

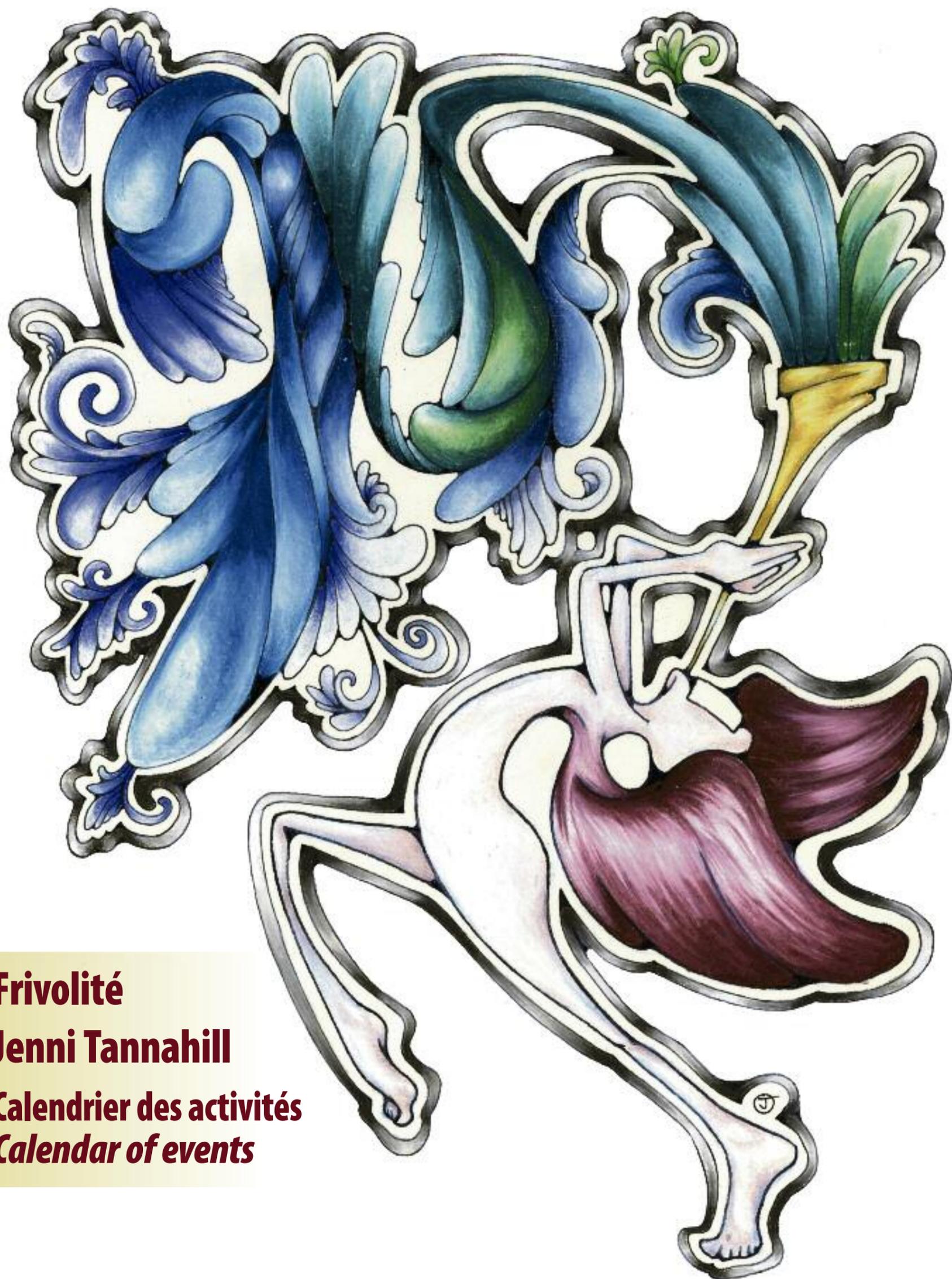
**HIVER**  
**WINTER 2013/14**

Volume 31 no 2  
31 ans / 31 years

**LE TOUR**  
[www.letoursutton.com](http://www.letoursutton.com)

GRATUIT  
FREE

Sutton  
Dunham  
Frelighsburg



**Frivolité**

**Jenni Tannahill**

**Calendrier des activités**  
***Calendar of events***



# Advertisers' INDEX des annonceurs

Rubrique/Category	Entreprise/Business	Tél.	Page	Rubrique/Category	Entreprise/Business	Tél.	Page	
Activités, sports, loisirs, attraits	Au Diable Vert (plein air)	538-5639	33	Métiers, services professionnels	Marjolaine Bédard (jeux de sable thérapeuti.)	538-6767	9	
	Balnéa (centre thermique et spa)	534-0604	15		Mont-Minou (auberge pour chats)	538-0718	3	
	Dompierre Ludique (ateliers de cuisine)	538-0134	25		R3 Production (transferts sur DVD)	266-4548	10	
	Mont Sutton (ski alpin)	538-2545	11		Vétérinaires Mountainview	263-6460	23	
	Nathalie Berger (QiGong)	295-2103	27		Virginie Catenne (design d'intérieur)	538-0922	34	
	Yoga Salamandre	(514) 659-7213	22					
Assurances, services financiers	Guy Choinière (RBC Dominion valeurs mobilières)	375-8181	25	Construction/rénovation	Courvoisier Construction	295-2094	9	
	Jean Marineau (Agir ass.et invest.)	538-0511	33		Excavation Claude Laplante	538-2277	31	
Alimentation/Food	Alban Houle (fruits, légumes)	538 2634	6		Excavation François Côté	538-2516	32	
	Atelier Bouffe (cadeaux)	538-2766	28		La Charpenterie	538-8249	24	
	Au coeur de la pomme	298 5319	7		Les Entreprises Guitim (mini-excavation)	538-3210	29	
	Au Diable Vert (boeuf Highland)	538-5639	9		Les Maisons Trigore	775-5630	31	
	Au Naturel (aliments naturels)	538-3720	30		Plomberie 4 H	931-3210	23	
	Boulangerie Abercorn Bakery	538-6453	8		Plomberie AG	266-0227	9	
	Boutique Gourmet (Canards Lac Brome)	242-3825	19		Plomberie Gaëtan Goyette	538-3210	24	
	Chez Matis (traiteur, plats cuisinés)	538-6444	7		Plomberie Goyer	263-2226	23	
	Dessine-moi un pain	558-1614	11	Raynald Poirier (électricien)	538-3424	34		
	IGA (épicerie)	538-2211	10	Légal	Marcel Tétreault (notaire)	538-3577	10	
	La rumeur affamée Sutton	538-1888	17	Architectes	Atelier A. Bellavance	534-1616	8	
	La Valse des pains	538-2323	5		Atelier Johanne Béland	538-0605	10	
	Le Bourg chez Anne (épicerie internationale)	955-1993	32		Eden Greig Muir	298-1212	11	
	Le comptoir du marchand de thé	538-2002	23		Éric Boucher architecte	(438) 380-6778	34	
		Les Jardins de la Colline	263-5997	15	Immobilier/ Real estate	Coldbrook	242-1166	36
		Marché Tradition (épicerie, comptoir SAQ)	298-5202	34		Immeubles Dwyer	298-5341	8
		Pur Animal (alimentation pour animaux etc)	263-3030	11		John Boudreau (agent Coldbrook)	531-5252	34
Boutiques	Les Stores Sutton	538-0681	28	ReMax Knowlton		242-1113	18	
	Plaisirs Tabous (érotique)	266-7393	33	Royal LePage Action		538-3800	14	
Vêtements/Clothing	Au Rendez-vous de la mode	538-2228	22	Sébastien Kaempf (Re/Max Sutton)		522-6125	11	
	Boutique Nath'Elle	538-0292	2	Sotheby's International	577-0272	21		
	Urbaine des Champs	538-2573	16	Restaurants avec licence	Aux 2 Clochers	298-5086	10	
Antiquités	Antiquités G. Chamberland	295-1190	26		Bistro Beau Lieux	538-1444	29	
	Artisanat, art	Atelier Pluriel et Singulier (poterie)	248-3527		29	Café L'International	538-1717	30
Kokûn (boutique cadeaux, décoration)		538-6116	4		Le Cafetier	538-7333	5	
Le Cotillon		538-2977	30		Lyvano	298-1119	29	
Les Imagiers		538-1771	9		Tartin' izza Café	538-5067	24	
Mill Pond House (art de vivre)		577-3990	6	avec licence de bar	Auberge et SPA West Brome	266-7552	13	
Mont Tricot		538-8040	22		La Fontaine	538-3045	31	
Vert Partout		538-8378	17		Mocador Pub	538-2426	5	
Fleuristes, jardins, paysagement	Au coeur des saisons (et cadeaux)	538-0388	16	Santé, soins personnels/ Health care	Catherine Ferron (acupuncture)	538-6371	26	
	GraminForme (paysagiste, consult. horticole)	522-0650	8		Catherine Foisy (ostéopathe)	558-3943	25	
	Pro design (gestion de projets, aménagement...)	521-6731	34		Dre Snezana Stanojlovic (trait. varices, rides)	243-0005	26	
					Mieux-être Sutton (regroup. de professionnels)		12	
Hébergement/ Lodging	Gîte Vert le Mont	538-3227	3	Pharmacie Brunet	538-0055	26		
	Les Caprices de Victoria	538-1551	5	Coiffure/ Hairdressers	Coiffure Lise Gervais	538-3853	8	
Avec/ With restauration	Auberge des Appalaches	538-5799	3		La Boucletterie	405-8103	32	
	Hôtel Horizon	538-3212	7	Soins, massages	Daniel Laberge (massot., méditation, yoga)	538-3676	27	
	Le nid de Poule (gîte champêtre, traiteur)	248-0009	7		Esthé Bella	538-0180	11	
	Le Pleasant	538-6188	4		Lawrence Lefcort (shiatsu)	538-0710	27	
Information touristique	Corp Dév. Écon. Sutton	538-8455	35		Le corps passage (art-thérapie, Qi-Gong) (450)	284-0588	27	
					Louise A. Morin (Trager)	330-2641	31	
Métiers, services professionnels	Art-thérapie	298-1171	27	Véhicules, accessoires	André Marois et fils (débosselage)	539-3433	8	
	Claude Migué (arp-géomètre)	263-5252	10		Garage Gilles Lafontaine 2013 (entretien)	538-2308	23	
	Désourdy salons funéraires	263-1212	8	Automobile	Cowansville Mazda	263-8888	20	
	Entreposage ménager	538-0094	30		Cowansville Nissan	263-8889	20	
	For.Éco (Ing. forestier)	242-1366	8		Cowansville Toyota	263-8888	20	
	Fournier et Tremblay (arp-géomètre)	263-8333	9					
	La Forge D'Oil	538-0891	32					
	Le Complexe Funéraire Brome-Missisquoi	266-6061	10					

## Boutique Nath'Elle

Vêtements mode pour la femme  
active, jeune ou plus âgée

• 2 ans à 20 ans

- Orly
- Point zéro
- Lana lee
- French Dressing
- Alison Sberi Spanner
- Puli Design
- Tricotto
- Frank Lyman
- Tribal
- Picadilly
- Linea Domani
- Dolcezza
- et plus

Les  
collections  
croisières 2014  
arrivent!



- Lingerie Elita

Articles  
en liquidation  
au sous-sol  
-50% à -70%

- Buanderie
- Service de retouche
- Dépôt de nettoyage à sec

(450) 538-0292 • Une seule adresse : 22, rue Principale Nord, Sutton

## Se souhaiter de la frivolité

En tourisme, il est reconnu que les gens en vacances profitent plus du quotidien qu'en temps normal. Certains diront que c'est parce que les vacanciers s'accordent de nombreuses frivolités, question de se gâter, de passer le temps à leur aise, d'explorer de nouvelles expériences ou de pratiquer leurs loisirs ou leurs sports favoris à outrance... En effet, si les vacances ont un lien avec l'utilisation du temps pendant une période donnée, la frivolité concerne un écart du comportement sérieux en passant par de petits ou grands excès! Les citoyens de Brome-Missisquoi semblent pénalisés quant à la découverte des merveilles de la région. En effet, la tradition veut que leurs vacances de prédilection soient prises à l'extérieur, ailleurs que chez eux, afin d'obtenir le dépaysement suggéré par l'expression « partir en vacances ». Osons leur proposer une frivolité, soit « d'être en vacances », ici. Bien entendu, cette nouvelle idée demande un changement de paradigme avant qu'ils songent à explorer des vacances à proximité, dans leur cour.

Des vacances du genre permettraient l'expérience d'une plus grande frivolité puisque le vacancier pourrait affecter l'argent économisé sur l'hébergement et les déplacements à des repas gastronomiques, par exemple, ou encore à l'achat d'objets d'art, à l'acquisition de nouvel équipement de sport ou de loisir... Une frivolité potentiellement durable.

Y a-t-il une période plus propice que l'hiver pour explorer son besoin de frivolité? Il semblerait que les fêtes de Noël, du jour de l'An, de la St-Valentin, du Mardi gras, de Pâques, de même que les multiples carnivals qui se succèdent pendant la saison répondent à la question sur ce besoin. Il y a une multitude de produits et d'activités dans Brome-Missisquoi dont on peut profiter pour satisfaire la moindre frivolité. C'est, entre autres, pourquoi tant de personnes fréquentent la région en hiver ou y planifient leurs vacances.

Ce numéro vous invite à explorer le sens de la frivolité. Il ne suffit pas d'y réfléchir, on devrait le mettre en pratique. En toute frivolité, il faudrait se permettre d'utiliser un néologisme qui exprimerait sans équivoque le souhait d'accéder à cette frivolité. Un verbe conviendrait mieux qu'une expression, surtout s'il se conjugait seulement à l'impératif. Ainsi, il passerait de souhait à obligation!

Frivolise, frivolisons, frivolisiez?

Bonne lecture!  
Denis Boulanger

## « Wishing frivolity »

A well-known fact in tourism is that people on vacation spend more on a daily basis than they normally would. This is likely because people on vacation can afford to spoil themselves with numerous frivolities, to leisurely spend time exploring new experiences, activities or sports, often excessively. In fact, if holidays concern the carefree use of time during a specific period, frivolity concerns deviating from normal behaviour by the way of small to great excesses.

Since traditionally "going away on vacation" for a change of scenery, the citizens of Brome-Missisquoi are penalized with regard to the marvels of our region. We could however suggest a frivolity to them: "be on vacation" right here. But the notion implies a change in paradigm before being able to explore a vacation close by, in one's own yard.

This type of vacation would encourage greater frivolity because the vacationer would dispose of money saved on lodging and transportation to spend instead on fine dining, art, or new sports / leisure equipment... potentially turning these into durable frivolity.

Could there be a better period than Winter in Brome-Missisquoi to explore one's need for frivolity? It seems that the celebrations of Christmas, New Year, St. Valentine, Mardi Gras, Easter and the many carnivals that succeed one another are the answer to this need for frivolity. This is why, among other reasons, so many people visit or plan their vacation in our area in the wintertime.

This issue invites you to explore the meaning of frivolity. It isn't enough to just think about it, one must practice it. In all frivolity, we should create a neologism to express an unequivocal wish for bouts of frivolity. Rather than an expression, a verb would be better suited, more so if it is only conjugated in the imperative. As such it would imply an obligation rather than a wish!

Say, frivolote!

Happy reading!  
Denis Boulanger



## SOMMAIRE

Une étoile dans la nuit	4
Corporation de développement économique de Sutton	5
Ressource famille : un service du CAB de Sutton	6
Frivolité? Cherchez la femme	7
Une naissance harmonieuse à l'aide de l'ostéopathie	8
Il était une fois...	9
Frivolité: The Art of Becoming Light	10
La frivolité, l'antidote à l'angoisse	11
Le Musée de Sutton présente Gerald Bull, une expo Canon	13
L'art peut-il être frivole?	15
Frivolité: Essential for a Soulful Home!	16
Frivolité and Gravités in the City of Hundred Towers	17
Jenni Tannahill, artiste	18
Centre d'art de Dunham	19
Merriment in Missisquoi	21
L'astronomie frivole	22
Venez vivre l'esprit de Noël dans un village campagnard!	22
Louissette Dussault porte-parole de Marché de Noël de Sutton!	23
The Games People Play	24
Hip, Hop and Holy	25
Frivolité, frilosité et férocité, Bandes dessinées et musiques	26
Nouveau Club Photo	26
Le danger des émotions	27
La mode se nourrit de frivolité...	27
Le Boot fitting au Mont Sutton	28
Frivole, la montagne?	28
On the trail of the Three Pines and Chief Inspector Gamache	29
True Freedom for Frivolity	29
L'invention du soutien-gorge : une fausse frivolité féminine	30
Dans l'fond...	31
La petite tournée de Noël	31
Plastic à MacDonalds, liguini sec au Cafetier	32
Un pavillon en plein air pour l'École de Sutton	33
Déjà dix ans à la Salle Alec et Gérard Pelletier!	33
Pattes de velours, mon Minet!	34
La frivolité	34
Calendrier régional	35

À la Une / Cover : Jenni Tannahill Voir p.18

Le Tour vous invite à l'interaction sur son blog.  
The Tour invites you to interact on its blog.  
<http://letouratour.blogspot.com>

Calendrier en ligne :  
[www.letoursutton.com/calendrierf](http://www.letoursutton.com/calendrierf)

**Mont Minou**  
Auberge pour CHATS  
...uniquement  
Inn for CATS  
...only  
450-538-0718  
[www.montminou.com](http://www.montminou.com)

**Gîte Vert Le Mont B&B**  
"Séjour vraiment magnifique."  
Trip Advisor  
"Warm welcome, great rooms, delicious breakfast."  
Trip Advisor  
\*Cinq chambres, salle de bain privée attenante  
\* Endroit idéal pour petits groupes  
\* Accueil chaleureux  
\* Forfait Hivernaux à partir de 89\$ p.p.  
[www.bsutton.com](http://www.bsutton.com)  
18, rue Maple, Sutton, 450 538-3227

**Auberge des Appalaches**  
auberge-restaurant  
Cuisine Bistro à tendance française  
Réservation appréciée  
"Super ambiance... Et qui aime à manger?"  
Gastronomie de Haute Volée  
Certification Facebook  
234, Ch. Maple, Sutton, Qc J0E 2K0  
450 538 5799  
[www.auberge-appalaches.com](http://www.auberge-appalaches.com)

(450) 538-2760  
letoursutton@hotmail.com  
Publié par : 9063-2738 Québec inc.  
C.P. 810, Sutton, Qc, J0E 2K0  
[www.letoursutton.com](http://www.letoursutton.com)  
Internet hebdomadaire/weekly :  
[www.letoursutton.com/letourflash](http://www.letoursutton.com/letourflash)  
Abonnement annuel / yearly subscription  
15 \$ pour 4 numéros, expédiés par la poste  
Éditeur  
Denis Boulanger  
Rédactrice en chef francophone  
Danièle Crevier  
English editing  
Sandra Prévost  
Collaborateurs  
Marie Amyot, Judy Antle, Bethanie Boivin, Céline Brault, Laurent Busseau, Guy Choimière, Heather A. Darch, Naomi Desmeules, Esther Dickson, Francine Dubuc, Lu Emanuel, Catherine Foisy, Lynda Graham, Michel Guibord, Aurelien Guillory, Janna Hubacek, Michael Hynes, John Jean, Mireille Joly, Daniel Laberge, Daniel Laguitton, Céline Larouche, Richard Leclerc, Lawrence Lefcort, Patricia Lefèvre, Lise F. Meunier, Jeanne Morazain, Eden Muir, Louise Paiement, Trisha Pope, Annie Rouleau, Jay Sames, Gaël Steinmetz, Ramon Vitesse, Eddy Szczerbinski.  
Correctrices d'épreuves  
Paule Lorin, Sandra Prévost  
Ventes  
Denis Boulanger : 450 538-2760  
Louise Charbonneau : 450 777-1222  
Graphisme et montage  
Louise Charbonneau  
Impression  
Payette et Simms inc.



## Une étoile dans la nuit

« Rien n'est plus sot que de traiter avec sérieux de choses frivoles; mais rien n'est plus spirituel que de faire servir les frivolités à des choses sérieuses. » C'est du moins ce qu'affirme Desiderius Erasmus Roterodamus, Érasme pour les intimes, dans son « Éloge de la folie », paru en 1511. Pour ne pas risquer de tomber dans la sottise en abordant sérieusement le thème de la « frivolité », il faut donc d'abord se demander si le sujet est lui-même frivole. Si c'est le cas, il ne restera, pour sauver la mise, qu'à tenter de le faire servir à des choses sérieuses. Qu'est-ce donc que la frivolité, et à quoi sert-elle?

Le mot vient d'une vieille racine qui évoque la fracture. En latin, « frivola » désignait la vaisselle cassée, les tessons de poterie devenus apparemment inutiles... à moins, bien sûr, qu'on ne trouve un moyen de les faire servir à des choses sérieuses.

L'image du kaléidoscope vient en tête : d'un ensemble de paillettes a priori chaotique émerge, à chaque rotation, une image unique qui soulève l'émerveillement. Même chose avec les feuilles des arbres et les cristaux de neige que le vent agite dans le kaléido-

scope des saisons. La frivolité devient nourriture spirituelle dès que nous reconnaissons, dans un ensemble fragmenté, un motif auquel nous associons un sens, un îlot d'unité avec lequel nous entrons en relation :



un cheval dans les nuages, une Grande Ourse ou un chariot dans les étoiles, un poème dans les lettres de l'alphabet, une mélodie dans les notes de la gamme, une imprévisible mais familière chorégraphie dans la foule qu'on observe de la terrasse d'un café. Au pays du melting pot, la devise « E pluribus unum », « un, à partir de plusieurs », traduit ce besoin universel de recréer l'unité au sein de la diversité.

La frivolité stimule « l'appel du sens » dans l'âme en mal d'appartenance. Plus le hachoir mental avec lequel nous découpons l'univers en fragments conceptuels compliqués est aiguisé, plus intense est la recherche d'un ciment magique pour en recoller les morceaux. On ne se surprendra donc pas que la quête de sens passe, pour un Albert Einstein et un Stephen Hawking, par la recherche d'une « Théorie du tout » ; pour un Ken Wilber, par une « Brève histoire de tout » et pour un Thomas d'Aquin, par la rédaction d'une « Somme théologique » dont il dira néanmoins, avant de mourir : « Tout ce que j'ai écrit et enseigné me semble de la paille auprès de ce que j'ai vu et de ce qui m'a été dévoilé ». Pendant ce temps, et avec quelques millénaires d'avance sur ces Hercules de la cervelle et autres Sisyphe du remue-ménages, le Bouddha contemple notre monde frivole avec un sourire qui dit « Tout ».

