

CENTRE ÉDUCATIF CANIN
 La solution canine des Laurentides

- Cours d'obéissance en groupe ou privé
- Boutique
- Toilettage

450 530-2022
OUVERT DU MARDI AU SAMEDI
www.centreeducatifcanin.com

Le Sentier

JOURNAL COMMUNAUTAIRE DE SAINT-HIPPOLYTE
 AVRIL 2024 • Volume 42 no 2 • journal-le-sentier.ca

PROMUTUEL
 ASSURANCE
 DEUX MONTAGNES

SYLVIE LABROSSE
 agente en assurance de dommages

450 624-1119, poste 8550
 1 877 842-3303
 télécopieur : 450 623-6594
sylvie.labrosse@promutuel.ca
 3044, boulevard Dagenais Ouest, Laval (Québec) H7P 1T6

Pharmacie Mathieu Sabourin inc.

AFFILIÉE À : **familiprix**

780, boulevard des Hauteurs
 Saint-Hippolyte, QC J8A 1H1

Heures d'ouverture
 lundi au mercredi : 9h à 20h
 jeudi et vendredi : 9h à 21h
 samedi : 9h à 18h
 dimanche : 9h à 17h

Téléphone : 450 224-2956
 Télécopieur : 450 224-7331
 Courriel : mathieu.sabourin3@familiprix.ca
 Mathieu Sabourin, pharmacien

Une récolte de 56 médailles pour nos jeunes athlètes

Desjardins présente **SHERBROOKE 2024** En équipe avec Kruger

Prestige Marine Mécanique
 450 563-1575



Toujours prêts à vous donner un service de qualité pour vos :

- Bateau, Auto, VTT, Motoneige et VR.
- Installation et entreposage pneus été/hiver
- Petite mécanique,
- Mécanique auto SERVICE complet,
- Achats et ventes ARGENT comptant,
- Financement auto, bateau, VR, véhicule léger.

1765, boul. des Hauteurs,
 Saint-Hippolyte
 450 563-1575
info@prestige-marine.ca



PHOTO VILLE DE SHERBROOKE

page 3

ENTRÉE 3\$
 page 7

Soirée DISCO OPTIMISTE

Paroisse de Saint-Hippolyte
CAMPAGNE de FINANCEMENT 2024

pages 4 et 5

Elisabeth Fontaine
 Notaire inc.

Avez-vous pensé à faire votre testament et mandat de protection ?

Me Elisabeth Fontaine,
 cessionnaire du greffe de Me Alain de Haerne.

Étude Elisabeth Fontaine Notaire Inc.
 450 918-4688
reception@elisabethfontainenotaire.com

166 Route 117,
 Sainte-Anne-des-Lacs, Québec, J0R 1B0

V@21TRE
 COURTIER DE SAINT-HIPPOLYTE
 J'Y HABITE, J'Y TRAVAILLE DEPUIS 25 ANS

Peter Léo Lemay
 EXPERT EN ACHETEURS
 514.619.4242

CENTURY 21
 Sommet

Événement



Elise Desmarais
edesmarais@journal-le-sentier.ca

Très important!

Il ne faut pas regarder le Soleil directement sans protection adéquate. Sinon, cela peut entraîner de graves problèmes, jusqu'à la perte partielle ou totale de la vue.

Le 8 avril 2024, un phénomène spectaculaire – et rare – se produira dans le ciel du Canada, des États-Unis et du Mexique : une éclipse so-

Éclipse solaire totale du 8 avril 2024



99.4 %, mais cela ne veut pas dire que le spectacle ne sera pas intéressant! Elle durera un peu plus de deux heures entre 14 et 16 h 30 et sera à son maximum de totalité à 15 h 27, pour une très très courte période où vous pourrez regarder sans les lunettes, mais pas plus.

Être à l'extérieur durant l'éclipse solaire

Être à l'extérieur durant l'éclipse ne représente pas un danger pour la santé si vous ne regardez pas le soleil directement. Conduire durant l'éclipse est sécuritaire. Ne vous laissez toutefois pas distraire. Les vitres, mêmes teintées et le pare-brise ne constituent pas une protection adéquate. De la congestion et des ralentissements sont possibles, surtout près des nombreux sites de rassemblements.

Vos animaux de compagnie ou d'élevage

Les animaux de compagnie ont peu tendance à regarder le soleil. Toutefois, il est possible qu'ils démontrent de l'excitation. Les animaux de ferme peuvent parfois réagir et adopter un comportement nocturne.

laire totale. Quand la lune s'alignera parfaitement entre la Terre et le Soleil, certaines régions de ces pays seront brièvement plongées dans

l'obscurité, au grand plaisir d'innombrables observateurs.

Chez nous

L'heure où aura lieu l'éclipse solaire totale et sa durée varient en fonction de l'emplacement. Selon les données de Fred Espenak eclipse-wise.com, à Saint-Jérôme, elle sera visible à

Ne regardez jamais directement le soleil sans une protection appropriée.

Le risque augmente en raison de la baisse de la luminosité du Soleil, qui diminue le réflexe de protection. La supervision des enfants (à l'école ou en congé) et des personnes non autonomes est importante. Les personnes qui choisissent d'observer l'éclipse directement doivent protéger leurs yeux **en tout temps** en utilisant des lunettes pour éclipses solaires qui respectent la norme internationale ISO 12312-2. Elles peuvent être portées par-dessus les lunettes de vue habituelles si elles recouvrent bien les yeux. Les lunettes de soleil, même celles de bonne qualité et dont la teinte est foncée, ne constituent pas une protection suffisante, même pour quelques secondes. Évitez d'observer ou de photographier l'éclipse à travers une lentille (ex. cellulaire, jumelles, télescope) sans filtre solaire adapté.

Sachons cliquer

En quelques clics, eclipsequebec.ca vous informe en détail. L'Astrolab du Parc national du Mont-Mégantic astrolab.qc.ca/activite/eclipses et André Robitaille vous invitent dès 14 heures à une émission spéciale et à visionner gratuitement l'événement en direct et en toute sécurité. Facebook/MontMegantic et Youtube.com/@ASTROLabMontMegantic.

Il faut profiter de ce moment privilégié du 8 avril 2024, c'est chez nous que ça se passe!

Sources :

- Agence spatiale canadienne : asc-csa-qc.ca/fra/astonomie/eclipse-solaire-totale.asp
- Gouvernement du Québec : quebec.ca
- Société d'astronomie du Planétarium de Montréal : sapm.qc.ca/eclipse-du-8-avril-2024-au-quebec



Éclipse partielle, annulaire et totale. PHOTO MÉTÉO MÉDIA

IGA extra Saint-Hippolyte

Nos produits fûtés pour le temps des sucres sont arrivés!

Nos gâteaux de Pâques sont présentement en production!

Nous avons maintenant des poissons entiers dans notre poissonnerie.

560, chemin des Hauteurs Saint-Hippolyte | 450 224-5179

LABELLE MÉCANIQUE

450 224-8882
LABELLE MÉCANIQUE

MÉCANIQUE GÉNÉRALE POUR UNE CONDUITE SANS SOUCI

NOS MÉCANICIENS SONT À L'ÉCOUTE ET VOUS CONSEILLENT POUR L'ENTRETIEN ET LA RÉPARATION DE VOTRE AUTOMOBILE.

1010, chemin des Hauteurs, Saint-Hippolyte QC J8A 1Y4
450 224-8882

© pixabay MIM326

Sport



Laure Chazerand
lchazerand@journal-le-sentier.ca

Avec une récolte de 56 médailles dont 25 d'or, 20 d'argent et 11 de bronze, la délégation des Laurentides est montée sur la troisième marche du podium à l'issue de la 58^e édition des Jeux du Québec à Sherbrooke.

Les Hippolytois, Thomas Pilotte, Zack Pilon, Chloé Lafrance, Éloïse Tremblay et Anne-Rosalie Forget ont vaillamment tiré leur épingle du jeu dans leur sport respectif parmi les 154 athlètes sélectionnés de la région. En dehors des performances sportives, ils ont adoré l'esprit d'équipe des participants.

Pour obtenir leur laissez-passer pour les Jeux du Québec, les 154 athlètes de la délégation des Laurentides ont activement participé à 20 événements régionaux. Que ce soient des tournois, des camps de sélection ou des



Thomas Pilotte
PHOTO COURTOISIE

58^e Finale des Jeux du Québec, Les Laurentides en bronze Les Hippolytois tirent leur épingle du jeu

finale régionale, ces différentes compétitions ont suscité la participation sur tout le territoire des Laurentides. C'est donc dire que ces cinq athlètes hippolytois font partie des meilleurs d'entre eux. Bravo et félicitations à ces médaillés et à tous les athlètes qui ont participé à cette 58^e édition des Jeux du Québec.

Une récurrence pour Thomas Pilotte

L'haltérophile Thomas Pilotte a déjà fait ses preuves en 2023 lors des Jeux du Québec à Rivière-du-Loup au cours desquels il avait raflé trois médailles d'or dans la catégorie 61 kg et a inscrit du même coup un record. Un an plus tard, il récurrence avec le même nombre de médailles dans la catégorie 73 kg. Le champion a battu le record des Jeux du Québec de 2019 avec sa performance. Pour un total de 258 kg, il a levé 112 kg à l'arraché et 146 kg à l'épaulé-jeté. Il positionne la délégation des Laurentides au premier rang dans cette discipline.

Médaille d'argent pour Zack Pilon

Cette première expérience aux Jeux du Québec est sans aucun doute mémorable pour ce jeune fondeur de 12 ans, inscrit en Sport-études à la Polyvalente de Saint-Jérôme. Malgré des conditions difficiles et un manque de neige presque total, les bénévoles ont accompli un miracle en créant une boucle de 800 m. Leur détermination a démontré leur capacité à surmonter les obstacles et à réaliser l'impossible. Zack Pilon a appris que la confiance et le travail d'équipe sont des éléments essentiels pour atteindre des performances remarquables. En tant que membre d'une équipe unie, Zack Pilon et sa coéquipière Flavie Chouinard ont remporté une médaille d'argent à l'issue de l'épreuve « 12 ans, Mixte Relais, Sprint Libre, Équipe Mixte », grâce à leur attitude positive et leur motivation.

Fasciné par le saut à ski dès son plus jeune âge, Zack Pilon découvre le ski de fond par hasard lorsque son professeur d'éducation physique l'inscrit à une course qu'il pensait de ski alpin. Dans la réalité, il s'agissait de la Coupe des fondeurs! Par la suite, il apprend en famille, les bases de ce sport dans sa propre municipalité. Ce jeune athlète est à surveiller! Il aspire à re-



Zack Pilon
PHOTO COURTOISIE

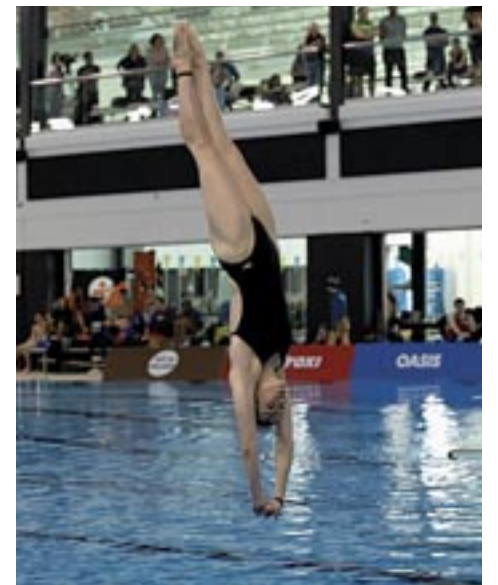
tourner aux Jeux du Québec à Blainville en 2026 et son objectif l'an prochain est de remporter une médaille au Championnat Jeunesse NORAM. Reconnaisant, il souhaite remercier la municipalité qui entretient les sentiers qui ont été son terrain de jeu où il a pu grandir dans sa pratique sportive, ses entraîneurs ainsi que les Fondeurs Laurentides pour leur engagement et leur soutien continu. Son plus grand rêve : représenter son pays aux Jeux olympiques, tout en s'élevant au sein de l'élite de son sport.

Une 13^e position pour la fondeuse Chloé Lafrance

Inscrite en première secondaire, au Sport-Études Ski de fond à la Polyvalente de Saint-Jérôme, Chloé Lafrance s'entraîne environ 18 heures par semaine. Elle débute ce sport via le



Chloé Lafrance
PHOTO COURTOISIE



Éloïse Tremblay
PHOTO JEAN-PIERRE TREMBLAY

programme Jack Rabbit au parc Roger-Cabana et compétitionne seulement depuis un an. Sa première expérience aux Jeux du Québec est assortie d'une 13^e position dans l'épreuve « F. 3,2 km libres individuels », de rencontres avec d'autres athlètes des autres régions et d'un souvenir mémorable de la cérémonie de clôture. Et la cerise sur le *sundae*, Chloé Lafrance a pu voir ses courses sur RDS en Web diffusion! En quête d'amélioration de ses performances lors de la prochaine saison, elle souhaite se qualifier aux Jeux du Québec 2026 qui se tiendront à Blainville. En attendant, elle continue à s'entraîner en course à pied.

La plongeuse Éloïse Tremblay au 11^e rang au tremplin de 3 m

Éloïse Tremblay a à son actif deux participations aux Jeux du Québec, la première en 2022 en basketball, à l'âge de 13 ans. Il y a un an et demi, elle décide de changer de sport pour se consacrer au plongeon afin de renouer avec l'amour de l'eau et le plaisir de tourner dans les airs. Cette réorientation sportive l'oblige à transférer son parcours académique à l'école Saint-Gabriel à Sainte-Thérèse, ce qui implique un départ tous les matins à la gare de Saint-Jérôme. Elle s'entraîne entre 20 et 25 heures par semaine et se déplace à raison de deux fois par semaine au Stade olympique. En plus de vivre une expérience de compétition supplémentaire, Éloïse Tremblay apprécie les Jeux du Québec qui lui permettent de faire de belles rencontres et d'échanger des épinglettes! En réalisant des plongeurs plus difficiles, Éloïse Tremblay vise la compétition au niveau provincial dans les prochaines années.

Anne-Rosalie Forget, 13^e au classement toutes disciplines en gymnastique

De niveau N9, Anne-Rosalie Forget a commencé la gymnastique à l'âge de 9 ans au volet récréatif du Zénith de Saint-Jérôme. L'année suivante, elle se joint au volet compétitif régional du même club. Cinq ans plus tard, elle accède au niveau national et s'entraîne à raison de 20 heures par semaine. Lors de la dernière compétition de sélection pour les Jeux du Québec, en février 2024, elle termine au 1^{er} rang pour l'ensemble des appareils, remporte la médaille d'or à la poutre et la médaille d'argent au sol. Sa première expérience aux Jeux du Québec en a été une de plaisir, ce qui est important pour cette athlète de 15 ans, afin de réaliser de belles performances. Anne-Rosalie Forget souhaite revivre une édition des Jeux du Québec. À moyen terme, elle vise à être recrutée en gymnastique pour étudier aux États-Unis.



Anne-Rosalie Forget
PHOTO COURTOISIE

SOLUTION des mots croisés de MARS 2024

Votre verbicruciste

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	M	E	N	S	U	E	L		J	O	U	R	N	A	L
2	A						E		A						E
3	I	C	O	N	E		C		Q		S	I	M		T
4	S						T		U		E	C	U		T
5	O		H	I	B	O	U		I		P	A	R		R
6	N						R		E						E
7	S	A	U	V	A	G	E		R	E	S	U	M	E	S
8															
9	G	R	A	T	U	I	T		H	U	M	A	I	N	S
10	R						U		E		A	D	O		A
11	O	E	U	F	S		R		R		T	A	N		U
12	S						L		B						L
13	B		U	R	U	B	U		A	V	E	N	U		A
14	E						T		G	A	M	I	N		I
15	C	R	E	T	A	C	E		E	R	U	D	I	T	E

Vie communautaire



Antoine Michel LeDoux
ledoux@journal-le-sentier.ca

Joyaux artistiques religieux uniques, legs des paroissiennes et des paroissiens, fierté du patrimoine communautaire hippolytois, les vitraux précieux ne sont plus à l'abri des intempéries.

Nous avons besoin de l'aide de tous!

