

**Pharmacie Mathieu Sabourin Shanou Bertrand-Tardif**

AFFILIÉE À: **familiprix**

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

Téléphone : 450 224-2956  
Télécopieur : 450 224-7331

**Mathieu Sabourin Shanou Bertrand-Tardif**  
pharmaciens

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

# Le Sentier

JOURNAL COMMUNAUTAIRE DE SAINT-HIPPOLYTE  
redaction@journal-le-sentier.ca • journal-le-sentier.ca

Expédié par POSTES CANADA CANADA POST

MARS 2025  
Volume 43 no 1




**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  
200 rue Dubois, Saint-Eustache, (Québec) J7P 4W9

**MORENCY**  
DÉTENTE ET GOURMANDISE

*Détente et gourmandise pour l'arrivée du printemps!*

Lors de votre réservation au spa obtenez un rabais de 15% en salle à manger.

Offre valide pour les mois de mars et avril 2025 en mentionnant l'offre



42, rue de la Chaumine Saint-Hippolyte  
450 563-5546 • 1 800 616-5546  
lacmorency.com

## Découvrez les œuvres de Christyna Pelletier



page 2

# AVENTURES PLEIN AIR.COM



### Francine Walker mise en valeur



page 6

### Finale grandiose de la Coupe des Fondateurs



page 15

### Le Costa Rica un paradis pour la faune et la flore



page 19

**V@21 TRE**  
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

**L'ENVIRONNEMENT DU NORD LTÉE**  
**Bois de chauffage**  
(bois franc)

- Livraison et autocueillette dans notre cour à bois (43, chemin du Lac Adair)
- Bois de chauffage 100% franc, bois d'allumage, bûches en sac et retailles
- Service chaleureux, courtois et professionnel
- Argent comptant, débit, virement et crédit acceptés

450 563-3139 | boisdechauffage-sec.ca



PHOTO BÉLINDA DUFOUR

# Christyna Pelletier : une exposition photo éditoriale

Culture



Lyne Boulet  
lboulet@journal-le-sentier.ca

L'exposition *Præter* de Christyna Pelletier sera à l'affiche jusqu'au 25 mars dans la salle multifonctionnelle de la bibliothèque. La photographe adopte une approche documentaire éditoriale. Elle nous incite à nous interroger sur notre conception de la diversité.



Deux bandes photos de la série *Præter*.

Le mot latin *Præter* signifie « À côté (de), passant devant, dépassant ». L'exposition nous fait rencontrer des gens marginalisés, que nous côtoyons au quotidien. À cause de leur différence, nous hésitons souvent à les reconnaître comme nos pairs.

### Parcours

C'est au début des années 2020 que Christyna a suivi un cours de photographie au Collège Marsan et qu'elle est devenue photographe professionnelle. Depuis, elle vit de ce métier. Elle fait de la photo commerciale, événementielle et aussi de la photo studio. « On doit faire un peu de tout pour arriver à vivre de la photographie et ça peut nous faire bifurquer. Mais la chose qui m'allume le plus, c'est vraiment la photo documentaire éditoriale. »



De g. à d., Félix Lapierre, Christyna Pelletier, Nicolas Courcy.

### *Præter* et Résilience

Elle débutait lorsqu'elle a créé les séries documentaires *Præter* et *Résilience*, mais elle les trouve encore très pertinentes, toujours d'actualité. « Je suis très touchée qu'elles continuent leurs chemins », commente-t-elle.

Dans *Résilience*, ses modèles étaient des voisins, un couple de personnes âgées. Christyna était fascinée par leur détermination à continuer à vivre leur quotidien « à la maison ». Sa série de dix photos est un *storytelling*. Elle montre leur espace de vie qu'ils voulaient farouchement continuer à habiter malgré leurs limitations physiques. Les photos dévoilent leur intérieur : un ameublement qui a vieilli avec eux. La photo la plus saisissante, et l'une des préférées de la photographe, est celle qui nous montre une main parcheminée et tachetée qui se tend vers un chien âgé, installé sur un vieux divan. Une illustration très prenante de l'histoire de ce couple amoindri, mais avec une résilience à toute épreuve.

Dans *Præter*, Christyna a photographié des groupes d'individus marginalisés à cause de leurs particularités physiques : des gens en surpoids, des personnes âgées, des trisomiques, des gens de petite ou de grande taille, une famille homoparentale, un albinos. On les découvre dans des scènes ordinaires, comme faire l'épicerie pour une petite personne ou aller à la plage pour une grosse personne. Les modèles photographiés vivent ces activités banales différemment, car eux, ils sont sans cesse confrontés au regard des autres.

### Établir un lien de confiance

Pour ce projet, Christyna a effectué un travail qu'elle qualifie « d'un peu anthropologique ». Elle a étudié leur réalité et leur environnement. Elle a eu, avec eux, de nombreuses rencontres



La photographe Christyna Pelletier faisant face à la série *Résilience*.



Autoportrait.

et discussions. « Pour traiter de sujets aussi sensibles, je devais arriver à établir un lien de confiance », précise-t-elle. *Præter* se compose de sept triptyques. Chacun est constitué d'une bande photo horizontale sur laquelle les trois clichés se succèdent. « Chaque photo présente une scène qui, au premier coup d'œil, apparaît ordinaire, explique Christyna, jusqu'à ce que le spectateur les regarde dans leur ensemble. Il découvre alors le message qu'elles portent. »

### Influence et signature

Christyna a également étudié en design de mode et elle a œuvré dans ce milieu durant dix ans. Elle avoue « ce qui influence mon travail artistique, c'est mon *background* en mode. J'ai essayé longtemps de m'en débarrasser, mais ça me colle à la peau. J'ai cette espèce de sens esthétique depuis que je suis très jeune. C'est comme un désir d'embellir tout ce que je vois dans mon environnement. Quand j'étudiais en photographie, un professeur m'a dit que je pouvais arrimer l'esthétique et l'éditorial. Je trouve ça intéressant de suivre ce sillage. Mes photos ne sont pas choquantes parce qu'on y trouve une esthétique. Mais je les traite de façon éditoriale avec l'objectif de susciter une réflexion ». Pour un artiste photographe, ça peut prendre des années à se forger, ce qu'on appelle, une signature. « Je ne suis pas arrivée où j'ai envie d'être, mais je suis sur un bon chemin. Je fais tranquillement la paix avec cette dualité qui m'habite. »

### Un vernissage en cohérence

Le vernissage a eu lieu le 20 février, la Journée mondiale de la justice sociale. « J'ai vraiment apprécié. Ça m'a beaucoup interpellée, car il y avait là une belle cohérence. » Des représentants de deux groupes marginalisés, Éric Lapierre, une personne transgenre et Nicolas Courcy, une personne non binaire, étaient présents au vernissage : deux êtres humains généreux, prêts à s'ouvrir et à parler de leurs réalités. Ils ont accepté de devenir, pour un soir, « disponibles pour consultation », selon la formule de la bibliothèque vivante. « Je ne connaissais pas le concept, précise Christyna. J'ai trouvé ça extraordinaire. Leurs témoignages étaient très pertinents, en résonance totale avec mes photos. »

### Prochaine série

« J'ai 51 ans, confie Christyna. Malgré les événements éprouvants que j'ai traversés ces dernières années et la difficulté de survivre comme artiste photographe, la résilience est un mot qui m'a portée depuis ma naissance jusqu'à aujourd'hui. » Christyna persistera dans la voie qu'elle s'est tracée. Dans ses prochaines expositions, elle veut continuer à traiter de thèmes de société en présentant des photos à caractère éditorial. Elle travaille en ce moment sur le pouvoir féminin. « En fait, précise-t-elle, ce sera un profil de l'identité féminine, un peu autobiographique, de mon parcours et de la résilience qui s'y rattache. »

Les photos sont de Bélanda Dufour.

## JOURNÉE INTERNATIONALE

*Des droits des femmes!*

EN CETTE JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES, CÉLÉBRONS NOS VICTOIRES SUR LES INÉGALITÉS ET RÉAFFIRMONS L'IMPORTANCE DE GARDER LE CAP SUR NOS REVENDICATIONS.

L'ÉGALITÉ NE SE REVENDIQUE PAS SEULEMENT UN JOUR PAR ANNÉE, ELLE SE CONSTRUIT CHAQUE JOUR, ENSEMBLE.



RHÉAL ÉLOI FORTIN  
DÉPUTÉ DE RIVIÈRE-DU-NORD

72, rue de la Gare, Bureau 203, Saint-Jérôme  
450 565-0061  
Rheal.Fortin@parl.gc.ca

## Suggestion de lecture

### Loyola Leroux

#### Jacques Grand'Maison *Pourquoi sombrons-nous si souvent dans la démesure?*

Jacques Grand'Maison a été invité en 2002, à prononcer une conférence à l'université McGill dans le cadre du Programme d'études sur le Québec. Son sujet, la démesure.

Né en 1931, il a toujours observé la société jérômienne et québécoise. Son imaginaire a été formé par sa mère, une femme qui avait un gros bon sens et son père, très travailleur, peu instruit, mais muni d'un raisonnement sûr. Ses études au collège classique, sa formation en théologie, ses études à Rome lui ont donné une bonne formation de base.

Dans ce livre, il se base sur ses deux derniers ouvrages : *Au nom de la conscience, une volée de bois vert* et *Quand le jugement fout le camp*. Il pousse un peu plus loin sa réflexion. Son style, déroutant pour ceux qui le connaissent peu, est basé sur le sermon. Il a écrit et prononcé des sermons hebdomadaires pendant plus de 60 années à Saint-Jérôme et à Saint-Hippolyte. En 15 minutes, il abordait un grand problème pour faire réfléchir ses ouailles. Par la suite, la 2<sup>e</sup> partie proposait des solutions en se référant à des philosophes, des sociologues, des penseurs et dans la 3<sup>e</sup> partie, il se demandait ce que le Christ aurait fait.

#### Il suggérait des pistes de solutions

Comme un prophète au sens ancien ou un visionnaire au sens moderne, il suggérait des pistes de solutions à nos problèmes, il obligeait les fidèles à raisonner dans un monde qui résonne. Il a identifié les archétypes qui ont façonné l'être humain depuis le début de l'humanité, indépendamment de l'ethnie, de la provenance : le privé et le public; le sacré et le profane; le transcendant : le permanent, la durée et son contraire l'immanent : le passager, la mode; il ajoute la nature humaine et le libre arbitre.

Jacques Grand'Maison s'intéressait à l'imaginaire des enfants qui se posent des questions sur le monde. Face au

relativisme moral, à l'individualisme extrême, à l'hyper consommation, à la mondialisation, que faire? Pour lui, les trois composantes principales de notre société, sont le sacré, la morale et le

droit. Le fondamental c'est qu'aucune ne devienne dominante puisque cela va nous entraîner dans la démesure. Il affirmait souvent qu'il avait une « espérance têtue ». Sa foi profonde lui permettait de véhiculer une vision du monde positive. La charité, pour aider ses concitoyens les

plus vénérables, complétait ce trio de vertus à la base du christianisme.

#### Retrouver le sens de la mesure

Il ne faut pas tomber dans le nihilisme, « retrouver le sens de la mesure et reconstruire bien des choses qui se sont effondrées ». La démesure implique le rejet du riche héritage de notre passé, « des grandes traditions spirituelles ». Cela entraîne la remise constante des compteurs à zéro, l'éphémère, la mode, la création ex nihilo, la recomposition critique des patrimoines reçus. La démesure conduit au haut taux de suicide, à l'analphabétisme, à la jouissance maximale du présent. « Dans nos sociétés thérapeutiques saturées de modes psychologiques primaires, peu critiques de leur pauvreté en fondements. Notre civilisation a développé des démesures inédites et de divers ordres que nos prédécesseurs n'ont ni connues ni vécues. »

D'où il nous regarde, il doit bien constater que la démesure a culminé avec la pandémie, le confinement, la peur extrême, l'arrêt de presque toutes nos activités. Il avait anticipé les horreurs qui nous vivons. En le lisant, nous trouverons des solutions.

**Grand'Maison, Jacques, *Pourquoi sombrons-nous si souvent dans la démesure?*, Fides, juin 2002.**



Monique Pariseau  
mpariseau@journal-le-sentier.ca

## Il était une fois

### La vie et le langage des oiseaux

Les ornithologues assurent que l'oiseau le plus intelligent est la corneille, que le plus heureux et le plus sympathique est la mésange, que celui de l'amour est la colombe, que le cygne est celui préféré de Vénus, que le rossignol possède la plus belle et douce voix et est l'oiseau qui annonce le printemps. Le rouge-gorge est celui qui chante en premier le matin, le chardonneret comme le canari peuvent se vanter d'avoir le chant le plus harmonieux.

Les oiseaux babillent, chantent, gazouillent, jabolent, piaillent, pépient, caracolent, roucoulent. Ils émettent des vocalises tant pour communiquer que pour agresser ou se défendre.

Ainsi, les corneilles craillent ou croassent.

Les dindons glougloutent, piaillent.

Les geais jacassent, jasent.

Les goélands pleurent ou raillent.

Les hirondelles gazouillent.

Les merles chantent, babillent, jasent, sifflent.

Les moineaux chuchotent, pépient, piaillent.

Les tourterelles caracolent, gémissent.

Les hiboux hululent.

Les poulets piaillent.



© PIXABAY BIANCAVANDIJK

Et j'en oublie, mais ce qui m'impressionne, c'est combien la langue française est si riche, qu'elle a su donner au chant des oiseaux des noms qui les personnifient! Je ne sais si plusieurs langues à travers le monde ont su nommer les différents chants de nos oiseaux.



Depuis 3 ans

Café  
Repas légers  
Pains et Viennoiseries  
Desserts et plus !

*Merci de votre fidélité !*

981 Chemin des Hauteurs 450-224-9494



Bijoutier Horloger

*Merci pour ces*

*3 années*

*de confiance !*



983 Chemin des Hauteurs 450-224-2334

**Le Sentier**

JOURNAL COMMUNAUTAIRE DE SAINT-HIPPOLYTE

**Vous avez  
une bonne nouvelle  
à nous transmettre?**

Communiquez-la en téléphonant au :  
450 563-5151.

Vous souhaitez apporter votre contribution  
à la communauté ?

**Le Journal Le Sentier  
vous en donne la possibilité.**

redaction@journal-le-sentier.ca

Opinion



Magali Hudon  
mhudon@journal-le-sentier.ca

**C'est bien connu, le jeune enfant prend exemple chez ses parents, frères et sœurs. Il épie, il copie, il reproduit ce qu'il voit et entend. Le comportement de maman et papa face à telle ou telle situation sera souvent repris par l'enfant, jusqu'à ce que, plus vieux, il en rejette une partie, désireux de se dissocier de ce qu'il n'approuve plus.**

**Trêve de psychologie douteuse : je vais parler de moi**

Comme bien des mères, je souhaite prêcher par l'exemple, *le bon* de préférence. Maudine que ce n'est pas facile. Après un retentissant « câlisse » crié fièrement par ma fille de trois ans, j'ai dû expliquer à mes trois ours que « oui, un jour, vous allez dire de gros mots pas jolis. Vous entendez papa et moi

**Un parent exemplaire**



© PIXABAY GERALT

les dire lorsque nous sommes fâchés. Mais ça ne presse pas et vous êtes trop jeunes pour en comprendre le sens. Il faut vous trouver une autre façon d'exprimer votre frustration. »

**Ouf**

Autre exemple : je fais rarement mon lit. En tout cas, pas le matin. Et le papa non plus d'ailleurs. On va le faire quelque part dans la journée, si on en a le temps. Donc est-ce que nos rejetons s'empressent de faire leur lit et, accessoirement, ranger leur chambre systématiquement tous les jours? Eehhhh non.

Ensuite je vois leurs petits bedons bien dodus. Leurs pantalons pourtant de leur âge qui ne ferment absolument pas à la taille. OK, mes enfants font de l'embonpoint. Comme moi. Ils ont la dent sucrée, comme moi. Ça leur prend un dessert qui ne s'appelle pas « pomme » ou « yogourt ». Comme moi. Vient-ils alors les grands discours sur l'importance d'une saine alimentation et de l'activité physique. La réalité, c'est que je déteste ça, le sport. Mais je dois faire en sorte que mes enfants bougent. Alors je me fais violence et je tente de me motiver autant qu'eux, le samedi, à mettre le nez dehors. La dernière chose que je souhaite, c'est de les rendre malades par ma paresse. Ou qu'ils me disent un jour « c'est ta faute, tu ne nous as jamais amenés faire du sport ».

