

Cet espace
pourrait être le vôtre !

Communiquez avec nos
représentantes publicitaires :

- Jocelyne Annereau Cassagnol
450 431-2002
cassanne@laurentides.net
- Michèle Châteauvert
450 563-4104
m.chateauvert25@sympatico.ca

Le Sentier

Le journal communautaire de Saint-Hippolyte

15 AOÛT 2011 • VOLUME 29 n° 6

COIFFURE
La Bohème
139, 12^e AVENUE LAC CONNELLY
SUR RENDEZ-VOUS
450 563-3661



 RE/MAX DE L'AVENIR INC.
Peter Léo Lemay
Courtier immobilier
bur. : 450 563-4242
cell. : 514 619-4242



2241, ch. des Hauteurs

Montagne-Art
Ombre et lumière



**22 artistes
vous attendent** page 4

Au centre éducatif et communautaire les Hauteurs
vendredi 19 août de 10 h à 17 h • samedi 20 août de 10 h à 17 h • dimanche de 10 h à 16 h

PHOTO NICOLE CHAUVIN




MLS 8560960

**Accès notarié
lac de l'Achigan**
Emplacement pour embarcation au quai
245 000\$


Carmen Dion
Courtier immobilier agréé
450.563.5559
Sans frais 1.866.563.5559
cdion@immeublesdeshauteurs.com
2264, chemin des Hauteurs, Saint-Hippolyte


Agence immobilière
www.immeublesdeshauteurs.com



Le village vu du lac PHOTO MICHEL BOIS

**L'Association
pour la protection
du lac Morency
fête ses 30 ans !**

page 3



PHOTO NICOLE CHAUVIN

**Jardin faisant...
avec
Charles Charron**

page 5



PHOTO GRACIEUSETÉ

**Inauguration
du Sentier
Art-Nature**

pages 3 et 13



Nicole Boucher courtier immobilier

199 000 \$
Accès lac de l'Achigan, en hauteur, vue superbe, facile d'accès, garage, foyer, 2 chambres. MLS 8426484

PRIX RÉVISÉ
175 000 \$
Au coeur du village, construction 2007, 7 pièces, 2 salles de bains, face à l'école, patio, sous-sol fini. MLS 8473751

274 000 \$
TRANSFERT EN GASPÉSIE
Accès lac Connelly et vue, jolie maison 12 pièces, comb. lente et poêle au gaz, sous-sol fini, spa, verrière, garage. LIBRE. MLS 8557657

139 000 \$
Accès not. au lac de l'Achigan. Chalet 4 saisons, rustique, 2 chambres, 2 salles de bains, foyer, très éclairé, terrain plat. LIBRE. MLS 8583921

Sutton
L'immobilier qui habite
Groupe Sutton
Laurentides
Agence immobilière
www.sutton.com

bouchern@sutton.com www.nicoleboucher.ca
450 560-2494 450 **563-4919**



BORD LAC DE L'ACHIGAN



299 000 \$
(8446729) - Bord de l'eau clé en main. Rénové et meublé, 2 chambres à coucher tout confort.

Combustion lente. Cuisine et salle de bains entièrement refaites. Magnifique vue sur le lac.

SAINT-HIPPOLYTE



215 000 \$
(8528146) - Propriété 2008 avec accès not. au lac Connelly (nav.). Aire ouverte. Planchers bois et céram. 2 s/bains.

2 CAC et facile d'en faire une 3^e. Garage, remise. À 12 min. de Saint-Jérôme.

LAC DE L'ACHIGAN

ACCÈS NOT. LAC ST-ONGE



(8569773) Joli plain-pied en excellente condition. Ter. entièrement plat et paysager. Grande remise pour VTT et atelier, plus une 2^e CAC dans ce même bâtiment. Accès not. au lac avec quai. Bon potentiel!

159 000 \$



(8584700) - Plain-pied offrant une bonne superficie habitable. Tous les planchers sont en lattes de bois ou en céramique. S/bains entièrement rénovés et au goût du jour. Garage intérieur. Accès à moins de 300 m de la propriété.

152 000 \$

BORD LAC EN COEUR



(8510579) - Charmant pied-à-terre, en bordure d'un très beau lac non-navig. et à 1 heure de

174 500 \$

Montréal. Avec du cachet et à l'abri des regards. Plus de 300 pieds linéaires sur le lac en Coeur. Secteur boisé et très peu développé. Puits artésien, fosse sept. et Écoflo (2005).

BORD LAC DE L'ACHIGAN



(8414072) - Immense terrain en pente douce de plus de 78 000 p.c. en bordure d'un grand lac navig. Près de 400 pi. linéaires de rivage. Orientation du sud-ouest au nord-est. Plage de sable et

pins majestueux. Intimité assurée. Terrain adjacent aussi disponible.

ACCÈS LAC DE L'ACHIGAN AVEC QUAI



(8475286) - Accès notarié au plus grand lac de la région et emplacement au quai garanti. Vue sur le lac.

289 000 \$

De l'espace intérieur à profusion et une orientation plein sud.

BORD DE L'EAU LAC MORENCY

LAC DES CHUTES



(8352028) - Voici une opportunité d'acquérir environ 100 pieds linéaires de rivage sur l'un des plus charmants lacs de la région. Terrain boisé avec droit acquis de construction sur une rue cul-de-sac.

129 000 \$



(8544722) - Voici 2 terrains séparés uniquement par la 400^e Avenue. Le plus petit est en bordure du lac des Chutes avec 7500 p.c. et 75 pi. de rivage. L'autre terrain fait presque 60 000 p. c. avec des pentes peu accentuées et idéal pour une construction à l'abri des regards. Secteur paisible. Bon prix!

59 000 \$



BORD DE L'EAU LAC DE L'ACHIGAN 695 000 \$
Jolie maison à étages, 3 cac. Une des plus belles vues panoramiques du lac, plage en sable. Terrain plat paysager avec goût. MLS 8522467

Peter Léo LEMAY
RE/MAX
MILLE MAISONS UN CHEZ-NOUS
DE L'AVENIR INC.
2241, chemin des Hauteurs Saint-Hippolyte
Bur. : 450 563-4242
Cell. : 514 619-4242
COURTIER IMMOBILIER
www.peterleolemey.com



VUE PANORAMIQUE 289 000 \$
Vue panoramique sur le lac de l'Achigan, aucun voisin en arrière, 4 cac, sous-sol aménagé, garage chauffé. À qui la chance? MLS 8479705



ACCÈS LAC DE L'ACHIGAN 359 000 \$
Vue panoramique sur l'eau avec deux immenses terrasses! Intergénération au RDC ou bachelor. Copropriétaire d'un terrain bord de l'eau avec droit de quai pour bateau. MLS 8500622



ACCÈS LAC DE L'ACHIGAN 349 000 \$
Vue panoramique sur l'eau! Cette propriété vous offre beaucoup de confort avec ses pl. de bois, son foyer au bois et son décor chaleureux. Grandes pièces. MLS 8530305



