

M J CAREY
PEINTRES
RBQ : 5756-9436-01
450 530-0995 514 702-4294
mjcareypeintres.com

Le Sentier

JOURNAL COMMUNAUTAIRE DE SAINT-HIPPOLYTE
redaction@journal-le-sentier.ca • journal-le-sentier.ca
MAI 2026 | Volume 44 no 3

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

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

Heures d'ouverture à compter du 1^{er} juin :
lundi au vendredi : 9h à 20h
samedi et dimanche : 9h à 17h

**Mathieu Sabourin
Shanou Bertrand-Tardif**
pharmaciens

10 mai Célébrons nos mamans

Textes en pages
6, 7 et 15

© PHERE.COM

**15%
DE RABAIS**

Obtenez 15% de rabais sur des massages, soins esthétiques ou de corps en mentionnant la promotion **Sentier15**. (valide jusqu'au 30 mai 2026)

Réservez dès maintenant votre moment de détente au Spa du Lac Morency.

Ne peut être jumelé à aucune autre offre en cours / Non monnayable

42, rue de la Chaumine,
Saint-Hippolyte, QC
450 563-5546 • 800 616-5546

C'EST L'HEURE DE
L'AVENTURE

AVENTURES PLEIN AIR.COM

Le Sentier

**Invitation à notre
Assemblée générale
annuelle le 3 juin, à 17 h 30**
page 5

Le Central
un nouveau resto
à Saint-Hippolyte
page 10

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

2264 CH DES HAUTEURS, SAINT-HIPPOLYTE

DESORMEAUX
GROUPE **SIRARD**

ROYAL LEPAGE
HUMANIA

PROTECTION ROYALE

Stéphane Desormeaux
COURTIER IMMOBILIER RÉSIDENTIEL
ET COMMERCIAL
514.919.2835

Andrée-Ann Sirad
COURTIER IMMOBILIER RÉSIDENTIEL
450-565-7547

Kathleen Labonté
COURTIER IMMOBILIER RÉSIDENTIEL
450.712.9894

LE MARCHÉ DE SAINT-HIPPOLYTE, ON LE CONNAÎT.

VOTRE MAISON MÉRITE UN COURTIER DE SAINT-HIPPOLYTE

Faire affaire avec un expert local, c'est faire un choix stratégique

- Une connaissance précise du marché pour vendre ou acheter au juste prix
- Une mise en marché adaptée à la réalité de votre quartier
- Un réseau de contacts déjà en place pour simplifier chaque étape
- Un accompagnement humain, rapide et personnalisé

Une transaction plus simple, plus efficace... et surtout plus avantageuse

VOUS PENSEZ VENDRE OU ACHETER BIENTÔT? PARLONS-EN!

NOUVEAUTÉ



37, 3828 AVENUE SAINT-HIPPOLYTE
6 500 \$ /MOIS

NOUVEAUTÉ



45, RUE DE L'AFFLUENT SAINT-HIPPOLYTE
599 900 \$

NOUVEAUTÉ



1848 CH. DU LAC-CONNELLY SAINT-HIPPOLYTE
1 245 000 \$

NOUVEAUTÉ



3282, CHEMIN DES HAUTEURS SAINT-HIPPOLYTE
224 900 \$


MARIE-SOLEIL MASSICOTTE-PLANTE


DAVID MARTIN


JEAN-CARLOS LACHANCE CARCERES


SIMON L'ARCHEVÊQUE


ISABELLE LEFORT

SANTÉ

Une conférence sur l'aide médicale à mourir : prendre en charge votre vie jusqu'à la fin



Dr^e Laura Sang
lsang@journal-le-sentier.ca

Le 12 avril, la Coopérative funéraire des Laurentides a tenu une conférence ouverte au public. Elle visait à répondre aux questions les plus fréquemment posées. J'aimerais vous résumer cette conférence de manière concise, afin de vous aider à aborder ce sujet délicat avec vos proches et votre médecin.



Dr Charles-Matthieu Grégoire en compagnie de Suzie Prénovost, animatrice pour l'occasion.

PHOTO ANDRÉ BERNIER

but de soulager ses souffrances en entraînant son décès. » Il y a deux types de demandes : la demande d'AMM contemporaine (à court terme et dans sa situation actuelle) et la demande anticipée (une demande faite d'avance, s'il y a une inquiétude de perte d'aptitude — la capacité d'une personne de consentir à ce soin). Les deux demandes sont indépendantes : la réalisation de l'une n'empêche pas celle de l'autre. Le processus comprend plusieurs évaluations et étapes avant de mener à l'obtention des soins.

Quels sont les critères pour l'AMM contemporaine?

Il faut répondre aux critères suivants¹ :

- 1) Majeur et apte à consentir aux soins.
- 2) Être assuré au sens de la loi (RAMQ valide).
- 3) Être dans l'une des situations suivantes :
 - a. maladie* grave et incurable : sa situation médicale se caractérise par un déclin avancé et irréversible de ses capacités.
 - b. déficience physique grave entraînant des incapacités significatives et persistantes.

4) Souffrances physiques ou psychiques persistantes, insupportables et qui ne peuvent être apaisées dans des conditions qu'elle juge tolérables.

* Note : un trouble mental autre qu'un trouble neurocognitif ne peut pas être une maladie pour laquelle une personne peut formuler une demande.

Comment devrait-on commencer à penser à ce processus?

La première étape commence avec vous : qu'est-ce que vous voulez? Qu'est-ce qui est important pour vous dans la vie? Quelles limitations physiques ou psychologiques sont acceptables? J'encourage presque tous mes patients à réfléchir à ces questions pendant une période de stabilité, après un changement significatif dans leur état de santé. Je propose souvent de commencer par une planification des soins à l'avance. Selon le site web mourir dans la dignité, le préalable de soins signifie² : « Le processus qui consiste à examiner et à consigner vos directives pour les soins de santé futurs dans le cas où vous ne seriez pas en mesure de les exprimer vous-même... il

est important de consigner vos choix selon vos valeurs et vos principes, puis de le faire savoir à votre famille, vos amis, votre mandataire et vos prestataires de soins. » À la suite d'un diagnostic important où vous voyez possiblement la mort ou la souffrance dans votre avenir, c'est le moment idéal pour entamer une conversation avec votre médecin. Ce plan de préalable peut vous servir de point de départ pour amorcer une discussion avec votre médecin.

Quelles ressources pourraient me soutenir dans ce processus?

Outre les professionnels de la santé, Pallia-Vie est un organisme établi dans les Laurentides qui se consacre à l'accompagnement et au soutien des personnes en fin de vie ainsi que de leurs proches. Il offre gratuitement un service d'accompagnement, une maison de soins et un tout nouveau centre de jour.

¹ quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/soins-de-fin-de-vie/aide-medicale-a-mourir/exigences-requises

² dyingwithdignity.ca/fr/education-resources/advance-care-planning/?gad_source=1&gad_campaignid=9007526357&gbraid=0AAAAADoD0uNNvLVAi0Xo0G

Même si la pensée de sa propre mortalité peut être pesante, vous n'êtes pas obligés de traverser cette épreuve seuls. L'aide est à portée de main. Pour d'autres informations, n'hésitez pas de consulter les codes QR.



* quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/soins-de-fin-de-vie/aide-medicale-a-mourir



* cmq.org/fr/pratiquer-la-medicine/informations-clinique/fin-vie/aide-medicale-a-mourir



* pallia-vie.ca/



Un grand nombre de personnes présentes lors de la conférence.

PHOTO ANDRÉ BERNIER

**AUBERGE
HÔTEL | RESTAURANT
LAC PIN ROUGE**
Depuis 1959 — Saint-Hippolyte — Québec — Canada

PROCUREZ-VOUS UNE PASSE ESTIVALE

Valide du 1^{er} juin 2026 au 15 octobre 2026

Celle-ci inclut :

- **NOUVEAUTÉ** : accès au terrain de pickleball
- Accès au spas et au sauna
- Accès aux embarcations et à la plage
- Accès de 8 h à 20 h, sans restriction

755\$ plus taxes Disponible sur réservation | Passe journalière



Pour information : 450 563-2790



Laure Chazerand
lchazerand@journal-le-sentier.ca

Native de Val-d'Or, Pascale Poirier vit une enfance dans la ouate avec sa sœur. Elle baigne dans le don de soi pour aider les autres. Ses parents sont des exemples. Sa mère a été bénévole pendant plus de 30 ans dans un CHSLD à Lachute. Son père donne de son temps à l'hôpital dès qu'il prend sa retraite à l'âge de 57 ans.

Bien qu'exposée et compatissante, Pascale Poirier n'est pas portée vers la souffrance. Elle adore les personnes ayant du vécu et les entendre se raconter. L'histoire, c'est précieux.

Saint-Hippolyte, un choix évident

Après avoir étudié en électronique, Pascale Poirier a travaillé pour des manufacturiers, dans la vente. Sa force étant la coordination technique, elle achève sa carrière dans cette fonction, basée sur le service à la clientèle. Bâtir une belle relation avec ses clients était sa priorité, ayant à cœur la prospérité de l'entreprise. Les temps de villégiature durant les fins de semaine et pendant la période estivale se passent par l'entremise de son conjoint, au chalet familial à Saint-Hippolyte, dans le secteur du lac de l'Achigan. Construit il y a 67 ans, l'opportunité de le racheter se présente à eux. Objectif : en faire leur résidence principale pour leur retraite. Durant sept ans, avec l'aide des enfants, ils entreprennent la rénovation en autoconstruction et sont fiers du résultat. La pandémie précipite quelque peu les projets pour le meilleur. Pascale Poirier vit les avantages du télétravail au milieu de la nature, jusqu'à sa retraite en novembre 2022, qu'elle avait hâte de prendre pour rejoindre le Cercle de Fermières, en savourant le temps de tricoter, de coudre et d'apprendre le tissage.

Les arts textiles, un héritage maternel

Pascale Poirier a vu sa mère coudre toute sa vie. Elle maîtrisait si bien cet art qu'elle n'utilisait aucun patron ! Elle faisait tout. « Quand tu es jeune, tu veux être comme tout le monde. Je n'étais pas comme tout le monde ! Je portais le linge confectionné par ma mère », relate-t-elle avec un air amusé. Pascale Poirier n'avait pas emboîté le pas, jusqu'au jour où, à la naissance de son deuxième enfant, sa mère s'achète une surjeteuse. Bingo ! C'est la porte d'ouverture vers une passion qui ne se tarira jamais. Pascale est en mesure de faire les bords comme en industrie ! La piqûre pour

Chemin de vie

Pascale Poirier



Perpétuer les arts textiles pour redonner à la communauté

la couture vient la prendre. Elle suit des cours et elle ne s'arrêtera jamais, au point d'avoir eu son propre atelier pendant quelques années.



Viens, on va te montrer

En avril 2023, Pascale Poirier intègre le Cercle de Fermières de Saint-Hippolyte. Elle se souvient, les yeux brillants et le cœur empli de reconnaissance, de l'accueil qu'elle a reçu. Feue Florence Frigault est l'une des premières personnes qu'elle a rencontrées. Elle lui rappelait sa grand-mère maternelle. Pascale tricotait en dilettante. Florence lui a montré la technique pour tricoter des chaussettes et elle lui a appris le tissage. Ce qui marque beaucoup Pascale, c'est à quel point toutes ces femmes, qui sont issues de toutes les sphères de la société avec des histoires différentes, se racontent. Et les écouter se raconter, ça vaut de l'or. La valeur si précieuse du partage prend tout son sens. Aujourd'hui, Pascale Poirier a pris la relève pour les cours de couture. C'est à son tour de transmettre son savoir, tout en continuant à apprendre des nouvelles techniques et en apprivoisant les différentes machines, dont certaines sont dotées de logiciels.

Une vision d'administratrice pour continuer à redonner à la communauté

Pascale Poirier occupe depuis le mois de juin 2024 le poste de la présidence du conseil

d'administration du Cercle de Fermières de Saint-Hippolyte. Louise Bernier, dont elle salue le travail, a dû libérer le poste après quatre mandats de deux ans. Beaucoup

d'idées fourmillent dans son esprit, dont celui d'accroître l'implication dans la communauté. Car si une des missions premières du Cercle de Fermières est de perpétuer les arts textiles, c'est également de redonner à la communauté.

Ainsi, elle décide de prendre contact avec la direction de l'école des Hauteurs pour connaître les besoins. Avec à la

clé, un défi pour les Fermières qui ont dû apprivoiser la couture du polar, en résulte la confection d'une vingtaine de mitaines, de dix cache-cou et dix tuques avec une broderie au nom de l'école et l'intégration du logo du Cercle de Fermières. La livraison a eu lieu au mois de février 2026. Forte de cette expérience positive, l'école du Grand-Rocher sera approchée en prévision de 2027.

En partenariat avec le Club Optimiste de Saint-Hippolyte, des enfants âgés de 10 à 12 ans ont pu se prévaloir du savoir-faire des Fermières en s'inscrivant à des cours de

tricot. L'opération a été renouvelée cette année au mois d'avril, avec le projet d'éventuellement offrir des cours de niveau intermédiaire.

Pascale Poirier rappelle qu'il est possible d'intégrer le Cercle de Fermières à partir de l'âge de 14 ans. Elle souhaite donc développer un volet jeunesse en écoutant les aspirations de cette nouvelle génération. Le passé est garant du futur. Le présent est garant de l'avenir.

Le Cercle de Fermières permet également de tisser un réseau social, de briser l'isolement. Il n'est pas nécessaire d'avoir des années de maîtrise d'un art. Tout commence un jour. Le projet des sacs de lecture en partenariat avec la Bibliothèque de Saint-Hippolyte en est un bon exemple. Pour soutenir les couturières, une personne qui sait manœuvrer la machine à broder, après avoir appris son fonctionnement, est d'un support inestimable !

Transmission du savoir, du patrimoine et de la culture québécoise

Le Cercle de Fermières de Saint-Hippolyte compte actuellement 53 membres. La plus jeune a 37 ans et une diversité culturelle commence à s'installer. Dans 5 ou 10 ans, Pascale Poirier se voit encore au Cercle de Fermières de Saint-Hippolyte. Lorsqu'elle a tapé à la porte en 2023, elle ne se doutait pas qu'elle aimerait tant cette expérience. C'est même une révélation. De nature dévouée, elle continuera à s'investir sous différentes formes et à faire du mieux qu'elle peut. Pourquoi ? Pour se connaître, s'entraider, se révéler chacun à sa façon, tisser des amitiés. Pour prendre le flambeau et le donner au suivant..

À la rencontre du Cercle de Fermières de Saint-Hippolyte



- 30 mai 2026 : 1^{re} participation du Cercle de Fermières à la Journée de la Marmaille au parc Roger-Cabana : Confection d'une œuvre communautaire avec les enfants.
- Portes ouvertes tous les lundis de 10 h à 14 h et les mercredis de 18 h à 20 h.
- 28 novembre 2026 : Marché de Noël, école des Hauteurs



Date de tombée : le 20 du mois
Tirage : 6550 copies

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

redaction@journal-le-sentier.ca

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

PRÉSIDENT :
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 Cadieux, 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^e trimestre 1983
Le Sentier reçoit l'appui du ministère de la Culture et des Communications du Québec.
Ce journal communautaire est une réalisation d'une équipe de touche-à-tout en constante évolution. Nous n'avons d'autre but que d'améliorer la qualité de la vie à Saint-Hippolyte.

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

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

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



Nouvelles en rafale

- L'exposition **Si aujourd'hui pour demain** se poursuit jusqu'au 2 juin à la bibliothèque.
- Le Parti Québécois a confirmé l'investiture d'**Anne Nguyen** à titre de candidate dans la circonscription de Prévost.
- Le 16 avril, **Centraide Laurentides** a tenu la troisième édition de la soirée de reconnaissance Les Dévoué.e.s sous le thème *Sous les projecteurs de l'engagement*. La soirée a été marquée par le dévoilement du résultat de la campagne, atteignant **3 244 817 \$**.
- Le 26 avril à la salle Antony-Lessard de la maison de la culture Claude-Henri-Grignon, Histoire et Archives Laurentides et le Service des bibliothèques de la Ville de Saint-Jérôme ont présenté une conférence sur l'aéroport de Mirabel, dont on soulignait **les cinquante ans en 2025**. La conférencière Suzanne Laurin a rappelé les principaux événements qui ont marqué l'aéroport.
- La troisième édition du Salon de l'emploi de Saint-Jérôme s'est tenue le jeudi 30 avril au Quartier 50+. Présenté avec la participation financière du gouvernement du Québec et en collaboration avec la radio CIME FM, l'événement réunissait **plus de 45 entreprises locales** provenant de secteurs variés.
- Après la neige abondante sur le tronçon Saint-Jérôme et Sainte-Agathe du P'tit train du Nord, la saison hivernale 2025-2026 s'inscrit parmi les plus longues avec 131 jours d'ouverture.
- Dans les Laurentides, tôt le matin du vendredi 24 avril dernier, le restaurant **Pacini de Saint-Jérôme a été réduit en cendres** par un violent incendie. Personne n'a été blessé lors de l'événement.
- Le **soccer FC Boréal** : les inscriptions pour la saison été 2026 sont ouvertes! Faites votre réservation en ligne : fcboreal.ca/inscriptions-fcb



Le Sentier,
un journal pour
les citoyens,
par les citoyens

Invitation à notre Assemblée générale annuelle le 3 juin, à 17 h 30

Le saviez-vous? Le journal Le Sentier, que vous recevez tous les mois dans votre casier postal, n'est pas qu'un simple journal. Ce mensuel est entièrement rédigé et édité par des résidents de Saint-Hippolyte, exclusivement pour vous.

