

ENTREPRISE
RPM+
RAMONAGE

réparation de cheminée - joints de pierre et briques
pose de pierres artificielles

Le maître Pascal Magnan
450 563-5990

Le Sentier

Le journal communautaire de Saint-Hippolyte

COIFFURE
La Bohème

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



sur le WEB le 12 octobre
www.journal-le-sentier.org

OCTOBRE 2011 • VOLUME 29 n° 8

RE/MAX RE/MAX DE L'AVENIR INC.

Peter Léo Lemay
Courtier immobilier
bur. : 450 563-4242
cell. : 514 619-4242

2241, ch. des Hauteurs



Marguerite Blais : une femme de cœur avant tout

page 3

Marguerite Blais dans l'intimité de sa maison de Saint-Hippolyte. PHOTO MARTINE LAVAL



MLS 8621379

Vue spectaculaire!
Terrain de 115 605 p.c.
ACCÈS notarié au lac et place au quai
299 000\$



Carmen Dion
Courtier immobilier agréé

450.563.5559
Sans frais 1.866.563.5559

cdion@immeublesdeshauteurs.com

2264, chemin des Hauteurs, Saint-Hippolyte

Immeubles des
Hauteurs
Agence immobilière

www.immeublesdeshauteurs.com



Isabelle Tremblay
12^e au classement
final 2011
page 17

Madame la ministre
de la Culture, des Communications et de la Condition féminine



Ne touchez pas à mon
PAF

*programme d'Aide au fonctionnement pour les médias communautaires
L'abolition du plan triennal de subventions aux médias communautaires va à l'encontre de la Politique gouvernementale sur l'action communautaire autonome adoptée par le Conseil des ministres du gouvernement du Québec.

Le Sentier

AMÉCO



Jacques Corbeil
sculpte une oeuvre
quatre mètres de haut
en France
page 3

**SOIRÉE
D'INFORMATION**
*Ma bibliothèque,
un milieu de vie*

Une nouvelle
bibliothèque
à Saint-Hippolyte

Le mardi 18 octobre,
à 19 h à l'église

Cette soirée d'information portera sur les étapes de réalisation de ce projet d'envergure qu'est l'installation d'une nouvelle bibliothèque municipale.

Les principaux responsables de ce dossier seront présents pour vous donner toute l'information sur ce projet. Entre autre, Gilles Beaugard, conseiller responsable du dossier, Jacques Hébert, architecte, Jean-Marc Parent, du ministère de la Culture, Joanne Turnbull, directrice générale du Réseau Bibliothèque et Élise Chaumont, responsable de la bibliothèque, répondront à vos questions.

Nicole Boucher courtier immobilier

175 000 \$

À qui la chance ? Constr. 2007 au coeur du village, sous-sol. MLS 8473751

165 000 \$

Succession (centenaire), intergénération, beau-coup de cachet, garage + entrepôt. MLS 8551365

245 000 \$

2 chalets sur un magnifique terrain plat (45 000 p.c.) MLS 8496204

267 000 \$

PRIX RÉVISÉ

Transfert Gaspésie, constr. 2006, s-sol, 2 foyers, spa, très éclairée, plafond haut. MLS 8557657

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

bouchern@sutton.com
450 563-4919

À votre service depuis 1962 !



- Excavation résidentielle
- Creusage pour fondation
- Démolition
- Transport de matériaux (terre - pierre - sable - gravier)

Nos spécialités

- Installation septique
- Analyse de sol



BESOIN D'AIDE POUR UN PROJET?

Votre conseiller technique vous offre :

- Une évaluation adaptée à vos besoins
- Un service personnalisé
- Un service professionnel

Des conseils qui vous aideront à faire une économie de temps et d'argent

1075, croissant des Hauteurs • Saint-Hippolyte

450 224-0555

R.B.Q. 2423-7190-25

**TERRASSEMENT
Service
mini-pelle**



Certification environnementale des ateliers de services automobiles



Nous sommes le premier garage des Laurentides à être certifié

Clé Verte, la plus haute norme environnementale pour les garages au Québec.

Tous les ateliers certifiés s'engagent à offrir à leurs clientèles des services respectant les exigences du programme **CLÉ VERTE**.

Les engagements :

- Le respect de l'environnement
- Le respect des lois et des règlements
- L'application de bonnes pratiques en atelier allant au-delà des lois et règlements
- La sécurité de la clientèle
- L'entretien des équipements
- La compétence des ressources humaines

**Antirouille
PROLAB**

à partir de

89⁹⁵\$
pour une auto

**biodégradable
de très haute qualité**

Recommandé par le CAA



1010, chemin des Hauteurs, Saint-Hippolyte (près chemin du lac Écho) • 450 224-8882

J'ai rencontré Marguerite Blais une femme de cœur avant tout

Martine Laval

Lorsque j'ai rencontré Marguerite Blais, je n'allais pas rencontrer la Ministre des Aînés, mais plutôt la femme derrière tous les rôles qu'elle s'est offert de vivre dans sa vie professionnelle.

À pieds joints

Nous la connaissons depuis longtemps comme animatrice et visage public à la télévision et à la radio. Nous l'avons connue plus politique, comme présidente du Conseil de la famille et de l'enfance. Puis un jour nous l'avons suivie dans sa course pour devenir députée de Saint-Henri/Sainte-Anne au sein du Parti libéral. C'est alors qu'on a compris que cette femme qui avait

déjà été approchée par Robert Bourassa afin de joindre les rangs de son parti, avait des vues précises sur le rôle plus sérieux qu'elle désirait maintenant jouer au sein de la communauté dans laquelle elle est née et de la société québécoise en général. Marguerite Blais sautait alors à pieds joints dans le monde de la politique.