ACCÈS LAC ÉCHO - 335 000 \$
Belle propriété avec grand terrain boisé, aucun voisin arrière ou en face. Maison de qualité supérieure avec beaucoup de charme. Plancher en chêne et ardoise. Poss. bachelor. MLS 8565363



CONDO - BORD DE L'EAU - 599 000 \$
Sise sur le bord du lac de l'Achigan. Quai pour bateau. Garage intégré. Balcon avec auvent et deux gazebos! MLS 8570224



VUE ET ACCÈS LAC DE L'ACHIGAN 499 000 \$
Cette propriété offre la possibilité d'une 4^e cac au sous-sol. Grand terrain, garage double intégré, spa, cave à vin. Située à quelques min. du village. Pièces éclairées avec toit cathédrale. MLS 8520279



BORD DE L'EAU LAC CONNELLY 599 000 \$
Cuisine, salle à manger et salon à aire ouverte. Vue sur l'eau avec balcon. Sous-sol aménagé avec entrée extérieure. Spa, sauna, bain tourbillon. Deux garages. Plage de sable, quai inclus. MLS 8585310

L'Association pour la protection du lac Morency fête ses 30 ans !

Denise Marcoux

Depuis sa fondation au début des années quatre-vingt, l'Association pour la protection du lac Morency a consacré beaucoup de temps et d'énergie à la protection de son lac. C'est ce que le président, Michel Bois, a fait ressortir en rappelant les trente ans d'existence de l'association.



Les membres de l'Association pour la protection de lac Morency ont souligné le 30^e anniversaire de leur Association à leur assemblée générale tenue le 6 août, au pavillon Roger-Cabana. Soulignons la présence du maire Bruno Larocche et du conseiller Yves Dagenais. PHOTO NICOLE CHAUVIN

Des acquis importants depuis 30 ans

L'utilisation des embarcations motorisées, l'inspection des installations septiques, la régénération des rives et le développement de la villégiature font partie des principaux dossiers traités par l'Association au cours des ans. Les résultats ont été probants : les embarcations à moteur sont maintenant interdites; les problèmes de pollution liés à l'école des Hauteurs et à l'Auberge du lac Morency ont été réglés; la qualité bactériologique de l'eau est analysée régulière-

ment, et les riverains doivent maintenant faire vidanger leur fosse septique aux deux ans. Grâce aux efforts de l'Association, la municipalité réalisera bientôt des travaux importants pour rendre la rue Dallaire conforme au niveau de l'environnement et de la régénération des rives. L'Association a adhéré à Bleu Laurentides, participé aux journées de l'environnement et fait des études pour caractériser la bande riveraine et identifier les plantes aquatiques. L'Association s'est également dotée d'une publication destinée à ses membres, le Journal du lac Morency.

Un lac qui semble en santé, mais...

Bien que les résultats des plus récentes analyses d'eau et de phosphore soient très bons, on note la présence de plantes aquatiques et de cyanobactéries au lac Morency. Le lac semble en santé, mais on ne sait pas pourquoi apparaissent des algues bleu-vert, comme celles découvertes le 11 juillet. C'est pourquoi une Table de concertation sur les lacs de Saint-Hippolyte a été créée et une étude approfondie du lac Morency sera réalisée par Bleu Laurentides en collaboration avec l'Association pour la protection du lac Morency. Ce sera la première fois qu'on établira le carnet de santé d'un lac situé au cœur d'un noyau villageois. Le vieillissement d'un lac (eutrophisation) est accéléré par des apports naturels en nutriments, mais aussi par des activités humaines. Il ne faut pas oublier que 53 % des sources de phosphore dans le lac Morency sont dues aux activités de ses riverains.

Le conseil d'administration

L'Association pour la protection du lac Morency compte 36 membres en règle, ce qui représente près de la moitié du nombre de propriétaires. Son conseil d'administration est formé de Michel Bois, président, André Campeau, vice-président, Daniel Gariépy, trésorier, Sylvia Reiter, secrétaire et Joe Blinn, Gilles Fortier et Liette Bois, administrateurs. Ils ont tous été réélus par acclamation lors de l'assemblée générale du 6 août 2011.



La Chaumine PHOTO MICHEL BOIS

Le Sentier Art-Nature, une promenade en forêt inoubliable!

Cassandra Brisebois

Le Comité culturel de Saint-Hippolyte est fier de vous offrir, pour la toute première fois, le Sentier Art-Nature.

S'étendant sur les sentiers pédestres près du pavillon Roger-Cabana, ce projet artistique vous permettra de découvrir les œuvres sur lesquelles plusieurs artistes ont travaillé au mois de juillet. L'inauguration officielle du Sentier Art-Nature aura lieu le samedi 20 août à partir de 13 h 30, au pavillon Roger-Cabana.

Un nouveau projet artistique en lien avec Montagne-Art

C'est en compagnie de la « commissaire » du Sentier Art-Nature et artiste peintre, Ghyslaine Binette, que j'ai eu le privilège de parcourir cette première édition d'un sentier artistique unique en son genre. Cherchant de nouvelles manières d'approcher la population, tout en profitant des ressources naturelles

qui entoure la communauté de Saint-Hippolyte, le Comité culturel, avec l'aide précieuse de l'artiste Ghyslaine Binette de qui a émané l'idée maîtresse, a décidé d'investir temps et énergie à la confection d'un sentier culturel hors du commun. Ce nouveau projet se veut un prolongement de l'évènement artistique Montagne-Art qui a lieu chaque année à la Maison de la culture et où plusieurs artistes présentent leurs plus récentes réalisations. Lors de l'inauguration, une navette gratuite sera disponible pour les déplacements de Montagne-Art au Sentier Art-Nature et ce, samedi et dimanche.

Des œuvres écologiques et in situ

En lien étroit avec Montagne-Art, le Sentier Art-Nature présente aussi des œuvres d'artistes connus

et permet aux amateurs d'art et de marche de découvrir une nouvelle facette de la nature. Cinq artistes talentueux ont accepté avec enthousiasme de participer à ce nouveau projet; la peintre et organisatrice du projet Ghyslaine Binette, les sculpteurs Jacques Corbeil, Michel Giroux et Roch Lanthier, ainsi que la sculpeuse peintre Gisèle Hébert. Les œuvres artistiques se trouvant sur le Sentier Art-Nature ne sont pas comme les autres. Il s'agit d'œuvres in situ (faites sur place) et entièrement écologiques. Les réalisations sont toutes faites à partir de ressources se retrouvant dans la forêt, telles que l'écorce, la roche, l'eau, les troncs d'arbre, etc. Ainsi, les œuvres retourneront doucement à leur état initial par le biais des intempéries et du temps, soit à la forêt elle-même, sans y laisser de débris indésirables et polluants. Pour certains artistes, comme Michel Giroux créateur de « La li-

L'inauguration officielle du Sentier Art-Nature aura lieu le samedi 20 août, à partir de 13 h 30, au pavillon Roger-Cabana.