C'est le cri que lance Gilles Ducharme, administrateur du Conseil de Fabrique et promoteur de la restauration des fenêtres protectrices des vitraux. « Ces fenêtres protectrices en bois sont gravement atteintes par la pourriture. Le temps a fait son œuvre. Installées lors de la reconstruction de l'église, après le feu de 1933, elles ont donc plus de 90 ans d'existence. Repeint et entretenu périodiquement, le bois a pourtant atteint sa durée de vie. Nous devons le changer. »

Mon église, j'y tiens!

Une mobilisation actuelle de tous est nécessaire pour préserver ce lieu, témoin de la

Vitraux de l'église de Saint-Hippolyte en péril



PHOTO A.M. LEDOUX



Gilles Ducharme, devant les vitraux lumineux de la paroisse de Saint-Hippolyte.

PHOTO A.M. LEDOUX

vitalité de la communauté municipale, réaffirme Gilles Ducharme. « Il est nécessaire d'entreprendre une réfection majeure des fenêtres et de l'étanchéité des portes de l'église pour assurer la protection des vitraux et la longévité de ce bien commun qui nous appartient. Ne laissons pas le temps ravir sa présence et son utilité à toute notre communauté! »

L'église : cœur de la vie communautaire

« L'église c'est plus qu'un bâtiment! » rappelait en novembre 2023, Sonia Bélanger, députée de Prévost, ministre responsable des

Ainés et ministre déléguée à la santé. « L'église c'est l'identité de la communauté. Préserver la pérennité de l'immeuble, c'est assurer la vitalité de la vie communautaire très active de Saint-Hippolyte. »



Gilles Ducharme indique la détérioration des fenêtres.

PHOTO A.M. LEDOUX

Luminosité remarquable



PHOTO A.M. LEDOUX

L'église jouissait alors d'une luminosité remarquable lors des journées ensoleillées, rapportent certains chroniqueurs de journaux jérômiens, en 1933. L'architecture choisie, Art Déco très audacieuse, offrait d'immenses ouvertures qui dé-

fiaient pourtant la difficulté du chauffage d'un si grand bâtiment en période hivernale. Il était donc prévu que des vitraux y seraient installés.

Vitraux : contributions remarquables d'appartenance

Progressivement de 1937 à 1942, des vitraux de grandes dimensions sont venus colorer l'intérieur de l'église. Ils sont le fruit de la générosité de paroissiennes, paroissiens, villégiateurs et amis de la municipalité et constituent autant de témoignages de croyance et de foi, mais aussi d'appartenance à la communauté hippolytoise. Ce sont des legs patrimoniaux importants que vous pouvez contribuer à préserver.

Le Sentier, journal communautaire et partenaire

Le journal Le Sentier mettra en valeur les entreprises participantes et donnera un suivi de l'appui de tous à cette collecte spéciale de fonds pour la conservation de notre patrimoine religieux. De plus, un tableau publicitaire à l'avant de l'église mettra en valeur la contribution des entreprises et commerçants à ce projet. Ensemble, il est nécessaire de faire un effort financier approprié à nos moyens, afin de conserver ce lieu : fierté de notre patrimoine communautaire.

- INSTALLATION DE FOSSE SEPTIQUE
- MUR DE SOUTÈNEMENT
- MINI-EXCAVATION
- VENTE DE GRAVIER CONCASSÉ
- RÉPARATION DE DRAIN FRANÇAIS
- MUR DE PIERRE



TÉL. : 450 563-3225

89, chemin du lac de l'Achigan • Saint-Hippolyte, J8A 2R7 • excavationsgingras.com • info@excavationsgingras.com



Paroisse de Saint-Hippolyte CAMPAGNE de FINANCEMENT 2024

Sous la présidence d'Yves Dagenais
Maire de Saint-Hippolyte

PARTENAIRE MAJEUR
CONSEIL DU PATRIMOINE RELIGIEUX DU QUÉBEC

PARTENAIRES RECHERCHÉS

Une subvention de 122 500 \$ a été accordée
par le Conseil du Patrimoine religieux du Québec
pour la réfection majeure des fenêtres.

Il reste à couvrir 30% des coûts du projet, soit 50 000 \$.

NOUS AVONS REÇU À CE JOUR UNIQUEMENT 20 000 \$.

Votre contribution petite ou grande est essentielle
pour la réussite de ce grand projet.

Donnons avec joie et disons avec fierté : “MON ÉGLISE, J’Y TIENS”

Merci pour votre encouragement !

Encouragez-les !

ENTREPRISES PARTICIPANTES

Paul Shaw, Groupe BJG Inc., Marc Sigouin,
Journal Le Sentier, Pharmacie Familiprix,
Peter Lemay Century 21,
La fondation Adolphe et Roger Ducharme,
Excavation Serge Gingras Inc.,
Marché Tradition de Saint-Hippolyte,
Municipalité de Saint-Hippolyte,
Les Camps de santé Bruchési,
Tério Artistiques,
Centre Dentaire de Saint-Hippolyte,
Joseph Ayas, Jacques Mayer,
Francine et Regent Beaudet,
Gilles Ducharme

Paroisse St-Hippolyte

2259, Chemin des Hauteurs, Saint-Hippolyte QC J8A 3B8

Tél. : 450 563-2729 | Courriel : fabsthipp@qc.aira.com

Faire votre chèque au nom de la Paroisse St-Hippolyte

Nom : _____

LETTRES CARRÉES

Adresse : _____

Ville : _____ Téléphone : _____

Courriel : _____

Montant : _____ \$ Date : _____

Signature : _____

Mon église, j’y tiens !

Deux ans

Entreprise d'ici



Magali Hudon
mhudon@journal-le-sentier.ca

En mars 2022, j'ouvrais les portes de mon commerce. Avec ma famille, nous sautions à pieds joints dans l'aventure de Chez Hippolyte Café & Boutique. Mes enfants avaient alors 3, 5 et 8 ans. Les mois défilèrent à grande vitesse, à coup de fêtes, de projets et d'obligations.

Chaque mois, une nouvelle « grosse affaire » à gérer, tant sur le plan perso que professionnel. Oui, le temps passe vraiment vite. Car c'est bien beau les grands projets entrepreneuriaux, trois rejets ça mange, ça grouille, ça va à l'école... Ouvrir un café-boutique + être mère et épouse = la « fameuse » conciliation travail-famille.

Donc, pour souligner ce deuxième anniversaire, j'ai envie de me faire un cadeau : je vais me lancer des fleurs. Et par le fait même, je vais vous en lancer également. Voici pourquoi. Dernièrement, je me lamentais auprès de mon homme parce que j'avais l'impression d'avoir échappé toutes mes balles : la maison n'était pas aussi bien tenue que dans mes rêves, j'accordais peu de temps aux devoirs, aux soupers, bref, ma présence à la maison n'était pas « de qualité ». Sans vraiment m'en rendre compte, je déposais sur les épaules robustes de papa toute la charge mentale de la maisonnée. Le travail m'avait accaparé, je craignais ne pas avoir été à la hauteur en abandonnant la famille.

Mon homme, si plein de sagesse et d'amour, m'a fait alors comprendre que les enfants étaient heureux et qu'avec eux, ils avaient trouvé une routine « sans moi ». Il me rassura : j'étais plus présente que ce que je pensais et mon travail leur apportait des ex-

périences diverses qui leur plaisaient bien. Je ne m'occupais peut-être pas de tout dans la maison, mais je participais pour l'essentiel. Le plus important à mes yeux : mon homme me dit alors que personne ne m'en demandait davantage. Tous comprenaient, me soutenaient et m'aimaient : « On savait dans quoi tu t'embarquais, on était prêts ».

Il arrive un moment où on se sent étourdi. Je croyais, bien à tort, passer à côté de plein de choses importantes chaque fois que j'étais avec mes clients plutôt qu'avec mes enfants. J'en oubliais les bons côtés de tenir boutique à quinze minutes de la maison, plutôt que de me farcir quatre heures de voiture par jour pour travailler à Laval (si, si, je l'ai fait : deux heures le matin, deux heures le soir).

Je suis donc redescendue sur Terre, cessant de me faire des scénarios catastrophes où mes enfants, une fois adultes, me reprochent mon absence et me jettent à la figure combien ils ont détesté leur enfance « T'sais maman, dans le temps où tu tenais ton café ? T'étais jamais là. Tu nous obligeais à aller t'aider, on pouvait jamais partir en vacances à cause que tu devais travailler. C'était horrible. Tous nos amis partaient à Disney et nous, fallait travailler avec toi pendant les vacances... » Eille!

Sincèrement, je sais bien que mes enfants ne me feront jamais de tels reproches. Je mets beaucoup d'énergie pour que cette aventure soit positive dans leur vie. Le mélodrame se jouait dans ma tête. Après ma douce conversation avec mon homme, j'ai compris ce qu'eux, bien avant moi, avaient compris : je fais de mon mieux et je les aime tendrement. À la hauteur de mes capacités, et non de celles du voisin.

Donc, à toutes les mamans qui culpabilisent de laisser poupon à la garderie tôt le matin pour gagner leur vie. À tous les papas qui rentrent tard, manquent le souper et arrivent de justesse pour le bain, après s'être donné à fond « une heure de plus » au boulot. À tous les amoureux qui ne se sont pas vraiment parlé de la semaine, chacun submergé par ses préoccupations et trop fatigués pour discuter. À tous les membres de votre famille qui font de leur mieux et donnent le meilleur d'eux-mêmes. À tous les enfants qui comprennent. Je vous lance des fleurs.

Suggestion de lecture

Loyola Leroux

Cap-aux-diamants, la revue d'histoire du Québec

Depuis quelques années, plusieurs livres sur notre belle histoire locale ont été écrits. Celui d'Antoine Michel LeDoux sur le 150^e de Saint-Hippolyte et celui de Paul Carle et Michel Allard sur le 100^e de Val-David m'ont impressionné. Ces trois historiens reconnus m'ont incité à m'intéresser à notre histoire, ce qui m'a permis de découvrir une belle revue d'histoire du Québec, *Cap-aux-diamants*.

Cette revue, que je recommande à tous, est publiée depuis 1985. Elle allie par le sérieux des sujets et la qualité des rédacteurs, un aspect académique, à des informations sur la vie quotidienne et populaire de nos ancêtres et s'intéresse aux régions. Vous pouvez vous faire une idée en consultant Wikipédia.



Couverture du numéro 156.

PHOTO CAPAUXDIAMANTS.ORG

Les sujets de l'édition #156

Le numéro 156 de l'hiver 2024 traite entre autres :

- des seigneuries en Nouvelle-France;
- de la violence domestique dans les casernes des garnisons britanniques de Québec, où les épouses cohabitaient avec leur mari soldat;
- de l'architecture de style *boomtown* en Beauce;
- des pères d'enfants illégitimes face à la justice en Nouvelle-France;
- de la victoire de Montcalm sur les forces britanniques en 1757, au fort William-Henry au nord de l'état de New York;
- de la fondation de la ville de Limoilou;
- de l'aspect méconnu de la Révolution tranquille, le rôle joué par les diplômés en sciences sociales dans les grandes réformes de l'État québécois;
- de Lorne Shapiro, médecin stagiaire en hématologie au temps où les hommes prenaient le bois, sur les

traces des bucherons et draveurs dans le parc de la Mauricie.

Dans la chronique *Place aux livres*, vous trouvez des recensions de nombreuses nouveautés. Finalement, un bel article sur l'épègne du maire René-Édouard Caron, une belle pièce d'orfèvrerie offerte au maire en 1847, par des citoyens de la ville de Québec en reconnaissance de sa contribution. Chaque article est abondamment illustré de belles photographies et est présenté sur deux à six pages. La liste des expositions des nombreux musées d'histoire est présentée avec l'horaire.

À notre époque, qui rejette notre belle histoire nationale, nos coutumes et traditions qui ont aidé nos ancêtres, qui se moque de nos héros d'antan et de nos récits mythologiques, guidant notre combat en terre d'Amérique, il me semble important de renouer avec les plus beaux aspects de notre passé.

Un Hippolytois participe à l'émission Survivor Québec



Erick participera cette année à Survivor. Il habite dans la belle région de Saint-Hippolyte. Avec ses 6 pieds et ses 225 livres, Erick le dit lui-même, il passe souvent pour un pan de mur! Mais derrière ce mur, se cache autre chose qu'il compte mettre à profit : une grande capacité d'observation et d'écoute. Vous en apprendrez davantage dans la prochaine édition du journal Le Sentier.

Campagne de financement participatif

Le P'tit Train du Nord compte beaucoup sur ses bénévoles patrouilleurs pour promouvoir, sensibiliser et offrir une aide à nos visiteurs.



Notre projet de financement participatif a pour but d'amasser des contributions pour soutenir trois champs d'intervention : **promouvoir la patrouille, la valoriser et ainsi favoriser le recrutement.**

Avec les dons, nous voulons **bonifier les formations offertes à nos patrouilleurs**, particulièrement en ce qui a trait aux nouveaux enjeux de cohabitation. Il est également important de fournir tous les outils nécessaires lors de leur patrouille ainsi que de **faciliter leurs déplacements**. Nous avons aussi besoin d'offrir le support matériel, la formation et de l'équipement adéquat à nos patrouilleurs et patrouilleuses.

Cette campagne de financement participatif permettra de leur offrir la reconnaissance et l'équipement à la hauteur de leur dévouement!

Pour plus d'info : **Projet Implic4ction : La patrouille du Parc linéaire du P'tit Train du Nord | La Ruche (laruchequebec.com)**

ASSOCIATIONS



Bonjour chers membres et amis de l'APLA,

Le printemps très hâtif permet à la nature de se réchauffer plus rapidement cette année. Les pluies reviennent ainsi que les eaux de ruissellement, qui dirigent vers le lac tout ce qui se trouve au sol. Malheureusement, celles-ci sont remplies de contaminants de toute sorte : hydrocarbures, métaux, sels, huile et graisse, micro-organismes, etc.

Pour préserver la santé du lac et les avantages reliés à la baignade et aux sports nautiques, voir à la qualité de l'eau est primordial. C'est pourquoi il est essentiel d'empêcher les polluants des eaux de ruissellement d'atteindre le lac.

Un des meilleurs outils de filtration des polluants est la bande riveraine. Les racines de la végétation qui y pousse agissent comme une barrière et font obstacle aux sédiments, engrais et autres contaminants provenant de l'eau

des pluies et de la fonte des neiges.

La préservation de la bande riveraine, notamment par sa largeur et sa diversité, est un élément clé et efficace pour la protection du lac de l'Achigan. La Municipalité a modifié le règlement sur les bandes riveraines. Une bande de 5 mètres doit être en place avec les 3 strates, soit des herbacées, des arbustes et des arbres. Si la rive n'est pas occupée par la végétation à l'état naturel, des mesures doivent être prises afin de la renaturaliser dans un délai de 12 mois suivant l'adoption du règlement. Vous devez donc planifier maintenant vos travaux si la bande riveraine n'est pas conforme. La Municipalité a aussi annoncé l'embauche de deux inspecteurs qui procéderont à l'inspection des bandes riveraines durant la période estivale.

Le lac de l'Achigan est un milieu de vie précieux pour la faune, la flore, et aussi pour vous, citoyens de Saint-Hippolyte. Aidez-nous à le préserver pour que vos enfants et petits-enfants puissent également apprécier ce décor enchanteur et en garder des souvenirs impérissables. Bon printemps à toutes et tous,

Votre équipe de l'APLA
info@aplaweb.ca
aplaweb.ca

Des citoyens remarquables nous ont quittés

Vie communautaire



Antoine Michel LeDoux
ledoux@journal-le-sentier.ca

Ils étaient l'optimisme en personne, racontent ceux qui les ont fréquentés dans plusieurs organisations paroissiales et communautaires de Saint-Hippolyte. Lise Morin Sylvain et son conjoint Alphonse Sylvain sont décédés.

Résidents du lac Connelly Nord, ils ont marqué durant plus de 60 ans la vie communautaire de cette minisociété hippolytoise autour de la chapelle Sainte-Anne-du-lac Connelly. Travailleurs acharnés, c'est dans le service aux autres, sous différentes formes qu'ils ont gagné leur vie.