Sous le titre « La frivolité essentielle? », Sophie Chassat, après avoir examiné « la profondeur du superficiel », émet aussi l'hypothèse que « le frivole soit un appel à recoller les morceaux à partir de ce qui semble pourtant le plus irréductiblement insignifiant, une manière de tisser à partir d'un rien le dessin complexe d'une rencontre entre trame et chaîne – car n'appelle-t-on pas aussi « frivolité » une délicate « dentelle de fil faite à la main...? » (voir [trendy.letudiant.fr/brillante/2013/06/05/la-frivolite-essentielle/\). Elle fait judicieusement remarquer que l'image de la vaisselle cassée \[frivola\] introduit celle du symbole, le symbolon des Grecs anciens \(syn signifiait « ensemble », et ballein, « jeter »\), pratique qui consistait, pour chaque partie prenante d'un contrat, à faire valoir sa qualité d'ayant droit en étant porteur d'un fragment de poterie qui devait s'emboîter parfaitement dans le fragment porté par l'autre. L'ancêtre de nos mots de passe était donc un simple tesson d'argile. Aujourd'hui, la lecture « symbolique » d'un texte donne accès à un sens plus profond que la lecture littérale du regard fondamentaliste.](http://blog-</a></p>
</div>
<div data-bbox=)

Le frivole n'est qu'un morceau de puzzle orphelin. Telle brique colorée d'un jeu de Lego aujourd'hui perdue dans un coin de grenier est peut-être la première pierre d'un opéra de Sidney ou d'un viaduc de Millau prenant forme, cinquante ans plus tard, sur la table à dessin d'un architecte. Même chose pour le carnaval et ses accoutrements frivoles : en libérant, pour quelques heures ou quelques jours, les fêtards des contraintes de la vie en société et de l'angoisse du quotidien, il joue paradoxalement un rôle de soupape de sécurité qui renforce le ciment social. « La frivolité est la plus jolie réponse à l'angoisse », écrivait Jean Cocteau. Transgression symbolique des frontières culturelles et des tabous, le port du masque nous met également en osmose avec un règne animal dont nous sommes le plus souvent aliénés. Certaines escarmouches périodiques entre tribus voisines, provoquées par des incidents qui peuvent sembler frivoles, s'expliquent comme des détours nécessaires vers les festivités qui marqueront une réconciliation. En Occident, le « rave party », la « teuf » des Français, et autres nuits blanches en tous genres, sans oublier la soirée du hockey, les Francofolies, la coupe du monde de football, les Jeux olympiques et même la mode, ont pris la relève des grand-messes, des pèlerinages et des grands pardons d'antan, et servent de points d'ancrage aux masses confrontées à de profonds changements. Si la frivolité se porte bien dans ce monde qui « tweete », elle n'en reste donc pas moins une composante et, parfois, un catalyseur de la quête de sens.

« Mais – demandera peut-être l'âme essemblée – que faire lorsqu'entre les barreaux d'une existence frivole j'entrevois à peine, dans un ciel presque noir, une lointaine étoile? »

Comme les mages, la suivre, des cadeaux plein les bras! Joyeux Noël, solstice, Hanouka, et autres chemins vers l'étoile.

Daniel Laguitton

[www.granby.net/~d\\_lag](http://www.granby.net/~d_lag)

**Le Pleasant**  
Hôtel & Café

1 Pleasant, Sutton 450.538.6188

**Au restaurant**

Souper du jeudi au dimanche dès 17h  
Déjeuner/Brunch samedi et dimanche de 8h à midi  
Réservation appréciée

brunch - cocktail - souper  
[www.lepleasant.com](http://www.lepleasant.com)

**kokûn**  
12, rue principale nord sutton qc j0e 2k0

DASH & ALBERT RUGS

Cashmere Haven

ENCADREMENT SUR MESURE

PENDULES  
NOTES

Papier peint et tissus

services design d'intérieurs

450.538.6116 ~ kris@kokumdesign.ca

**design**



À la Corporation de développement économique de Sutton (CDES), alias la Corpo, on se sent bien loin d'être frivole. La discussion ces temps-ci, et pour bien des mois à venir, porte sur l'élaboration d'un plan de développement économique pour Sutton qui nous amènerait jusqu'en 2035. Ce grand exercice collectif comprendra sa large part de consultation et de réflexion pour un dépôt à l'automne 2014. Si l'exercice atteint ses objectifs, ils seront le fruit d'un étroit travail de concertation entre la Ville de Sutton, la CDES et divers intervenants parmi les commerçants et la population en général.

En guise de réflexion sur le thème, posons la question : aurions-nous toujours une station de montagne si Mont SUTTON, par exemple, avait adopté une gestion frivole? Or ce n'est pas le cas. Depuis quelques années, Mont SUTTON a suivi un plan de gestion rigoureux qui lui a permis de reprendre la direction de l'école de glisse et celle de ses quatre restaurants en y ajoutant des services de bar et de traiteur. Pour la saison 2013-2014, on peut inclure sa toute nouvelle Boutique Expérience SUTTON, avec atelier de réparation et service de location. Chaque skieur et planchiste pourra trouver le bon type d'équipement selon ses goûts, son niveau et son type de terrain préféré, que ce soit les sous-bois, la poudreuse ou la neige damée.



pas le temps de s'asseoir sur ses lauriers. Des exemples, tout près dans Bromes-Missisquoi, nous rappellent constamment combien fragile demeure la pérennité d'un village, aussi harmonieux et populaire que peut l'être Sutton présentement. Rien n'empêche par contre de célébrer et d'honorer les bons coups, et ils sont nombreux. Les citoyens et visiteurs méritent bien que l'on cherche à tout prix à éviter de tomber dans la pure frivolité qui rime de trop près avec fragilité.

Bien sûr, on n'aurait qu'à continuer sur notre lancée et ce serait déjà bien. Est-ce que tout le monde ne s'accorde pas à dire que Sutton a la cote ces temps-ci? Oui, son dynamisme est effectivement très bien perçu et même souvent cité en exemple en tant que communauté active, vibrante et progressiste, avec parfois une petite pointe d'envie chez ses voisins. Mais ce pourrait être de bien courte durée si l'on cessait de déployer les énergies nécessaires au développement du tourisme tout en préservant son milieu de vie. Et pour preuve de cette non-frivolité, on s'en remet à la large couverture médiatique sur Sutton dans les médias locaux, régionaux, provinciaux, nationaux et même internationaux (par ex. les prestigieux *The Guardian*, et le *National Geographic*).

Comme vous pouvez le constater, la CDES prend au sérieux la joie de vivre à Sutton. [www.infosutton.com](http://www.infosutton.com)

Marie Amyot

À propos de sports d'hiver, la Corpo tient à rassurer les usagers de [pleinairsutton.coop](http://pleinairsutton.coop) : il y aura pratique de ski de fond et de raquette cet hiver. Pour assurer la survie de la coopérative de solidarité, les administrateurs ne peuvent se permettre d'être frivoles. Ils encouragent donc les membres et usagers de la coop à vivre leur expérience plein air dans la belle neige du haut de la montagne dans une totale frivolité, s'ils le désirent, et en toute tranquillité d'esprit parce qu'ils auront vu à tout pour eux.

Par ailleurs, au moment d'écrire ces lignes, tous les intervenants concernés travaillent fort à la mise en place d'une navette reliant le village et la montagne, en soirée, pendant les périodes d'achalandage (vacances des Fêtes, semaines de relâche, longs week-ends, etc.) dans le but de rendre plus accessible à tous les villégiateurs, visiteurs et résidents de la montagne, l'offre d'activités ayant lieu au village.

En outre, « Ma municipalité à pied et à vélo » est une politique d'application concrète en développement communautaire. Grâce au programme « Pédibus » sur lequel la Ville de Sutton et la direction de l'école de Sutton travaillent déjà, les élèves de l'école primaire pourront, à compter du printemps 2014, se rendre à pied de façon sécuritaire jusqu'à leur lieu d'enseignement en compagnie d'adultes et d'élèves plus avancés en suivant un corridor scolaire bien identifié.

En 2014, un conseil municipal nouvellement élu sera en place pour conjuguer tous ses efforts avec la Corpo afin de poursuivre les bonnes relations de travail, en synergie avec les commerçants membres de la CDES et toute la population. Ce n'est sûrement

LES CAPRICES de Victoria

- 5 chambres avec salle de bain privée
- Suite avec foyer

Pour nos forfaits ou autres, consultez notre site Internet

63, Principale Nord, Sutton Tél.: (450) 538-1551  
 b.b@capricesdevictoria.qc.ca • [www.capricesdevictoria.qc.ca](http://www.capricesdevictoria.qc.ca)

PUB Mocador

7 jours par semaine

Pub food by Virgo Romano every evening except Sundays

Pool tables

17, Principale Nord, Sutton 450.538.2426

la valse des pains inc.

Le propriétaire ainsi que son personnel remercient sa clientèle pour la confiance qu'elle lui accorde, ainsi que celle des deux Rumeur affamée (Sutton et Dunham).

L'entreprise souhaite à toutes et à tous de Joyeuses Fêtes en anticipant le plaisir de vous servir pour l'année 2014.

Ouvert de 6 h à 9 h du merc. au dim.  
 12, rue Dépôt, Sutton  
 450 538-2323

Café Terrasse

Le Cafetier SUTTON

Ouvert tous les jours de 7h à 19h

9, PRINCIPALE N SUTTON, QUÉ  
 450 538 7333



## RESSOURCE FAMILLE : UN SERVICE DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE SUTTON

Le jeu, c'est la légèreté, la frivolité... et c'est ce qui en fait une expérience originale, un lieu d'apprentissage et de socialisation. À la Joujouthèque de Ressource famille, un des services du Centre d'action bénévole (CAB) de Sutton, le jeu est à l'honneur!

En fait, c'est un des moyens qui nous permet de remplir notre mission qui consiste à veiller à l'augmentation et au maintien de la qualité de vie des familles sur le territoire de Sutton et d'Abercorn, en mettant à leur disposition les ressources nécessaires afin de répondre à leurs différents besoins tout en favorisant le réseautage naturel entre les membres de la communauté.

### MAIS C'EST QUOI EXACTEMENT LA JOUJOUTHÈQUE?

C'est une occasion de créer des liens avec d'autres familles, de briser l'isolement, de rencontrer l'intervenante communautaire, d'échanger sur la parentalité et la vie à Sutton, et de partager un moment parent-enfant. On peut aussi y emprunter gratuitement des jouets, des livres, des matériaux de bricolage et des jeux de société pour les enfants de tous âges. Ouvert les mercredis de 9 h à midi dans le sous-sol de l'église unie (6, chemin Maple, entrée sur la rue Pleasant) et bientôt dans le nouveau local du CAB Sutton situé dans le Centre John Sleeth. Tout le monde est bien



venu et aucune réservation n'est nécessaire. C'est avec plaisir que la joujouthèque accepte les dons de jouets complets et en excellent état.

### QUELS AUTRES SERVICES OFFRE RESSOURCE FAMILLE?

L'INFOLETTRE RESSOURCE FAMILLE est certainement l'un de nos services les plus populaires et appréciés. Ce babillard électronique hebdomadaire est envoyé à maintenant près de 1 000 adresses courriel, permettant de partager gratuitement des annonces et messages communautaires. Cette infolettre répond à un besoin important dans la communauté en favorisant le réseautage local et en aidant les gens à trouver un emploi, un appartement, un service ou même un électroménager! Ce service, offert à tous, favorise les activités et les événements qui ont lieu sur le territoire. L'envoi se fait chaque mardi et la tombée pour soumettre une annonce est le lundi à midi. Les annonces et demandes d'abonnement se font par courriel à [ressource.famille.sutton@gmail.com](mailto:ressource.famille.sutton@gmail.com). Les archives se retrouvent sur le blogue [www.ressourcefamillessutton.blogspot.ca](http://www.ressourcefamillessutton.blogspot.ca). Pour joindre encore plus de gens, il est aussi possible de publier les annonces avec photos directement sur notre page Facebook.

### ÉCOUTE ET RÉFÉRENCIEMENT

Ressource famille peut vous orienter vers une panoplie de ressources et de programmes selon vos besoins. Le référencement se fait par téléphone, courriel et en personne. En travaillant étroitement avec les autres services du CAB Sutton, la Ville de Sutton, le CLSC, l'école et les organismes communautaires locaux, nous pouvons faciliter l'accès à un réseau communautaire riche en ressources. Ressource famille est là pour offrir un soutien au sujet des questions ou projets en lien avec l'éducation, la nutrition, les garderies et la liste de gardiennage, l'aide à domicile, la défense des droits, les ressources pour les jeunes en difficulté, la santé mentale, l'apprentissage du français et de l'anglais, l'emploi, le bénévolat, l'accès au logement et au transport collectif, et beaucoup plus encore.

### DÉPANNAGE BAMBIN

Ce projet permet à Ressource famille d'offrir un service de location à faible coût d'équipement essentiel à la sécurité des enfants de 0 à 5 ans. Toutes les bassinettes, poussettes et sièges d'auto sont vérifiés et correspondent aux normes de sécurité en vigueur au Canada.

En collaboration avec la Ville de Sutton, Ressource famille participe aussi à des événements familiaux rassembleurs tels que Plaisirs d'hiver et la Fête des familles.

*Janna Hubacek*

Coordonatrice CAB Sutton  
[benevole.sutton@gmail.com](mailto:benevole.sutton@gmail.com)

*Rebecca Soulis*

Intervenante Ressource famille  
[ressource.famille.sutton@gmail.com](mailto:ressource.famille.sutton@gmail.com)  
[www.cabsutton.com](http://www.cabsutton.com)

[www.facebook.com/ressource.famille](http://www.facebook.com/ressource.famille)  
450 538-1919

### LA GUIGNOLÉE 2013 : UN NOËL SANS FRIVOLITÉ

Les Chevaliers de Colomb de Sutton passeront de porte-à-porte, le dimanche 8 décembre 2013, afin de ramasser des aliments non périssables et des dons en argent pour les familles dans le besoin de Sutton et Abercorn. Les citoyens sont invités à préparer leurs victuailles quelques heures à l'avance.

Les personnes n'ayant pu être rejointes pourront faire leur don directement au Centre John Sleeth, au 7 Academy à Sutton du 9 au 13 décembre de 13 h à 16 h **Merci de votre générosité!**

Les paniers de Noël seront distribués le samedi 14 décembre de 10 h à 13 h. Les personnes admissibles doivent réserver le plus tôt possible en contactant le Centre d'action bénévole de Sutton au 450 538-1919 ou 450 538-4153

### THE 2013 GUIGNOLÉE FOOD DRIVE: A LESS FRIVOLOUS CHRISTMAS

On Sunday December 8th, the Knights of Columbus of Sutton will go door-to-door to collect non-perishable food items and cash donations for less fortunate Sutton & Abercorn families. We thank you for preparing your donation ahead of time.

Donations can also be made directly at the John Sleeth Center (7 Academy Street in Sutton) from December 9th to 13th between 1pm and 4pm.

**Thank you for giving generously!**

Christmas baskets will be handed out on Saturday December 14th from 10am to 1pm. Please register for your basket early by calling the Sutton Volunteer Centre at 450 538-1919 or 450 538-4153

## ALBAN HOULE ET FILS INC.

### FRUITS & LÉGUMES DÉTAILLANT ET GROSSISTE

PRODUITS DE L'ÉRABLE,  
CONFITURES MAISON,  
PRODUITS DE LA POMME, MIEL  
TOUS DE PRODUCTEURS LOCAUX

### NOUVEAUX ! SÉLECTION DE FRUITS ET LÉGUMES BIOLOGIQUES



Ouvert du lundi au samedi toute l'année  
**6, RUE WESTERN SUTTON**

Tél.: (450) 538-2634  
DE PÈRE EN FILS

Télec.: (450) 538-8330  
YANIK HOULE, PROP.

# MILLPOND HOUSE

Art de vivre  
**Country**  
Lifestyle

# Cadeaux-Déco de Noël

Boutique de cadeaux et  
décorations.



*Cadeaux pour elle, lui, mamie, papi, bébé et le chien,  
mais surtout pour se faire plaisir soi-même!*

78, Lakeside - Knowlton · ouvert du jeudi au dimanche · [www.millpondhouse.com](http://www.millpondhouse.com)

# Frivolité? Cherchez la femme

Frivolité, du latin *frivulus*, est le mot choisi par notre éditeur pour l'édition d'hiver. Est-ce parce qu'à l'automne les feuilles « volent » ou « free volent »? J'ai tenté de faire un lien entre le thème et la saison... mais sans succès. J'ai donc fouillé dans les dictionnaires pour trouver une piste quelconque. J'ai relevé plein de synonymes : sottise, sornette, vanité, puérilité, enfantillage, légèreté, futilité, parure, insignifiance, fantaisie, fanfreluche, baliverne, bagatelle, badinerie et j'en passe.



juste le fait qu'elle soit célèbre empêche la possibilité qu'elle soit frivole. Oh! Il y a bien les femmes fatales à la Marilyn Monroe. Mais Monroe n'était pas frivole, elle était trop intense, trop passionnée, trop déterminée, trop malade pour qu'on dise d'elle qu'elle était frivole. Il y a Iseut et même Colombine, mais ces femmes sont des modèles de la femme amoureuse. Elles ont eu des vies qui relèvent du drame et de la passion. Il y a des femmes drôles, mais l'humour c'est sérieux, c'est recherché. Il y a les belles femmes,

celles qui sont célèbres pour la beauté de leur visage et les courbes de leur corps; mais elles sont trop préoccupées par leur apparence pour être frivoles, elles auraient trop à perdre. Puis les femmes de tête, un bon nombre d'entre elles ont dû, au cours de leur vie, poser des actions frivoles ou avoir des idées frivoles... Pourtant, jamais on n'oserait y faire référence. Cela nuirait définitivement à leur image de femmes sérieuses et rigoureuses.

Non, les femmes frivoles n'ont pas de nom et n'ont pas d'histoire. On les frôle un jour, on les regarde. Si on est un homme, on les caresse du bout des yeux, mais on ne retient pas leur nom.

Les femmes frivoles n'ont pas d'amants, elles ont des aventures. Elles volent, elles voltigent, elles ne peuvent surtout pas se poser. Ce n'est pas qu'elles ne veulent pas se poser, c'est qu'elles ne le peuvent pas. Elles sont trop légères, même leurs idées sont légères, futiles, sans fond. On ne peut les retenir, elles défient la gravité terrestre. Quand on nous les présente, elles nous laissent une impression plus qu'un souvenir, un genre d'insaisissable. Leurs propos, si elles en émettent, ne sont jamais entendus ou du moins jamais retenus. Ils sont comme des fantaisies, des broderies de l'esprit. Les femmes frivoles ne réfléchissent

Et voilà, l'inspiration m'est venue!

La frivolité, ça relève du féminin : c'est rose et c'est rond. La frivolité, ça sent la femme, ça sent le jupon, même si les femmes n'en portent plus. Alors, je me suis dit que j'écrirais sur des femmes, des femmes frivoles bien sûr. J'ai cherché dans ma tête d'abord, dans ma bibliothèque ensuite, puis sur internet, mais il semble que les femmes frivoles n'aient pas de nom. Elles sont pourtant nombreuses, on le sait, on en connaît tous, n'est-ce pas? Mais essayez donc de me nommer une femme frivole **célèbre**. Il semble que



jamais, elles vont de sottises en sottises et leurs enfantillages leur sont toujours pardonnés.

Si vous connaissez des femmes frivoles, ne les jugez pas. Elles jouent un rôle important dans nos vies : elles sont celles qui, pour un court moment, nous font sourire et nous détendent. La vie sans les femmes frivoles serait comme un champagne sans bulle, comme une bague sans diamant. Elles nous font apprécier le bonheur d'être triste; elles sont un divertissement dans la lourdeur du quotidien. Si vous connaissez une femme frivole **célèbre**, je vous en prie, laissez-moi le savoir.

Louise Paiement

*chez Matis*



**CUISINE FRANÇAISE  
TRAITEUR**

- Brioches françaises
- Plats cuisinés à emporter ou livrés
- Tourtières canard, agneau, saumon
- Tartes maison, tarte Tatin et gâteaux
- Marmalades de fruits maison

**NOUVELLE  
ADRESSE**

50, Principale Nord, Sutton  
**450 538-6444**

Merc. au sam. 9 h à 20 h - dim. 9 h à 18 h

Nous serons  
au marché de Noël  
de Sutton le 30 novembre,  
1, 7 et 8 décembre

**Offrez une location  
de pommier  
pour Noël!**

**Une idée cadeau  
unique et originale**



450 298-5319 • aucoeurdelapomme.ca • Frelighsburg



**B & B**

3 chambres et une suite

Repas à la ferme

Réservation requise

Menu spécial  
pour le temps  
des Fêtes!

**Plats à emporter  
Service de traiteur**

Laure & Alphonse  
3260, 10<sup>e</sup> Rang, Dunham  
(450) 248-0009  
www.niddepoule.com



*Porc sur la broche tous les jeudis  
à partir de janvier.*

- |                       |                      |
|-----------------------|----------------------|
| 44 motels             | 44 units             |
| Salle à dîner         | Dining Room          |
| Piscine int. chauffée | Indoor heated pool   |
| Bains tourbillon      | Jacuzzis             |
| Salles de réception   | Reception Hall       |
| pour mariages et      | for weddings and     |
| autres occasions      | other occasions      |
| Salle de conférence   | Conference room      |
| Ski de fond           | Cross Country Skiing |
|                       | Bar / Disco          |

TV HD et mini frigo dans les chambres de l'Hôtel

**www.hotelhorizoninc.com**  
297 Maple, Sutton, Qc J0E 2K0 (450) 538-3212  
1-877-538-3212 (sans frais / toll free)



**Justin Manasc**  
Ingénieur forestier  
Forest Engineer

360-A CH. KNOWLTON,  
LAC BROME, QC J0E 1V0  
tél.: (450) 242-1366  
téléc.: (450) 242-1367  
www.foreco.ca  
courriel : justin@foreco.ca

Consultation  
Aménagement des boisés privés  
Aménagement de sentiers forestiers  
Private woodlot management  
Forest trail development

**FOR-ÉCO**  
sylviculture

**ATELIER A BELLAVANCE**  
ARCHITECTURE

450-534-1616  
www.dlabellavance.com

**Abercorn**

- \*pain multigrain
- \*pain levain biologique
- \*croissants au beurre
- \*pâtisseries
- \*café commerce équitable

JELDI À SAMEDI 7h - 17h THURSDAY TO SATURDAY • DIMANCHE/SUNDAY 7h - 16h

- \*multigrain bread
- \*organic sourdough bread
- \*butter croissants
- \*pastry
- \*fair trade coffee

**Boulangerie Croissanterie**  
450.538.6453  
15 rue Thibault N. Abercorn QC J0E 2K0

**Les Immeubles Dwyer Enrg.**  
Courtier immobilier agréé  
www.dwyer-realties.com  
**Laurette Dwyer**  
Chartered Real Estate Broker  
Realtor since 1976  
immdwyer@axion.ca

« Land for sale on Pinnacle Rd. 9.7 wooded acres with the right to build one house. Call me: 450 298-5341 »

FRELIGHSBURG • DUNHAM • ST-ARMAND • STANBRIDGE EAST • SUTTON • ABERCORN  
14, Route 237 Nord, Frelighsburg • 450-298-5341

**Désourdy**  
salons funéraires — funeral homes

Jean-Pierre et Robert Désourdy  
Propriétaires

Tél.: 450-263-1212  
104 rue Buzzelli et 109 rue William, Cowansville

Une présence rassurante.