Un monde plus grand que soi

Cette femme de caractère, intelligente et déterminée, nous montre toutefois par ses agirs son cheminement personnel, sa carrière diversifiée et fluide, sa courtoisie, sa classe, son instruction, ses accomplissements, qu'il y a plus grand et plus important que le pouvoir et la gloire. Il y a son monde, celui duquel elle est issue et celui qu'elle s'est créé, le monde auquel elle croit et celui auquel elle aspire pour tous, de tout cœur.

Droit devant

La dernière fois que je m'étais assise dans son intimité à la fin de 2003, elle m'avait parlé du livre qu'elle venait de publier en collaboration

avec Jules Desrosiers : « Quand les sourds nous font signe », fruit de sa maîtrise en communication. Elle s'appropriait également à l'époque, à renouveler ses vœux de mariage, après 25 ans d'une union solide, geste concret du désir de toujours aller plus loin dans la vie et dans le cœur, en toute reconnaissance.

Lorsque je lui demande aujourd'hui de me parler de son cheminement depuis cette date, il n'est pas étonnant d'apprendre que cette femme déterminée a bien sûr terminé ce qu'elle avait commencé en publiant en 2007, en collaboration avec Jacques Rhéaume, le fruit de son doctorat sur ce sujet qui lui tient encore et toujours à cœur : « Apprendre à vivre aux frontières des cultures sourdes et entendant; histoire d'enfants entendants issus de parents sourds. » Détentrice d'un doctorat obtenu à 57 ans, présidente alors du Conseil de la famille et de l'enfance, elle pouvait désormais ouvrir grandes les portes d'une autre passion politique : ce qui deviendra au fil des ans, la cause des aînés.



Ministre des aînés et femme de cœur. PHOTO MARTINE LAVAL

Le côté privé de la vie politique

(ML) Dans sa vie privée, puisque c'est chez elle, dans sa jolie maison des Laurentides qu'elle me reçoit, je rencontre une femme entourée d'amour, de compréhension et de respect, qui vit sa vie de famille en douceur et en toute simplicité dans un décor douillet et chaleureux.

Vulnérable en ce matin de notre entretien puisqu'elle vient de passer une mauvaise nuit suite à un problème de santé sans gravité, elle se confie tout de même franchement et simplement sur sa vie, ses horaires et ses obligations de femme politique qu'elle vit avec grâce.

Une complicité à toute épreuve

C'est un délice de l'entendre parler avec passion et conviction de tout ce qui l'anime.

Jean-Guy Faucher, son mari, nous sert le thé très discrètement, et dans ses gestes on sent toute la complicité qui a déterminé le juste rôle que chacun jouerait au sein de leur couple. Elle bouge sans cesse entre Québec, Montréal, les Laurentides, d'une obligation à l'autre, d'un événement ici et là, il est là, présent, accomplissant ses tâches professionnelles à partir de la maison, tout en jouissant du temps qu'ils arrivent toutefois à partager dans l'intimité de leur cocon herméatique. Leur complicité est tangible et belle à voir.

Marguerite Blais parle avec amour de ses trois enfants que Jean-Guy et elle ont adoptés, de ses six petits-enfants qui la gardent alerte et jeune.

La fibre maternelle par contre

Lorsque je lui pose des questions sur sa vie de famille, Marguerite Blais me parle avec amour de ses trois enfants qu'ils ont adoptés, de ses six petits-enfants qui la gardent alerte et jeune, cette femme qui prend le temps de s'entraîner tous les matins et de trouver le temps de faire ce qu'elle aime tant, lire et écrire, malgré un horaire bien chargé. Nous dérapons inévitablement sur nos petites anecdotes et nos plaisirs de mamies, mais lorsque je lui demande toutefois quelques détails plus précis, elle me confie : Cette révélation dévoile que c'est donc avec toute cette connivence et ce soutien, que Marguerite Blais peut s'offrir dans l'équilibre, le respect, l'amour, l'aisance et la joie, cette douce conciliation carrière politique-famille. Ceci confirme que le contraire étant aussi juste : « Derrière toute grande femme il y a un grand homme! »

La main du cœur

Avec tout le respect que l'on vous doit pour le combat actuel que vous menez pour cet âge que l'on désirerait « d'or » pour tous, madame la Ministre, nous savons que nous pouvons compter sur Vous pour défendre les droits, les besoins, le bien-être de nos aînés actuels, tout en préparant le terrain de nos aînés en devenir dont vous ferez éventuellement partie. Leur offrir le droit de vieillir respectueusement, de mourir dignement, chez eux autant que faire se peut, entourés de leur famille, de leur proche-aidant qui eux aussi, ont droit à l'aide et à la reconnaissance, est une bien noble cause dont nous vous sommes reconnaissants de mener à partir de la main du cœur.

Chapeau Madame la Ministre! Nous vous saluons bien bas pour cette cause humaine qui nous concerne tous et vous tient à cœur, autrement que dans le pouvoir et la gloire!

Le Totem : le lien qui nous unit

(ML) Dans le cadre des Journées du Patrimoine, les Muséales de Tourouvre en France, en partenariat avec l'espace des Arts et Techniques de la Corne d'Or de Randonnai et l'association Com2arts, ont organisé une résidence d'artistes québécois venus créer le patrimoine de demain.

Du Perche au Québec, quatre siècles d'amitié en sculpture

Après appel à projet, trois sculpteurs ont été retenus dont Jacques Corbeil (président du Comité culturel de Saint-Hippolyte et plusieurs fois exposants à Montagne-Art) et Jean-François Maheux. Ils ont travaillé autour d'un sujet imposé : les liens d'amitié historiques entre le Perche et le Québec. Du 3 au 18 septembre, ils ont créé, sous les yeux du public, un totem en calcaire de Saint-Maximi de quatre mètres de haut pesant environ deux tonnes. Ce totem mêlant des symboles amérindiens et tourouvrais évoque les liens étroits qui unissent Tourouvre au Canada depuis le 17^e siècle. Il se veut un lien entre familles françaises migrantes venues du Perche (près de 80 000 familles installées au Québec) et autochtones. Ces hommes et femmes en quête d'une nouvelle vie ont tissé des liens avec les amérindiens. C'est cette union que Jacques et Jean-François ont choisi de mettre en valeur et faire revivre à travers leur oeuvre. L'oeuvre prendra place sur l'esplanade des Muséales.