Depuis 2024, nous avons entrepris des démarches nous permettant de clarifier nos objectifs afin de répondre davantage à vos besoins et à vos attentes. La première phase de ces changements fut de mettre à jour notre Règlement général, qui fut adopté par l'Assemblée générale en juin 2025. De plus, dès la fin de l'été 2025, nous avons amorcé une démarche de Planification stratégique, ce qui n'avait jamais été fait depuis la création du journal. Cette démarche vise à améliorer la portée et la pertinence de notre média communautaire afin de mieux vous rejoindre.

Le 25 avril, la majorité des membres de notre équipe, tout près d'une vingtaine de personnes, se sont rencontrées pour discuter de planification stratégique qui est une sorte de legs que nous voulons laisser au journal, à l'organisme communautaire qui lui donne vie et à ses membres, soit chacun des citoyens de Saint-Hippolyte et des commerçants qui y ont leur établissement.

Et membres, vous l'êtes tous et toutes à part entière!

C'est pourquoi nous vous convions à l'Assemblée générale annuelle du Sentier, qui aura lieu au pavillon Roger-Cabana, le mercredi 3 juin, à 17 h 30.

Vous en apprendrez davantage sur les changements que nous désirons apporter pour améliorer notre mensuel et vous pourrez aussi apporter votre contribution en partageant vos commentaires ou en posant vos questions.

Vous êtes tous les bienvenus à notre AGA!

Jean-Pierre Fabien,
président du conseil d'administration
du journal communautaire Le Sentier

B|L BRUNO LAROCHE
Courtier Immobilier Résidentiel

PROFUSION | Forbes
IMMOBILIER® | GLOBAL PROPERTIES



BRUNO LAROCHE

Courtier immobilier résidentiel

450.512.9343

blaroche@profusion.global



Fiducia Bruno Laroche Inc.



93 202e Avenue | Saint-Hippolyte
975 000 \$



1911 Hauteurs | Saint-Hippolyte
735 000 \$



54 129e Avenue | Saint-Hippolyte
585 000 \$



304 388e Avenue | Saint-Hippolyte
585 000 \$



LA FÊTE DES MÈRES

Fête des mères



Elise Desmarais
edesmarais@journal-le-sentier.ca

Luis Mariano l'a qualifiée d'être *La plus belle du monde* et Charles Aznavour a entouré *La Mama* de ses enfants au moment de mourir. Chez nous, Lynda Lemay nous confirme qu'*Une mère* ne peut pas tout faire, mais qu'elle fait de son mieux et Céline nous confie que c'est *Celle qui m'a tout appris*.

Pour Nicola Ciccone, le cœur d'une *Maman* est un miracle de l'univers et c'est pour son film *Mommy* que Xavier Dolan a reçu une ovation à Cannes en 2014. Si les années 50 nous ont présenté Juliette Huot dans le rôle de la mère au centre de la famille *Plouffe*, les années 60 ont vu Jeannette Bertrand se transformer en Fernande Tremblay dans *Quelle famille!* Ces quelques interprétations musicales et télévisuelles présentent l'amour et le respect exprimés envers la Mère.

Qu'on lui offre un bijou, un billet de spectacle ou un bon repas au restaurant, c'est ta fête aujourd'hui, maman. Laisse-toi gâter, tu le mérites bien! **Bonne Fête des Mères!**



© CANVA

Lettre à ma fille

Petit bout de femme,

Arrivée dans mon ventre à un âge que la médecine trouvait avancé, mais tant espérée après deux garçons. Avec frères et papa, vous faites de ma vie, une incroyable odyssee, une suite perpétuelle d'émotions intenses, mais aussi, tout à la fois, un havre de paix et de tranquillité. Dans tes yeux, ma fille, je me retrouve. Dans tes rires, je me perds. Tu as l'âge de raison maintenant et je suis émerveillée par la sagesse de tes paroles, tes mots d'enfants pleins d'esprit, empathiques et drôles. Tu as 7 ans maintenant. Pourquoi faut-il que le temps passe si vite?

Tirée vers le haut, dans le sillage de grands frères, tu commences à laisser émerger une attitude nonchalante propre aux adolescents. J'appréhende tant tes quinze ans, j'entrevois le pire, je me revois à ton âge et j'espère que tu seras plus comme ci... moins comme ça. Que tu ne seras pas moi. Moi qui étais une petite boule d'émotion introvertie et maladroite. Moi qui aurais tant voulu faire partie des vedettes du collège, mais qui suis restée dans les coulisses. Je voudrais tant que ta confiance en toi soit blindée, que ton estime de toi soit à toute épreuve. Que tous ces intimidateurs se heurtent à ta force de caractère.

Petit bout de femme. Le sais-tu à quel point je t'aime? Tu crois que c'est moi qui t'apprends à vivre? Qui te montre le chemin? Qui t'inspire et t'enseigne les grandes leçons de la vie? Mais ne vois-tu donc pas que c'est tout l'inverse? Tu es mon professeur. Petite

maîtresse du savoir-vivre. Petite guide spirituelle. Il faudrait tant que toutes les nations, tous les rois et les présidents, tous les conjoints et les parents, comprennent enfin que, sans toi, l'Humanité ne va nulle part.

Ce sont les petites filles de sept ans qui font fleurir les champs et qui parlent aux abeilles. C'est leur espièglerie et leur énergie qui insufflent la bonne humeur dans les maisons. C'est leur innocence qui fait réaliser aux adultes le poids de leurs erreurs. À sept ans, il n'y a pas d'amour exclusif, de privation, ni de violence. Aucun n'a de droit sur ta vie ou sur ton corps. À sept ans, l'unique obligation que tu as est celle d'être libre, les cheveux au vent. Ton occupation : jouer. Ton seul plaisir doit se trouver à l'école, parmi des amitiés précieuses. Trouve le bonheur en ouvrant ton esprit à toutes les connaissances du monde. Ouvre ton cœur et déborde de fierté. Le vois-tu, petit bout de femme, à quel point tu rayannes de force?

C'est toi qui nous sauveras du cancer, qui toucheras les étoiles à bord de ta fusée, qui traverseras les frontières pour apprendre le mot « amour » dans toutes les langues. Tu continueras de tendre la main aux garçons et aux filles de ton âge, tu pourras ainsi les convaincre de te suivre dans tes projets, dans tes folies. Ces projets te feront cheminer jusqu'à tes cent ans, c'est certain. Comprendront-ils, tous, le pouvoir qui grandit en toi? Sont-ils capables, enfin, de se rendre compte que la planète tient au creux de ta main? Que ta seule valeur dépasse de loin la totalité de l'or et du pétrole du monde entier?

Il n'y a point d'Humanité sans femme. Il n'y a aucun avenir pour nous sans petites filles de sept ans. Et il n'y a point de maman comblée sans Chloé.

Magali Hudon

CANTIVO
chante "Matin et Soir"
Sous la direction de Patricia Abbott

4 concerts de printemps

- Samedi, 30 mai, 15h**
St. Francis of the Blind
94, rue Saint-Denis, Saint-Sauveur J0R 1R4
- Dimanche, 31 mai, 15h**
Eglise Saint-Joseph de Mont-Rolland
1362, rue Saint-Jean, Sainte-Adèle J8B 1E8
- Samedi, 6 juin, 15h**
Centre Anundel Eglise Unie
17, rue du Village, Anundel J0T 1A0
- Dimanche, 14 juin, 15h**
Eglise Saint-Colomban
342, Mtée de l'Eglise, Saint-Colomban J5K 1B1

Concerts a cappella – airs classiques et contemporains: Rolland de Lassus, Raymond Lévesque, Stéphanie Martin, Cornille Saint-Saëns...

Entrée libre avec contribution volontaire, don suggéré: 15\$ adultes
Information Marie Marchand 400 226-8387



Laurie Kerr, propriétaire de Fruits & légumes Saint-Sauveur, et Tim Watchorn

Une aide qui fait du bien, dès cet été!

Pour soutenir les personnes les plus touchées par la hausse des prix des aliments, la nouvelle Allocation canadienne pour l'épicerie et les besoins essentiels arrive à point.

Vous recevez déjà le crédit sur la TPS? Vous pourriez recevoir des montants additionnels dès cet été.

Des questions? Contactez le bureau de circonscription au 450-227-6303

Exemples d'ajustements	Personne seule	Couple avec 2 enfants
Votre montant de base annuel du crédit pour la TPS actuellement reçu	543 \$	1 086 \$
Juin 2026: supplément unique de 50 %	267 \$	533 \$
Juillet 2026: montants de base du crédit augmentés de 25% pendant cinq ans	136 \$	272 \$
Montants ajustés	945 \$	1 891 \$

Chiffres arrondis, leur somme peut ne pas correspondre au total indiqué.

TIM WATCHORN
DÉPUTÉ FÉDÉRAL
PAYS-D'EN-HAUT

OPINION

Éloges des Mères



Loyola Leroux
lloeroux@journal-le-sentier.ca

À 77 ans, je suis toujours très ému de voir, le dimanche de la fête des Mères, des adultes matures, femmes et hommes, se promener avec leur vieille mère, déambuler fièrement avec elle dans les endroits publics, au restaurant.

sans essayer de leur remplir la tête de sornettes, comme brûler les Tintin. Suit une période qui nécessite un peu d'aide financière pour construire un nid. Ensuite, les petits-enfants arrivent. Ils préparent une belle période de la vie de leurs grands-parents vieillissants, et savent bien les entourer.

L'évolution de l'homo sapiens

La vie est apparue sur terre il y a 3,5 milliards d'années. Chaque génération a donné naissance à la suivante. Nous sommes le résultat de l'évolution de l'espèce homo sapiens. Selon Aristote, la nature nous détermine à donner la vie, à perpétuer les générations. Il faut reconnaître que certaines femmes ne peuvent pas enfanter, mais elles peuvent adopter ou jouer le rôle traditionnel de la « matante » présente autrefois dans toutes les familles québécoises. Lorsque je suis venu au monde, ma tante Claire, célibataire et maîtresse d'école, est venue aider ma mère, Agathe pendant deux années.

Malheureusement, parfois des femmes ne peuvent se reproduire. Une erreur de la nature ? Elles sont peut-être effrayées par la vie de mère ? Autrefois, elles choisissaient de devenir sœurs dans une des nombreuses communautés religieuses québécoises, pour aider les mères. Ces communautés, telles les Sœurs Grises, qui comptaient en 1960 plus de 6000 femmes, étaient dirigées par des femmes. Malheureusement, elles ont disparu. Les cloîtres, comme celui des Recluses missionnaires de Saint-Jérôme, ont fermé leurs



portes. La chanson *Dégénération* de Mes Aïeux nous fait comprendre.

De nos jours, elles œuvrent dans la communauté, sans bénéficier des avantages financiers et fiscaux accordés aux communautés religieuses. D'autres sont devenues les émules de Greta Thunberg et avouent publiquement « pas d'avenir, pas d'enfants ». Dans des cas extrêmes, de jeunes filles stressées, écorchées de la vie, écoanxieuses, ayant une faible estime de soi, une sensibilité excessive, une susceptibilité exacerbée, adeptes des *safe space* (espaces sécuritaires) des universités américaines, ont besoin d'une psy-écothérapeute. Elles sont déterminées par la sélection naturelle de Darwin, qui influence indirectement leur choix.

Ce qu'ils en pensent...

Pour Mathieu Bock-Coté, nous vivons actuellement une *Fin de cycle*. « La société québécoise termine douloureusement le cycle historique

ouvert par la Révolution tranquille. » Lassés de la mode française de la déconstruction inaugurée par le sociologue Bourdieu, nous voyons le balancier rendu à son apogée, partir de l'autre côté, avec un retour de la valorisation de notre belle histoire nationale et surtout du rôle fondamental des mères de famille dans notre société. Pour le sociologue Stéphane Kelly, le sort des femmes s'est beaucoup amélioré depuis les années 1960. Toutefois, la société thérapeutique, la « naviguerrance », l'enfant unique, le déclin du capital social local, sont les nouveaux problèmes qui les affectent. Il l'explique bien dans son livre *L'enfant vieux*. Une solution réside en partie dans l'octroi des emplois gouvernementaux : à diplôme égal et à expérience égale, la mère de famille a priorité. Certains pays accordent une exemption d'impôt à vie sur le salaire, après le troisième enfant.

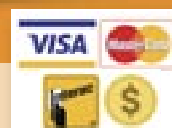
Ouvert au public 7 jours de 8h à 18h

**Venez nous visiter.
Nous serons heureux
de vous conseiller.**

**Nous avons
un vaste choix
de produits.**



1495, chemin du lac Écho | 450 224-0098



VIE COMMUNAUTAIRE

Appel à la prudence de la Direction de santé publique des Laurentides Circulation de la rougeole dans la région des Laurentides

La rougeole circule actuellement dans la région des Laurentides et de nouveaux cas pourraient apparaître dans les prochaines semaines, notamment en raison d'expositions au virus dans certains lieux publics, y compris maintenant dans le nord de la région.



Mesures préventives pour limiter la transmission de la rougeole

Certains lieux d'exposition à la rougeole identifiés dans les Laurentides et dans d'autres régions sont disponibles pour consultation sur Quebec.ca/rougeole. Lorsqu'une liste des personnes présentes dans ces lieux est disponible, un message texte leur est envoyé par la Direction de santé publique afin de les informer de leur exposition. Si vous avez fréquenté ces lieux, vous devez vérifier votre statut de protection en consultant la section « Personnes considérées comme protégées ». Si vous n'êtes pas protégé contre la rougeole, il est recommandé de vous isoler.

Par ailleurs, si vous êtes une personne vulnérable, bébé âgé de moins d'un an, femme enceinte, personne avec un système immunitaire affaibli, contactez Info-Santé au 811. Un traitement préventif pourrait être offert afin de diminuer les risques de complications de la maladie. Par mesure de précaution, il est

Par conséquent, la Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides invite l'ensemble de la population, quel que soit son lieu de résidence, à demeurer vigilante, à s'assurer que sa vaccination est à jour et à suivre les recommandations pour limiter la transmission de la maladie.

La rougeole est une maladie virale très contagieuse pouvant causer des complications graves, notamment chez les enfants âgés de moins d'un an, les femmes enceintes et les personnes ayant un système immunitaire affaibli. Il est possible d'être infecté et d'attraper la maladie sans avoir été en contact direct avec une personne atteinte de la rougeole. En effet, il peut suffire de se trouver dans une pièce où une personne contagieuse a séjourné auparavant, même durant une courte période.

conseillé de surveiller l'apparition des symptômes suivants : fièvre, congestion nasale avec écoulement nasal, toux, conjonctivite (yeux rouges qui coulent), sensibilité à la lumière et malaise généralisé. Par la suite, des rougeurs apparaissent au visage puis sur le corps.

En cas de symptômes, la Direction de santé publique des Laurentides rappelle qu'il est important de s'isoler et d'éviter les contacts avec d'autres personnes. Si un déplacement pour une consultation médicale est nécessaire, il est fortement recommandé de :

- porter un masque;
- éviter d'utiliser les transports en commun;
- contacter la clinique médicale ou tout autre milieu de soins et services avant de se déplacer pour les informer de son état. Si ce n'est pas possible, il est important d'informer le personnel à l'accueil dès son arrivée.

La vaccination demeure le moyen le plus efficace de prévention contre la rougeole

Le nombre de personnes protégées contre la rougeole dans la région est insuffisant pour empêcher la transmission de cette maladie

hautement contagieuse. Il est donc essentiel de mettre à jour sa vaccination afin de se protéger soi-même ainsi que les personnes les plus vulnérables.

Toute personne née à partir de 1980 qui n'a jamais eu la maladie doit avoir reçu deux doses du vaccin contre la rougeole pour être protégée. Au Québec, selon le calendrier régulier de vaccination, les enfants devraient recevoir ces deux doses, à l'âge de 12 et 18 mois. Une dose de vaccin est également recommandée pour les personnes nées entre 1970 et 1979 inclusivement. Les personnes nées avant 1970 sont considérées comme protégées contre la rougeole.