Nos succursales : Knowlton | Mansonville | Sutton  
Farnham | Ange-Gardien | Henryville

DÉBOSSÉLAGE ET PEINTURE  
BODY WORK AND PAINTING

**ANDRÉ MAROIS**  
& FILS ENR. DEPUIS / SINCE 1976  
MICHEL MAROIS, Propriétaire / owner

Spécialité: peinture vernis  
ESTIMATION POUR ASSURANCES

- Possibilité de voiture de courtoisie
- Estimation gratuite en tout temps
- Fin de semaine sur rendez-vous

Specialty: Clear coat  
INSURANCE ESTIMATES

- Possibility of courtesy car
- Free estimates
- Week-end by appointment

74, Ch. Foster, Shefford, QC J2M 1A5  
Tél.: (450) 539-3433  
Fax: (450) 539-2313

## Une naissance harmonieuse à l'aide de l'ostéopathie

Tout au long de la grossesse, la femme et l'homme doivent continuellement s'adapter à une transformation qui affecte toutes les facettes de leur vie ainsi qu'aux bouleversements du Coeur qui les transforment en parents. Les nombreux changements biomécaniques, physiologiques et psychologiques ne sont pas vécus de la même manière par toutes les femmes durant la grossesse. L'ostéopathie peut avoir un impact positif sur plusieurs de ces changements, améliorant ainsi la qualité de vie de la femme enceinte, de la préconception à la récupération postpartum.

La décision de donner naissance ne se prend pas avec frivolité et c'est dès la période de préconception que ce processus commence. Durant cette période, l'ostéopathie peut, par la libération des tensions tissulaires, inviter une libération de l'être et une ouverture du Coeur à la nouvelle vie qui veut naître. En abordant les divers aspects de l'équilibre de l'être : physique, psychologique, émotionnel et spirituel, l'ostéopathie favorise un déroulement harmonieux et physiologique tout au long du processus de naissance. De plus, certaines restrictions tissulaires présentes avant la conception peuvent influencer le déroulement de la grossesse, de l'accouchement et de la récupération.

Les difficultés de conception et la capacité de mener la grossesse à terme peuvent être dues à des circonstances environnementales défavorables. On peut penser au stress, à l'alimentation, à toute forme de toxicité et aux polluants xéno-œstrogéniques qu'on retrouve, entre autres, dans le plastique.

De nombreux troubles physiques, autant chez la femme que chez l'homme, peuvent aussi influencer les possibilités de conception. L'âge est bien sûr un facteur déterminant. Les troubles d'ordre gynécologique et hormonal sont susceptibles de causer des difficultés de conception. Par exemple, une inflammation pelvienne provenant de fibromes, d'infection locale à répétition ou du syndrome des ovaires polykystiques altère la qualité des tissus et ainsi la fonction des organes. Une dysfonction thyroïdienne non traitée altère le métabolisme de base affectant l'ensemble du système hormonal.

Chez l'homme, c'est la qualité de production et de délivrance des spermatozoïdes qui peut nuire à la conception. Une simple chute sur la hanche, même de longue date, peut altérer la qualité des tissus au niveau du bassin et ainsi la fonction prostatique. Un manque de mobilité vertébrale lombaire ou sacré peut affecter l'innervation et la vascularisation des organes pelviens.

Chaque trimestre de la grossesse présente des symptômes particuliers. Les raisons de consultation

les plus fréquentes, lors d'un suivi, concernent principalement les nausées et la fatigue au premier trimestre. Les douleurs lombaires, thoraciques et sciatiques, le début des troubles du transit intestinal, d'engourdissement des extrémités et de crampes nocturnes apparaissent plutôt au deuxième trimestre. Au troisième trimestre, ce sont les hémorroïdes, l'incontinence urinaire, les varicoses, l'œdème au niveau des jambes ainsi qu'une mauvaise présentation du bébé qui amènent la femme à consulter. Même sans complication, le désir d'être accompagnée durant cette période peut être une motivation pour consulter un ostéopathe.

Par des manipulations locales et globales, l'ostéopathie favorise la normalisation des structures impliquées dans la régulation mécanique, nerveuse et hormonale. Ainsi, l'impact peut se manifester sur les plans physique et émotionnel, favorisant la conception, un bon maintien de la grossesse, une croissance utérine harmonieuse et un bon développement du fœtus.

Des traitements spécifiques intravaginaux et anaux permettent un assouplissement des adhérences locales, un repositionnement adéquat et une plus grande liberté de mouvement des structures intrapeliennes.

La normalisation des structures faisant partie de l'axe hormonal et du mécanisme cranosacré peut avoir un impact à tous les niveaux. Entre autres, le métabolisme de base de la mère se voit renforcé améliorant ainsi grandement sa qualité de vie. La relaxine engendre un relâchement ligamentaire du bassin et des tissus conjonctifs permettant au corps de mieux s'adapter aux changements. Il en résulte une réduction des douleurs et une plus grande amplitude de mouvement et d'ouverture du bassin à l'accouchement.

L'ostéopathie, avec l'aide d'approches parallèles telles que l'acupuncture, la naturopathie, la méditation, le yoga prénatal et hormonal, peut avoir un effet positif sur chacun des aspects de la grossesse. Il est donc possible d'aider à réduire le stress et favoriser une meilleure préparation émotionnelle face à la naissance. Il est aussi possible de réduire les symptômes dérangement qui se présentent au cours de la grossesse et de favoriser un accouchement physiologique harmonieux. Certains ostéopathes font d'ailleurs un accompagnement à la naissance avec présence à l'accouchement.

Catherine Foisy, B.Sc. ostéopathe  
450 558-3943  
www.osteocatherinefoisy.com

Coiffure **Lise Gervais**

Coupe, teinture, balayage, reflets.  
Produits naturels sans alcool, sans ammoniaque.  
Méthode cheveux secs.

Lise et Camille Gervais vous accueillent les jeudis, vendredis et samedis.

Sur rendez-vous seulement  
450 538 3053 ou 450 246 2226

19, promenade Sutton  
(près de l'Église Saint-Jacques)

**Graminiforme**

Nathalie Carey

Production de graminées  
Création et réalisation  
d'aménagements paysagers  
Consultation horticole

450 522 0650

## Il était une fois...

Dix herboristes en herbes marchaient en forêt, observant, commentant, écoutant attentivement leur mentor dissenter sur la vaste panoplie florale du lieu.

« Humez celle-ci », « goûtez celle-là », « remarquez ce petit détail permettant l'identification », « voyez-vous l'*Aralia racemosa*? »... « Heu... non », de répondre la troupe d'apprentis. « Elle est pourtant juste devant vous! »



Bon nombre d'années se sont depuis écoulées et pourtant, encore, cette plante demeure introuvable à mes yeux, invisible. Du coup, j'ai conclu qu'elle devait être sans intérêt! Du genre « plante verte de sous-bois que l'on méprend pour tant d'autres ». Erreur! L'*Aralia racemosa* est tout, sauf inintéressant. Sa sœur est à mon sens encore plus extraordinaire : l'*Aralia nudicaulis*. Elle fait partie de mes premières découvertes et je lui voue un amour inconditionnel! Ce qui n'est pas peu dire. Endurez que



je parle au je, ce que j'évite formellement d'habitude, la frivolité étant un état qui me plaît trop peu pour que j'aie envie d'en être inspirée sérieusement.

Revenons donc à nos moutons. Les deux araliacées dont il est question ici sont indigènes d'Amérique du Nord. Les forêts de nos contrées en sont souvent fort bien garnies, du moins de la *nudicaulis* puisque, comme je disais, je ne saurais même pas pointer la *racemosa* ! LOL. Elles se ressemblent quand même un peu. L'*Aralia nudicaulis* est assez petit, avec une seule feuille par tige, divisée en folioles, généralement cinq. Il a une floraison printanière se manifestant en petits pompons blancs du genre ombelle ronde poussant sous la feuille. Je suis certaine que vous en avez déjà vu quelque part! Le rhizome est l'organe qui nous intéresse. Chacune de ses cicatrices indique une année de croissance. J'en ai déjà vu un qui en portait plus de soixante-quinze... C'est tout juste si je ne me suis pas mise à pleurer!

Le trait commun entre les deux est la forme des folioles parce qu'autrement, la *racemosa* est plus du type arbuste composé de plusieurs branches pouvant atteindre facilement le mètre et demi. Son rhizome est beaucoup moins découpé, se composant davantage d'un amas de tiges que d'un long machin courant sous l'humus, comme la *nudicaulis*. Encore, je ne la reconnais pas!! Pardonnez le rejet flagrant que j'impose à l'une pour honorer autant l'autre donc, s'il vous plaît, ne retenez que l'essentiel!



Les deux plantes ont sensiblement les mêmes fonctions. Sachez cependant que peu d'études corroborent les usages que nous faisons des *Aralias*. Il s'agit de connaissances empiriques provenant surtout des peuples amérindiens. N'en demeure pas moins que l'extrapolation est une technique de recherche qui, à mon sens, mérite beaucoup d'attention. Donc, extrapolons, et comme mentionné précédemment, les plantes en

question sont des araliacées. Elles sont donc proches parentes du ginseng. Ce dernier est reconnu pour ses qualités « adaptogènes », c'est à dire ayant un effet global, non spécifique et tonique sur les systèmes immunitaire et endocrinien. Beaucoup de peuples amérindiens mâchaient le rhizome d'*Aralia nudicaulis* en période de chasse pour subvenir à leurs besoins d'énergie, comme pour le ginseng en Asie, utilisé plus largement qu'en période de chasse. Voilà pour l'extrapolation.

N'empêche que dans la pratique « herboristique », les *Aralias* en générales sont utilisés comme toniques du cortex surrénalien, donc pour tout ce qui implique la gestion du stress et de ses impacts sur le corps.

Maintenant, les principaux usages de ces plantes sont les suivants :

L'*Aralia nudicaulis* est utilisé en externe pour soulager les prurits provoqués par l'eczéma, le zona, la varicelle. Même chose pour l'*Aralia racemosa*. Elles sont alors utilisées en liniment, donc macérées dans un alcool très fort pour usage externe (isopropylique), ou en compresse d'une décoction de rhizome frais ou séché. Elles sont aussi utilisées pour les fractures, ecchymoses ou inflammations, souvent en cataplasme de rhizome frais ou séché. Le rhizome un peu mâchouillé (question d'en faire un truc qui s'applique sur la peau), fraîchement administré sur une contusion, fait des merveilles! Il suffit d'avoir une petite trousse de premiers soins à la portée de la main et le tour est joué pour le faire tenir en place! Pas de bosse ni de bleu!

Autre indication que se partagent les *Aralias* : le système respiratoire. Elles peuvent toutes deux être utilisées pour soulager les bronchites, rhumes et autres gripes à toux sèche et aigüe. Utiliser alors une teinture ou une décoction.

Vous aurez deviné, j'avais, en fait, vraiment juste envie de vous parler de l'*Aralia nudicaulis* parce je la trouve merveilleuse ! Monter au lac Mohawk en grignotant un bout de son rhizome, complète le bonheur d'arriver en haut et de voir cette magnifique étendue d'eau, calme, noire, happant l'âme et le corps vers son abîme voluptueux. Le bonheur!

Un jour, je saurai vous faire aimer l'autre aussi, l'*Aralia racemosa*. Me manque que de la rencontrer !

Annie Rouleau  
Herboriste-praticienne  
annieaire@gmail.com



**Galerie d'Art LES IMAGIERS**  
195, rue Principale Nord, Sutton, Qc J0E 2K0 (450) 526-3771  
lesimagiers.blogspot.ca artlarieston.com

**Viande Highland BIOLOGIQUE**  
Glen Sutton | (450) 538-5639 | www.audiablevert.com

**Thérapie de jeux de sable pour enfants**  
Coaching pour les parents  
**Marjolaine Bédard**, BAC. es. sc.  
Infirmière clinicienne en pédiatrie et pédo-psychiatrie  
450 538-6767

**FOURNIER TREMBLAY**  
Arpenteurs | Géomètres  
Robert Fournier  
Philippe Tremblay  
Arpenteurs-géomètres  
450 263.8333  
450 263.5888  
www.fourniertremblay.com  
501, rue Principale, Cowansville (Québec) J2K 1J8

**Plomberie A.G. inc.**  
Plomberie générale  
Chauffage · Ventilation  
Pompes submersibles  
Chauffage radiant  
Service et installation  
de pompes pour puits  
Desservons la région  
des Cantons-de-l'Est  
ANDRÉ MASSEAU  
(450) 266-0227  
222, Ottawa, Cowansville, Qc  
Fax : 450 266-4569

ALEXANDRE COURVOISIER  
Entrepreneur général  
Technicien en architecture  
RBQ 5608-0229-01  
**COURVOISIER CONSTRUCTION INC.**  
DUNHAM  
450 521-7405  
courvoisierconstruction.com



# Frivolity: The Art of Becoming Light

**Production**  
Renouer • Remémorer • Revivre

**Vos Souvenirs sur DVD**

VHS • Hi 8 • Mini • Betamax • Digital 8 • DVC • MiniDV • DVCAM  
Écran Américain & S-Hier • Photos • Diapositives • Nostalgie

**Gérard P. Poulin Jr.**  
Tel.: 450 266-4548 • www.codesi.net  
production.codesi@codesi.net • 375 Ch. Millmore, Brigham 100

**Atelier Johanne Béland**  
**ARCHITECTE**  
Accréditée LEED accredited

29, rue Principale Nord, SUTTON  
tél./fax 450-538-0605 archfor@hotmail.ca

**AUX 2 CLOCHERS**  
**BISTRO / RESTAURANT**

Cuisine saisonnière  
Spécialité grillades  
Réservez tôt pour vos rencontres des Fêtes !

Fermé le lundi  
et tout le mois de janvier  
2, rue de l'Église  
Frelighsburg, Qc, J0J 1C0  
Tél: (450) 298-5086

"André et Martine"

**migué**

ARPENTEUR-GÉOMÈTRE INC.  
LAND SURVEYOR

CLAUDE MIGUÉ, S.-O.  
KEVIN MIGUÉ, S.-O. ING. JR.

516 RUE SUD, COWANSVILLE, QUÉBEC, J2K 2X0  
71 450-263-5252 F1 450-263-7958  
WWW.MIGUE-QC.CA

297, RUE PRINCIPALE, BARRONVILLE, QUÉBEC, J0E 1X0

Tél: (450) 538-3577  
Fax: (450) 538-2321

**Marcel Tétreault**  
Notaire / Notary

29, Principale N. Sutton, Qué. J0E 2K0

**Complexe funéraire**  
**BROME-MISSISQUOI**

— DEPUIS 1927 —  
*Se recueillir, se retrouver.*

**Tout sous un même toit.**

■ ■ ■ ■ ■

COWANSVILLE 450.266.6061  
BEDFORD 450.248.2911  
LAC BROME 450.243.1616

WWW.COMPLEXEBM.COM

As with my previous articles for Le Tour, I had to look up this issue's theme in the dictionary. And what I found was this: "a lack of seriousness : the quality or state of being silly." Wow, I like that!

It is so easy to become heavy in daily life. We tend to take ourselves and our problems so seriously. It's the little things as much as the big things that can set us off. How can we live lighter and happier in the moment? In every moment?

Since his birth, my two year old son has taught me a lot about frivolity. His laughter is so pure and overflowing. His innocence and joy contain no trace of ego, position, politics, race or religion. It's the way we all should be! And can be.

The key for me has been to surround myself with people and community who share the same goals and values as I do. People who have a childlike quality about them. Who know how to be silly! It is commonly thought that as we get older we become less idealistic. But maybe it's the opposite? Maybe as we lose our ideals, we become old?

The teachings of Tao Sangha bring us back to the undeniable truth that we all share the pain of existence. We have all had traumas in our lives. We all make mistakes, screw up, and act in hurtful and stupid ways! There is no one on this earth exempt from it. Coming together to share this pain and to wish that no one else will experience this pain is the key to unlocking the door to healing ourselves and others. It is the basis for all Tao Sangha activities: Tao Shiatsu treatment, Ki meditation practice and Nembutsu chanting.

A wonderful short meditation you can do to return to your 'child heart' is to sit in a comfortable position with your spine relatively straight, and your eyes open or closed. Make sure you are in a quiet space with no distractions around you. You may want to have someone read this to you so that you can enter into each phase smoothly and without interruption.

Imagine yourself when you were 12 years old. Make the image of yourself more and more clear

of when you were 12 years old. Stay with the images for about 30 seconds.

Now imagine yourself when you were 8 years old. Again see yourself more and more clearly when you were that age. Hold the image in your heart for about 30 seconds.

Then see yourself when you were 4 years old. Repeat the process.



Now imagine yourself when you were 2 years old. Again repeat.

Now see yourself when you were 1 year old. Take your time.

Now see yourself before you were born, inside the warmth and comfort of your mother's womb. Can you sense it?

May we all become more and more frivolous in our daily lives and together create a brighter future for everybody.

Lawrence Lefcort  
Certified Tao Shiatsu Therapist, Tao Sangha Estrie

To reach me : 450 295-1470  
www.taosangha-na.com/index.php/en/  
eastern-townships-qc-center  
www.holistic-hands.com  
www.facebook.com/taosanghaestrie  
lawrence@holistic-hands.com

**H. Després Ltée**  
COMMERCE - DÉTAIL  
DEPUIS 1917

**IGA** vive la bouffe  
food is everything

*Boulangerie,  
Boucherie, Charcuterie,  
Fruits et légumes, Mets  
préparés, Poissonnerie,  
Épicerie et bien d'autres  
étalages*

Transformez votre épicerie... en récompenses  
Turn your groceries... into rewards

**Quincaillerie**  
**Home** hardware  
La quincaillerie du village  
450-538-5888

Ouvert 7 jours par semaine ! / Open 7 days a week !  
44, Principale Nord, SUTTON 538-2211

# La frivolité, l'antidote à l'angoisse

Quoi de plus léger que de disserter sur la frivolité? La frivolité nous empêche d'envisager la vie avec trop de sérieux. Et en prenant les choses sérieuses à la légère, nous développons un certain sens de l'humour par rapport à celle-ci. Finies les angoisses! Quel excellent antidote en ces temps où, sous le prétexte bien fondé de protéger notre environnement, nous nous assistons, entre autres, aux pires scénarios... Ne pourrions-nous pas nous motiver à changer nos habitudes de production et de consommation d'une façon plus créative et positive plutôt que d'utiliser la peur et la culpabilité? J'ose croire que la plupart d'entre nous ont suffisamment

J'ai des images de dames portant de belles parures, élégantes et ricanieuses sans soucis de la vie. Des images de campagnes ensoleillées, de repas bien arrosés pris au soleil et en bonne compagnie, et de rires d'enfants. Comme si la frivolité était un mot appartenant à une réalité d'une autre époque où les femmes se permettaient encore de faire rayonner leur bonheur féminin.

La frivolité féminine est une joie profonde que la femme d'aujourd'hui se permet peu. Peu de temps pour les frivolités! Occuper un travail à temps plein, être chef de famille et avoir un emploi du temps chargé de responsabilités sociales et familiales sont tous des facteurs qui facilitent l'oubli de ce besoin de frivolité et de légèreté.

Alors, pour les prochaines semaines, je vous invite, non je dirais plutôt, je vous donne la permission de retrouver votre frivolité. Prenez le temps de faire des choses juste pour le plaisir. Ne vous donnez pas d'objectifs, si ce n'est celui de suivre vos élans intérieurs.

Surtout, cessez de croire que vous devez changer quelque chose en vous pour être plus heureuse, plus belle ou plus épanouie. Arrêtez de vous faire violence en pensant que si vous changez vous serez une meilleure personne. Plutôt, retrouvez la liberté d'être et de ne rien faire pour vous améliorer.

Soyez frivole et osez être vous-même comme vous êtes maintenant. Votre pure essence n'a pas besoin de changer. En fait, au nom du développement personnel, vous avez plutôt trouvé un moyen sophistiqué de ne pas vous accepter telle que vous êtes. Votre véritable nature, c'est ce que vous êtes maintenant... Entrez en amitié avec vous-mêmes et célébrez!

Retrouvez la légèreté d'être! Et écoutez votre voix intérieure qui veut danser, rire, jouer, sourire...

*Francine Dubuc, T.S. PCC*  
Coach professionnelle

Membre de l'OTSTCFQ et de la Fédération Internationale des Coachs (ICF)  
Merci de me faire parvenir vos opinions ou réactions à [info@lantedote.ca](mailto:info@lantedote.ca)



développé notre conscience afin de ne plus nous servir de la peur comme moteur de changement. Choisissons plutôt de mettre l'intelligence de notre cœur au service du bien-être global.

La frivolité est un vent de fraîcheur sur nos peurs. Pour nous rassurer, nous avons tendance à vouloir tout contrôler. Cette recherche de contrôle sur le vivant est productrice d'une angoisse intérieure. Quoi de plus inconnu et changeant que la vie? C'est comme si l'avancement de la technologie pour mieux maîtriser notre environnement nous a fait oublier l'impermanence de la vie. La sagesse est de l'accepter. Pouvons-nous regretter d'être frivoles? Je ne le crois pas. C'est un plaisir pour l'âme.

Pour ma part, je réalise aussi que la frivolité est associée au féminin et à la jeunesse. Je me vois mal qualifier les actions d'un homme d'âge mur comme frivoles. Wow! Je viens de prendre conscience de deux préjugés : l'un par rapport au genre et l'autre à l'âge. Pourtant, un antidote comme la frivolité est bon pour tous.

**Esthé Bella**

Studio de bronzage

- Épilation ·Électrolyse
- Facial ·Manucure
- Soins des pieds
- Soins de dos

538-0180  
58, Principale Nord, Sutton

Eden Greig Muir, architecte, O.A.Q.

Frelighsburg 450-298-1212 [www.ateliermuir.ca](http://www.ateliermuir.ca)

**Dessine-moi un pain**

pains au levain, viennoiseries, pâtisseries et autres gâteries régionales

29-11 rue Principale nord  
Sutton, Qc J0E 2K0  
450 558-1614 / 450 558-1474  
[dessinemoiunpain@gmail.com](mailto:dessinemoiunpain@gmail.com)  
f [dessine-moi un pain](http://dessine-moi-un-pain.com)

**SÉBASTIEN KAEMPF B.A.A.**

514 522-6125  
[www.sebastienk.com](http://www.sebastienk.com)  
Évaluation gratuite

Remax Professionnel  
Agence immobilière

**Courtier Immobilier**

**Antiquités G. Chamberland**

ACHAT: SUCCESSION BUY: ESTATES  
Achat - Vente - Finition Buy - Sell - Refinish

2 MAGASINS → 2535 CH. NOISEUX  
→ 3768 PRINCIPALE  
DUNHAM, QC  
J0E 1M0

Tél.: (450) 295-1190/1490  
Email: [antiquesgc@vivomail.ca](mailto:antiquesgc@vivomail.ca)  
[www.antiquesgc.ca](http://www.antiquesgc.ca)

**PUR ANIMAL**

**ICI À LAC-BROME,**   
et toujours en croissance depuis 1998

& come see,  
**WE JUST GOT BIGGER!**

Nourriture & accessoires \ Pet food & accessories  
1108, ch. Knowlton, West Brome 450 263-3030 ouvert 7 jours

**SUTTON**  
[montsutton.com](http://montsutton.com)

**TESTÉ SUR DES PASSIONNÉS**

**PASSES DE SAISON À PARTIR DE 168\$**

[montsutton.com/abonnement](http://montsutton.com/abonnement)

# Mieux-être Sutton Professionnels de la santé naturelle

## Mieux-être Sutton, c'est :

- Un regroupement de professionnels de diverses approches naturelles
- Pratiquant de manière autonome et indépendante mais en communication entre eux
- Associant intuition et respect de standards de pratique élevés
- Au service de la globalité de la personne et ayant foi en sa capacité d'auto-guérison

Pour reprendre contact avec le corps, l'âme, l'esprit et la nature. Profitez des services de professionnels de la santé naturelle qui vous sont offerts dans les deux langues par une panoplie de thérapeutes attentionnés.