**Art et culture**

Nous sommes une famille d'artistes. Mes enfants ne savent pas faire de bicyclette, mais ils dessinent comme s'ils étudiaient aux Beaux-Arts. Je sais, dessiner, ça ne fait pas baisser le cholestérol. Seulement c'est l'exemple de passe-temps satisfaisant que je leur donne. Mon truc, c'est la peinture et le dessin, non la salle de gym. Et puis il y a la culture, la langue française, la valeur de notre histoire québécoise. La vérité est que je suis nostalgique des chanteurs d'autrefois et ceux d'aujourd'hui me laissent un peu indifférente. Moi, c'est Luc de la Rochelière, Richard Séguin, Les Colocs, Rock Voisine, les BB... Inutile de vous dire que ça ne joue plus beaucoup à la radio. Alors lorsqu'ils s'amuse à faire jouer leur musique

préférée pendant qu'ils bricolent, je dois leur demander une fois de temps en temps « une chanson en français svp ». Car les amis, à l'école, n'écoutent pas de musique québécoise. Pas au primaire en tout cas. Ils carburent au *Eminem*, (tellement de leur âge!!).

**Alors je me suis demandé quel exemple j'étais, finalement**

- Que vont-ils apprendre, en me voyant aller? À m'entendre? À m'analyser?
- Que je travaille tout le temps? Que je suis impatiente et un brin irritable si tout ce que je demande ne se fait pas dans la seconde? Que j'adore grignoter entre les repas?
- Ou retiendront-ils plutôt l'importance d'arriver à l'heure? De respecter sa parole? De savoir pardonner aisément?
- Je leur transmettrai peut-être le goût de faire plaisir et de partager avec les autres? La joie de faire un effort pour le bien de ses amis et de sa famille? La valeur de l'argent? La valeur du temps que l'on prend pour autrui?
- J'espère être pour eux un exemple de loyauté et de fidélité. De persévérance. De créativité.
- J'espère rester un exemple de maman aimante pour toute toute toute leur vie.

**Pour les bedons dodus, on va travailler ça.**

**Pas question de s'ennuyer durant la semaine de relâche!**

**Du 27 février au 4 mars, prenez la direction des Laurentides cet hiver en famille pour des vacances plus que méritées.**

Faites le plein d'énergie à travers des activités exaltantes qui plairont à tous les membres de votre petite tribu. Venez lâcher votre fou dans l'immense terrain de jeu que sont les Laurentides et profitez pleinement de ce congé en famille!

**Une tonne d'événements spéciaux vous attendent!**

Du ski et plus encore vous sont offerts! Jeux interactifs, animations quotidiennes, hockey-bottine, soccer sur neige et une soirée dansante le samedi soir. Pour les plus frileux, profitez de **Brind'O Aquaclub** avec ses quatre glissades et ses 35 jeux d'eau interactifs. Le **Camping et centre de plein air Sainte-Agathe-des-Monts** vous attend également pour la relâche avec sa programmation spéciale du 27 février au 4 mars. Musique, S'mores, tirs d'érable, randonnée nocturne en raquette et plus encore! Juste à temps pour les vacances de vos enfants, le **parc de la Rivière Doncaster** à Sainte-Adèle vous invite à son événement Clair de Lune, le 3 mars prochain. Sur place, promenez-vous sur 1,8 km de sentiers illuminés aux flambeaux et animés de musique. Du chocolat chaud et des guimauves seront distribués! N'oubliez pas vos mitaines et amusez-vous en plein air.

**Profitez des vacances pour initier vos enfants au ski alpin**

Rendez-vous dans l'une des **cinq stations des Sommets**. Chacune des montagnes comptant leur Zone Intro-Plus, la pente d'initiation est idéale pour apprendre les rudiments du ski. Située à Val-David, **Vallée Bleue – Station familiale** vise à être la desti-

nation familiale par excellence avec ses sept pistes débutantes, ses sous-bois thématiques pour enfants et son parc à neige. Le **Centre de ski Belle Neige** de Val-Morin offre quant à lui des cours à partir de trois ans! Une fois vos enfants à l'aise sur leurs skis, vous pourrez alors vous aventurer à travers le sentier de tout-terrain pour le plaisir des petits et des grands.

Située à Saint-Sauveur, la **station familiale Mont Habitant** vous propose un domaine skiable incroyable autant de jour que de soir. De côté de Sainte-Adèle, **Ski Chantecler** est la station par excellence pour toute la famille. Que vous soyez débutant ou expert, la montagne vous offre 22 pistes pour tous les niveaux d'habileté et trois remontées mécaniques.

**Pour les fanatiques de glissades d'hiver**

Venez vous amuser et profitez du plein air en réservant une journée de glisse avec toute la famille dans un centre de glissades sur neige de la région! Comptant plus de 60 pistes, les **Glissades Domaine des Pays d'en Haut** de Piedmont sont l'endroit idéal pour tous avec des glissades allant du niveau bout de chou à expert. Le rafting, la tornade, le Bobsleigh ou le Vortex360 vous feront frissonner de plaisir! Les **Glissades sur tube du Sommet Saint-Sauveur**, versant Avila attendent avec impatience votre visite.



une montagne russe alpine unique au Québec. Profitez du grand air avec vos petits dès maintenant, joues rouges et sourire garantis!

**Surprenez vos jeunes aventuriers**

À Mont-Blanc, offrez à votre famille une sortie hors du commun pour visiter la passerelle à la cime des arbres et la tour panoramique du **Sentier des cimes Laurentides**. Cette activité est aussi accessible aux fauteuils roulants! Pour encore plus de sensation forte, rendez-vous chez **Tyroparc** à Sainte-Agathe-des-Monts. Les mégatyroliennes sont accessibles aux enfants à partir de 5 ans afin de combler leur envie d'aventure. De plus, un forfait familial est disponible pour passer une journée mémorable. Réservez votre aventure de la relâche dès aujourd'hui!

Vous pouvez aller sur les sites indiqués en gras en vous rendant sur le site web du journal.

© PHOTOS COURTOISIE

## Voici l'histoire derrière la création de la compagnie *Une douceur d'ange*



**En avril 2023, j'étais enceinte de mon troisième enfant. Malheureusement, elle est décédée d'un tour de cordon autour du cou à une journée de mes 40 semaines de grossesse. Après avoir accouché de ma petite Élisabeth, j'étais plus que dévastée.**

C'est en visionnant des sites sur mon téléphone que j'ai eu l'idée de faire des peluches souvenirs dans les pyjamas de bébé. C'est alors que j'ai créé la compagnie *Une douceur d'ange*. Malgré cette épreuve des plus terribles, ma petite Élisabeth, ainsi que mes deux autres enfants, m'ont donné la force de continuer à avancer. Du moment où j'ai quitté l'hôpital, je me suis fait un devoir d'aider à ma façon les gens ayant perdu un être cher en les accompagnant, à ma manière, dans leur deuil.

Pour les parents endeuillés, j'ai créé un bébé ange. C'est une petite poupée dont le corps est fait avec le pyjama ou la doudou de l'enfant. La taille du bébé ange peut être ajustée sans aucun problème si jamais le bébé était un prématuré. Pour ceux qui n'ont pas de pyjama ou doudou, je peux en confectionner avec un tissu qui est représentatif pour eux et inscrire des informations sur le corps de la poupée (poids, date de naissance, nom, etc.).

### Aucun n'est pareil à un autre, chacun est unique

J'ai commencé par des essais de créations de toutous dans des doudous et des pyjamas. Puis j'ai fait de la publicité afin de me faire connaître, moi et ma mission. Depuis près de deux ans, j'ai confectionné pas loin de 50 souvenirs de partout au Québec. J'ai eu plusieurs commentaires de mes clients, disant que c'était un baume sur leur cœur que j'ai fait ou que je leur ai redonné l'être disparu en quelque sorte. Plusieurs chérissent leur toutou ou encore leur parlent comme si la personne était à côté d'eux.

### De quel matériel j'ai besoin ?

Je transforme presque tous les tissus que vous avez : manteau de fourrure ou de cuir, chemise de travail, foulard de soie, cravates et j'en passe. De plus, je ne fais pas que des anges ou des ours, puisque j'ai une très grande quantité de patrons de toutou, mais aussi des coussins, courtepointes ou doudous.

AVANT



APRÈS



peut varier si la quantité à faire est plus importante.

Si vous recherchez plus d'informations ou encore si vous désirez passer une commande, vous pouvez m'écrire via ma page Facebook *Une douceur d'ange*, sinon par courriel au [unedouceurdange@outlook.com](mailto:unedouceurdange@outlook.com)

Au plaisir d'avoir de vos nouvelles!

Cindy Fontaine

### Où suis-je située ?

Je suis située dans les Laurentides, près de Saint-Jérôme, mais je peux me déplacer quand même facilement pour aller récupérer vos vêtements. Certains optent pour l'envoi postal lorsque ce n'est pas possible de se rencontrer pour faire l'échange. Par contre, les frais de livraison ne sont pas inclus dans le prix des souvenirs.

### Combien de temps pour la réalisation ?

La réalisation d'un souvenir prend en général deux semaines selon le modèle choisi, de la quantité, la grosseur, s'il y a de la broderie, etc. Ce délai

AVANT



APRÈS



APRÈS



PHOTOS COURTOISIE



**SONIA BÉLANGER**

DÉPUTÉE DE PRÉVOST  
MINISTRE RESPONSABLE DES AÎNÉS  
MINISTRE DÉLÉGUÉE À LA SANTÉ  
MINISTRE RESPONSABLE DE LA RÉGION DES LAURENTIDES

✉ [sonia.belanger.PREV@assnat.qc.ca](mailto:sonia.belanger.PREV@assnat.qc.ca)

JOURNÉE INTERNATIONALE  
DES DROITS DES FEMMES 8 MARS

**SOULIGNONS**

LA CONTRIBUTION INESTIMABLE  
DES FEMMES DANS TOUTES LES  
SPHÈRES DE LA SOCIÉTÉ.

ASSEMBLÉE  
NATIONALE  
DU QUÉBEC

# Reflet humaniste de potiers et céramistes des Laurentides L'artiste hippolytoise Francine Walker est mise en valeur

Culture



Lyne Boulet  
lboulet@journal-le-sentier.ca

**Rosette Pipar est l'instigatrice, la conceptrice et la réalisatrice du projet Reflet humaniste de potiers et céramistes des Laurentides. Le lancement s'est tenu à la Maison Iris de Val-David le 6 février. Un endroit bien connu puisque s'y déroule, chaque année, en extérieur, l'événement phare Mille et un Pots.**

Rosette Pipar est une autrice des Laurentides. « J'ai écrit une vingtaine de livres. Et je me rends compte qu'on ne peut plus vendre de livres en librairie. Ou, ça devient assez exceptionnel. Je note d'ailleurs, à la fin de mon livre *1001 Pots, 1001 Mots*<sup>1</sup>, dont on fait le lancement aujourd'hui, que si vous n'êtes pas un toutou ou une vedette, vous ne vendrez pas de livres parce qu'on est dans une ère de vedettariat. Mais comme je suis passionnée par ce que je fais, je ne peux pas m'empêcher d'écrire. Alors, j'ai essayé de trouver une autre façon de rendre la poésie accessible. Plutôt que de parler de moi ou de mes états d'âme, j'ai voulu y joindre d'autres disciplines artistiques. »

## Projet

De là est né le projet multi-facette qu'elle a présenté lors du lancement. Dans un premier temps, Rosette a rencontré informellement treize artistes potiers et céramistes pour les écouter parler de leurs parcours. Elle a ensuite écrit un texte poétique sur chacun d'entre eux. Par la suite, ce fut le projet télé, en collaboration avec NousTV. C'est une série d'épisodes, diffusés dans l'émission *RegArts poétiques*. Elle y interviewe les artistes et présente leurs travaux. Enfin, elle a organisé un lancement pour leur permettre de se rencontrer et de communiquer entre eux. Comment choisir? « Il y a tellement de potiers



Francine Walker, le livre en main.

PHOTO LYNE BOULET

dans les Laurentides. C'est incroyable! C'est devenu vraiment à la mode, ici. Moi, je ne connaissais que deux ou trois personnes qui pratiquent cet art. J'ai fait appel à un maître potier, Kinya Ishikawa<sup>2</sup>. Il m'a donné une liste de noms. » Sans surprise, l'artiste hippolytoise Francine Walker en faisait partie.

« C'était un acte de foi, raconte Rosette. Rencontrer des gens que je ne connaissais pas pendant une heure et demie ou deux, puis rentrer chez moi et écrire sur eux. Mais c'est ce que j'ai préféré dans ce projet : rencontrer des êtres humains, qui ont tous leur lot de défis. Voir qu'il y a des gens qui ont choisi de consacrer toute leur vie à la petite flamme qui les anime, des gens qui sont engagés et qui savent honorer leur passion. Ce sont des leçons de vie. Ces contacts me fascinent et m'enrichissent. Je suis dans la joie la plus pure et la plus totale. Donc, c'est... purement égoïste! »

## Livre *1001 Pots, 1001 Mots* : écriture intuitive

« C'est fabuleux d'avoir accès à la vie d'autres personnes. Tout le monde a une belle histoire.

Moi, je suis comme une éponge, je capte les gens. En fait, avoue-t-elle, j'écris de façon très, très intuitive. Je n'osais jamais en parler, mais aujourd'hui, je fais mon *coming out*. Après une rencontre, lorsque j'arrivais à la maison, je me coupais totalement de mon côté logique et rationnel. J'entraîs dans un autre univers, sans aucune idée préconçue, sans savoir comment j'allais commencer. Je ne regardais même pas mes

énonce-t-elle à l'intention des potiers. Notre mission à NousTV, une télévision communautaire, c'est de vous mettre en valeur. La poésie de Rosette est magnifique. Elle a une belle voix, la musique est belle et les créations que vous faites sont splendides. On a l'impression de créer avec vous. C'est très agréable à regarder, c'est comme un moment zen, un moment de relaxation. »

La série est diffusée les mardi, jeudi et samedi à 18 h depuis le 10 février. Elle sera aussi disponible sur le site web de la chaîne.

## Témoignage de Francine Walker

Francine Walker a pris la parole avec émotion. « Rosette est une magicienne des mots. Dans son texte où elle raconte mon parcours artistique, elle a réussi à capter ce que je suis. Quand elle m'a envoyé le poème après l'avoir écrit, j'en avais les larmes aux yeux. Elle est allée chercher mon essence, et mon essence, finalement, elle est à travers l'argile. Quand je fais de la céramique, je suis en contact direct avec la matière. Je la vis. Une fois la pièce terminée, je la remets à l'univers. » Le résultat n'est pas toujours à la hauteur de ses espérances, mais ajoute-t-elle, « bravo pour les erreurs, si on n'en fait pas, on n'avance pas ». Se voulant rassurante, mais d'un ton taquin, elle conclut : « Certaines pièces de céramique ont 3000 ans d'âge. Quelquefois en petits morceaux tous recollés, mais elles sont encore là! Ne vous en faites pas, on va survivre! »

## Carrotin de Francine Walker.

PHOTO COURTOISIE



Rosette Pipar, *1001 Pots, 1001 Mots*, éditions Salamandre d'Art, 2025.

notes. J'y allais à l'intuition. Ce n'est qu'après avoir fini que, quelquefois, j'ajoutais de petites choses. »

Les textes poétiques de Rosette Pipar sur les potiers et céramistes ont été publiés dans le livre *1001 Pots, 1001 Mots*. Un bel ouvrage, à la hauteur des écrits et des images qui s'y côtoient. C'est Katja Prpic qui en a fait le montage.

## Série télévisée

« NousTV a encore accepté d'entrer dans ma folie! », a lancé Rosette. « Quelle belle folie, a répliqué Jolyanne Côté, gestionnaire de programmation à NousTV Laurentides. C'est le troisième projet télé que nous faisons avec Rosette sur ses mots et sa poésie. C'était un beau défi. La poésie, c'est invisible, la télé c'est l'image. On a travaillé ensemble, ce qui a donné la première série, *Les créateurs de petits bonheurs*. Par la suite, on a fait la première saison de *RegArts poétiques*, dédiée aux sculpteurs. Et maintenant celle-ci. On entre dans vos univers de création,

## Extrait

Voici un extrait du texte poétique écrit sur elle par Rosette. Il est intitulé *Exprimer les méandres de la vie en façonnant l'argile*.

Elle devient aussi spécialiste / de la technique de cuisson Raku / issue du Japon / utilisant la flamme vive / pour créer des effets recherchés / sur la surface des pièces façonnées / et qui nécessitent ensuite / patience et dextérité / pour un polissage magnifié.

## Un lancement rencontre

Le lancement était important pour Rosette Pipar. La poterie s'exerce en solo. Les potiers et céramistes de ce groupe ne se connaissaient pas, ou peu. Rosette tenait à ce qu'ils se rencontrent tous. Le lancement leur a donné l'occasion de le faire. Il y a eu beaucoup d'échanges informels et chaque artiste a été invité à se présenter et à dire quelques mots à propos de son art.