Oeuvre de Jacques Corbeil

PHOTO SAMUEL LAFONTAINE

corne », cette expérience fût un réel défi, car celui-ci travaille habituellement avec des vis, un objet interdit dans l'esprit du projet Art-Nature. La forêt recèle des visages, des formes et des idées. Il suffit d'accorder une attention particulière à la nature pour voir émerger ses facettes cachées. Vous aurez la chance, lors de l'inauguration, de participer à des jeux qui vous aideront à stimuler votre imagination artistique.

Alimentation St-Onge inc.

972, chemin des Hauteurs
Saint-Hippolyte

Yves St-Onge
Propriétaire

IGA

450 224-5179

PROMUTUEL
DEUX-MONTAGNES

L'OFFRE GLOBALE
Automobile • habitation • entreprise • cautionnement

Sylvie Labrosse

3044, boul. Dagenais O., Fabreville, Laval (QC) H7P 1T6
Tél. : 450 624-1119 • 1 877 842-3303
• Téléc. : 450 622-2273

Courriel : sylvie.labrosse@promutuel.ca

**BEAUDRY, JARRY
ET GARNEAU INC.**
Arpenteurs-Géomètres

Marc Jarry
arpenteur-géomètre
mjarry@geomatique.net

2274, chemin des Hauteurs
Saint-Hippolyte (Québec)
J8A 3B9
450 563-5192

Soins de santé énergétiques

- Reiki
- Thérapie en santé des corps énergétiques
- Régénération des tissus nerveux
- Accompagnement aux mourants

Marie Pelletier, Maître Reiki
membre de la Fondation Québécoise de la Santé-Reiki.

Saint-Hippolyte et les environs, Montréal.
Rendez-vous : 514 830-2433

Lettre ouverte

NDLR Le journal s'engage à publier les lettres ouvertes pourvu : qu'elles servent l'intérêt public et non des intérêts particuliers; qu'elles ne contiennent pas de propos haineux ou injurieux, ni de préjugés; qu'elles ne soient pas racistes ou sexistes; qu'elles respectent la vie privée des personnes; qu'elles soient signées. Les textes devront avoir un maximum de 250 mots.

Service impeccable, monsieur Normand Gélinas !

Je tiens à mentionner que Normand Gélinas, directeur de l'urbanisme de la municipalité de Saint-Hippolyte a accordé autant d'importance au dossier de pollution du lac Aubry que s'il s'agissait d'un gros lac. Même l'employé du ministère de l'Environnement était certain que seul je n'arriverais pas à faire bouger les choses. Ce fut un plaisir de discuter avec M. Gélinas et de constater son professionnalisme.

Jean Houde
lac Aubry

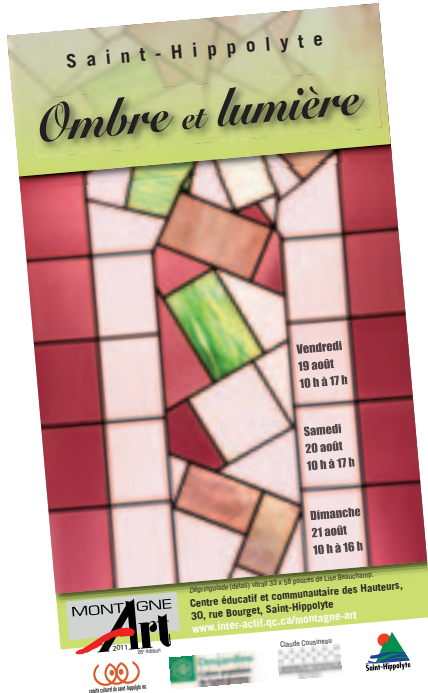


450 563-1112

Centre éducatif et communautaire les Hauteurs Une 26^e édition de Montagne-Art qui promet!

Martine Laval

C'est dans l'ambiance lumineuse de la demeure de Lise Beauchamp, maître-verrier et artiste invitée de la 26^e édition de l'exposition Montagne-Art 2011, que se tenait la sympathique conférence de presse lançant cet événement qui chaque année attire plus de 1000 visiteurs à Saint-Hippolyte.



Sous le thème *Ombre et lumière*, 22 créateurs de différentes disciplines nous dévoileront leurs oeuvres les 19, 20 et 21 août au Centre éducatif et communautaire les Hauteurs de Saint-Hippolyte. Peintures, sculptures, métiers d'art et bien sûr vitraux imposants de l'artiste à l'honneur seront exposés.

C'est dans une présentation amicale et une ambiance conviviale que la porte-parole de Montagne-Art 2011, Suzie Prénovost, animatrice à CIME-FM, la radio des Laurentides, a fait l'éloge de l'événement, en présence des 22 artistes-exposants, des



Suzie Prénovost, porte-parole de Montagne-Art et animatrice à CIME-FM en ondes avec Luc Lefebvre.

PHOTO NICOLE CHAUVIN

membres du Comité culturel, sous la présidence de Jacques Corbeil, des généreux partenaires de l'événement et du maire de Saint-Hippolyte, Bruno Laroche.

Pour le plaisir des rencontres avec les artistes et artisans, pour ses ateliers de création avec les enfants et ses animations culturelles en relation avec les exposants, **Montagne-Art Ombre et Lumière est un incontournable dans les Laurentides cet été.**

www.inter-actif.qc.ca/montagne-art

Le Sentier

Le journal communautaire de Saint-Hippolyte

Date de tombée : le 1^{er} du mois
Tirage : 4915 copies

Pour toutes les parutions, faites parvenir vos communiqués et votre matériel publicitaire pour le 1^{er} du mois par courriel ou poste :

redaction@journal-le-sentier.org
CP 135, Saint-Hippolyte (QC) J8A 3P5

PRÉSIDENTE

Denise Marcoux 450 563-5848

COORDONNATRICE

Nicole Chauvin 450 563-2505 poste 2249

DISTRIBUTION

José Cassagnol

PETITES ANNONCES

450 563-2505 poste 2249

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 vie à Saint-Hippolyte.

Administration, rédaction, correction, choix des textes et photographies de ce numéro du Sentier sont l'oeuvre de Jocelyne Annereau-Cassagnol, Ghyslaine Binette, Cassandra Brisebois, José Cassagnol, Michèle Châteauvert, Nicole Chauvin, André Cherrier, Diane Couët, Jacques A. Dufour, Jean-Pierre Fabien, Martine Laval, Madeleine Luneau, Denise Marcoux, Francine Mayrand, Jennifer Ouellette, André Pétel, Isabelle Poulin, Carolane Ouellette-Robichaud, Marie-Andrée Racine, Audrey Tawel-Thibert et Nathalie Vigneault.

Les textes du bulletin municipal situés au centre du journal et 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.

Toute reproduction d'annonces publicitaires paraissant dans Le Sentier et réalisées par les concepteurs publicitaires de ce journal est formellement interdite, que ce soit d'une façon intégrale, partielle ou déguisée.

DES NOUVELLES DE VOUS

Vous souhaitez nous faire part d'une nouvelle, d'un sujet d'article, d'un événement à venir ou à couvrir ? Nous attendons votre appel au 450 563-1975

ACHAT DE PHOTOS

Les photos qui paraissent dans le journal sont en vente au coût de 10 \$ l'unité; elles sont disponibles en format JPG.