Le Totem

Comme plusieurs totems Amérindiens, l'aigle qui voit loin et tente de repérer l'ennemi et le gibier se trouve tout en haut. Dans notre optique, nous voulions faire référence aux premiers Français arrivés en Nouvelle-France qui regardaient loin au-delà de la ligne d'horizon, raconte Jacques Corbeil. La deuxième partie est l'Amérindien, le premier humain que les colons rencontrent. Il tire la langue en guise de salutation. La troisième partie est le boeuf, symbole de la force et de l'endurance, que l'on retrouve sur le blason de la ville de Tourouvre.

La base de la sculpture présente des lignes qui se poursuivent sur les côtés, jusqu'à l'arrière, des



Jacques Corbeil en France devant l'oeuvre intitulée Le Totem.

PHOTO COURTOISIE

lignes droites et pures qui se marient avec l'architecture du Musée de l'Immigration française. À l'arrière, ce sont des bandes de couleur faites d'aluminium et peinture cuite. Le rouge et le vert représentent les couleurs du Musée et symbolisent,

Du 3 au 18 septembre, Jacques Corbeil et Jean-François Maheux ont créé, sous les yeux du public, un totem en calcaire de Saint-Maximi de quatre mètres de haut pesant environ deux tonnes.

le rouge de la feuille d'érable du Canada et le vert de la feuille de chêne de Tourouvre. Le jaune, le travaillé jusqu'à la dernière minute, mais j'avoue que Jean-François et vert et le bleu sont les couleurs du blason de Tourouvre et le bleu est celui de notre drapeau du Québec. Le jaune, le vert et le bleu sont les couleurs du blason de Tourouvre et le bleu est celui de notre drapeau du Québec. Les lignes et les couleurs donnent le côté moderne et contemporain à la sculpture et harmonisent ainsi les quelques 400 années d'histoire.»

« Nous avons travaillé jusqu'à la dernière minute, mais j'avoue que Jean-François et moi sommes bien satisfaits de cette sculpture », affirme fièrement Jacques Corbeil.

De disciple à mentor

Jean-Pierre Fabien

Écrit le 27 septembre 2011, donc antérieur au décès de Pierre Dansereau survenu le 29 septembre, ce texte n'est pas un hommage posthume, mais en est un de reconnaissance. Si je n'apprends rien de vous, il se peut que vous n'appreniez pas grand-chose de moi.

— Pierre Dansereau

Un grand écologiste

Le professeur et écologiste Pierre Dansereau aura 100 ans le 5 octobre 2011. Cet homme exceptionnel a inspiré ma vie professionnelle et personnelle. Pour avoir enseigné l'écologie de 1981 à 2005, je connaissais l'apport indéniable du professeur Dansereau dans le domaine scientifique (phytociologie, biogéographie, écologie et sciences sociales). Je le citais dans mes cours, même si je ne l'avais jamais rencontré. De toute façon, qui suis-je pour organiser une rencontre avec le plus grand écologiste du Québec et sûrement l'un des hommes les plus érudits et influents du siècle dernier? En 1988, je tente ma chance. Je l'in-

Selon Pierre Dansereau, il faut agir maintenant de notre propre gré pour améliorer le sort de l'environnement au lieu d'attendre que des contraintes nous soient imposées.

vite à donner deux conférences dans le cadre d'une semaine de l'environnement dans mon lieu d'enseignement, au Collège de l'Assomption. Il accepte. D'autant plus qu'il me mentionne avec fierté que ses deux grands-pères, Lactance Archambault et Arthur Dansereau ont étudié dans cet établissement, et ce, au 19^e siècle!

Un homme charismatique

À partir de ce moment s'établira un lien de confiance et d'amitié entre lui et moi. Cet homme, foncièrement heureux et optimiste, est animé d'une flamme inextinguible. Il aime la vie et communique sa ferveur, son enthousiasme à son entourage. De plus, lorsqu'il est placé sur le chemin de personnes dont il reconnaît la valeur, il les choisit comme « disciples » même si cela se fait sans ce choix de mots... Je l'ai connu lorsqu'il avait 76 ans et, en 1999, à 88 ans, il avait le double de mon âge!

Pierre Dansereau est également un homme réfléchi et pragmatique comme la plupart des scientifiques. Je lui ai déjà demandé quel était le succès de sa jeunesse perpétuelle. Après quelques instants, il m'a répondu qu'il ne s'attardait pas aux échecs qu'il a pu connaître dans sa vie. Il passe donc rapidement à autre chose, évitant de s'en faire ou de broyer du noir... Dans Charlevoix, une région qu'il affectionne particulièrement, je l'ai suivi dans les sentiers forestiers, lui qui marchait d'un pas assuré, distançant ainsi ceux qui étaient derrière...



Jean-Pierre Fabien en compagnie de Pierre Dansereau au lac Cornu en 1993. PHOTO COURTOISIE

Austérité joyeuse

Lorsque j'entre tous les matins dans mon bureau de Longueuil, je regarde sa photo sur mon mur, prise en 1988. Ce que l'on découvre, c'est un homme au visage souriant et épanoui. Cet humaniste a su inspirer ma vie. Oui, je suis son disciple, et il est mon mentor. Il m'insufflé tant d'énergie positive que je me devais d'aller le rencontrer occasionnellement. Durant l'une de nos rencontres, je lui ai dit que je l'admiraais. Il a fait un signe comme s'il fallait balayer cet

état de fait. Il ne voulait rien entendre. Il voulait être mon égal. Cet homme simple vit au présent et exprime de courageuses idées pour orienter les décisions de demain. Comme son principe de l'austérité joyeuse. Selon lui, il faut agir maintenant de notre propre gré pour améliorer le sort de l'environnement, au lieu d'attendre que des contraintes nous soient imposées. Imaginez ce que seraient aujourd'hui notre province, notre planète, si nous avions pris de telles décisions éclairées.