Ils se sont connus enfants sur les bancs de l'école du rang des Sigouin où enseignait alors madame Paul-Émile Sigouin (Annette Lanciault). Ils se sont impliqués dès leur jeune âge aux activités paroissiales de la chapelle Sainte-Anne-du-lac Connelly et ont poursuivi, adultes. Mariés et parents de Danielle, Lorraine,



Lise Morin Sylvain et Alphonse Sylvain.

PHOTO A.M. LEDOUX

Manon, Marc et Nathalie Sylvain, leur engagement est resté constant et bienveillant au profit des projets de vie de leurs enfants. Lise fut l'une des fondatrices de l'organisation communautaire *Les Dames de la communauté du lac Connelly*, mouvement religieux initié par l'abbé Hervé Goulet, alors le célébrant attaché durant plusieurs années à cette communauté de rang. Âgés et résidents à Saint-Jérôme, ils ont continué à fréquenter l'église paroissiale de Saint-Hippolyte où Lise aimait contribuer comme servante de messe lors des offices religieux dominicaux.

Des célébrations funéraires sont à venir en mémoire de leur présence signifiante pour les membres de leurs familles et leurs amis.

CLUB OPTIMISTE SAINT-HIPPOLYTE

SOIRÉE CAMPAGNE DE FINACEMENT

50\$

CASINO

LE 31 MAI À 19H30

PLUSIEURS TIRAGES SURPRISES

EN VENTE SUR PLACE:
 BIÈRE // VIN // RAFRAICHISSEMENTS

ÉCOLE DES HAUTEURS - 30, RUE BOURGET, ST-HIPPOLYTE
CLUB.OPTIMISTE.ST.HIPPOLYTE@GMAIL.COM

CLUB OPTIMISTE SAINT-HIPPOLYTE

Soirée DISCO OPTIMISTE

ENTRÉE 3\$

LE 3 MAI 2024
 DE 19H À 22H

CENTRE PLEIN-AIR ROGER-CABANA
 2060, CHEMIN DES HAUTEURS

GRIGNOTINES EN VENTE SUR PLACE
 BÉNÉVOLES SUR PLACE POUR ASSURER SÉCURITÉ

7 À 12 ANS

CLUB.OPTIMISTE.ST.HIPPOLYTE@GMAIL.COM
 SUIVEZ-NOUS SUR NOTRE PAGE FACEBOOK
 //CLUBOPTIMISTESTHIPPOLYTE



Votre municipalité vous informe

Le contenu de ces pages est produit par la Municipalité de Saint-Hippolyte dans le cadre d'un partenariat d'appui financier au journal Le Sentier. Les informations publiées fournissent des informations utiles entre les publications du bulletin municipal Le Reflet.

Séance ordinaire du 12 mars 2024 FAITS SAILLANTS



Planification d'une nouvelle école

La planification des besoins d'espace du Centre de services scolaire de la Rivière-du-Nord (CSSRDN) a été effectuée en tenant compte de la prévision de l'effectif scolaire, des projets domiciliaires et des besoins en locaux pour le déploiement des classes de maternelle 4 ans à temps plein. Ainsi, une nouvelle école primaire doit être implantée sur le territoire de Saint-Hippolyte. La Municipalité a rencontré les responsables du projet du CSSRDN afin de proposer différents terrains pour son implantation. Plus d'informations viendront quant au terrain choisi pour la construction de cette nouvelle école.

Demande de compensation au ministère de la Santé et des Services sociaux

Le conseil municipal demande à la direction médicale régionale des soins préhospitaliers d'urgence, en association avec le CISSS des Laurentides, d'établir un plan d'action afin d'améliorer le temps de réponse des ambulances sur le territoire. Il demande

également une compensation financière au ministère de la Santé et des Services sociaux pour le service de premiers répondants pour pallier le manque d'efficacité de la desserte des ambulances à Saint-Hippolyte.

Octroi de contrats d'asphaltage

Un contrat pour des travaux de rapiéçage a été accordé à Pavage Desjardins inc. au montant de 68 528 \$. Un autre contrat pour les travaux d'asphaltage a été octroyé à Roxboro Excavation inc. au montant de 764 515,31 \$.

Réfection du barrage du lac Maillé

Le conseil municipal a octroyé un contrat pour des services professionnels d'ingénierie pour la réfection du barrage du lac Maillé à l'entreprise Parallèle 54, au montant de 110 730,00 \$.

Aide financière à deux associations de lacs

L'Association pour la protection de l'environnement du Lac Bleu (1 633,50 \$) et l'Association des propriétaires du Lac en Cœur (1 155 \$) recevront une aide financière de la Municipalité.

Renouvellement de l'entente d'aide mutuelle en sécurité civile des municipalités de la MRC de La Rivière-du-Nord

Le conseil a approuvé la recommandation de la Commission de la sécurité incendie de renouveler l'entente d'aide mutuelle en sécurité civile des municipalités de la MRC de La Rivière-du-Nord.

Date de la prochaine séance ordinaire : 9 avril 2024.

NOUVEAU! Plateforme pour l'achat des vignettes nautiques

La Municipalité de Saint-Hippolyte a mis en ligne, au vignettes.saint-hippolyte.ca, une toute nouvelle plateforme transactionnelle pour l'achat de vignettes donnant droit aux embarcations (avec ou sans moteur) de naviguer sur les lacs de l'Achigan, Bleu, Connelly et des Quatorze-Îles. Plus conviviale que l'ancienne version qui avait atteint les limites de ses capacités, il sera désormais plus facile de se procurer une vignette, de télécharger les documents exigés et de procéder à un paiement en toute sécurité. **Il est important de noter qu'il s'agit désormais du seul moyen pour se procurer une vignette.**

Cette plateforme permettra également au Service de la sécurité communautaire de faciliter sa gestion par la mise en place d'un nouveau système de journal de bord pour les patrouilleurs nautiques et terrestres afin d'y consigner leurs activités. Cela facilitera en outre les vérifications sur les lacs, et ce, sans devoir intervenir systématiquement auprès des plaisanciers. Ces derniers recevront sous peu un courriel les invitant à accéder

à leur dossier en ligne par le biais d'un code d'accès temporaire pour valider leurs informations personnelles.



Rappelons que pour être éligible à l'achat d'une vignette, il est obligatoire de fournir :

- une preuve de citoyenneté (permis de conduire, compte de taxes) sauf pour le lac de l'Achigan;
- un certificat d'enregistrement valide de son embarcation émis par Transports Canada démontrant qu'il est bel et bien propriétaire de l'embarcation;
- une preuve d'accès légal de mise à l'eau, si le demandeur n'est pas un résident riverain, pour les lacs Bleu, Connelly et des Quatorze-Îles.

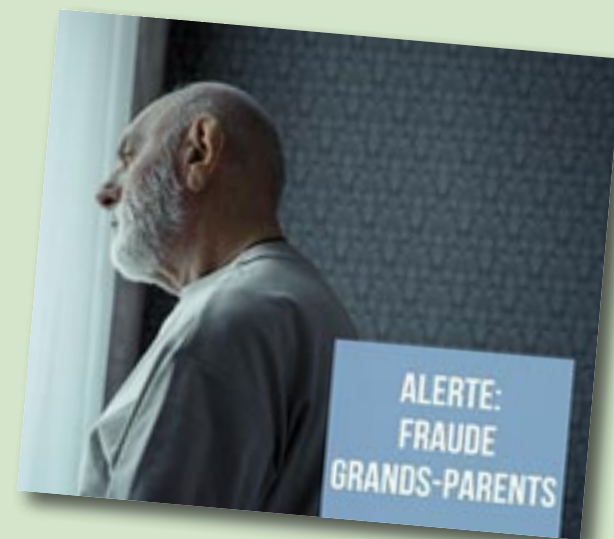
Pour plus d'information : 450 563-2505 poste 2275 ou sdagenais@saint-hippolyte.ca.

Fraude de type grands-parents

Le poste de la Sûreté du Québec, à Prévost, a reçu des signalements de tentatives de fraude de type grands-parents. Les personnes ciblées ont été appelées par téléphone en mentionnant qu'un de leur proche, souvent un petit-fils, était détenu et avait besoin de quelques milliers de dollars pour être libéré. Lors de la conversation téléphonique, la mise en scène des fraudeurs implique parfois une personne qui se fait passer pour un policier ou un avocat. Les fraudeurs ont recours à des stratagèmes variés pour arriver à leurs fins et soutirer de l'argent à leurs victimes. Lorsqu'ils utilisent ces arnaques, les fraudeurs profitent de la vulnérabilité de certaines personnes âgées pour leur mettre de la pression.

- Ne remettez jamais d'argent à un inconnu ou à une personne dont vous n'avez pas vérifié l'identité.
- Si un individu prétend agir au nom d'un organisme, communiquez directement avec l'organisme.
- Ne divulguez jamais de renseignements personnels à un individu qui ne peut prouver sa légitimité.
- Lorsque quelqu'un se montre trop insistant ou même insolent (par exemple : il exige votre réponse sur-le-champ), ne lui faites pas confiance.
- Appelez les parents, un autre membre de la famille ou des amis de la personne afin de vérifier la validité de l'histoire qui vous a été présentée.

Pour signaler une fraude : Sûreté du Québec, poste de la MRC de La Rivière-du-Nord, au 450 224-8922.





Votre municipalité vous informe

Le contenu de ces pages est produit par la Municipalité de Saint-Hippolyte dans le cadre d'un partenariat d'appui financier au journal Le Sentier. Les informations publiées fournissent des informations utiles entre les publications du bulletin municipal Le Reflet.

Rôle des pompiers premiers répondants

Le système préhospitalier d'urgence

Les objectifs du système préhospitalier d'urgence sont principalement de trois ordres :

1. Intervenir dans le meilleur délai;
2. Stabiliser adéquatement la personne;
3. Contribuer à l'amener le plus rapidement possible vers un centre hospitalier.

Plus spécifiquement, le système vise à réduire la mortalité résultant d'un traumatisme ou de toute situation médicale requérant une intervention immédiate sur les lieux et un transport urgent vers un centre hospitalier. Voici les objectifs et les rôles des divers intervenants pouvant être en lien avec l'organisation des soins médicaux d'urgence.

La Municipalité de Saint-Hippolyte

Les municipalités ont comme objectif de secourir les citoyens ayant subi des traumatismes ou une maladie pouvant entraîner le décès. Actuellement, le délai de réponse pour un véhicule ambulancier sur le territoire de Saint-Hippolyte est d'environ 20 minutes. Depuis 2017, la mise en place de la fonction premiers répondants est justifiée par le temps réponse relativement élevé du service ambulancier.

Définition et rôle du pompier premier répondant

Les pompiers premiers répondants sont des intervenants formés et désignés pour intervenir lors de situations définies selon les protocoles opérationnels préétablis. Les pompiers premiers



répondants de Saint-Hippolyte répondent en moyenne 180 fois par année à des demandes d'assistances d'interventions médicales.

Rôle du CISSS des Laurentides

Le Centre coordonne le système préhospitalier d'urgence. Les pompiers premiers répondants font partie intégrante de ce système.

Principales interventions médicales les plus fréquentes

Les pompiers premiers répondants niveau 2 interviendront sur ces types d'interventions médicales. Il ne s'agit pas d'une liste limitative : accouchement; arrêt cardio-respiratoire; brûlure majeure; convulsions; difficulté respiratoire et étouffement; douleur thoracique; hémorragie externe; intoxication; noyade; réaction allergique; syncope et inconscience; traumatisme majeur.

Les efforts de la population récompensés!

Les citoyennes et les citoyens de Saint-Hippolyte sont de plus en plus nombreux à avoir entrepris le virage du tri intelligent de leurs matières résiduelles! En effet, le ministre de l'Environnement, de la Lutte contre les changements climatiques, de la Faune et des Parcs, M. Benoit Charette, a annoncé le versement d'une somme de 189 707,68 \$ à la Municipalité de Saint-Hippolyte dans le cadre du Programme sur la redistribution aux municipalités des redevances pour l'élimination de matières résiduelles en 2023, alors que montant était de 156 993,41 \$ l'année précédente. Rappelons que ce programme a pour objectif d'encourager les municipalités à réduire leurs quantités de matières résiduelles destinées à l'élimination. Le calcul de la subvention repose sur la performance des citoyennes, des citoyens, des institutions, des commerces et des industries de Saint-Hippolyte dans la gestion de leurs matières résiduelles. Ainsi, en 2023, 75 % de ce programme reposait sur la gestion des matières organiques. C'est donc dire que les Hippolytoises et les Hippolytois utilisent davantage le bac brun dans le tri de leurs matières résiduelles et il faut s'en réjouir!



Notons que, depuis le 1^{er} janvier dernier, la gestion des matières organiques est obligatoire pour avoir accès à l'aide financière de ce programme du gouvernement du Québec. Le calcul sera établi selon la performance en matière d'élimination, l'objectif étant d'inciter les municipalités à réduire la quantité de matières résiduelles envoyées à l'enfouissement. Nous avons donc tout intérêt à poursuivre collectivement sur cette belle lancée!

Hommage à nos jeunes athlètes!

Le conseil municipal a profité de la séance ordinaire du 12 mars dernier pour honorer cinq jeunes athlètes de Saint-Hippolyte ayant dignement représenté la Délégation des Laurentides - Jeux du Québec lors de la 58^e Finale des Jeux du Québec - Sherbrooke 2024. Chacun.e a reçu un chèque de 150 \$ de la Municipalité de Saint-

Hippolyte en vertu d'une entente avec Loisirs Laurentides ainsi qu'une couverture à l'effigie de la Municipalité.

Bravo, nous sommes fiers de vous!



De gauche à droite : Zack Pilon, médaille d'argent au relais mixte sprint, 12 ans en style libre; Cloé Lafrance, ski de fond.



De gauche à droite : Eloïse Tremblay, plongeon; Anne Rosalie Forget, gymnastique; Thomas Pilote, trois médailles d'or en haltérophilie en plus d'avoir inscrit un record des Jeux du Québec dans la catégorie des moins de 61 kg.

Offre de services de Cogeco

L'entreprise Cogeco a informé la Municipalité de Saint-Hippolyte qu'elle offre de nouveaux services aux citoyens(ennes) des secteurs suivants : Nord-Ouest du lac Connelly; lac Maillé; Sud-Ouest de la municipalité.



La construction d'un réseau de fibre permet d'offrir, à 900 nouveaux foyers, une connexion internet de 1Gig, la télévision et la téléphonie.

Pour savoir si une adresse fait partie des secteurs couverts, composez le 1 866 921-5792 ou consultez le cogeco.ca/fr/expansionreseau.



Votre municipalité vous informe

Le contenu de ces pages est produit par la Municipalité de Saint-Hippolyte dans le cadre d'un partenariat d'appui financier au journal Le Sentier. Les informations publiées fournissent des informations utiles entre les publications du bulletin municipal Le Reflet.

Club de lecture pour adultes : Les Esprits Livres

Les inscriptions pour le club de lecture débuteront le 2 avril. Vous recevrez alors les explications nécessaires à votre participation. La date retenue pour la première soirée vous sera confirmée lorsque le seuil d'inscriptions sera rempli. L'inscription est gratuite! Faites vite les places sont limitées. Réservé aux abonnés adultes de la bibliothèque.



Pour informations et inscription : 450 224-4137.

Le jour de la Marmaille

- Samedi 25 mai de 10 h à 15 h sur la terrasse de la bibliothèque municipale.
- Gratuit, aucune inscription préalable.



Cette année, nous voulons accueillir toute votre marmaille, ados inclus! Nous avons imaginé des défis pour les plus téméraires. La nouvelle formule propose deux zones d'activités destinées aux familles; apprivoiser ses émotions et émotions fortes.

Au programme : spectacle Les Minidoux, maquillage et tatouage au airbrush, atelier de graph et d'explora-

tion mixtes des médiums d'arts et même un atelier de décoration de biscuits à base de farine de fourmis.

Consultez le journal Le Sentier, notre site Web et notre page Facebook afin de connaître la suite du dévoilement de la programmation à venir pour la fête printanière des familles de Saint-Hippolyte!

