyte
JOR 1P0

Tout un plaisir
d'être en
forme



The World is Mine

By M. B. Markell

Today upon a bus I saw
A lovely maid with golden hair
I envied her — she seemed so gay
And oh, I wished I were so fair
Then suddenly she rose to leave
I saw her hobble down the aisle
She had one foot and wore a crutch
But as she passed a smile
Oh God, forgive me when I whine
IL have two feet, the world is mine.

And when I stopped to buy some sweets
The lad who served me had such charm
He seemed to radiate good cheer
His manner was so kind and warm
I said "It's nice to deal with you
Such courtesy I seldom find"
He turned and said "Oh, thank you Sir"
and then I saw that he was blind
Oh God, forgive me when I whine
I have two eyes, the world is mine.

Then when walking walking down the street
I saw a child with eyes of blue
He stood and watched the others play
It seemed he knew not what to do
I stopped a moment then I said
"Why don't you join the others dear?"
He looked ahead without a word
And then I knew he could not hear
Oh God, forgive me when I whine
I have two ears, the world is mine.

With feet to take me where I'd go
With eyes to see the sunset glow
With ears to hear what I would know
I'm blessed indeed, the world is mine
Oh God, forgive me wuen I whine.

If you must love me, let it be for nought.
Except for loves sake only. Do not say I
love him for his smile - his look - his way. A
sense of pleasant ease on such a day. But
love me for loves sake, that evermore, thou
mayst love one, through loves eternity.

What pleases me most about this idea of
eternity, is the chance we are given to meet
our dearly beloved again to explain
ourselves and put an end to all of lifes
misunderstandings.

There is a tree of knowledge and a tree of
commonly accepted misconceptions. Take
care of pluck the fruit from the right tree.

ANNONCES CLASSÉES

Cherche une bassinette
d'enfant propre. Prix
raisonnable 224-7418.

Superbe Pulsar 86
28,000km, toit ouvrant,
2 tons, etc.. \$9,600.00.
Demander Sylvie au:
432-7578. Après 6:00
hrs. 437-0436.

Rapport d'impôt des
particuliers. Confiden-
tialité assurée. Prix
compétitif. 563-5147.

HORIZONTALEMENT

- 1- Virus - C'est moi.
- 2- Feutrées - Enlevas.
- 3- Abri - Qui a rapport au raisin - Petits ruis-
seaux.
- 4- Cordages - Fruit des conifères.
- 5- Néant - D'un peuple non chrétien.
- 6- Police montée à l'envers - Préfixe.
- 7- Coup de baguette - Rayon.
- 8- Qui appartient aux côtes - A offert la pomme.
- 9- Boisson.
- 10- Fis une miction - Action d'être sur ses gar-
des.
- 11- Faisceau de grande puissance - Solipède
-Négagion.
- 12- D'un auxiliaire - Averse abondanté - Adj.
poss.