Campagne de financement pour le chauffage de l'église

À tous les 1^{ers} dimanches du mois, une collecte spéciale se fera aux messes de 9 h 30 et 10 h 30 pour absorber le coût du chauffage. La 1^{ère} collecte se fera au mois de novembre 2011. MERCI pour votre générosité.

Les membres de l'assemblée de fabrique

Les billets vendus participent à 24 tirages : 12 tirages de 1 000 \$ et 12 tirages de 100 \$ sur une période de 12 mois et il est possible de gagner plus d'une fois. Le prix du billet est de 100 \$ l'unité; vous pouvez être seul ou en groupe de 2-4-6-10 personnes pour acheter un billet.

Vous avez plus de chance de gagner qu'à une autre loterie parce qu'il y a 400 billets émis seulement dont

328 vendus l'an dernier. Le tirage se fait le premier dimanche de chaque mois, après la messe de 9 h 30 en présence des paroissiens et ce, à partir du 2 octobre 2011 pour se terminer le 2 septembre 2012. **Pensez à faire un cadeau d'un billet à un être cher.**

Le profit servira à défrayer les salaires reliés à la pastorale. L'enseignement de la foi est la responsabilité de la paroisse, de l'Église et l'Église, c'est nous, vous et moi...

Pour acheter vos billets vous pouvez appeler au 450 563-2476, Raymond Phillon, vendeur bénévole ou encore au secrétariat, au 450 563-2729. Merci de votre participation !

Michel Lecourt, suite

Pour vous procurer le disque de Michel Lecourt : *Mes mélodies d'amour*, vous le joignez au 450 431-3937

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 : 450 224-2057 • 514 830-2433

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.

www.journal-le-sentier.org

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.

Votre représentante publicitaire



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



Le tournoi de golf au profit de la fabrique de Saint-Hippolyte rapporte 25 000 \$

Jennifer Ouellette

Le 13 septembre, sous la pluie et le vent, avait lieu le tournoi de golf annuel de la municipalité de Saint-Hippolyte. Les profits au montant de 25 000 \$ sont remis à la fabrique de notre municipalité qui s'occupe des avoirs de la paroisse, soit les églises, le presbytère et la chapelle. Autrefois, la dîme et la quête suffisaient à pourvoir aux besoins, mais avec la diminution de la fréquentation des églises, il devient de plus en plus difficile de voir à l'entretien et aux réparations de différents immeubles. Ce montant lui donnera un bon coup de pouce.



Gilles Ducharme, Bruno Laroche, François Fournier et Jacques Grand'Maison.

PHOTO MICHEL BRODEUR

Saint-Adolphe-d'Howard, Sainte-Sophie, Saint-André d'Argenteuil et Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson ont participé au départ. Le préfet de la MRC Rivière-du-Nord, Yvon Brière, le député Claude Cousineau et Lise Thibault ont également pris part à l'événement.

Plus de 135 personnes ont commencé à jouer, mais le tournoi a été interrompu pour plusieurs en raison du vent et des pluies intenses, voire diluviennes, qui se sont déversées sur le terrain de golf Le Chanteclec, à Sainte-Adèle.

Le meilleur résultat de la journée a été remporté par le quatuor 9 b composé de Jacques Cousineau, Pierre Poudrier, Jean-Pierre Héту et Mel Shea, qui ont obtenu chacun un chèque-cadeau de 50 \$, chez Bonichoix de Saint-Hippolyte, une gracieuseté de Paul de Montigny. Les quatre gagnants ont généreusement remis leur gain au Comptoir alimentaire de Saint-Hippolyte. Belle générosité!

Personnalités politiques

Plusieurs personnalités de la politique municipale ont pris part à l'événement. En plus du maire de la municipalité et ses conseillers, les maires des municipalités de La Conception, Saint-Calixte, Saint-Sauveur, Morin-Heights,

C'est un rendez-vous l'an prochain pour la 10^e édition pour laquelle dès maintenant une invitation au soleil est envoyée afin qu'il soit de la partie!

le. Plus de 170 participants étaient présents lors du souper où plusieurs prix ont été tirés. Plusieurs œuvres ont ainsi été distribuées, ainsi que des téléviseurs, imprimante, caméra numérique, sac de golf et autres.

Pour Bruno Laroche, il s'agit d'une deuxième année à la présidence d'honneur de ce tournoi de golf. Il indique que cela implique surtout de vendre beaucoup de

quatuors. Présent au conseil municipal depuis 1997, il trouve important de travailler pour la communauté.

Pour Claude Cousineau, député du Parti québécois, il est primordial de contribuer, lorsque c'est redistribué aux citoyens dans le besoin.

C'est un rendez-vous l'an prochain pour la 10^e édition pour laquelle dès maintenant une invitation au soleil est envoyée afin qu'il soit de la partie!

Des cours de yoga et de karaté au profit de la lutte contre les cancers

Nathalie Vigneault

Un yoga-thon et un karaté-thon au profit de la Société canadienne du cancer (SCC) auront lieu à l'Institut Yoga-Vie et à l'école de karaté de Lorenzo d'Anna du 24 octobre au 7 novembre.

Comme Lyne Rochon de l'Institut Yoga-Vie l'a remarqué, de plus en plus de gens sont touchés de près ou de loin par le cancer. La Société canadienne du cancer (SCC) publie chaque année son volume de «Statistiques canadiennes sur le cancer». On peut y lire notamment que Les hausses du nombre de nouveaux cas de cancer sont principalement attribuables à la croissance démographique et au vieillissement de la population et que Aujourd'hui, plus de 60% des Canadiens qui ont reçu un diagnostic de cancer survivent, notamment grâce aux recherches des dernières décennies dans le domaine.