Tous les Professionnels sont membres d'associations professionnelles permettant l'émission de reçus pour vos assurances.

## Sutton Wellness is :

- Reassembling professionals of diverse natural healing approaches
- Practitioners, who work independently, are self-governing and communicate with one another
- Combining intuition and high standards of practice
- Serving the whole being and believing in its self-healing capacity

To reconnect with body, soul, spirit and Nature. Enjoy the variety of attentive Natural Health Professionals' services in both languages.

All Professionals are members of professional associations for issuing receipts for insurance purposes.

[www.professionnelsdelasantenaturelle.blog.com](http://www.professionnelsdelasantenaturelle.blog.com)

## Massothérapeutes - Massage Therapists



### Roxanne Bisson

Massothérapeute

450 260-5401

bissonroxanne@yahoo.com

52, rue Principale Nord,  
le Centre Harmonie, entrée arrière

Formée à L'Institut Guijek depuis 1987, Roxanne offre des massages suédois, de la réflexologie et du massage sur chaise. Ses massages combinent toutes ces formations et peuvent s'ajuster avec une note sportive. Un toucher qui allie douceur et fermeté. Elle vous invite à une pause de paix dans le calme et sans préoccupation pendant un moment. Elle préconise l'art de vivre et d'être, du laisser-aller et de relaxer. Massages à domicile disponibles.



### Marlène Johnson

Thérapeute en Core Energetics, Massothérapeute

450 538-5501

lesmainveilleuses@gmail.com

52, rue Principale Nord

Le corps révèle dans sa forme d'expression ce que nous sommes vraiment. La fascination de Marlène pour le langage du corps l'a amenée à explorer durant les 18 dernières années plusieurs approches psychocorporelles. Présentement à sa troisième année d'étude pour devenir thérapeute en Core Energetics, elle intègre dans la massothérapie une vision globale de l'être : le corps, les émotions, les croyances, l'énergie et la conscience. L'objectif est d'aider à libérer les blocages énergétiques et émotionnels afin de retrouver sa vitalité et sa souplesse...



### Ilia Kavoukis

Massothérapeute

450 538-1111

1 855-538-1001

www.sunshinecenter.ca

58, rue Principale Nord

Massage suédois, réflexologie, reiki, pierres chaudes et Kobido-Facial japonais. Elle met à contribution ses talents multiples pour aider les gens avec passion. Elle est propriétaire et directrice du Centre du Soleil où elle offre des séances de sauna infrarouge et d'entraînement privé. Service à domicile disponible.



### Anik Kelly

Masso-kinésithérapeute

450 538-0187

www.anikkelly.com

18, rue Highland

Native de Sutton, Anik pratique la massothérapie depuis 2004, encourageant l'équilibre et l'autonomie dans la santé des individus. Massage suédois, kinésithérapie, aromathérapie, utilisation de plantes médicinales dans les huiles à massage et reiki. Avec un toucher qui allie douceur et fermeté, une expérience de détente profonde vous est offerte tout en soulageant au besoin les tensions ainsi que les douleurs musculaires et articulaires. Présence, écoute, action, intuition et rigueur. Massages à domicile, à l'auberge ou en duo disponibles.



### Sylvie Mailloux Phaneuf

Massothérapeute diplômée

450 931-0559

massagesuttonsylvie@gmail.com

16, rue Gagné

Avec Sylvie, chaque rencontre est unique, alimentée d'énergie de paix, de respect, d'amour et de gratitude pour la confiance que vous lui accordez. Sa passion des huiles essentielles utilisées lors des massages se traduit également par la production et la vente de produits pour le corps. Sa démarche soutenue en yoga l'emmène à en partager la pratique et les bienfaits avec vous. Massage suédois, drainage lymphatique, aromathérapie, relâchement des fascias. Massages à domicile, à l'auberge ou en duo disponibles.



### Marie Poirier

Massothérapeute

450 538-8282

mariepoirier05@gmail.com

121, rue Western

Marie est massothérapeute depuis 1986. L'influence de la médecine chinoise dans sa vie a éveillé sa passion pour le Shiatsu et le Lomi-Atsu. Elle utilise également d'autres techniques de massages telles que le suédois, la Thérapie Crânio-sacrée, les pierres chaudes, les massages spécifiques pour femmes enceintes et enfants. Elle propose des outils de prévention et d'hygiène de vie dans une approche globale et holistique.

## Thérapeutes - Therapists



### Martin Audard nd.h.

Naturopathe Hygiéniste

450 204-2080

martinaudard@hotmail.com

www.votrenaturopathe.ca

112-A, rue Principale Nord

La plupart des problèmes de santé sont causés par l'intoxication du corps humain, par ce que nous mangeons, buvons et par nos pensées. Martin vous propose l'auto guérison du corps humain par l'hygiène vitale ce qui permet de se régénérer et de s'auto guérir. Voici quelques outils hygiéniques : l'alimentation, les cures de jus, les suppléments naturels, les neuf docteurs (air, soleil, eau, nourriture, exercice, pensée, jeûne, repos, posture). Consultation à son bureau ou à domicile.



### Collette Drapeau, B.Sc.

Acupunctrice et conseillère en santé

et professeur de Qi Gong

450 243-5621

collettedrapeauqigong.com

cdrapeau@explornet.com

Collette pratique l'acupuncture depuis près de 30 ans et enseigne le Qi Gong depuis 10 ans. Elle offre de l'acupuncture à domicile pour ceux qui ne peuvent se déplacer. Elle est bachelière en Sciences Infirmière de l'Université de Moncton depuis 1974 et possède une formation de psychothérapie ainsi que de pharmacopée chinoise.



### Dre Nolwenn Falquet, D.C.

Chiropraticienne

450 538-6868

www.chiropratiquesutton.com

Santé Chiropratique

34C, rue Principale Nord

Dre Falquet, chiropraticienne, prodigue des soins efficaces et sécuritaires pour toute la famille. Elle évalue le corps dans sa globalité et utilise des ajustements chiropratiques précis et sans douleur. Nolwenn aborde aussi les questions de nutrition, d'activité physique et de mode de vie. Des oreillers orthopédiques, des orthèses plantaires et des suppléments sont disponibles sur place.



### Catherine Ferron Ac.

Membre de l'Ordre des Acupuncteurs du Québec

450 538-6371

www.cferronac.com

107, rue Principale Nord

Catherine pratique l'acupuncture depuis sa graduation en 1993 et, depuis 1999, elle se spécialise dans la pratique de l'acupuncture au laser, sans aiguille, indolore, sécuritaire et efficace. Le laser permet, entre autres, de traiter les enfants, ceux qui n'aiment pas les aiguilles et ce, avec tous les bienfaits de la Médecine Traditionnelle Chinoise. Les traitements se font après une analyse approfondie de vos besoins, de votre historique médical, en toute confidentialité.



### Catherine Foisy, B.Sc.

Ostéopathe

450 558-3943

www.osteocatherinefoisy.com

Pratiquant l'ostéopathie depuis 2008, Catherine offre ses services à Sutton depuis novembre 2012 à une clientèle variée. Ses soins répondent aux besoins de tous dont les femmes enceintes, les bébés, les aînés, les sportifs et les gens plus sédentaires. Il lui est donc possible de répondre aux urgences ostéopathiques, aux troubles liés aux systèmes musculo-squelettique (ex : douleur, entorse), nerveux (ex : migraine, anxiété, dépression), digestif, glandulaire et uro-gynécologique. (ex : ménopause, sperm, prostate) ainsi qu'au désir de faire un suivi général préventif.



### Simon Goulet, B.Sc.

Acupuncture, Shiatsu, Herboristerie

450 226-7557

simon.goulet@gmail.com

www.folkacupuncture.com

Partager l'essence de la guérison, le contact humain et simplement pouvoir aider sont les valeurs qui sous-tendent l'approche thérapeutique de Simon. Concrètement, il aime combiner les différents modes thérapeutiques qu'offre la Médecine chinoise afin d'obtenir les meilleurs résultats possibles. Il a poursuivi ses études, se spécialisant en musculo-squelettique, afin de développer une technique à l'aiguille particulièrement efficace pour soulager les douleurs chroniques provenant de blessures sportives ou d'autre origine.



### Marie-José Leclerc

Certifications : BA,

Rolf Institute,

HO Rites de passage

450 538-0020

Interurbain, avec Bell :

0-450-538-0020, nip/pin 7626

mjl@rolfing.qc.ca

www.rolfing.qc.ca

www.mjleclerc.org

Praticienne en Intégration structurelle par le Rolfing® depuis 1985, Marie-José crée et anime par ailleurs des ateliers-rituels originaux issus de l'ensemble de son expérience avec le travail corporel et avec l'univers archétypal et sacré du travail cérémoniel et rituel.



### François P. Ménard, M.A.

Psychologue

450 538-0211

frapimen@yahoo.fr

34C, rue Principale Nord

"Honoré qui je suis" reflète bien François Pierre. Il se définit d'abord comme "un passeur" qui écoute, accompagne et instrumente la personne dans les passages critiques de la vie. Il considère que toute crise personnelle où l'on perd ses repères habituels est une sorte de cadeau de la vie. Que ce soit une difficulté de relation, une perte, un désir de changement ou l'urgence de mieux se connaître soi-même, voilà autant d'occasions de se défaire de vieilles croyances, de vieux costumes et de s'engager à créer sa vie dans toute sa plénitude.



### Catherine Sellier

Infirmière en soin des pieds

et réflexologue

450 538-4091

Service bureau et domicile

34C, rue Principale Nord

Membre de l'OIIQ, Catherine pratique les soins des pieds depuis 2001 à Sutton et dans sa région. Le bien-être des pieds est un atout essentiel à l'autonomie. Catherine informe, conseille et évalue l'état de santé des pieds et offre les soins suivants: soin des ongles, prévention des ongles incarnés, traitement des callosités et des cors, massage des pieds. Parce que certaines maladies chroniques ont un impact sur les pieds, elle offre prévention et enseignement. La réflexologie plantaire est le cadeau à s'offrir d'auto-guérison du corps et de l'esprit.



### Anne Vastel

Herboriste thérapeute

accréditée

450 581-0214

annevastel@guerirparles-

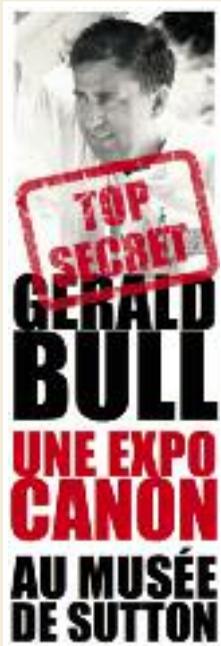
plantes.com

www.guerirparlesplantes.com

6, rue Pine

Retrouvez énergie et vitalité naturellement! Bilan de santé complet, analyse de votre alimentation, suggestions personnalisées en alimentation, plantes médicinales, suppléments ou autres, massage énergétique chinois. Approche naturopathique et en médecine traditionnelle chinoise.

## En 2014, le Musée de Sutton présente GERALD BULL, UNE EXPO CANON



La prochaine expo temporaire du musée présentera le travail du **Docteur Gerald Bull**, ingénieur spécialisé en balistique et professeur à l'Université McGill. Amateur de Jules Verne, on raconte qu'il a été inspiré de l'un de ses romans d'anticipation. En effet, *De la Terre à la Lune* (1865) a été écrit près de 100 ans avant la mise en chantier du projet **HARP** (*High Altitude Research Program*) à Highwater, en bordure de la frontière avec le Vermont, mais aussi à la Barbade. Dans ce livre, des Américains tentaient alors d'envoyer un obus habité par trois hommes sur la Lune... à coup de CANON!

L'exposition portera principalement sur les recherches que le **Dr Bull** a menées entre 1960 et 1980 sur des super canons capables de tirer sur de très longues distances ou de hautes altitudes. Mentionnons que **Gerald Bull** a créé la société *Space Research Corporation* où il a travaillé en collaboration avec l'Université McGill, les gouvernements canadiens et américains, ainsi que plusieurs travailleurs de la région. On invite d'ailleurs tous les gens qui ont des souvenirs de cette époque à communiquer avec le musée au 450 538-2883 pour les partager.

**Noémie Bull** (née **Gilbert**), qui a aujourd'hui 80 ans est une artiste bien connue des gens d'ici pour ses œuvres picturales et les ateliers qu'elle donnait. Madame Bull et ses sept enfants mettent à la disposition du musée, pour le plaisir des visiteurs, des photos et des esquisses des travaux réalisés ici et à la Barbade, des films et des artefacts, des maquettes et même des fusées qui ont servi aux expériences de **Gerald Bull**. L'exposition, présentée du 2 avril au 26 octobre 2014, saura certainement plaire à tous les amateurs de sciences physiques, petits et grands.

Le hasard faisant toujours bien les choses, les deux anciens camions de pompiers des années 30 ayant été prêtés pour un an à l'expo *Tout feu tout flamme* de la **Cité de l'énergie** de Shawinigan, le garage du musée sera rénové afin d'accueillir les pièces plus lourdes de l'exposition. Le musée fait donc appel à des partenaires afin de participer financièrement aux dépenses occasionnées par ce réaménagement et le transport des pièces. La salle d'exposition temporaire, quant à elle, prendra l'allure du laboratoire d'Highwater. Plus de détails sur [www.museedesutton.com](http://www.museedesutton.com).



L'expo **PROHIBITION** a dépassé les 2 000 visiteurs et s'est terminée en beauté avec **Citrouill'Art 5** et sa centaine de citrouilles décorées par des enfants des services de garde et de l'école primaire de Sutton, des adolescents et des adultes de la grande région de Brome-Missisquoi. Prochaine activité : le **concours de décorations de Noël 2013**. Vous pouvez vous inscrire, toujours au 450 538-2883, ce qui nous permettra de filmer l'extérieur de votre maison entre le 15 et le 22 décembre. C'est gratuit, il y a plein de prix à gagner et c'est ouvert à toutes les villes de Brome-Missisquoi. Rendez-vous sur le blogue <http://musedenoel.blogspot.ca> pour vous inspirer des décorations des dernières années.

*Richard Leclerc*  
président du Musée des communications et d'histoire de Sutton  
[richard@publiciterre.org](mailto:richard@publiciterre.org)



## AUBERGE & SPA WEST BROME



Découvrez le nouveau bistro!



Gâtez votre corps et votre esprit!



Pour information ou réservation :

450 266-7552 · 128, route 139, West Brome

[www.awb.ca](http://www.awb.ca)



**LAC BROME** : Ancienne maison de ferme rénovée sur 2.75 acres. 3 ch., pl.bois & foyer. Chemin paisible à 5 minutes de Sutton. 329 000 \$ Un charme fou! Mls 27595136

[www.sylviecareau.com](http://www.sylviecareau.com) (450) 776-4511



**SUTTON** : Superbe propriété de 50 acres, imposant manoir face à un lac privé, entouré d'une forêt mature avec sentiers et ruisseau. Vue des pistes. 780 000 \$ Mls 10264522

[www.sylviecareau.com](http://www.sylviecareau.com) (450) 776-4511



**SUTTON** : Maison de style alpin, planchers chauffants, plafond cathédrale, boiseries et armoires de cuisine sur mesure. 3ch.+ 2s/b. 314 500 \$ Mls 10784606

[www.sylviecareau.com](http://www.sylviecareau.com) (450) 776-4511



**SUTTON - MONTAGNE** : Maison de ville abordable meublée et équipée. 3 ch. 2 s/b. Pièce de séjour à l'étage supérieur avec plaf. cath. 179 000 \$ Mls 9003455

[www.sylviecareau.com](http://www.sylviecareau.com) (450) 776-4511



**SUTTON - MONTAGNE** : Condo située sur la piste avec accès facile au téléski, 2 ch. plaf. de 9', éclairage encastré, foyer au gaz. Frais minimes. 198 500 \$ Mls 16609258

[www.sylviecareau.com](http://www.sylviecareau.com) (450) 776-4511



**SUTTON - MONTAGNE** : ski-in/ski-out! Luxueux condo sur 2 niveaux. 3 ch., s. fam. donnant accès direct à un vestiaire aménagé. 299 900 \$ Mls 22884686

[www.sylviecareau.com](http://www.sylviecareau.com) (450) 776-4511



**SUTTON-VAL SUTTON** : Condos 2 ch. avec vue spectaculaire sur les pistes. Meublés et équipés, clé en main. Frais raisonnables et bonne gestion. 149 900 \$ Mls 11711208 & 24752362

[www.sylviecareau.com](http://www.sylviecareau.com) (450) 776-4511



**FRELIGHSBURG** : Charmante maison d'inspiration loyaliste 4 ch., 3 s/b sur 10 acres. Vue spectaculaire. Ruisseau bouillonnant, lac, loft d'invités, +++ 649 000 \$ Mls 23402640

[www.sylviecareau.com](http://www.sylviecareau.com) (450) 776-4511



**SUTTON** - Ravissante centenaire en briques, agrandie, 3 chambres, foyer, solarium 4-saisons, vue imprenable, écurie, étang, vivaces, arbres fruitiers. 14,2 acres.

Lois Hardacker (450) 242-2000



**SUTTON - LIEU MAGIQUE, PAIX ABSOLUE!** Maison centenaire chaleureuse sur 5 acres bordés par une rivière avec chutes, sentiers pédestres. Possibilité d'acheter plus de terrain.

[www.loishardacker.ca](http://www.loishardacker.ca)



**A HOME FOR ALL SEASONS** - Elegant and spacious home, 4 bdrms, 3 1/2 baths, attached double garage, in-ground heated pool. 3 acres on a quiet road near Mt Sutton ski resort. \$795,000

[www.loishardacker.ca](http://www.loishardacker.ca)



**ÉLÉGANCE ET CONFORT** entre Sutton et Lac Brome. Résidence centenaire mise à jour avec perfection, 4 chambres, 2 foyers, garage/atelier, 14 acres, sentiers, étang, et plus. 965 000 \$

Lois Hardacker (450) 242-2000



**A LANDSCAPED JEWEL** in Sutton. Super well-maintained country home on 26 acres with trails, 2 ponds for swimming, beaches, an excellent atelier/garage for your car collection.

Lois Hardacker (450) 242-2000



**SUTTON** - Chemin des Montagnes Vertes, un site de choix dans un domaine réservé à 11 résidences seulement. 3,9 acres, vue et droit de passage pour randonnées sur 100 acres. 135 000 \$

Lois Hardacker (450) 242-2000



**TIMELESS TREASURE** - Early 1800s stone house near Sutton, full of charm. Original wood flooring, 4 bedrooms, 2 baths. Pristine setting, lovely pond, gardens, barn, 171 acres. \$895,000

[www.loishardacker.ca](http://www.loishardacker.ca)



**Sutton** : - Maison/auberge, salle à manger et bar, 15 ch, la plupart avec s/bains privée. Terrain 1,6 acres, piscine, chalet d'invités. A 5 min. du centre de ski et des sentiers pédestres. 674 000 \$

Lois Hardacker (450) 242-2000



**ULTIMATE PRIVACY IN THE SUTTON COUNTRYSIDE** : 56 acres of woodland, fields, charming gardens, 3 magnificent ponds and a comfortable 4-bdrm home with 2-car garage. \$720,000

Suzanne Daigle/Lois Hardacker (450) 242-2000



**DESIGN UNIQUE!** Cette propriété de type 'Timberframe' fait tourner les têtes! Belle fenestration, foyers, pl. chauffants et pavillon pour atelier, ch. d'invités ou autre. 439 000 \$

Suzanne Daigle/Lois Hardacker (450) 242-2000



**Ski-in ski-out** : Superbe condo en coin sur 2 étages, 3cac, 2sdb, plafond cathédrale. Prix sous l'évaluation municipale. 274 900 \$

[www.lindabrese.com](http://www.lindabrese.com) (450) 522-3800



**Sutton** : Deux condos communicants vendus ensemble avec vues spectaculaires sur la vallée et les pistes de skis. 3 cac, 3 sdb, 3 foyers au propane, 3 balcons.

[www.lindabrese.com](http://www.lindabrese.com) (450) 522-3800



**Cul-de-sac** : Maison 4 cac bien construite sur 2 acres. Site privé et paisible et seulement 3km du village. Toiture sept 2013. Garage attaché 20' X 24'. 295 000 \$

[www.lindabrese.com](http://www.lindabrese.com) (450) 522-3800



**Sutton** : Plain-pied bâti sur un grand terrain en ville au bout d'un cul-de-sac très paisible. A proximité de l'école primaire et de tous les services. Garage double. 229 000 \$

[www.lindabrese.com](http://www.lindabrese.com) (450) 522-3800



**Potton - Prix réduit à 164 900\$.** Maison 3 cac sur plus d'une acre de terrain. Garage double avec plafond 13 pieds de hauteur. A proximité des centres de ski d'Owl's Head et Jay Peak.

[www.lindabrese.com](http://www.lindabrese.com) (450) 522-3800



**Location d'hiver 2013-2014** - Maison chaleureuse et lumineuse de 3cac avec foyer. Bordé par la rivière. Grand garage. 1 300 \$/ mois

[www.lindabrese.com](http://www.lindabrese.com) (450) 522-3800



**Prix réduit à 163 250 \$** - Maison idéale pour personne seule ou couple qui désire un petit terrain, peu d'entretien avec services de la ville. Sous-sol semi-fini. Garage simple.

[www.lindabrese.com](http://www.lindabrese.com) (450) 522-3800



**Sutton** : Petite maison sur un terrain de 19.5 acres. Vues spectaculaires, rivière, étang, grange et atelier. 419 000 \$

[www.lindabrese.com](http://www.lindabrese.com) (450) 522-3800



**TOUT SUR UN SEUL ÉTAGE** - Beau chalet « à deux » rénové avec goût. Immense galerie. Parfait pour vos week-ends de ski, vélo. Pas de frais de condo!

Julia Rohan (450) 775-7955



**KNOWLTON BEAUTY** - Spacious 2002 bungalow with separate guest suite within walking distance of the village. Quality and value. Immaculate!

Julia Rohan (450) 775-7955

## L'art peut-il être frivole?

Et pourquoi pas? Si la frivolité qu'il suggère a pour objectif de divertir, de distraire, de laisser place à la fantaisie ou, mieux encore, à l'interprétation, à la réflexion, à la critique. D'un traitement artistique naïf ou ludique peuvent surgir des images fortes, empreintes de significations. La frivolité n'est pas que futilité. Au contraire, car en traitant tout en légèreté un sujet lourd ou sérieux, on lui ouvre une porte, on l'invite à prendre l'air et peut-être même à s'échapper. « *La frivolité, comme l'a si bien dit Jean Cocteau, est la plus jolie réponse à l'angoisse.* » Nicole Larivée

### Marché de Noël 2013

**Du 29 novembre au 29 décembre**

**Vernissage: le dimanche 8 décembre de 14 h à 16 h**

Arts Sutton présente son célèbre *Marché de Noël* où, cette année encore, sont réunis les talents d'une cinquantaine d'artistes et d'artisans de la région. Vous y trouverez, entre autres, des huiles, aquarelles, encres, gravures, sculptures, photos, céramiques, bijoux, objets en bois, vitraux... sans oublier les cartes de Noël réalisées par les élèves de l'école de Sutton. Venez profiter en grand nombre de cette occasion unique d'acheter de beaux cadeaux de Noël, à prix avantageux. Les profits réalisés permettent à la Galerie d'assurer le bon fonctionnement de ses activités.