VERTICALEMENT

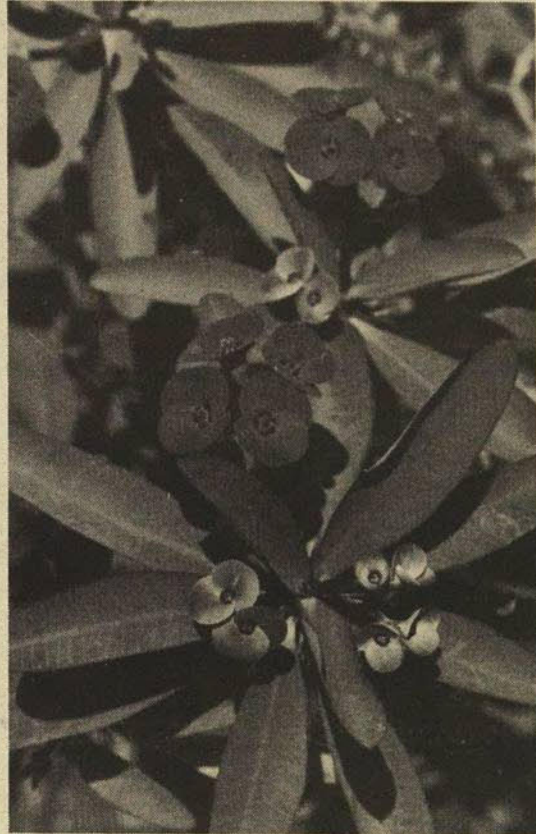
- 1- Nouvelle distributrice en vogyé dans les
Cégeps - Ne serre pas.
- 2- Entendre - Professionnel - Rongeur.
- 3- Opposé au zénith - Rangée de pierres.
- 4- Extrémités de dot - Argile - Venu au monde.
- 5- Chêne vert - Désert.
- 6- Hissent - Fleur.
- 7- Tentas - Fleuve de France.
- 8- Ornèrent.
- 9- Centre de Léon - Ville de Galilée - Ornement.
- 10- Adj. numéral.
- 11- Dans l'arc-en-ciel - Chance.
- 12- Dont on ne peut se passer.

Pot-Pourri Fleuri

par Lise B. Gendron

L'Euphorbe Splendens

L'euphorbe splendens (couronne de Jérusalem)
fait partie des plantes grasses et non des cactées
comme le veut la légende. Il s'agit probablement
de l'aînée de la génération puisqu'elle était décou-
verte par un roi oriental vers l'an 25 avant Jésus
Christ!



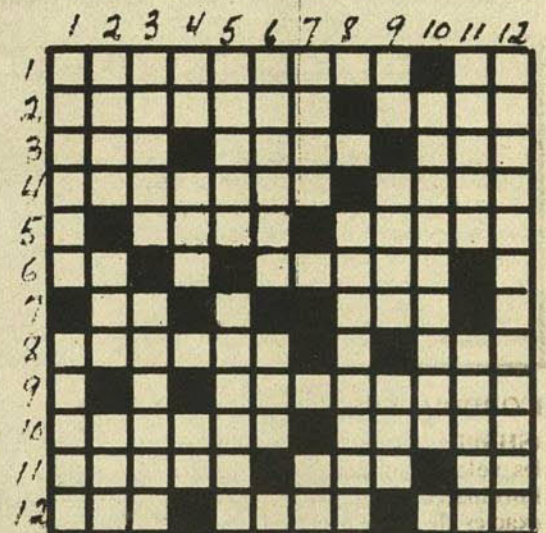
Charmant arbrisseau
apprécié comme plante
d'appartement, une fe-
nêtre très éclairée du
salon lui conviendra à
merveille. Attention
aux courants d'air
froids l'hiver car alors
cette plante perdra
toutes ses feuilles et
peut-être la vie.

Son principal attrait
réside dans ses brac-
tées rouge vif à l'as-
pect de fleurs, produi-
tes en abondance au
printemps et en été. (la
mienne est actuelle-
ment fleurie).

Pour la renforcer,
couper les tiges, ce qui
aura pour effet de ren-
dre sa croissance buis-
sonnante. Ses soins:
pas de froid étant fri-
leuse, arroser copieuse-
ment au printemps et
en été, maintenir humi-
de en hiver. Cette eu-
phorbe apprécie un
compost à base de ter-
reau ou de tourbe.

Vérifier fréquem-
ment l'apparition de
cochenilles, on se
débarrasse de celles-ci
avec une tige ouatée
trempée dans le «pe-
roxide».