La Maison Iris était encore, il y a quelques années seulement, l'atelier de Kinya Ishikawa dont les œuvres lui ont valu une reconnaissance internationale. « Je pensais que c'était vraiment l'idéal d'être dans un antre de la création pour ce regroupement », précise Rosette Pipar. Ce grand artiste ne pourrait qu'acquiescer. « Présenter seul, affirmait-il, n'est qu'une démonstration d'un artiste. Mais présenter en groupe devient un mouvement. »

## Les artistes :

Victoria Block  
Diane Denault  
Claudel Hébert  
Robin Hutchinson  
Gréta Jonckheere  
Louise Julien  
Andrée Julien  
Raymond Phaneuf  
Maggie Roddam  
Paule Vézina  
Francine Walker  
Stéphanie Walker  
Iris Léa Zaavy



Photo de groupe des artistes présents au lancement. En premier plan, Francine Walker et Rosette Pipar avec l'affiche promotionnelle.

PHOTO LYNE BOULET

## Cours de poterie, céramique

Session printemps

Découvrez votre potentiel créatif en manipulant l'argile. Dans une atmosphère relaxante, fabriquez des pièces utilitaires et décoratives grâce à l'apprentissage des techniques de façonnage.

Les lundis de 13 h à 16 h débutant le 17 mars à Saint-Hippolyte. Session de 10 cours. 30 \$ par atelier. glaçures et cuissons incluses. Places limitées.

Francine Walker

Céramiste et enseignante d'expérience.

450 224.5729

<sup>1</sup> *1001 Pots, 1001 Mots*, de Rosette Pipar, éditions Salamandre d'Art, 2025.

<sup>2</sup> Kinya Ishikawa est le fondateur de 1001 Pots, la plus grande exposition-vente de céramique en Amérique du Nord. En 2021, il a été nommé *Compagnon de l'Ordre des arts et des lettres du Québec*, une distinction qui honore des personnes ayant contribué de manière remarquable au rayonnement de la culture québécoise.

# Comment prendre soin de soi pendant la saison grippale

## Conseils santé



D<sup>re</sup> Laura Sang  
lsang@journal-le-sentier.ca

**La saison des virus frappe fort cette année et, depuis le début février, est dominée surtout par l'influenza. Pour les personnes à risque élevé de complications ou immunosupprimées présentant des symptômes, vous pouvez vous rendre sur CLIC Santé afin de prendre rendez-vous pour un dépistage.**

Il se peut que vous soyez admissibles à une prescription du médicament Tamiflu qui peut diminuer l'intensité et la durée de la maladie si administrée dans les 48 heures depuis le début des symptômes. Pour le restant de la population à plus faible risque, que pouvez-vous faire pour vous remettre en forme lorsque les virus vous mettent à terre? Voici quelques conseils.

### Gestion de la fièvre

Une fièvre correspond à un mécanisme de défense : la hausse de la température corporelle mobilise le système immunitaire et empêche la multiplication des virus. Il n'est pas nécessaire de traiter une fièvre légère ou modérée. Par contre, si elle vous empêche de prendre soin de vous, vous pourriez prendre des médicaments, tels Tylenol et Advil en alternance à des intervalles réguliers. Un bain ou une douche tiède ou, sinon, un linge humide placé sur votre front ou dans votre cou peuvent aussi vous aider à diminuer votre température.

### Gestion de la congestion nasale

L'inflammation générée par une infection peut provoquer la congestion nasale. Avec



les sueurs associées à la fièvre et la production de mucus, il faut s'hydrater plus que d'habitude. Consommer de l'eau ou de la soupe peut, par exemple, aider à éclaircir vos sécrétions. Cependant, des boissons avec de la caféine ou de l'alcool sont des diurétiques, c'est-à-dire qu'ils déclenchent la miction et peuvent mener à la déshydratation : ils sont donc à éviter. Des rince-sinus avec de l'eau saline peuvent aussi aider à faire sortir les sécrétions. Vous pourriez aussi vous servir des

décongestionnants en vente libre, mais avec prudence et seulement pendant quelques jours. Ces derniers sont contre-indiqués chez les personnes faisant de la haute pression et ayant certains problèmes cardiaques.

### Le mal de gorge et la toux

Souvent, les maux de gorge et la toux sont partiellement dus à l'écoulement du mucus dans la gorge. Par conséquent, tout ce qui contribue à la gestion du mucus s'avérera bé-

néfique. De l'eau chaude avec un peu de miel et de citron peut éclaircir les sécrétions et soulager un peu la douleur. Utiliser un humidificateur, respirer la vapeur d'un bol d'eau chaude ou prendre une douche peut aussi vous aider.

### Les nausées et les vomissements

Pour éviter les nausées et les vomissements, vous devez rester hydraté. Il faut prendre de petites gorgées d'eau ou d'une solution d'électrolytes toutes les 20 minutes. Mangez de petites quantités d'aliments simples, comme du riz ou des bananes. Portez des vêtements amples et essayez de rester assis bien droit après avoir mangé.

### Quand consulter un médecin

La plupart des personnes se remettent en forme après 7 à 10 jours, mais peuvent avoir une toux post-virale qui peut durer pendant plusieurs semaines. Visitez votre médecin si vous avez une fièvre qui perdure plus que 4 à 5 jours, des symptômes qui durent plus de 10 jours sans amélioration ou si vos symptômes s'améliorent pour ensuite s'empirer quelques jours plus tard. Si vous avez de la difficulté à respirer, montrez des signes de déshydratation (p. ex., ne pas uriner pendant plus de 12 h) ou un état modifié de conscience, consultez rapidement votre médecin.

## Service d'aide pour les impôts



**Le Service d'aide pour les impôts offert gratuitement grâce au Programme communautaire des bénévoles en matière d'impôt (PCBMI) est de retour cette année!**

### La clinique se tiendra du 4 mars au 30 avril 2025

Ce service gratuit est disponible pour les personnes à faible revenu, dont la situation fiscale est simple.

#### Les critères d'admissibilité sont :

- avoir en sa possession une pièce d'identité (obligatoire);
- personne seule : revenu ne dépassant pas 35 000 \$;
- couple ou famille : revenus ne dépassant pas 45 000 \$ plus 2 500 \$ supplémentaire pour chaque personne à charge.

#### Le service n'est pas offert si, au cours de l'année 2024 :

- vous avez fait faillite;
- vos revenus d'intérêt dépassent 1 000 \$ ou avez eu des gains en capital ou dividendes;
- vous avez vendu une propriété;
- vous êtes travailleur autonome ayant plus de 1 000 \$ de revenu ainsi que des revenus d'entreprise;
- la déclaration est pour une personne décédée.

#### Sur rendez-vous seulement

Ce service est disponible sur rendez-vous seulement dans les bureaux du CABSJ (225, rue Georges-Thurston, à Saint-Jérôme).

Les citoyennes et citoyens intéressés devront laisser un message sur la boîte vocale au 450 432-3200, poste 226, afin de s'inscrire au service. Un bénévole les contactera pour planifier un rendez-vous. La prise de rendez-vous peut aussi se faire sur place les mardis et mercredis seulement entre 9 h et 15 h 30 à compter du 4 mars.

• **INSTALLATION DE FOSSE SEPTIQUE**

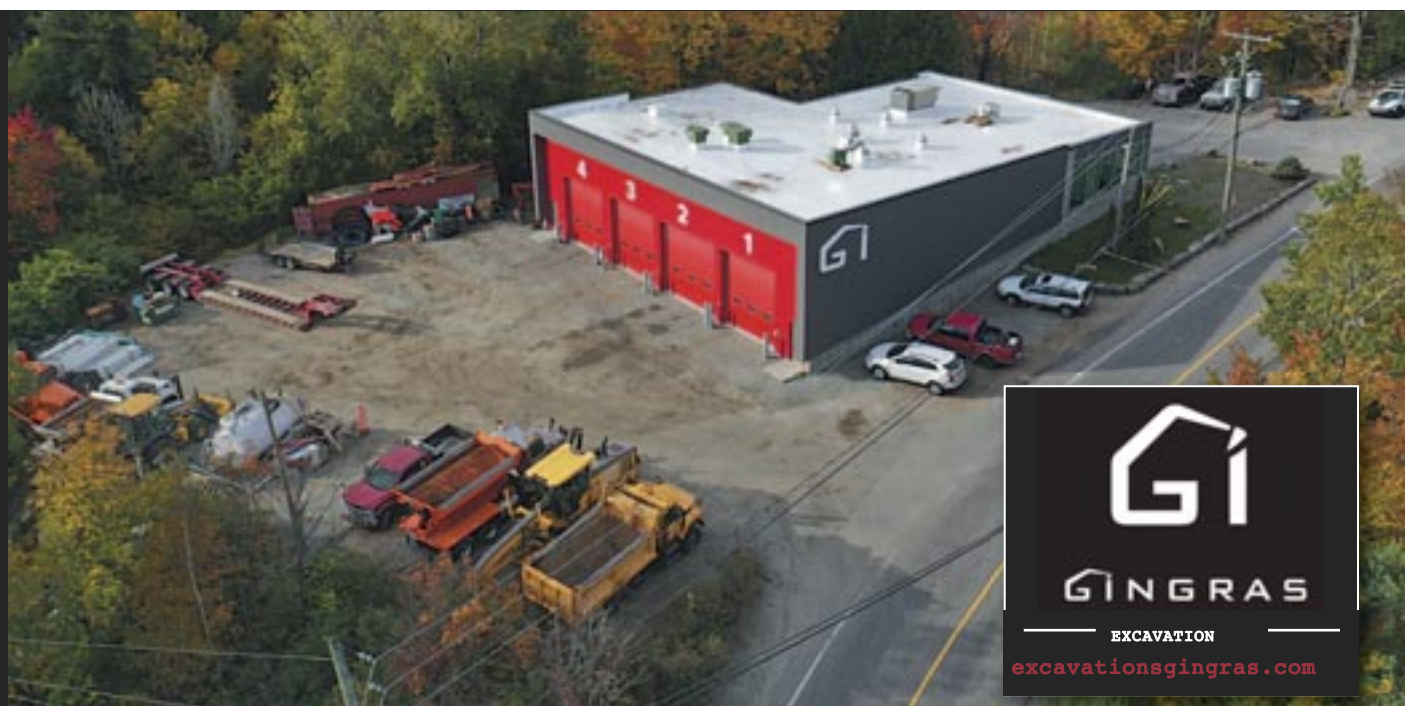
• **MUR DE SOUTÈNEMENT**

• **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**

Saviez-vous que...



Elise Desmarais  
edesmarais@journal-le-sentier.ca

Depuis la Deuxième Guerre mondiale, on reconnaît les membres de certaines organisations militaires et civiles par leur coiffure : des bérets bleus, verts ou rouges. On a vu se former différents groupes de ces forces spéciales, en France, en Belgique, en Suisse, aux États-Unis et au Canada.

Les soldats de la paix des Nations Unies sont souvent appelés « Bérets bleus » en raison de la couleur bleu clair de leur coiffure. Cela inclut les soldats, les policiers et le personnel civil. Par contre au sein des forces spéciales américaines, les « Bérets verts » sont considérés comme des soldats d'élite, spécialisés dans plusieurs disciplines telles que les explosifs, les transmissions, l'ingénierie mécanique et électronique. La Légion étrangère en France et des troupes d'infanterie en Suisse portent également le vert. Au Mali, un régiment de commandos parachutistes des forces armées est considéré comme une unité d'élite et ses membres sont plus connus sous le nom de « Bérets rouges ».

## Les Bérets blancs



Louis Even

PHOTO JOURNAL VERS DEMAIN

### Et les « Bérets blancs » ?

Les Pèlerins de Saint-Michel, lors de leur mission chrétienne porte-à-porte, se distinguent par le port d'un « Béret blanc ». Cette association d'extrême droite de laïcs catholiques originaire du Québec, fondée en 1939 par Louis Even et Gilberte Côté-Mercier, « a pour but le développement d'un monde plus chrétien par la diffusion et l'application de l'enseignement de l'Église catholique romaine et, dans tous les domaines ». Le Vatican n'a pas renié les Pèlerins de Saint-Michel et ceux-ci ne sont pas hostiles envers le Vatican. Ils sont toutefois agacés par le concile de Vatican II qu'ils trouvent trop permissif. Le clergé québécois, reconnu comme un des plus progres-

sistes au monde, qualifie le message des Bérets blancs, d'extrême droite, d'antisémitisme et de catholicisme intégriste.

Sur le plan politique, les Bérets blancs ont soutenu le Parti Crédit social du Canada (Réal Caouette) et le Ralliement créditiste du Québec (Camil Samson) dans les années 1960 et 1970. À la suite de l'échec électoral de ces partis, ils ont perdu confiance en la politique pour modifier les structures sociales. Ils sont également opposés au pouvoir des banques, qu'ils considèrent comme l'incarnation de Satan et soutiennent que les peuples doivent se libérer de la dictature de la finance et du pouvoir de l'argent. La télévision détourne aussi du droit chemin et à ses débuts il était interdit aux membres de la regarder. La diffusion de leur idéologie se concrétise par la publication du journal *Vers demain* et les pèlerins distribuent gratuitement trente millions des tracts annuellement.

### Louis Even (1885-1974)

Né en France, la religion fait partie de sa vie dès son plus jeune âge. Il part pour l'Amérique, d'abord professeur dans le Montana, pour s'établir au Canada en 1906. Il devient imprimeur, journaliste, traducteur et donne des conférences en Ontario et au Québec pour propager la doctrine créditiste.

### Gilberte Côté-Mercier (1910-2002)

Née à Montréal dans une famille catholique, elle étudie avec des religieuses jusqu'à son entrée à l'Université de Montréal, rare jusqu'alors pour une femme. Elle étudie les sciences sociales et participe avec honneur

aux débats oratoires. Elle assiste à une conférence de Louis Even et décide de suivre activement le mouvement pour le Crédit Social. En 1939, ils fondent les Pèlerins de Saint-Michel. En 1946, elle épouse Gérard Mercier. Très active dans le mouvement et fervente dans sa foi, elle devient conférencière à la radio et à la télévision et voyage pour propager le Crédit social. En 2002, à Rougemont, cinq prêtres officient ses funérailles dans une cérémonie grandiose pour celle qui avait été honorée par le pape et qu'on appelait l'« âme des bérets blancs ».

Source : Wikipédia



Gilberte Côté-Mercier

PHOTO WIKIPEDIA

**LABELLE MÉCANIQUE**

450 224-8882

**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**

## Lettre ouverte

### Politiciens, politique et élu municipal

Je souhaite mettre en lumière de façon très transparente et réfléchi la réalité complexe de la politique municipale. Ce n'est pas facile de naviguer entre la gestion des enjeux locaux, les relations humaines au sein du conseil, les attentes des citoyens et la responsabilité de prendre des décisions parfois difficiles. Il semble que l'essence même de ce travail soit de rester fidèle à des principes d'intégrité tout en étant constamment confronté à la complexité de conjuguer l'humain et la règle.

Un aspect souvent peu évoqué dans la politique : les relations humaines au sein des élus. Cela me fait penser à la manière dont la collaboration entre collègues peut parfois basculer dans la tension, malgré de bonnes intentions. C'est un équilibre fragile à maintenir qui requiert leadership et doigté.

Concernant la campagne électorale, souvent les électeurs peuvent être séduits par des promesses faciles ou par des discours qui flattent, mais qui ne prennent pas en compte la réalité du travail municipal une

fois élu. C'est un terrain mouvant, qu'il faut naviguer en ayant pour compas une vision et une direction claire plutôt que des projets à la pièce.

J'en appelle à éviter à tout prix de politiser les dossiers et à se concentrer sur une vision à long terme, particulièrement en année électorale. Cela me semble essentiel pour une politique saine et véritablement tournée vers l'intérêt des citoyens. C'est une démarche qui s'éloigne des calculs de pouvoir et de la petite politique pour aller vers des solutions concrètes et pérennes pour la communauté.

Ce sont des valeurs importantes, à partager avec les citoyens pour mieux voir l'évolution de notre municipalité dans le temps. Personnellement, ce sont des valeurs sur lesquelles je base mon rôle d'élue et qui me suivront à titre de possible future candidate le 2 novembre prochain.

Merci de m'avoir lue,

**Sonia Tremblay**, citoyenne,  
conseillère et potentielle candidate  
aux prochaines élections municipales.

**Le Sentier**  
JOURNAL COMMUNAUTAIRE DE SAINT-HIPPOLYTE

**Vous avez  
une bonne nouvelle  
à nous transmettre ?**

Communiquez-la en téléphonant au :  
450 563-5151.  
Vous souhaitez apporter votre contribution  
à la communauté ?  
**Le Journal Le Sentier  
vous en donne la possibilité.**  
redaction@journal-le-sentier.ca



# L'Association des Amputés de guerre souligne les 50 ans du Programme LES VAINQUEURS

L'Association des Amputés de guerre entame cette semaine l'envoi de ses plaques porte-clés 2025 aux résidents et résidentes de la région des Laurentides. L'envoi marque le début d'une année bien spéciale pour l'association, puisqu'elle célèbre le 50<sup>e</sup> anniversaire de son Programme pour enfants amputés (LES VAINQUEURS).