Pour vérifier votre statut vaccinal ou celui de votre enfant et pour prendre rendez-vous pour la vaccination, rendez-vous sur clicsante.ca dans la section « Vaccination contre la rougeole, la rubéole, les oreillons et la varicelle » ou téléphonez au 1 877 644-4545.

Direction des communications
et des affaires corporatives

Courriel : rmpc.ciessler@sss.gouv.qc.ca

Depuis plus de
4 ans !



**Sandwichs gourmets
Cafés, jus frais et smoothies
Desserts et pâtisseries
Épicerie fine du Québec
Traiteur**



981 chemin des Hauteurs 450-224-9494 info@chezhippolyte.ca



Monique Pariseau
mpariseau@journal-le-sentier.ca

Si vous êtes québécois de souche, que vos ancêtres ont contribué à peupler la Nouvelle-France, vous avez sûrement dans votre génétique ce que les Filles du Roy ont contribué à devenir ce que nous sommes.

De sept à huit cents femmes âgées de 16 à 40 ans ont été envoyées par le roi Louis XIV en Nouvelle-France entre 1663 et 1673 pour épouser les colons qui s'y trouvaient déjà, fonder une famille, peupler la colonie. C'est pourquoi nous pouvons, sans doute, affirmer qu'une majorité de Québécois et Québécoises sont des descendants de ces femmes que le roi avait obligées de traverser l'océan et qui ont donné naissance à près de 4,500 enfants, triplant ainsi la population de la colonie.

On estime aujourd'hui à près de 20 millions le nombre de Canadiens et même d'Américains, dont leurs arrière, arrière, arrière- (et je pourrais multiplier le mot arrière) grands-mères seraient des descendantes d'une des Filles du Roy. Et comme l'écrit si bien Anne Hébert dans son livre *Le Premier Jardin* paru en 1988 : « Il faudrait les nommer toutes, à haute voix, les appeler par leur nom, face au fleuve, d'où elles sont sorties au XVII^e siècle pour nous mettre au monde et tout le pays avec nous. »

Les conjonctions sont des mots invariables dont l'unique emploi est, à la suite d'une virgule, de réunir des mots qui s'accouplent,

Il était une fois Les filles du Roy



se rencontrent, s'opposent, mais sont toujours reliés à une logique de subordination. « Mais, ou, et, donc, car, ni, or, puisque, lorsque, quand, si, comme » sont tous des conjonctions qui, souvent, transforment le sens de la logique d'une phrase.

La conjonction « mais » me fascine, car elle a le pouvoir d'ouvrir ou de fermer des portes et qu'elle a une puissance quasi infinie. Elle est d'une importance capitale, car elle peut exprimer tant l'opposition, la restriction, l'objection et parfois, magnifiquement, les nuances. Elle a aussi la force d'unir des mots ou groupes de mots en bâtissant entre eux un lien logique, soit de différence, d'opposition, de précision, de transition ou, très souvent, pour nier ou nuancer émotionnellement l'idée qui la précède.

Cette conjonction est une voyageuse, même à petits pas, car elle peut s'en aller dans toutes les directions. Elle peut autant rassurer qu'effrayer. Son pouvoir est immense, même si, très souvent, elle se présente comme amie de la restriction.

VIE COMMUNAUTAIRE

Vous avez quelque chose à dire?
Écrivez dans Le Sentier!



Mélanie Ruel
mruel@journal-le-sentier.ca

L'idée vous a peut-être déjà traversé l'esprit. Pour partager une opinion. Raconter une initiative. Parler d'un enjeu du milieu. Mettre en lumière une personne, un projet ou une réalité vécue à Saint-Hippolyte. Mais vous ne l'avez pas fait.

Pas nécessairement parce que vous n'aviez rien à dire. Souvent, c'est plutôt parce qu'une petite voix s'est fait entendre : *je ne suis pas journaliste... je ne sais pas écrire... ce ne sera pas assez bon... ça n'intéressera personne.*

Pourtant, un journal communautaire a justement besoin de ça

Des citoyens et citoyennes qui osent prendre la parole. Derrière ces voix dans notre tête, il n'y a pas forcément un manque d'idées. Nous avons des choses à partager, mais le doute, la peur du jugement et le fameux sentiment d'imposteur finissent par étouffer cet élan. C'est d'ailleurs une pensée qui revient souvent : *Qui suis-je, moi, pour écrire?*

Quand le doute prend la place

On imagine qu'il faut être écrivain, expert ou parfaitement à l'aise avec les mots pour avoir le droit de prendre la plume. Pourtant, écrire, ce n'est pas une question de titre ou de diplôme. C'est une question de vécu, de regard et de sensibilité. Ce que nous avons traversé, compris ou observé peut résonner chez quelqu'un d'autre. Et personne ne peut le raconter exactement comme nous, avec notre voix et notre manière de voir les choses.



© VECTEEZY

Une autre peur revient souvent : celle de ne pas intéresser

On se demande si ce qu'on écrit sera assez bon, assez utile, assez pertinent. Mais la vraie question n'est pas : « Est-ce que tout le monde va aimer ce que je veux partager? », mais plutôt : « Est-ce que ce que j'ai à dire peut aider, rejoindre ou faire réfléchir quelqu'un? » Un texte n'a pas besoin de parler à tous pour avoir de la valeur. Il suffit qu'il touche une seule personne pour avoir sa place.

Un autre frein : le temps

Bien sûr, les journées sont bien remplies. Mais si plusieurs textes ne voient jamais le jour, ce n'est pas tout à fait par manque de temps, mais parce qu'on attend le moment parfait, le bon contexte et plus de confiance. En réalité, écrire commence souvent de manière beaucoup plus simple : quelques lignes, une idée notée, dix minutes prises ici et là. Ce n'est pas la perfection qui fait naître une parole, c'est le fait d'oser se lancer.

C'est à votre tour de prendre la plume!

Écrire dans *Le Sentier*, ce n'est pas réservé à ceux et celles qui se considèrent déjà journalistes. Ce qui compte, c'est d'avoir quelque chose de vrai à partager. Une réflexion. Un témoignage. Un regard sur la vie à Saint-Hippolyte. Une voix citoyenne. C'est aussi comme ça qu'un milieu se raconte, se comprend et se rapproche.

POÉSIE

Journal d'un jardin

Ces fleurs boudent, la lumière se réfute à elles, leurs sourires sont timides à s'étioler.

Juste un brin de ce soleil à vouloir danser et se pavaner à leur crescendo d'opulence, chacune sa maturité.

Elles s'éclosent à leurs désirs.

L'espace de temps à chacune se bouscule pour valser à leur finitude, comme nous.

On se costume de nos plus beaux atours tout au long de notre vie, pour subsister, paraître, se faire aimer et gagner des galons de reconnaissance, et perpétuer dans les mémoires des autres, je cite... « mon corbillard transportera mon rien de direction de son nulle part à sinon de l'humus ».

La palette de couleurs de vie a son bagage à se véhiculer, consignée. Notre terre arable, les vers en raffolent. Ne soyons pas dupes à réaliser notre mort et rien n'y restera sinon quelques piètres mémoires qui s'estomperont avec l'espace-temps.

Oui, vive la vie de notre vivant... et toutes ces beautés, cette lumière, ces cieus étoilés, cet espace, et point final. On peut passer à une autre saison, de givre.

Moi, je fus sûrement dans une autre vie, une ourse, à me blottir à cette chaleur de caverne, oublier cette froidure, givrer ma mémoire de mes envies, dormir et dormir et doucement

m'éveiller à l'aube de ces soleils moins timides, me gaver de ces petits fruits de saison, ces saumons qui se bousculent à ces frais au grand torrent, me délecter de leurs chairs si tendrement roses sushis, mais encore en dormance et givrée...

Je n'aime pas le froid, point final!

Que ce printemps ne tarde pas trop pour m'éveiller de cette lumière éloquente, même si dame la marmotte n'a pas vu son ombre.

Timides, téméraires ces dormantes vont s'étioler à ce sol bien sarclé prêt à les recevoir avec toutes leur frondeur, revoir ces guerrières dépendantes de leurs gènes innés en symbiose avec tout l'univers, mes mains fébriles y les semer à cette lumière matinale de leurs germes colorés à mon humeur, mon émotion, mon plaisir de choisir ces belles annuelles, mortelles comme nous.

La beauté de l'éclosion et d'une autre saison. J'aime la chaleur point final!

Tibo—2025@

Francine Thibault, lac des Sources

IGA extra **Saint-Hippolyte**

Les homards seront disponibles à compter du 1^{er} mai!



Une belle idée de menu pour la Fête des Mères le 10 mai!

Passez en magasin pour rencontrer Julie notre pâtissière et Hélène notre chef cuisinière. Profitez-en pour déguster leur nouvelles recettes.

Samedi 9 mai et Dimanche 10 mai, vous trouverez beaucoup de choix de fleurs dans l'entrée de notre magasin. Une belle idée pour remercier Maman!

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



Julien Thibault, Arpenteur-géomètre
900, boulevard Sainte-Adèle
Sainte-Adèle, Québec, J8B 2N2
Tél. : 450 563-5192 • 800 563-5192
jthibault@bjgarpenteurs.com
bjgarpenteurs.com

**ÉMONDAGE,
ALAIN PARÉ**

• Abattage d'arbres

Assurances

Tél. : 450 563-3041



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



TERRASSEMENT, INSTALLATION SANITAIRE et plus encore

450 565-7139

SAVIEZ-VOUS QUE...

La guerre, les tulipes et le printemps



Elise Desmarais
edesmarais@journal-le-sentier.ca

Le Festival canadien des tulipes, qui est reconnu pour être le plus grand festival de tulipes au monde, est un événement majeur organisé chaque année à Ottawa. Plus d'un million de tulipes fleuriront cette année du 8 au 18 mai : ottawatourism.ca/fr



Civils néerlandais célébrant la libération, 1945.
PHOTO BIBLIOTHÈQUE ET ARCHIVES CANADA

La bravoure des soldats et les sacrifices consentis ne sont pas les seuls secours que le Canada a offerts aux Pays-Bas. Certains membres de la famille royale néerlandaise ont trouvé refuge au Canada. En 1940, la princesse héritière Juliana et ses deux filles s'enfuirent au Royaume-Uni. Elles sont accueillies à Ottawa en 1941. Le 19 janvier 1943, une troisième fille, la princesse Margriet, naît à l'Hôpital Civic d'Ottawa. L'aile de la maternité devient temporairement extraterritoriale, afin que l'enfant ait la citoyenneté néerlandaise.

Plusieurs membres de familles royales de Norvège, d'Autriche-Hongrie et du Luxembourg ont séjourné au Canada et au Québec durant la guerre. Le duc et la duchesse de Windsor de Grande-Bretagne pour un court séjour de neuf jours. Le prince Frédéric de Prusse, petit-fils d'un empereur allemand, étudiant en Angleterre, est arrêté et passe six mois dans des camps d'internement à Québec et Farnham.

Les tulipes

Cette plante est à l'origine de la « tulipomanie » en Hollande au XVII^e siècle, un engouement qui a entraîné une bulle spéculative, car l'époque se passionne pour la création d'hybrides et de nouvelles variétés. Sur cette période, Olivier Bleys écrit le roman *Semper augustus* et Justin Chadwick produit le film *Le peintre des vanités (Tulip fever)*. Après la Seconde Guerre mondiale, les Pays-Bas ont offert des bulbes de tulipes au Canada en guise de remerciement pour avoir libéré leur pays des Allemands et pour avoir accueilli la famille royale néerlandaise, qui devait quitter le pays pendant le conflit. Chaque année, la famille royale des Pays-Bas donne des tulipes à Ottawa, suivant la tradition, inspirant ce qui est devenu le Festival canadien des tulipes en 1953.

Le printemps

Parmi les premières fleurs du printemps, on retrouve, vous l'aurez deviné, les tulipes. Doux

printemps, saison attendue avec impatience, saison de renaissance, d'espoir. Même si quelques fois, on doit subir la pluie et le vent : « ménage du printemps » oblige. Antonio Vivaldi a célébré le printemps en premier dans ses *Quatre Saisons* et Michel Fugain l'a chanté allègrement avec ses amis du Big Bazar. Et que dire du magistral *Hymne au printemps* du pionnier de la chanson poétique, Félix Leclerc,

dont voici quelques vers : *Au mois de mai, après le dur hiver, je sortirai, bras nus, dans la lumière. Vois, les fleurs ont recommencé. Les bourgeons sortent de la mort. Papillons ont des manteaux d'or. Près du ruisseau sont alignées les fées et les crapauds chantent la liberté.*

Sources :

- Commission de la capitale nationale
- Anciens Combattants Canada
- L'encyclopédie canadienne
- Wikipédia



La princesse Juliana des Pays-Bas, les princesses Beatrix, Irene et Margriet, 1943.

PHOTO YOUSUF KARSH, AVEC LA PERMISSION DE BIBLIOTHÈQUE ET ARCHIVES CANADA

La guerre

Au cours de la Seconde Guerre mondiale, la majeure partie du continent européen est occupée par les forces d'invasion de l'Allemagne nazie, y compris les Pays-Bas. Ce territoire s'avère être un champ de bataille très difficile à conquérir, en raison de son réseau complexe de canaux et de digues. En 1944, les Alliés lancent des assauts audacieux, mais la détermination des Allemands est inflexible et le conflit s'éternise. L'hiver 1944-1945, surnommé « l'hiver de la faim », fut une période terrible. En raison du manque de nourriture, plusieurs ont été réduits à manger des bulbes de tulipes pour survivre. Après les combats acharnés des soldats canadiens et alliés, les forces ennemies se rendent et le territoire des Pays-Bas est libéré quelques jours avant la déclaration de la fin de la guerre, le 9 mai 1945.



La très rare tulipe *semper augustus*.
© PINTEREST



Festival canadien des tulipes 2026.
PHOTO COMMISSION DE LA CAPITALE NATIONALE

PROPRESSION SERVICES
LAVAGE DE VITRES
NETTOYAGE À PRESSION
SOFTWASH NETTOYAGE DÉLICAT

ENTRÉE
BALCON
REVÊTEMENT
GOUTTIÈRE

514-754-4271
LAURENTIDES & ENVIRONS

PÉPINIÈRE DES HAUTEURS

Problème de mur affaissé? J'ai la solution pour vous!

Appellez-moi à la pépinière pour une soumission.

Vous avez besoin de beaux cèdres de qualité?

Venez les voir à la pépinière.

CENTRE DE VRAC TERRE, PAILLIS, ROCHES, etc.
Disponible aussi en sac.
LIVRAISON • MINI EXCAVATION

514 924-1423 Au plaisir de vous servir. 450 563-2929
denispepinieredeshauteurs@hotmail.ca
pepinieredh.com



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*. L'information publiée fournit des renseignements utiles entre les publications du bulletin municipal *Le Reflet*.

Séance ordinaire du 14 avril 2026 Faits saillants

Demande au ministère des Transports et de la Mobilité durable relative à la réparation des nids de poule sur la 333

Plusieurs plaintes ont été adressées à la Municipalité quant aux bris de véhicules dus aux nids de poule. Cette dernière a d'ailleurs soumis une demande au MTQ lui demandant de procéder à une intervention rapide de réparation des crevasses sur les segments problématiques de la route 333, notamment dans le secteur du lac Maillé. La mairesse a également écrit à la députée de Prévost ainsi qu'au ministre des Transports et de la Mobilité durable pour les alerter sur cette situation préoccupante. Considérant qu'aucune mesure n'a été mise en place de la part du MTQ et que la Municipalité souhaite collaborer avec ce dernier dans le but de rendre les routes plus sécuritaires pour les usagers, le conseil municipal demande au ministère d'apporter les correctifs à court terme afin d'éviter une détérioration accrue et de sécuriser la circulation.

Adoption du Règlement de tarification

Le Règlement n° 1277-25-01 – Tarification de l'ensemble des services municipaux a été adopté en remplacement de l'annexe B du Règlement no 1277-25 afin de modifier les tarifs du Service des loisirs, notamment en ce qui concerne les embarcations et les frais d'annulation d'inscription au camp de jour. Cette modification tarifaire établit notamment, pour les résidents(es), la gratuité du service de location d'embarcations nautiques à la plage municipale. Cette décision du conseil municipal s'inscrit dans une perspective d'équité et pour permettre à un plus grand nombre de citoyens(ennes) d'accéder au lac de l'Achigan.