BANQUE DE JOURNALISTES

Le Sentier est à la recherche de personnes bénévoles pour participer à la rédaction. Pour plus de détails, svp joindre Nicole Chauvin 450 563-1975 ou Michèle Châteauvert 450 563-4104.

Vos représentantes publicitaires



Michèle Châteauvert
450 563-4104
m.chateauvert25@sympatico.ca



Jocelyne Annereau Cassagnol
450 431-2002
cassanne@laurentides.net



www.sentierdesaffaires.com

La nouvelle orthographe : une mise au point

Vous savez sans doute que nous pouvons utiliser la nouvelle orthographe si nous le désirons. Deux mille mots ont été modifiés dans leur graphie et un certain nombre d'accords ont été simplifiés. Cependant, une langue évolue graduellement, de décennie en décennie. Ce n'est pas la tendance actuelle de vouloir précipiter les événements, c'est pourquoi, à l'instar de la plupart des publications, le journal Le Sentier n'appliquera pas maintenant ces changements dans ses écrits quoiqu'il en reconnaisse le bien-fondé.

Le Sentier

Beauté dollars + certificat cadeau

Jean Sébastien Beauté

- Coiffure
- Esthétique
- Douche Temazkal
- Massages (reçus)
- Soins corporels
- Pose d'ongles
- Cosmétiques organiques

Coiffure Nordic

450 563-2586

5, rue Mathieu, Saint-Hippolyte, lac Connelly

Le Sentier

Le journal communautaire de Saint-Hippolyte
JOURNALISTES bénévoles recherchés.

Joignez l'équipe dynamique du journal communautaire Le Sentier
Soumettez votre candidature au 450 563-1975 ou 450 563-4104 ou par courriel
journal.lesentier@rogers.com



Dre France Lafontaine
Dre Annick Girouard
Dr Vincent Giguère
Guy Dragon, denturologiste
780, chemin des Hauteurs bureau 202 Saint-Hippolyte
450 224-8241

Les Entreprises d'Électricité Roger Duez et filles inc.



Résidentiel • Commercial • Industriel
Rénovation • Maintenance

450 438-8364

438, ch. du lac Bertrand
Saint-Hippolyte



Télécopieur : 450 438-1890
Pagette : 1 514 837-6626 / 450 431-8162

Jardin faisant...avec

Jean-Pierre Fabien

Même tout près de chez nous, il existe des trésors insoupçonnés dont on peut à peine deviner la magnificence. En visitant la propriété de Charles Charron et de son épouse Priscilla, j'ai compris jusqu'à quel point on arrive à bout de tout, à force de patience et de passion. Natif du Bas-du-fleuve, Charles Charron se souvient que sa mère l'obligeait, dès son jeune âge, à créer des îlots de fleurs sur leur terrain de ferme. Même si le cœur n'y était pas toujours, Charles et ses sept frères devaient s'adonner à cette tâche horticole. Voilà comment tout aurait débuté...

Séjour arctique

Plus tard, Charles a séjourné pendant trois ans dans l'Arctique canadien. À cette époque, il a été saisi par la beauté des paysages polaires et par le mode de vie inuit. Pour se rappeler cette flore herbacée et arbustive, bien au nord de la ligne des arbres, Charles photographia ces espaces uniques.

Une résidence à Saint-Hippolyte

Charles et Priscilla s'installèrent à Saint-Hippolyte en 1975, maison qu'ils habitent toujours. Le vieux chalet d'origine a été retapé et deux terrains avoisinants ont été acquis. Petit à petit, l'intérêt pour l'aménagement de plantes se fit sentir. Graduellement, les plates-bandes et massifs furent installés. Bien qu'il faille s'occuper d'un endroit précis où investir temps et énergie, Charles ne perd pas de vue l'entité, la vision d'ensemble fournie par son grand terrain.

Adhésion à la Société

L'engouement pour les plantes arctiques-alpines se concrétisa par l'adhésion à la *Société des plantes alpines et rocailles du Québec*. Les membres actifs de cette société, qui vivent autant au Canada, aux États-Unis qu'en Europe, procèdent à des échanges de semences de différentes variétés. Charles conserve des semis de ses plantes dans des milliers de pots derrière sa maison. À noter, l'infinie constance au travail de Priscilla qui s'occupe d'inventorier et de cataloguer chacun des semis et chacune des boutures. Tout est enregistré dans l'ordinateur et offre donc une base de données exceptionnelle.

Cascade ruisselante

Sur son terrain, un bassin avec cascade ruisselante a été façonné à même un terrain pentu. Un autre bassin rempli de galets sert à épurer l'étang. Cette éventuelle lagune foisonnera d'*Iris des marais*.



Des semis entre bonnes mains. PHOTO NICOLE CHAUVIN



Charles Charron parmi ses plantes alpines.

PHOTO NICOLE CHAUVIN



Aux abords de l'étang.

PHOTO NICOLE CHAUVIN



Une auge alpine remplie de sempervivum, (jourbarbe). PHOTO NICOLE CHAUVIN

Voilà un des nombreux chantiers et projets que caresse notre ami Charles. *Quand on conçoit un jardin, il faut créer de petits îlots en sachant qu'ils font partie d'un ensemble plus grand. La disposition ou la façon de présenter la plante est essentielle.* Ce penseur, admirateur de la force de la nature, ne cesse de se référer à l'adaptation des plantes à leur milieu. *Prenons les œillets (dianthus), leur petite touffe gazonnante n'est qu'une parcelle de ce qu'elles révèlent. En réalité, ces plantes possèdent beaucoup plus de racines que de feuillage. Comme il y a peu de sol en montagne, elles doivent donc devenir plus souterraines qu'aériennes. Voilà une des caractéristiques des plantes alpines.* Certaines de ces plantes peuvent même préparer leurs bourgeons pour l'année suivante lorsque la température extérieure avoisine cinq degrés Celsius. Elles peuvent donc continuer à être actives dans des conditions difficiles...

Moraine glaciaire

La fierté incontestée de Charles est sûrement d'avoir pu recréer une moraine glaciaire où l'eau circule par en-dessous grâce à un système sophistiqué d'irrigation. Ce bloc laissé par les glaciers accueille donc des dizaines d'espèces alpines qui coloniseront petit à petit la surface rocheuse dénudée. Ce micro-écosystème planifié par Charles est unique au Canada. Lorsque Priscilla et Charles ne sont pas à la maison en train de continuer leurs aménagements floraux, ils parcourent le Québec afin de visiter des jardins privés comme publics. Ils se rendent à l'occasion dans les Alpes françaises pour y voir de plus près les plantes alpines dans leur décor naturel.

Merveilleux chardon

J'ai beaucoup aimé voir le *Chardon alpin* en pleine floraison. De plus, les auges alpines m'ont ébahi. Ces contenants servaient anciennement à nourrir les bêtes en montagne. L'idée est de rapprocher de nos yeux de minuscules plantes à fleurs pour qu'elles puissent être observées à souhait. Les moules qui servent à créer ces contenants impressionnants ont été inventés par Charles. Voilà un autre exploit de notre déterminé jardinier!