Animations littéraires à la bibliothèque municipale

Une histoire, un brico

- Pour les 6 à 9 ans (respect des groupes d'âge obligatoire).
- Bricolage à partir d'un album raconté.
- Un samedi par mois à 10 h 30 (60 minutes ou moins)
- 13 avril au 11 mai



Une histoire, un jeu

- Pour les 4 et 5 ans (respect des groupes d'âge obligatoire).
- Lecture d'un album et jeu ludique en lien avec l'histoire lue.
- Un samedi par mois à 10 h 30 (45 à 60 minutes)
- 27 avril au 18 mai
- Coût : gratuit
- 10 places par activité.
- Inscription obligatoire au 450 224-4137 ou au biblio@saint-hippolyte.ca

Politique de remboursement

Une nouvelle Politique de remboursement s'appliquant aux cours et aux différentes activités offertes par le Service des loisirs et de la culture est désormais en vigueur. Elle permet de clarifier certaines situations, en plus d'établir les paramètres concernant les annulations et les remboursements.

Pour consulter la Politique de remboursement : saint-hippolyte.ca/politiques-municipales.



L'appel des animaux

Nous vous invitons à venir contempler les œuvres de l'artiste hippolytois Cyrus Rouhani jusqu'au 28 avril, à la bibliothèque municipale.



Service d'aide en impôts

Le Centre d'action bénévole Saint-Jérôme offre un service d'aide en impôts jusqu'au 30 avril prochain, sur rendez-vous seulement. Laissez un message au 450 432-3200 poste 226 et un bénévole vous rappellera pour vous fixer un rendez-vous.

Critères pour profiter du service :

- Personne seule : revenus ne dépassant pas 35 000 \$
- Couple ou famille : revenus ne dépassant pas 45 000 \$

Vous n'êtes pas admissible si dans l'année :

- Vous avez déclaré une faillite (non-libérée)
- Vos revenus d'intérêt dépassent 1 000 \$ ou avez eu des gains en capital ou en dividendes
- Vous avez vendu une propriété en 2023
- Vous avez des revenus d'entreprise ou de location
- Vous êtes travailleur autonome et avez fait plus de 1 000 \$



Subvention accordée au journal Le Sentier

Voici ce qu'on peut lire en titre d'un communiqué du bureau de la députée de Prévost :
« Le gouvernement du Québec accorde plus de 70 500 \$ à deux médias communautaires de la circonscription de Prévost. »

La députée de Prévost, ministre responsable des Aînés et ministre déléguée à la Santé, Mme Sonia Bélanger, annonce, au nom du ministre de la Culture et des Communications, ministre responsable de la Jeunesse et ministre responsable de la région de l'Outaouais, M. Mathieu Lacombe, ainsi qu'au nom de la ministre responsable de la Solidarité sociale et de l'Action communautaire, Mme Chantal Rouleau, l'octroi d'une somme de 71 477 \$ à deux médias communautaires de la circonscription de Prévost pour l'année 2023-2024.

Le gouvernement du Québec continue d'appuyer le milieu journalistique qui en a grand besoin en ce moment. Ce soutien permettra à ces médias communautaires de continuer à remplir leur mission consistant à fournir de l'information locale et régionale, tout en favorisant la participation des communautés à leurs activités.

Rappelons qu'en plus des financements importants assurés depuis cinq ans, le gouvernement a fait adopter une motion à l'unanimité à l'Assemblée nationale afin de demander au gouvernement fédéral de revoir la tarification de Postes Canada, en ce qui a trait à la distribution des médias imprimés, pour que ces derniers puissent continuer de jouer leur rôle essentiel dans toutes les régions du Québec.



Carole Bouchard, Michel Fortier du journal des Citoyens, Sonia Bélanger Ministre responsable des Aînés et déléguée à la Santé, Michel Bois et Liette Lussier du journal Le Sentier.

PHOTO CATHERINE POTEL

À l'échelle nationale, 155 médias communautaires, tels que des médias imprimés, des médias en ligne, des radios et des télévisions, vont bénéficier d'un soutien financier d'un total de 6,5 M\$ pour l'année 2023-2024.

Médias communautaires soutenus dans la circonscription de Prévost

Journal communautaire de Saint-Hippolyte	30 256 \$
Journal de Prévost	41 221 \$

Citations

« Les médias communautaires jouent un rôle fondamental pour la vitalité démocratique dans nos régions. Dans le contexte

actuel, qui comporte plusieurs défis pour les médias, il est important que le gouvernement du Québec les appuie financièrement pour les aider à poursuivre leur mission qui est d'offrir de l'information de qualité, adaptée à la réalité de leurs communautés, en plus de donner une voix aux citoyennes et aux citoyens. »

— *Mathieu Lacombe, ministre de la Culture et des Communications, ministre responsable de la Jeunesse et ministre responsable de la région de l'Outaouais.*

« En plus de favoriser l'accès à l'information locale et communautaire partout au Québec, cet appui contribue notamment à souligner l'engagement et l'apport de ces médias à la participation sociale, à l'inclusion économique

et à l'action bénévole des Québécoises et des Québécois. »

— *Chantal Rouleau, ministre responsable de la Solidarité sociale et de l'Action communautaire.*

« Les médias communautaires occupent un rôle de premier plan en contribuant au sentiment d'appartenance des citoyennes et des citoyens. Je suis particulièrement fière que nous puissions soutenir le travail qu'ils accomplissent. »

— *Sonia Bélanger, députée de Prévost, ministre responsable des Aînés et ministre déléguée à la Santé.*



- Concentration
- Détermination
- Contrôle de soi
- Cardio
- Souplesse
- Auto défense

Inscrivez-vous.

Les cours ont lieu le **lundi** et le **mercredi** de 18 h 30 à 20 h au **Centre de plein-air Roger-Cabana** 2060, ch. des Hauteurs, Saint-Hippolyte

Senseï : Michel Petit
Tél. : 450 563-3622

petitm2021@gmail.com

Ouvert 7 jours de 8 h à 18 h

Venez nous visiter. Nous serons heureux de vous conseiller.

Nous avons un vaste choix de produits.

1495, chemin du lac Écho
450 224-0098

Brunch de Pâques

GAGNEZ UN CHOCOLAT DE PÂQUES

JAMBON À L'ÉRABLE

SAUCISSES - BACON

OMELETTE - MINI-QUICHE

MINI BAGEL SAUMON FUMÉ

FÈVES AU LARD - CRÊPES SUCRÉES

PLATEAU FROMAGES ET CHARCUTERIES

MARINADES ET SALADE DE CHOU

Dessert

TARTE AU SUCRE

FRUITS CHOCOLATÉS

Le tout à volonté et servi à la table

Du 29 mars au 1^{er} avril

Pour réservation ou information:

450 563-2790

AUBERGE HÔTEL RESTAURANT LAC PIN ROUGE

Barbada de Barbades à Prévost pour les enfants de 3 à 7 ans

Opinion



Loyola Leroux
lloeroux@journal-le-sentier.ca

Le maire Paul Germain a fait preuve d'une grande excentricité (ou singularité) depuis son élection. Des projets, inimaginables il y quelques années, ont été réalisés. Ce qui place Prévost dans une classe à part au Québec.

Le samedi 9 mars, le maire Germain a invité un personnage coloré de notre univers culturel québécois pour l'Heure du conte. Sébastien Potvin, connu sous son nom de scène de drag



Notre journaliste devant l'église.

PHOTO LOYOLA LEROUX

queen Barbada de Barbades, est une personnalité importante de la communauté LGBT au Québec. On peut lire sur Wikipédia : « En août 2016, dans le cadre de la Journée des enfants de Fierté Montréal, Barbada de Barbades organise avec le bibliothécaire en études LGBTQ+ Michael David Miller, de la Bibliothèque de l'Université McGill, une journée de contes pour démystifier l'amour qui se retrouve à l'extérieur de la norme sociale et donner une occasion aux personnes présentes d'apprendre davantage sur l'art de drag queen. »

Tous reconnaissent à un individu le droit de gagner sa vie. Barbada travaille dans les cabarets et donne de bons spectacles pour dis-

traire les adultes. Ce public l'apprécie beaucoup. Mais certaines personnes, comme ces dames qui manifestaient devant l'Église catholique, qui sert aussi de salle municipale, ne sont pas d'accord pour qu'elle s'adresse aux enfants. La pancarte d'une manifestante, citant une psychologue, dénonçait ce mauvais exemple donné aux jeunes. De plus, selon elle, Barbada provoque un sentiment de malaise en ne donnant pas une image positive de la femme.

La liberté de presse malmenée à Prévost

Je passais par hasard et je me suis arrêté. Devant l'église, il y avait deux policiers de la SQ et deux responsables de la sécurité avec le dossier de la ville. J'ai présenté ma carte de journaliste du Sentier, mais la sécurité m'a empêché d'entrer, car l'activité exigeait une inscription en ligne et était fermée aux journalistes. J'ai argumenté poliment et les deux policiers m'ont entouré. J'ai 75 ans... Je ne m'attendais pas à une telle réaction.

Pendant que des femmes battues n'obtiennent pas d'aide de la police, que des pédophiles courent les rues, que des voleurs

d'automobiles font la pluie et le beau temps et que des vendeurs de drogue s'infiltrent dans les cours d'école, la SQ dépêche deux autopatrouilles pour surveiller cette rencontre pour enfants. Pendant que nos écoles manquent de psychologues, que les élus municipaux réclament l'accès à des soins psychologiques, le fait de dépenser de l'argent pour encourager un lobby, a-t-il sens ? Pendant que des censeurs s'attribuent le rôle de « gardiens du senti », élaguent les vieux livres, brûlent les Tintin et envoient au recyclage les classiques de la littérature jeunesse : La Fontaine, Jules Verne, la Comtesse de Ségur, Saint-Exupéry, Dickens, Jack London, Mark Twain et autres, nos enfants, qui ne les connaîtront jamais, doivent lire des livres écrits par des drag queens, largement subventionnés et rédigés selon les règles EDI (équité, diversité et inclusion). Une rumeur voudrait que l'invité pour la prochaine *Heure du conte*, choisi par le maire Germain, soit un prêtre catholique, qui viendrait raconter, en soutane, la belle histoire du petit Jésus.

GROUPE BJJG
ARPENTEURS GÉOMÈTRES

Marc Jarry, *Arpenteur-géomètre*

Tél. : 450 563-5192 • 800 563-5192
Télec. : 450 229-7045
mjarry@bjgarpenteurs.com
bjgarpenteurs.com

Monique Pariseau
mpariseau@journal-le-sentier.ca

Il était une fois

La carte de Tendre

Créée au 17^e siècle par Madeleine Scudéry, la carte de Tendre est celle d'un pays imaginaire illustrant les grandes lois des relations amoureuses. Madame de Scudéry possédait de nombreuses notions de géographie et était sensible aux tendres secrets de l'âme humaine. Elle dessine les villages et les chemins que traverse l'amour et ceux qu'il doit parcourir pendant cette période que certains relient ironiquement, comme Molière, à celle des Précieuses Ridicules.

Pourtant cette carte a pour but ultime d'enrayer l'égoïsme et la brutalité des hommes pour qu'ils apprennent à être plus tendres et respectueux envers la gent féminine. La carte de Tendre se voulait un mode d'emploi de la galanterie et tentait d'expliquer comment aimer et se faire aimer. Les femmes de cette époque voulaient accorder une grande importance aux conversations sans restrictions qui ont le pouvoir de délier les mœurs et où on pouvait s'amuser à inventer des maximes, des portraits et de la poésie.

La carte de Tendre était une représentation de la navigation amoureuse où

étaient illustrés le lac de l'Indifférence, la mer de l'Inimitié et le fleuve dans lequel se jetaient les affluents de la Reconnaissance et du Respect. Pour un amour solaire, cette carte traverse dix villages tels ceux de la Complaisance, de la Soumission, des Petits Soins, de l'Assiduité, de l'Empressement, des Grands Services, de la Sensibilité, de la Tendresse et de l'Amitié.

Il y a par contre la mer Dangereuse pour signifier aux femmes qu'il est dangereux de dépasser les limites permises, car elles pourraient se retrouver devant cette horrible mer. Il est particulièrement intéressant de s'attarder à bien lire la carte de Tendre, car elle illustre toutes les tonalités des relations amoureuses.

© WIKIMEDIA

SOUPER ET SOIRÉE DE DANSE

THÈME COUNTRY

ALORS, À VOS BOTTES, CHAPEAUX, FOULARD ET CHEMISES DE COWBOY

Samedi 4 mai 2024 - de 18 h à 22 h 30

Souper et Soirée de danse avec Linda Paquin et Guy Rivet

École des Hauteurs, 30 rue Bourget, Saint-Hippolyte, QC J8A 2M7

MENU

Rôtisserie Benny & Co.

Poitrine ou cuisse de poulet (selon votre choix)

Frites et Salade de chou - Sauce et Petit pain - Thé - Café - Dessert

Coût du billet pour souper et soirée de danse

Membres 27 \$ (avec choix de poitrine de poulet)

Membres 25 \$ (avec choix de cuisse de poulet)

Non-membres 29 \$ (avec choix de poitrine de poulet)

Non-membres 29 \$ (avec choix de cuisse de poulet)

Coût du billet pour soirée de danse seulement

Membres et non-membres 15 \$

La date limite pour l'achat de billets est le 22 avril 2024

R.S.V.P. IMMÉDIATEMENT

Billets disponibles auprès de :

Jean-Pierre Gaudry 514 978-5664 ou Pierrette Cyr 450 436-2979

Formez vos tables de 8 personnes

Prix de présence avec billets.

PPORTEZ VOTRE BOISSON ET VOTRE SOURIRE

L'ENVIRONNEMENT DU NORD LTÉE

Bois de chauffage

(bois franc)

- Livraison et autocueillette dans notre cour à bois (43, chemin du Lac Adair)
- RÉSERVEZ VOTRE DATE
- Service chaleureux, courtois et professionnel
- Argent comptant, débit, virement et crédit acceptés

450 563-3139 www.boisdechauffage-sec.ca

Entreprise d'ici



Sara Jane Nantel
sjnantel@journal-le-sentier.ca

L'histoire du Renard et de la Galette

en France s'est dupliquée ici. Les circonstances entourant l'arrivée à Saint-Hippolyte de David relèvent de la magie et nous avons de la chance, car ce sont des chemins quelques fois compliqués et quelques fois de circonstance qui l'ont amené à nous. L'histoire de la famille est affichée dans la porte, mais si la question se pose et l'envie vous prend d'en savoir plus sur les magnifiques portraits dont la salle à manger est ornée, alors je vous réponds maintenant, ce sont les membres de sa famille. La mère de David était une cuisinière réputée en France, ayant elle-même hérité ce don de sa mère.



Un maître-crêpier, un terme peu connu ici, mais grandement apprécié par



Ci-contre, David le propriétaire et l'enseigne du restaurant.

PHOTOS SARA JANE NANTEL

nos amis français. Les crêpes bretonnes sucrées et galettes (crêpes salées) qui sont servies sont délicieuses, bien que le Québec a coutume des plats deux œufs bacon, les galettes du Renard n'ont rien à leur envoir. Absolument tout ce que vous mangez est préparé maison, ce qui rend la valeur du repas d'autant plus intéressante.

Le restaurant est ouvert depuis le 1^{er} mars et depuis, plusieurs individus sont venus toquer à sa porte. La curiosité et l'engouement derrière l'ouverture de ce restaurant à Saint-Hippolyte sont palpables. Les petits déjeuners sont servis tôt pour accommoder ceux qui se rendent à leur travail. Pour le moment, le restaurant n'offre pas les repas le soir, mais David est ouvert à potentiellement évaluer la demande. Il souhaite ajouter aux branches du Renard et de la Galette des petites surprises qu'il dévoilera au fil du temps autant dans son menu que dans l'ambiance du restaurant. Ajoutant à son menu plus d'items chaque semaine, ce restaurant se veut familial, et offre des petits coloriations des différents personnages du Renard et la Galette aux enfants.

Qu'en est-il du service au volant? La famille travaille actuellement pour que ce soit possible. C'est une étape importante au bon déroulement du service à la clientèle du Renard et de la Galette, puisque dès que la ville aura délivré le permis, le matin, café et wraps seront servis à l'extérieur. Depuis l'ouverture, Le Renard rencontre le défi du manque de personnel. Les personnes intéressées sont invitées à se présenter. David vous invite à déguster des plats intéressants et différents au Renard et la Galette, 982, chemin des Hauteurs de 7 h à 14 h du mardi au samedi, 450 224-1811.