Coin du jeu



Garage: 563-2262
Rés.: 563-2929



**GARAGE VERMETTE
& LABELLE INC.**

Mécanique générale - Remorquage
Mise au point - Freins

2241, boul. des Hauteurs
St-Hippolyte, Cité Terrebonne

Prop.: J.-P. Vermette

Le Jardin prophétique: une expérience encourageante pour les victimes d'Alzheimer

ROGER RIENDEAU

SHS SERVICE HEBDO-SCIENCE

Les comportements dérangeants des personnes atteintes de démence sénile (maladie d'Alzheimer et autres) causent de réels maux de tête au personnel et aux autres patients des hôpitaux. Pour améliorer la situation, on mène à l'Hôpital d'Youville de Sherbrooke une expérience appelée « le jardin prophétique », où on laisse évoluer les malades librement dans un espace vert. Les résultats sont encourageants : augmentation des capacités physiques et amélioration de la qualité de vie chez ces personnes. Ce traitement conduit à la fois à une nouvelle perception de la maladie et à une approche différente de son traitement.

Les activités proposées au Jardin prophétique font appel à des tâches de

la vie courante (laver la vaisselle, arroser les fleurs) ou encore aux rôles traditionnels homme/femme (corder du bois, tricoter).

Près de la moitié des bénéficiaires s'adonnent aux différentes activités à l'intérieur et à l'extérieur de l'hôpital. On participe avec énergie aux occupations de type utilitaires comme la menuiserie ou encore le lavage du linge. On s'occupe avec plaisir d'un caniche, et on ne se gêne pas pour prendre de bonnes marches dans le jardin, l'occupation principale des pensionnaires.

Par ailleurs, l'absence de contraintes dans ce milieu protégé favoriserait les interactions. Plus de la moitié des bénéficiaires ont augmenté de façon significative leurs échanges avec le personnel et avec leurs pairs. De plus, l'anxiété et l'agitation des patients a beaucoup diminué, et les

comportements agressifs ou violents sont pratiquement absents.

Les conditions de vie habituelles dans les hôpitaux sont fort difficiles pour ces personnes, qui ont souvent de l'énergie à revendre. Ces gens âgés aiment se promener, mais l'exiguïté des lieux les oblige à limiter leurs déplacements. Et parce que les victimes de démence sénile dérangent les autres patients, on se voit très souvent forcés de les restreindre à leur fauteuil ou à leur lit, et de les bourrer de médicaments.

On connaît encore très peu de chose sur les besoins réels de ces aînés. « On sait maintenant, conclut le psychologue Gilles Forest, qu'un climat permissif dans un environnement sécuritaire leur permet de se réaliser à leur façon et de hausser leur qualité de vie. »

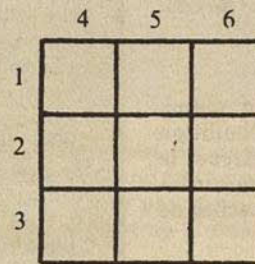
MOUVEMENT

Fréquemment et à ton insu je te regarde aller et j'en ai le coeur chaviré est-ce l'oubli, les occupations il me semble qu'il y a longtemps que je n'ai pas trouvé le temps de te dire à quel point c'est important que tu sois là maintenant et demain pour m'aider à cheminer à travers les embûches du quotidien et apporter beaucoup de baume à un coeur ulcéré par les contretemps.

Lise B. Gendron

Mini mots croisés

1. Cabriolet où le cocher était placé à l'arrière de la voiture.
2. Perroquet de l'Amérique du Sud, à longue queue.
3. L'équivalent de Radio-Canada au Luxembourg.
4. Conjonction causale.
5. Expression d'un idéal de beauté dans les oeuvres humaines.
6. Réunion où l'on danse.



Réponses

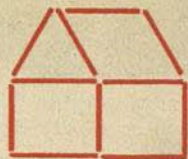
Art: 6. Bal. Cab: 2. Ara; 3. RTL; 4. Car.

D'un cure-dents à l'autre

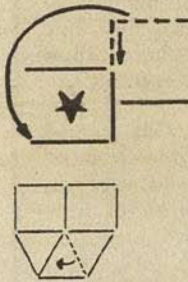
Formez une « pelle » avec quatre cure-dents. Déposez un objet à l'endroit indiqué. Maintenant, il faut mettre l'objet dans la pelle, ceci en déplaçant seulement deux cure-dents.