Adoption du code d'éthique et de déontologie des élus municipaux

Un nouveau code d'éthique et de déontologie des élus municipaux a été adopté, conformément à l'article 445 du Code municipal du Québec. Cette nouvelle mouture comprend l'ajout de l'intérêt d'une personne morale à la définition de l'intérêt des proches ainsi qu'une modification interdisant l'influence par personne interposée de même que l'intérêt des proches d'un(e) élu(e). Le code d'éthique et de déontologie des élus municipaux identifie et formule en outre un énoncé général des valeurs et des règles de conduite qui serviront de points de repère chaque fois qu'un membre du conseil sera amené à agir ou à prendre une décision dans le cadre de ses fonctions.

Défi Pissenlits 2026

Pour une troisième année consécutive, Saint-Hippolyte participera à l'initiative Défi Pissenlits visant à protéger et à soutenir les insectes pollinisateurs. Ces derniers assurent le tiers du garde-manger mondial par leurs précieux services de pollinisation (fruits, légumes, etc.) et ils subissent actuellement un taux d'extinction sans précédent, notamment en raison de l'utilisation de pesticides, de la perte d'habitat et des impacts liés aux changements climatiques. Il est reconnu par la communauté scientifique que laisser fleurir les pissenlits au printemps est une action concrète et vitale pour ces insectes. Considérant que les pissenlits, étant parmi les premières fleurs à éclore au

printemps, représentent une source de nourriture (pollen et nectar) importante pour la survie des pollinisateurs après la période hivernale, il est recommandé de repousser la première tonte de la pelouse. Le lancement du Défi Pissenlits aura lieu le 4 mai 2026 par Nature Action Québec; la Municipalité s'est engagée à repousser la première tonte des pelouses de ses parcs.

Octroi d'un mandat pour une étude de caractérisation des bandes riveraines au lac de l'Achigan

L'OBV L'Assomption a été mandaté pour l'évaluation de l'indice de qualité de la bande riveraine des lots riverains du lac de l'Achigan au cours de l'année 2026 au coût de 22 520,73 \$, taxes incluses. Cette étude sera réalisée dans le cadre du plan d'action du plan de conservation de la Municipalité, lequel prévoit en outre la mise en place d'un programme de caractérisation des bandes riveraines pour obtenir un indicateur de qualité et ainsi assurer le suivi de l'état des rives des lacs de Saint-Hippolyte.

Versement d'aides financières à différents organismes

Le conseil municipal a autorisé le versement d'aides financières, à même le Fonds vert de la Municipalité, aux organismes suivants :

- 1 300 \$ à l'Association pour la protection du lac de l'Achigan pour des projets inscrits à son plan d'action 2026;
- 25 000 \$ à l'Association des résidents du lac Écho/Quatorze-Îles pour son projet de lutte contre le myriophylle à épis au lac Écho;
- 5 536,05 \$ à l'Association de protection de l'environnement du lac à l'Ours pour son projet d'inventaire des plantes aquatiques du lac à l'Ours et de formation des usagers;
- 50 150 \$ à l'Association de protection de l'environnement du lac Bleu pour son projet d'arrachage de myriophylles à épis au lac Bleu, sous réserve de remplir les conditions imposées;
- 3 136,52 \$ à l'Association pour la protection du lac Morency pour son projet de suivi du périphyton et d'indicateurs de l'état de santé du lac Morency;
- 15 000 \$ au Comité régional pour la protection des falaises pour son projet de travaux correctifs sur le sentier écologique de Saint-Hippolyte;
- 28 000 \$ à l'Association des propriétaires et amis du lac Connelly pour son projet de lutte contre le myriophylle à épis au lac Connelly, sous réserve de remplir les conditions imposées;
- 25 000 \$ au Regroupement des associations de lacs de Saint-Hippolyte pour l'organisation d'un achat regroupé de végétaux pour la revégétalisation des rives des lacs du territoire de la Municipalité.

Nomination d'une représentante responsable du plan d'action MADA

La conseillère municipale, Mme Line Côté, a été nommée à titre de représentante élue responsable du dossier des aînés et membre du comité de suivi du plan d'action MADA (Municipalité amie des aînés).

Date de la prochaine séance ordinaire : 12 mai 2026.

Chronique de la mairesse suppléante

Chères citoyennes,
Chers citoyens,

Au moment d'écrire ces lignes, notre mairesse, Mme Isabelle Poulin, profite de vacances bien méritées. J'assume donc le rôle de mairesse suppléante avec plaisir et je souhaite vous partager quelques éléments importants concernant le travail du conseil municipal.

Notre ligne directrice est simple : garder le citoyen au cœur de nos décisions. C'est ce qui guide nos actions au quotidien.

Un geste important pour notre gouvernance

Lors de la séance du 14 avril, le conseil municipal a adopté un nouveau code d'éthique.

Un code d'éthique, ce n'est pas qu'un document administratif. C'est un engagement concret envers la population. Il vient préciser ce que vous êtes en droit d'attendre de vos élus : de la transparence, de l'intégrité et des décisions prises dans l'intérêt collectif.

Nous avons choisi de le revoir en profondeur plutôt que de simplement reconduire l'existant. L'objectif était clair : éliminer les zones grises et mieux encadrer certaines situations.

Trois avancées majeures :

Conflits d'intérêts : une définition élargie

Moins de flou, plus de rigueur.

Influence : un encadrement resserré

Fin des ambiguïtés, tolérance zéro pour les jeux d'influence.

Comportement : des attentes élevées

Respect, civilité et sens des responsabilités au cœur du rôle d'élu.

Ce que ça signifie pour vous : une gouvernance plus solide, plus transparente — et alignée avec l'intérêt collectif.

La confiance ne se décrète pas. Elle se construit, dans le temps, par des gestes concrets.

Une façon de faire axée sur la proximité

Au-delà des règles, notre manière de travailler repose sur une volonté d'être présents et accessibles.

Être à l'écoute, c'est essentiel. Mais c'est surtout important de **prendre en compte ce qui est exprimé** et d'en tenir compte dans nos décisions.

C'est dans cet esprit que nous voulons continuer d'avancer.

Le printemps à Saint-Hippolyte

Le retour du printemps transforme peu à peu notre paysage. Les lacs se libèrent, les sentiers reprennent vie et les occasions de se croiser se multiplient.

C'est un moment propice pour reconnecter, échanger et profiter pleinement de ce qui fait la richesse de notre milieu de vie.

Vous aurez l'occasion de nous voir sur le terrain, dans les différentes activités et dans vos quartiers. Ces échanges sont précieux et ils contribuent directement à nourrir notre travail.

En conclusion

Nous poursuivons notre engagement avec sérieux et constance, en restant fidèles à ce qui nous guide : **agir avec cohérence, demeurer authentiques et travailler avec les citoyens.**

Nous sommes heureux d'être à votre service et de contribuer, avec vous, à faire évoluer Saint-Hippolyte.

Je vous invite à consulter les pages municipales de cette édition pour en savoir plus.

Je vous souhaite un très beau printemps,

Chantale Pellerin
maïresse suppléante
Conseillère du siège 4





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*. L'information publiée fournit des renseignements utiles entre les publications du bulletin municipal *Le Reflet*.

Initiation aux champignons sauvages du Québec

Guylaine Duval propose une conférence captivante pour s'initier au monde fascinant des champignons sauvages du Québec. Forte de plus de 25 ans d'expérience dans les Laurentides, elle guide les participants à travers les notions essentielles de la cueillette sécuritaire et de l'identification. Au fil de cette présentation, elle aborde les critères de base pour reconnaître les différentes espèces, tout en expliquant les cinq grands groupes de champignons : lamelles, tubes, plis, aiguillons et autres formes. Elle met également en lumière les risques d'empoisonnement et les précautions à prendre, afin de favoriser une pratique responsable et sécuritaire. Les participants découvrent

aussi une sélection de champignons faciles à identifier, ainsi que des conseils pratiques pour leur conservation et leur séchage. Autrice de plusieurs ouvrages, dont *Guide d'initiation aux champignons sauvages du Québec (2021)* et *Champignons médicinaux du Québec (2022)*, Guylaine Duval partage avec passion son expertise, tout en intégrant à sa démarche une dimension artistique inspirée par la nature. Cette conférence s'adresse autant aux curieux qu'aux amateurs de plein air souhaitant développer leurs connaissances dans un cadre à la fois éducatif et inspirant.



Où : bibliothèque
 Quand : 6 juin 13 h à 15 h
 Coût : gratuit
 Pour tous
 Inscription via Sport-Plus

Journée découverte au Mont-Tyrol



Cette journée s'adresse à toute personne souhaitant mieux connaître ce milieu naturel et contribuer à la réflexion sur son avenir. À travers cette initiative, la Municipalité souhaite poser, avec la communauté, un regard éclairé et réaliste sur le potentiel et la faisabilité des projets d'aménagement et des activités liés au site du Mont-Tyrol et à ses sentiers.

Au programme :

- 10 h 30 et 13 h – Sorties guidées (départ du Mont-Tyrol)
- Parcours autonome (départ du Centre de plein air Roger-Cabana ou du Mont-Tyrol)
- Exposition historique
- Discussions et échanges avec l'équipe sur l'avenir du site

Informations : saint-hippolyte.ca/evenements

Ouverture de l'écocentre



L'écocentre est ouvert du mercredi au samedi, de 9 h à 16 h 30, sur le site du garage municipal. Pour des informations sur les matières acceptées et le calendrier complet : mrcrdn.qc.ca/ecocentres-mrcrdn.

Assurez-vous de ne rien déposer en dehors des heures d'ouverture de l'écocentre, et ce, pour protéger l'environnement et par respect pour les employés(es)!

Journée de l'environnement

C'est le samedi 23 mai prochain, de 9 h à 14 h au parc du Grand-Héron, que se déroulera la très attendue Journée de l'environnement!

Au programme :

- Analyse de l'eau potable à prix réduit
- Atelier sur l'économie d'eau potable
- Distribution gratuite de pousses d'arbres
- Achat regroupé de végétaux pour la revégétalisation des rives et plants en démonstration
- Kiosques d'information sur les castors, les bandes riveraines, la conservation des milieux naturels, etc.
- Et bien d'autres activités qui seront annoncées sous peu : surveillez notre page Facebook et notre site Web!



Location gratuite d'embarcations nautiques!



Excellente nouvelle pour les résidents(es) de Saint-Hippolyte: le conseil municipal a décrété la gratuité de location pour les embarcations nautiques à la plage du parc du Grand-Héron! Planifiez de belles excursions cet été sur le magnifique lac de l'Achigan sur une planche à pagaie ou à bord d'un kayak simple ou double! Aucune réservation requise, premier arrivé, premier servi, et ce, dès l'ouverture de la plage municipale en juin prochain (accès également gratuit à la plage pour les Hippolytoises et les Hippolytois!). Plus d'informations au saint-hippolyte.ca/plage-municipale

Mise en vente des vignettes nautiques 2026



L'achat et le renouvellement des vignettes pour embarcations nautiques sont maintenant disponibles en ligne! C'est simple et rapide : vignettes.saint-hippolyte.ca

Informations :
 450 563-2505, poste 2275
vignettes@saint-hippolyte.ca

Bonne saison nautique à toutes et à tous!



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*. L'information publiée fournit des renseignements utiles entre les publications du bulletin municipal *Le Reflet*.

Jour de la marmaille



Cette année, la Municipalité de Saint-Hippolyte vous invite à une journée ludique qui met en valeur les arts. Une programmation variée et en continu pour toute la famille! Le Jour de la marmaille, c'est l'occasion parfaite de bouger, créer, rire tous ensemble!

- Samedi 30 mai
- 10 h à 15 h
- Centre de plein air Roger-Cabana (en cas de pluie, l'événement aura lieu à l'intérieur du Centre des loisirs et de la vie communautaire)

Activités offertes toute la journée :

- Jeux gonflables
- Maquillage pour enfants
- Biblio-mobile
- Bar à ongles et tatouages temporaires
- Pop-corn et slush (\$)

À ne pas manquer!

- 10 h 30 et 13 h 30 : spectacle Musica Gogo (45 minutes)

Ateliers créatifs et gourmands :

- 11 h à 13 h : atelier de créations en laine
- 12 h à 15 h : atelier de décoration de cupcakes
- 12 h à 15 h : œuvre collective avec le cercle de Fermières

Pause dîner en mode détente :

Apportez votre pique-nique ou achetez votre repas auprès de Chez Hippolyte Café & Boutique, sur place. Des tables à pique-nique et des couvertures seront mises à votre disposition.

Cet événement est réalisé en partie grâce au soutien financier du gouvernement du Québec et de la Municipalité de Saint-Hippolyte dans le cadre de l'Entente de développement culturel aide aux initiatives de partenariat.



Une collaboration créative et engagée à Saint-Hippolyte

À Saint-Hippolyte, la lecture et les traditions se rencontrent avec fierté! Encore cette année, dans le cadre d'une collaboration entre la bibliothèque municipale et le Cercle de Fermières de Saint-Hippolyte, des sacs réutilisables ont été confectionnés pour le club de lecture BiblioCLUB de l'ABPO, qui se déroulera cet été du 20 juin au 26 août. Ils seront remis chaque semaine, tout au long de l'été, à un gagnant du BiblioCLUB, accompagnés d'un livre soigneusement sélectionné. La sélection de livres BiblioCLUB met en lumière des documents qui valorisent les auteurs et illustrateurs québécois. En plus de contribuer à prévenir la glissade scolaire en valorisant la lecture, le programme propose des activités clé en main, à la fois ludiques et éducatives, afin de stimuler le plaisir de lire chez les jeunes. La Municipalité tient à remercier chaleureusement les membres du Cercle de Fermières pour leur créativité, leur engagement et leur précieuse contribution à la réussite de cette initiative.



- Rangée arrière, de gauche à droite : Pascale Poirier; Isabelle Poulin, mairesse; Monique Archambault; Louise Bernier; Louise Houde; Line Côté, conseillère municipale.
- Rangée avant, de gauche à droite : Annie Desmeules, coordonnatrice culture et bibliothèque; Chantal Côté; Sylvie Bolduc; Chantal Larouche; Sylvie Ouellette.
- Absentes sur la photo : Hélène Morinville, Josée Houle, Lise Robert et Marie-Pier Vezeau.

Collecte de branches



Le déchetage de branches est offert gratuitement et est effectué par le Service des travaux publics. L'inscription s'effectue en ligne seulement (aucune inscription par téléphone), au saint-hippolyte.edemandes.com. La collecte se déroule la première semaine complète du mois, pour les secteurs A et C (voir la carte des collectes dans le calendrier municipal) et la troisième semaine complète du même mois, pour les secteurs B et D. Le déchetage s'échelonne du lundi au vendredi de la même semaine, selon le volume de demandes reçues. Le service est limité à deux collectes annuelles par numéro civique.

Atelier d'éveil musical pour les bambins

Offrez à votre tout-petit un premier voyage au cœur de la musique! À travers des jeux sonores et la découverte d'instruments adaptés, les enfants explorent les sons, développent leur motricité et éveillent leurs sens dans un cadre ludique et bienveillant. Un moment de partage joyeux entre enfants et parents, pour écouter, bouger et grandir en musique.



- Date : 8 mai
- Où : bibliothèque
- Heure : 10 h à 10 h45
- Participants : 6 bambins et 6 parents accompagnateurs
- Âge : 1 à 3 ans
- Coût : gratuit
- Inscriptions via Sports Plus

Pédago en biblio : confection d'un porte-clé en feutre

Laisse parler ton imagination en réalisant un adorable porte-clé en forme d'animal avec du feutre coloré. Choisis ton animal préféré, puis découpe les formes, assemble-les à l'aide d'un fil et d'une aiguille et ajoute des détails brodés pour lui donner vie. Amateur de couture, cette activité manuelle est parfaite pour développer ta créativité tout en t'amusant. Idéal à offrir ou à accrocher à ton sac!



- Date : 15 mai
- Où : bibliothèque
- Heure : 13h30 à 15h
- Participants: 10
- Âge : 8 à 12 ans (les jeunes de 8 ans doivent être accompagnés d'un adulte)
- Coût : gratuit
- Inscriptions via Sports Plus

Création d'un zine avec Omnivart

Le zine est un micro-magazine fait à la main qui permet d'exprimer pleinement et librement sa créativité. L'artiste Angèle Courville vous guidera dans la réalisation de votre premier zine à saveur botanique dans une ambiance musicale assurée par des plantes! Curieux(euse)? Bienvenue!



- Date : 9 mai
- Où : bibliothèque
- Heure : 12h30 à 14h30
- Participants : 15 maximum
- Âge : 12 ans +
- Coût : gratuit
- Inscriptions via Sports Plus

VIE COMMUNAUTAIRE

Spaghetti et Danse country

Après deux éditions de soirée casino, cette année, le Club Optimiste de Saint-Hippolyte avait le goût de vous préparer une nouvelle formule de collecte de fonds. Un souper spaghetti et danse country.