Cette part de mystère qui se cache en chacun d'entre nous parfois se révèle au grand jour pour certains courageux. Il y a ceux qui vivent de leur passion et qui réalisent leur rêve dès l'aube. C'est une histoire d'amour entre la cuisine et l'héritage familial qu'est celle du Renard et de la Galette.

En 2019, la visite de David au Québec avec sa famille ne les laisse pas indifférents. En 2020, durant la pandémie, la famille pose les pieds ici. David se trouve un travail, mais il n'en reste pas là, car quelque part au milieu de la France, Le Renard et la Galette, qu'il a bâtie lui-même, lui manque. Si l'on partage l'amour, c'est bien connu, elle se multiplie. Donc la crêperie Le Renard et la Galette qui fut érigée



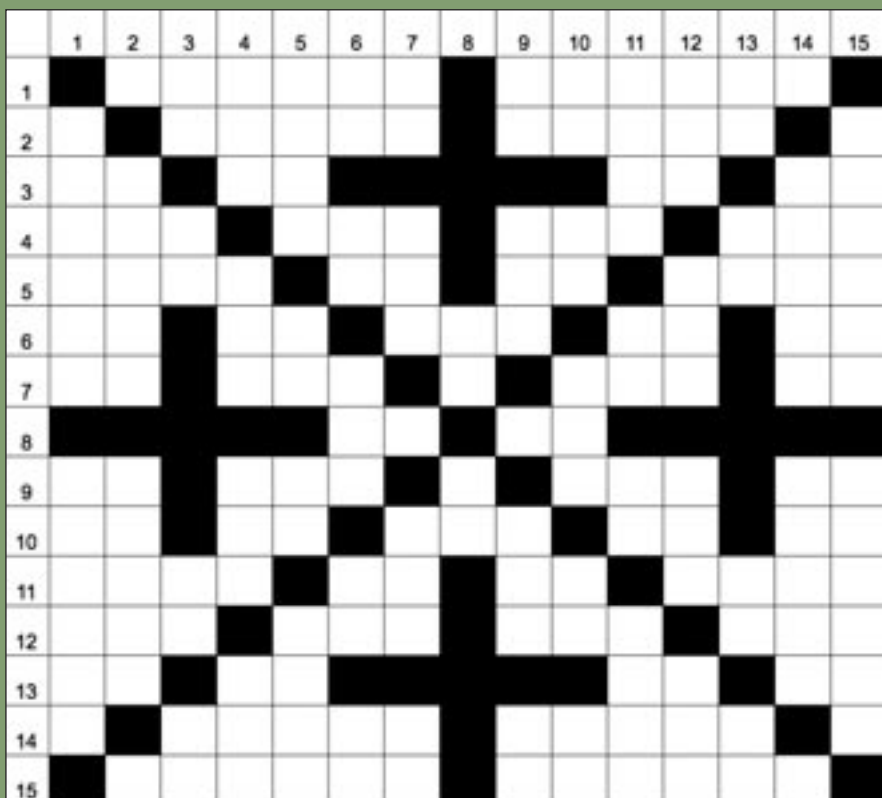
Les portraits de la famille du Renard exposés dans la salle à manger.

PHOTO SARA JANE NANTEL



Mots croisés

Votre verbicruciste



HORIZONTALEMENT

1. On vous y expose au mépris public – Origine d'immigrants à Saint-Hippolyte
2. Omniprésente dans les Laurentides – Grand oiseau incarnant notre municipalité
3. Potentiel hydrogène – Ibidem – Millilitre – Centilitre
4. Lettre grecque – Mèche de cheveux – Auteurs des Histoires extraordinaires – N'est pas amateur
5. Mouton – Suit le nom d'un moine dominicain – Pronom personnel – (Romain) Gary, pour un temps
6. Préfixe de renforcement – Elle peut être fixe, phonétiquement – Le député Rhéal Fortin l'a été – Mantra – Diplôme de premier cycle
7. Symbole d'une unité d'angle – Aphérèse d'un véhicule public – Le bonheur pourrait y être – Article espagnol
8. Groupe financier abrégé – De- , de- , de-là
9. Parti politique québécois défunt, succinct – Drame de Corneille – Possède
10. Dieu égyptien – Vieux do – Peut être intérieur – Indique le choix – Drame japonais
11. Échec – Exprime le dédain – Buveurs en sevrage – Calme (anglicisme)
12. Mesure les années – Manœuvre frauduleuse – Chanteuse Zadora – Dans la rose des vents
13. C'est-à-dire, en bref – Jeu de stratégie – Abréviation américaine d'un État de la Nouvelle-Angleterre – Hypothèse
14. Se rapporte aux nœuds – Louange
15. A écrit dans le Sentier l'Éloge d'un vieux couple, son prénom – Auteur de Rouletabille

VERTICALEMENT

1. Contribution – Opposé à rural
2. Ce qu'est son pays, selon Vigneault – Tombe en hiver
3. Conifère de la famille des taxacées – Symbole d'un métal emblématique de Sudbury – Préposition – Symbole d'un élément artificiel, nommé pour un institut suédois portant l'appellation de l'inventeur de la dynamite
4. Rue de Bruxelles – Rien, un rien suranné – Lampée – Étranger à la loi de Moïse
5. Cercle décrit par un serpent – Impayé – Dans un film de Spielberg, il veut appeler maison – Dronte de l'île Maurice
6. Dans la gamme – Symbole d'un dérivé de l'uranium – Argile – Symbole d'une importante organisation syndicale française – Prénom syncopé d'un mafieux célèbre
7. Pronom neutre anglais – Ébène verte – On peut avoir quelqu'un à son bout – De-ci, de- ...
8. Mesure chinoise – Hors de combat
9. Exclamation – Adverbe de faible quantité – Genre musical – Dieu dans les langues sémitiques
10. Démonstratif – Pronom indéterminé – La variété dite grand a sa rue à Saint-Hippolyte – Possède – Largeur d'une étoffe
11. Arbre souvent affecté par la maladie hollandaise – Conjonction – Variété de jeu vidéo – Sentiment latin
12. Ancienne monnaie péruvienne – Intérieur d'une bouche à feu – Titre de noblesse – Début d'une formule latine de confessionnal
13. Étain – Abréviation d'ajout de documents – Souvent remplace nous – D'avoir
14. Crustacé décapode – Bardots
15. Peut se dire d'un vin – Notre étoile

P'tites plumes



Entrevue avec Mme Desnoyers

Chères lectrices, chers lecteurs, Pour mon premier texte, j'ai décidé d'interviewer Mme Desnoyers, titulaire de 5^e année à l'école des Hauteurs. Sympathique et généreuse, elle pense toujours aux autres. Maintenant, voici ses réponses à mes questions.

Q : Pour quelles raisons avez-vous choisi ce métier ?

R : J'ai choisi ce métier, car j'ai adoré travailler avec les enfants dans les camps de jour. J'ai trouvé que mon quotidien serait vivant et stimulant. J'ai voulu faire une différence dans la vie des enfants en créant un lien particulier avec eux.

Q : Quelle est votre plus grande qualité ?

R : Selon moi, ma plus grande qualité est ma capacité à foncer. Je n'ai pas peur des nouveaux défis, d'embarquer dans de nouveaux projets, de sortir de ma zone de confort et d'accepter de me tromper en chemin. J'adore la citation : *Prends le risque ou perds ta chance*. Cela me définit bien dans mon quotidien.

Q : De quoi rêvez-vous ?

R : Je rêve de devenir directrice un jour. J'aspire à évoluer dans le système scolaire et faire de plus gros changements. Côté personnel, je veux continuer à voyager pour me nourrir des autres cultures et continuer d'évoluer.

Q : Selon vous, qu'est-ce qu'une bonne école ?

R : Une bonne école pour moi, c'est un milieu encadrant au sein de la discipline. C'est un milieu qui encourage les projets avec la communauté ainsi qu'avec les parents. Une bonne école est composée d'employés motivés par les projets réalisés avec leurs élèves.

Cloé Brazeau, groupe 502



Fin de semaine de ski de fond

Bonjour, aujourd'hui, je vais vous parler d'une activité que j'ai pu faire au mois de janvier avec ma famille au

parc du Mont-Tremblant. Nous y sommes allés pour faire du ski de fond et ensuite se rendre dans un refuge pour aller dormir. Il était à peu près 10 h du matin lorsque nous sommes partis du Centre de découvertes. Nous avions à peu près 7 km à parcourir en ski de fond, soit environ 3 heures de ski. Après avoir skié pendant environ 1 h 30, nous nous sommes arrêtés pour dîner. Au menu, des sandwiches au jambon. Après notre bon repas, nous sommes repartis pour finalement nous arrêter au refuge nommé la Ouache. C'est le refuge où nous avons séjourné. Au courant de la soirée, nous avons joué aux cartes, fait du ski, et avons aussi glissé dans les pistes de ski de fond en faisant attention bien sûr ! Le lendemain matin, nous sommes repartis pour une autre randonnée de ski de 9 km avec des montées et des descentes. Nous avons pu ensuite regagner le Centre de découvertes et finalement, nous sommes retournés à la maison.

Eva Beaudry, groupe 402



Festival d'hiver à l'école du Champ-Fleuri

Le 10 février, la ville de Prévost a organisé un festival d'hiver à l'école du Champ-Fleuri. J'y suis allée avec mon ami, le frère de mon ami et sa mère ainsi que mon frère et ma mère. Mon ami et moi jouions à nous pousser. Nous sommes aussi allés chercher des cornets au sirop d'érable gratuitement. Ensuite, nous sommes rentrés à la maison. Mon frère a dormi chez son ami et moi, j'ai dormi chez moi. Voilà ma merveilleuse soirée du 10 février. Merci de m'avoir lue !

Maïka Maheu, groupe 402



Le Festival d'hiver de Saint-Hippolyte

Le 10 février, il y a eu un festival d'hiver au camp de jour des Tortilles. Il y avait une chasse au trésor à 13 heures. On devait trouver des pièces dans une zone en particulier. On gagnait de bons chocolats Oréo confectionnés par La Bibitte à Sucre. Le festival durait de 10 h 30 à 15 heures. Pendant toute la durée, il y avait deux jeux gonflables, des glissades et une petite fermette. Le premier jeu gonflable avait pour thème les animaux. Il y en avait partout à l'intérieur, pas des vrais bien sûr ! Le deuxième jeu était de toutes les couleurs. C'était un parcours d'obstacles *rebondissants* et tout mous. Il y avait aussi des glissades en tapis. Un cascadeur, Pete Kaboom, a descendu la grosse côte debout sur des miniskis ! Il a signé quelques autographes. Un de mes frères, Justin Roux, qui a six ans, a pu avoir un autographe de Pete Kaboom ! Il y avait aussi la mini-fermette, l'une de mes activités préférées. On y trouvait deux ânes, Amilada et Azalée (une ânesse et sa petite). Amilada avait le pelage brun et Azalée, la fourrure blanche. Toujours dans la fermette, il y avait aussi Apollon, le cheval miniature. Apollon avait la fourrure blonde et sa crinière était blanche. On pouvait promener Apollon grâce à une corde. Il était aussi possible de nourrir et de brosser Azalée, Amilada et Apollon. Finalement, il y avait également quatre moutons. Le festival était super le fun ! À la prochaine !

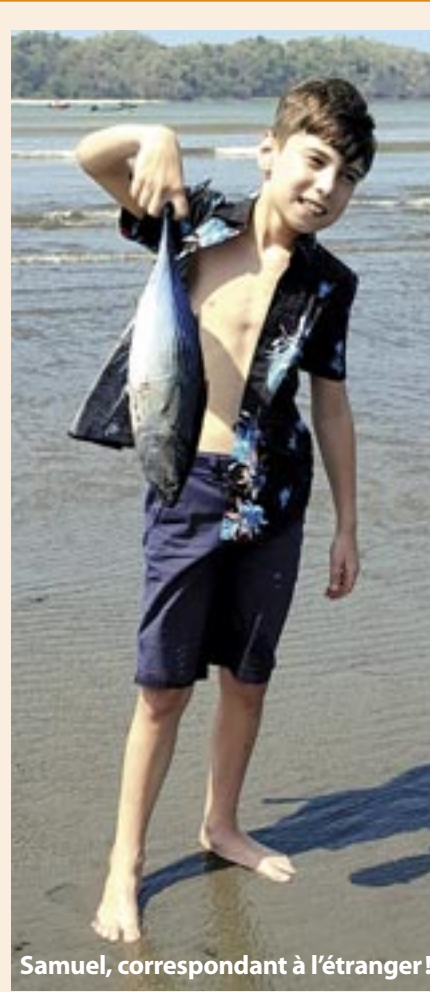
Khalessi Roux, groupe 401



Moi, jouer au hockey ? Bien sûr !

Pendant l'hiver, je joue au hockey. J'adore mon équipe. Notre gardien de but, Maddix Lauzon, ne laisse rien passer et le trio attaquant de Maverick, Jacob et son frère Loïc est imbattable ! De mon côté, je suis défenseur avec mon meilleur ami Joram. Je porte le numéro 59. Mon équipe et moi, nous formons les STRIKERS ! On se pratique quelquefois dehors, mais c'est de plus en plus rare à cause de la météo changeante. L'arène où nous jouons nos parties se situe à Boisbriand. En conclusion, j'adore ce sport tout comme j'adore aussi l'art de la scène et le baseball !

Jérémie Gagné, groupe 602



Samuel, correspondant à l'étranger !

La pêche au Panama

J'ai fait plusieurs activités au cours de mon voyage dans ce pays incroyable. L'une d'entre elles s'est démarquée : la pêche en mer suivie de la cuisine typique. Cette aventure a débuté lorsque nous avons croisé un capitaine de bateau appelé *le Chinois* qui organise des tours de pêche pour les visiteurs. Comme il n'était pas chinois, nous lui avons demandé de nous raconter l'histoire de son surnom. Son père, qui pêchait par un beau matin, fut victime d'un grave accident. Comme il souffrait d'une hémorragie, il fut transporté à l'hôpital où il reçut du sang d'un Chinois à face d'aborigène. Quelques mois plus tard, le pêcheur rétabli eut un fils que l'on surnomma *le Chinois* ou *el Chino*. Nous avons donc sillonné la mer en quête de poisson. Nous ne sommes pas revenus les mains vides. La mer était agitée et notre bateau a franchi les vagues pour nous emmener jusqu'au récif rocailleux. Nos appâts, en forme de sardines, ont fini par leurrer un poisson. Notre prise était une authentique bonite, plus précisément une Bonite à ventre rayé (auss appelé thon rose). Une fois de retour sur la terre ferme, notre prise a été filletée. Sa chair était de couleur cramoisie. Nous l'avons fait cuire au four avec du beurre. Un vrai délice !

Samuel Bastien, groupe 502



Le liseron

Il y avait un grand homme toujours habillé en noir. C'était le pire humain de tous. Cet homme vivait non loin d'une montagne où se reposait un monstre. Dans la bouche de ce monstre se trouvait une grande mine de cristaux et l'homme habillé en noir envoyait des enfants chercher ces cristaux. Les enfants ne revenaient jamais, car le monstre s'en régala. Pour continuer sa récolte de cristaux, l'homme en noir devait verser une potion magique dans la 7^e oreille du monstre. La potion sentait la *mort*, alors il utilisait la fleur de liseron pour que son mélange sente bon. Un jour, le champ de liserons subit une sécheresse. Les fleurs étaient toutes séchées. L'homme noir fut obligé de tuer le monstre. Soudain, une fillette lui dit qu'elle avait un mélange qui pourrait remplacer le liseron. « Si cela fonctionne, je veux un sac plein de bijoux », lui dit la jeune paysanne. « Comment t'appelles-tu, jeune fille ? », lui dit l'homme en noir. « Maya ! », dit-elle bêtement. « Alors Maya, si tu réussis, tu auras même deux sacs remplis de bijoux », dit-il. Il versa alors le mélange dans sa potion et la magie opéra ! Le mélange sentait la rose, le lilas et j'en passe. Le magicien tout de noir vêtu versa la potion dans la 7^e oreille du monstre, mais, le magicien noir n'avait pas compris que la nouvelle potion de la paysanne avait non seulement changé l'odeur du mélange, mais avait aussi évaporé toutes les vertus magiques ! Le monstre se réveilla et agrippa l'homme toujours habillé de noir et l'avalait tout rond. C'était un horrible spectacle... La jeune fille Maya se réjouissait que l'homme noir soit mort, car son jeune frère s'était déjà rendu pour récolter des cristaux et n'était jamais revenu. Elle riait de ce qui s'était passé quand ses rires ont faibli... Le pied du monstre avait écrasé la jeune paysanne ! Elle avait réveillé un monstre au lieu de le tuer et les dieux l'avaient punie. Dans sa tombe, qu'elle puisse se reposer.