Florence Carrier, 17 ans, bénéficiaire de l'appui du Programme LES VAINQUEURS depuis l'âge d'un an. Dans la lettre qui accompagne les plaques porte-clés, elle décrit les bienfaits qu'il lui a apportés au fil des ans, notamment de l'aide financière pour l'achat de membres artificiels, du soutien par les pairs lors d'événements organisés par l'association, et bien plus encore.

« J'ai commencé très jeune à prendre part aux séminaires LES VAINQUEURS avec mes parents. Puisque j'ai grandi dans une petite ville, ces séminaires m'ont été précieux, car

ils m'ont permis de rencontrer d'autres enfants comme moi, explique-t-elle. Grâce aux donateurs et aux donatrices de l'association, j'ai obtenu du financement pour de nombreuses prothèses, dont une jambe à l'épreuve de l'eau que j'utilise dans la douche ou pour marcher sur des surfaces glissantes, par exemple autour de la piscine.



Comme ces prothèses coûtent cher, c'est un soulagement pour ma famille de savoir que nous pouvons compter sur le soutien financier de l'association. »

#### Service offert gratuitement

Le Service des plaques porte-clés, qui a été fondé en 1946 par des anciens combattants amputés, est offert gratuitement partout au pays. Il permet de retourner les clés perdues à leurs propriétaires tout en générant des fonds pour les divers programmes de l'asso-



La Vainqueur Florence peut bénéficier du Programme LES VAINQUEURS grâce à la générosité du public.

PHOTO COURTOISIE

ciation, y compris le Programme LES VAINQUEURS. À ce jour, il a retourné plus de 1,5 million de trousseaux de clés perdus et continue de procurer de l'emploi à des personnes amputées ou vivant avec d'autres handicaps.

Chaque plaque porte-clés comporte un numéro à code confidentiel unique. Si quelqu'un perd son trousseau de clés, la personne qui le trouvera n'aura qu'à composer le numéro de téléphone sans frais qui figure au dos de la plaque ou à le déposer dans une

boîte aux lettres, et il sera expédié gratuitement par messageries à son ou à sa propriétaire.

#### Pour en savoir plus

L'Association des Amputés de guerre ne reçoit aucune subvention gouvernementale. Ses programmes existent grâce au soutien du public envers le Service des plaques porte-clés. Pour en savoir plus ou pour commander des plaques porte-clés, visitez le [amputesdeguerre.ca](http://amputesdeguerre.ca) ou composez le 1 800 250-3030.



**LES AMPUTÉS DE GUERRE**  
SERVICE DES PLAQUES PORTE-CLÉS  
606 RUE CATHCART BUREAU 530  
CP 11027 SUCC CENTRE VILLE  
MONTRÉAL QC H3C 4W6



**LES AMPUTÉS DE GUERRE**  
SERVICE DES PLAQUES PORTE-CLÉS  
606 RUE CATHCART BUREAU 530  
CP 11027 SUCC CENTRE VILLE  
MONTRÉAL QC H3C 4W6

**MARC SIGOUIN**  
MINI-EXCAVATION  
TERRASSEMENT

cellulaire : 450 560-1429



**Réservez votre party du temps des sucres!**  
Profitez de nos spas, sauna, de notre anneau de glace pour patiner, de nos sentiers de raquette et réchauffez-vous près de nos foyers.

© PEXELS, MATT BARNARD



**AUBERGE**  
**HÔTEL | RESTAURANT**  
**LAC PIN ROUGE**

Depuis 1959 — Saint-Hippolyte — Québec — Canada

Pour réservation et information :  
Lundi au vendredi 9 h à 17 h :  
450 432-1478

En tout temps : 450 563-2790

**Offre spéciale**  
pour la relâche scolaire :  
la 2<sup>e</sup> nuitée  
**à 50 % de rabais**  
tout au long du mois de mars !





## 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*.

## OFFRES D'EMPLOI

Les personnes intéressées par l'un ou l'autre de ces postes doivent faire parvenir leur curriculum vitae, par courriel, en inscrivant le numéro de concours dans l'objet du courriel :

Municipalité de Saint-Hippolyte  
Service des ressources humaines  
2253, chemin des Hauteurs  
Saint-Hippolyte (Québec) J8A 1A1  
rh@saint-hippolyte.ca

### AGENT AU DÉBARCADÈRE

Concours n° 2025-05-SSC

Catégorie d'emploi : Emploi temporaire, temps partiel et étudiant

Service : Sécurité communautaire

Date d'entrée en poste : 23/06/2025

Date limite pour postuler : 08/03/2025

#### Votre quotidien dans ce poste

Sous l'autorité du directeur du Service de la sécurité communautaire, l'agent au débarcadère voit à l'application de la réglementation en lien avec l'accès au débarcadère.

#### Vos principaux défis

- Accueillir les plaisanciers et propriétaires d'embarcations ou leurs représentants, les renseigner sur les dispositions de la réglementation inhérente à l'accès au lac et aux conditions d'embarquement
- S'assurer que les embarcations à moteur possèdent la vignette d'accès et répondent aux autres exigences de la réglementation en vigueur
- Informer les utilisateurs des mesures de protection environnementale mise en place
- S'assurer que les bateaux soient bien inspectés, nettoyés et décontaminés avant la mise à l'eau
- Tenir à jour un registre des entrées et des sorties
- Exiger la tarification applicable

#### Vos qualifications

- Détenir un diplôme d'études secondaires
- Posséder un permis de conduire de classe 5
- Être habile à communiquer avec le public
- Avoir un grand sens de l'autonomie et de l'organisation

#### Ce que nous offrons

- Profiter d'un nombre d'heures de travail garanti pendant l'été
- Un salaire de 20,25 \$/heure

### CHEF MONITEUR DE CAMP DE JOUR

Concours n° 2025-02-LOI

Catégorie d'emploi : Emploi temporaire, temps partiel et étudiant

Service : Loisirs

Date d'entrée en poste : 23/06/2025

Date limite pour postuler : 08/03/2025

#### Votre quotidien dans ce poste

En tant que chef moniteur de camp de jour, tu es un acteur clé dans l'organisation et le bon fonctionnement du camp. Sous la responsabilité du responsable du camp de jour, le chef moniteur supervise, soutient et évalue les moniteurs dans leur rôle au quotidien.

#### Vos principaux défis

- Aider à planifier, coordonner et animer les activités
- Intervenir lors d'intervention disciplinaire difficile avec un enfant
- Voir à l'encadrement et à la sécurité des enfants
- Communiquer régulièrement avec les

parents, répondre à leurs demandes et questions

- Communiquer activement ses observations sur le terrain au responsable
- Aider et participer à améliorer n'importe quels aspects du camp
- Veiller à communiquer toute l'information pertinente lors des réunions de début et de fin de journée
- Compléter les rapports et les formulaires demandés
- Coordonner le déroulement et les activités du service de garde
- Effectuer une bonne transition entre le camp de jour et le service de garde
- Veiller au respect des procédures de départ et d'arrivée
- Veiller au respect des enfants et des parents, des collègues et des supérieurs, de toute personne en lien avec le camp, de l'environnement et du matériel

#### Vos qualifications

- Détenir ou en voie d'obtenir un diplôme d'études collégial

- Posséder une expérience d'un minimum de deux (2) étés en camp de jour
- Détenir une formation valide en premiers soins est un atout
- Avoir un sens développé des responsabilités
- Être autonome, débrouillard, mature et avoir le sens de l'organisation
- Avoir un intérêt marqué pour le travail d'équipe et avoir du leadership
- Avoir une bonne gestion du temps et des priorités
- Être disponible pour travailler de façon occasionnelle d'avril à la mi-juin (soir ou fin de semaine) et sur une base régulière du lundi au vendredi du 23 juin au 18 août 2025

#### Ce que nous offrons

- Un emploi d'une durée variant entre 8 et 9 semaines à compter du 23 juin 2025
- Un salaire de 19,75\$/heure

### JOURNALIER SURNUMÉRAIRE AUX PARCS ET ESPACES VERTS

Concours n° 2025-01-PEV

Catégorie d'emploi : Emploi surnuméraire

Service : Loisirs

Date d'entrée en poste : 05/05/2025

Date limite pour postuler : 14/03/2025

#### Votre quotidien dans ce poste

Sous l'autorité du coordonnateur parcs et espaces verts, le titulaire de ce poste effectue les tâches visant l'entretien des parcs et des espaces verts, des équipements, des sentiers, des terrains sportifs et des locaux municipaux selon les méthodes de travail prévues et les règles de sécurité.

#### Vos principaux défis

- Effectuer l'ouverture et la fermeture des établissements selon les heures ou les

dates d'ouverture

- Assurer l'entretien des sentiers piétonniers et de vélo de montagne
- Effectuer les travaux journaliers d'entretien des surfaces sportives telles que le marquage, l'entretien des surfaces de soccer ainsi que l'aménagement des terrains et des équipements selon les activités prévues
- Identifier et préparer l'équipement et le matériel nécessaire pour les événements selon les indications du coordonnateur parcs et espaces verts
- Tondre le gazon des parcs, espaces verts et autres lieux appartenant à la municipalité
- Effectuer des travaux manuels d'entretien général et ménager de bâtiments municipaux

#### Vos qualifications

- Détenir un diplôme d'études secondaires
- Posséder un permis de conduire de classe 5
- Posséder une expérience pertinente en lien avec les fonctions énumérées
- Détenir la carte ASP construction (un atout)
- Être apte à exécuter des travaux manuels, seuls ou en équipe, de façon sécuritaire et sous toutes les conditions climatiques

#### Ce que nous offrons

- Un salaire à partir de 22,72 \$/heure, plus prime de vacances
- Un horaire de 40 heures :  
Mardi : 12 h à 17 h  
Mercredi au samedi : 7 h 15 à 16 h 30  
Congés : dimanche et lundi
- Un emploi d'une durée d'environ 24 semaines

### SAUVETEURS

Concours n° 2025-07-SSC

Catégorie d'emploi : Emploi temporaire, temps partiel et étudiant

Service : Sécurité communautaire

Date d'entrée en poste : 28/06/2025

Date limite pour postuler : 08/03/2025

#### Votre quotidien dans ce poste

Sous l'autorité du directeur du Service de la sécurité communautaire, les sauveteurs sont responsables d'assurer la surveillance afin de prévenir les accidents et d'être en mesure d'intervenir en cas d'urgence. Ils voient également à faire appliquer les différents règlements en vigueur à la plage municipale de Saint-Hippolyte.

#### Vos principaux défis

- Faire respecter la réglementation de sécurité de la plage
- Assurer la sécurité des lieux de baignade et du plan d'eau
- Donner les premiers soins aux personnes dans le besoin

#### Vos qualifications

- Détenir la certification Sauveteur national plage (obligatoire pour le poste de surveillant-sauveteur) ou le brevet Croix de bronze (pour le poste d'assistant-sauveteur)
- Détenir un certificat de premiers soins valide RCR-DEA de 16 heures de formation
- Avoir une approche axée sur le service à la clientèle
- Être en mesure de passer plusieurs heures à l'extérieur
- Être disponible durant toute la période de l'emploi, jour sur semaine et fin de semaine
- Être autonome et débrouillard

#### Ce que nous offrons

- Profiter d'un nombre d'heures de travail garanti pendant l'été
- Un salaire de 20,25\$/heure pour le poste de surveillant-sauveteur et de 17,50\$/heure pour le poste d'assistant-sauveteur

### JOURNALIER SURNUMÉRAIRE

Concours n° 2025-04-TP

Catégorie d'emploi : Emploi surnuméraire

Service : Travaux publics

Date d'entrée en poste : 05/05/2025

Date limite pour postuler : 07/03/2025

#### Votre quotidien dans ce poste

Sous la responsabilité du directeur du Service des travaux publics, le rôle principal et habituel de la personne à ce poste consiste à effectuer divers travaux relatifs à la construction, la réparation et l'entretien des infrastructures et bâtiments de la Municipalité.

#### Vos principaux défis

- Effectuer de la manutention d'équipements, d'outillages, de mobiliers, etc.
- Assurer le suivi des documents de requêtes et bon de travail
- Effectuer la collecte et le déchetage de branches
- Réaliser divers travaux manuels tels que l'entretien des édifices publics, nettoyage des rebuts, creusage et remplissage de trous et tranchées, installation d'enseignes et autres

matériaux de signalisation

- Aider manuellement à l'installation ou le remplacement de ponceaux ainsi que la réfection des fossés
- Effectuer ou aider au chargement et déchargement de matériaux

#### Vos qualifications

- Détenir un diplôme d'études secondaires
- Posséder un permis de conduire de classe 5
- Posséder une expérience pertinente en lien avec les fonctions énumérées
- Détenir la carte de signaleur routier et de chantier (un atout)
- Détenir la carte ASP construction (un atout)
- Être apte à exécuter des travaux manuels, seuls ou en équipe, de façon sécuritaire et sous toutes les conditions climatiques

#### Ce que nous offrons

- Un salaire à partir de 22,72 \$/heure, plus prime de vacances
- Un horaire de 40 heures
- Une semaine de travail se terminant à midi le vendredi
- Un emploi d'une durée d'environ 26 semaines



## 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*.

### Faits saillants: séances de février 2025

#### Séance extraordinaire du 4 février 2025

##### Acquisition de modules de jeux pour enfants au parc Connelly

Un contrat pour des modules de jeux pour enfants à été donné à Eskair au montant de 119 575,00 \$ plus les taxes applicables.

**Acquisition de modules de parc de planche à roulettes**  
Un contrat pour l'achat de modules de parc de planche à roulettes au parc Connelly a été accordé à RD Skatepark au montant de 113 068,05 \$ plus les taxes applicables.

##### Acquisition d'une structure préfabriquée pour une patinoire extérieure

Un contrat pour l'acquisition et l'installation d'une structure préfabriquée pour une patinoire extérieure au parc

Connelly a été accordé à Sim Bâtiment d'acier inc., au montant de 920 820,82 \$ plus les taxes applicables.

##### Lutte contre le myriophylle à épis au lac Écho

Le Règlement n° 1268-24 concernant la tarification relative au projet de lutte contre le myriophylle à épis au lac Écho a été adopté afin d'établir la tarification pour la réalisation du projet dont les coûts seront répartis aux propriétaires du secteur visé.

#### Séance ordinaire du 11 février 2025

##### Toit de la patinoire du parc Connelly

Le Règlement no 1206-21-01 modifiant le Règlement no 1206-21 décrétant une dépense de 3 250 053 \$ et un emprunt de 2 185 565 \$ a été

adopté pour l'acquisition et l'installation du toit de la patinoire extérieure au parc Connelly.

##### Réfection des terrains de tennis

Un contrat a été accordé pour la réfection des terrains de tennis du parc Connelly à PC Court au montant de 46 900 \$ plus les taxes applicables.

##### Aide financière à des organismes

Le conseil municipal a autorisé le versement d'une aide financière aux organismes suivants :

- Groupe social Amico au montant de 600 \$ lequel sera réparti en deux versements, soit 50 % à l'acceptation du projet par le conseil municipal et 50 % à l'approbation du rapport financier de l'événement.



- Plein Air Bruchési au montant de 35 \$ par semaine, par enfant inscrit au camp de jour et résidant à Saint-Hippolyte, jusqu'à un maximum de 35 000 \$ pour l'été 2025;
- Association protection environnement du Lac Bleu au montant de 1 675 \$ lequel sera réparti en deux versements, soit 50 % à l'acceptation des projets par le conseil municipal et 50 % à l'approbation du rapport financier;

Date de la prochaine séance ordinaire : 11 mars 2025.

### Une nouveauté: Biblio-Jardin

À compter du 11 mars, la Bibliothèque de semences ouvrira ses portes sous le nom de Biblio-Jardin. Ce projet permettra à tous, petit et grand, de découvrir et d'explorer le monde fascinant des plantes comestibles. La bibliothèque met à disposition 34 variétés de fleurs, fruits, légumes et fines herbes, soigneusement sélectionnées. Les abonnés auront la possibilité de choisir gratuitement jusqu'à 5 sachets de semences par carte, leur offrant ainsi une opportunité de cultiver des produits frais et locaux. Que vous soyez novice ou jardinier



expérimenté, Biblio-Jardin est une invitation à participer à la biodiversité et à la transition vers des pratiques plus durables, tout en créant des espaces verts nourrissants. L'initiative vise également à encourager l'échange autour du jardinage. Quantité limitée. Venez dès le 11 mars en profiter et laissez-vous inspirer par la richesse de la nature!

## OFFRES D'EMPLOI

#### PATROUILLEUR NAUTIQUE

##### Concours n° 2025-04-SSC

Catégorie d'emploi : Emploi temporaire, temps partiel et étudiant  
Service : Sécurité communautaire  
Date d'entrée en poste : 15/05/2025  
Date limite pour postuler : 08/03/2025

##### Votre quotidien dans ce poste

Sous l'autorité du directeur du directeur du Service de la sécurité communautaire, le patrouilleur nautique est responsable de s'assurer de l'application des règlements municipaux et fédéraux concernant la navigation sur les lacs de la Municipalité de Saint-Hippolyte.