Associations



PHOTO GRACIEUSITÉ



Le Club Amico

Les 13, 14 et 15 juillet, les membres d'Amico ont fait un court séjour au Manoir du lac Etchemin. Une vraie partie de plaisir avec repas, animation et danse pour tous.



Cercle de Fermières

Le Cercle de Fermières de Saint-Hippolyte reprend ses activités lors de sa première réunion du lundi 12 septembre, à 15 h, au local situé au 19 de la rue Morin. Un brunch pour souligner les retrouvailles aura lieu un dimanche de septembre. La porte ouverte se tient chaque lundi de 10 h à 15 h.

Rendez-vous d'Afrique

Le jeudi 29 septembre, à 19 h, rendez-vous à la gare de Prévost pour une soirée en appui à l'école Enkiteng Lepa, au Kenya. Il y aura une présentation de ce projet de la communauté Massaï de Maji Moto ainsi que la projection d'un diaporama tiré du safari que les deux présentatrices ont fait en février 2011. Bienvenue à tous, l'entrée est gratuite. Les dons en soutien au projet seront acceptés sur place. Il est également possible de faire parvenir votre don en contactant Francine Mayrand au 450 224-5994.

Surveillantes du dîner recherchées!

L'école des Hauteurs est à la recherche de surveillants et surveillantes pour assurer le bon déroulement de l'heure du dîner. L'horaire est de 11 à 12 h 50 du lundi au vendredi. Le salaire est très intéressant et l'équipe est dynamique! Les personnes intéressées sont invitées à joindre Nathalie Lacroix, secrétaire, au 450 569-2023 à partir du 15 août.

Ainés des Hauteurs

le prochain souper au centre communautaire Les Hauteurs au son de la musique de Lynda et Guy Rivest se tient le samedi 10 septembre à 18 h. Apportez vos consommations. Info: 450 563-3819 ou 450 224-3066. Les cours de danse en ligne reprennent tous les lundis en septembre pour débutants et avancés. Info : 450 563-1305. R.B.Bossé



suite page 6



Patricia Reynolds est dépositaire des cosmétiques suivants :

Dr Hauschka • Dermécologie • Weleda • Néo-Bio • Burt's Bees

Tous les cosmétiques ne contiennent aucun produit chimique, ni agent de conservation synthétique, ni fragrance artificielle, ni ingrédient dérivé du pétrole, ni OGM, aucun test sur des animaux donc sans effets nuisibles pour la santé.

Les produits LEMIEUX en vrac permettent de réutiliser vos contenants

- fabriqués au Québec • biodégradables (20 à 28 jours)
- bons pour l'environnement (lacs, fosses septiques)

BOUTIQUE BIO-TERRE

27, rue de l'Église, Saint-Sauveur
450 227.3246

Le Club Optimiste prépare sa nouvelle année

Après quelques semaines de relâche, le Club Optimiste prépare sa prochaine rentrée.

Les membres de l'exécutif reviennent graduellement de leurs vacances estivales et déjà, plusieurs préparent le calendrier des prochaines activités. La présidente, Linda Rousseau, est très fière du résultat des activités 2010-2011, grâce à l'implication de son comité de direction et de tous les bénévoles qui se sont dévoués au cours de l'année, afin de faire de cette année, une année exceptionnelle dédiée à inspirer le meilleur chez les jeunes.

Plusieurs nouveaux projets

Encore une fois, la prochaine année sera remplie de nouveautés. Bien que la panoplie d'activités pour les jeunes soit déjà très élaborée : philatélie, Halloween, Noël des jeunes, art oratoire, pompier d'un jour, il y aura de nouveau en 2011, les activités pompier d'un jour, horticulture, cyclotour, sécurité Internet. Le Club ajoute un nouveau programme « Identification des enfants », avec l'appui de la Municipalité et de la Sûreté du Québec. Grâce à la subvention Pacte rural et à des commanditaires, les premières étapes sont franchies pour l'acquisition de l'équipement et de certaines fournitures.

Prochaine assemblée

Réélue présidente pour une deuxième année, Linda Rousseau, présentera à l'assemblée du

mercredi 14 septembre, à 19 h 30, au pavillon Roger-Cabana, le nouvel exécutif et les membres du bureau de direction.

Pour en savoir plus, nous vous invitons à assister à la réunion.

Besoin de nouveaux membres?

En réponse à cette question, la présidente insiste sur le fait que malgré l'augmentation des membres en 2011, il est important de continuer à inviter les gens à s'intéresser aux activités du Club Optimiste et à constater les bienfaits et les retombées pour les jeunes grâce aux efforts de ceux qui s'impliquent.

Le Club a besoin de relève si on veut continuer à agir, affirme Linda Rousseau.

optimistesthippolyte@hotmail.ca

Aux riverains et usagers du lac Écho / des 14 Îles

Notre lac est l'un des quatre lacs navigables de la région Saint-Hippolyte/Prévost. C'est une bénédiction pour les amateurs de nautisme, mais parfois une malédiction pour d'autres.

Naviguer sur un beau plan d'eau et pratiquer des activités récréatives est certes un avantage pour les riverains. Mais tous ne partagent pas le même engouement pour la vitesse ou les grosses vagues accompagnées de vrombissements de moteurs amplifiés par l'effet de l'écho (d'où d'ailleurs notre lac tire son nom).

Depuis quelques années, nous avons noté une augmentation du nombre de bateaux moteurs et de leur puissance. Certaines embarcations sont spécialement conçues pour créer de grosses vagues à l'arrière du bateau pour la pratique du surfing. Les motos-marines qui semblaient disparues du lac sont plus nombreuses qu'avant. On consomme également de l'alcool à bord des bateaux. Certains propriétaires de bateaux ont des comportements à risque, comme le zigzag, le virage sec, la navigation trop près des rives (ce qui crée un danger pour les baigneurs) et la vitesse excessive.

L'ARLEQ s'est donné comme mission de promouvoir la sécurité des biens et des personnes du lac et de maintenir la qualité de vie des riverains. Avez-vous été témoins de manœuvres dangereuses ou vous sentez-vous menacés par certaines embarcations? Nous croyons que le civisme et le comportement responsable sont toujours de mise sur notre magnifique plan d'eau. Nous vous soumettons ces propos afin que vous nous fassiez part de vos réactions à ce sujet.

Lors de notre prochaine assemblée générale, nous transmettrons vos commentaires à nos membres et tenterons d'élaborer des projets de solution.

Michel Lamontagne, président

Associations

Inscription au 41^e groupe scout Montagnard

Le jeudi 8 septembre 2011, à 19 h, aura lieu une soirée d'information et d'inscription au local scout, situé au 788, rue Shaw, à Prévost. Nous accueillons les jeunes de 7 à 14 ans, avec ou sans expérience du scoutisme.