Florence Trottier, groupe 501



L'importance du théâtre dans ma vie

Bonjour, aujourd'hui, je vais vous parler de théâtre. Le théâtre peut être très compliqué. De mon côté, j'en fais le jeudi et le samedi. Je tiens à vous dire que tous les textes ont de l'importance. Qu'il y ait peu ou beaucoup de répliques, il faut toutes les connaître par cœur ! Admettons que Charles dit deux phrases et Maude en dit une vingtaine... Si Charles n'est pas là, la scène n'aura pas de sens d'être jouée. J'adore le théâtre. Présentement, je suis dans une scène d'Astérix et Obélix. Je joue le rôle du maire, du druide 1 et de Jean-Patrick. Si vous désirez faire du théâtre comme moi, je vous conseille l'agence de Mariève Lafond. Voici ses coordonnées : Agence Marie-Ève Lafond, 766, rue Saint-Georges à Saint-Jérôme. Tél. : 450 821-2532.

Camille Gingras, groupe 401



Allez prendre l'air

Chers lecteurs, que vous soyez enfants ou adultes, lisez bien ce qui suit. Vos enfants passent-ils la journée à jouer à Roblox, Minecraft ou Fortnite ? Saviez-vous que jouer trop souvent aux jeux vidéo est mauvais pour les enfants ? Avez-vous pensé d'aller à Roger-Cabana pour faire une randonnée ou alors aller jouer dans votre jardin ? Ou simplement faire un bonhomme de neige ou un fort de glace ? Il faut prendre l'air et se faire chauffer au soleil ! C'est bon pour le corps, le vôtre et celui de votre enfant. Nous avons tous besoin des éléments de la nature, c'est pour notre bien. La vie n'est pas faite pour que nous restions en dedans surtout quand il fait soleil ! Même si les jeux vidéo peuvent être sympathiques, en faire trop souvent n'est pas bon ni pour le corps ni pour l'esprit !

Khalessi Roux, groupe 401



S.O.S. Tentacule

deux textes complémentaires

Par un beau matin d'hiver, Tornade et Bob ont faim. Très faim. Maintenant, ça fait cinq jours qu'ils n'ont pas mangé de la laitue. Un jour, l'escargot a eu la meilleure idée du monde. Il dit « Et si on allait dans l'eau ? » Oui, les escargots savent comment respirer sous l'eau. Mais pour aller dans l'eau, ils doivent évidemment trouver un lac. Arrivés au lac, Bob dit : « Un trou. Il faut faire un trou dans la glace. » Tornade, agacé par son intelligence, fait un trou rapidement et saute dans l'eau sans lui dire où il va. Deux secondes après, Bob l'intello crie : « On doit se séparer ! »

Une heure plus tard, Tornade voit un petit animal coincé dans les lignes de pêche. Il s'approche doucement jusqu'à ce qu'il voit un bébé calmar qui s'appelle Noémie. « Aide-moi », dit-elle. Tornade, ému, doit trouver un moyen de couper la corde pour libérer Noémie avant que les pêcheurs remontent la ligne. Le dragon est obligé de l'aider, car c'est un bébé! Tornade est stressé, dans quelque temps Noémie va se faire manger, alors le petit carnivore prend une huître et coupe le fil de pêche. Enfin, le petit calmar est libre. Il ne lui reste qu'à trouver sa maman. Après 10 minutes, les deux nouveaux amis sont désespérés. Ils retournent au point de départ. Oh! La mère de Noémie pleure devant le fil de pêche. « Maman ? », dit le bébé calmar. La mère se retourne et félicite le dragon. « C'est grâce à Bob, c'est lui qui a eu l'idée d'aller dans l'eau », dit Tornade. « Qu'est-ce que vous voulez en échange ? », dit Noémie. « On voudrait de la nourriture et un abri », dit Bob l'impoli. OK!

Une semaine plus tard, Bob et le dragon Tornade habitent chez leurs nouveaux amis les calmars géants.

Version d'Arielle Landry

Par un beau matin d'hiver, Bob, le fameux escargot et Tornade, le mini dragon, avaient faim. Très faim. Voilà maintenant cinq jours de famine. « Et si on allait dans l'eau ? On peut respirer dans l'eau », dit Bob, l'intelligent escargot. « Oui, vite, j'ai faim », répondit Tornade. Rendus sur place, il y avait de la glace. « Un trou ! », dit Bob. « Il faut faire un trou. » Tornade, agacé par son intelligence, brisa la glace et plongea. « Séparons-nous », dit Bob, le super escargot. Tornade remonta et cria de rage : « Grouille l'escargot intello ! » Il replongea puis disparut. Bob plongea et alla vers la droite. Après 30 minutes, Bob vit un tentacule. « Allo! Viens Tornade ! Pourquoi ta queue fait un mètre de long ? » « Tornade ? », dit Bob inquiet.

« Qui est Tornade ? Un pêcheur ? Un monstre ? » « Non, c'est mon meilleur ami ». Toi, M. Tentacule d'un mètre, qui es-tu ? Un monstre ? », dit l'escargot.

« ... »

« Allez, répondez ! »

« Un calmar, je suis un calmar. »

« ... »

« Aide mon bébé et je ne te mangerai pas », dit le calmar.

« Bon, d'accord, mais je veux une faveur. »

« OK. Viens. »

Rendus à l'endroit, ils virent un filet de pêche. « Mon... Mon... Mon bébé ! », sanglota-t-elle.

« Et ma faveur ? », dit Bob l'irrespectueux escargot.

Dix minutes plus tard, un petit calmar dit :

« Maman ? »

Elle se retourne et... : « Mon bébé ! », dit la mère calmar.

« Je vous donne un cadeau. Que voulez-vous ? », dit Noémie, le bébé calmar.

Une semaine plus tard, les quatre amis vécurent sous l'eau, heureux.

Version de Cloé Brazeau
Arielle Landry et Cloé Brazeau,
groupe 502



Attention à la propreté!

Chaque fois que la neige fond, c'est toujours la même histoire... Des mégots de cigarettes, il y en a partout!

Vous vous êtes sûrement déjà promenés sur le trottoir et vous avez dû voir des cigarettes par terre. Il y en a dans les rues, sur des terrains de baseball, en gros, il y en a partout! Je suis tannée! Imaginez le nombre de personnes qui fument pour en retrouver autant au sol, c'est dérangeant. Aujourd'hui, tout le monde sait que la cigarette cause le cancer et que des gens meurent à cause de cela... Et si vous fumez, pourquoi ne pas disposer de vos mégots ailleurs que dans notre environnement? Soyez responsables de vos propres déchets en évitant de polluer notre espace extérieur...

Maïka Maheu, groupe 402



Prenez des vacances!

Vous travaillez trop? Vous êtes fatigués? Bon, parfait! Prenez des vacances et couchez-vous à 19 heures au lieu de

23 heures! Faites garder vos enfants! Cinq jours de vacances, c'est parfait! Allez jouer dehors à la place de magasiner sur votre écran! Et bravo! Je vous félicite de lire le journal à la place de vous coucher devant la télé! Je vais vous donner un conseil. Je suis allée en Jamaïque et c'était les plus belles vacances du monde! Vous pouvez vous rendre en Jamaïque, au Mexique, en camping ou aller faire une promenade! Bon, merci d'avoir lu mon article. À la prochaine les amis!

Camille Gingras, groupe 401



À la découverte de ces étonnants animaux!

Bonjour chers lecteurs! Ici Khalessi Roux en direct de chez elle. Aujourd'hui, je vais vous présenter un chien géant : le Leonberg! Si vous êtes un adepte des chiens, vous le connaissez sûrement. Comment ai-je pu le connaître? Je le connais, car c'est la race de mon chien! Les Leonbergs sont de grands et gros chiens poilus. Leur robe est de couleur caramel, brune, noire, brun foncé et avec un peu de blanc. Les Leonbergs sont peut-être impressionnants ou effrayants, mais ils sont très gentils même avec les enfants. Ils mesurent de 70 à 80 cm au garrot, ce qui est énorme! Le Leonberg pèse de 60 à 80 kg. Il peut vivre jusqu'à 12 ans. Il a beaucoup de poils. Il est aussi doux, docile, joueur et très affectueux! À la prochaine, chers lecteurs!

Khalessi Roux, groupe 401



Mon activité hivernale préférée

Bonjour, aujourd'hui je vais vous présenter l'activité hivernale que j'ai vécue à Roger-

Cabana avec l'école. En début de journée, notre enseignante a pris les présences et nous sommes ensuite partis de l'école en marchant jusqu'au parc. J'ai adoré cette journée parce que nous avons fait de la raquette dans le bois et il y avait un défi. Le défi, c'était de compter combien il y avait de toutous accrochés dans les arbres tout le long du chemin. Nous sommes aussi allés faire de la trottinette sur neige, ça allait vite et j'adore la vitesse! Pour terminer, j'aimerais vous dire que pendant ces activités, j'étais avec ma meilleure amie prénommée Maeve.

Léa-Lou Cyr, groupe 402



Ma saison préférée

Ma saison préférée est l'hiver. Ce n'est pas ma saison préférée parce que je l'aime. L'hiver est mon temps préféré de l'année, car je

n'aime pas vraiment les autres saisons. Pour moi, l'été est trop chaud, le printemps est le moment où les insectes piqueurs reviennent et l'automne passé, ma maison avait été infestée de coccinelles. En hiver, il n'y a pas d'insectes et c'est la seule saison où je ne suis pas obligée d'aller dehors. J'ai beau détester le froid, mais au moins, je ne fonde pas à cause de la chaleur de l'été. De plus, en hiver, il y a Noël et les vacances de Noël. En hiver, il y a les meilleures activités comme le patin, la glissade sur les montagnes et le ski. On peut aussi se promener dans la forêt et regarder les beaux paysages. Finalement, la meilleure chose à propos de l'hiver est quand ma mère me prépare des chocolats chauds surtout quand il fait froid. Voilà pourquoi l'hiver est ma saison préférée.

Amélia Potvin, groupe 601



Environnement dégoûtant

Est-ce que vous êtes déjà promenés dans la forêt ou bien dans la rue? Je pense que oui. Donc, avez-vous

déjà vu des déchets par terre et trouvez-vous qu'il y en a beaucoup trop? Eh bien, moi, si. C'est mauvais pour l'environnement. Et ça, c'est sans parler des trop nombreux excréments de chiens que les maîtres ne ramassent pas ou bien qu'ils placent dans de petits sacs qui ne sont pas jetés à la poubelle. C'est une question de civilité. De respect des autres. On ne devrait jamais laisser de déchets derrière soi lorsque nous sommes à l'extérieur. La planète se porterait bien mieux si nous agissions ainsi.

Eva Beaudry, groupe 402



Mon incroyable fête!

Aujourd'hui, je vais vous parler de mon anniversaire. Pour ma fête, je suis allée jouer au bowling avec ma famille et ma meilleure

amie, Khalessi Roux. Khalessi a réalisé trois abats de suite pour commencer, et je l'ai très trouvée très bonne. J'ai invité mes deux grands-mères et mes deux grands-pères ainsi qu'une tante et mes deux cousines. Mon jour d'anniversaire a lieu le 7 février, mais la fête a eu lieu le 9 de ce mois. J'étais vraiment, mais vraiment heureuse de voir toute ma famille. Malheureusement, un de mes oncles et une de mes tantes ne pouvaient pas être là, alors, le 10 février, je suis allée faire de la peinture céramique avec ma mère et avec eux au Café céramique. Le Café céramique est une place pour prendre de la céramique blanche afin de la peindre à notre goût. On peut aussi manger et boire sur place. J'ai fait une tasse ananas arc-en-ciel, ma mère a réalisé un mini-verre noir avec des fleurs et ma tante a pu faire un perroquet noir, jaune, orange, etc. Merci d'avoir lu mon texte sur mon incroyable fête!

Camille Gingras, groupe 401

Les royaumes des éléments

Aujourd'hui, nous allons parler d'un livre que nous sommes en train de créer. Il s'intitule : *Les royaumes des éléments*. Ce livre en est un de fantaisie, de magie, d'action et d'aventure. Les personnages principaux sont quatre filles qui ont des pouvoirs magiques. Elles se nomment :

Aira pour l'air, *Flamme* pour le feu, *Océane* pour l'eau et *Naturia* pour la nature. Les méchants sont : *Marmada*, la reine du royaume des ténèbres, *Gringeur*, le roi du royaume des ténèbres. Leurs enfants se nomment : *Four-nado* qui a 18 ans, *Tonnerre* qui a 14 ans et *Éclair* qui a 8 ans. Tous ces enfants sont gentils et aident les quatre filles des éléments à détruire *Marmada* et *Gringeur*. C'est un bon roman pour tous les âges. Merci d'avoir lu notre texte.

Camille Gingras et
Khalessi Roux,
groupe 401



ASSOCIATIONS



Cercle de Fermières

Joignez-vous à nous!

Notre local est au pavillon Aimé-Maillé, salle Mireille

Vezeau, 871 chemin des Hauteurs

Réunion mensuelle : le lundi 8 avril à 15 h

Réunion annuelle : 10 juin à 15 h

Portes ouvertes : Rencontres pour faire des travaux, des ateliers et partager nos connaissances.

• les lundis 1, 8, 15, 22, 29 avril de 10 h à 14 h

• les mercredis 3, 10, 17, 24 avril de 18 h à 20 h

Pour renseignements, on peut appeler le lundi au local : 450 224-5591.

Écho de la paroisse



NOUVELLES heures de bureau

Lundi au jeudi : 10 h 30 à 14 h

Vendredi : Fermé

Il est toujours préférable de prendre rendez-vous par téléphone.

Messe du dimanche : 11 h

Accueil à la maison paroissiale : Rita Bone

2259, chemin des Hauteurs

Saint-Hippolyte J8A 3B8

Tél. : 450 563-2729 Téléc. : 450 563-4083

Courriel : fabsthipp@qc.aira.com

Concert

Les Chanteurs de Lorraine

À ne pas manquer

L'an dernier, nous avons eu le bonheur d'accueillir Les Chanteurs de Lorraine en notre église pour un concert intitulé *Prélude gaélique* et tous les participants ont confirmé – avec le même cri du cœur – « il ne faudra pas manquer le prochain concert... »

C'est pourquoi nous avons le plaisir d'inviter de nouveau cette belle chorale mixte et leur ensemble musical pour un concert qui se tiendra à l'église de Saint-Hippolyte le

dimanche 2 juin à compter de 15 h 30. Ce

nouveau concert intitulé *Lux Aeterna, Requiem de John Rutter* nous présentera également des extraits des *Misérables*, ainsi que des chants classiques et contemporains.

Nous vous offrons les billets en prévente au coût de 20 \$ et le soir du spectacle au coût de 25 \$. Alors, hâtez-vous de réserver vos billets en appelant au presbytère aux heures normales de bureau au 450 563-2729 ou auprès d'un membre du conseil de fabrique après la célébration du dimanche.

Au plaisir de vous y voir nombreux!

Gagnants lors du 6^e tirage 2023-2024 (dimanche 3 mars 2024)

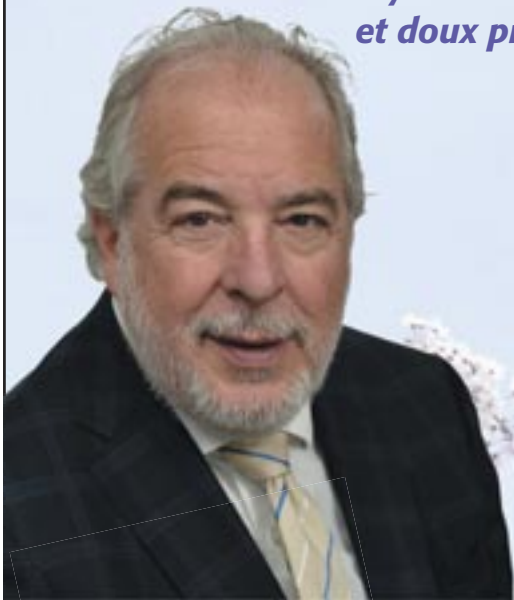
Édith-Anne Pageot (no 233) — prix de 1000 \$

Richard Grégoire (no 274) — prix de 100 \$

C'est un printemps hâtif qui nous arrive cette année au Québec, apportant avec lui une fraîcheur et un esprit de renouveau toujours bienvenus.