*Marché de Noël*

### Autour d'une exposition, collection des 25 ans

**Du 9 au 24 janvier 2014**

**Vernissage le dimanche 12 janvier de 14 h à 16 h**

Tournée de la Collection privée de la Commission scolaire du Val-des-Cerfs dans le cadre des 25 années du projet *Autour d'une Exposition*.

Organisé chaque année, depuis 1987, par la Commission scolaire du Val-des-Cerfs en collaboration avec divers lieux de diffusion, cet atelier d'initiation et de création autour de l'œuvre d'un artiste québécois permet à nos jeunes des écoles primaires de la région de vivre des expériences artistiques et culturelles.

### Édition 2013-2014

**Benoît Desjardins, La pêche miraculeuse –**

**Du 24 janvier au 5 février**



*Les poissons de nos eaux*

« *Certains ont parcouru le Québec en vélo ou en moto, d'autres en randonnée pédestre, en canot ou en kayak. Pour ma part, c'est principalement les voyages de pêche qui m'ont fait découvrir le Québec.* » Benoît Desjardins

### Brigitte Dahan - Traces d'éternité

**Du 13 février au 9 mars**

**Vernissage le dimanche 16 février de 14 h à 16 h**



*Brigitte Dahan*

Titulaire d'un baccalauréat en arts plastiques de l'Université du Québec à Montréal, Brigitte Dahan a d'abord pratiqué la peinture, puis la photographie numérique. Depuis quelques années, elle travaille davantage la forme tridimensionnelle, notamment par le biais de la sculpture-céramique.

L'argile est un médium qui convient parfaitement à sa démarche : d'abord fluide et malléable, l'argile devient solide, puis vitrifiée une fois passée par le feu. Subissant elle-même plusieurs transformations, elle illustre bien la métamorphose, le cycle immuable de la vie.

Ces empreintes, comme des cicatrices ou des rides, creusées dans la peau par le lent travail du temps, ouvrent une fenêtre sur une histoire à la fois intime et universelle.

Dans ses photographies, la représentation est à la limite de l'abstraction et s'apparente davantage à la peinture abstraite qu'à la photographie. Pris de très près et représenté en grand format, il en devient souvent méconnaissable. L'eau, d'une richesse inépuisable, est son unique sujet : capter l'eau en mouvement, c'est un peu comme saisir un instant d'éternité.



Brigitte Dahan partage son temps entre Montréal et Bromont en Estrie où elle a son atelier de sculpture-céramique.

**La galerie Arts Sutton est ouverte du jeudi au dimanche, de 11 h à 17 h**

450-538-2563

(www.artssutton.com)

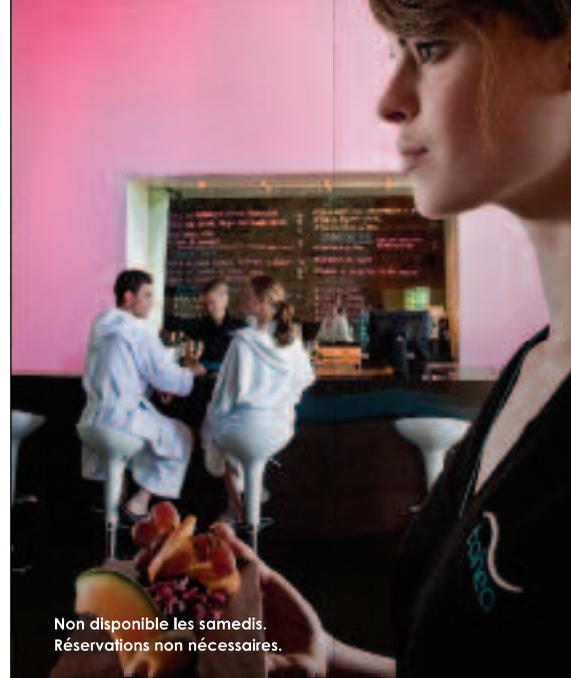
(facebook.com/artssutton)

7, rue Academy, Sutton

*Mireille Joly, directrice*

## Soirée gourmande

Expérience thermale et repas table d'hôte  
À compter de 17h.  
50 \$



Non disponible les samedis.  
Réservations non nécessaires.



**balnea**  
réserve thermale

319 ch. du Lac Gale,  
Bromont-sur-le-lac  
450.534.0604  
balnea.ca

## Les Jardins de la Colline

Ouvert tout l'hiver

**BÛCHES DE NOËL  
GÂTEAUX AUX  
FRUITS**

**Pâtés, tartes  
et gâteaux sans  
gluten**

**Pour Noël nous avons de magnifiques emballages cadeaux, des bûches de Noël délicieuses, gâteaux aux fruits à saveurs d'autrefois, gâteaux au chocolat, tartes et autres pâtisseries.**

- Paniers cadeaux pour toutes occasions
- Produits du terroir
- Gâteaux variés
- Tartes et autres pâtisseries
- Tourtières à la viande, au canard et au millet
- Pâtés à l'agneau, au boeuf braisé, indien, mexicain, au poulet, et au saumon
- Quiches (plusieurs variétés)
- Marinades (34 variétés)
- Confiture (24 variétés)

**Viandes et poisson**

- Producteurs locaux (agneau, boeuf, porc, saucisses de porc sans gluten, dinde, veau, poulet de grain et truite)

**NOUVEAU :  
TRUITE ainsi qu'une  
variété de vinaigres et  
vinaigrettes**

Magnifiques bijoux pour les cheveux, colliers, bracelets et boucles d'oreilles, vitrail, pour de beaux cadeaux des fêtes!

Info : 450 263-5997 • 1032, boul. Pierre-Laporte, Brigham  
Pour les gens de Mtl, prendre la sortie 74 de l'autoroute 10 est la même distance que la sortie 68 pour se rendre à Sutton, la route est mieux entretenue et le paysage magnifique.



# Frivolity: Essential for a Soulful Home!

« Be cool »...« stay cool »...« maintain your cool »  
Hello all of you design fiends and friends! Our Northern culture is preparing for winter. Just as all ancient religions celebrated some sort of “Festival of Lights” where people prayed for an abundant harvest to feed their families, we too are planning the festival of the Winter Solstice - the darkest and longest night of the year.

We're also thinking that we should freshen up our “burrows” for the next four months. *In that sense of happiness - being silly, not serious, being at ease; relaxed...* A home without some sort of frivolous accents becomes just a magazine ad for furniture. It is without soul. So often, a prospective client will ask me, “What are they doing today? What are today’s best styles?” I explain that I want to understand their personal taste, and then enhance it with my resources and abilities. To determine their taste in furnishing, I ask diagnostic questions concerning the Four Factors that determine their



preference as to colour, light, pattern and texture. I then follow with curious questions about their travels, hobbies, and any collections. The clues I gather are what give their home a sense of personality. Too often people are concerned about their “image” and less about feeling at ease in their own home. The whole business of colour trends and styles is simply marketing—anything to make the current items in your home appear out of date!

Years ago, I did a complete home in tones and tints of lavender and royal purple. At the time, items in those colours were hard to find, so we spent 20% more time and money than if we had gone with a conventional colour scheme of beige and golden neutrals... but what an atmosphere! No question, their home was certainly elegant, but with such panache! These days, with modern colour technology, all colours cost the same! Don't be shy, use the colours that please you and give a thrill... to the Devil with convention!

rooms on the sides! Such a touch of frivolity added a certain whimsy to the traditional turkey dinner and was a guaranteed conversation starter.

Too often, I see home design magazines using furniture showrooms as part of an article on new trends. Carefully placed on the large coffee table are 3 vases: small, middle and large - obviously sold as a set. I would much rather see a pair of old tarnished candlesticks from your grandmother's home with candles adding a surprise shot of accent colour. The sense of age and relevance to your family makes it doubly meaningful. Our guest bedroom at our dacha near Sutton needed something over the bed as a focal point. After a bit of rummaging, I uncovered a lovely hand crocheted table centerpiece that was just the right size. My wife remembered that it was from the “old country” and had been designed and crocheted by her favourite auntie. Once mounted on French blue matting, with an antique pewter frame, the ecru lace provided the requisite accent, with an added quaint story attached.



At a client's home, we were furnishing the guest bedroom in a frugal manner, as we had splurged on the living room. We found a small rattan desk and matching chair that fit against the wall adjacent to the bed. The surface could do double duty as both a desk for a laptop, or a dresser, depending upon which family member was visiting. We searched the basement and closets to find a small lamp to no avail, until I spied a hand painted champagne Moët & Chandon bottle – special 2000 edition!

**Enrobe-moi**  
Créations québécoises

**Collection Automne/Hiver en boutique**

- Près de 30 designers québécois
- Vêtements, bijoux et accessoires de mode uniques
- Tailles XS à XL
- Petite sélection pour hommes, bébés et juniors
- Nouveauté : Petite sélection de bottes El Naturalista (Espagne)

Suivez-nous sur facebook : [www.facebook.com/urbaine.d](http://www.facebook.com/urbaine.d)

**URBAINE des Champs**

10-3, rue Principale, Sutton 450 538-2573

Now, during the darker part of the year, Frivolity can be especially well demonstrated with holiday seasonal decoration - an easy opportunity to put your sense of creativity to work! Shop at hardware stores and dollar stores for ideas. If you're using a colour scheme of peach, ivory and sky blue, a red and green Christmas decor would really clash so consider royal or cobalt blue and silver as your decor colours instead. Also, if a huge bouquet of scarlet poinsettias from your best client is delivered, don't hesitate to call the florist back immediately and plead with him to trade the scarlet bouquet for the cream and salmon pink ones instead! What a huge difference in the room's effect!



Children's interests will allow those cautious souls to add some idiosyncratic elements to their home with the excuse: “It's to please the kids”. Their drawings often are worth framing for their rooms and their genuine interests in colour and pattern will create wonderfully personable spaces.

Kitch and frivolity are often friends! For our Thanksgiving dinner, we served a fabulous mushroom soup with fresh thyme and cream in rather funny 1950's mugs with hand painted orange spotted mush-

tion! With a new parchment shade trimmed in the label's colours, and the finial made from a “Gold” mushroom cork, we had the budget solution with a touch of the unexpected frivolity as a bonus.

So dear design readers, remember: Frivolity may be anathema to a minimalist, but to the rest of us - we enjoy creating a richer life.

Colorfully Yours,  
Aurélien Guillory

P.S. Do send your comments to me: [aurelien@colorsbyaurelien.com](mailto:aurelien@colorsbyaurelien.com)  
I would love to hear from you...

fleurs  
cuisine  
cuis  
design  
objet  
maison  
accessoir  
décor

## au coeur des saisons

Encore de belles trouvailles

Objets utilitaires et décoratifs pour la cuisine et la maison.  
Fleuristerie, décorations de Noël.  
Réservez-tôt pour vos arrangements du temps des Fêtes.

4, rue Maple, Sutton Qc  
(450) 538-0388

# Frivolity and Gravitas in the City of a Hundred Towers

It was with great anticipation that I arrived at the City of a Hundred Towers. I knew that Pope Sixtus V had lived in this town northeast of Rome and I was curious to see the walled city with its slim stone towers (Photo 1), intact



Ascoli Towers



Ascoli Portal Towers

Roman bridges, and mysterious seven portals (Photo 2). I had a hunch that the town's architecture and physical layout had influenced this famous builder-pope who later transformed Rome.

At first, Ascoli Piceno seemed a somber place, built of, and on top of, the travertine blocks that the ancient Romans had quarried. Every surface appeared to be of the same gray-streaked stone. This was a working town--the sparse daytime crowds walked with an industrious air--a far cry from the typical scenes of fun and revelry on the Italian tourist circuit.

That evening I checked into the hostel located in a vertigo-inducing stone needle (Photo 3) built by one of the noble families 900 years ago in an era of brigands, bandits and tower envy. In the Middle Ages there were 200 towers in Ascoli. The handful that remain seem impossibly slender, with a tendency to return to earth during earthquakes. If a word could sum up Ascoli Piceno, I mused, it would be "gravitas."



Ascoli Tower

A bit later I heard voices growing louder in the street. I opened the tower's thick door and looked out to a crowd surging down the dark alley. They were laughing, singing and shouting out for all to join them.

Some of the revelers wore bizarre costumes and used torches to project giant shadows onto the travertine walls. Some carried large puppet figures, tossed firecrackers, or

balanced on stilts so tall they had to duck to pass under the stone arcades. Whether it was a carnival, street theatre, initiation ritual or a new kind of walking tour, the merriment was contagious. I briefly considered the possibility that I was dreaming, then I jumped into the flow of humanity.

The giddy mob kept moving through the dark maze of the city, following some unspoken urban logic. Finally we emerged from the medieval streets, swept past a tall Roman bridge, veered around a leaning Longobardi tower, passed through one of the seven portals in the town wall, and followed a major artery to the large central piazza where unbridled frivolity continued into the night.

When I emerged from "my" tower the next morning, the town felt different, almost familiar. I had participated in an event that probably had its roots in ancient Roman Saturnalia celebrations. These proud and versatile streets were already clean and ready for market day, and later, the genteel strolling of the evening passeggiata (photo 4). This was an urban model that worked. I decided I would stay in Ascoli for a while to research my papal hunch.



Ascoli Passeggiata

Pope Sixtus V (born 1520) would have been intimately familiar with Ascoli Piceno's charms since he spent his formative years there in the Franciscan order (1532-1540). In 1585 he was elected Pope and in an extraordinary five-year campaign, transformed Rome with new fountains, piazzas, churches and major avenues. Sixtus laid out the dramatically long, straight *Via delle Quattro Fontane* from one end of the city to the other. He used



Ascoli Rome Towers

Egyptian obelisks to mark key locations and provide order and clarity, a strategy reminiscent of Ascoli's spine-like street pattern punctuated by towers (photo 5).

The Pope devised a plan to connect Rome's seven holiest churches to this axis with visual corridors, recalling the seven

portals of Ascoli. He created the Piazza del Popolo in the trident shape of Ascoli's west entry. Numerous other comparisons suggest that the cityplanner/pope was drawing on impressions and memories of the urban plan of his boyhood home. When Sixtus V died in 1590, Rome

had been changed forever.

Later, I returned to Rome and walked the entire network of Sixtus V's avenues. The visual logic was inescapable -- each marker's sight lines revealed an important church, monument or urban connection. The monumental axes and obelisks defined distance and direction in a large and confusing capital city, enhancing the seat of power, as they would centuries later in Paris and Washington. But those who have been initiated into the magic of Ascoli Piceno will tell you this: no matter how grand the streets of Rome, one's thoughts always return to the City of a Hundred Towers.

Eden Greig Muir

© Tous droits réservés. Photos and text by Eden Greig Muir, Architect. [www.ateliermuir.ca](http://www.ateliermuir.ca)

**Fromagerie**

LA RUMEUR AFFAMÉE

Épicerie Fine

À votre service depuis 1999

Fromage · Charcuterie  
Pain artisanal · Sucrierie  
Prêt-à-manger · Café Agga  
Sandwichs · Wrap · Panini  
Épicerie fine

15, rue Principale Nord, Sutton, Qc J0E 2K0

**450 538-1888**

Nous sommes situés face au bureau de poste

**Vert partout**

19 Principale Nord, Sutton 450.538.8378 OUVERT TOUS LES JOURS

# Jenni Tannahill, Une recherche en lignes et couleurs raffinées, humoristiques et coquines!



« Léonard de Vinci eut la fortune de dire presque tout dans l'idiome international du graphisme » Jean Cocteau

Jennifer Tannahill manie habilement tous les instruments simples ou sophistiqués qui lui permettent de toucher à divers médiums, des crayons de couleur à la caméra... Elle travaille souvent ses créations sur papier et réussit à camper des sujets grandioses dans des formats réduits... une invitation à revisiter Paris, avec des yeux neufs! Elle poursuit présentement son programme en cinéma d'animation, à l'Université Concordia, tout juste rentrée d'une année de ressourcement en arts plastiques et histoire de l'art à l'université Paris 1 Panthéon-Sorbonne.



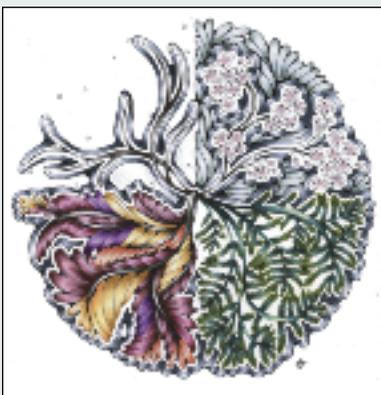
Immortality



Tree of Life

certain nombre de ses toiles, collées sur les murs

Jennifer est originaire de Dunham et a participé récemment à plusieurs expositions collectives dans la région, dont la quinzième exposition des artistes de Dunham.<sup>1</sup> Lors de son séjour à Paris, elle a exposé à deux reprises. D'abord, en février, en compagnie d'un artiste syrien : « Une ligne syrienne rencontre une ligne canadienne ». Ensuite, en avril, au Musée d'art moderne du Centre Georges Pompidou où elle présentait une exposition intime comme projet de fin de session. Pour cet événement, elle obtint la permission de se faire photographier devant les œuvres d'Yves Klein avec sa toile « Nue » extraite de son travail « Hommage à Yves Klein ». Un ou deux clics, et vous saurez d'où vient ce bleu mystérieux qui a illuminé Paris.<sup>2</sup>



4 saisons Mandala

Elle a également initié un nouveau modèle de « street art ». « En s'intéressant au déplacement paradoxal proposé par les expositions "Au-delà du Street Art" au musée de la Poste et "Tableaux de maîtres - Oasis urbaine" au Palais Tokyo, Jenni, sous le pseudonyme « RED », interroge la relation entre l'œuvre et le spectateur en déplaçant l'art du musée dans la rue... ». Avec ses « street canvas », elle propose un nouveau mouvement street art. Un

du Marais à Paris, peuvent être appréciées dans leur ambiance européenne sur le site redstreetcanvas.<sup>3</sup>

Le portfolio de Jenni est facile à parcourir et abondamment illustré : on y retrouve ses films d'animation (humour, couleurs et sons), ses drapés (études de monuments inspirants), ses illustrations (dont ce « Triumphant AngelafterDali » que nous avons à la « une ». Deux autres catégories s'ajoutent : les fleurs et les peintures, avec la série de toiles en hommage à Yves Klein.

Comme en témoignent « Sysiphus » (burdenedMan) et « Burning Heart », Jennifer travaille la ligne avec une main sûre et expressive. Quand elle utilise couleurs et volumes, elle le fait avec une légèreté très fantaisiste et une économie de couleurs qui soulignent certains éléments sans masquer le dessin ni le message : « Immortality, Prawn, Tree of Life ».

Les films d'animation signés Jenni Tannahill, voyagent de festival en festival : « Jump », au Festival international de films Fantasia (août 2011); « Beyond the Pond » au Festival du film d'animation de Montréal

« Animaze » (nov. 2011). Ces deux films étaient présents dans le volet éducatif de la 14<sup>e</sup> édition du Festival international du cinéma d'animation d'Hiroshima, en août 2012. Et la carrière de « The Eat you Meat » s'annonce prometteuse : déjà deux invitations pour 2014. D'abord le Japon, « Short Shorts Film Festival & Asia », et ITFS (International Festival of Animated Film Stuttgart).

En septembre dernier, Jenni a repris ses cours et collaboré au film « The Chaperone » dirigé par Fraser Munden et Neil Rathbone. La production a été présentée au dernier TIFF (Festival international du film de Toronto).

Un petit souvenir en terminant? De Paris ou de Dunham! Les cartes postales de Jenni sont déjà en vente aux deux boutiques L.Appartement du 99, rue de Rivoli, Carrousel du Louvre et devant le musée d'Orsay au 16, rue Bellechasse à Paris... et aussi au Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham! La tour Eiffel ou le Rhinocéros! Ou le Lion qui tricote?!



Prawn

Bravo Jennifer! Grâce aux images virtuelles, nous avons accès à tes créations, un prélude à un événement « solo » très attendu!

Lise F. Meunier

<sup>1</sup> Galerie du Centre d'art de Dunham; Jingxi's, St-Denis, Mtl; Galerie d'art Gala, boul. St-Laurent, Mtl; Les Gourmets Presses, St-Jacques, Mtl; Galerie Rouge, Cowansville.  
<sup>2</sup> www.jennitannahill.com  
<sup>3</sup> www.redstreetcanvas.com



Burdened Man

**REMAX LAC BROME**  
**450.242.1113**

[www.remoxlacbrome.com](http://www.remoxlacbrome.com)  
[www.remox-quebec.com](http://www.remox-quebec.com)  
**Remax Professionnel inc.**  
30-A Lakeside, Lac Brome, JOE 1V0

**Sandra Williams**  
Courtier immobilier  
T 450.242.1113  
C 450.531.8464  
[sandra@remoxlacbrome.com](mailto:sandra@remoxlacbrome.com)

**Nadia St-Laurent**  
Courtier immobilier résidentiel  
T 450.242.1113  
C 450.330.1930  
[nadia@remoxlacbrome.com](mailto:nadia@remoxlacbrome.com)



**SERVICE LOCAL · CRÉDIBILITÉ · VISIBILITÉ INTERNATIONALE**



**Glenview – Bolton Ouest | 289 000 \$**  
1 acre de terrain avec superbe vue du Mont Glen. Chaleureuse maison à aires ouvertes, mezzanine, 2 càc, 2 sdb et espace bureau. Idéal pour amateurs de sports nature.



**Montagnais – Sutton | 399 000 \$**  
2.84 ACRES SUR SITE PRIVÉ, belle maison de campagne, 4 càc, 2 sdb, foyer, sous-sol aménagé, vues, à 5 km du village de Sutton.



**Ch. Mont-Sutton-Heights – Sutton | 159 000 \$**  
Magnifique condo, moins d'un km des pistes de ski et de randonnées du Mont Sutton. 3 càc, foyer, planchers bois, terrain paysagé bordé d'un ruisseau, vendu meublé.



**McCurdy – Lac Brome | 349 000 \$**  
BORDÉE PAR LA YAMASKA, superbe ancestrale rénovée au goût du jour, 3 càc, 2 ½ sdb. Terrain 1.47 acres, étang et jardins.



**Saint-Paul – Lac Brome | 439 000 \$**  
BEAUCOUP DE CACHET, secteur recherché, 3 càc, sous-sol fini avec rez-de-jardin, véranda, magnifiques jardins. A distance de marche du village.



**Davignon – Lac Brome | 349 000 \$**  
AU CŒUR DE KNOWLTON, superbe ancestrale rénovée de A à Z, beaucoup cachet, 4 càc, sdb, garage double. A distance de marche du village.



**Ch. Baie-Robinson - Lac Brome | 674 000 \$**  
30 PIEDS SUR LE BORD DU LAC BROMÉ, maison clés en main, 3 càc, 2 sdb, foyer, plachers chauffants et grande terrasse avec vue sur le lac.



**Soles – Lac Brome | 179 000 \$**  
Magnifique terrain de 8 acres avec vue sur les montagnes et plateau prévu pour futur emplacement de votre demeure de rêve. Le tout à proximité de Sutton et Knowlton!