##### Vos principaux défis

- Recevoir et traiter les plaintes de façon ponctuelle
- Sensibiliser les plaisanciers à la sécurité nautique
- Rédiger des constats d'infraction
- Exécuter diverses tâches de bureau, telles que vérifier et compiler des données, remplir diffé-

rents formulaires, préparer des rapports et dossiers et tenir à jour le système prévu à cet effet

- Le patrouilleur pourrait être appelé à fournir de l'information supplémentaire dans les délais prescrits pour certains dossiers juridiques

##### Vos qualifications

- Avoir complété une première année en technique policière ou détenir une expérience d'un an en sécurité privée
- Posséder un permis de conduire de classe 5
- Détenir un permis de compétence pour embarcation nautique
- Détenir un certificat de premiers soins valide RCR, DEA de 16 heures
- Être habile à communiquer avec le public
- Être autonome. Débrouillard et ponctuel

##### Ce que nous offrons

- Profiter d'un nombre d'heures de travail garanti pendant l'été
- Un salaire de 20,75 \$/heure

#### AGENT AU CONTRÔLE D'ACCÈS

##### Concours n° 2025-06-SSC

Catégorie d'emploi : Emploi temporaire, temps partiel et étudiant  
Service : Sécurité communautaire  
Date d'entrée en poste : 23/06/2025  
Date limite pour postuler : 08/03/2025

##### Votre quotidien dans ce poste

Sous l'autorité du directeur du Service de la sécurité communautaire, l'agent au contrôle d'accès est responsable de l'accueil et de l'admission des visiteurs à la plage municipale.

##### Vos principaux défis

- Accueillir les visiteurs et leur donner les informations pertinentes telles que les règlements en vigueur
- Assurer le bon fonctionnement des activités

de la guérite

- Répondre aux questions de la clientèle
- Compiler les statistiques relatives au nombre de visiteurs

##### Vos qualifications

- Détenir un niveau d'études minimal requis : Secondaire 4
- Avoir une approche axée sur le service à la clientèle
- Être en mesure de passer plusieurs heures à l'extérieur
- Être disponible durant toute la période de l'emploi, jour sur semaine et fin de semaine

##### Ce que nous offrons

- Profiter d'un nombre d'heures de travail garanti pendant l'été
- Un salaire de 18 \$/heure

#### CHAUFFEUR-OPÉRATEUR SURNUMÉRAIRE

##### Concours n°2025-03-TP

Catégorie d'emploi : Emploi surnuméraire  
Service : Travaux publics  
Date d'entrée en poste : 05/05/2025  
Date limite pour postuler : 07/03/2025

##### Votre quotidien dans ce poste

Sous la responsabilité du directeur du Service des travaux publics, le rôle principal et habituel de la personne à ce poste consiste à effectuer, seule ou en équipe, divers travaux ayant trait à l'entretien du réseau municipal ainsi que toute autre tâche connexe qui lui sera attribuée.

##### Vos principaux défis

- Opérer la machinerie nécessaire à l'entretien du réseau municipal (niveleuse, rétrocaveuse, chargeur frontal, excavatrice, etc.)
- Opérer une machine multifonction avec ses accessoires dont un balai de rue, un bras articulé pour le fauchage, une grappe et un souffleur
- Conduire différents équipements et véhicules routiers (camion 10 roues avec une remorque, camion-citerne, etc.)
- Installer des ponceaux et effectuer la réfection des fossés
- Effectuer ou aider au chargement et au déchargement de matériaux

- Voir au bon fonctionnement de la machinerie et des véhicules routiers utilisés (propreté, plein d'essence, signaler les problématiques, etc.)

##### Vos qualifications

- Détenir un diplôme d'études secondaires
- Posséder un permis de conduire de classe 3 (classe 1, un atout) ou une formation pertinente en machinerie lourde de 750 heures minimum
- Posséder une expérience pertinente en lien avec les fonctions énumérées
- Connaître des notions de mécanique de machinerie (un atout)
- Détenir la carte de signaleur routier et de chantier (un atout)
- Détenir la carte ASP construction
- Être apte à travailler à l'extérieur sous toutes les conditions climatiques
- Connaître les matériaux, les méthodes et pratiques utilisées pour l'exécution des travaux d'excavation

##### Ce que nous offrons

- Un salaire à partir de 24,10 \$/heure, plus prime de vacances
- Un horaire de 40 heures
- Une semaine de travail se terminant à midi le vendredi

#### MONITEUR DE CAMP DE JOUR

##### Concours n° 2025-03-LOI

Service : Loisirs  
Date d'entrée en poste : 23/06/2025  
Date limite pour postuler : 22/03/2025

##### Votre quotidien dans ce poste

Sous la responsabilité du responsable du camp de jour, le moniteur de camp de jour jouera un rôle d'encadrement et d'accompagnement auprès des enfants du camp de jour et veillera au bon déroulement des différentes activités sur place.

##### Vos principaux défis

- Collaborer à la planification et l'organisation des activités.

- Animer un groupe d'enfants et leur offrir une expérience optimale.
- Voir à l'encadrement et à la sécurité des enfants

##### Vos qualifications

- Être disponible tout l'été
- Aimer le travail à l'extérieur
- Avoir de l'expérience avec les enfants (un atout)
- Être créatif et autonome

##### Ce que nous offrons

- Un emploi d'une durée variant entre 8 et 9 semaines à compter du 23 juin 2025
- Un salaire de 18 \$/heure

## Sans retour, une histoire captivante

La maison d'édition Station T nous présente dans sa section jeunesse, un tout nouveau roman québécois : *Sans retour*. C'est une histoire captivante qui aborde avec tendresse la différence, l'amour et le courage. Une histoire pour rêver, réconforter, discuter.

Jonah et Roméo ont le même âge, mais ne sont pas jumeaux : le hasard a voulu que Roméo arrive dans sa famille d'accueil le jour de la naissance de Jonah. Jonah est sourd, Roméo, muet. Mais tous les deux se comprennent en silence.

### Pourquoi lire *Sans retour* ?

- Traitement sensible de la différence ; peu de livres mettent en scène un enfant utilisant des implants cochléaires sans que cela soit le sujet principal de l'œuvre. De plus, le deuxième personnage, son frère, est muet.

- Une fin originale et inattendue : les protagonistes sont initialement présentés comme deux frères, mais le dénouement révèle qu'il s'agit en réalité d'un enfant et de son chien.

- Un thème à la fois fort et touchant : le refus d'un enfant de devoir euthanasier son chien trop malade, trop souffrant.

- Une plume à la fois drôle et émouvante, accompagnée



des magnifiques illustrations, empreintes d'une atmosphère nocturne qui sauront captiver les enfants, les plongeant dans l'inquiétude pour les deux personnages.

Isabelle Trépanier, *Sans retour*, Station T Jeunesse, 27 janvier 2025, 60 pages, illustré par Marie-Ève Turgeon.



L'hippolytoise Marie-Ève Turgeon.  
PHOTO COURTOISIE

Originaire de l'Abitibi, Isabelle Trépanier réalise des études en sociologie, en linguistique et en orthophonie. Après vingt ans de carrière comme orthophoniste, elle s'inscrit au diplôme d'études supérieures spécialisées en littérature

pour la jeunesse, afin d'en apprendre plus sur ce thème qui la passionne. À travers sa vie professionnelle, Isabelle aura aidé nombre d'enfants à acquérir les mots leur permettant de s'exprimer. Aujourd'hui, ce sont ses propres mots qu'elle leur offre en cadeau avec ce premier roman qui présente l'histoire touchante de deux frères qui, ensemble, devront affronter une épreuve bouleversante.

Née dans les Basses-Laurentides, Marie-Ève Turgeon est illustratrice dans l'âme depuis qu'elle est toute petite. Elle adore créer des images pleines de vie qui racontent des histoires. Elle est toujours accompagnée par sa fidèle complice Simone, avec qui chaque jour est une nouvelle aventure. Cette histoire remplie d'amour l'a particulièrement interpellée.



## Chantons le printemps

### Opinion



Loyola Leroux  
lroux@journal-le-sentier.ca

**Le printemps est l'une des périodes les plus attendues de l'année. Il annonce des journées plus ensoleillées, le retour de la vie, l'espérance. C'est un évènement lunaire, qui présume une fête, la plus importante de l'année.**

Le printemps pour nos ancêtres depuis la préhistoire, c'était l'assurance que la vie recommençait, après de longs mois d'hiver, de noirceur, de froid, de privation avec un carême de 40 jours. Les chrétiens l'ont bien compris en associant la résurrection du Christ, Pâques, à cette période charnière, remplie d'espérance.

La position dans le calendrier de la fête de Pâques (20 avril) varie selon le cycle de la lune. La date est fixée au dimanche suivant la première pleine lune après l'équinoxe du printemps (20 mars – égalité entre l'ensoleillement et la nuit). L'influence de la lune était beaucoup plus importante pour les anciens que le soleil. Il reste encore des travailleurs qui basent leur vie sur ses cycles. Par exemple, les pêcheurs de la Gaspésie qui suivent les marées.

### Chantons le printemps

Le printemps c'est l'espérance de voir la vie revenir, de voir les plantes pousser sous la neige et de pouvoir discuter sur « Les cléons des clôtures » de Vigneault.

Voici quelques paroles de *Les gens de mon pays*.

Je vous entends jaser  
Sur les perrons des portes  
Et de chaque côté  
Des cléons des clôtures  
Je vous entends chanter  
Dans ma demi-saison  
Votre trop court été  
Et mon hiver si longue  
Je vous entends rêver.

Vous pouvez également écouter pour vivre joyeusement ce retour de la vie :

- Félix Leclerc qui chante *L'Hymne au printemps* en s'accompagnant à la guitare dans le style des boîtes à chansons des années 1960.
- Léo Ferré qui chante *C'est le printemps*. Dans cette chanson, vous entendrez des références à la grande culture française, aux peintres Manet, Monet et Gauguin et au romancier Mistral. Ferré chante aussi des poèmes de Verlaine et Rimbaud. Il parle du Beaujolais. Le bon vin et la chanson vont bien ensemble.
- Ricet Barrier avec sa chanson *V'là l'printemps* n'est pas en reste. Son accent nous rappelle les patois de nos ancêtres. Vous sentirez les odeurs du printemps.

Inutile de vous faire remarquer qu'en écoutant ces chanteurs vous vous sentirez loin du spectacle de la mi-temps du Superbowl. C'est tout dire.

Autres suggestions d'écoute :

Félix Leclerc – *Hymne au printemps*

Léo Ferré – *C'est l'printemps*

Ricet Barrier – *Isabelle v'là l'printemps*

Pour les entendre, rendez-vous sur le site web du journal.

## Vous souvenez-vous de la route 11 ?



PHOTO COURTOISIE



**Aujourd'hui, tout le monde connaît la route 117. Mais savez-vous que cet important axe routier a longtemps été connu comme la route 11? Et que son parcours a subi de multiples changements depuis son inauguration en 1926?**

C'est ce que racontera Philippe Aubry dans une conférence présentée par Histoire et Archives Laurentides, le mercredi 19 mars à 19 h à la Vieille gare de Saint-Jérôme.

### Philippe Aubry

Impliqué à la Société du Patrimoine du Bassin Inférieur de la Chaîne géologique du Mont-Tremblant (la SOPABIC), Philippe Aubry est historien de formation, mais camionneur de métier, un emploi qui l'a amené à s'intéresser à l'évolution du réseau routier des Laurentides. Son projet *Histoires d'un Nord*, une série de capsules-vidéo diffusées sur YouTube, est consacré à cette mission de rendre accessible cet aspect de l'histoire de la région. Cette initiative lui a d'ailleurs valu en 2024 le prix *Engagement – Paysages en mouvement*, décerné par la Fédération Histoire Québec à des personnes qui se consacrent bénévolement à promouvoir et défendre le patrimoine paysager.

La conférence de Philippe Aubry portera sur le tracé original de la route 11, devenue route 117 en 1972, et plus spécifiquement sur son évolution dans la région de Saint-Jérôme.

Entrée libre.

[histoire-archives-laurentides.com](http://histoire-archives-laurentides.com)

*Diffusions*  
**Amal Gamme**

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

Achat en ligne : [diffusionsamalgamme.com](http://diffusionsamalgamme.com)  
Réservation téléphonique : 450 335-3037  
Ou par courriel : [direction@diffusionsamalgamme.com](mailto:direction@diffusionsamalgamme.com)

**Le Duo Beauséjour-Ostiguy/Dubé/Aux deux hémisphères**

Deux brillants musiciens réunis dans des œuvres phares du répertoire pour violoncelle et piano! Dominique Beauséjour-Ostiguy et Jean-Michel Dubé proposent lyrisme, virtuosité, intensité et découverte dans des compositions de Rachmaninov, Fauré, Piazzolla et... Beauséjour-Ostiguy. À déguster passionnément!



Dimanche 9 mars 2025, à 14 h 30  
Entrée : 35 \$ / Abonné : 30 \$  
Gratuit pour les moins de douze ans, réservation nécessaire.



**L'ensemble Gairloch/Fête de la Saint-Patrick**

Les classiques festifs de la musique celte présentés par Seán Dagher, joueur de bouzouki irlandais et chanteur bien connu du milieu de la musique traditionnelle. Fêter la Saint-Patrick avec cette musique qui emplit le cœur de joie, tend à devenir une belle habitude chez Diffusions Amal'Gamme. Avec David Gossage aux flûtes et Kate Bevan-Baker, violon et voix.

Samedi 15 mars 2025, à 19 h 30  
Entrée : 35 \$ / Abonné : 30 \$  
Gratuit pour les moins de douze ans, réservation nécessaire.

Regardez la vidéo sur notre site : [journal-le-sentier.ca](http://journal-le-sentier.ca)

**Ensemble vocal Cantivo en concert**



Photo prise en 2014 à l'Église Saint-Elzéar à Laval, lors de la première collaboration entre les deux ensembles.

PHOTO COURTOISIE

**Louise Boisvert et son conjoint, Roland Perron, se sont établis au lac des 14 Îles en 1978 et y résident toujours. Après avoir participé à la création du parc des 14 Îles dans les années 80, Louise a fondé et mis sur pied, en 2006, l'Ensemble vocal Cantivo, formé d'une vingtaine de choristes.**

Ce concert vous fera voyager dans le temps à travers les époques, de Clément Jannequin à Vigneault et de Roland de Lassus aux Spice Girls, à travers un répertoire d'airs anciens et modernes, sous la direction de Patricia Abbott.

**Pour vous procurer des billets**

- Prévente : admission générale 25 \$ – 18 ans et moins 15 \$
- À la porte : admission générale 30 \$ – 18 ans et moins 20 \$
- Billets en vente auprès des choristes ou en ligne : [lepointdevente.com/billets/cantivo2025](http://lepointdevente.com/billets/cantivo2025)

**Pour plus d'information**

- Visitez notre page Facebook : [ensemble-vocalcantivo](https://www.facebook.com/ensemble-vocalcantivo)
- Site internet de Flûte Alors! : [flutealors.com](http://flutealors.com)
- Pour plus d'information ou pour l'achat de billets, n'hésitez pas à contacter Louise Boisvert au 450 224-7258.

Elle aimerait vous convier au prochain concert de l'ensemble qui aura lieu à l'Église Saint-Joseph de Mont-Rolland, **le samedi 31 mai à 15 h**. Pour l'occasion, Cantivo accueillera comme invité spécial le quatuor de flûtistes professionnels, Flûte Alors! Ces musiciens virtuoses vous feront redécouvrir la flûte à bec comme vous ne l'avez jamais entendue. Le mélange des flûtes et des voix humaines forme un ensemble sonore d'une grande beauté. De plus, l'Église de Mont-Rolland jouit d'une acoustique sans pareille et demeure le secret le mieux gardé des Laurentides pour ce genre de musique.



THÉÂTRE  
GILLES-VIGNEAULT

118, rue de la Gare  
Saint-Jérôme, J7Z 0J1  
450 432-0660  
[theatregillesvigneault.com](http://theatregillesvigneault.com)



**Chanson**  
**Ingrid St-Pierre**  
— *Ingrid St-Pierre*  
seule au piano

Judi 6 mars  
à 20 h



**Musique**  
**Christine Tassan**  
et les Imposteurs  
— *Sur la route*

Dimanche 9 mars  
à 15 h



**Humour**  
**Megan Brouillard**  
— *Chiendent*

Samedi 15 mars  
à 20 h



**Magie et illusion**  
**Alain Choquette**  
— *Entre histoires et illusions*

Samedi 22 mars  
à 20 h

CENTRE PLEIN-AIR  
ROGER-CABANA

**CINEMA  
OPTIMISTE**

Vendredi **11** 19h00  
AVRIL

ENTRÉE: 35 \$ | 0-12 ANS\*  
Crignotines à vendre sur place!