Le 41^e groupe scout recherche aussi des animateurs pour compléter son équipe. Un encadrement par des animateurs expérimentés sera fourni dans chacune des unités. Plusieurs formations de perfectionnement sont disponibles auprès du District scout des Laurentides. Les réunions ont lieu à Prévost. Les jeunes proviennent de Prévost, Saint-Hippolyte, Sainte-Adèle, Saint-Sauveur et d'autres municipalités environnantes. Pour information, contactez Odette Carrière, présidente, 450 438-6395 www.scoutmontagnard.org



Une deuxième épiluchette de blé d'Inde pour l'APALC

L'Association des propriétaires et amis du lac Connelly vous invite à sa deuxième épiluchette de blé d'Inde annuelle qui aura lieu le samedi 10 septembre, au pavillon du lac Connelly, de 15 h à 22 h. En cas de pluie, l'activité sera remise au dimanche 11 septembre, de 12 h à 18 h. Encore une fois, Nelly, la mascotte de l'APALC, sera là pour vous accueillir. Au programme : maïs gratuit à volonté, musique d'ambiance, hot dog, boissons gazeuses, bières, eau et croustilles (chips). Le but est de faire connaître l'Association et d'encourager les échanges entre tous les citoyens. Venez en grand nombre ! C'est un rendez-vous !

François Rousseau, président

Association pour la protection du lac Bleu

Afin de comprendre la dynamique du lac Bleu, votre comité de l'environnement a, depuis un an, rassemblé maintes études et observations. Avec toutes ces données en main, et avec l'aide du CRE Laurentides, nous avons travaillé à l'élaboration d'un plan directeur pour protéger notre lac. Celui-ci dresse un portrait du lac et propose également des actions, attribuant à tous les résidents du lac Bleu des responsabilités qui leurs sont propres.

Vous êtes donc invités, le 28 août, à 9 h 30, au pavillon Roger-Cabana, à prendre connaissance de la situation et à vous prononcer sur le plan d'action proposé.

Vous rencontrerez par la même occasion le nouveau conseil d'administration de l'Association qui vous informera de ses projets pour la prochaine année.

Hélène Vincent

mistigri@bell.net, tél. : 450 563-5337

Pour un été réussi!

CHAPEAUX
Tilley

SPORTS NATURE Plus

180, Labelle, Saint-Jérôme
450 436-3093

LES PROS DU PAVAGE

PAVAGE Jérômien
438-5389
358, Larry Ball St-Jérôme
LICENCE R.B.Q. 1200-3133-14

Depuis 1970

TRAVAUX GARANTIS - ESTIMATION GRATUITE

PAVAGE D'ASPHALTE ET EXCAVATION DE TOUS GENRES
RÉSIDENTIEL-COMMERCIAL-INDUSTRIEL
AMÉNAGEMENT PAYSAGER COMPLET

358, Larry-Ball, Saint-Jérôme (Qc) T: 450.438.5389
RBQ 1200-3133-14 F: 450.431.5052

www.pavagejeromien.com pavagejeromien@bellnet.ca

Service mini-excavation Yves enr.

En affaires depuis 16 ans

- MINI-EXCAVATION
- TERRASSEMENT
- DÉNEIGEMENT

450 563-4327 Yves Sylvain, prop.
Cell. : 450 660-1589 Licence R.B.Q. 8247-5419-50

Un périple innoubliable au Portugal

Audrey Tawel-Thibert

Le 7 juin marquait mon départ pour le Portugal. Ce voyage organisé par les cégeps de Rosemont et de Bois-de-Boulogne a attiré 21 élèves, en plus de deux professeurs accompagnateurs.



La journaliste Audrey Tawel lors de son séjour au Portugal.

Ce périple était prévu depuis un an, et la destination finale ne fut confirmée que quelques mois avant le départ, car nous avons été dans l'obligation d'abandonner notre but initial, soit l'Égypte, suite aux troubles politiques sérieux qui sévissaient dans ce pays. Ainsi, le Portugal l'a emporté sur l'Italie; nous les élèves avons à faire un choix, qui fut presque unanime. Pour certains d'entre eux, ce voyage au Portugal fut une première expérience intercontinentale, ce qui était aussi mon cas. Il y avait des années que je rêvais de faire un voyage, et je m'étais enfin décidée. Je tenterai donc de vous livrer dans cet article un résumé de ma merveilleuse aventure au Portugal!

Après avoir réglé toute la paperasse qui s'impose lorsqu'on planifie un voyage, je me suis envolée à Lisbonne via Paris, le 7 juin. Neuf heures d'avion plus tard, j'étais arrivée à destination avec le groupe. Malgré la fatigue et le décalage horaire (cinq heures d'avance sur le Québec), nous nous levions tous les matins à 7 h 30, et revenions à l'hôtel juste à temps pour le souper. Nous sommes d'abord restés trois jours à Lisbonne, avant de quitter pour Tomar, puis Fatima, le fameux lieu de pèlerinage, et en

suite Nazaré. Le lendemain, nous avons visité Batalha et Obidos, où nous avons pu admirer quelques monastères ainsi que des églises de style manuelin. Durant le reste de notre séjour, nous avons continué notre découverte du Portugal, du nord au sud; de Porto et sa vallée du Douro où sont entretenus d'impressionnants vignobles dont les raisins servent à concocter le prestigieux vin de porto, à Viseu en passant par Évora, où nous avons visité des petits villages médiévaux, pour terminer à Albufeira afin de profiter de deux jours et demi de repos bien mérité à la magnifique plage donnant sur l'océan Atlantique; l'eau y était assez froide et très salée, mais tout de même que de plaisir dans les énormes vagues.

J'ai retenu beaucoup de ce voyage, dont les souvenirs resteront gravés dans ma mémoire à

jamais. Je me souviendrai de la végétation abondante et de l'accueil chaleureux des Portugais, des promenades sur la plage le long de l'océan, des innombrables églises majestueuses, des forteresses chargées d'histoire et des fameuses pâtisseries portugaises, dont les recettes se basent sur les œufs! Vraiment, ce fut pour moi une expérience enrichissante. Évidemment, il y a eu quelques désagréments; au Portugal, la ressource économique majeure, c'est la pêche, et on y mange donc beaucoup de poisson... J'ai dû faire attention avec mon allergie! De plus, il fallait combattre la fatigue, le stress, jour après jour... Il faut aussi savoir être prudent en voyage, et tout était nouveau pour moi, j'étais ainsi particulièrement sur mes gardes. Mais il reste que je me félicite d'avoir pris les devants pour enfin réaliser mon rêve de voyager!

RÉFLEXION
CITOYENNE

Pas dans ma cour

Il était une fois quatre individus qu'on appelait **Tout le monde - Quelqu'un - Chacun - et Personne**. Il y avait un important travail à faire et on a demandé à Tout le monde de le faire. Tout le monde était persuadé que Quelqu'un le ferait. Chacun pouvait l'avoir fait, mais en réalité Personne ne le fit. Quelqu'un se fâcha, car c'était le travail de Tout le monde! Tout le monde pensa que Chacun pouvait le faire. Et Personne ne doutait que Quelqu'un le ferait. En fin de compte, Tout le monde fit des reproches à Chacun. Parce que Personne n'avait fait ce que Quelqu'un aurait pu faire. **MORALITÉ**: sans vouloir le reprocher à Tout le monde, il serait bon que Chacun fasse ce qu'il doit sans nourrir l'espoir que Quelqu'un le fera à sa place, car l'expérience montre que là où on attend Quelqu'un, généralement on ne trouve Personne!