Dans ce guide, plusieurs données y sont relevées, mais outre les chiffres, il y a les personnes que l'on côtoie. *L'idée m'est venue d'aider la cause de la lutte contre le cancer parce que je remarquais que de plus en plus de personnes sont touchées par cette maladie, dont certains de mes élèves*, révèle Mme Rochon.

Karaté ou yoga

La Société canadienne du cancer investit la majorité des dons dans la recherche contre les cancers, c'est pourquoi j'ai choisi de donner à cette organisme reconnu, indique la directrice de l'Institut Yoga-vie. Pour participer à cette activité de financement, il suffit de s'inscrire à autant de cours que possible de yoga ou de karaté. Les prix varient par tranche d'âge, mais il en coûte un minimum de 20\$ par adulte, par cours. Lyne Rochon assure que la totalité des sous amassés durant ces deux semaines seront remis à la SCC. Les horaires seront publiés sous peu sur le site Internet www.yoga-vie.com. Il est aussi possible de faire simplement un don directement à la SCC. Pour toute information: 450 563-1952. Pour le site web de la SCC : www.cancer.ca.



Un été bien rempli

Cet été j'ai appris à faire du canot sur le lac du Pin rouge. Un canot peut transporter trois personnes. Celle en arrière avironne et celles au milieu et en avant rament. Avironner, ça veut dire conduire le canot. Une écope c'est fait pour vider le canot. Il faut mettre une veste de sauvetage quand on fait du canotage.

Il nous faut une ceinture de sécurité et une pagaie en kayak. J'ai aussi fait du kayak sur le lac Connelly avec ma mère et ma sœur, chez mes grands-parents. Puis, il y avait un petit ruisseau où on pouvait se promener en pagayant.

Anison 10 ans (école maison)

CHRYSLER

Jeep

DODGE

RAM

Venez voir notre vaste gamme de produits Chrysler, Jeep, Dodge et Ram.

inter-auto inc.
2180, boul. Labelle
Saint-Jérôme
450 431-3550

Profitez de nos **MEILLEURS PRIX** de l'année sur nos modèles 2011!

Bienvenue à tous les clients

Pour être bien **CONSEILLÉ**, pour un **SERVICE** hors pair, venez me rencontrer personnellement. Je m'occupe **DE TOUT!**

Robert Chicoine
de Saint-Hippolyte • Cell. : 450 516-4795

www.interautochrysler.com

Un nouveau conseil d'administration au Club Optimiste

Linda Rousseau, présidente 2010-2011 a été réélue présidente du Club Optimiste Saint-Hippolyte pour 2011-2012. L'assermentation a eu lieu lors d'un brunch le 2 octobre.



Lucile Tremblay recevant son certificat de mérite de Linda Rousseau accompagnée de la lieutenant-gouverneur 2010-2011, Gyslaine Bougie. PHOTOS COURTOI-

Linda Rousseau a profité de l'occasion pour présenter son nouveau conseil d'administration composé des anciens directeurs qui ont renouvelé leur mandat et d'une nouvelle venue, Geneviève Maillé, qui a accepté le poste de vice-présidente.

Lors de son allocution Madame Rousseau a souligné la présence de la nouvelle directrice de l'École des Hauteurs, Michelle Prince et remercié tous les gens présents au brunch. Lors du prochain mandat, les efforts du Club Optimiste



Linda Rousseau et la nouvelle directrice de l'École des Hauteurs, Michelle Prince.

te iront au projet « Identification des enfants » qui commence les 15 et 16 octobre où les inscriptions vont bon train, et à la continuité du projet « Sécurité Internet ».

Un certificat de mérite a été remis à Lucile Tremblay pour son travail exceptionnel durant la dernière année, à titre de secrétaire du club et un certificat de mérite offert par le District a également été remis à Gilles Rousseau pour la production du journal Opti-Nouvelle pour l'année 2010-2011.

Programme d'identification des enfants

Il reste encore quelques places pour l'inscription des enfants au programme d'identification. Renseignements : 514 898-1849.

Linda Rousseau, présidente

Guérir, de Stéphane Trudeau : spectacle ou conférence ?

Marie-Andrée Racine

Spectacle ou conférence? Difficile d'en juger. On pourrait d'ailleurs ne pas s'arrêter à vouloir trancher la question mais, pour le moment, le mélange des deux genres est quelque peu déroutant.

Les idées émises, bien qu'elles ne nous mènent pas de façon évidente vers la guérison annoncée, sont d'une incontestable véracité et présentées de façon simple et accessible.

En voici quelques unes, pour vous donner un aperçu du contenu de cette présentation :

- Nous n'avons pas de DÉFAUTS : seulement un mauvais dosage de nos qualités;
- Nous pouvons modifier nos PERCEPTIONS pour mieux nous sentir;
- La VISUALISATION, processus à la portée de chacun, est un bon outil pour améliorer nos perceptions;
- Éviter le gaspillage de nos ÉNERGIES : ne pas se laisser siphonner par des éléments extérieurs stériles.

Les exercices proposés, toutefois, ne rejoignent pas l'ensemble de l'auditoire, composé de près d'une centaine de personnes, dont certaines constituent la clientèle de M. Trudeau.

Celui-ci, avec une pointe d'humour, qui se dit « psycho-pathe » : appellation issue de son expérience professionnelle de psychologue et ostéopathe.

Un bon outil de croissance personnelle

Cette conférence-spectacle ne semble pas complètement rodée. Épurée, mieux structurée, plus didactique, elle est appelée à devenir un précieux outil de développement personnel.

Cependant, tout à l'honneur de M. Trudeau, nous avons passé un bon moment en sa généreuse présence et sommes ressortis de la rencontre plus conscients du chemin qu'il nous reste à parcourir pour parvenir à un mieux-être et munis de quelques techniques simples pour y parvenir.