20, chemin des Hauteurs  
Saint-Hippolyte  
POUR PLUS D'INFORMATIONS  
[club.optimiste.st.hippolyte@gmail.com](mailto:club.optimiste.st.hippolyte@gmail.com)  
Bulwag-music.com

SOIRÉE  
**CASINO**  
*Lève de fonds*

BILLETTS 50\$

PLUSIEURS TIRAGES SURPRISES  
BÈRE, VIN ET RAFFRAÎCHISSEMENT EN VENTE SUR PLACE!

**26 | 19**  
AVRIL | H

POUR ACHETER VOS BILLETTS:  
CONTACTEZ-NOUS VIA NOTRE PAGE FACEBOOK  
OU PAR COURRIEL:  
[club.optimiste.st.hippolyte@gmail.com](mailto:club.optimiste.st.hippolyte@gmail.com)

ÉCOLE DES HAUTEURS  
30, RUE BOURGET, ST-HIPPOLYTE

# Un média qui assure la défense de nos communautés

**Les médias locaux se fragilisent et les ressources se raréfient. L'avenir de l'information de proximité est en péril, trop souvent sacrifié, ce qui représente une menace réelle pour la cohésion sociale.**

Les citoyens et citoyennes doivent impérativement se rendre compte que les télévisions communautaires autonomes (TCA) du Québec jouent un rôle essentiel dans le maintien du lien social, de l'identité régionale et de la démocratie locale. Sans ces médias de proximité, les enjeux locaux sont occultés, la participation citoyenne diminue et le tissu social se désagrège. Qui portera la voix des régions si ces dernières sont oubliées ?

Malgré tout, plusieurs personnes se mobilisent pour sauvegarder et renforcer ces médias de proximité. Il est urgent que les décideurs reconnaissent leur valeur et adoptent des mesures concrètes pour garantir leur pérennité. Les gouvernements, les institutions et la société civile sont appelés à unir leurs



forces pour assurer la continuité des TCA. L'information locale est un bien commun qu'il faut protéger, car elle est au cœur de notre identité collective et de la vitalité démocratique de nos communautés.

**Valérie Nault,**  
coordonnatrice aux communications,  
FTCAQ. [fedetvc.qc.ca](mailto:fedetvc.qc.ca)  
Joins-toi à nous...  
Ose ta télé communautaire!

## 510 000 \$ pour aider les entreprises des Laurentides à trouver de nouveaux marchés

**La ministre responsable des Aînés, ministre déléguée à la Santé et ministre responsable de la région des Laurentides, Mme Sonia Bélanger, et le ministre délégué à l'Économie, ministre responsable de la Lutte contre le racisme et ministre responsable de la région de Laval, M. Christopher Skeete, annoncent l'attribution de 510 000 \$ pour aider les entreprises des Laurentides à trouver de nouveaux marchés.**

Les sommes sont octroyées à Laurentides International, l'organisme régional de promotion des exportations (ORPEX) des Laurentides. Elles visent la mise en œuvre des activités de promotion des exportations et d'accompagnement des entreprises exportatrices de la région. Rappelons que les ORPEX offrent aux PME québécoises un service de proximité et de première ligne pour faciliter leurs démarches de développement de marchés hors Québec afin de leur permettre de saisir les occasions d'affaires au Canada et à l'international de façon durable.

Plus que jamais, les démarches de diversification des marchés d'exportation sont de

plus en plus cruciales. Les efforts déployés par le réseau des ORPEX sont précieux, car ils contribuent à l'établissement d'un écosystème pour soutenir les entreprises dans leur expansion à l'international. Les ORPEX travaillent en étroite collaboration avec les experts d'Investissement Québec International, qui eux s'affairent à appuyer les exportateurs en croissance, ainsi que les exportateurs chevronnés déjà présents sur les marchés hors Québec.

### Citation de Sonia Bélanger

« Les entreprises des Laurentides ont la chance de pouvoir compter sur une équipe d'experts pour les aider à entamer ou à poursuivre leurs démarches d'exportation et d'internationalisation. Elles ont tout le potentiel pour réussir sur les marchés étrangers, et je les invite à franchir ce pas! Ce sont de véritables ambassadrices de notre savoir-faire, de notre talent et de notre ingéniosité, et c'est l'ensemble de la région et du Québec qui bénéficiera des retombées de leur présence à l'international. »

### Faits saillants

- Laurentides International offre des services-conseils, de la formation et des activités afin de préparer les PME de la région à l'exportation et de les faire croître.
- Le réseau des ORPEX, réparti sur l'ensemble du territoire québécois, est représenté par Commerce International Québec.
- Annuellement, ce réseau accompagne plus de 2000 PME québécoises grâce à l'expertise d'environ 65 employés.
- Le financement total accordé aux 20 ORPEX du Québec pour la période 2024-2027 se chiffre à 10,15 millions de dollars.
- L'aide financière est issue du Programme d'appui au fonctionnement d'organismes de développement économique, « volet 3 – Soutien au fonctionnement des organismes en appui à l'exportation ».

### Les États-Unis

Les États-Unis constituent le premier partenaire commercial du Québec à l'étranger :

- En 2023, 73,6 % des exportations québécoises internationales de marchandises, qui représentent une valeur estimée à 87,3 milliards de dollars, ont été expédiées aux États-Unis.
- Ces exportations sont liées à plus de 400 000 emplois au Québec.
- Plus de 9300 entreprises québécoises réalisent des affaires en sol américain.

**Danick Forcier,** attachée de presse.  
Cabinet de la ministre Sonia Bélanger  
**Léa Fortin,** attachée de presse.  
Cabinet du ministre Christopher Skeete

Date de tombée : le 20 du mois  
Tirage : 6400 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](mailto:redaction@journal-le-sentier.ca)

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

PRÉSIDENT :  
Jean-Pierre Fabien : 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, Louise Benoit, Michel Bois, Lyne Boulet, Yolande Cadioux, Alain Chaurette, Laure Chazerand, Diane Couët, Gilles Debiens, Élise Desmarais, Béline Dufour, Jean-Pierre Fabien, Magali Hudon, Suzanne Lapointe, Loyola Leroux, Liette Lussier, Francine Mayrand, Monique Pariseau, Mélanie Ruel, Laura Sang et Manon Tawel.

IMPRESSION : Hebdo-Litho  
Dépôt légal Bibliothèque nationale du Québec, 2<sup>e</sup> 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](mailto:redaction@journal-le-sentier.ca)**

## SOLUTION des mots croisés du mois de FÉVRIER 2025

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

**GROUPE BJJG**  
ARPENTEURS-GEOMETRES

**Marc Jarry, Arpenteur-géomètre**  
2274, chemin des Hauteurs  
Saint-Hippolyte, Québec, J8A 3B9  
Tél. : 450 563-5192 • 800 563-5192  
[mjarry@bjjgarpenteurs.com](mailto:mjarry@bjjgarpenteurs.com)  
[bjjgarpenteurs.com](http://bjjgarpenteurs.com)

# Une finale grandiose pour les 40 ans de la Coupe des Fondeurs

**Plus de 1000 participants ont pris part à la finale de la 40<sup>e</sup> édition de la Coupe des Fondeurs de ski de fond le 8 février au centre Notre-Dame de Saint-Jérôme. « Nous avons rassemblé plus de 2300 participants pour les trois samedis de la Coupe des Fondeurs cette année », précise Martin Richer.**



À l'œuvre en ski de patin.  
PHOTO COURTOISIE

Martin en était à son dernier tour de piste comme responsable de l'événement, puisqu'il laissera Zachari Bolduc, un enseignant du centre de service scolaire Rivière-du-Nord, prendre la relève dans les prochaines années. « J'aimerais remercier les bénévoles du club des Fondeurs et les enseignants du CSSRDN présents pour cette 40<sup>e</sup> édition. L'aide et le soutien de la ville de Saint-Jérôme sont également formidables. Ce sont eux qui assurent l'entretien des sentiers. Ce qui rend cette compétition si spéciale, c'est l'implication de tous nos partenaires. C'est vraiment un succès collectif. » Avec la présentation d'une course en format Skicross en pas de patin pour les athlètes des clubs, une première à l'événement, l'ambition des organisateurs était de réunir les élèves actuels des écoles, mais aussi les anciens participants, à cette classique hivernale depuis sa création en 1985.

## Une fin rêvée

« Nous voulions réunir les gens qui avaient déjà participé à l'événement dans le passé. Nous voulions une ambiance de fête, un défilé des écoles, une réunion familiale, un partage de souvenirs pour cette course qui a marqué et qui marque encore la pratique du ski dans nos Laurentides. L'idée était audacieuse, voire un peu folle. Pendant la course, j'ai profité du soleil, j'ai regardé le sourire des gens, constaté à quel point ils ont répondu à l'appel. J'ai croisé le regard de Zachari, nous avons souri et nous avons eu ce sentiment que nous avons atteint notre objectif. Finalement, c'était une bonne idée. Pour moi, c'est la fin rêvée. Ma plus belle Coupe Fondeurs »



## Sur le fil d'arrivée.

PHOTO ÉRIC NICOL

Martin a aussi eu l'honneur, lors de la cérémonie de remise des médailles et des trophées pour les écoles, de recevoir un hommage bien particulier, en présence de ses filles et de sa conjointe. En effet, Zachari Bolduc a mentionné que l'école qui remportera le trophée de l'esprit sportif remportera désormais le trophée Martin Richer, remis en son honneur.

## Voici quelques résultats de cette 40<sup>e</sup> édition.

Positions secteur primaire :

1) école Le Triolet, 2) école du Grand-

Rocher, 3) école Champ-Fleuri.

Position secteur secondaire :

1) Polyvalente Saint-Jérôme

École avec la plus grande participation :

école Le Triolet

Club gagnant :

Club Fondeurs-Laurentides

Nombre d'écoles participantes : 32 écoles

Nombre de clubs participants : 8 clubs

Tous les résultats sont disponibles sur le site : [fondeurslaurentides.ca](http://fondeurslaurentides.ca)

Martin Richer et Zachari Bolduc,

responsables de la Coupe des Fondeurs

## De la poudre aux yeux avec Mona de Grenoble

### Culture



Manon Tawel  
mtawel@journal-le-sentier.ca

**Le 21 février le Théâtre Gilles-Vigneault affichait complet, lors de la venue de la flamboyante Mona de Grenoble. Sa grande popularité a su attirer toutes les tranches d'âge.**

Les spectateurs, bien au fait de l'humour décapant qui leur serait servi sur un plateau bien garni, savaient pertinemment à quoi s'attendre.

### Alexandre en version Mona

Celui qui revêt les traits de cette si populaire drag queen, c'est Alexandre Aussant. Son personnage de Mona de Grenoble, imaginé par Alexandre, a fait en quelque sorte un *coming out* artistique au fameux Cabaret Mado, il y a environ six ans. Nommée la grande gagnante de la troisième saison de Big Brothers Célébrités en 2023, Mona remporta également le prix Découverte de l'année au Gala Les Oliviers en 2024.

### Un premier « one-Mona-show »

C'est ainsi que l'artiste définit son premier spectacle, dont la mise en scène est signée Vincent Léonard. Si Mona aime bien les bijoux et les vêtements scintillants, on peut dire que

son vocabulaire ne fait pas toujours dans la dentelle. La scène décorée de façon hétéroclite est tout aussi colorée que cette personnalité publique. Le tout est composé d'un canapé de style méridien, au-dessus duquel est suspendu un lustre entouré de coupes de vin, comme au temps de la Renaissance. Une statue dorée représentant un adonis à la tête de lion et un grand escalier attendent que Mona fasse son entrée.

Quand elle apparaît vêtue d'une longue cape pailletée, le public l'accueille comme une reine avec des applaudissements et des cris de joie. Heureuse de cet accueil, elle nous précise « ce show figure dans le *stand up* comique et même si je suis une drag queen, je ne fais pas de drag. Je ne suis pas comme les autres, je suis la version *trash* de Sol et Gobelet ». Les rires qui fusent démontrent que le mot *trash*, signifiant d'un goût douteux, convient bien à l'énoncé de Mona. Comme pour donner le coup d'envoi à cette soirée, elle lève sa coupe de vin vers la salle. D'ailleurs, tout au long de son dialogue, son verre ne la quitte pratiquement jamais. Elle affirme « l'alcool ce n'est pas un problème, c'est un mode de vie! »

### Un puissant côté verbomoteur

Pendant plus de 90 minutes, Mona n'a pas cessé de nous tenir en haleine avec moult détails et des précisions qui gravitent autour de sa perception de la vie. Par ses propos qui ne sont pas anodins, elle démocratise l'art de la drag. Si ses histoires sont exagérées, il n'en demeure pas moins que la diversité est une réalité et que ce genre humoristique comporte certaines vérités bien enfouies sous un épais maquillage. Elle nous parle de beaucoup de choses, par exemple de ce qu'elle n'aime pas, « J'hais le *spray net*, je suis tellement inflammable que j'ai l'air d'une torche. Je vais faire



PHOTO COURTOISIE

flamber le théâtre. » L'hilarité qui s'en suit est contagieuse. Lorsqu'elle compare les genres sexuels à des croustilles, le résultat est, « Les chips régulières c'est les hétérosexuels. Les Miss Vickies, c'est les homophobes, parce qu'ils sont épais. Les Doritos c'est les drag queens, car ils sont épicés », etc.. Et elle continue longtemps sur cette lancée. S'ajoutent à cela ses échanges assez directs, mais dans la légèreté avec des personnes ciblées parmi l'assistance.

Évidemment, nous avons droit à des explications verbales et gestuelles assez claires concernant ses premières expériences amoureuses et sexuelles. Les stéréotypes et idées préconçues sont dénaturés de belle façon dans le vocabulaire de Mona. Elle nous parle de ses trois tantes qui ont teinté son tempérament. Il y a Cora qui lui a légué son impatience, car « elle ne fumait pas, elle mangeait ses cigarettes, car fumer c'était trop long »,

nous dit-elle. Aussi il y a Ida qui lui a transmis son franc-parler et finalement c'est de Bina qu'elle tient son amour de la boisson et de faire la fête. Le segment où elle nous relate les expéditions qu'elle a faites avec sa mère, lors de l'émission *50 façons de tuer sa mère*, est fort bien caricaturé.

### En se quittant...

Mona remercie les gens pour leur présence et leur énergie, ainsi que le personnel du TGV pour l'accueil reçu. Elle se sent privilégiée de poursuivre sa tournée pour plusieurs mois encore. Le mot de la fin est laissé à Alexandre qui nous laisse présager un éventuel retour sur scène, où il serait lui-même en piste. L'auditoire, en accord avec cette proposition, offre une ovation bien méritée à Mona, cette drag queen plus vraie que nature, unique en son genre.

Pour infos : [théatregilles-vigneault.com](http://théatregilles-vigneault.com)

## ASSOCIATIONS



### Cercle de Fermières

Rejoignez-vous à nous!  
Notre local est situé  
au pavillon Aimé-Maillé,  
salle Mireille Vezeau,  
871, chemin des Hauteurs.

**Réunion mensuelle :** lundi 10 mars à 13 h 30

**Portes ouvertes :**

Rencontres pour faire des travaux, des ateliers et partager nos connaissances

- Les lundis 3, 10, 17, 24 et 31 mars de 9 h à 16 h

- Les mercredis 5, 12, 19 et 26 mars de 18 h à 20 h

**Rendez-vous des couturières :**

- les mercredis 5, 12, 19 et 26 mars de 9 h 30 à 15 h

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

Jocelyne Robert



Votre Groupe social Amico pense à vous...

Merci à Nicole et Michel qui ont bien dirigé notre soirée dansante de février.

Félicitations à celles et ceux qui ont gagné des prix de présence!

Vous êtes attendus en grand nombre lors du souper mensuel du 15 mars prochain, sous le thème « la Saint-Patrick ». Le vert est suggéré. Bienvenue!

Au plaisir de vous y retrouver!

Denise Collette,  
ses directrices et directeurs



- Concentration
- Cardio
- Détermination
- Souplesse
- Contrôle de soi
- 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**

## Le Club Optimiste Saint-Hippolyte souligne la semaine de la persévérance

La présidente du Club Optimiste Saint-Hippolyte, Nadine Rousseau et son équipe sont fiers de souligner cette journée importante, afin d'encourager les jeunes à ne jamais abandonner et de croire en leur potentiel.

Que chaque effort soit encouragé et chaque réussite reconnue, cela permettra à ces jeunes d'atteindre leurs objectifs, leurs rêves. Et un jour, chacun pourra crier Victoire.



Ève Mary Leblanc, secrétaire, école des Hauteurs  
et Nadine Beaudry, directrice, école des Hauteurs.