Le Sentier
Le journal communautaire de Saint-Hippolyte

Vous avez une belle nouvelle à nous faire part ?

Nous l'attendons par téléphone au 450 563-2505 poste 2249

ou par courriel : journal.lesentier@rogers.com

C'est quoi le Club plein air de Saint-Hippolyte?

Un club élitiste dans lequel pour être membre, il faut être capable de marcher 100 km par jour? Un moyen financier pour certains de se cacher de l'impôt ou encore quelque machination pyramidale? Toutes ces réponses?



Et bien non, vous êtes bien loin de la réalité! Le club plein air est un organisme sans but lucratif qui regroupe des bénévoles de tout âge et de toute situation sociale dans un but avoué de doter la municipalité d'un réseau de sentiers pour les sports non motorisés. Le projet initial est un réseau de près de 80 km qui permettrait de sillonner la municipalité en toute tranquillité que ce soit en vélo, à pied, en ski ou en raquette.

Mais on fait plus que cela, on donne aussi de la formation comme des cours sur les champignons comestibles, plantes médicinales, GPS, cartes et boussole, canot, etc. De quoi agrémenter vos promenades quoi! Il y a généralement des frais afférents à ce type de cours pour qu'on puisse payer les spécialistes qu'on embauche, mais jamais rien d'exorbitant.

Le club organise aussi des activités comme de la randonnée, du vélo, du ski, de la raquette, des couchers en refuge et tout ce qui peut être intéressant comme de la spéléologie. Le but est double : vous faire connaître des gens qui ont les mêmes affinités que

vous et apprendre à faire des activités de façon sécuritaire. Les activités comprennent aussi l'entretien des sentiers.

Le Club plein air est fier d'être un club familial et les enfants y sont bienvenus lorsqu'ils sont accompagnés de leurs parents. D'ailleurs, pour aider à choisir vos sorties, les activités sont étiquetées familiales, intermédiaires ou difficiles et il n'est pas rare qu'une sortie comporte plusieurs niveaux. Par exemple, la dernière sortie de vélo avait deux distances : 26 km (familiale) et 55 km (intermédiaire).

Le coût annuel pour être membre est de 20 \$ pour un membre et de 25 \$ pour une famille. Toutes les sommes ainsi recueillies servent à payer les assurances sur les sentiers et les sorties, la papeterie, les frais postaux et les pancartes. Aucun compte secret aux Bahamas!

Rien de secret dans ce club, n'est-ce pas? Seulement une bande de bénévoles utopistes qui transforment leur rêve en réalité.

Le conseil d'administration du Club plein air

On sort tout l'été et même en septembre,

Le 20 août, il y aura du vélo de route dans Saint-Hippolyte. Si vous pensez connaître toutes les côtes de la municipalité, on vous en promet une ou deux petites nouvelles. Le départ est à 9 h, du pavillon Roger-Cabana.

Le 21 août, on s'affaire à nettoyer les sentiers. Le rendez-vous est à 9 h au pavillon

Roger-Cabana, on forme les équipes, on choisit son bout de sentier et on y va. Le retour se fait vers midi et le club vous reçoit pour vous remercier. La rumeur qui courait le mois passé s'avère fondée. Il y aura effectivement un énorme pastrami que fera braiser Nathalie. Avec sa méthode de cuisson secrète, cela promet d'être bon! Apportez vos outils, sécateur à long manche, gants, scie à chaîne et tout ce que vous croyez pertinents.

Les 27 et 28 août, il y aura une randonnée (18 km) de 2 jours au cap 360-Mont Gorille avec

coucher au milieu des totems d'elfes. Un endroit magnifique et on devrait avoir droit à une légende autour du feu par notre conteur. Le départ se fait à 9 h du pavillon Roger-Cabana.

On refait une seconde corvée pour peaufiner le nettoyage des sentiers le 17 septembre. Le rendez-vous est toujours à 9 h au pavillon Roger-Cabana.

Au sujet des sorties, vous pouvez contacter Nathalie au 450 563-3475. Comme les activités peuvent être modifiées, il est conseillé de consulter le site du club www.hippopleinair.org.

**CLINIQUE
PHYSIOTHÉRAPIE
DES MONTS**

SPECIALITÉS :

- Thérapie manuelle
- Ostéopathie
- Acupuncture
- Prélèvements sanguins

PRINCIPAUX PROBLÈMES TRAITÉS :

- Blessure sportive
- Maux de dos et de cou
- Tendinite - Capsulite
- Bursite - Fracture - Entorse

Jasmine PERREAULT
Physiothérapeute

Caroline PERREAULT
Physiothérapeute

Anaïs DELVAUX-DEROME
Physiothérapeute

Chantal LAUZON
Ostéopathe

Judith LEDUC
Acupunctrice

Suzanne GAUVIN
Infirmière
(prélèvements sanguins)

2955, boul. Curé-Labelle, bur. 103, Prévost (Qc) J0R 1T0
T : 450 224-2322 • www.physiodesmonts.com

Chansons interprétées par Paul McCarthy

1. Magical Mystery Tour
2. Junior's Farm
3. All my loving
4. Jet
5. Got to get you into my life
6. Sing the changes
7. The night before
8. Let me roll it
9. Foxy Lady
10. Paperback Writer
11. The long and winding road
12. 1985
13. Let 'em in
14. Maybe I'm amazed
15. Things we said today
16. I will
17. Blackbird
18. Here today (chanson pour John Lennon)
19. Dance tonight
20. Mrs Vandebilt
21. Eleanor Rigby
22. Michelle
23. Something (hommage à George Harrison)
24. Obladi-Oblada
25. Back in the U.S.S.R.
26. I've got a feeling
27. A day in the life
28. Give peace a chance
29. Let it be
30. Live and let die
31. Hey Jude
32. Lady Madonna
33. Get back
34. I saw her standing there
35. Yesterday
36. Helter Skelter
37. Golden Slumbers/Carry that weight/The End

Sir Paul au Centre Bell



Jean-Pierre Fabien

Le 27 juillet, j'étais un des 16 993 témoins d'un rêve bien vivant. Moi qui ai été marqué dès ma jeunesse par le génie des Beatles, je n'avais encore jamais vu Paul McCartney en spectacle.

Ce qui étonne par-dessus tout, c'est l'énergie du Beatle gaucher, sa forme physique phénoménale et sa qualité de charmeur de foule. Imaginez : il arrive sur scène avec un veston rouge pompier, une chemise blanche, des pantalons noirs et ses bottes cubaines aux pieds, ces dernières comme dans le temps du film *A Hard Day's Night!* Et les succès, il nous les a joués et chantés pendant exactement trois heures en ne faisant qu'une pause annonçant alors les rap-

pels! Souvent, Paul présentait son vaste répertoire en alternant une chanson des Beatles avec une autre extraite de sa carrière solo ou avec la formation Wings.