Cette magnifique soirée a eu lieu le 25 avril dernier à l'école des Hauteurs, où un peu plus de 200 personnes sont venues se régaler d'un succulent souper

préparé par Benoit et Caroline des Arts Gourmets de Prévost. Pour l'animation et la danse, nous avons fait appel à Jean-Sébastien de l'école de danse Cool Gang, bien connu dans la région. Il a su mettre l'ambiance et surtout faire danser les gens pendant trois heures.

De la belle visite

Nous avons eu la chance d'avoir la présence de notre député fédéral, Tim Watchorn. C'était pour nous une première rencontre et elle fut très appréciée. Malgré un horaire très chargé, madame Sonia Bélanger, ministre de la Santé et ministre responsable des Aînés et des proches-aidants, accompagnée de son conjoint, est venue souper avec nous et



L'ambiance était à la danse country.

même faire quelques pas de danse. Ont aussi profité de cette soirée, Chantal Pellerin, mairesse suppléante, et les conseillères Line Côté et Annie Saulnier.

Des remerciements

Merci à madame Bélanger, qui a profité de l'occasion pour nous remettre un beau chèque de 5000 \$. Merci de nous soutenir année après année, votre aide pour le Club Optimiste est grandement appréciée. Merci à nos nombreux commanditaires. Vos dons pour soutenir notre organisme sont précieux et nous permettent de réaliser de beaux projets pour la



Sonia Bélanger remet le chèque de 5000 \$.

jeunesse. Merci à la municipalité de Saint-Hippolyte pour leur aide et leur soutien lors de nos événements.

Un énorme merci à l'organisatrice en chef de l'événement, Véronique Hudon, ainsi



Sonia Bélanger et Nadine Rousseau



Nadine Rousseau et Tim Watchorn

qu'aux membres bénévoles qui ont fait de cette soirée un franc succès. Merci aux 200 personnes d'avoir participé à cette soirée qui fut un moment de pur plaisir! Toute l'équipe du Club Optimiste vous remercie pour votre générosité!

Nadine Rousseau, présidente 2025-2026

FAITS VÉCUS

Ma mère Françoise



Louise Benoit

lbenoit@journal-le-sentier.ca

En ce beau mois de mai, c'est l'anniversaire de ma mère et la Fête des Mères.

Et sa fête, à ma mère, le 12 mai, coïncidait souvent avec le dimanche de la Fête des Mères. La famille au complet se réunissait autour de la table bien garnie. C'était un moment joyeux : ma mère, Françoise, se laissait fêter et nous, les enfants, faisons tout pour lui rendre cette journée mémorable.

Ma mère est née en 1910, à Saint-Hyacinthe... Elle aurait 116 ans! Son parcours de vie a été assez comblé de joies, de peines et de grandes émotions. Ses parents, Eugène Collette et Pauline Cartier, ont fondé une famille de quatre enfants. Son frère Lambert, curé à Sorel et Granby, et ses deux sœurs, Marie-Paule, mariée à Lorenzo Caron et Lucille, épouse de Marcel Rousseau. Ma mère, mariée en 1932 à mon père, Bernard Benoit, a fondé une nombreuse famille : en effet, huit enfants sont nés entre 1933 et 1950. Une époque fertile en tout point de vue. La religion y jouait un certain rôle... c'était une affaire entre elle et son mari et le clergé, très actif dans ces années-là.

Un couple aimant et aimé de tous

Ce fut pour elle des responsabilités vites apprivoisées. Mon père, sur la route la plupart du temps, était le pourvoyeur... comme on disait dans le temps. Les assurances étaient toute sa vie, et maman, elle, s'occupait de la maison, des enfants, gérait une tribu à la fois animée, docile, et parfois turbulente. Avec quatre garçons et quatre filles, il n'y avait pas



1932 : voyage de noces au lac Memphrémagog.

PHOTO COURTOISIE

de temps morts. L'aînée, Collette, était d'une aide précieuse. Quand je suis née, ma sœur aînée avait déjà 17 ans.

1952, arrivée à Montréal

Maman a vécu d'abord à Saint-Hyacinthe, ensuite, direction Trois-Rivières, Lévis, où j'apparais en 50, pour aboutir à Montréal en 1952. Une grande maison à Notre-Dame-de-Grâce nous a tous accueillis. Une chambre pour les quatre frères, Jacques, Pierre, Michel et Jean et les quatre filles, Collette, Madeleine, Francine et moi, on se partage deux chambres. Papa et maman occupent la chambre des maîtres, plus grande, avec salle de bains attenante. Nous nous installons dans la joie de vivre dans la grande ville de Montréal. À deux coins de rue de là, tante Fleurette, la sœur de mon père, est une belle-sœur des plus invitantes, ce qui fait bien l'affaire de ma mère. Moi, Loulou (mon p'tit nom) la p'tite dernière irait souvent se faire garder.

Françoise vit sa vie de mère, d'épouse comme il se doit. Elle a cette qualité de bienveillance, de générosité et, je dirais même que son rôle de femme au foyer se joue à la perfection. Son cercle d'amis de couple, et d'amies s'agrandit de jour en jour. Mon père, qu'elle attend tous les soirs près de la fenêtre du salon, est travaillant et très présent tout de même les soirs de semaine et les fins de semaine. Elle l'appelle affectueusement Minou! Maman et papa s'occupent bien de nous tous et on s'émançipe à leur contact.

Vie mondaine et bénévolat

Ma mère est très élégante. Son goût pour la mode est bien simple, mais elle a un don : elle dénêche toujours des vêtements chics et pas chers qui lui vont à merveille. Une époque où s'habiller avec classe est primordial. Et au bras de mon père, Françoise est souvent admirée et par ses propres enfants et par ses amis. Elle adore sortir, aller au théâtre, du Rideau-Vert, entre autres. Et elle fera beaucoup de bénévolat : des activités spéciales pour l'Afrique où une de ses filles a vécu, aussi, elle passera du temps avec de jeunes enfants à la garderie Les Mioches de son quartier. Ses proches amies, Denise Gravel, Françoise Trudel, Alice Pariseau, seront pour elle de merveilleuses compagnes. Leurs loisirs les comblent de joie et ces liens d'amitié ne seront jamais assombrés.

Grandes émotions

En décembre 1958, Françoise et toute sa famille et moi aussi, évidemment, serons bouleversées par le décès tragique de sa sœur Lucille, et six mois plus tard, de son beau-frère Marcel. D'une tristesse sans nom, cet épisode dans la vie de ma mère aura de grandes répercussions dans sa vie familiale. Il y aura des rencontres entre les oncles et les tantes, des décisions importantes seront prises concernant les trois enfants de Lucille et Marcel, Louis, Jacques et Hélène. Un conseil de famille décidera de la nouvelle vie de mes trois cousins. Dans un élan de générosité, mon père et ma mère accueilleront en 1961 Louis, 15 ans et Hélène, 9 ans. Jacques, 13 ans, ira chez un autre oncle à Roxboro. La venue de Louis et Hélène me ravira. J'ai déjà 11 ans en 1961 et Hélène a 9 ans. J'ai une petite sœur!

Cette arrivée me fera devenir protectrice de cette petite cousine qui deviendra du jour au lendemain ma **Petite Sœur**. Je serai fière d'elle et cela toute ma vie durant. Et tous les soirs, je lui dirai Bonne nuit... Et ma mère et mon père auront à jouer un grand rôle à nouveau : aimer et chérir ces deux enfants or-

phelins de leurs deux parents. Sûrement que ma mère, ébranlée, a réussi à combler et offrir ce qu'elle avait de mieux pour eux.

La maladie en 1964

C'est en septembre 1964 que les premiers symptômes de cancer surgissent chez ma mère. Cela commence par des vomissements. Et cela perdure. Un diagnostic sera prononcé quelques mois plus tard : un cancer du côlon. Maman est malade. Cette femme si forte, si présente pour tout son monde, doit être hospitalisée une première fois. Et deux autres fois par la suite. Elle sera opérée trois fois. Mon père engagera ses deux brus, infirmières, Louise Paul et Louise Leblanc, ainsi que ma sœur Francine, pour prendre soin de maman. À la maison! Le mot cancer à cette époque est un mot qu'on n'aime pas prononcer. C'est un choc total! Une maladie dont on ne connaît rien. Les émotions et les chocs émotionnels de sa vie entière ont-ils eu raison de son corps? Sans aucun doute!

Un été 65 inoubliable

Maman passera l'été 65 dehors, sur sa chaise longue! Ainsi, elle jaserait comme elle en avait l'habitude avec ses nombreuses amies, avec son téléphone à ses côtés. Et toujours avec les soins de l'époque. Elle sera d'une force exemplaire. Papa sera le meilleur mari dans ces circonstances. Entourée, aimée, dorlotée de la part de tous ses enfants... elle mourra le 3 septembre 1965 à l'âge de 55 ans à la maison. En écrivant ces lignes, j'en suis encore, 61 ans plus tard, très émue et très triste. J'avais 15 ans! Les funérailles de ma mère auront durées trois jours : au salon funéraire, suivi d'une messe. Elle repose en paix à Saint-Hyacinthe.

Ma mère m'a appris à aimer les gens, à m'occuper des autres et j'ai gardé une habitude qu'elle avait : changer les meubles de place... pour toujours améliorer son décor dans la maison... ou dans sa propre vie! **Le 12 mai, je penserai fort à toi, maman! Bonne fête!**

P'tites plumes



Thème abordé : Entrevues

Entrevue avec ma mère, Magali Hudon

Depuis déjà quatre ans, ma mère possède un café-boutique à Saint-Hippolyte. Sur place, il y a des sandwiches, des smoothies, des fromages et plein de choses encore plus formidables. Je l'ai donc choisie pour mon entrevue. Pour ma première question, je lui ai demandé : « Est-ce que cela a été difficile de rouvrir une boutique ? » Elle m'a répondu : « Ce n'est pas difficile, mais il y a beaucoup de défis à relever. » La deuxième question était : « Combien de boutiques as-tu eues avant celle-ci ? » Elle a dit : « J'ai été propriétaire d'une seule boutique auparavant, même si j'ai pu travailler à plusieurs endroits. » Pour la troisième question, j'ai posé la question suivante : « As-tu retrouvé des anciens clients grâce à ta nouvelle boutique ? » Sa réponse fut : « J'ai retrouvé des anciens clients de ma boutique située à Bois-des-Fillion. » La quatrième question était : « Qu'est-ce qui t'a amenée à faire ce que tu fais aujourd'hui ? » Elle a répondu : « Depuis l'âge de 17 ans, je travaille dans ce domaine et je crois que c'est ce que je fais de mieux. »

Thomas Duhaime (602)

Entrevue avec un designer



Aujourd'hui, mon texte sera une entrevue avec Alex Joncas, un designer qui fait des lampes. Il est intéressé par le design depuis qu'il est petit.

LF : Quel âge as-tu ?

AJ : J'ai 46 ans.

LF : D'où est venue ton idée d'être designer ?

AJ : J'ai toujours été intéressé par les objets et comment les choses sont fabriquées.

LF : Où a eu lieu ta première exposition ?

AJ : C'était durant la semaine du design, en Italie, à Milan, en 2018.

LF : Quels sont les cours que l'on doit faire pour être designer ?

AJ : Il faut être curieux, avoir envie d'apprendre plein de techniques différentes et de les essayer. Il faut dessiner ses idées. Le parcours habituel est un cours en design industriel.

LF : De quelle œuvre es-tu le plus fier ?

AJ : Mes œuvres que je suis en train de faire sont faites avec mes mains. Je les ai faites de A à Z. Ce sont des pièces uniques et ce sont plus que des œuvres d'art.

LF : Où sera ta prochaine exposition ?

AJ : Ma prochaine exposition sera à New York!

Voici des sites Internet sur lesquels vous pourrez trouver plus d'information sur Alex Joncas : darmes.ca et Alexjoncas.com

Sur le deuxième site, vous pourrez trouver plus de photos de sa dernière exposition.

Lili Fraser (502)

Entrevue avec un concepteur sonore

Aimez-vous les multiples sons de la forêt ou de magie peut-être? Alors vous aimerez les informations sur le travail de mon oncle! J'ai choisi de faire mon entrevue avec Hugo Léger, concepteur sonore en jeux vidéo pour l'entreprise Eidos-Montréal. Dans le texte suivant, vous trouverez plusieurs informations sur un métier méconnu qui vaut la peine d'être découvert.

RM : Quelles sont les études pour ce métier-là ?

HL : Il y a quelques années, j'ai fait certaines études à l'université Concordia en électroacoustique, ce qui m'a pris environ un an et demi à l'époque pour me spécialiser.

RM : Pourquoi as-tu choisi ce métier ?

HL : J'ai choisi ce métier-là parce que je voulais mettre mes qualités en valeur.

RM : Quelles sont les qualités nécessaires pour faire ce métier ?

HL : Il faut être très patient. Il faut aussi avoir de la créativité, être à l'écoute, bien observer les détails.

RM : Pourrais-tu me donner trois exemples de sons et avec quoi on les invente ?

HL : Par exemple, on imite le vol d'un oiseau avec des gants de cuir. Pour le vent dans les arbres, on utilise des légumes et pour le dernier, nous reproduisons les pas des personnages avec des plateformes de bois remplies de feuilles, de branches ou de pierres selon les besoins.

RM : Ensuite, quels sons préfères-tu reproduire ?

HL : J'aime beaucoup les sons de la magie surréelle, mais j'aime moins les sons de guerre.

RM : Pour quels jeux vidéo as-tu fait les sons ?

HL : Pour le premier, j'ai fait Thief. Thief est un jeu dans l'univers d'un maître-voleur et le deuxième est Tomb Raider Trilogie, un jeu d'action aventure.

RM : Quel est le jeu le plus populaire sur lequel tu as travaillé ?

HL : Tomb Raider a été le jeu le plus populaire que j'ai fait.

RM : Pour poursuivre, voici ma dernière question. Combien de temps est-ce que ça prend pour faire un jeu vidéo complet ?

HL : Pour un jeu complet, ça prend environ de deux à cinq ans, tout dépendant de quel jeu on crée.

J'espère que vous en avez appris plus sur le métier de mon oncle Hugo. Bye bye!

Rosalie Moreau (501)

Mon entrevue

Pour cette entrevue, j'ai préparé des questions pour un membre de ma famille. Il s'agit d'Hugo St-Jean, mon père adoré. Mon père qui, à part moi, a aussi un autre enfant nommé Victor, qui est mon frère jumeau. Voici les questions que je lui ai posées pour cette entrevue.

1) Quel est votre emploi de tous les jours ?

« Je suis carrossier. J'ai un atelier de carrosserie depuis 25 ans. J'effectue la réparation de véhicules endommagés. »

2) Avez-vous fait des voyages et lequel a été votre préféré ?

« Oui, j'ai fait deux fois le même voyage, en 2012 et 2018, et c'était à Las Vegas. Mon préféré a été celui vécu en 2012, car nous étions cinq amis un peu comme dans le film *Han-gover*. »

3) Quand vous êtes seul, avez-vous des loisirs ?

« Je travaille sur mes autos antiques, car c'est ma passion. J'ai même une grosse collection de petites voitures. J'en ai entre 45 et 50! »

4) Quelle est la chose dont vous êtes le plus fier ?

« Je suis très fier d'avoir construit ma propre maison avec l'aide de mon père et quelques autres personnes, mais ce dont je suis énormément fier, ce sont mes enfants adorés qui ont maintenant 11 ans! »

5) Avez-vous un sport que vous aimeriez pratiquer ?

« J'aimerais de nouveau pratiquer le baseball, car cela fait un long moment que je n'ai pas joué à ce sport. »

Comme conclusion, j'aimerais vous dire que j'ai apprécié faire ce texte, car c'est le fun de faire une entrevue avec un membre de ma famille.

Romy St-Jean (501)

Robert Applrys

LL : Quel est ton métier ?

RA : Animateur de mariage, animateur de foule sur des plateaux de tournage et je suis aussi animateur d'événements.

LL : Comment as-tu commencé à être animateur d'événements ?

Robert : Tout petit, j'aimais parler avec les gens, faire rire et animer à l'école lorsque l'opportunité se présentait.

LL : Sur quels plateaux de tournage animes-tu ?

RA : J'anime aux émissions Zénith, Révolution et je fais aussi des annonces publicitaires.

LL : Quelles études as-tu faites ?

RA : J'ai étudié à l'université, mais je n'ai pas fait d'études dans ce métier. Je fais vraiment ce métier par amour. Le plus important, c'est d'aller à l'école et de faire ce que tu aimes, ce qui te passionne et suivre ton cœur.

LL : Qu'est-ce que tu aimes le plus de ce métier ?

RA : Rencontrer plein de gens différents, leur faire passer un bon moment et les faire rire.

LL : Quel a été ton plus gros défi ?

RA : Le plateau de tournage de Zénith. C'était un gros défi, j'étais très nerveux. C'était ma première fois sur un plateau de tournage, mais finalement, c'est tellement une belle équipe et une belle foule que tout s'est bien passé.