PHOTO COURTOISIE



Gilles Rousseau, directeur, Club Optimiste, Stéphanie  
Bouvrette, directrice, école du Grand Rocher  
et Geneviève Kirouac, adjointe à la direction,  
école du Grand Rocher.

PHOTO COURTOISIE



Chers membres de l'APLA,

Le printemps fera son arrivée d'ici quelques semaines après un hiver généreux en précipitations, entraînant la fonte des neiges et des glaces. Nous vous rappelons que tous les déchets laissés sur la glace flotteront ou se retrouveront au fond de l'eau avec le dégel. Nous comptons sur votre vigilance pour ramasser les débris, que ce soit les vôtres ou ceux que vous apercevez lors de vos promenades. La santé du lac est l'affaire de tous; en mettant à la poubelle ou au recyclage les déchets que vous trouvez sur votre chemin, vous rendez service non seulement à notre beau lac, mais aussi à vous-mêmes.

Lors de vos sorties avec votre compagnon poilu préféré, il est également primordial d'apporter des sacs pour ramasser ses besoins et/ou ceux laissés par d'autres chiens. La présence de coliformes fécaux affecte la qualité de l'eau du lac et ceux-ci seront en concentration plus élevée, lors de la fonte des neiges, si de nombreux excréments s'y retrouvent. N'oubliez pas que les pluies et les eaux de ruissellement amènent tous les contaminants vers le lac; ce conseil s'applique donc également lorsque vous marchez dans les rues avoisinantes.

Pour profiter pleinement des joies de la baignade et des sports nautiques, préserver la qualité de l'eau du lac de l'Achigan est capital. Chaque geste compte pour protéger le lac de l'Achigan. Que ce soit en adoptant des pratiques écoresponsables, en participant aux activités de sensibilisation ou en devenant membres de l'APLA, vous pouvez contribuer activement à la préservation de notre environnement.

Ensemble, protégeons le lac de l'Achigan pour les générations futures!

Votre équipe de l'APLA  
info@aplweb.ca

## 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

Courriel : fabsthipp@qc.aira.com

### Gagnants lors du 5<sup>e</sup> tirage 2024-2025

Dimanche 2 février 2025

François Fournier (no 145)

– prix de 1 000 \$

Huguette Bacon (no 201)

– prix de 100 \$

Vous pouvez maintenant nous joindre en suivant le lien Facebook de la Paroisse St-Hippolyte : [facebook.com/paroisse-st-hippolyte](https://facebook.com/paroisse-st-hippolyte)

### Le Renouveau : Un Souffle de Vie

La vie est un perpétuel recommencement. Chaque matin succède à la nuit, chaque printemps efface l'hiver, et chaque blessure, avec le temps, trouve un chemin vers la guérison. La nature nous montre que rien n'est figé : tout bouge, évolue, renaît. De même, notre existence est tissée de ces moments où tout semble repartir à neuf, où une page se tourne et où l'avenir s'ouvre avec une promesse de renouveau.

Dans les grandes traditions spirituelles comme dans la sagesse populaire, cette dynamique du renouveau est une source d'espérance. « Voici que je fais une chose nouvelle : elle germe déjà, ne la voyez-vous pas ? », disait déjà le prophète Isaïe (Isaïe 43,19). Cette invitation à regarder vers l'avant résonne aussi dans les paroles de Saint Paul « L'être ancien a disparu, un être nouveau est là » (2 Corinthiens 5,17). Mais au-delà des textes sacrés, cette vérité est universelle.

Victor Hugo écrivait « Même la nuit la plus sombre prendra fin et le soleil se lèvera ». Un rappel que les épreuves, aussi difficiles soient-elles, n'ont jamais le dernier mot. Albert Camus ajoutait « Au milieu de l'hiver, j'apprenais enfin qu'il y avait en moi un été invincible ». Nous portons en nous une force insoupçonnée, une capacité à nous relever, à redécouvrir la lumière même après les jours sombres.

Que l'on soit croyant ou non, chacun a fait l'expérience de ces nouveaux départs : après une période difficile, une rupture, une maladie ou un échec, il y a toujours une possibilité de renaissance. La vie ne cesse de nous surprendre et de nous offrir de nouvelles chances. Parfois, c'est une rencontre, une opportunité, un simple rayon de soleil qui vient réchauffer nos cœurs et nous rappeler que rien n'est figé.

Alors, osons croire au renouveau ! Accueillons ces petits commencements qui jalonnent nos vies. Chaque jour est une occasion de repartir, de se réinventer et d'embrasser l'avenir avec confiance. Peu importe les hivers que nous traversons, le printemps finit toujours par arriver.

Votre pasteur, **Abbé Gauthier Elleme**

Vous pouvez maintenant nous joindre en suivant le lien Facebook de la Paroisse St-Hippolyte suivant : [facebook.com/paroisse-st-hippolyte](https://facebook.com/paroisse-st-hippolyte)



## Culture



Manon Tawel  
mtawel@journal-le-sentier.ca

**Le 9 février la salle Saint-François-Xavier de Prévost a eu l'honneur de recevoir Maïthéna Girault, une violoniste au talent incontestable. Grâce à Diffusions Amal'Gamme, les spectateurs auront eu le plaisir d'assister à un concert où le talent n'a d'égal que la perfection des notes qui furent magistralement offertes par l'artiste.**

Cette violoniste québécoise, qui est maintenant établie à Manhattan, a fait escale dans notre région le temps de cette représentation. C'est à l'âge de 6 ans que Maïthéna débute le violon et deux ans plus tard, elle est admise au Conservatoire de musique de Montréal, où elle étudie avec Helmut Lipsky pendant 10 ans. Elle est détentrice d'une Licence en musique ainsi que d'un Diplôme d'études supérieures en interprétation de l'Université McGill.

#### Un parcours impressionnant

À son impressionnant parcours s'ajoute un baccalauréat et une maîtrise avec distinction à la Manhattan School of Music. En tant que chambriste et soliste, elle se produit en Amérique, en Europe et en Asie. De même qu'à la prestigieuse salle new-yorkaise du Carnegie Hall, reconnue pour sa beauté architecturale et son acoustique. Certaines de ses reconnaissances incluent les premières places

## Quand le violon de Maïthéna Girault nous charme

au Concours de musique du Canada, le Prix du Violon d'or, etc. Lors de différentes collaborations avec l'OSM et l'Orchestre Métropolitain, elle a joint son talent auprès des Maestros Kent Nagano, Yannick Nézet-Séguin pour ne nommer que ceux-ci. Avec un tel cheminement musical, Maïthéna nous démontre que la connaissance de son art mérite le terme d'excellence!

#### Un duo de prestige

Depuis 2017, Maïthéna joue sur un violon Jean-Baptiste Vuillaume de 1858, nommé Ex. Comte Koucheliov, ainsi qu'un archet Ouchard qui lui sont généreusement prêtés par Canimex Inc. À quelques jours de la Saint-Valentin, comme il fut doux d'entendre des œuvres transmises par cet instrument ayant ces lettres de noblesse! Maïthéna fut superbement accompagnée au piano par Gaspard Tanguay-Labrosse. Ce dernier, qui est très demandé sur la scène montréalaise, accompagne de nombreux instrumentistes et chanteurs. Il a également collaboré avec I Musici de Montréal, l'OSM, etc. Son doctorat en interprétation de l'Université de Montréal et sa maîtrise de l'Université pour la musique et les arts de la scène de Vienne font de lui un maillon primordial dans le monde culturel. Il a aussi obtenu de nombreux autres prix à la suite de performances tant au Québec, en Europe qu'aux États-Unis.

#### Un programme de virtuosité

Lors de cette présentation, des œuvres de compositeurs bien connus furent mises de l'avant. Pour débiter, on a pu apprécier la très belle *Sonate pour violon et piano* en trois mouvements de Claude Debussy. Ce fut la dernière de ses œuvres majeures qu'il créa avant son décès survenu en 1918. Avec la finesse musicale de Maïthéna, on revisite une partie des éclatantes compositions de W.A. Mozart avec *La Sonate pour piano et violon en si bémol majeur K.378*. Ces interprétations qui côtoient allègrement la vivacité et la douceur



Maïthéna Girault au violon accompagnée de Gaspard Tanguay-Labrosse au piano.

PHOTO RAOUL CYR

de l'opéra, nous font rêver... que vêtues de somptueuses robes d'époque et portant de longs gants de velours tout en tenant un éventail, nous voilà prêts à valser!

Cette musicienne de haut niveau qu'est Maïthéna nous fait vivre toute une gamme d'émotions. Ses doigts semblent glisser sur les cordes afin de poursuivre avec Johannes Brahms, ce compositeur romantique et très différent de Mozart, nous dit-elle. Avec par exemple *Allegro ou Adagio*, la profondeur et la richesse des notes se ressentent très bien. La sensibilité de l'artiste que l'on perçoit par ses expressions faciales nous démontre qu'elle ne fait qu'un avec son violon. Elle termine en nous offrant *Deux morceaux pour violon et piano* avec *Nocturne* « une pièce colorée et parfumée », nous mentionne Maïthéna. Cette création est de Lili Boulanger, décédée en 1918, à l'âge de 25 ans.

#### La note finale

Après une ovation et des applaudissements de plusieurs minutes, Maïthéna et Gaspard reviennent en nous offrant *Beau soir* de Claude Debussy, une mélodie qu'il composa entre 1890-91 sur un poème de Paul Bourget. Avec cette conclusion musicale, on a la nette impression d'entendre le doux murmure d'un cours d'eau. On peut découvrir que le texte débute ainsi « Lorsque au soleil couchant, les rivières sont roses », quelle belle finalité transmise par ces musiciens. Si l'origine de la rivière, c'est la source, ce duo de haut calibre puise la source de leur réussite grâce à leurs parfaits accords. Par la suite, Maïthéna rencontre avec grand plaisir le public qui est ravi d'échanger avec elle.

On peut suivre Maïthéna sur les réseaux sociaux.

Pour infos : [diffusionsamalgamme.com](http://diffusionsamalgamme.com)

Grâce au *Programme Avec Loisirs Laurentides, on bouge!* 67 projets régionaux se partagent 282 435 \$

**Cent dix-sept (117) projets, tous des plus intéressants et innovateurs, totalisant des demandes de l'ordre de 576 870 \$, ont été déposés au volet Régulier et Événements sportifs du *Programme Avec Loisirs Laurentides, on bouge!* dans le cadre de deux appels de projets qui ont eu lieu l'automne dernier.**

De ce nombre, soixante-sept (67) projets ont été sélectionnés pour un montant total alloué de 282 435 \$.

De cette somme, 42 projets sur 87 ont été subventionnés au volet Régulier pour un total de 205 623 \$. Le volet Événements sportifs a retenu 24 projets sur 30 projets reçus pour une somme totale de 70 890 \$. Un montant de 5 832 \$ a été alloué à un organisme de La Conception pour le volet Autochtone du programme.

La liste des projets sélectionnés et les sommes accordées pour chacun sont disponibles à cette adresse :

[loisirslautentides.com/activite-physique/](http://loisirslautentides.com/activite-physique/)



avec-loisirs-laurentides/soixante-sept-projets-regionaux-se-partagent-282-435

#### Appel de projets — hiver 2025

Notons que, du 20 janvier au 2 février 2025, Loisirs Laurentides a tenu un autre appel de projets pour l'hiver 2025 dans le cadre de ce programme. Vingt-neuf (29) projets ont été déposés aux volets Réguliers et Événements sportifs. L'analyse des projets est en cours. Loisirs Laurentides annoncera sous peu les projets qui auront été retenus.

La gestion et la coordination du *Programme Avec Loisirs Laurentides, on bouge!* sont confiées à Loisirs Laurentides par le ministère de l'Éducation du Québec. Ce programme a pour objectif de promouvoir la pratique régulière d'activités physiques, sportives et de plein air, auprès de la population, dès le plus jeune âge et tout au long de la vie.

Richard Leduc, coordonnateur aux recherches et aux communications  
Loisirs Laurentides

## Duo Vivo : deux violons fusionnels

## Culture



Gilles Desbiens  
gdesbiens@journal-le-sentier.ca

**En ce beau dimanche après-midi de fin février, à la douceur annonciatrice d'un printemps à l'horizon, le couple de jeunes musiciens de Duo Vivo, Roxanne Sicard et Richard Zheng, nous a offert une prestation musicale de haute qualité.**

Maniant l'humour tout aussi bien que l'archet, leurs présentations des pièces au programme suscitaient rires et sourires, émaillées d'allusions à leur vie commune. Les œuvres qu'ils nous ont offertes s'étendaient du 18<sup>e</sup> siècle au siècle actuel.

#### Sonates et vieux airs de danse

Le second morceau nous plonge dans le siècle des Lumières avec une sonate de Jean-Marie Leclair, un violoniste fort réputé à son époque. Deux mouvements allègrement me-

nés encadrent un largo plus calme et tempéré. Peu après, trois vieux airs de danse viennois, composés par Fritz Kreisler, ont célébré l'amour en teintes plaisir ou chagrin, ou la beauté nuptiale du romarin. Ensuite, les complices du violon nous ont proposé la pièce de résistance du programme, une sonate de Prokofiev, en quatre mouvements, alternant entre phrasé adouci et expression plus vive, où la virtuosité ne craint pas de se manifester. En avant-dernier, *Les Amants papillons*, la version chinoise de Roméo et Juliette, nous a laissés entrevoir le drame des amants maudits, poursuivis par leur destin et transformés en papillons par-delà la mort.

#### Des violons de haute réputation

Les musiciens nous ont présenté leurs instruments, de haute réputation et fabriqués par des luthiers célèbres en Italie du Nord, la famille Amati à Crémone et Bologne, et en Italie du sud, la famille Gagliano à Naples. Le violon napolitain de Roxanne a vu le jour en 1771, et le bolognais de Richard en 1723. Au dire des artistes, les deux instruments savent si bien dialoguer, car ils parlent la même langue. Les violons parfois..., souvent ou toujours savent, tantôt nous émouvoir, tantôt nous entraîner dans leur mouvement et leur musicalité. Bref, un spectacle... « bow » à l'ouïe...!

# Qu'est-ce que la connectivité écologique ?



Valérie Lépine

**Au cours de l'histoire, les activités humaines, telles que l'agriculture, l'élevage et le développement résidentiel et industriel, ont certes permis de nombreuses avancées tant au niveau de la santé que du progrès économique des populations.**

Mais (il y a toujours un mais), les incursions humaines sur le territoire ont aussi eu des répercussions négatives considérables. Une de ces répercussions est la fragmentation des habitats naturels. Les massifs de forêts matures présents sur le territoire avant la colonisation européenne ont été petit à petit entrecoupés de champs, de routes et d'agglomérations. Ce morcellement des milieux naturels a entraîné une importante chute de la biodiversité. Seulement dans les Laurentides, 55 espèces végétales et 41 espèces fauniques sont aujourd'hui en situation précaire.

## Corridors et connectivité

La faune et même la flore ont besoin de chemins naturels pour se disperser, se reproduire, se protéger des prédateurs et se nourrir. L'impossibilité de se déplacer entraîne ainsi pour la faune des surpopulations, l'augmentation des maladies, la diminution des ressources alimentaires et l'augmentation de la prédation.

Les chemins qui relient différents milieux naturels sont appelés corridors écologiques et ils sont essentiels à la diversité et à la santé

des espèces. Ces corridors soutiennent la biodiversité des habitats et, conséquemment, favorisent leur résilience et le maintien de leurs fonctions écologiques. La connectivité écologique fait, elle, référence à la possibilité pour les espèces animales et végétales de se mouvoir sans entrave dans un milieu donné. Le concept de connectivité écologique est aussi utilisé pour mesurer la facilité qu'ont les flux naturels (comme le cycle de l'eau) de se déployer sans obstacle.

On mise avec raison sur la protection des aires naturelles pour préserver les écosystèmes, mais l'impact de la préservation de ces zones dépend aussi de leur degré de connectivité. Qui plus est, dans le contexte actuel où les changements climatiques accélèrent la perte, la dégradation ou la fragmentation des habitats, la santé des écosystèmes est primordiale. Les écosystèmes sains atténuent les effets des bouleversements climatiques et la santé des écosystèmes passe nécessairement par la connectivité écologique.

## On y travaille

Actuellement, plusieurs organismes travaillent à reconnecter les différents noyaux d'habitats naturels présents sur le territoire laurentien. Par exemple, l'organisme Éco-corridors laurentiens tente depuis plus de 10 ans de relier le parc national d'Oka au parc national du Mont-Tremblant au moyen de corridors écologiques et d'aires protégées. Incidemment, la Réserve du Parc-des-Falaises (propriété du CRPF) fait partie de ces aires

protégées qui participeront à connecter les deux parcs nationaux.

Le projet du Corridor forestier du Grand Coteau tente quant à lui de connecter les différents milieux naturels situés entre Mirabel et l'Assomption. Enfin, l'Initiative québécoise Corridors écologiques lancée par Conservation de la nature Canada en 2017 tente d'accélérer la conservation de milieux naturels connectés par des corridors écologiques.