# L'envers et l'endroit de la frivolité

## Centre d'art de Dunham



**19 octobre au 30 novembre**, « Elle voit: une perspective féminine à travers le portrait » de **Andi Gilker**. Une première exposition solo d'Andréa, à la Salle Normand Gaudreau, du Centre d'art de Dunham. « Je choisis d'exprimer un équilibre entre la mélancolie et le beau comme moyen de répondre au temps un peu sombre, mais profondément intéressant, dans lequel nous vivons. Les artistes notables qui m'ont véritablement influencée et qui emploient des techniques de peinture saisissantes, colorées et expressives sont Dana Schutz, Dawn Mellor, Philip Guston, Aurel Schmidt, Allison Schulnik et David Humphrey. » A. G.



Smile

**2 au 30 novembre** : le CRSBP (Centre régional de services aux bibliothèques publiques) nous offre une série de reproductions de **David Garibaldi**. Une joyeuse virée dans l'univers de la musique, des boîtes de jazz et du cirque. Les sujets sont traités de façon puissante et caricaturale, rehaussés de couleurs « choc » : une atmo-



B-Girl



DJ Jewel

sphère à voir et à entendre! Voyez les titres en avant-première : « Lounge Smoke », « DJ Jewel », « Urban Tunes », « B-Girl ». Salle Kenneth Baker de la Bibliothèque de Dunham.



Urban Tunes

**7 décembre au 27 février 2014** – vernissage le 7 décembre : **Bernice Sorge**

présente l'envers du confort et de la frivolité : couleurs réfléchies, textures tangibles. Une célébration de la Terre, à pleines mains dans le compost; des parfums de forêts et de feuilles colorées par le temps qui fuit. « La nature me sert en quelque sorte de tympan à travers lequel... j'explore l'interrelation entre les gens, les plantes et les animaux. ... » B.S.



Les 7-8 décembre et 20-22 février 2014, **on vote** pour « le Choix du public » qui nous permettra d'acquérir une œuvre de Bernice, destinée à enrichir la collection permanente du Centre d'art de Dunham. Notre artiste sera présente, lors du vernissage, le 7 décembre (14 h-16 h). Salle Normand Gaudreau.

**15 mars au 7 avril 2014** – vernissage le 15 mars) : Projet « **Autour d'une exposition** » **Exposition CSVDC 25 ans** : La collection permanente constituée depuis 1988, sera présentée dans la Salle Normand Gaudreau et la Bibliothèque de Dunham. Benoît Desjardins, le tout premier artiste invité, revient cette année participer au projet et nous offrir sa dernière production, sur le thème de la pêche!

« Le projet *Autour d'une exposition* vise à stimuler et à soutenir la création artistique, à favoriser le rayonnement des œuvres des artistes et à sensibiliser nos jeunes à l'importance des arts visuels. Depuis 1988, des centaines d'enseignants et des milliers d'élèves du primaire et du secondaire de la Commission scolaire du Val-des-Cerfs ont eu la chance d'entrer en contact avec des artistes de la région.



Création de Mia: Projet "Autour d'une expo 2013".

...Au cours de cette rencontre artistique, les élèves sont invités à réaliser une œuvre collective ou individuelle en lien avec ce qu'ils ont vu, appris et ressenti. Tout le matériel est disponible sur place. »

Lors des vernissages, l'entrée est libre au Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham, Édifice Pierre Bernier, 3638 Principale, tél. 450 295-2621.

Lise F. Meunier

**NOUVEAU**



**h!**  
**canard**



**Découvrez nos nouvelles coupes de canard**

Produits de canard  
**uniques et innovateurs**

demi-canard.....11,95\$/un.  
tournedos (2).....9,75\$  
côtelettes (4-5).....8,50\$

**Essayez-les!**



**BOUTIQUE**  
LAC BROME

40, chemin du Centre, Knowlton QC  
450 242-3825 # 221  
canardsdulacbrome.com

**VENTE • SERVICE • PIÈCES • CARROSSERIE**

**COWANVILLE**



[www.cowansvilletoyota.com](http://www.cowansvilletoyota.com)

**RAV4**

Style distinctif.  
Évolué et polyvalent.  
Agréable à conduire et  
éconergétique.

LA TOUTE NOUVELLE

**COROLLA**

*Comme vous ne l'avez jamais vue.*



COROLLA 2014



RAV4 2013

165, rue de Salaberry 450 263-8888



**COWANVILLE**



[www.cowansvillenissan.com](http://www.cowansvillenissan.com)

**UN VÉHICULE QUI DONNE TOUJOURS PLUS  
INNOVER POUR EXALTER.**

**VERSA NOTE**  
2014 de NISSAN



185, rue de Salaberry 450 263-8889

DÉCOUVRIR un nouveau sens

**COWANVILLE**



[www.cowansvillemazda.com](http://www.cowansvillemazda.com)

**mazda 3 2014**  
Présentement disponible  
chez Cowansville Mazda



**vroum-vroum**

155, rue de Salaberry 450 266-8888

# Merriment in Missisquoi

When the Reverend Charles Caleb Cotton came to the seignury of St.Armand in 1804, the Townships had only just opened for settlement less than 20 years previously. The community of Missisquoi Bay (now Philipsburg) was built in a wilderness and since the 1790s; the settlers who came here had been working hard to establish themselves in the thick forested territory. Priest Cotton's opinion of his neighbours was less than hospitable. In one letter he wrote that "the people in general seem to have but little regard for a gentleman and person of education; they have hardly any conversation except about farming affairs which is a standing dish with them from January to December...parsimony is the prevailing feature of this place."



By comparison, surveyor and topographer, Joseph Bouchette (1774-1841) provided one of the first detailed descriptions of Philipsburg in 1815 describing not only a large number of busy and welcoming taverns but also quarries, lime kilns and asheries, brickyards, foundries, tanneries, tailors, shoemakers, distilleries, storehouses with wharfs, artisans, schools and churches. By his observations, this relatively new community was "lively and agreeable." Perhaps Priest Cotton was too harsh in his judgement. People talked about what was important to them; focused on making a living, surviving winters and providing a future for their families. What the Reverend Cotton perhaps failed to realize was that life was not all hard work and monotony; the early settlers did have time for life's happier occasions.

Historian Catherine Day recorded several observations about the leisure time of the settlers:

*It was customary from the earliest formation of settlements, for the scattered inhabitants to assemble at times for the cultivation of a neighbourly intercourse and the gratification of a natural desire for companionship. Where people had so few sources for enjoyment, it is probable that these gatherings were looked forward to with pleasurable anticipations... dancing was much practised, and...every man's dwelling was open to the traveller and a cordial welcome was extended alike to friend or stranger.*

If one reads through the store ledgers in the late 18<sup>th</sup> century, it is easy to see that whiskey was not only consumed here in "alarming amounts" but also greatly produced because of a large surplus of grain. "As the whisky flowed," noted Mrs. Day, "it promoted the general enjoyment and hilarity on their festive occasions."

Excerpts from the diary of James Primmerman (1829-1901) of Rosenberg, (St. Armand West) Quebec reveal that he attended or hosted many "tunks." A tunk was usually held in a kitchen where local fiddlers and musicians would gather to sing and play late into the evening. In some of the oral history records maintained by the Missisquoi Historical Society, stories of merriment in the community usually find a place in the reminiscences of the story tellers. In the oral history recording made by



Kenneth Tree from Stanbridge East in the 1970s, he disclosed several fond memories of frivolity in the village when he was young:

*There was a school teacher here... and some of the children didn't like her and some of them did but she was an awfully good teacher - strict; and this one Halloween night the kids went to a farm...and got a young bull, a good size, and took it to the school-house and got the door open. When she got to school the next morning and opened the door, there stood the bull. You can imagine the mess!*

*Well it wasn't only the kids because the adults would have some fun too. One night a man went to the grist mill to get his grain ground for his animals. Well he drove into his barnyard quite late in the day with his grain and he didn't unload it because he hadn't had his supper. He had a high barn... and during the night some of his friends came along, unloaded the wagon and took the wagon apart and hauled it up piece by piece to the roof with ropes and put it together again. Then they loaded it back up again with the grain bags so the next morning, there was his wagon on the roof - fully loaded. It was an awful lot of work and you can just imagine what he thought.*

*People would pick on another fellow in the village by climbing up on his roof and stopping up his chimney and when he went to light his wood stove in the morning, his house would be full of smoke. He would go to his neighbour for help and that fellow was one of the boys that stopped the chimney up in the first place. They did it for years and the old man never knew. We used to play all kinds of tricks and capers and it was all in good fun and folks were good natured about it. We used to have wonderful times.*

The diaries and oral histories are replete with small details about the playfulness and light-hearted nature of people in our communities. Spontaneous fun and frivolity would have made life seem a little easier. The long hours and heavy labour required to maintain a household and farm meant that hours of leisure time were limited but if moments of merriment could be added into a day, the work load must have seemed a little lighter.

Heather Darch - Missisquoi Museum

Sources:

Charles Caleb Cotton, Canadian Series Letters 1804-1847, Missisquoi Historical Society; Joseph Bouchette, "A Topographical Description of the Province of Lower Canada..." 1815; Mrs. C.M. Day, The History of the Eastern Townships, Civil and Descriptive, 1869; Philip Ruiter Ledgers 1799-1836; Diary of James Primmerman 1863-1890: Volume 13 Water by the Mill, Missisquoi Historical Society 1974; Oral History Interview with Kenneth Tree VI-14-18, March 14, 1978.

Musée Missisquoi Museum  
2 rue River, Stanbridge East Qc J0J 2H0  
(450) 248-3153 info@missisquoimuseum.ca  
www.MissisquoiMuseum.ca

**Sotheby's**  
INTERNATIONAL REALTY

Québec

sothebysrealty.ca

EN PRIMEUR



**SUTTON | LE 29 RUE MAPLE, À PARTIR DE 225 000 \$+TX**  
Condominium de qualité supérieure de 2 càc et 2 sdb dont une attenante, avec foyer au gaz, climatisation, stationnement intérieur, rangement et ascenseur. Non loin des commodités et des pistes de ski. MLS 14990466



**SUTTON | 654 CHEMIN MORGAN 595 000 \$**  
Magnifique résidence de 4 càc, très lumineuse et à aires ouvertes, bâtie sur un terrain de 10 acres dans les hauteurs de Sutton. Offre une vue saisonnière exceptionnelle et accès à un lac privé. MLS 10874086



**DUNHAM | 986 CHEMIN FAVREAU 639 000 \$**  
Maison écologique au toit vert, dessinée et construite par l'architecte reconnu Daniel Pearl, sur un terrain de 31 acres avec un étang privé. Une maisonnette fait office de studio d'artiste. MLS 20605428

EN PRIMEUR



**SUTTON | 1105 CHEMIN HAROLD 699 900 \$**  
Propriété d'inspiration alpine de 3+1 càc, rénovée et agrandie avec goût, souci du détail et qualité. Concept ouvert et toit cathédrale aux poutres apparentes offrant une ambiance chaleureuse. MLS 24773300

EN PRIMEUR



**SUTTON | 1936 CHEMIN SCÉNIC 853 000 \$**  
Magnifique maison orientée plein sud et éloignée de la route, bâtie sur un domaine privé de 69 acres en zone blanche. Elle possède un joli étang et vue imprenable sur les montagnes environnantes. MLS 16344144



**BROME | 46 CHEMIN MORIN HILL 799 000 \$**  
Cette résidence d'inspiration "Frank Lloyd Wright" située sur un terrain de 82 acres de prairies, forêts et arbres matures possède une ambiance chaleureuse grâce à ses poutres apparentes et ses murs de briques. MLS 9109219

EN PRIMEUR



**SUTTON | 376 CHEMIN BENOIT 935 000 \$**  
Vaste domaine familial de + 146 acres. Résidence principale d'inspiration Tudor avec dépendance secondaire idéale pour recevoir famille et amis. Piscine creusée. Parfait pour famille nombreuse. MLS 17374021



**Marie-Piers Barsalou**  
Courtier immobilier agréé  
mpbarsalou@sothebysrealty.ca  
www.mpbarsalou.com  
450.577.0272



**Lisa Rozon**  
Courtier immobilier agréé  
lrozon@sothebysrealty.ca  
www.lisarozon.com  
450.525.5472

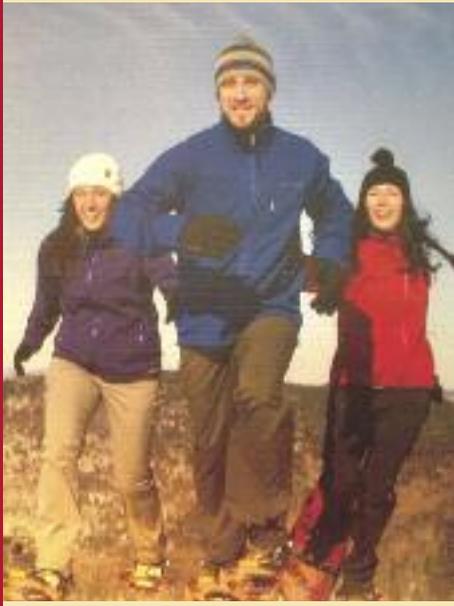
TREMBLANT | NEW YORK | KNOWLTON | MONTREAL | PARIS | MIAMI | VANCOUVER

Entreprise indépendante et autonome | Agence immobilière



**AU RENDEZ-VOUS DE LA MODE**

**VÊTEMENTS et CHAUSSURES HOMMES et FEMMES**



**MERRELL, COLUMBIA, SOREL, Bogs, MEXX, Bianca, Nygard, Joanel, Cushe, RPZN.**

**2, Principale Sud, Sutton  
450 538-2228 • www.rdvmode.com**

SUTTON  
*mont tricot*  
www.monttricot.com



*Venez tricoter avec nous!*

20-K, rue Principale Nord, Sutton, Qc J0E 2K0  
450 538-8040 / Sans frais : 1 855 538-8040  
Mardi à dimanche : 10 h à 17 h - Lundi sur rendez-vous

## L'astronomie frivole

L'astronomie est souvent perçue comme une science et un loisir très drabe aux yeux de plusieurs. Cependant, je vais tenter de démontrer dans cette chronique que c'est sans raison. Il est sûr que ce qui se passe dans le ciel ne pourra pas remplacer la frivolité de certaines « stars » de ce monde - il n'y a pas d'« Occupation double » dans l'espace même si plusieurs astres ont été nommés en l'honneur de déesses et de dieux divers.

Prenons Vénus, déesse de l'amour et de la séduction. Planète très chaude et humide, elle illumine aussi le ciel en tant que l'objet céleste le plus brillant après le Soleil et la Lune. Elle est la sœur jumelle de la Terre, car sa taille est similaire. Sa composition est également semblable, mais la comparaison s'arrête là, car son atmosphère est littéralement infernale. Soumise à un énorme effet de serre, Vénus est inhabitable. Tout espoir de l'homme de fouler une autre planète est orienté vers Mars qui est une planète beaucoup plus douce même si elle est associée au dieu de la guerre...

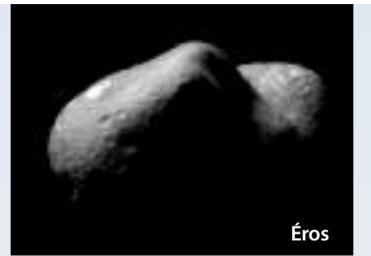


*Venus Arles*

Certains seront surpris d'apprendre qu'Éros, un astéroïde important, a été visité par la sonde Near Shoemaker en 2001. Cette visite a permis d'obtenir des informations très intéressantes sur la composition et la nature des astéroïdes.

À la fin du mois d'août, il y a eu une pluie d'étoiles filantes, les Perséides, et bientôt, en décembre, nous aurons les Géménides qui sont aussi très prolifiques et facilement visibles lors d'une soirée au ciel clair. Ces étoiles filantes soulèvent toujours le sujet des astéroïdes, des corps aux orbites irrégulières flottant dans l'espace qui inquiètent à cause des conséquences que leur chute aurait sur la vie terrienne. Les plus petits peuvent mesurer que quelques mètres alors que les plus gros peuvent

avoir une taille de centaines de kilomètres. Ils peuvent être composés de roc et de glace.



*Éros*

Éros en est un. Principalement situés dans la grande ceinture d'astéroïdes entre la planète Mars et Jupiter, plusieurs possèdent des orbites qui les mènent très près de la Terre. L'un d'eux aurait causé la disparition des dinosaures. Le mouvement de nombre d'entre eux est suivi de très près comme celui de « 433 Éros ». Pour le moment, il n'est pas considéré comme dangereux pour la Terre, mais on ne sait jamais ce que la « puissance créatrice » pourrait nous réserver!

Il y a aussi des nébuleuses de plusieurs types et provenant, entre autres, de l'explosion d'étoiles en fin de vie. Ce sont d'énormes amas de gaz pouvant mesurer plusieurs centaines d'années-lumière de diamètre. Je vous invite à observer M57, la nébuleuse de la lyre, l'une des plus belles et des plus faciles à trouver dans le ciel lorsqu'on est équipé d'un bon télescope. Je recommande une autre nébuleuse, plus difficile à voir, mais tout aussi significative : la nébuleuse du cœur, aussi nommée IC1805. La seule nébuleuse visible à l'œil nu est la nébuleuse d'Orion que l'on perçoit comme une petite tache dans le ciel parmi les étoiles de l'épée d'Orion. Cette nébuleuse est une véritable pouponnière géante qui donne naissance à une multitude d'étoiles...

Les exemples de frivolités célestes seraient illimités tellement il se passe de choses dans les cieux!

Profitez des superbes soirées d'hiver, qui débutent plus tôt, pour lever les yeux au ciel. Surtout, ne manquez pas la magnifique constellation d'Orion qui règnera au-dessus de votre tête durant cette magnifique saison que je qualifierais frivolement de « septième ciel »!

*Eddy Szczerbinski*

## VENEZ VIVRE L'ESPRIT DE NOËL DANS UN VILLAGE CAMPAGNARD!



*Hôtel de ville*



*Rob Young oxen*



*M Laduke*



*P. Bartlam*



*Sarah Mills*

Stanbridge East vous invite à célébrer Noël lors de l'événement « VILLAGE DE NOËL », une initiative du Carrefour culturel de Stanbridge East. Les visiteurs sont attendus le samedi 30 novembre et le dimanche 1er décembre.

« Village de Noël » vous offre de multiples activités : rencontrer les artisans de la région et faire provision de produits du terroir et douillettes; trouver un cadeau spécial et savourer une délicieuse tasse de chocolat chaud ou de vin épicé; faire une promenade en traîneau au cœur du village; admirer les sapins illuminés sur le terrain du musée Missisquoi et chanter des airs de Noël.

De plus, vous pourrez assister à la Parade du père Noël du dimanche alors que les enfants du village l'accompagnent dans leurs voitures décorées pour l'occasion et commanditées par les Loisirs de Stanbridge East. Toutes les activités sont gratuites à l'exception du concert le samedi.

Pour plus d'information et l'horaire complet, communiquez avec Judy Antle 450 248-7827

**YOGA SALAMANDRE**  
SÉJOURS DE YOGA EN NATURE

*Cours d'essai gratuit • Cours hebdomadaires en plein air  
Ateliers thématiques • Méditation • Massothérapie • Location*

**514.659.7213 • 1.800.963.1865**  
yogasalamandre@gmail.com  
www.yogasalamandre.com

Yoga au Mexique en déc 2013 avec Martin Dubois

Cours Intérieur / extérieur

151, chemin Brandy, Lac-Brome

# Louissette Dussault porte-parole du marché de Noël de Sutton!

Chaque année, en décembre, la frénésie du magasinage s'empare de chacun de nous. C'est la course pour trouver le cadeau original qui saura plaire à nos proches. Pourquoi faire des kilomètres quand de bien belles et bonnes choses se trouvent à notre porte? Pour l'édition 2013, le marché de Noël de Sutton s'enivre de saveurs.

Plusieurs exposants y proposeront des produits du terroir de la région, à déguster ou à offrir en cadeau. Vous trouverez, entre autres, des alcools (vins, cidres ou liqueurs), du jus de rhubarbe, des pâtés de lapin, des saucissons, des fondues suisses, des marinades et confitures à base de pommes et cidre de glace, des vinaigres, moutardes et confits, des desserts maison, un gâteau cuit à la broche, du miel, des produits de l'érable, des pains, pâtisseries et viennoiseries, etc. Venez découvrir un emballage cadeau original, sentir des arômes irrésistibles et goûter des produits aussi bons que beaux.

Pour l'occasion, des artisans exposeront leurs nouvelles créations, des objets utiles ou tout simplement agréables à regarder. Ils raconteront comment ils travaillent et présen-



teront les matériaux qui les inspirent. Vous risquez fort de tomber sous le charme, en toute frivolité... Venez découvrir des tricots variés, des vêtements et accessoires faits de matières recyclées, des objets en bois, des savons, des huiles, des poteries, des photographies, des bijoux et bien d'autres surprises.

Le Marché de Noël aura lieu les 30 novembre, 1<sup>er</sup>, 8 et 9 décembre. C'est tout le village de Sutton qui attend les visiteurs durant ces quatre jours! Parcourez d'abord la rue Principale avec ses boutiques, ses restos et ses cafés. Pour l'occasion, les marchands vous offriront des spéciaux sur leurs produits de choix. Ensuite, au coin des rues Maple et Pleasant, les exposants vous accueilleront dans un village

de toile (des tentes, tipis et chapiteaux installés dans le parc des vétérans et autour de la petite église Baptiste) et à l'intérieur de la salle Alec et Gérard Pelletier. Ouvrez grands vos yeux et vos oreilles, car animation et spectacles seront de la fête.

Les visiteurs n'auront pas trop d'une journée pour tout voir et tout entendre. Les enfants pourront prendre le petit train de Noël et s'arrêter en chemin pour participer à un atelier de bricolage préparé à leur intention. Pendant ce temps, au centre du marché, la



petite église de pierres invitera les plus grands à entrer pour un moment de repos tout en musique. Venez entendre Jean Le violonneux, Soulwood, Sarah Biggs, Agnès Boisvert et son groupe, Linda Wand chante Noël, Michael Hines et plusieurs autres. Pourquoi ne pas joindre l'utile à l'agréable en jumelant votre visite au marché avec un spectacle qui vous intéresse particulièrement? Venez profiter des contes et animations pour enfants, prenez le temps de déguster une bonne soupe chaude et profitez-en pour vous amuser en bonne compagnie.

Il est encore temps de vous procurer des billets pour le lunch villageois où une équipe de bénévoles vous accueillera à la salle de la Légion pour un repas de Noël à l'alsacienne au profit de la banque alimentaire du Centre d'action bénévole de Sutton.

Consultez le blogue du marché [marchedenoeel-desutton.blogspot.com](http://marchedenoeel-desutton.blogspot.com) pour connaître la programmation et l'horaire des activités pour enfants, des spectacles, du lunch villageois ainsi que la liste des exposants et de leurs produits.

Mme Louissette Dussault, qui a accepté d'en être la porte-parole, participera à cette troisième édition du marché de Noël de Sutton et elle sera présente à l'occasion sur le site. Cette grande comédienne a laissé sa marque dans notre mémoire en incarnant la Souris verte. Elle est encore présente au théâtre et à la télévision, notamment dans *Destinée* et *l'Auberge du Chien Noir*. Elle vous attend!