Formez une petite maison avec 11 cure-dents. Puis déplacez un seul cure-dents pour que la façade de la maison soit dans l'autre sens.



Réponse:



Comment le castor peut-il respirer dans l'eau ?

Le castor peut nager des kilomètres sous la glace sans sortir sa tête à l'air libre. Mais le castor n'est pas un poisson, alors comment peut-il respirer sous la glace ?

C'est très simple: dans l'eau, il y a toujours de minuscules bulles d'air. Or comme l'air est plus léger que l'eau, il a tendance à remonter vers la surface. Mais voilà, la glace empêche l'air de s'élever. À la longue, les bulles d'air s'accumulent sous la glace, et forment ainsi de grosses poches d'air. C'est dans ces poches d'air que le castor va respirer.

Lors de grands déplacements, le castor se promène de poche d'air en poche d'air jusqu'à ce qu'il soit rendu à destination.

Mais une question demeure: comment le castor fait-il pour savoir où sont situées ces poches d'air ?



prépare par le professeur Scientifix (SERVICE HEBDO-SCIENCE)

domaine L'ACHIGAN

Plage • Salle à manger • Bar
Pédalo • Bateau • Ski nautique
Plongée sous-marine • Planche à voile

859, boul. Lac L'achigan, St-Hippolyte

1-563-2771

ASSURANCES

fournier

Robert A. Fournier & Associés Ltée

SYLVIE LABROSSE, C. d'A. Ass.

602, rue Fournier
St-Jérôme, Qué., J7Z 4V6
Tél. (514) 432-7578

RÉS.: (514) 563-2038

Quand les plaques se rencontrent (SHS) Imaginez deux tapis-roulants qui convergent au même endroit à partir d'origines différentes. C'est à peu près ce qui se passe au large du Japon, à quelques milliers de mètres de profondeur. Ce pays repose en effet sur la plaque « Eurasie », un des gigantesques morceaux du casse-tête formant la surface de la terre. Un autre morceau du casse-tête, la plaque océanique « Philippines » se déplace de quelques centimètres par année vers « Eurasie » et s'enfonce sous elle. Le frottement de ces énormes masses de milliers de kilomètres l'une sur l'autre provoque bien sûr des secousses sismiques. Malheureusement pour les porcelaines japonaises, une troisième plaque, la « Pacifique », converge aussi vers le Japon et, à 75 000 mètres de profondeur, s'enfonce sous les deux autres, provoquant de nouvelles secousses.

Les volcans avalés (SHS) Quand l'une des énormes plaques formant la surface terrestre s'enfonce sous l'autre, les savants parlent de subduction. Que se passe-t-il quand la plaque qui s'enfonce porte des volcans, voire une chaîne de montagnes? Le glissement est-il freiné? Pas du tout, ont constaté en 1985 les membres d'une expédition franco-japonaise qui ont pu, grâce à un submersible ultra-moderne, descendre à 6 000 mètres de profondeur, dans une zone de subduction au large du Japon.

SABLES L.G.

PIERRE CONCASSÉE
GRAVIER CONCASSÉ
ASPHALTE
SABLE LAVÉ - GRAVIER
ET AUTRES PRODUITS

Entrepreneur général

Égouts • Aqueduc • Excavation
Pavage • Usine d'asphalte
Travaux de pavage

Tél.: 436-8767

Saint-Hippolyte

Conception Graphique

Nicole Chauvin
563-1975

Solution du mot croisé

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

INDEX

- Municipalité 563-2505
- Police (SQ) 436-8181
- Bibliothèque 563-2046
- Quincaillerie Thibault Enr. 563-2565
- Pompiers 563-1313
- Presbytère 563-2729