Que cette saison nous apporte une douce chaleur et la promesse d'un bel été.

Joyeuses Pâques Rivière-du-Nord et doux printemps!



RHÉAL ÉLOI FORTIN
DÉPUTÉ DE RIVIÈRE-DU-NORD

72, rue de la Gare, Bureau 203, Saint-Jérôme, J7Z 2B8

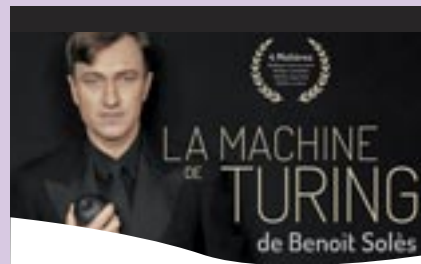
450 565-0061

Rheal.Fortin@parl.gc.ca



THÉÂTRE
GILLES-VIGNEAULT

118, rue de la Gare
Saint-Jérôme, J7Z 0J1
450 432-0660
theatregillesvigneault.com



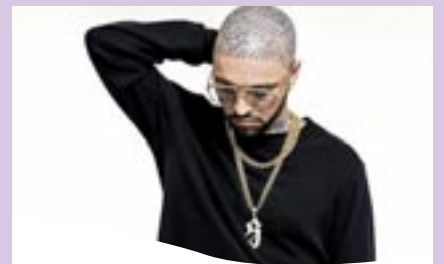
Théâtre

La machine de Turing

— *Agents doubles*

Samedi 6 avril

à 20 h



Chanson

Souldia

— *Non conventionnel*

Samedi 13 avril

à 20 h



Variétés

Mario Pelchat

— *Pelchat Aznavour*
Désormais

Vendredi 19 avril

à 20 h



Danse

Rencontres perméables

— *Merging*

Mercredi 24 avril

à 19 h 30

Diffusions
Amal Gamme

Salle Saint-François-Xavier
994, rue Principale, Prévost
JOR 1T0

Achat en ligne : diffusionsamalgamme.com

Réservation téléphonique : 450 335-3037

Ou par courriel : direction@diffusionsamalgamme.com

Le Duo Cordélia

— De l'autre côté du miroir

De l'autre côté du miroir vient chambouler les repères conventionnels du concert de musique de chambre. Contemplation et ravissement sont au rendez-vous. Les deux talentueuses musiciennes entraînent leur auditoire dans une aventure musicale innovatrice : l'œuvre de compositeurs révolutionnaires ou politiquement engagés, ainsi que des compositions originales de la violoniste Vanessa Marcoux.



Samedi 6 avril 2024 à 19 h 30

Entrée : 30 \$ / Abonné : 25 \$

Moins de 12 ans : gratuit

Carlos Marcelo Martinez — Fiesta del sol



De retour chez Diffusions Amal'Gamme après de longues années, le chanteur et guitariste argentin, Carlos Marcelo Martinez, vous convie à une soirée où il vous sera impossible de ne pas taper du pied! Au menu, salsa, flamenco, bossa-nova et autres rythmes ensoleillés. Accompagné de trois excellents musiciens (percussionniste, contrebassiste et guitariste), Carlos nous promet du soleil!

Samedi 27 avril 2024 à 19 h 30

Entrée : 30 \$ / Abonné : 25 \$

Moins de 12 ans : gratuit

Regardez la vidéo sur notre site : journal-le-sentier.ca

Culture



Manon Tawel
mtawel@journal-le-sentier.ca

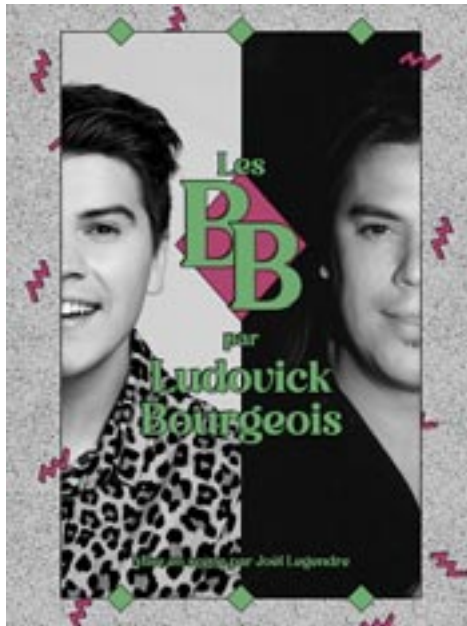
Le 9 mars, les spectateurs du Théâtre Gilles-Vigneault auront bien rempli la salle pour la venue de Ludovick Bourgeois.

En se dirigeant vers nos sièges, on pouvait déjà ressentir la fébrilité de l'auditoire envers ce jeune artiste, mais aussi pour le si populaire groupe des BB.

Un spectacle qui nous rappelle

C'est en 1989 que le trio des Beaux Blonds devient les BB et il se composait de Patrick Bourgeois, François Jean et Alain Lapointe. Pour le plus grand plaisir des fans et en particulier de la gent féminine de toutes les tranches d'âge, Ludovick nous fait revivre de beaux moments à travers le répertoire de cette légendaire formation. Comme un hommage envers son célèbre père, l'artiste et ses musiciens ainsi que sa choriste, nous en mettent plein les oreilles et le cœur, avec ce voyage musical assez exceptionnel. Le talent, les effets spéciaux et le choix des chansons furent bien mis de l'avant

Les BB par Ludovick Bourgeois



avec la mise en scène signée Joël Legendre. À travers sa voix et son visage, Ludovick nous rappelle son père Patrick et avec *Snob*, il entame son spectacle. Durant toute la représentation, on peut voir un écran géant où défilent des souvenirs des BB, mais aussi des moments cruciaux partagés en famille. Une belle façon d'entendre et aussi de vivre leurs plus grands succès. Durant cette soirée, Ludovick nous mentionne que c'est la 23^e représentation de sa tournée et que déjà une supplémentaire est prévue au TGV.

Un joyeux rendez-vous

Pendant près de deux heures, il y a comme une symbiose qui s'établit entre l'auditoire et l'artiste qui se fait plusieurs fois acclamer au nom de Ludo. On peut affirmer que c'est un chanteur chouchou, tellement les gens ne se font pas prier pour chanter avec lui et son band. Il poursuit avec *Cavalière*, *Twist de nuit*, ce succès du printemps '92 ou l'inoubliable *Parfum du passé* « qui est l'une de mes préférées » nous dit le fiston. Il nous raconte quelques pans de la vie du célèbre groupe. À titre d'exemple, l'incidence notable sur leur carrière quand ils se sont produits devant plus de 70 000 personnes vers la fin des années 80. La BB mania a frappé tout le Québec et même jusqu'en France et leur popularité grandissante n'a laissé personne indifférent. Ludo nous apprend qu'il y a eu une seule chanson que les BB ont reprise et qui fut popularisée par le groupe les Sultans en 1966. Il n'en fallait pas plus pour que les baby-boomers et la génération X entonnent *La poupée qui fait non* et ce, dès les premières notes.

Il poursuit en nous racontant qu'enfant, il écoutait *Le gamin* qui était sa chanson favorite avant de se coucher. Pendant sa touchante interprétation, on peut voir sur l'écran Patrick partageant de doux moments avec son fils durant son enfance. Il invite ensuite le public à se lever et il propose un genre de karaoké géant pour le prochain titre. En voyant défiler les paroles de *Tes dans la lune*, toutes les générations

se sentent invitées et se rappellent avoir déjà salé leur café, comme dans ce grand succès. Il poursuit avec *Je tends les bras*, la chanson préférée de sa mère, et il la lui offre avec toute la sensibilité inspirée par ce texte. Ludo se rappelle le plaisir qu'il a eu à faire trois ou quatre tournées en compagnie des BB et il nous dit que ce fut toute une école d'apprentissage pour lui.

Un témoignage musical unique

En 1989, à la sortie de leur premier album, les BB connurent un succès fulgurant avec plus de 200 000 exemplaires d'albums vendus. On y retrouvait entre autres *Fais attention* et ce soir, la salle est comblée à son écoute. L'auditoire continue de vivre ces beaux souvenirs en accompagnant l'artiste pour *Donne-moi ma chance*. Ludovick fut le grand vainqueur pour l'émission *La Voix* en 2017. Il nous raconte « un voyage était prévu avec l'équipe et mon père est parti trois jours après mon départ. Il y aura sept ans cette année qu'il est décédé » et comme un hommage envers celui qui fut à ses yeux un vainqueur, on a pu apprécier *Seul au combat*. À sa demande, les gens illuminent la salle avec leurs cellulaires pour entendre *Un peu beaucoup* et, suite au rappel, il conclut le spectacle avec *Loulou*, figurant sur ce premier disque. Ludovick s'est taillé une place de choix dans le cœur des gens et une ovation incroyable lui est offerte.

Pour infos : theatregillesvigneault.com

La Saint-Patrick en compagnie de Keltik Pilgrim

Manon Tawel

C'est le 16 mars que la salle Saint-François-Xavier de Prévoist affichait complet en cette veille de la fête irlandaise. Le groupe Keltik Pilgrim a su instaurer des chants traditionnels qui ont certainement su combler l'ouïe et le cœur des spectateurs. Présenté par Diffusions Amal'Gamme, ce samedi soir fut des plus festifs!

L'ensemble Keltik Pilgrim est composé de Jody Anker, Éric Bégin, Éloi Amesse et de Michel Dubeau. Ils collaborent depuis 13 ans et c'est également ensemble qu'ils trouveront le nom qui les identifierait. À les entendre, on apprécie l'incontestable savoir-faire qui se déploie avec leurs voix, mais aussi avec la diversité de leurs instruments. Ces musiciens ont su nous démontrer que le banjo, la guitare, la flûte, le violon, la cornemuse ou le bodhrán n'ont pas de secrets pour eux. Le bodhrán est en fait un tambour sur cadre et il est joué avec un bâton. Il est principalement utilisé pour la musique irlandaise.

La culture celtique à son meilleur

Afin de nous mettre dans l'ambiance, Éric nous offre *The Star Of The County Down*. En leur compagnie, on a embarqué dans un incontournable *Reels Set*, qui est une danse traditionnelle écossaise et irlandaise, tout comme le nom qui accompagne cette danse. Parmi ces titres avec *The Morning Star*, un des membres du groupe nous dit « cette chanson, on aurait pu l'appeler l'étoile de Shawbridge ». Ils poursuivent avec *Otter's Holt* et *The Gravel Walks* etc., avant de continuer avec l'entraînante *Ballydesmond* issue d'un air de polka. La polka

se danse beaucoup en Irlande, mais elle n'en est pas originaire. Avec ces rythmes qui appellent à la joie, les mains claquent, les pieds suivent la cadence et parfois, venant de la salle, quelques joyeux cris se font entendre. Certains auront l'audace de se lever et de danser!

Ce soir, la réserve est mise de côté, la fête bat son plein dans cette salle prévotoise. Éloi a demandé s'il y avait des Irlandais ou des gens de descendance irlandaise dans la salle et on a pu constater qu'il y en avait quelques-uns. Le moment de la pause étant venu, les gens pouvaient se procurer des boissons typiques de cette contrée, la crème irlandaise, le café ou l'incontournable whisky irlandais.

Une soirée emblématiquement verte!

Au retour de la pause, Jodie nous interprète de belle façon *Johnny Has Gone for a Soldier*, ou avec *Drunken Sailor*, on pourrait se croire dans un pub et lever notre verre. Le groupe poursuit avec plusieurs autres titres et, pendant plus de deux heures, ils ont rassemblé les gens par leur musique et leur bonne humeur qui côtoyait allègrement l'envie de célébrer. Vers la finale, Raoul Cyr, qui est président chez Diffusions Amal'Gamme, s'est joint à eux pour les percussions. Plusieurs reconnaissent le grand talent de ce musicien et éducateur et ses qualités de multi-instrumentiste.

Le groupe a différents projets reliés à chacun d'entre eux et il continue de se réunir, particulièrement pour les événements concernant la Saint-Patrick. Ils sont également ouverts à se produire dans différentes occasions : des concerts corporatifs ou privés. Le trèfle à quatre feuilles, ce symbole associé à l'Irlande, est considéré porte-bonheur et il faut être chanceux pour en trouver. À cette image, quelle chance ce fut de pouvoir entendre le quatuor Keltik Pilgrim ce soir-là!

On peut suivre Keltik Pilgrim sur leur page Facebook.
Pour infos : diffusionsamalgamme.com



L'ensemble musical Keltik Pilgrim.

PHOTO HUGUES HUGUES

EXCAVATION

CORBEL

Vous avez encore un puisard ou un problème avec votre installation septique? Il nous fera plaisir de vous aider dans vos démarches.

TERRASSEMENT, INSTALLATION SANITAIRE et plus encore

450 565-7139

MARC SIGOUIN

MINI-EXCAVATION

TERRASSEMENT

cellulaire : 450 560-1429

Les forêts, essentielles à notre santé



PHOTO COURTOISE

Valérie Lépine

Vous voulez améliorer votre concentration, votre niveau d'attention, votre santé cardiovasculaire, votre système immunitaire, votre résistance au stress, votre créativité, votre mémoire ou votre capacité d'acquérir des connaissances? Rien de plus simple : allez marcher en forêt.

De plus en plus d'études démontrent que les forêts ont le potentiel d'améliorer notre santé mentale et physique. Outre le fait bien connu que les forêts constituent le poumon de la Terre et qu'elles sont des puits de carbone, ces études confirment des savoirs millénaires qui, dès l'Antiquité, reconnaissaient les bienfaits d'une marche en forêt pour se rétablir d'une maladie.¹

Dans les années 80, des médecins japonais ont commencé à prescrire le *shinrin-yoku* (bain de forêt) qui incitait les citoyens, de plus en plus éloignés de la nature, à fréquenter les

forêts pour améliorer leur santé mise à mal par l'urbanisation galopante et les technologies déshumanisantes. Cette pratique de sylvothérapie commence à être reconnue en Occident comme un remède accessible à tous et dont les bienfaits sont loin d'être marginaux.

Prescrire la nature

Les études démontrent que fréquenter la forêt permet entre autres :

- d'améliorer l'immunité,
- de diminuer la tension artérielle,
- d'augmenter le contrôle glycémique,
- d'améliorer la gestion de la douleur,
- de diminuer l'hyperactivité,
- de diminuer les symptômes dépressifs et anxieux,
- de prévenir le déclin cognitif,
- d'activer le système parasympathique qui induit un sentiment de bien-être,
- d'augmenter la concentration, la créativité, la mémoire, la capacité de résoudre des problèmes,
- de stimuler le développement intellectuel chez les enfants.