LL : Quelle est ta plus grande fierté ?

RA : Chanter dans un **band** composé de ma famille, ma femme et mes enfants. Nous faisons ça pour ramasser des sous pour des fondations, pour passer du bon temps en famille et pour redonner au suivant. C'est ce que je veux inculquer à ma famille.

LL : Qui est ton chanteur préféré ?

RA : Michael Jackson, il m'inspire par son chant, sa danse et sa famille (les Jackson Five)!

Logan Lecompte (401)

Entrevue sur le travail de mon père

Bonjour chers lecteurs! Aujourd'hui, je vais vous parler du travail de mon père. Je lui ai posé quelques questions. Mon père a un job très complexe. Il travaille pour la compagnie Nolinor Aviation. Il travaille pour réparer les avions.

« Pourquoi tu travailles en aviation, Papa ? » Il m'a répondu : « J'aime les avions comme ton frère et j'ai décidé de travailler pour réparer les avions. » En passant, mon père s'appelle Geovanni.

Je lui ai aussi posé la question : « Pourquoi aimes-tu réparer les avions ? » Il m'a répondu : « Car c'est cool et cela me détend. »

Le lieu de travail de mon père se trouve à Mirabel, tout près de Airbus et de Volaria. Mon père et ma mère sont Mexicains, mais ils vivent au Canada. À son travail, je crois qu'il est le seul qui parle espagnol.

Voici d'autres choses qui concernent ma famille. Mes grands-parents vivent encore et habitent au Mexique. Ils ne viennent pas souvent et lorsqu'ils viennent, ils demeurent une semaine jusqu'à un mois avec nous. De notre côté, on les visite au Mexique un ou deux ans après leur venue. Si on y va, on reste un mois et demi ou bien deux mois. Merci d'avoir lu mon texte!

Danna Fernanda Sanchez Martin (501)

(suite des entrevues p. 17)

Un témoignage touchant

L'activité des P'tites plumes s'est terminée le 9 avril. Je suis retourné à l'école des Hauteurs la semaine suivante. C'est alors que deux de nos élèves, Simone et Rosalie, nous ont remis à Monique et moi, une plante araignée dans un pot et cachée dans un sac cadeau qui contenait un gentil message.

Merci à tous nos élèves, à l'école des Hauteurs qui nous accueille et... à l'an prochain!

Jean-Pierre Fabien



VIE COMMUNAUTAIRE

Hommage aux P'tites plumes



Monique Beauchamp
mbeauchamp@journal-le-sentier.ca

La session d'hiver de l'activité Les P'tites plumes s'est terminée il y quelques semaines. Une dizaine d'élèves de l'école des Hauteurs ont délaissé leur récréation, une fois semaine, pour vivre une aventure journalistique.



Photo des P'tites plumes qui ont participé à l'activité durant l'année 2025-2026.

PHOTO BÉLINDA DUFOUR

Le but de cette animation, offerte par le journal Le Sentier, était de permettre aux participants d'apprendre les rudiments du journalisme et d'écrire des textes à paraître dans le journal. Il est évident qu'il était difficile pour eux de se rendre sur place lors d'événements dans la municipalité, par contre, ils ont produit des textes informatiques que vous avez sûrement lus dans les dernières parutions du Sentier. Le dernier projet que nous avons proposé

aux élèves était de faire une entrevue. Les jeunes ont accueilli cette idée avec enthousiasme. Jean-Pierre et moi avons été impressionnés par la qualité de leur texte, par le choix des personnes interrogées et des photos qui accompagnaient leur rédaction.

Écrire pour être lu

Nous sommes choyés en tant qu'animateurs, d'accompagner des élèves dans une aventure

peu ordinaire. Rares sont les écoles qui offrent ce genre d'activité à leurs élèves. La particularité de l'activité des P'tites plumes est de permettre à nos jeunes d'écrire pour être lus, pour vrai, par des centaines de lecteurs, une expérience d'écriture significative. Qui sait où mènera cette expérience pour chacun d'eux, quelles seront les retombées sur l'estime de soi, leur créativité et peut-être même leur choix de carrière? Nous souhaitons bonne

fin d'année à nos apprentis journalistes, bonnes vacances et, pour certains, une belle rentrée au secondaire. Merci aux élèves qui nous ont offert un présent à la fin de notre activité. Nous en sommes bien touchés. Nous reprendrons cette activité l'an prochain!



Mon grand-père



Aujourd'hui, je vais vous parler de mon grand-père. Je lui ai posé des questions et aujourd'hui, je vais vous écrire toutes ses réponses.

PJ : Comment t'appelles-tu?
Sa réponse a été : « Mon nom est Bip! »

Attendez un peu, on va faire un petit jeu. Voici sa photo...

Devinez comment il s'appelle. Vous trouverez la réponse à la fin du texte.

PJ : Quel âge as-tu?
« J'ai 68 ans et je suis né en 1958. »

PJ : Quel était ton ancien métier?
« J'étais cuisinier. »

PJ : Quelles sont tes trois passions?
« Mes trois passions sont la nature, le bricolage (fabriquer des meubles) et faire des randonnées à vélo ou bien à pied, dans la forêt. »

PJ : Quelle est la chose dont tu es le plus fier dans ta vie?
« C'est d'avoir fait une grande randonnée à pied et seul, d'une longueur de 180 km en six jours au Sentier national du Bas-Saint-Laurent. C'était en 2012. J'ai même marché 48 km en une journée! »

PJ : Quel projet aimerais-tu faire prochainement?
« De réaliser un potager pour pouvoir jardiner plus souvent. »

Le nom de mon grand-père est Richard Gilbert.

Phélycia Joly (501)

Autres thèmes abordés

Les anémones de mer

Bonjour tout le monde! Aujourd'hui, je vais vous parler des anémones, qui sont des animaux un peu étranges. Eh oui, ce sont des animaux et non des plantes! En fait, les anémones protègent les poissons-clowns! Ce poisson vit dans les anémones, elles le protègent des carnivores. Dans les tentacules des anémones, il y a du poison. Les poissons-clowns ne sont pas affectés par ces tentacules. Toutes les anémones utilisent leurs tentacules urticants pour capturer de petites proies : des vers, des crustacés, du plancton et de petits poissons. Bien que les anémones se fixent aux rochers grâce à un disque pédieux, elles peuvent se déplacer lentement. Elles vivent souvent en symbiose, notamment avec le poisson-clown, mais aussi avec le bernard-l'hermite. Certaines espèces d'anémones peuvent vivre très longtemps et ont la capacité de se reproduire et de se cloner! Voilà! J'espère que vous avez eu assez d'informations!

Saïna Major-Legault (602)

Les pieuvres

Les pieuvres sont des animaux que je trouve fascinants parce qu'elles ont le sang bleu-vert et elles possèdent neuf cerveaux : un principal et un par tentacule. Ces créatures marines ont aussi trois cœurs : deux cœurs branchiaux et un cœur central. Le moyen de défense des pieuvres consiste à cracher un nuage d'encre noire sur son assaillant. Donc, voilà! Vous connaissez un animal que j'adore!

Mélodie Strasbourg (602)

Mont Habitant

Aujourd'hui, je vais vous présenter une montagne pas très connue dans les Laurentides. Je vais parler du Mont Habitant.

Ce centre de ski compte huit pistes ou sinon sept, si on ne compte pas la piste pour débutants. Voici le nom des pistes : Bonbon, La Cabane, Caribou, Grande-Allée, Mickey's Run, Le P'tit Vin, W'Ski et La Tuque. Il y a aussi des pistes que l'on peut prendre à la demi-pente comme La Ski-Tôt et la Stephen's. Par exemple, si on descend la piste La Tuque, on peut, à mi-chemin, prendre une autre piste par un petit chemin.

Il y a aussi des sous-bois, un chalet, un magasin pour louer ou acheter de l'équipement et tout ça sur place en plus! On peut aussi manger là-bas! Le centre de ski du Mont Habitant offre aussi des cours de ski et il y a une équipe de compétition. Voilà ce que l'on peut faire à la montagne!

Simone Pelletier (501)

Le mont Avila

Le réseau Sommets comprend les monts Saint-Sauveur et Avila. Moi, c'est d'Avila que je vais vous parler. Il comprend huit pistes en comptant les descentes pour débutants. Il y a donc sept pentes pour experts et intermédiaires. Voici les pistes : Jack Rabbit, Laurentides, Express Ouest, Grande Ourse, Pronto, Côte 67 et SNOWPARK. La piste pour apprentis, c'est la Babalou. Depuis mes trois ans, je pratique ce sport. Mon frère en fait depuis qu'il a six ans, mais les garçons de la famille font de la planche à neige. Maintenant, parlons des cours de ski. À Avila, ils donnent des cours fantastiques. Je ne vais pas vous mentir, pour moi, le meilleur professeur, c'est Jean-Louis. C'est avec lui que je me suis améliorée en ski. J'ai appris le parallèle, comment gérer ma vitesse et ma partie préférée, c'est de faire les arrêts-stop! Voilà, c'était mon dernier texte pour cette année. On se reverra l'an prochain!!

Lili Fraser (502)



Bienvenue aux annonceurs

En achetant un **espace publicitaire** vous contribuez à soutenir un **organisme à but non lucratif** tout en vous faisant connaître auprès des gens de la municipalité.

Communiquez avec **Liette Lussier**, représentante publicitaire au : **450 563-5151**.
redaction@journal-le-sentier.ca

ASSOCIATIONS



Chers membres et amis du lac de l'Achigan et de l'APLA,

Enfin, le lac reprend vie. Les quais se réinstallent, les embarcations retrouvent l'eau... et, avec eux, ces moments précieux qu'on attend toute l'année. Avant de profiter pleinement de la saison, prenons un instant pour nous rappeler une chose essentielle : **préserver le lac, c'est une responsabilité que nous partageons tous.**

Préserver nos berges, c'est protéger notre avenir

L'ouverture de la descente municipale sera autorisée seulement lorsque le niveau du lac atteindra ou descendra sous la ligne naturelle des hautes eaux. Ce simple geste aide à limiter l'érosion des berges, un enjeu majeur pour la santé du lac. Autre réflexe essentiel : **le lavage de toutes les embarcations**, motorisées ou non. C'est une étape clé pour éviter l'introduction d'espèces exotiques envahissantes qui peuvent transformer durablement notre écosystème.

Sur l'eau, restons respectueux et vigilants. Chaque sortie sur le lac est une occasion de faire une différence :

- * Maintenez une vitesse maximale de **10 km/h à moins de 75 mètres de la rive.**
- * Respectez les zones réservées à la pratique du surf et du wakeboard.

Des gestes simples, mais essentiels pour préserver la sécurité... et la beauté du lac.

Vente de plantes

Bonne nouvelle : la vente regroupée de plantes est de retour cette année !

- * **Date limite de commande : 23 mai 2026.**
 - * Ouvert à tous les riverains (membres ou non).
 - * Subvention offerte par la Municipalité via le programme Fonds Vert (jusqu'à 25 000 \$)
- Tous les détails, la liste des végétaux et le bon de commande sont disponibles sur aplaweb.ca

Impliquez-vous activement !

Le lac de l'Achigan, c'est un milieu de vie exceptionnel — et sa protection dépend de chacun de nous. Nous vous invitons à participer à notre **assemblée générale annuelle le 13 juin 2026 à 9 h 30**, au Centre des loisirs et de la vie communautaire ou en ligne via notre page Facebook.

C'est votre moment pour poser vos questions, partager vos idées et contribuer concrètement à l'avenir du lac. Assurez-vous de recevoir l'avis de convocation en maintenant vos informations à jour. Pour devenir membre ou renouveler, visitez : aplaweb.ca

Ensemble, soyons fiers de protéger notre lac pour les générations futures.

Votre équipe de l'APLA
info@aplaweb.ca
facebook.com/aplaweb



Cercle de Fermières

Joignez-vous à nous !

Le Cercle de Fermières de Saint-Hippolyte est là pour servir la communauté en favorisant l'entraide et la transmission du patrimoine culturel et des arts textiles. Devenir membre du Cercle, c'est être accueillie au sein d'un groupe dynamique vous permettant de briser l'isolement, de socialiser avec des femmes ayant divers intérêts dans les arts textiles, que ce soit au niveau du tricot, crochet, couture, broderie, courtépointe, tissage et artisanat.

Notre local est situé au pavillon Aimé-Maillé, 871 chemin des Hauteurs.

Réunion mensuelle : lundi 11 mai à 13 h 30
Assemblée Générale Annuelle (AGA) : lundi 8 juin 2026

Portes ouvertes :

- * les lundis 4 et 25 mai de 10 h à 14 h
- * les mercredis soirs 6, 13, 20, 27 mai de 18 h à 20 h

Rendez-vous des couturières :

- * les mercredis 6, 13, 20, 27 mai de 9 h 30 à 14 h 30

Journée de la Marmaille : le jeudi 30 mai : 1^{re} participation au parc Roger-Cabana.

- * Confection d'une œuvre communautaire avec les enfants.

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez nous joindre au 450 563-2505 poste 2273

Courriel : cfq.sthippolyte@gmail.com



Votre Groupe social Amico pense à vous...

Nous vous attendons en grand nombre au prochain souper dansant qui se tiendra le samedi 16 mai, dès 18 h.

Nous souhaitons une très joyeuse **FÊTE DES MÈRES** à toutes les mamans.

Denise Colletette, ses directrices et directeurs

Pour vous inscrire, veuillez composer le 450 563-4227



Notre assemblée générale annuelle aura lieu mercredi le 10 juin 2026 à 13h30 dans nos locaux du 300 rue Longré, Suite 210, Saint-Jérôme.

Téléphone: 450-569-8313 450-569-5553
atelierdesaines@vdeotron.ca
 Bienvenue à tous!

Julie-Anne Moquin
 Coordinatrice de l'Atelier des Aînés

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

À noter : Messe hebdomadaire tous les mardis à 16 h.

Vous pouvez maintenant nous joindre en suivant le lien Facebook de la Paroisse St-Hippolyte : facebook.com/profile.php?id=61553499453212&mbixextid=ZbWKwL

Gagnants lors du 7^e tirage 2025-2026 (dimanche, 5 avril 2026)

François Péloquin (no 186) – prix de 1 000 \$

André Desjardins (no 086) – prix de 100 \$

Concert Les Chanteurs de Lorraine

Nous sommes très heureux de vous informer que nous avons invité les Chanteurs de Lorraine à venir performer pour nous, à nouveau cette année. Cette activité se tiendra dans notre belle église le **dimanche 7 juin à compter de 15 h 30.**

Ce concert du printemps intitulé **Symphonie printanière Éclats de lumière** nous présentera des éclosions musicales, de Mozart à Fauré, de l'opéra à de beaux chants de notre patrie.

Vous pouvez réserver vos billets dès maintenant au coût de 25 \$ en appelant au presbytère aux heures normales de bureau ou auprès d'un membre du conseil de fabrique, après la célébration du dimanche. Le billet sera au coût de 30 \$ le jour du concert.

Hâtez-vous d'inviter parents et amis... vous ne serez pas déçus!

La Fête des Mères

Maman,

De toutes les fêtes qui, pour une journée, deviennent la vedette du calendrier, celle que je préfère, c'est la Fête des Mères. Déjà, parce qu'elle est bien située — juste après le dégel et un peu avant l'été. Jamais il ne fait trop froid, ni trop chaud à la Fête des Mères. Mais ce n'est pas tout... Comme autre cadeau, elle a le bon goût, quelle que soit l'année, de toujours tomber une fin de semaine de mai. C'est comme qui dirait : une petite avance sur les grandes vacances. Voilà les raisons de ma préférence.

Maman, jamais je n'aurai assez de journées dans une année pour tous mes baisers. Dans ma petite tête, ma maman d'amour, pour moi, c'est ton jour de fête à tous les jours.

Bonne fête, maman. (Mary-Elizabeth, 8 ans)

SOLUTION des mots croisés du mois de MARS 2026

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

CULTURE

En Feu présenté par Silvi Tourigny



Manon Tawel
mtawel@journal-le-sentier.ca

C'est le 18 avril que le Théâtre Gilles-Vigneault accueillait Silvi Tourigny, dans la catégorie humour. Sa présence, fort attendue, a pratiquement fait salle comble jusqu'au balcon. Pour ce premier spectacle solo, Silvi a su divertir avec une énergie sans pareille. Avec *En Feu*, l'humoriste nous démontre qu'elle sait captiver l'auditoire sans brûler aucune étape.



PHOTO COURTOISIE

en quête de réponses à des questions parfois malaisantes, mais drôles. Cette Carole ne laisse personne indifférent et, après quelques minutes de réchauffement, elle cède la place à Silvi, sa créatrice.