Céline Brault

**Garage Gilles Lafontaine 2013**

18 rue Principale Sud, Sutton  
Tel: 450 538-2308  
Télé: 450 538-9806

- Mécanique générale
- Alignement au laser
- Spécialiste du pneu
- Diagnostic par ordinateur
- Freins et suspension

**PLOMBERIE**  
**4H**

PIERRE-YVES HUBER  
450 931 3210

DÉPANAGES - SERVICES

LICENCE RRQ - CMMTQ

**SERVICES VÉTÉRINAIRES**

Dr Érik Masclé, m.v.  
Dr Luc Lemaître, m.v.

931, chemin Knowlton  
West-Brome, QC J0E 2P0  
450 263-6460 (Clinique)

1398, rue Shefford  
Bromont, QC J2L 1E1  
450 534-2661 (Bureau)

[www.vet-mtv.ca](http://www.vet-mtv.ca)

*Le comptoir*  
**DU MARCHAND**  
**DE THÉ**

THÉS ET ROOIBOS EN VRAC  
CHAÏ • THÉ GLACÉ MAISON  
THÉIÈRES • ACCESSOIRES  
CERTIFICATS CADEAUX  
ATELIERS THÉMATIQUES  
COMPTOIR • TERRASSE

17C PRINCIPALE N. SUTTON 450.538.2002  
Mercredi, jeudi et dimanche 10h à 17h. Vendredi et samedi 10h à 17h30

Le comptoir du marchand de thé  
[lecomptoirdu marchanddethe.wordpress.com](http://lecomptoirdu marchanddethe.wordpress.com)

**PLOMBERIE**  
**Goyer**  
**PLUMBING** INC.

Corporation des maîtres plombiers en Brossard du Québec  
R.B.Q. 1163-2692-85

Faites **confiance**  
à l'**énergie** de  
notre **équipe!**

We **provide**  
the **energy**  
and **efficiency**  
you need.

Fournaises au gaz, huile, électrique ou bois et plancher radiant  
*Gas, oil, electric or wood furnaces and radiant heating floor*

**450 263-2226 • [plomberiegoyer.com](http://plomberiegoyer.com)**



**TARTINI PIZZA CAFE**  
 19, rue Principale Nord, Sutton  
 450.538.5067

**Pizza à croûtes minces,  
 pâtes, salades et table d'hôte.  
 Mets à emporter**



Ambiance conviviale  
 Heures d'ouverture  
 Jeudi et vendredi de 17 h à 21 h  
 Samedi et dimanche  
 de 11 h 30 à 14 h 30 et de 17 h à 21 h



**PLOMBERIE  
 Gaëtan Goyette**

**Pompes Sutton  
 Traitement et  
 analyse d'eau**

Francis Bisson : 450 204-3210

Propriétaires :  
 Patrick et Gaëtan Goyette

Membre cmmtq

**450 538-3210**

## The Games People Play

I don't remember exactly when nor how, but Lynda and I were introduced to the game *TRI-OMINOES* by our good friends Micheline Côté and Daniel Martin. You play it like Dominoes but, unlike Dominoes, *TRI-OMINOES* tiles are triangularly shaped, with a number at each point. Thus, each tile has three two-number sides to match with other tiles. It's a simple game but it's great fun.

Miche and Dan have grandchildren, which is perhaps why they are game-players. When we dine with them, this is how it happens. When dinner is finished, Micheline will bring out the games, as well as something with chocolate in it, and Daniel gets out a bottle of grappa, or some such. Then we'll begin playing.

Later, they taught us *Rummikub*, which I knew but Lynda did not. It's a bit like playing the card game Rummy using two decks, except that *Rummikub* is played with numbered, coloured tiles, and there is no discarding. Miche's tiles are old and well loved, and various artifices must be employed to reinforce the colour on, or otherwise identify, the blue-coloured tiles, which are fading. Otherwise they get confused with the black ones, especially in dim light.

Finally, they have taught us Seven, a card game in which already-played diamonds control the play of the other three suits. The seven of each suit must be played first, and subsequent cards are played consecutively up and down, but only after the corresponding diamond has been played.

Each of these games requires some strategy and concentration, but not too much. And we don't keep score through multiple games; we just concentrate on winning the current game. That keeps it light. All three games exact some penalty for not being able to play when it's your turn, and in all cases one wins by "going out", meaning being the first to play all his or her cards or tiles.

As you can imagine, puff-chested posturing and faux competitiveness leads to many laughs. Lately we've even added music, mostly oldies, from a music-streaming service. We play guess-the-artist/title/year, and we sing along. Daniel knows an amazing amount of '60s music but almost no lyrics, which he depends upon me to supply.

It's easy to dismiss all this as, well, frivolous, but it has strengthened the bonds of our already-strong friendship. Indeed, Lynda and I often wonder why we don't play games with other couples.

About a month ago, we went camping with Miche and Dan in Vermont. They'd brought their small Winnebago—dubbed *The MiniWinnie*—while Lynda and I rented a cabin nearby. For three days and two nights we cooked, read, ate, talked and played games

on a picnic table under their tent. One evening, by candle light, Dan tried to teach us *Skip-Bo*.

First, let it be said that *Skip-Bo*, a game using specially-numbered cards, seems to be more complex than the other games, though we're not actually sure yet. And second, let me reveal that our foursome is conducted mostly in English because of—*mea culpa*—the paucity of my French. On the bright side, Dan's English has markedly improved over the last few years, and he gives me much of the credit. It's something in which I take both pride and solace.



All that said, when teaching us *Skip-Bo*, Dan needed a degree of specificity that he, as yet, just doesn't have in English. Thus, in the glow of lamplight, under the influence of too much wine and good cheer, Dan seemed a bit too much like someone making up rules as he went along. The rules all seemed random, needlessly complex, and they always seemed to advantage Dan. Thus, Lynda and I fell to laughing, I mean *really* laughing. I mean tears-in-your-eyes and pee-in-your-pants laughing! No sooner did we get ourselves under control when something else would set us off. Soon we were all laughing at each other, at ourselves and at the game. Everything Dan did to get us back on track ended in more stomach-aching laughter.

Needless to say, we did not learn *Skip-Bo* that night, and we still haven't. For weeks after, just the mention of *Skip-Bo* brought back howls and tears afresh. "No, really. I'm sure it's a great game, but I just can't. Not yet!"

I think we may soon be ready to give *Skip-Bo* another try. I think we might even be able to do it now without laughing. But until then we'll play our three favourite games, sing along with the oldies, and laugh together. Lynda and I still wonder why we don't play games with other friends; perhaps it's time to introduce someone else to *TRI-OMINOES!*

Jay Sames  
 jay.sames@gmail.com




Maison livrée sous forme de kit :  
 tel un jeu de mécano  
 permettant un assemblage rapide.

- Plans sur mesure.
- Utilisation de matériaux sains.
- Différents types de murs disponibles.
- Isolation supérieure.

**WWW.CHARPENTERIEDUQUEBEC.COM**

**SUTTON 450 775-0982**

# Hip, Hop and Holy

The place is packed. Sweating room only. I am standing about 5 feet from a young man with bare feet wearing a brown knitted stocking cap and rolled up jeans. I am riveted by the luminosity of his face.

He takes the microphone.

We are gathered in a very small, crowded café near St. Zotique Street in Montreal.

The poet begins speaking, slowly at first, then faster. A river of poetry flows out of him, entrained by the hypnotic rhythm of bass and drums. His words are unexpected, surprising, and fresh.

“.....Where are the Gods, the Goddesses?..... What is the fire that awakens in the hands of the stone?..... There is a womb in the earth. A womb in the earth and the fire. Slow rocks heat the center..... I carry the fire like a bag of rocks in my heart. I am alive and aflame..... Reborn again in Mother Nature. This is her destruction..... the shipwreck of our souls.....”

His body lets go, like the scarecrow in the Wizard of Oz, wobbly at the knees, loose arms. His body jerks wildly in all directions. Time stretches out and in. Einstein got it right - there is no time, only rhythm.



The band responds to him. A snare drum pops. Mallets on a tom drum. A percussionist responds with whirring, zinging and cracking sounds. An occasional waterfall of guitar arpeggios spills into the mix. The longing in the poetry and music whacks me right in the gut. The poet seems to be receiving the words from someone or somewhere else. I get goose bumps. I get thirsty for what he is saying. I feel like I am at a storefront church and this young man is the preacher. I am being hooked up to something Holy.

This was the Tuesday night ritual of the Kalmunity Vibe Collective. The Café Sablo was their sacred playground. A group of musicians, rappers, hip hop artists, poets, beat-boxers, dancers and singers all

come together to make a unique statement about what it is to be alive. They blend hip hop, jazz, funk and whatever sound combination happens in grass-roots, live improvisation. They are sound, vibration, love and unity. Heart and rhythm. Frivolity. The Big Om and the Big Bang all together.

In early to mid-1900, urban African-Americans got all spiffed up in their sharpest suits, dresses and hair-do's to go to pray on Sundays at *the storefront church*. The cash register was converted to a pulpit. The counter was replaced with a platform for a band of musicians. The preacher hollered and testified. The drummer kicked in and got everyone breathing and sweating in the Holy Spirit. There was singing and yelling, wild dancing and worshipping and general frolicking. The joint really got jumping. The drummers, resembling the Master Drummers from Africa who were their ancestors, played hypnotic rhythms. Dancers entered trance states. Their eyes rolled back. They fell on top of each other. They writhed on the floor and shouted out in tongues. It was altogether a pretty good time.

Praying was fun. It chased away the blues. It brought back a sense of community and faith. They could go back to their jobs as house maids and cooks and delivery men in a democratic society burdened by racism and poverty. They could keep on for another week.

As a kid, I remember adults turning their heads when I laughed out loud in church, and blasting me with their evil stares. It was a definite no-no.

In that church, praying and playing obviously had nothing to do with each other.

My deep gratitude to the modern day poets, singers, rhythm and music makers, dancers, mystics and artists who keep this world of ours from drying up and becoming soulless.

May you live fulfilled and joyous lives full of frivolity. Let us all rip, rock, hip, hop and holy. Amen.

Trisha Pope

Trisha Pope conducts Song Circles, African American Singing Workshops, and Intuition Development Training at the Sutton Yoga Centre. For more information see: [www.trishapope.com](http://www.trishapope.com)

**VENEZ CUISINER ENSEMBLE**  
sous la direction de  
**François Dompierre**



[www.dompierreludique.com](http://www.dompierreludique.com)  
inscriptions: [fd@dompierreludique.com](mailto:fd@dompierreludique.com)  
**450-538-0134**

**Formez votre propre groupe**  
**Choisissez la date de votre visite**  
**Composez votre propre menu**  
**Cuisez et dégustez votre repas tous ensemble sous la direction de François**

## Ostéopathie

Catherine Foisy



Des soins de santé globaux  
pour une clientèle variée

douleurs au dos et au cou  
douleur sciatique

maux de tête et migraine  
stress, dépression, anxiété

troubles uro-gynécologiques  
troubles digestifs

suivi de grossesse

troubles chez le bébé et l'enfant

Centre du Soleil  
58 Principale N., Sutton

**450-558-3943**

[www.osteo-catherinefoisy.com](http://www.osteo-catherinefoisy.com)



**Vous êtes unique**  
**et méritez un traitement unique**

**GUY CHOINIÈRE ET SON ÉQUIPE**  
**GESTION DE PORTEFEUILLE PRIVÉ**

RBC Dominion valeurs mobilières Inc.

**Guy Choinière, GPC, FCSI**  
**Vice-président**  
**Gestionnaire de portefeuille**

35 Dufferin, Granby  
450 375-8181

1 800-378-2991

[www.guychoiniere.com](http://www.guychoiniere.com)

RBC Dominion valeurs mobilières Inc. est la compagnie mère de la RBC Dominion valeurs mobilières Inc. et de ses filiales. RBC Dominion valeurs mobilières Inc. est une société membre de RBC, membre de l'Association canadienne des gestionnaires de portefeuille (ACG) et de l'Association canadienne des conseillers en services financiers (ACCSF). RBC Dominion valeurs mobilières Inc. est une société membre de RBC, membre de l'Association canadienne des gestionnaires de portefeuille (ACG) et de l'Association canadienne des conseillers en services financiers (ACCSF). Tous droits réservés.

Gestion de patrimoine professionnelle depuis 1901



RBC Gestion de patrimoine  
Dominion valeurs mobilières



# FRIVOLITÉ, FRILOSITÉ ET FÉROCITÉ

## Bandes dessinées et musiques

Tandis que certains se plaisent ou se complaisent à se mirer dans leurs chimères – la frivolité, d'autres préfèrent laisser courir et ne pas s'en mêler – la friilosité, et enfin, d'autres en profitent pour ne pas laisser faire – une forme de férocité... Voyons quelques cas de résistances!

**L'ANNÉE DU LIÈVRE**, T.2 Ne vous inquiétez pas (Gallimard) de Tian montre avec force de détails comment le régime Khmers rouges a tenté d'éteindre tout germe de résistance en écrasant brutalement les éléments divergents ou supposés l'être. Comment, aussi, même les enfants étaient utilisés comme délateurs de leurs propres parents. Effrayant et raconté à partir de souvenirs de la famille de l'auteur dont le trait hachuré est économe et efficace.

**L'INSOUMISE** (Actes Sud – IAN 2) de Chantal Montellier et Marie-José Jaubert d'après le film documentaire de cette dernière sur Christine; précurseur des *squats* et de l'habitat social construit sans avoir de permis ou en déjouant des lois pour innover. Montellier est une figure de proue de la BD en présentant des livres uniques sur le plan graphique et politique. Son œuvre éminemment brûlante et contemporaine évoque aussi les affichistes d'Europe de l'Est ou les surréalistes, tandis que son propos dépasse la documentation en constituant des clefs de résistance et de questionnement du pouvoir. Le parcours de Christine, son sens de la justice et son emprisonnement portent à réfléchir et à agir...

**SANG NOIR** (Futuropolis) de Jean-Luc Loyer qui, ici, après notamment *Noir Métal : au cœur de MétalEurop* (Futuropolis) avec Xavier Bétaucourt, remonte le cours de l'histoire des mines en narrant la plus grande tragédie minière de tous les temps (1 099 morts) : la saisissante catastrophe de Courrières. L'utilisation de la bichromie et le trait alerte de Loyer, autant que la gravité du discours de Jean Jaurès concourent à une reconsti-

tution à vif pour comprendre, mais pas accepter, les mécanismes politiques et capitalistes de l'exploitation. **CAMBRIOLEURS**, 2. Les hommes léopards (Casterman) de Jake Raynal propose, sous des dehors d'un roman d'aventures de grands chapardeurs internationaux, une critique de l'aide internationale en remettant en perspective l'aspect intéressé de tels placements économiquement téléguidés. L'auteur, qui affectionne les aplats de couleurs sombres et au dessin des plus lisibles, ne manque pas d'air : « À qui profite la guerre? » Un des voleurs préférera voler pour rester libre tandis que l'aide ferait de lui un obligé! **LE BLEU EST UNE COULEUR CHAUDE** (Glénat) de Julie Maroh a servi de trame au film *La vie d'Adèle* pour lequel Abdellatif Kechiche a reçu la Palme d'or du Festival de Cannes 2013. La BD va plus loin puisque seuls les deux premiers chapitres se retrouvaient dans le film. Cette histoire d'amour lesbien, parfois douloureux, parfois véritable spleen, démontre que, au-delà des différences, l'amour a quelque chose d'universel comme exigence ultime d'être avec l'autre, de conjuguer, de combattre l'égoïsme. Dessiné et raconté à l'emporte-pièce. **L'AMÉRIQUE OU LE DISPARU** (La Pastèque) de Réal Godbout d'après Franz Kafka. Godbout est un géant de la BD québécoise avec son style ligne claire lui ayant servi dès les débuts de *CROC* pour les séries mythiques de *Michel Risque* et *Red Ketchup* (toutes deux rééditées chez La Pastèque) autant que pour *Les grands débrouillards* (Bayard). Ce nouveau livre narrant les tribulations d'un immigrant polonais dans une Amérique en pleine crise économique fascine pour le moins. Godbout colle à merveille à ce roman extrême de Kafka où le gaillard vivra momentanément avec un oncle riche pour ensuite vadrouiller avec les va-nu-pieds hauts en couleur. En



ces temps troublés, cette fable hallucinée a quelque chose de visionnaire!

**CROQUIS DE QUÉBEC** (Pow Pow) de Guy Delisle qui a, en 2012, longtemps après avoir quitté sa patrie, vécu une résidence au Festival de la BD francophone de Québec. Ces croquis sont éclairants en parlant d'eux-mêmes d'un lieu que nous croyions connaître. De fait, on verra, outre des pans d'histoire architecturale, des espaces aussi improbables que pertinents qu'une plongée dans le patrimoine industriel

(Usine Papiers White Birch à Limoilou) ou un stationnement. Une pièce maîtresse; par delà les *Chroniques* (Delcourt) de l'auteur. **100 CHOSES À FAIRE UNE FOIS DANS SA VIE** (Bayard) de Jacques Goldstyn déploie un chouette mini livre para BD qui titille admirablement notre capacité à se surprendre soi-même, à sortir, par des petits gestes et des expériences gratuites, d'une vie autrement routinière ou touristique. En allant d'un bout à l'autre du spectre de la vie humaine, Goldstyn propose des flashes bonheur!

On combattra avantageusement la frivolité des tympanes avec des disques tels : l'exécration, mais authentique, musique à texte de **MONONC'SERGE**, Pourquoi Mononc'Serge joues-tu du rock'n'roll? (indépendant/Dep), le chantre de l'amour mal rasé, très rock roots et swingant **SUNNY DUVAL**, Amour d'Amour (La Meute/Selec), le garage rock en duo dangereusement électrisant de **PONCTUATION**, 27 Club (Bonsound/Select) ou encore, en remontant le cours d'un folklore aussi vivant qu'inventif avec **DE TEMPS ANTAN**, Ce monde ici-bas (L-Abe/Select).

Ramon Vitesse

**Mario Milot & Mathieu Belisle, SENC**  
Pharmaciens

**Service de livraison gratuit**

**25, rue Principale Nord Sutton (450) 538-0055**

Affilié à **brunet**

**Dre Snezana Stanojlovic**  
omnipraticienne · www.docteursston.com

**PASSEZ À L'ACTION, SANS CHIRURGIE...**

- Traitement des rides et du visage
- Traitement des varices et de la couperose
- Taches pigmentaires
- Traitement des bourrelets disgracieux
- Épilation au Laser pour tous types de peau (Alexandrite et Nd:Yag)

**450 243-0005 273, chemin Knowlton, Knowlton**

**Soins énergétiques**  
**Art-thérapie**  
**Rites chamaniques**

**Bénédicte Deschamps**  
**(450) 298-1171**  
benedicte\_deschamps@hotmail.com

*La frivolité*

La nature nous a faits frivoles pour nous consoler de nos misères. (Voltaire)

Il y a longtemps, du temps où je la fréquentais, l'Université d'Ottawa abritait un formidable professeur de philosophie. À la rentrée, les étudiants se ruaient dans sa classe dans l'espoir d'y être admis, en contradiction bien souvent de l'horaire reçu du registraire. Une année entre autres, nous nous sommes retrouvés à plus de 200 dans la petite salle de cours. Je me souviens très bien alors de l'embarras de Gilles, le professeur, et de celui très différent, mais tout aussi réel, des administrateurs. Cet automne-là, les uns comme les autres durent apprendre à apprivoiser le vedettariat. En deux ans à peine, ce jeune professeur était devenu la coqueluche du campus. Sa renommée s'étendait à toutes les facultés. Même les cabotins inscrits en commerce se précipitaient sur les plus palpitants crédits offerts par l'Université. Cinquante ans plus tard, je m'émeus encore en me remémorant les petits bonheurs que j'y ai vécus.

Je n'identifierai pas davantage cet homme qui apparaissait comme un phare aux adolescents que nous étions encore. Il était profondément habité par son enseignement, par sa recherche. Ses illustrations étaient puisées autant chez Gide et Sartre que chez les vieux penseurs grecs. C'était aussi comme s'il découvrait la vie presque en même temps que nous, ses disciples. Il animait ses exposés de vigoureux élans explicatifs d'une intelligence limpide. Nous étions sérieux alors. Peut-être un peu trop.

Quelle ne fut pas ma surprise, quelques années plus tard, de voir ce grand universitaire se joindre à l'équipe de petits profs de la Fonction publique fédérale à laquelle j'appartenais. Lui, qui avait si bien su tenir des hordes d'étudiants suspendus à ses lèvres, allait désormais entraîner au baragouin du français des cohortes d'anglophones. D'habile rhéto-

ricien, il s'était fait fin causeur. Son orientation nouvelle eut l'effet d'une bombe dans mes certitudes compartimentées. Un missile lancé sur mon panthéon intime.

Je n'ai jamais osé le questionner sur ce changement drastique de cap. Sur ce qui m'apparaissait une déchéance. Avait-il été victime des jalousies de ses collègues? D'un épuisement professionnel? Avait-il plutôt capitulé devant la misère du monde ou la sienne propre? Je ne le saurai probablement jamais. Mais comme il avait changé! Il était carrément devenu frivole. Rien ne l'intéressait désormais davantage que les jupons et le sport. C'en était fini de la philo. Il ne s'exprimait plus que par clichés et banalités. Et comme enseignant, il avait perdu une bonne part de sa fougue. Après avoir plané dans les hautes sphères de la pensée, il gardait désormais le regard rivé au sol. Il n'affichait plus ni la magnificence ni le style que je lui avais connus. D'intellectuel allumé, il était devenu d'une platitude consommée. Probablement par envie, j'acceptais mal, comme Trudeau le père à cette époque, qu'il ait toujours une reine de beauté accrochée au bras. En choisissant la frivolité, cet homme avait perdu mon admiration.

Je lui reconnais mieux aujourd'hui le droit qu'il avait de disposer de sa vie. J'y ai mis le temps, je l'avoue. Moi aussi, la vie m'a appris à faire usage de la frivolité. Souvent.

Michel Guibord

**CATHERINE FERRON Ac**  
**ACUPUNCTURE**  
Membre de l'Ordre des acupuncteurs du Québec

**TRAITEMENT AU LASER**  
indolore - sécuritaire - efficace  
OU AIGUILLES JETABLES

**ESTHÉTIQUE**  
Lifting naturel par acupuncture et en complémentarité avec la cosmétique et les injections.

107, Principale nord, Sutton J0E 2K0  
(450) 538-6371  
Sur rendez-vous  
[www.cferronac.com](http://www.cferronac.com)

# Le danger des émotions

Au fil de mes années comme conseiller en placement et gestionnaire de portefeuille, j'ai eu l'occasion de vivre, avec mes clients, de belles périodes haussières et, bien sûr, des marchés baissiers dont certains mémorables. Il est intéressant, et à la fois inquiétant de constater que la majorité des investisseurs se laissent mener par leurs émotions dans la prise de décisions.

Ainsi, peu se questionnent, lors de marchés effervescents, sur la pertinence de leur stratégie et de la qualité de leurs placements. Puisque tout va bien, on se sent plus frivole et on ne se demande pas s'il y a place à amélioration, si on optimise le rendement après impôt. À l'opposé, lorsque l'on voit la bourse dégringoler, on est porté à réagir avec panique, à tout remettre en question et à faire des choix dramatiques pour le rendement futur du portefeuille.

Les émotions sont de bien mauvaises conseillères en matière de gestion de patrimoine. C'est lorsque tout va bien et que notre capacité d'analyse n'est pas affectée par une crainte des marchés qu'on devrait prendre calmement le temps de réviser sa stratégie.