Un aperçu de son répertoire

Le spectacle a commencé avec *Magical Mystery Tour*. « The Magical Mystery Tour is coming to take you away » scandait-il dans son micro, tout en jouant de sa basse violon, la même que celle qu'il avait utilisée au « Ed Sullivan Show » en février 1964.

Paul, qui a déjà 69 ans, a vraiment vécu à plein toutes ces années de rock'n'roll et, plus tard, de *peace and love*. Il prend le temps de nous faire revivre tant de chansons que nous connaissons tous : pensons seulement à *Let it be*, *Hey Jude*, *Michelle*, *Yesterday* et aussi à son hom-

mage aux deux Beatles disparus, John et George.

Un artiste généreux

Il est généreux ce Paul, et avec ses quelques mots et expressions en français, il a su gagner la confiance de ses inconditionnels adeptes.

J'ai beaucoup apprécié entendre les pièces *I will* et *Blackbird*, toutes deux extraites de l'album blanc. McCartney est un musicien doué et talentueux qui ne cesse de surprendre. Même ses derniers opus valent la peine que l'on s'y attarde. Si la santé continue de le combler, je ne serais pas surpris d'apprendre qu'il nous concoctera un autre spectacle avec d'autres succès des Beatles qui n'ont peut-être jamais été entendus sur scène. Dites-vous que je serai au rendez-vous s'il décide de revenir visiter ses amis montréalais.



Le passage de U2 à Montréal : deux soirées inoubliables

Audrey Tawel-Thibert

Un groupe légendaire était à Montréal pour livrer deux performances mémorables. Un battage médiatique impressionnant annonçait que U2 allait donner deux représentations à l'intérieur de l'Hippodrome de Montréal, dans le cadre de la tournée U2 360°; la plateforme tour-nante de l'estrade donne son nom à la tournée 360°.

Cet endroit était le seul dans la métropole à avoir la capacité d'accueillir chaque soir 80 000 personnes, réparties sur le parterre et dans les gradins... Ces spectacles avaient d'abord été reportés d'un an à cause d'un ennui médical de Bono, mais on y était enfin! La Société de transport de Montréal (STM) a d'ailleurs dû s'organiser en vue des congestions qu'allaient causer le déplacement des admirateurs. Des dizaines d'agents de police étaient aussi de la partie, afin d'assurer le maintien de l'ordre et la sécurité de tous.

Je m'étais procuré, avec beaucoup de difficulté, des billets pour assister à la prestation du 9 juillet avec mon père; nous aimons beaucoup

U2 et j'adore les spectacles musicaux. C'était à ne pas manquer; on parle du plus grand spectacle nord-américain de 2011! Les admirateurs en ont eu pour leur argent et pour leur patience.

Ce qui m'a d'abord frappée fut la vue de The Claw (La Griffe) : cette structure qui fait partie de la scène est des plus impressionnantes. Elle requiert plus de 20 camions qui la transportent en pièces détachées tout au long de la tournée. Mais cela en vaut le coup : en effet, lumières, rayons laser, mouvements rotatifs, canons, fumée, déploiement partiel et total de The Claw ont ébloui les spectateurs. Le groupe irlandais, qui a reçu un accueil très chaleureux, a comblé le public en le faisant participer, en créant une ambiance incroyablement énergique, et en passant de succès passés aux chansons plus actuelles extraites du dernier album *No line on the Horizon*. Mon coup de cœur de la soirée? Nous avons eu droit ce soir-là à une belle version acoustique de *Stuck in a Moment*, interprétée par le duo d'amis formé de Bono et The Edge. Et la foule a levé littéralement lors de la fameuse *Sunday Bloody Sunday*. Vraiment, de bons souvenirs pour tous ceux qui y étaient, et je suis consciente de ma chance d'en avoir fait partie!

<p>Héloïse Simoneau, infirmière, soins des pieds</p>	<p>Stéphane Trudeau, pht D.O. Physiothérapeute-Ostéopathe</p>
<p>Le traumatisme des ongles des pieds et des mains</p>	<p>Douleurs à la poitrine (2 de 3)</p>
<p>Le traumatisme des ongles des pieds et des mains est causé par des coups accidentels, des chaussures trop étroites, des activités sportives ou encore un objet qui tombe sur nos orteils.</p>	<p>Chaque côte possède trois articulations dont une au niveau de la vertèbre, une au niveau du sternum et une dernière vers le devant du thorax qui unit l'os et le cartilage de la côte. Des lois communes régissent la biomécanique de chaque articulation du corps, faisant en sorte que nous pouvons bouger une articulation aussi bien dans un sens que dans un autre, selon les axes permis.</p>
<p>Lors du traumatisme, des hématomes produisent des hémorragies en laissant apparaître des taches marron, bleutées ou noires, localisées sur une partie ou toute la plaque subunguéal, provoquées par la coagulation du sang. Ces hématomes sont visibles à l'œil nu, grâce à la nature translucide de l'ongle. Lors de coups accidentels, la douleur est propre à la phase aiguë qui va droit au cœur. Les symptômes des traumatismes peuvent causer en général des taches noires, violacées, marron, bleutées, rougeâtres, des lignes verticales ou horizontales étant donné les petites hémorragies des veines sanguines de la matrice unguéal.</p>	<p>Une côte ne fait pas exception à la règle et l'ostéopathe peut tester la mobilité de celle-ci. Un blocage de côte peut entraîner des spasmes musculaires, des sensations de brûlure, de douleurs vives, le souffle court ou coupé et un sentiment d'oppression. Le sommeil peut être perturbé, car le simple fait d'apposer une pression sur la cage thoracique par la posture au lit provoque une augmentation des symptômes ci-haut mentionnés. L'ostéopathe vérifie l'état de chaque articulation de la côte et libère les blocages associés.</p>
<p>Dans la majorité des cas, ces traumatismes ne sont pas un motif de préoccupation puisqu'avec le temps ils tendent à disparaître. Toutefois, le décollement total de l'ongle, l'inflammation et la douleur insupportable doivent être rapportés, puisqu'ils peuvent requérir un traitement spécialisé. Entre l'apparition de l'hématome et la disparition d'une tache noire produite lors du traumatisme, il faut compter environ 15 à 18 mois pour un ongle de pied et 5 à 8 mois pour un ongle de la main. Le mois prochain, nous verrons les conseils à suivre suite au traumatisme.</p>	<p>Conférence-spectacle «Guérir» par Stéphane Trudeau, Ostéopathe et thérapeute global depuis 25 ans Le samedi 10 septembre à 19 h 30 à la Salle Antony-Lessard de Saint-Jérôme Billets en vente en composant le 450 224-8288 Coût : 20\$, taxes incluses La critique est unanime, une conférence-spectacle subtile, drôle, profonde et puissante!</p>
<p>450 224-4388 973 B, chemin des Hauteurs, Saint-Hippolyte (ancienne clinique médicale)</p>	<p>450 224-8288</p>