La flamboyante Silvi

Présentée par la voix unique de Dan Bigras, Silvi apparaît tout aussi en feu que le nom de ce premier one-woman-show. Avec sa chevelure couleur de braise, combinée à sa franche élocution et ses déhanchements, l'artiste habite la scène du début à la fin. En guise d'introduction, elle nous confie « Je l'ai haïe Carole ». Elle commence ainsi sa tirade en nous expliquant qu'elle sentait une forme de

compétition avec son autre elle-même. Elle en avait même parlé à sa psy, qui trouvait cela fascinant.

La vie et ses défis...

Issue de l'École nationale de l'humour en 2009, Silvi fut technicienne en santé animale et elle a relevé de nombreux défis avant de fouler les planches. Cela fait plus de 15 ans que Silvi est dans le paysage humoristique et elle a fait ses classes. Elle a entre autres assumé les premières parties des spectacles de Cathy Gauthier, durant plusieurs années. Pendant plus de 90 minutes, elle nous dépeint son parcours et ses aléas. Elle nous parle notamment de ses parents Georgette et Ti-Pit, qui aiment tellement travailler le bois qu'ils ont même conçu leurs propres urnes funéraires. Elle poursuit « après une visite au village québécois d'antan à Drummondville, ils voulaient faire une offre d'achat sur une maison, tellement ils aiment le bois ». Les rires ne tardèrent pas après cet énoncé.

La vie de couple qui s'use et la relation avec son fils passent également sous son radar. Elle imite très bien aussi, ayant travaillé avec des animaux, elle peut reproduire leurs cris. En blaguant, elle nous affirme pouvoir faire le son de la femelle cougar en disant « Aïe tigars, viens icitte » et cette légèreté fait bien rigoler. La moto fait aussi partie de ses passions et elle nous relate quelques anecdotes routières. Ses mots d'esprit sont francs et, si quelques-uns sont assez directs, elle ne sombre pas dans la vulgarité, ni dans la lourdeur.

La joie de danser

Voir Silvi danser, c'est du bonbon! Que ce soit lors d'une interprétation sur la musique de Shania Twain ou de celle des années 80, rien ne l'arrête. Elle est très physique et s'exécute avec plaisir et cela transparait dans ses figures de styles très variées. Silvi entame *Et Cetera*, un des succès de Gabrielle Destroismaisons et les spectateurs l'accompagnent en chantant *Attention, le feu c'est chaud, c'est dangereux*. Un choix de chanson judicieux pour la représentation. Du haut de ses 43 ans, Silvi nous prouve qu'il était temps pour elle d'être à l'avant-scène en se distanciant un peu de sa Carole, son acolyte dépourvue d'originalité.

Séduire par le rire

Une ovation bien méritée est offerte à Silvi pour avoir livré une performance remarquable. En cette froidure, tant au sens propre qu'au figuré, elle aura allégé le cœur des gens par sa fougue et son authenticité. Elle remercie ses collaborateurs et François Bernier, qui signe la mise en scène. Par la suite, elle invite le public pour des échanges et des photos. À constater le nombre de personnes qui attendent pour la rencontrer, cela confirme sa popularité grandissante. On peut également la suivre sur les réseaux sociaux. Elle poursuit sa tournée jusqu'au printemps 2027. À noter qu'en février prochain, elle reviendra enflammer à nouveau la scène du TGV avec *En feu*.

Pour infos : theatregillesvigneault.com

Diffusions
Amal Gamme
Achat en ligne : diffusionsamalgamme.com
Réservation téléphonique : 450 335-3037
Ou par courriel : direction@diffusionsamalgamme.com

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

Le duo Lynch & Gubnitskaia

Racines et réminiscences

La soprano Kimberley Lynch et la pianiste Polina Gubnitskaia vous invitent à découvrir *Racines et réminiscences*, un voyage au cœur de ce qui relie les êtres humains à travers les siècles et les cultures. Chansons irlandaises et russes, poésie américaine, compositions afro-américaines et canadiennes, un très chaleureux tour d'horizon.



Samedi 9 mai à 19 h 30

Entrée : 30 \$ / Abonné : 25 \$

Gratuit pour les moins de douze ans, réservation requise.



Quatuor Cobalt

Reflet du temps

Formé d'artistes éclectiques explorant avec enthousiasme la musique ancienne sur instrument d'époque autant que les créations contemporaines, ce quatuor veut rendre la musique accessible à un large public. Défiant les barrières stylistiques et sociales, il présentera trois compositrices : Maddalena Laura Lombardini Sirmen, Fanny Hensel Mendelssohn et Alicia Terzian.

Samedi 23 mai à 19 h 30

Entrée : 35 \$ / Abonné : 30 \$

Gratuit pour les moins de douze ans, réservation requise.

THÉÂTRE
GILLES-VIGNEAULT

Desjardins

À VOIR



ÉMILE PROULX- CLOUTIER

Vendredi 8 mai, 20 h

LES 39 MARCHES

Mercredi 20 mai, 19 h 30

Jeudi 21 mai, 20 h



LILIANE BLANCO- BINETTE

Vendredi 19 juin, 20 h



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

theatregillesvigneault.com | 450-432-0660 | 118, rue de la Gare, Saint-Jérôme

OPINION

Hergé, Tintin et le Québec



Loyola Leroux
lloeroux@journal-le-sentier.ca

Bob Morane et surtout Tintin font partie de la littérature jeunesse de l'époque qui a marqué l'imaginaire des boomers.

Le 4^e Salon du livre de Montréal en 1964 a reçu Henri Vernes qui a écrit plus de 200 romans d'aventure et d'espionnage avec son héros Bob Morane. Un de ses romans les plus célèbres est *L'Ombre jaune*. (voir Wikipédia). Un roman de plus de 200 pages sans image. Une belle initiation à la lecture pour un jeune.

Le 5^e Salon du livre reçoit Hergé en 1965. « Une visite qui sera marquante. » Entre deux séances de signatures au Salon du livre, Hergé visite une cabane à sucre traditionnelle à Sainte-Scholastique et le créateur de Tintin est fasciné de voir un cheval tirant un gros baril d'eau d'érable collectée d'arbre en arbre.



présente la comédie

Avez-vous embrassé le coq ?

Auteur : Vivien Lhéraux

Mise en scène : Alain Cyr

Une troupe de théâtre répète un célèbre vaudeville la veille de la première. Mais tout ne se déroule pas exactement comme prévu. Les gaffes et les catastrophes s'enchaînent.

Vendredi 1^{er} mai à 19h30

Sam~~EDI~~ **COMPLET** 14h

Samedi 2 mai à 19h30

Dim~~ANCHE~~ **COMPLET** 15h

Durée : environ 1h30

Procurez-vous des billets au coût de 25\$ auprès de Nicole : 514 219-8321

Pour chaque billet vendu, 1\$ sera remis à la Fondation Pallia-Vie de Saint-Jérôme.

Endroit : Salle Anthony-Lessard,

101, Place du Curé-Labelle,
Saint-Jérôme, J7Z 1X6

theatrememoart.com

info@theatrememoart.com

Suivez-nous sur Facebook.

Il visite la ville de Québec, la Manic et des élèves de l'école primaire. Il crée un dessin pour les hommes du complexe Manicouagan-Outardes.

Tous pour un à Radio-Canada

En 1967, Radio-Canada et son animateur, Raymond Charrette, présentent l'émission *Tous pour un*, un jeu-questionnaire qui fait appel aux meilleurs dans un domaine spécifique. Le sujet porte sur Hergé et Tintin. Plus de 4000, surtout des garçons, se présentent au concours. Il faut procéder à l'élimination, 16 seront sélectionnés. La deuxième sélection se déroule à Radio-Canada. Le vainqueur se nomme Denis Therrien, un garçon de 12 ans, gardien de but dans l'équipe du Séminaire de Trois-Rivières. Comme la plupart de ses amis, il regarde religieusement l'émission *Tous pour un*. Quelques jours plus tard, le lundi midi, alors qu'il revient dîner à la maison, sa mère l'attend sur la galerie en fredonnant une mélodie révélatrice : « Il a gagné ses épaulettes ! »

1967 Denis Therrien vainqueur

Il gagne, en répondant aux questions des trois émissions, en faisant appel au public, lorsque nécessaire, et a reçu une bourse d'études de 5 000 \$. Une somme énorme à l'époque. Presque le prix d'un bungalow neuf à Laval. Les questions sont difficiles. Dans *L'île noire*, dans quelle ville du monde habite chacun des faux-monnayeurs ? Quelle est l'adresse exacte de Tournesol au bas du télégramme que reçoit Haddock dans *Objectif lune* ? Denis Therrien devient une vedette lors de l'Expo 67 lorsque le maire Drapeau le félicite. Hergé l'invite avec son père en Belgique où il est reçu comme une vedette. Hergé dédicace chacun des albums Tintin. Même René Lévesque le rencontre en 1973.

1993 Caroline Chouinard championne

En 1993, une deuxième série d'émission de *Tous pour un* est mise en onde traitant du même sujet. Caroline Chouinard, âgée de 12 ans, est choisie parmi 342 candidats provenant de 342 villes et villages du pays. Elle a révisé au moins deux heures chaque soir avec ses parents pour « étudier » tous ses Tintin. Elle répond bien à la question : Dans quel album voit-on Tintin revêtu d'une armure mé-



Processus de sélection pour devenir candidat à *Tous pour un*.

PHOTO COURTOISIE

diévale ? Dans *Tintin en Amérique*. Elle réussit et remporte 17 100 \$.

Tintin et le Québec

Je possède tous les Tintin dans une édition de luxe. J'achète des Tintin pour les offrir à mes petits-enfants. Récemment, j'ai trouvé ce livre que je ne connaissais pas. *Tintin et le Québec. Hergé au cœur de la Révolution tranquille*, de Tristan Demers, paru en 2010, publié à la fois en Belgique par les éditions Hergé/Moulinsart et au Québec par les Éditions Hurtubise.

Il faut se situer dans l'époque : la Révolution tranquille et Guy Rocher n'ont pas encore éradiqué l'élitisme, qui consiste tout simplement à choisir le meilleur dans un domaine pour que la société fonctionne bien. L'effort est récompensé. L'élimination, désolé pour le rappel de ce mot tabou, le dîner de l'écolier préparé par la mère à la maison, les leçons apprises par cœur, le cheval à la cabane à sucre traditionnelle, sont des particularités complètement inconnues par les jeunes de nos jours.



Hergé lors de sa visite au complexe Manicouagan-Outardes.

PHOTO COURTOISIE



L'animateur Raymond Charrette s'entretient avec Denis Therrien.

PHOTO COURTOISIE



Hergé accueille Denis à Bruxelles.

PHOTO COURTOISIE

ENVIRONNEMENT

Revégétalisation des bandes riveraines Le programme revient pour une 3^e année !

Suzanne Chartrand
Le Regroupement des Associations de lacs de Saint-Hippolyte a obtenu pour une 3^e année une subvention du Fonds vert de la Municipalité pour offrir aux riverains des plantes, arbustes et arbres, afin de revégétaliser leur bande riveraine. Grâce à cette subvention, les participants se voient accorder un rabais important (à être déterminé) pour encourager la revégétalisation.

elles sont cruciales pour protéger la qualité de l'eau de nos lacs et ruisseaux, pour stabiliser nos rives contre l'érosion et soutenir la biodiversité. Les bandes riveraines agissent comme un filtre naturel retenant sédiments et nutriments, tout en créant de l'ombre pour réguler la température de l'eau et offrant un habitat faunique essentiel. Chaque propriétaire riverain a la responsabilité de sa petite parcelle de terrain qui peut faire une grande différence pour l'ensemble de la population.

Pour plus de renseignements sur vos obligations en matière de bandes riveraines, vous pouvez vous référer au site Internet de la Municipalité. D'abord, un onglet vous informe de la réglementation en vigueur : saint-hippolyte.ca/revegetalisation-des-bandes-riveraines

De plus, le Regroupement a produit un Guide pour les riverains qui est disponible à l'adresse

suivante : saint-hippolyte.ca/wp-content/uploads/2025/05/Guide-utilisateurs-Saint-Hippolyte_Rev-20250522.pdf

Nouvelle réglementation provinciale

Il importe de savoir qu'une nouvelle réglementation provinciale est en vigueur depuis le 1^{er} mars 2026 sur l'encadrement d'activités sous la responsabilité des municipalités, réalisées dans des milieux hydriques. La Municipalité doit se soumettre à ce Régime et des impacts sont prévisibles sur le programme d'inspection des bandes riveraines et sur la réglementation



en vigueur. Le Regroupement suit ce dossier de près et le point sera discuté lors de sa prochaine rencontre avec le Conseil municipal.

Pour participer au programme d'achat de plantes

Les associations solliciteront leurs membres dans les prochaines semaines. La date limite pour passer une commande est le 23 mai 2026, soit la Journée de l'environnement. Pour participer, vous devez communiquer avec votre Association de lacs. Les plantes seront livrées le 13 juin au parc du Grand Héron, grâce à la collaboration des bénévoles de chaque association impliquée.

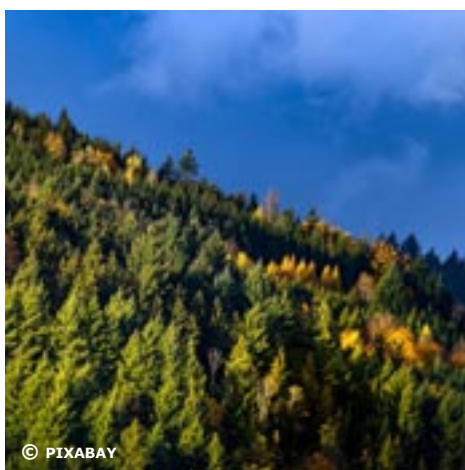
Le Regroupement rappelle l'importance d'avoir des bandes riveraines bien végétalisées, car

Pour une forêt durable : aménager – valoriser – préserver

Maurice Gariépy
Nos propriétaires de boisés jouent un rôle clé dans la préservation des milieux naturels et des habitats fauniques. Un des outils essentiels pour nous aider à bien planifier nos interventions en forêt est un Plan d'Aménagement Forestier PAF.

Celui-ci comprend une description de la composition forestière de notre propriété. Il identifie :

- les peuplements forestiers,
- les éléments sensibles de la biodiversité,
- les activités sylvicoles recommandées selon les peuplements forestiers.



L'importance des travaux d'aménagement

Les travaux d'aménagement sont également compatibles avec la faune. Ils apportent de la

nourriture, mais peuvent également préserver et améliorer nos habitats fauniques. Certains travaux sylvicoles visent à prélever des arbres peu vigoureux ou malades qui sont fragiles aux insectes et à la transmission des maladies ainsi qu'aux perturbations naturelles. Ce sont des coupes d'assainissement ou de jardinage. Elles contribuent à la production de biodiversité.

La captation du carbone par les arbres s'effectue par la photosynthèse. C'est lors de sa croissance qu'un arbre absorbe le CO² et le transforme en bois. Il va ainsi séquestrer le carbone et rejeter l'oxygène dans l'atmosphère. Ce carbone demeure séquestré dans l'arbre tout au long de sa vie. Lorsque l'arbre atteint sa fin de vie, une grande partie du carbone contenue dans sa fibre est alors relâchée dans l'atmosphère. Il devient alors important de

les récolter, afin que ce carbone demeure stocké dans les produits du bois tout au long de leur durée de vie, maisons, meubles, etc.

Une forêt en santé se développera mieux et pourra capter davantage de gaz carbonique, afin de la rendre résiliente aux changements climatiques. Contrairement à une forêt non en santé qui sera une source de dégagement de gaz à effet de serre. Au Québec et au Canada, les activités relatives à l'aménagement forestier durable sont fondées sur des recherches scientifiques et des processus rigoureux de planification.

Nos forêts, autant publiques que privées, méritent qu'on s'en occupe de façon active pour le bien-être de tous.

Association des terres boisées de Saint-Hippolyte

CULTURE

Sans retour, en route pour le Prix des Libraires du Québec 2026



Lyne Boulet
lboulet@journal-le-sentier.ca

Le roman *Sans retour* fait partie de la liste des finalistes en lice pour le Prix des Libraires du Québec 2026, catégorie littérature jeunesse. Il a été écrit par Isabelle Trépanier et illustré par l'Hippolytoise Marie-Ève Turgeon.

Le thème du livre *Sans retour* : Jonah refuse de se séparer de son ami, qui est à

ses côtés depuis sa naissance. Pourtant, Roméo est trop malade et trop souffrant pour continuer à vivre. Le récit se termine sur un dénouement inattendu.

Marie-Ève Turgeon a choisi de plonger ce conte dans une ambiance crépusculaire qui accentue le tragique de l'histoire racontée. Les illustrations incitent les enfants lecteurs à s'émouvoir du sort réservé aux deux personnages.