Un conférencier enthousiaste

M. Trudeau a beaucoup à offrir et le démontre de façon fort enthousiaste, tant par la présentation visuelle qui l'accompagne tout au long du spectacle que par sa façon de s'investir sur scène, ne lésinant pas sur la dépense... d'énergie.

Prochaine conférence

Il vous sera d'ailleurs possible de vous faire une opinion personnelle, car son spectacle-conférence sera présenté le 12 novembre à 19 h 30 à l'église de Saint-Hippolyte



Domaine Pure Nature

Nouveau projet pour les amoureux de la nature

**Magnifique terrain boisé
situé dans un nouveau projet résidentiel
Secteur lac Connelly à Saint-Hippolyte**

À partir de
153 000\$

0\$

MISE DE FONDS



Incluant : Maison, terrain, frais de notaire

TERRAINS À VENDRE

Phase 1 : 50% vendu
Zone parc protégée
 (Randonnée pédestre, ski de fond, raquette)
Secteur lac Connelly : rue pavée en 2012
Magnifiques terrains en montagne
**Terrains de 33 000 p.c.
 et plus**

**Prévente phase 2
disponible**



927.1472



Les habitations du
Lac Connelly

Rénald Vezeau
450 436-0526

Guy Baillargeon
450 821-9561

Un voyage humanitaire en Bolivie pour Aidan

Audrey Tawel-Thibert

Aïdan Tronchon, un étudiant de 17 ans récemment diplômé de l'école secondaire Des-Hauts-Sommets, a vécu toute une expérience transcontinentale. En effet, à la fin mars, le jeune homme s'est envolé pour la Bolivie afin de participer à un voyage humanitaire, organisé dans un cadre scolaire.

Les débuts de l'aventure

Lorsqu'il était en secondaire IV, Aïdan avait une amie qui s'intéressait beaucoup aux projets internationaux, au point de décider d'organiser un voyage en collaboration avec un professeur d'histoire de l'école Des-Hauts-Sommets et l'AFS (Vivre Sans Frontières), un organisme qui met sur pied des voyages humanitaires. Ainsi donc, lorsqu'Aïdan a entamé son secondaire V, la destination choisie fut la Bolivie, un pays qui semblait, aux yeux des élèves, avoir besoin de leur aide. Puis, les préparatifs se sont enchaînés rapidement : inscription officielle des élèves, constituant ainsi un groupe de presque trente personnes, campagnes de financement diverses (collectes de bouteilles et ventes), etc. Plusieurs rencontres étaient au programme, des projets scolaires en lien avec ce voyage ont été réalisés, quelques cours d'espagnol et d'apprentissage sur la culture du pays pour être bien prêt, et voilà, le départ était imminent!

La vie en Bolivie

Tous les élèves du groupe ont été répartis dans des familles d'accueil. Celle où a résidé Aïdan étant assez aisée, il n'a pas eu trop de difficulté à s'adapter. Certains ont eu moins de chance sur cet aspect : entre autres, un certain étudiant habitué à bien manger à sa faim fut bien déçu, devant se contenter de thé et de biscuits secs pour souper...

Sur les deux semaines qu'a duré le périple, les étudiants ont travaillé la moitié du temps dans une école primaire nommée « La Paz », située en montagne. Cette école accueille des enfants dont les parents sont en prison. Les travaux effectués par Aïdan et son groupe furent diversifiés : aménagement, rénovations, plantage d'arbres, travaux routiers, etc. Bref, les étudiants n'ont pas eu le temps de s'ennuyer, et ont tout de même visité un peu!

Rétrospective d'Aïdan

Lorsque j'ai demandé à Aïdan ses impressions sur ce beau voyage en Bolivie, il m'a répondu : *Ce fut assez amusant, je serais bien resté plus longtemps, car c'est toujours agréable de vivre quelque chose de différent même si j'avais un peu de devoirs à faire quand mêm-*



Sur les deux semaines qu'a duré le périple, il a travaillé la moitié du temps dans une école primaire nommée « La Paz », située en montagne. Cette école accueille des enfants dont les parents sont en prison.

me là-bas. J'ai pu découvrir une nouvelle culture, j'ai fait de belles rencontres et j'ai entretenu une belle relation avec ma famille d'accueil. J'ai aimé passer du temps avec mon groupe, car une expérience pareille crée évidemment des liens. J'ai apprécié la visite de l'Île du Soleil et de l'Île de la Lune, c'était beau et impressionnant à voir.

Aïdan conservera donc un beau souvenir de son voyage, même s'il confie que la vue de la pauvreté en Bolivie était parfois difficile à supporter, et a noté la présence d'une quantité importante de chiens errants. Bref, Aïdan et moi, ayant chacun vécu un voyage inoubliable cet été, sommes d'accord sur le fait que les voyages forment la jeunesse, c'est un enrichissement pour la vie!

RECYC-FRIGO
ENVIRONNEMENT

VOTRE VIEUX FRIGO POURRAIT CONSOMMER JUSQU'À
4,8 fois plus d'énergie
qu'un nouvel appareil homologué ENERGY STAR !

Appelez RECYC-FRIGO. Votre appareil sera recyclé à 95 %
et vous recevrez **30 \$** par la poste !

Pour un ramassage **gratuit** :
www.recyc-frigo.com ou **1 888 525-0930**
Assurez-vous d'avoir votre facture d'électricité en main.

Hydro Québec

* L'appareil doit avoir plus de 10 ans, un volume intérieur entre 10 pi³ et 25 pi³, être fonctionnel et branché. Une limite de trois appareils par foyer s'applique. Les appareils commerciaux ne sont pas admissibles. Certaines conditions peuvent s'appliquer.

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

L'approche adaptée à la personne âgée en milieu hospitalier

Le CSSS de Saint-Jérôme... complice des aînés!