## Assemblée générale annuelle

L'assemblée générale annuelle du CRPF aura lieu le **jeudi 3 avril 2025, à 19 h, à la salle polyvalente de la gare de Piedmont** (146, chemin de la Gare).

On y présentera un résumé du rapport annuel 2024 et des élections aux postes d'administrateurs auront lieu. Pour voter à l'AGA ou encore pour présenter sa candidature comme administratrice ou administrateur, il faut être un membre en règle. Pour devenir membre, il suffit d'avoir fait un don au CRPF d'une valeur minimum de 20 \$ dans l'année précédant la tenue de l'AGA.

Pour faire un don : [parcdesfalaises.ca/faire-un-don](http://parcdesfalaises.ca/faire-un-don)

## L'histoire du costume racontée par Rose-Blanche Bossé

**L'histoire du costume à travers les siècles ne pouvait être autrement racontée que par une personne d'une grande expérience de la couture.**

Rose-Blanche Bossé, originaire du Témiscouata, fière de ses 50 années d'expérience en couture, ayant même été professeur en Haute Couture pendant 30 ans, désirait laisser à sa famille et à tous ceux qui aiment la couture, un aperçu du développement de notre habillement, de découvrir les origines et l'évolution vestimentaire.

Mme Rose-Blanche Bossé, mère et grand-mère, jadis demeurant une grande partie de sa vie à Montréal, a également vécu plusieurs années à Saint-Hippolyte. Elle a été avec son mari, Jacques Thibault, beaucoup impliquée, durant plusieurs années, dans la gestion de l'organisme L'Âge d'Or de Saint-Hippolyte.

## Un projet bien mûri

Cette grande Dame, installée maintenant à Saint-Jérôme en résidence et profitant de son temps disponible pour penser à elle et à son projet (3000 heures d'ouvrage), projet qu'elle murissait depuis plusieurs années, elle se décide d'écrire et de compléter son livre. Elle l'a intitulé *L'histoire du costume en Occident, de l'antiquité à nos jours*, a été édité en 2024 et est maintenant en vente.

Félicitations Mme Bossé pour tout ce travail de recherche, d'écriture et de partager vos connaissances. Ce bouquin est disponible entre autres à la boutique La Halte Boréale située au 2875, boulevard du Curé-Labelle à Prévost.



Gilles Rousseau en compagnie de Rose-Blanche Bossé.

PHOTO COURTOISIE

## Mots croisés MARS 2025 GilDes, votre verbicruciste

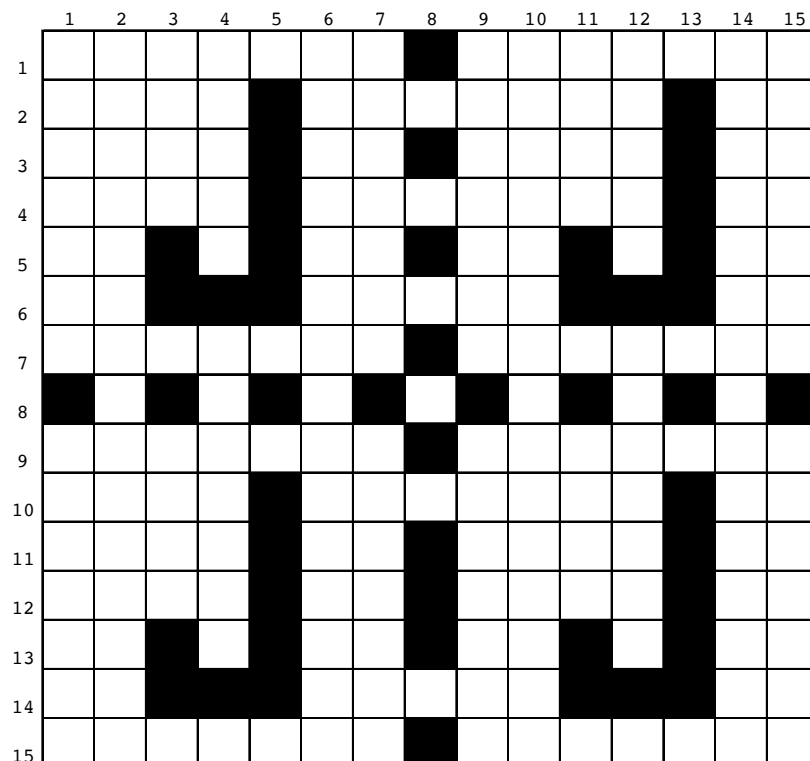
### Parcours alphabétique - La lettre « J »

#### HORIZONTALEMENT

- Carreau de faïence ibérique - Différa
- Bord de l'eau - Pieds (argot) - Avant-midi
- Personnage biblique - Virginia - Mussolini (il ... ) À toi
- Bons à rien - Recouvrir de cire (Wiktionnaire) - Infinitif
- Possède - Dénomination de plusieurs barrages à la baie James - Pronom indéfini - Métal précieux
- Canadien National - Marie-Claire Cronier - Sodium
- Bavais - Renvoyas, congédias (régionalisme-anglicisme québécois)
- Au centre, lettre du mois
- Vingt-quatre heures - Aurais l'audace
- Déchet azoté - Animateur radio-télévision, entre autres à Musique Plus - Connu
- Poisson plat - Argon - Acteur italien ... Maria Volonte - Carte maîtresse
- C'est à toi - En rapport avec le bassin - Non dit
- Moitié d'une déesse égyptienne - Deuxième et troisième voyelle - Mis en mouvement - Iridium
- Le nordet souffle dans cette provenance - Prénom de la peintre française Jaquemart - Conjonction
- Fantômes - Pays d'Aranjuez

#### VERTICALEMENT

- Se dit d'un terrain silicieux - Héroïne de Sade
- Habitantes d'une ville de Casamance
- Relatif au raisin - Rivière du Congo
- Application photo - Prénom de la joueuse de hockey autochtone Mouskoom de Lac-Simon
- .....
- Stériliserait à l'aide de javel
- Fruits de l'oranger - Groupe musical formé par Christian Madder et Giles Hatton
- .....
- Assistions - Fécondation d'un oosphère immobile
- Propres aux journaux
- Un seizième de livre - Appareil à deux mâchoires
- Érodera - Parties immergées des navires
- .....
- Étatisation
- Fixas, attachas - Chuchote, murmure





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

## Le Toucan arc-en-ciel



**Du 7 au 21 février, j'ai eu le plaisir de visiter le Costa Rica pour la première fois. Pour qui s'intéresse à la faune et à la flore, c'est un véritable paradis ! Il y aurait tant à dire, à écrire... Je vais vous parler du Toucan à carène, qui est aussi appelé le Toucan arc-en-ciel et que j'ai vu le 19 février, en matinée.**

Nous étions dans la forêt tropicale humide de Monteverde, aussi appelée la forêt de nuages. Nous avons retenu les services d'une guide extrêmement compétente et qui nous conduisit de 6 heures 15 à 17 heures dans des endroits fabuleux et peu fréquentés où la vue était aussi magnifique que les êtres vivants qui s'y trouvaient.



**Mon ami Alain Gadbois, partenaire de voyage en train de photographeur un élément de la faune.**

PHOTO JEAN-PIERRE FABIEN

### Postes d'alimentation

Dulce Wilson était son nom. Notre premier arrêt eut lieu au Tityras Lodge<sup>1</sup> où de beaux sentiers côtoyaient des plants de caféiers. La vue portait loin. Dès notre arrivée, nous voyions le golfe de Nicoya situé plus à l'ouest. Dulce avait averti les propriétaires du lieu de garnir les postes d'alimentation de fruits frais tels que bananes, mangues, papayes et ananas. Comme il faisait frais et que les oiseaux n'étaient pas encore au rendez-vous, elle nous propose de nous asseoir sur des bancs à quelques mètres de la nourriture. Elle voulait que nous passions inaperçus, que nous nous fassions aussi discrets que possible. C'est ce que nous fîmes.

Après un certain temps, un agouti, sorte de rongeur, s'est approché. Puis, des geais enfumés, de couleur brune. Et des oiseaux tels le Merle fauve<sup>2</sup> et le Merle de montagne. Au loin, les urubus parcouraient le ciel en planant doucement. Et arrivèrent de petits oiseaux bien colorés, le Tohi oreillard et le Piranga évêque. Dulce, l'ornithologue patiente, attend un grand visiteur. Au loin, on entend un cri qui ressemble à un coassement rauque de grenouille. Et puis, plus rien. On décide d'aller prendre le petit-déjeuner lorsque se pointent deux Toucans à carène ! Ils prennent possession des lieux. Le mâle à quelques mètres de là surveille le territoire. Les deux sexes ont le même plumage. Pour mieux voir ce qui l'entoure, ce toucan penche souvent la tête de gauche à droite. Il faut dire que la prééminence de son bec, qui a l'apparence d'une banane multicolore, l'empêche de bien voir devant lui s'il reste stationnaire. À tour de rôle, chacun

de ces toucans prendra le temps de cueillir avec son bec leurs fruits préférés et de les ingurgiter lentement et assurément.

### Oiseau omnivore

Tous les oiseaux qui s'étaient nourris de fruits avant l'arrivée des toucans, ont pris leur distance. Le Toucan à carène a beau être un mangeur de fruits et de graines, il peut aussi être un prédateur redoutable en s'attaquant aux oisillons et aux œufs d'oiseaux, aux lézards, aux insectes et aux grenouilles ! Le Toucan à carène est un très bon disséminateur de graines et de noyaux. Par ses déjections, ces parties de la plante pourront germer dans le sol humide de la forêt de nuages.

### Un bec léger

Les toucans sont des oiseaux sociaux. Ils peuvent se tenir en groupes de six à douze individus. La nuit, ils s'abritent dans des cavités creusées dans des arbres. Ils peuvent même se blottir les uns contre les autres afin de conserver leur chaleur. Cet oiseau, de la famille des Ramphastidés, mesure 50 cm de longueur. Je vous épargnerai les détails de son coloris, car le dessin aux crayons de couleur de ma collègue Diane Couët vous donnera une idée détaillée de sa gamme de teintes. On dit que le bec des toucans peut changer de couleur en fonction de l'humeur de l'oiseau. Ce bec, constitué de kératine, est beaucoup moins lourd que ce que l'on pourrait croire. Heureusement pour notre toucan !

### Un toucanet

Un peu plus tard dans la journée, nous avons fait la rencontre d'un autre membre de cette famille : le Toucanet à gorge bleue. Son plumage est d'un beau vert iridescent et sa taille ne dépasse pas 30 cm.

### De magnifiques photos

Durant mon voyage, j'ai pu observer 74 espèces d'oiseaux jamais vues auparavant ! Mon ami et photographe Alain Gadbois a découvert 113 espèces d'oiseaux pour la première fois, car il en était à sa première expérience ornithologique ! Les photos qu'il a prises et traitées sont fabuleuses. Ce voyage donne à penser qu'une conférence sur nos découvertes pourrait éventuellement voir le jour...

### Chaleureuses salutations

Je termine en saluant et en remerciant mes amis hippolytois Georges Désilets et sa femme Ghislaine de nous avoir convaincus de nous rendre au Costa Rica. Les 11 premiers jours, nous étions dans la péninsule de Nicoya dans un lieu d'hébergement appelé Roma Del Mar. Georges et Ghislaine passent tout près de six mois par année dans ce pays. Georges nous a conduits hors des sentiers battus, nous a fait rencontrer des Ticos<sup>3</sup> passionnés de nature et de conservation et nous a fait connaître de très bonnes adresses et des lieux de rêve et de beauté indicible.

<sup>1</sup> Tityra est le nom anglais d'un oiseau : le Tityre masqué.

<sup>2</sup> Le Merle fauve est l'oiseau emblème du Costa Rica.

<sup>3</sup> Tico : surnom donné aux Costariciens, Tica : aux Costariciennes.



**Toucanet émeraude.**

PHOTO DULCE WILSON

### Société d'horticulture et d'écologie de Prévost

**Conférence : Créer votre verger urbain**

**Conférencier : Albert Mondor**

**Date : Le 26 mars à 19 h 15**

**Lieu : Salle Saint-François-Xavier**

### La culture de végétaux fruitiers, plus populaire que jamais

Contrairement à la croyance populaire qui veut que les végétaux fruitiers exigent beaucoup de soins, vous apprendrez durant cette conférence

que plusieurs espèces d'arbres et d'arbustes fruitiers sont faciles à cultiver et parfaitement rustiques sous nos latitudes. Ainsi, un verger urbain peut être composé d'arbres fruitiers tels que l'amélanchier, les cerisiers nains ou le poirier asiatique. De plus, certaines variétés de cerises, de prunes ou de poires résistent mieux aux insectes ravageurs et aux maladies que les variétés du commerce. Par ailleurs, certains cultivars de fraisières et de framboisiers peuvent être cultivés en contenants sur les balcons et les terrasses.

### Un conférencier de l'horticulture extrême

Albert Mondor pratique l'horticulture depuis plus de 30 ans. En plus de signer une chronique hebdomadaire dans le Journal de Montréal et le Journal de Québec et d'être l'auteur de douze ouvrages sur l'horticulture et l'agriculture urbaine, il participe à diverses émissions de télé et de radio, dont les capsules le *Jardinier branché*, et tient un blogue appelé *Horticulture extrême*. Albert Mondor a reçu plusieurs distinctions, dont le prestigieux prix Henry-Teuscher du Jardin botanique de Montréal, et, en 2023, le prix Larry-Hodgson.



### L'équipe des bénévoles vous attend

Joignez-vous à nous, le mercredi 26 mars, 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. Pour plus d'informations, consultez notre site internet au [shepqc.ca](http://shepqc.ca).

### À mettre à votre agenda : les ateliers du samedi matin au pavillon Léon-Arcand

Le 12 avril : À la découverte des mousses et autres bryophytes de nos forêts

Le 26 avril : Le vermicompostage, c'est facile !

Le coût des ateliers est de 10 \$ pour les membres et de 16 \$ pour les non-membres. Nous vous demandons de vous inscrire à l'avance, car le nombre de places est limité pour l'atelier du 12 avril. Accédez à notre site internet pour la description complète des ateliers et la procédure d'inscription.



AGENCE IMMOBILIÈRE  
viacapitalepartenaires.com



**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



Propriété à étage constr. 2003 – Aires ouvertes. Véranda, 3 ch. à coucher, bureau, 2 s./bains, 1 s./eau. Sous-sol entièrement fini. Garage simple attaché et garage simple détaché. Grand terrain de 123770 p.c. À 45 min. de Mtl. Centris 24973575. 899000\$ **Carmen**



ACCÈS LAC DE L'ACHIGAN – Propriété à 2 étages avec accès not. à la rive du lac (plage de sable). Vue sur l'eau, 3 CAC, 2 SDB, foyer au bois. Ter. de 52705 p.c. Secteur paisible! À 50 min. de Mtl. Centris 19420953. 775000\$ **Michel**



Propriété clé en main. Produit rare sur le marché! 4 chambres dont 3 au RDC, 2 salles de bain. La propriété est située sur un immense terrain clôturé, parfaite pour créer une cour de rêve bien intime! Située dans le quartier Lafontaine de Saint-Jérôme. À quelques min. de la RTE 117, de plusieurs commodités, de parcs et de l'Académie Lafontaine. Cette propriété a tout pour plaire à une famille! Centris 26910790. 489000\$ **Anne**



Accès not. Lac Connelly. Propriété 2 étages, style champêtre sise sur un ter. de 178139 p.c. avec ruisseau. Intérieur chaleureux, 3 CAC. Comb. lente. 50 min. de Mtl. Centris 26030754. 459900\$ **Carmen**



SAINT-HIPPOLYTE – Magnifique résidence de campagne sise sur un ter. unique de 78933 p.c. et 380' de rive au bord du lac de l'Achigan. Orientation franc ouest. 4 cac et plus, 2 bureaux. 2 foyers au bois. S.-sol fini. Garage attenant. Venez la découvrir! Centris 20992413. **Michel**



Découvrez la beauté naturelle de Saint-Hippolyte. Cette propriété se situe à proximité des majestueux lacs et des montagnes mais parfaitement reliée aux principales agglomérations. Elle combine l'authenticité d'une vie villageoise et l'avantage d'être proche des services et commodités. Un choix idéal pour les familles désirant allier confort et tranquillité. Venez vivre dans une communauté accueillante où la qualité de vie est une priorité! Centris 27441835. 585000\$ **Anne**

SAINT-HIPPOLYTE

# GARAGE DU VILLAGE

450 502-0190

- SILENCIEUX
- FREINS
- MODIFICATIONS
- SUSPENSION
- PNEUS
- TOUT BRUIT SUSPECT

2075 chemin des Hauteurs, Saint-Hippolyte, J8A 2M5



MÉCANIQUE  
ENTRETIEN  
RÉPARATION  
MODIFICATIONS