Les Prix des Libraires du Québec

Les prix sont décernés à 12 catégories littéraires différentes, dont : littérature jeunesse et adolescente, essai, poésie, roman/nouvelle/récit, album illustré et bande dessinée. Des prix distincts sont remis aux ouvrages publiés au Québec et à ceux publiés hors Québec. On compte quatre finalistes par catégorie. Pour établir une liste finale de 48 ouvrages, les membres des six comités de lecture ont lu un total de 1296 titres choisis par 33 libraires.



Marie-Ève Turgeon
PHOTO LYNE BOULET

Ce qui, mathématiquement, veut dire que les livres retenus ne représentent que 4 % des ouvrages sélectionnés au départ. C'est déjà tout un exploit !

Isabelle Trépanier, *Sans retour*, illustration Marie-Ève Turgeon, éditeur Station T, janvier 2025.



ENVIRONNEMENT

Plaidoyer pour la fonge



Valérie Lépine

F-o-n-g-e, vous avez bien lu. Ce terme existe depuis le 19^e siècle, mais nous commençons tout juste à en entendre parler dans les médias grand public. Quand les écologistes nous interpellent sur l'importance de la biodiversité, ils parlent désormais de protéger la faune, la flore et... la fonge¹.



Omphale en clochette

© FLICKR.COM

Tiré du latin *fungus*, la fonge constitue l'ensemble des espèces de champignons d'un lieu ou d'un milieu déterminé. Ce terme équivalait à flore pour les plantes. Au niveau taxonomique, la fonge constitue un règne en soi au même titre que les règnes animal et végétal. C'est un groupe d'organismes extrêmement diversifié qui compterait plus de deux millions d'espèces dans le monde.

Défi Pissenlits

Au mois de mai, n'oubliez pas de laisser votre tondeuse à gazon dans le cabanon et relevez le défi pissenlits! Le Défi Pissenlits « est une initiative québécoise qui invite les citoyennes et citoyens ainsi que les organisations à retarder la tonte du gazon au printemps pour offrir nectar et pollen aux pollinisateurs. Ce geste simple favorise la survie de ces espèces essentielles à la biodiversité et à notre alimentation et sensibilise la population aux enjeux environnementaux. » defipissenlits.ca

Une des grandes batailles écologiques actuelles est de lutter contre la chute de la biodiversité. Nous connaissons tous des espèces d'animaux qui sont menacées : le béluga, le carcajou, la petite chauve-souris brune ou la rainette fau-grillon de l'Ouest. On connaît moins les plantes menacées. L'ail des bois est probablement la mieux connue, mais il existe une foule d'autres végétaux menacés ou vulnérables au Québec. Mais qui, à part les mycologues, pourrait nommer un champignon menacé?

La fonge reste encore mystérieuse

La fonge est très peu connue. On estime que seulement 10 % de tous les champignons du monde ont été documentés. Au Québec, 70 % de la fonge est documentée (surtout la fonge du sud de la province), mais 55 % de ces espèces ne sont pas évaluées. Lesquelles sont en danger? Lesquelles devrait-on protéger en priorité?

Les champignons sont aussi sensibles que les plantes et les animaux au déboisement, à l'urbanisation et à la pollution, mais les don-

nées manquent pour évaluer leur statut. Le gouvernement du Québec n'a aucune liste des champignons menacés ou vulnérables. Et quand vient le temps de développer des politiques de conservation, la fonge est complètement occultée. Par exemple, dans le Cadre mondial de la diversité de Kunming, qui a été adopté à Montréal en 2022 lors de la COP15, il n'y a pas de référence à la fonge. Autre exemple, le Plan nature 2030 du gouvernement du Québec, qui a comme objectif de conserver la biodiversité, ne fait aucune mention des champignons.

La fonge, base de tout écosystème

Pourtant, la fonge est un pilier des écosystèmes. Elle permet aux plantes de pousser en leur fournissant azote et phosphore (la vaste majorité des champignons sont souterrains et vivent en symbiose avec les plantes), elle garde les sols en santé et les protège de l'érosion, elle décompose les polluants environnementaux (pétrole, métaux lourds, pesticides), elle renforce les défenses des arbres

contre les maladies et les parasites, etc. Elle est donc un maillon essentiel à la biodiversité en plus d'être un élément important dans la lutte contre les changements climatiques, puisqu'elle séquestre à elle seule le tiers des émissions mondiales annuelles de carbone issues des combustibles fossiles. Rappelons aussi en passant que certains champignons font partie du processus de fabrication de nombreux médicaments, dont la pénicilline.

Face aux lacunes des connaissances concernant un élément vital de nos écosystèmes, des organismes comme Nature Québec, la Société pour la nature et les parcs du Canada, section Québec (SNAP) et Mycosphaera se sont donné comme mandat de faire connaître la fonge et son rôle écologique et de sensibiliser les décideurs au manque de données qui nous permettrait de mieux les protéger. Mycosphaera en particulier est un OBNL créé en 2025 dédiée à la conservation et à la protection des champignons. Elle veut, entre autres, « inspirer une nouvelle génération de chercheurs, biologistes et écologistes » pour que la fonge soit reconnue et protégée au Québec et au Canada.

¹ Il existe quatre autres règnes : Archaea, Bacteria, Protozoa et Chromista

Sources d'informations pour cette chronique :

- *Faune, flore et fonge : quelle place pour les champignons en conservation au Canada et au Québec?*, conférence web présentée par Mycosphaera sous l'égide du Réseau des milieux naturels protégés [youtube.com/watch?v=ztB4bPomm6k](https://www.youtube.com/watch?v=ztB4bPomm6k)
- *La faune, la flore... et la fonge, elle? Les champignons : nos alliés oubliés de l'environnement et du climat*, Florence Tison, Urbana, 2 mars 2026 urbana.ca/article/la-faune-la-flore-et-la-fonge-elle

Le Sentier Petites annonces

19

AVIS PUBLIC

AVIS DE NOTIFICATION (articles 136 et 137 C.p.c.)

Avis est donné à LES HÉRITIERS, LÉGATAIRES ET SUCCESSIBLES DE FEUE ADRIENNE DUPÉRÉ de vous présenter au greffe de la Cour Supérieure du district de Terrebonne, situé au 25, rue de Martigny Ouest, à Saint-Jérôme, dans les trente (30) jours afin de recevoir la Demande introductive d'instance en acquisition du droit de propriété par prescription décennale modifiée qui y a été laissée à votre attention.

Si vous désirez contester cette demande vous devez suivre les instructions contenues à l'avis de présentation qui l'accompagne, sans quoi un jugement par défaut pourrait être rendu contre vous.

Le présent avis est publié aux termes d'une ordonnance de notification par avis public rendue le 10 juillet 2025 par Claude Auclair, j.c.s. dans le dossier numéro 700-17-021652-259.

Cet avis ne sera pas publié à nouveau, à moins que les circonstances l'exigent.

Saint-Jérôme, le 1^{er} mai 2026

Louyette
Louyette Loyer, avocate



- INSTALLATION DE FOSSE SEPTIQUE
- MUR DE SOUTÈNEMENT
- MINI-EXCAVATION

- VENTE DE GRAVIER CONCASSÉ
- RÉPARATION DE DRAIN FRANÇAIS
- MUR DE PIERRE

Tél. : 450 563-3225

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



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

Inscrivez-vous.

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

Senseï : Michel Petit
Tél. : 450 563-3622

petitm2021@gmail.com



Faune et Flore hippolytoises

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



Le renouveau printanier tant attendu

Il s'est pointé tôt en novembre. Il n'a pas dérogé de novembre à la mi-avril... Je parle de notre hiver. Au moment d'écrire ces lignes, il pleut à l'extérieur, mais cela n'empêche pas la forêt d'être encore enneigée et le lac complètement gelé. Seuls quelques rochers laissent poindre leur surface grise ou brune. Les fleurs d'arbres et d'arbustes ne sont pas encore prêtes à éclore, mais cela ne devrait tarder.

que je n'avais entendu son grincement éraillé. Même chose avec le Merle d'Amérique, qui a commencé à turluter tôt le matin. Je l'entends et je me réjouis de sa présence. La vie peut reprendre son cours. Le printemps peut reprendre ses droits.

Chouettes oiseaux

Depuis plusieurs jours, et ce, encore aujourd'hui en ce 16 avril, j'entends des Chouettes rayées chanter en plein jour. Le mâle suivi de la femelle. Le nid est proche. À quelques centaines de mètres de la maison. En ce jour également, une dizaine de Juncos ardoisés se sont précipités sur le terrain, à la recherche de nourriture, mais aussi de gravier qu'ils cueillent sur l'allée menant à la maison. Même s'ils ne restent jamais bien longtemps, c'est toujours agréable de les croiser. J'adore leur robe gris foncé, leur ventre blanc ainsi que leur petit bec rosé.

Des cerfs sur le chemin

Avec leurs longues pattes fines, les Cerfs de Virginie n'aiment pas marcher dans la forêt lorsqu'ils calent dans la neige fondante. Le 15 avril, trois d'entre eux, des jeunes d'un an environ, ont emprunté le chemin commun à



Bruant chanteur, oiseau de retour chez nous dès la fin de mars.

la queue leu leu. Ils se sont arrêtés pour prendre une petite croquée de rameau de thuya en passant.

Autour de Saint-Hippolyte

D'autres oiseaux ont été vus et entendus. Le Roselin familier gazouillait frénétiquement perché sur un fil dans le Vieux-Saint-Jérôme. Le long de l'autoroute 15, sur une branche perchée, se tenait une Buse à queue rousse avec son poitrail blanc et sa tête foncée. Ce migrateur est revenu des États-Unis ou plus au sud, de l'Amérique centrale. La belle saison est déjà commencée pour cet oiseau de proie.

Chez nos voisins

L'illustratrice de cette chronique, Diane Couët, résidente de Prévost, a déjà observé quelques canards et des bernaches qui se posent sur le ruisseau non loin de sa demeure. De plus, elle a déjà vu apparaître le Moucherolle phébi, un oiseau insectivore qui se perche droit en hochant souvent la queue. Il niche tous les ans sur la corniche d'un cabanon, qui est appelé par Diane, la canardière. Un autre mi-

grateur au chant intrigant est aussi arrivé près de chez elle. Il s'agit du Moqueur chat qui imite allègrement le miaulement d'un chat. C'est vraiment à s'y méprendre. Il trouvera refuge près de sa maison où cet oiseau niche depuis déjà quelques années.

Tambourinage qui réveille

Enfin, un de mes anciens élèves, aussi résident de Prévost, a entendu un bruit tonitruant qui provenait de son toit... Il a compris que le Pic maculé, qui est migrateur, a retrouvé la gouttière du toit qui servira de caisse de résonance afin qu'il puisse délimiter son territoire. Le tambourinage est irrégulier et arythmique. Le nid sera creusé uniquement par le mâle. Le couple se partagera la tâche de couvainement des œufs. Les exemples de bonne entente et de partage des tâches sont nombreux dans la nature. On insiste souvent sur la compétition entre espèces, mais des modèles de coopération dans le règne animal sont légion. Ne l'oublions pas. Cela devrait inspirer davantage les êtres humains...

En même temps, ceci n'empêche pas les oiseaux de revenir. Dans les Laurentides, j'ai aperçu mon premier Carouge à épaulettes le 31 mars, perché avec quelques autres congénères dans un érable toujours dégarni. De le voir m'a fait sourire, mais de l'entendre chanter a réussi à m'émouvoir. Depuis plusieurs mois



Société d'horticulture et d'écologie de Prévost

Conférence : Insectes bénéfiques ou maléfiques, telle est la question

Conférencier : Daniel Gingras

Le 27 mai à 19 h 15,

à la salle Saint-François-Xavier, Prévost

Les insectes, des alliés trop souvent méconnus

Si certaines espèces d'insectes peuvent causer des ravages dans les cultures, d'autres sont nécessaires à leur bonne santé. Comment faire la différence? Monsieur Gingras nous brosera un tableau du mode de vie des insectes pollinisateurs, essentiels à la production de fruits et de légumes et de ceux qui jouent un rôle de protection



pour les cultures. Il décrira aussi les insectes indésirables qui endommagent les plantes maraîchères et proposera des moyens pour s'en débarrasser, les contrôler ou éviter qu'ils s'arrêtent chez vous.

Entomologiste réputé, chercheur et auteur

M. Gingras détient un doctorat en entomologie de l'Université McGill. Il a travaillé comme entomologiste pour différents ministères au sein du Gouvernement du Québec et comme consultant pour Agriculture et agroalimentaire Canada. Auteur de plusieurs articles scientifiques et de vulgarisation, il a aussi collaboré avec Albert Mondor à la rédaction de deux ouvrages sur les rela-

tions entre les insectes et les plantes : *Attirer la faune au jardin* et *Des bestioles et des plantes*. Enfin, il a participé à des émissions de radio et de télévision et donne régulièrement des conférences pour mieux faire connaître ces êtres charmants... ou pas!

L'équipe de bénévoles vous attend

La conférence est gratuite pour les membres et le coût est de 5 \$ pour les visiteurs. Pour plus d'informations, consultez notre site internet au shepqc.ca

À mettre aussi à votre agenda : notre bazar horticole annuel

La SHEP tiendra un kiosque lors du « Grand rendez-vous environnemental » de Prévost. Cet événement aura lieu le samedi 16 mai de 9 h à 14 h à l'école du Champ-Fleuri. Vous pourrez vous procurer des plantes à petit prix, ainsi que des accessoires et outils de jardinage. Nous comptons sur votre générosité pour apporter les plantes que vous avez en trop dans votre jardin. Bienvenue à tous, que vous soyez membre de la SHEP ou non.

Identifier un oiseau à son chant

Pour pouvoir identifier les oiseaux à leur chant, il est possible de télécharger une application sur votre téléphone qui se nomme MERLIN. Cet outil, mis sur pied par l'Université Cornell, sise à Ithaca dans l'état de New York, est facile d'utilisation. Une fois l'application téléchargée, vous n'avez qu'à activer la fonction écoute et Merlin vous dira quels sont les oiseaux qui chantent, là où vous vous trouvez, et ceci en temps réel. Attention par contre, de ne jamais actionner la fonction qui ferait jouer le chant de l'oiseau en pleine nature. Cela pourrait empêcher la nidification des espèces, car les mâles croiraient qu'un autre mâle de son espèce se trouve dans le territoire. Lorsque vous écoutez des chants, soyez assurés d'être à l'intérieur de votre résidence.

MARC SIGOUIN
MINI-EXCAVATION
TERRASSEMENT
cellulaire : 450 560-1429





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

anneloiscourtier@gmail.com
514 444-8538

VENDU



Plain-pied avec accès not. au lac de l'Achigan (plage de sable). Aire ouverte, 2 cac + bur., poêle au bois au salon, sous-sol entièrement fini. 2 remises. À 50 min. de MTL. **Carmen**



Bord du lac de l'Achigan avec orientation ouest dans la portion la plus large du lac. 3 CAC, 3 SDB et 1 SE. Propriété rénovée, paysagement refait récemment, nouveau garage 3 étages et nouvelle remise (gym). Une vraie clé en main!! Centris 19384438 **Michel**



Maison entièrement rénovée au goût du jour et située sur un terrain intime et boisé à l'arrière. Secteur paisible et recherché. À 5 min. du village et de l'aut. 15 et de la route 117. Tous les sports d'hiver et d'été à proximité (ski, raquettes, randonnée, sports nautiques, piste cyclable, etc.). Centris 25367151. 745000\$ **Anne**



VENDU

Superbe propriété au bord du Lac Connelly (navig.) Vue panoramique! Rez-de-chaussée à aire ouverte avec fenestration abondante. 6 cac, 3 s. de bains et 1 s. d'eau. Foyer comb. lente au salon. Rez-de-jardin au sous-sol, entièrement fini. **Carmen**



VENDU

LAC DE L'ACHIGAN – Magnifique résidence de campagne sise sur un terrain unique de 78933p.c. et 380 pi de rive au bord de l'eau. Orientation franc ouest. 4 CAC et plus, 2 bureaux. 2 foyers au bois. Sous-sol fini. Garage attenant. Venez la découvrir! **Michel**



Propriété à Blainville près du quartier Fontainebleau, située dans un environnement boisé exceptionnel, sur un terrain intime et soigneusement aménagé de plus de 20000 pi². Cette propriété comprend 3 CAC, 4 autres pièces pouvant servir de bureau, de salle d'entraînement ou autre, 2 salles de bains et une salle d'eau au sous-sol. Tout y est aménagé pour le confort et la vie de famille. Centris 9468863. 1299000\$ **Anne**

• SAINT-HIPPOLYTE •

**GARAGE
DU VILLAGE**

450 502-0190

**Pensez à prendre rendez-vous
pour votre changement de pneus**

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

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

MÉCANIQUE
ENTRETIEN
RÉPARATION
MODIFICATIONS