Isabelle Poulin

Le CSSS de Saint-Jérôme adhère à l'approche adaptée à la personne âgée en milieu hospitalier. Cette approche présente les meilleures pratiques en soins et services pour les personnes âgées hospitalisées.

Basée sur un cadre de référence réalisé par des experts en gériatrie pour le ministère de la Santé et des Services sociaux, l'approche adaptée répondra aux besoins de la population. En effet, il est clair qu'avec le vieillissement de la population, les établissements doivent prendre un virage important. Non seulement les personnes âgées sont-elles plus nombreuses, mais leur passage à l'hôpital leur laisse souvent des séquelles dont elles se remettent difficilement. C'est ce constat qui a motivé le CSSS à mettre en place un cadre de référence, en ciblant des interventions qui pourront avoir un effet positif dans la vie des aînés qui devront séjourner en milieu hospitalier.

Engagement de tous

Afin de s'assurer de l'engagement de tous les intervenants, des médecins, du personnel infirmier, des préposés aux bénéficiaires, des professionnels et aussi des familles des usagers, la Direction générale du CSSS, appuyée du conseil d'administration, a décidé de faire de cette approche une priorité organisationnelle. Deux comités sont déjà en place pour favoriser l'implantation de cette approche. *Ces nouvelles interventions, simples à première vue, viendront bousculer des façons de faire établies depuis longtemps. Il s'agit d'un véritable changement de culture!* affirme Liette St-Hilaire, directrice

ce du programme pour personnes en perte d'autonomie et porteuse du dossier. À titre d'exemple, plutôt que de laisser la personne âgée alitée, plusieurs situations seront utilisées afin de favoriser l'activité physique; la personne âgée sera encouragée à se déplacer à la toilette, à manger assise dans un fauteuil plutôt qu'au lit, etc. Les familles et les usagers devront également être renseignés sur le nouveau paradigme concernant l'alitement qui doit être perçu comme une mesure d'exception et qui a des impacts sur la récupération des personnes âgées à la suite d'une hospitalisation.

Formation et sensibilisation

Des activités de formation ont été développées en lien avec ce cadre de référence, ce qui permettra au personnel de se familiariser avec cette nouvelle approche. L'objectif est de prévenir ou atténuer le déclin fonctionnel en évaluant l'état de santé des personnes qui arrivent à l'hôpital, puis de dépister des facteurs précipitant ou prédisposant. Ainsi, on pourra mettre en place des mesures préventives et spécifiques, selon l'état de santé de la personne qui arrive à l'hôpital. La vulnérabilité particulière à la personne âgée doit absolument être prise en compte dans son ensemble. D'ailleurs, son passage à l'hôpital se situe dans un continuum, avec un « avant » et un « après » dont on doit se préoccuper. À ce sujet, le Réseau de services intégrés pour la personne âgée (RSIPA), dont la phase 1 est déployée et intégrée au CSSS de Saint-Jérôme depuis deux ans, offre une gamme diversifiée de services avant, pendant et après l'épisode de soins à l'hôpital.

La porte d'entrée de ce réseau est le guichet unique de la DPPPA où on accueille les demandes de services, procède à une évaluation sommaire et oriente les demandes vers les services appropriés. Les proches aidants et la famille sont aussi d'importants

acteurs que l'organisation soutient par différents services. L'approche adaptée en milieu hospitalier vient compléter cette offre de service. Ainsi, l'aîné obtiendra des soins adaptés à sa condition, même à l'hôpital. *C'est justement pour éviter le déconditionnement de la personne âgée que l'on veut offrir des services de qualité et adaptés avant, pendant, et après son épisode d'hospitalisation,* précise Mme St-Hilaire.

De l'aide financière

Pour implanter cette approche, l'Agence vient d'accorder un montant de 100 000 \$ et un chargé de projet sera désigné pour mener à bien cette mission. *C'est un défi de taille qui mobilisera notre organisation pendant plusieurs années, mais des gains importants sont à prévoir, autant pour la clientèle, que pour notre établissement. Car avec cette approche, il y a fort à parier que notre performance pourra s'améliorer. Et surtout, nous pourrions devenir complices des aînés!*

Source : Nathalie Nolin,

Journal du personnel du CSSS, l'Amalgame

Associations



Aînés des Hauteurs

Le souper mensuel se tiendra le samedi 5 novembre, au Centre éducatif et communautaire les Hauteurs, à partir de 18 h, avec la musique de Linda et Guy Rivest. Apportez vos consommations.

Conférence, intitulée *Guérir*, de Stéphane Trudeau, thérapeute en santé globale, le 12 novembre, à 19 h 30, à l'église de Saint-Hippolyte. Coût du billet : 20 \$. Pour les membres des associations, le coût est de 15 \$. Renseignements : Réginald Paquin au 450 224-7110. Carte FADOQ : Rose-Blanche Bossé, au 450 563-1305.

APALC



L'Association des propriétaires et amis du lac Connelly (APALC) vous invite à son assemblée générale annuelle qui aura lieu le dimanche 6 novembre à partir de 10 h 30, au pavillon Roger-Cabana. Vous êtes attendus en grand nombre. Sont à l'ordre du jour, entre autres, les finances, l'environnement, la pêche et les activités.

EXPO-VENTE du Cercle de Fermières

Le Cercle de Fermières Saint-Hippolyte invite la population à son Expo-vente annuelle qui aura lieu le dimanche 13 novembre, de 9 h à 16 h, au Centre éducatif et communautaire des Hauteurs, au 30 de la rue Bourget. Bienvenue à tous!

Renseignements : Nicole 450 432-7839



Collecte pour une école au Kenya

Déjà de bonnes nouvelles concernant notre collecte de fonds pour supporter l'organisation Enkiteng Lepa et l'école du même nom au Kenya. Le 29 septembre, à la gare de Prévost, 26 personnes ont assisté à la présentation sur notre safari au Kenya, à la gare de Prévost. Nous sommes super contentes du résultat de cette collecte de fonds. Votre intérêt pour notre projet nous encourage à poursuivre notre démarche. Tel que promis, nous vous tiendrons au courant de la suite du projet.