Les arbres contribuent également à améliorer la santé cardio-vasculaire à cause du

lien étroit entre celle-ci et la pollution. Les arbres, qui peuvent mitiger les effets délétères des polluants aériens en servant de filtres à air et en diminuant le nombre d'îlots de chaleur, contribuent à diminuer la mortalité due aux maladies coronariennes.²

Même une exposition indirecte à la nature aurait des effets bénéfiques. Des études démontrent ainsi que des personnes hospitalisées qui avaient une vue sur la nature (un arbre par exemple) obtenaient leur congé plus tôt. On a aussi découvert que les plantes d'intérieur améliorent la concentration. Le simple fait de regarder un paysage naturel (même sur un écran) aurait des bienfaits pour le cerveau (notamment au niveau du stress).³

Bref, l'exposition à la nature n'est pas un luxe, mais une nécessité. C'est un investissement qui peut avoir des retombées importantes sur la santé des citoyens. Certains médecins québécois ont d'ailleurs commencé à prescrire la nature pour améliorer la santé de leurs patients.⁴ Ils peuvent, par exemple, leur recommander d'aller dans le bois 20 minutes deux ou trois fois par semaine pour améliorer leur santé globale. Trois jours en forêt pourraient même renforcer notre système immunitaire pendant un mois.⁵

Une évolution conjointe

Mais pourquoi la nature est-elle si bénéfique à notre santé? Une des hypothèses allègue que notre cerveau ayant évolué dans et avec la nature, nous sommes naturellement (c'est le cas de la dire!) attirés par elle et notre cerveau est fondamentalement programmé pour y évoluer. Par ailleurs, si notre cerveau s'est adapté aux conditions qui prévalent dans la nature et a permis aux hommes de la préhistoire de survivre en forêt, il s'est peu adapté aux villes qui nous confrontent à des stimuli et des stress nouveaux (à l'échelle évolutive). Les bruits, les formes carrées absentes de la nature, la vitesse et la pollution sont donc des stressseurs pour notre cerveau et ont des impacts négatifs sur notre immunité ou notre santé cardiaque.

D'autres hypothèses suggèrent que l'hormone ocytocine (l'hormone de l'amour et de l'attachement) serait sécrétée au contact de la nature. D'autres encore affirment que la nature demanderait peu d'effort au niveau de l'attention, contrairement aux environnements artificiels qui exigent de faire plusieurs tâches en même temps et nous soumettent à plusieurs stimuli artificiels.⁶

Fréquenter la forêt, un geste économique et écologique

Pour toutes les raisons énumérées plus haut, la santé publique ferait des économies énormes si la population fréquentait davantage les milieux naturels. Des groupes militent ainsi pour que les instances gouvernementales intègrent l'accès aux forêts, aux parcs et aux espaces verts dans l'élaboration des politiques de santé publique.⁷

En 2021, un professeur de l'Université de Colombie-Britannique a développé l'approche 3-30-300 pour favoriser l'accès équitable à la

nature dans les villes. Cette approche encourage les décideurs à envisager un développement urbain permettant à chaque citoyen de voir au minimum trois arbres à partir de sa résidence, de protéger 30 % de la canopée dans chaque quartier et de permettre à chaque citoyen de vivre à 300 mètres maximum d'un espace vert. Cette approche permettrait de lutter contre le déficit nature (manque d'espaces verts dans les villes) et d'aider la nature à retrouver durablement sa place dans les villes.⁸

On estime en outre que le système de santé comme on le connaît, axé sur la maladie (et non sur la prévention), est responsable de 5 % des émissions de gaz à effet de serre globales au Canada.³ C'est plus que les émissions du transport aérien. Une population plus en santé, entre autres grâce aux bains de nature, améliorerait le bilan carbone du pays.

Notre santé n'est pas indépendante de la santé de notre environnement. Il y a des bénéfices certains à rendre notre environnement plus sain et à protéger les milieux naturels. Les actions entreprises pour contrer la crise climatique et soutenir la biodiversité ont des répercussions directes sur notre propre santé.

Et évidemment, plus nous fréquenterons les forêts, plus nous les aimerons et plus nous serons amenés à les protéger.

¹ Voir l'article sur le *shinrin-yoku* dans Wikipedia en.wikipedia.org/wiki/Shinrin-yoku

² Dr Reeves et le cœur, Journal des citoyens, 17 mai 2017 jdc.quebec/2017/05/17/dr-reeves-coeur/

³ Conférence virtuelle prescri-nature.ca/la-naturepourlasante de Caroline Laberge, diffusée le 19 février 2024 et organisée par Éco-corridors laurentiens

⁴ Voir le site presci-nature.ca

⁵ *Bienfaits de la forêt : Donnez-moi de l'oxygène*, Le Devoir, 18 septembre 2023 ledevoir.com/plaisirs/797961/donnez-moi-oxygene

⁶ *The Nature Cure: How Time Outdoors Transforms our Memory, Imagination and Logic*, The Guardian, 27 novembre 2023 theguardian.com/lifeandstyle/2023/nov/27/the-nature-cure-how-time-outdoors-transforms-our-memory-imagination-and-logic?CMP=share_btn_link

⁷ *Un congrès mondial à Sherbrooke sur l'importance des forêts pour la santé*, La Tribune, 14 septembre 2023 latribune.ca/actualites/actualites-locales/estrie-et-regions/2023/09/13/un-congres-mondial-a-sherbrooke-sur-limportance-des-forets-pour-la-sante-PSE3N5CC75DUFHMNMGRM32MFT4/

⁸ *L'approche 3-30-300 pour des villes plus saines, plus vertes et plus équitables*, site du programme Milieux de vie en santé de Nature Québec milieuxdevieensante.org/approche-3-30-300-villes-saines-vertes-equitables

2 ans!
chez *Hippolyte*
CAFÉ & BOUTIQUE
Desserts/Pains & Viennoiseries/Repas légers/Chocolats
981 CHEMIN DES HAUTEURS 450-224-9494

JLR
Bijoutier Horloger
Service de Réparation, Création et Gravure
Perçage oreilles et nez
Mardi 8 à 18 h
Mercredi 8 à 18 h
Jeudi 8 à 19 h
Vendredi 8 à 19 h
Samedi 8 à 16 h
983 CHEMIN DES HAUTEURS 450-224-2334



Jean-Pierre Fabien
jpfabien@journal-le-sentier.ca

Le corbeau et la corneille : bien présents chez nous

Il y a des oiseaux que nous voyons occasionnellement ou souvent et auxquels nous ne portons guère attention. Dans le passé, ces oiseaux noirs n'ont pas eu bonne réputation auprès des humains. Pourtant, ils font preuve d'intelligence et ne cessent d'innover afin de trouver des solutions aux changements qui s'effectuent dans leur environnement.

Voyons de plus près les similitudes et ensuite les différences entre le Grand Corbeau et la Corneille d'Amérique.

Similitudes

Le Grand Corbeau et la Corneille d'Amérique font partie de l'ordre des Passériformes et appartiennent à la famille des Corvidés. Ce sont des oiseaux au plumage noir et au bec large et proéminent. Leurs pattes sont fortes et bien développées. Ces oiseaux peuvent se déplacer au sol avec aisance tout en pouvant se percher partout où ils le désirent. Ces Corvidés sont omnivores. Ils se nourrissent de fruits, de charogne, de déchets et peuvent détruire des nids à la recherche d'œufs et d'oisillons. La base de leur nid est construite en rassemblant de petites branches entassées. La femelle n'a qu'une couvée par année et la période de nidification se termine en juin. Leur espérance de vie à l'état naturel atteint 15 ans. Les populations de corbeaux et de corneilles sont légèrement en hausse. C'est sans doute grâce à leur incroyable faculté d'adaptation que ces oiseaux noirs réussissent à trouver leur espace de vivre. Ces oiseaux battent des ailes lentement et régulièrement, c'est ce que l'on qualifie de vol ramé. Leurs cris se nomment des croassements. Tous deux sont présents dans la région des Laurentides.

Différences

Même si le plumage de ces oiseaux est noir, le Grand Corbeau présente des reflets violets sur le dos. De plus, la taille de ces oiseaux est vraiment différente. Le Grand Corbeau mesure près de 70 cm de longueur tandis que la Corneille d'Amérique ne dépasse pas 50 cm. La forme de la queue est aussi une façon de les reconnaître en plein vol. Le corbeau a une queue cunéiforme, c'est-à-dire qui se termine comme la pointe d'une cravate. Quant à elle, la corneille est dotée d'une queue en forme



À gauche, en avant-plan, la Corneille d'Amérique et à l'arrière, le Grand Corbeau.

AQUARELLE DE DIANE COUËT

d'éventail. Contrairement à la corneille, le corbeau est un excellent planeur. Les cris de ces deux espèces sont franchement distincts. La corneille possède un cri aigu, une sorte de *caw* strident, familier et qui peut devenir, au grand dam des dormeurs de la maison, une sorte de réveille-matin naturel! Le corbeau, à son tour, s'approche moins souvent des habitations et possède toute une gamme de sons qui s'apparentent à des croassements graves et très variés qui pourraient se traduire par l'onomatopée *cr-r-ok*. Le Grand Corbeau est une espèce résidente, ce qui veut dire qu'il passe toute l'année avec nous alors que la Corneille d'Amérique entreprend de courtes migrations saisonnières. Pendant quelques semaines durant l'hiver, nous ne la voyons pas. Elle a quitté nos

contrées pendant que le froid intense s'installe chez nous. Elle reviendra tôt, en février, et annoncera sa venue par ses cris bien connus.

Emblème du Yukon

Le Grand Corbeau vivait auparavant en montagnes à l'abri des regards. Il s'aventure de plus en plus dans les Basses-terres du Saint-Laurent et dans plusieurs autres régions du Québec, et ce, jusque dans la toundra. Cet oiseau possède des plumes sur la gorge et son bec est plus gros, plus aquilin que celui de la corneille. Enfin, le Grand Corbeau a été choisi comme oiseau emblème du territoire du Yukon et Jean de La Fontaine l'a associé au renard dans la fable Le Corbeau et le Renard... Bon printemps!

Date de tombée : le 20 du mois

Tirage : 6300 copies

Pour toutes les parutions, faites parvenir vos communiqués et votre matériel publicitaire pour le 20 du mois par courriel ou par la poste :

redaction@journal-le-sentier.ca

**C.P. 135, Succursale bureau-chef
Saint-Hippolyte (QC) J8A 3P5**

PRÉSIDENT :

Michel Bois 450 563-5151

PETITES ANNONCES :

450 563-5151

Administration, rédaction, correction, choix des textes et photographies du journal Le Sentier sont l'oeuvre de :

Monique Beauchamp, Michel Bois, Lyne Boulet, Yolande Cadieux, Alain Chaurette, Laure Chazerand, Diane Couët, Élise Desmarais, Bérinda Dufour, Jean-Pierre Fabien, Magali Hudon, Marie-Josée Labelle, Suzanne Lapointe, Antoine Michel LeDoux, Loyola Leroux, Liette Lussier, Francine Mayrand, Sara Jane Nantel, Monique Pariseau, Mélanie Ruel et Manon Tawel.

IMPRESSION : Hebdo-Litho

Dépôt légal Bibliothèque nationale du Québec, 2^e trimestre 1983

Le Sentier reçoit l'appui du ministère de la Culture et des Communications du Québec.

Ce journal communautaire est une réalisation d'une équipe de touche-à-tout en constante évolution. Nous n'avons d'autre but que d'améliorer la qualité de la vie à Saint-Hippolyte.

Les textes et photos publiés dans la présente édition ne peuvent être utilisés, en totalité ou en partie, à moins d'une entente préalable avec le journal Le Sentier qui en possède les droits d'auteur.

Les textes identifiés par le logo de Saint-Hippolyte sont sous l'entière responsabilité de la Municipalité.

To our English citizens, your comments and texts are welcome.



Vous souhaitez annoncer dans notre journal communautaire?

Communiquez avec nous par téléphone au 450 563-5151 ou par courriel : redaction@journal-le-sentier.ca

Société d'horticulture et d'écologie de Prévost

Conférence : Arrangements en pots branchés et audacieux

Conférencier : Albert Mondor

Date : Le 24 avril à 19 h 15

Lieu : Salle Saint-François-Xavier



Un jardin sur son balcon

Que vous viviez en ville, en banlieue ou à la campagne, on observe la même réalité partout : la culture des plantes en contenant sur les terrasses, les patios et les balcons connaît une popularité sans précédent en raison de la petitesse des terrains et de l'espace de jardinage réduit. Arbustes, vivaces, annuelles, plantes tropicales, plantes succulentes, légumes et fines herbes, toutes sortes de végétaux peuvent être cultivés en pots! En plus de vous proposer de nombreuses idées d'arrangements originaux et inusités, notre conférencier vous apprendra comment rendre vos boîtes à fleurs attrayantes douze mois par année!

Un conférencier de l'horticulture extrême

Albert Mondor est horticulteur et biologiste. Passionné d'horticulture environnementale et d'agriculture urbaine, il conçoit et réalise des jardins et des aménagements paysagers originaux depuis près de 35 ans. En plus de donner des cours et des conférences à travers le Canada, il a publié douze ouvrages portant sur l'horticulture et l'agriculture urbaine, dont *Potager à l'année* en mars 2022. De plus, il participe régulièrement à diverses

émissions de radio et de télévision à titre d'animateur ou de chroniqueur, publie des chroniques dans le cahier CASA du Journal de Montréal et du Journal de Québec, et tient un blogue sur l'horticulture extrême. Albert Mondor a reçu plusieurs distinctions, dont le prestigieux prix Henry-Teuscher du Jardin botanique de Montréal, et tout récemment, en novembre 2023, le prix Larry-Hodgson, décerné à un communicateur horticole pour sa contribution à l'avancement du savoir et des connaissances dans ce domaine.



L'équipe des bénévoles vous attend

Joignez-vous à nous, le mercredi 24 avril, à 19 h 15, à la salle Saint-François-Xavier au 994, rue Principale, à Prévost. La conférence est gratuite pour les membres et le coût est de 5 \$ pour les non-membres. Des prix de présence seront tirés durant la soirée. Pour plus d'informations, consultez notre site internet au shepqc.ca



AGENCE IMMOBILIÈRE
viacapitalepartenaires.com
450 563-5559



**Carmen
DION**
COURTIER
IMMOBILIER
AGRÉÉ

cdion@viacapitale.com
514 923-9222



**Michel
ROY**
COURTIER
IMMOBILIER

mroy@viacapitale.com
514 592-5151



**Anne
LOISELLE**
COURTIER
IMMOBILIER
RÉSIDENTIEL

anneloissellecourtier@gmail.com
514 444-8538

Bureau au village de Saint-Hippolyte, 2264, chemin des Hauteurs (face à l'église)



RÉSIDENTIEL ET/OU COMMERCIAL – Au cœur du village de Saint-Hippolyte! Maison à vocation commerciale qui a gardé son cachet d'antan. Peut aussi être convertie facilement en résidence familiale. Grand patio en pavé uni. Remise. 269 000\$ + taxes. Centris 22619442. **Carmen ou Michel**



Bord de l'eau – Lac de l'Achigan. Magnifique plan d'eau navigable de 5,3 km². Constr. récente de qualité supérieure. 258 pi de rivage. Plage de sable. Grande portion de terrain plat. Immenses pièces, garage intégré, plafond cathédrale, fenestration imposante, grande terrasse sur le lac. Bienvenue!! Centris 14644248 **Michel**



VENDU

ST-CALIXTE – Une propriété qui offre plusieurs opportunités. Plusieurs rénovations ont été faites avec minutie et professionnalisme depuis l'achat. Grand garage parfait pour faire de la mécanique ou du bricolage Grand Terrain de plus de 41 000 p.c. Terrain boisé avec aucun voisin en arrière. **Anne**



PRIX RÉVISÉ

ZONÉ RÉSIDENTIEL ET COMMERCIAL – Plain-pied (1979). Fondation béton. 3 CAC + bur. 2 s. bains. Sous-sol fini pleine grandeur. 2 foyers comb. lente. Garage double attaché et garage détaché (16' X 28'). Centris 11822871. 474 000\$ **Carmen**



Lac de l'Achigan – Pl.-pied secteur paisible. Cuisine et salles de bains au goût du jour. Vastes pièces avec une importante fenestration. 2 s./bains complètes et plus de 1500 p.c. de superf. habitable sur un seul niveau. Jardin arrière aménagé sur dalle de béton avec un petit pavillon pour le spa. Vaste rangement au s.-sol avec atelier et un garage avec plafond de plus de 12 pi. Centris 20161906. **Michel**



Devenez propriétaire pour beaucoup moins que vous ne l'auriez imaginé. Location court terme permise. Copropriété à quelques min. de marche de Saint-Sauveur et des Factoreries (Outlet). À moins d'une heure de Mtl. À 5 min. des monts de ski (St-Sauveur, Avila & Habitant. La piste cyclable passe à la porte. Vue magnifique sur les montagnes! Venez profiter de la vie! Centris 23641644. 117 000\$ + taxes **Anne**



VENTE ET CHANGEMENT DE PNEUS



RESTAURATION | SILENCIEUX | FREINS | CHANGEMENT d'HUILE | ETC.

450 502-0190