Nous sommes très heureuses du résultat de cette collecte de fonds où nous avons recueilli la somme de 575 \$. Vous pouvez visiter les sites suivants pour plus de renseignements : enkitenglepa.org, majimoto.org, etnicatours.com, hellen nkurayia.com et notre blogue de voyage sur google: claireetfrancineaukenya.blogspot.com

Claire Sévigny et Francine Mayrand
450 431-0739 450 224-5994



Caractérisation de la bande riveraine : des résultats encourageants

Durant l'été 2011, l'APLA a procédé à la caractérisation de la bande riveraine du lac de l'Achigan. Les données ont été compilées et ce que nous avons à vous dire, c'est Bravo!

La naturalisation des rives est en bonne voie! 56 % de la rive est couverte de végétation naturelle et de ce pourcentage, 38,5 % se trouve en zone habitée. Ce chiffre semble peut-être bas pour certains par rapport aux efforts fournis, mais nous devons considérer les plantes à maturité. Par conséquent, les plantations récentes, qui n'avaient pas atteint leur plein potentiel ne pouvaient être comptées comme de la végétation naturelle. Quand l'exercice sera repris dans cinq ou sept ans, le pourcentage de rive naturelle devrait être plus représentatif des efforts de naturalisation.

L'APLA offrira son soutien aux résidents dont la bande riveraine demande plus d'amélioration afin de les aider à initier ou poursuivre leur démarche de naturalisation.

www.aplaweb.ca



CLINIQUE PHYSIOTHÉRAPIE DES MONTS

SPÉCIALITÉS :

- Thérapie manuelle
- Ostéopathie
- Acupuncture
- Prélèvements sanguins
- Naturopathie

PRINCIPAUX PROBLÈMES TRAITÉS :

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



Jasmine PERREAULT
Physiothérapeute

Caroline PERREAULT
Physiothérapeute

Anais DELVAUX-DEROME
Physiothérapeute

Judith LEDUC
Acupunctrice

Chantal LAUZON
Ostéopathe

Suzanne GAUVIN, Infirmière
(prélèvements sanguins)

Alex BAY, Naturopathe

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



Héloïse Simoneau,
infirmière, soins des pieds

Le diabète et vos pieds

Le diabète est une maladie chronique incurable causée par une carence ou un défaut d'utilisation de l'insuline entraînant un excès de sucre dans le sang. Produite par le pancréas, l'insuline est une hormone qui permet au glucose (sucre) contenu dans les aliments d'être utilisé par les cellules du corps humain. Les cellules disposent de toute cette énergie dont elles ont besoin pour fonctionner.

Si l'insuline est insuffisante ou si elle ne remplit pas son rôle adéquatement, comme c'est le cas dans le diabète, le glucose (sucre) ne peut pas servir de carburant aux cellules. Il s'accumule dans le sang et est ensuite déversé dans l'urine. À la longue, l'hyperglycémie provoquée par la présence excessive de glucose dans le sang entraîne certaines complications, notamment au niveau des yeux, des nerfs, du cœur et des vaisseaux sanguins et bref aussi de nos pieds souvent appelés nos mal-aimés.

À ce jour, la cause réelle du diabète demeure inconnue. Nous savons toutefois que certains facteurs peuvent influencer l'apparition du diabète : hérédité, obésité, grossesse, certains virus ou certains médicaments. Étant moi-même atteinte de diabète depuis maintenant presque dix ans, insulino-dépendante, je dois dire que c'est un sujet qui me tient personnellement à cœur mais j'ose dire que trop de gens encore ne prennent pas cette maladie insidieuse au sérieux. Alors nous verrons au cours des prochains mois les complications possibles à nos pieds et les moyens simples de prévention permettant de ne pas en arriver à pareilles situations qui hélas existent. Car on estime à près de 760 000 le nombre de personnes diabétiques au Québec. Parmi ce nombre, environ 200 000 personnes ignorent leur état. L'organisation mondiale de la santé prévoit que le nombre de personnes diabétiques doublera d'ici l'an 2025, faisant du diabète la nouvelle épidémie.

450 224-4388

973 B, chemin des Hauteurs, Saint-Hippolyte
(ancienne clinique médicale)



Stéphane Trudeau, pht D.O.
Physiothérapeute-Ostéopathe

Troubles digestifs et ostéopathie (1 de 3)

L'ostéopathe a pour mission de relancer le mouvement de l'ensemble des structures du corps, que ce soit au niveau de la charpente (os, muscle, tendon...) que des organes internes (estomac, reins, vessie...).

Chaque organe fait un mouvement précis selon des axes et pivots connus par imagerie médicale lors de la respiration. L'ostéopathe peut libérer des blocages mécaniques au niveau des organes et favoriser une régulation optimale de ceux-ci. Il est important de préciser que l'ostéopathe ne traite pas les troubles dits organiques (ulcère, tumeur...) infectieux ni d'ordre hormonal ou biochimique (test sanguin +).

L'ostéopathe a une pertinence au niveau des troubles fonctionnels des organes, exemple des brûlements d'estomac, un foie lent, constipation, palpitation, souffle court ou encore troubles urinaires et génitaux. Un trouble fonctionnel correspond à des tests médicaux négatifs mais l'organe fonctionne trop comme de l'hyperacidité ou trop lentement comme de la constipation.

Par des manœuvres précises, l'ostéopathe relance la vitalité fonctionnelle et l'autorégulation.

VENEZ ME VOIR EN CONFÉRENCE
LE SAMEDI 12 NOV 19 h 30
À L'ÉGLISE DE SAINT-HIPPOLYTE

Billets en vente au coût de 20 \$
Contactez Réginald Paquin
au 450 224-7110

450 224-8288