Donc, si vous vous dites, depuis plusieurs mois déjà, que vous êtes rendu à une étape de votre vie où l'importance de vous entourer de professionnels de confiance pour gérer votre patrimoine se fait urgente, il est probablement temps de passer à l'action. Si les fonds mutuels de votre institution vous ont bien servi à vos débuts, mais, avec la croissance et la complexité

grandissante de votre patrimoine, vous pensez qu'il y a probablement des services mieux adaptés à vos besoins, le moment est idéal pour laisser votre frivolité financière de côté et cesser cette procrastination qui vous fait passer à côté de belles occasions.

Vous voilà donc rendu à naviguer sur internet et à consulter vos amis et votre famille afin d'établir vos critères, de recevoir des conseils et, peut-être même, d'obtenir des références. L'heure est sérieuse, car vous savez bien que vous ne répérez pas cet exercice de sitôt ou même, idéalement, jamais. Vous dressez enfin le portrait de votre professionnel en placement idéal qui serait à peu près comme suit :

- Vous voulez vous sentir en confiance autant pour les compétences que la confidentialité, la compréhension de vos besoins et l'empathie

- Vous souhaitez vous prémunir contre les risques de fraude. Votre conseiller devrait donc œuvrer au sein d'une firme fiable et importante

- Vous détestez payer de l'impôt inutilement, mais voulez demeurer dans un cadre légal. Vous cherchez donc quelqu'un qui a d'excellentes connaissances en fiscalité et dont la réputation de droiture n'est plus à faire

- Depuis de nombreuses années, vous travaillez très fort pour accumuler un actif considérable. Vous voulez connaître la meilleure façon de l'utiliser une fois la retraite



venue et comment le transmettre efficacement à vos héritiers. Des services de planification seront donc les bienvenus

- Vous avez besoin de solutions créatives et parfaitement adaptées à votre situation. Vous voudrez donc avoir accès à des experts des différents volets de la gestion de patrimoine.

Munis de votre liste, vous partez donc à la rencontre de quelques professionnels soigneusement sélectionnés afin de trouver le conseiller idéal pour vous. Vous faites enfin votre choix et êtes sûr que votre partenariat sera fructueux et durable.

Et lorsque les temps difficiles reviendront, car ça arrivera puisque tout est cyclique, adoptez des trucs pour faire en sorte de ne pas être submergé d'émotions négatives : écoutez et lisez moins les nouvelles financières; espacez les fois où vous consultez votre solde; fuyez les prophètes de malheur et adoptez une attitude frivole jusqu'à ce que la tempête se calme tout en laissant votre gestionnaire faire son travail et vous faire profiter des aubaines de marché.

Guy Choinière



## MASSOTHÉRAPIE

Shiatsu, Suédois, sur chaise  
À domicile, en entreprise  
Reçus d'assurance

Service in English available

## MÉDITATION BOUDDHISTE YOGA

**Daniel Laberge**  
(450) 538-3676



## QI GONG ET ACUPRESSION

Faire ses réserves d'énergie et nourrir sa vitalité

Ateliers : 15 décembre à Sutton  
& 19 ou 26 janvier à Montréal

Cours hebdomadaires : dès mi-janvier  
À Frelighsburg, Cowansville et Montréal

Énergie • mieux-être • respiration • souplesse • conscience  
Consultation individuelle sur rendez-vous

**Nathalie Berger, M. Sc., N.D.**  
Thérapeute et enseignante de Qi Gong  
450 298-1463 [www.essencevie.com](http://www.essencevie.com)



### Le corps passage

- Art thérapie
- Danse, Qi Gong
- Peinture, Poésie

France Bergeron  
450.284.0588  
[francebergeron3@hotmail.com](mailto:francebergeron3@hotmail.com)  
Membre professionnel de la FFAT

Certified  
Massage  
Therapist

## Tao Shiatsu

Practitioner  
certifié en  
Massothérapie




### Lawrence Lefcort

Libérez-vous des maux de dos et de cou

450 295-1470 | [lawrence@holistic-hands.com](mailto:lawrence@holistic-hands.com) | [www.holistic-hands.com](http://www.holistic-hands.com)

## La mode se nourrit de frivolité, au masculin comme au féminin

Ma mère ne tricotait pas, ne brodait pas, mais il lui arrivait de crocheter des poignets, des collets, de petits napperons, avec du fil très fin. L'unique fonction de ces ouvrages était d'enjoliver un vêtement ou de contribuer à une belle table. Elle disait qu'elle faisait du *tatting*, ce qui en français porte le joli nom de frivolité à l'aiguille.

Si on en croit le philosophe Voltaire, « Si la nature ne nous avait faits un peu frivoles, nous serions très malheureux », ajoutant même dans sa lettre à la marquise du Deffand (12 septembre 1760) : « ...c'est parce qu'on est frivole que la plupart des gens ne se pendent pas. » Et où peut-on le mieux se laisser aller à la frivolité que dans la mode?

À l'époque de Voltaire, les hommes autant que les femmes se livraient à des extravagances vestimentaires. Ils portaient des jabots, des volants de dentelles et des rubans aux genoux et aux poignets, des justaucorps richement brodés. L'ornementation de l'habit masculin rivalisait avec celle de la robe féminine. Aujourd'hui, chez les hommes, seuls les avocats portent encore le jabot, alors qu'il réapparaît périodiquement, avec plus ou moins de flamboyance dans la mode féminine.

Au 19<sup>e</sup> siècle, la rigueur victorienne a considérablement assagi la mode. Les femmes n'ont pas cessé pour autant de porter des tournures qui ont comme noms crinoline, drapé bouffant, rembourrage ou faux-cul. Ces dessous soutiennent l'ampleur de la jupe

et, par contraste, soulignent la finesse de la taille qu'un corset affine. Comme ce même corset projette la poitrine droit devant, la tournure a aussi pour effet d'équilibrer la silhouette.

Mais c'est surtout sur la tête que les femmes se sont révélées les plus frivoles. L'étiquette stricte de l'époque victorienne impose de ne jamais sortir sans chapeau. Il y a un chapeau pour toutes les occasions, au point qu'une dame de la bonne société devait parfois changer plusieurs fois de couvre-chef dans la même journée selon qu'elle était au jardin, allait magasiner, visitait une amie ou se rendait à une soirée.



La mode s'empare rapidement d'un accessoire vestimentaire aussi omniprésent. La chapellerie vit alors un véritable âge d'or et la frivolité s'exprime avec panache. Les chapeliers et les modistes créent des chapeaux dont l'extravagance fait sourire aujourd'hui. Dans les années 1880 et jusqu'à la Première Guerre mondiale (1914-1918), les chapeaux prennent du volume et sont ornés d'une surabondance de rubans, tulle, fleurs et plumes. Les plumassiers, qui recueillent les plumes pour en faire des garnitures, sont par conséquent très en demande. Certains chapeliers allèrent jusqu'à utiliser des oiseaux empaillés comme ornement. L'utilisation d'oiseaux morts et de plumes d'autruche sauvage finit

par provoquer une controverse qui a entraîné leur interdiction.

Certains chapeaux sont à ce point énormes qu'on se demande comment ils peuvent tenir sur la tête. Pas étonnant de voir apparaître de longues épingles à chapeau. Certaines pouvaient atteindre 18 pouces (45 cm), ce qui en faisait, blaguait-on, une arme contre les avances masculines importunes.



Helen Baker et une amie

Héritage Sutton a dans ses archives photographiques des portraits de femmes avec chapeaux. Bien qu'anonymes pour la plupart, ces femmes témoignent de l'art de vivre à la fin du règne de la reine Victoria et durant celui de son fils, Edouard VII (1880-1910). Un art de vivre qui s'accorde d'une bonne dose de frivolité.

Jeanne Morazain

Jeanne Morazain est présidente de la société d'histoire Héritage qui publie deux fois l'an les Cahiers d'histoire/History Sketchbooks. On peut se procurer le petit dernier, le numéro 19, au Cafetier de Sutton et au Musée de la Brome County Historical Society à Knowlton. La boutique Farfalu de Sutton a en inventaire tous les numéros déjà publiés. On peut aussi les obtenir en téléphonant au 450 538-3222, en écrivant à [heritage-sutton@gmail.com](mailto:heritage-sutton@gmail.com) ou en se rendant au 32, rue Principale Sud (édifice du Musée) le mardi matin entre 9 h 30 et 12 h 30. Chaque numéro se vend 5 \$. Pour connaître le sommaire des cahiers déjà publiés, consultez le site web [www.heritagesutton.ca](http://www.heritagesutton.ca) qui propose également des photos anciennes, un Espace jeunes et une banque d'archives que l'on peut interroger.



# Le boot fitting au Mont SUTTON

Une journée de ski bien remplie est l'un des meilleurs moyens pour faire le vide dans son esprit, oublier tous ses problèmes et devenir complètement frivole le temps d'un moment. Ceci dit, pour profiter pleinement des bienfaits de quelques heures sur les pentes, le choix du bon équipement est primordial.

Quand vient le temps de s'équiper pour l'hiver, les gens s'attardent généralement longuement au choix de la bonne paire de skis. Pourtant, selon Philippe Duchesne,

responsable la Boutique Expérience SUTTON, les bottes sont réellement l'élément fondamental de l'équipement. À son avis, sous-estimer leur importance est trop fréquent. En effet, la plupart des gens sont convaincus qu'après l'achat de leurs bottes, ils peuvent les porter immédiatement. C'est tout le contraire! M. Duchesne affirme que seulement 1 % des skieurs ressortent d'une boutique de sport avec des bottes parfaitement ajustées. Surprenant, non? L'explication est simple : les bottes de ski sont conçues en suivant une norme physiologique des pieds.

Elles ne sont donc pas adaptées à chaque skieur. Par conséquent, un ajustement est essentiel afin d'optimiser le confort et la performance de tout type de skieur.

La solution? Le *boot fitting*. Ce service, offert depuis cette année à la nouvelle Boutique Expérience SUTTON, est une personnalisation de la botte de ski. En d'autres mots, c'est un procédé en trois étapes qui permet de trouver la combinaison idéale entre les pieds du skieur et ses bottes. La première étape, effectuée par les experts de la boutique, est d'analyser en profondeur le pied du skieur avec le numériseur



*Boot Doc*, une machine hautement technologique utilisée seulement dans cette boutique au Québec. Ensuite, ils choisissent la botte la mieux agencée au pied du client et à ses habitudes de ski. Finalement, ils ajustent cette botte à l'aide de nombreux outils spécialisés. Ceci étant dit, si la botte que le skieur possède déjà est convenable (étonnamment, elle est souvent trop grande!), l'achat d'une nouvelle botte n'est pas essentiel : l'ajustement peut se faire à partir de sa propre botte.

La troisième étape qu'est l'ajustement de la botte peut se faire de plusieurs façons. La première est de changer la semelle existante dans la botte pour une semelle parfaitement moulée au pied du skieur. Cet ajustement extrêmement bénéfique est le plus utilisé. Les semelles moulées contribuent à aligner les chevilles, les genoux et les hanches, ce qui augmente grandement la performance du skieur. La deuxième façon est de mouler le chausson à la forme du pied. La troisième et dernière est de faire la même chose pour la coquille de la botte. En combinant ces méthodes, les solutions pour s'accommoder aux particularités et anomalies du pied sont innombrables. À la suite de l'analyse gratuite du pied complétée en une dizaine de minutes à l'aide du numériseur *Boot Doc*, l'ajustement de la botte peut prendre d'une à deux heures.

Bref, le *boot fitting* est une méthode très précise qui a des résultats impressionnants. Une botte ajustée permet de faire répondre le ski au moindre mouvement du pied et donc d'améliorer son expérience sur les pistes de façon remarquable. Considérant qu'une botte personnalisée peut durer plusieurs années, le temps est peut-être venu de sortir sa frivolité et de tenter le coup!

Naomi Desmeules  
Stagiaire aux communications et au marketing du Mont Sutton

## Frivole, la montagne?



La marche en montagne peut sans doute être considérée comme une activité frivole et sans conséquence... Pourtant, les preuves scientifiques s'accumulent

pour démontrer que dans notre monde de plus en plus urbain, virtuel et formaté, l'absence de contact intime avec ce qui reste de milieux sauvages pas trop dégradés est néfaste à notre santé mentale et physique. Le Parc d'environnement naturel de Sutton est donc fier de contribuer, dans la mesure où il le peut, à maintenir ce contact essentiel en vous donnant accès à la beauté et à

la diversité de nos montagnes.

Chaque année, le concours photo du PENS vous permet de témoigner de votre perception de cette beauté en perpétuel renouvellement. Les lauréats, cette année, sont Jessica Adams (1<sup>er</sup> prix), Marc Ducharme (2<sup>e</sup> prix) et Jocelyne Trudeau (3<sup>e</sup> prix). Nous n'avons malheureusement pas reçu d'images d'enfants, et il n'y a donc pas de gagnant dans la catégorie jeunesse. Vous pouvez cependant commencer, dès maintenant, à nous envoyer vos images (et celles de vos jeunes) pour la version 2014 du concours, qui se déclinera autour des ors et trésors de la montagne : or blanc, bleu et vert de la neige, de l'eau et



de la végétation printanière et estivale, or flamboyant de la parure automnale des montagnes...

Et, pour finir cette année et commencer la prochaine en beauté, prenez note que notre

programmation, régulièrement mise à jour sur notre site internet ([www.parc Sutton.com](http://www.parc Sutton.com)), s'enrichira cette année, de traversées hivernales du massif, dont au moins une au clair de lune.

Le Parc d'environnement naturel de Sutton.  
[www.parc Sutton.com](http://www.parc Sutton.com)

**Stores Sutton.com**

Stores alternatifs **RÉDUCTION 40%**

Toiles solaires **RÉDUCTION 40%**

**VASTE CHOIX DE TOILES • STORES • PERSIENNES**

Vantage Stores horizontaux 2" **ACHETEZ-EN UN ET OBTENEZ LE DEUXIÈME À 50%**

Choix de 120 couleurs **RÉDUCTION 35%**

**SERVICE GRATUIT D'ACHAT À DOMICILE (Disponible 7 jours)**

Tél.: 450 538-5151    34, rue Principale Nord Sutton, Québec, JOE 2K0    Jeudi au samedi 10h30 à 16h    Courriel: gilles.desjardins@rogers.com    Dimanche 12h à 15h

**atelier bouffe**

Objets de cuisine et de maison. Épicerie fine.

14, rue Principale sud, Sutton, Québec 450 538 2766

# On the trail of Three Pines and Chief Inspector Gamache

I always try and make a point of asking my clients, here at Vert Le Mont B&B, what has brought them to Sutton. As you may imagine it is frequently some type of outdoor activity. This past summer the number of cyclists has been just astonishing but hiking was a big draw too along with kayaking. Guests of weddings held at Chapelle Sainte-Agnès and Domaine Tomali-Maniatyn often fill the B&B at weekends. Many people come to just take a break: visit a vineyard, eat a nice meal or simply relax under the pergola in the garden. However, a few years ago, in response to "Why Sutton?" I started to hear answers like: "Because of Louise Penny's books" or "I want to bump into Clara Morrow or Ruth Zardo" and thus I was initiated into the mysterious world of Three Pines.

The bucolic village of Three Pines, along with its larger than life inhabitants, are all to be found in the Chief Inspector Gamache series of mysteries written by renowned local author Louise Penny. All of the books are set in Quebec although a disproportionate number of the murders seem to occur right here in the Eastern Townships in Three Pines itself. The village and its

inhabitants may not be real but reading the books has convinced me that real places in the area such as Sutton, Knowlton, the mill at Stanbridge East, the Manoir Hovey or the Abbaye Saint-Benoit-du-Lac have all served in some shape or form as inspiration for Louise. And who knows, maybe some of the people I bump into everyday too!

In addition to baffling murders, delicious local food is a recurring theme in the books with many a paragraph containing mouth-watering references to things like freshly baked baguettes and tasty pâté. Fortunately of course, here in Sutton, we can buy the real thing at La Rumeur Affamée or Dessine Moi Un Pain. I have also spotted references to Bressee beef and Coaticook ice cream amongst other tasty treats!

Mystery novels are one of the most popular genres in the world second only to that of romance and the recently published Chief Inspector Gamache novel (the eighth in the series) entitled "How The Light Gets In" hit the number one spot in the New York Times Best Seller list. The Globe & Mail commented on the



same book: "...it's yet another extremely strong entry in one of today's finest crime series. Readers agree, proving once again that Quebec's Eastern Townships, where the novels are largely set, appeal to everyone."

The first book in the series was recently made into a TV drama by CBC with Stanbridge East getting the honour of being the body double for Three Pines. Louise Penny's own excellent Facebook page has over 15,000 Likes and she often makes mention of Sutton and Knowlton in her personal and chatty daily posts. Innumerable newspaper articles write about Louise, her novels and the Townships. Who would have guessed that a series of fictional murders would have people from all around the world flocking to our own little corner of paradise. Would it be frivolous to think it could do for Sutton what Ann of Green Gables has done for Prince Edward Island?

Lynda Graham  
info@bbsutton.com

## True Freedom for Frivolity

Frivolity is like chocolate - essential to civilization as we know it. Frivolity is part of what makes life worth living, like candlelight, car seat warmers or subtly spiced wine. Frivolity is good for us in a way that cannot be duplicated by anything else.

Yet frivolity has a fairly small place in our lives. To enjoy our frivolous inclinations we need space and time that freely invite frivolity in. This is achieved when the day's cares are adequately met, when our responsibilities have been duly served and we feel genuinely free. Stolen frivolity can seem excitingly daring, but it lacks the feel of a frivolous undertaking fairly won and assuredly deserved.

As a very young woman, I came to the conclusion that freedom is won through self-discipline and I stand by this even now, after years of experimentation and observation. As a university student, I would set my deadlines 24 hours ahead of those of my professors, thereby avoiding stress completely. I could afford to laze and take my ease while my friends panicked through health-wrecking all-night work sessions to pump out mediocre essays under conditions of exhaustion and self-imposed pressure. When opportunities for frivolity arose, I, who had truly earned them, was fresh and well-rested. My parents had no worries about me as I had established this self-discipline with no need of their intervention.

Parents want two seemingly contradictory things for their children - that their children thoroughly enjoy life and are happy and that they are well-prepared to face life with all its difficulties and challenges. Self-awareness, self-discipline and self-direction are the keys to these prized ways of being. I would like to see our young people acquiring these assets, beginning at an early age and strengthening their ability to steer themselves wisely through life as they go through their high school and CEGEP years. This, to me, is true education and a preparation for life-long self-actu-

alization and self-fulfillment. Through the practice of self-direction and self-discipline, a person of any age can truly afford frivolity that sparkles, dances and sings with a voice of unalloyed joy. They have earned it.

It begins when we teach children that they are responsible for their own learning and development. It continues as we give them the tools to teach themselves, to assess their own progress and to follow their curiosity, interest, and passion for learning to their heart's desire so as to make a unique contribution in the world. We can open the door to their questions and then show them where to find answers and how to be discerning with what they discover. We can encourage them to learn from us, from each other, from their own innate knowledge, from the world around them and from their own mistakes and misunderstandings. When one is motivated to learn through genuine interest, or because of a personal need to acquire a certain skill to move forward toward one's goals, learning is self-directed and the most natural thing in the world, and so are the frivolity and pure enjoyment of life that inevitably follow once personal goals are accomplished. These accomplishments also lead to true self-esteem.

Parents looking for tutoring and small classes to help their children overcome their difficulties in school, to help them to learn how to learn, to encourage them to take responsibility for their own learning and development and to explore their interests and passions and how they can pursue these in the context of the Quebec school system's requirements may contact me at luemanuel@bell.net or at 450-538-5689 (before 7 pm please) to schedule tutoring or self-directed learning sessions.

Lu Emanuel



[www.restaurantlyvano.com](http://www.restaurantlyvano.com)

*Spécialités pâtes & grillades*  
*Créez votre propre*  
*table d'hôte 4 services*  
*Bières et vins vendus sur place*

**Magnifique terrasse sur la rivière**  
**Réservez dès maintenant pour vos rencontres du temps des fêtes!**

Réservation  
**450 298-1119**

**4, rue Principale, Frelighsburg**

Fermé les mardis et mercredis

## Les Entreprises Guitim

- Excavation générale
  - 2 mini-excavatrices pour un meilleur service
  - Nettoyage de fossés et drains de fondation
  - Murs de pierre
  - Sono tubes
- Aménagement paysager
- Service de marteau hydraulique

**Patrick Goyette 450 538-3210**  
**Cell.: 450 525-2480**

**92, RUE PRINCIPALE NORD, SUTTON**

## Poterie



*Poterie Pluriel Singulier*

*Objets originaux pour le jardin et la maison*

*Pièces uniques*

*Sculptures, fontaines, service de vaisselle*

*Raku et Gres*

*Ateliers d'initiation et de perfectionnement sur réservation.*

[poteriesplurielsingulier.com](http://poteriesplurielsingulier.com)

1906, Chemin St Armand, Pigeon Hill, J0J 1T0  
450-248-3527

19 Principale Nord Sutton 450 538 1444



**BISTRO**  
**BEAUX LIEUX**

Salle privée pour réception de 15 à 30 personnes.



Restaurant  
Du jeudi au dimanche à partir de 17 h

[www.bistrobeauxlieux.com](http://www.bistrobeauxlieux.com)



La mode féminine est encore aujourd'hui considérée comme une chose futile et vaine par le genre masculin. Né du mot *frivole*, en latin « frivulus » qui signifie « vide ou sans valeur », la **frivolité** a souvent été liée à des manières, des pensées et des objets concernant directement la femme. Le symbole de cette frivolité féminine demeure le soutien-gorge qui possède une histoire très ancienne, loin d'être frivole pour les historiens.

Si l'apparition typologique du nom « soutien-gorge » est certifiée par le dictionnaire français Larousse en 1904, sa véritable origine technologique est née durant l'Antiquité grecque, sous diverses appellations. La poitrine féminine, quelle qu'en soit sa taille, représente un atout de sensualité autant qu'une problématique majeure pour la femme dans ses déplacements et activités courantes. Le poids d'un sein libre devient un handicap important que

## L'invention du soutien-gorge : une fausse frivolité féminine

plusieurs modèles de porte-seins ont tenté de limiter.

### Les premiers modèles de porte-seins dans l'Antiquité

C'est véritablement dans les représentations historiques de l'Antiquité que la présence de la première lingerie féminine, en lien avec le port des seins, a été découverte. Vers 2100 avant notre ère, les femmes de la Crète antique sont représentées avec un corsage ouvert sur le devant jusqu'à la taille, laissant les seins nus portés par des lamelles de cuivre. Ces lamelles affinaient la taille et offraient un galbe à la poitrine nue.



**Femmes romaines avec Strophium**  
« Les Victoires du Jeux » II<sup>e</sup> siècle ap-JC-Mosaïque antique: Villa del Casale-Sicile

Pour les différentes périodes égyptiennes, la mode laisse apparaître ou non la poitrine des femmes. Les seins étaient libres sous une robe de lin léger ou de fibre de laine. Certaines statuettes montrent des femmes portant un drapé qui soutenait les seins avec des lanières de cuir souple et des rubans de tissu en dessous. Selon la dynastie en place, les seins se posaient également sur le tissu qui était enroulé serré autour du corps, au niveau de la poitrine.

Dans la période hellénistique (quatrième siècle avant notre ère), les femmes grecques portaient différents accessoires pour soutenir la poitrine, dans le but phallocrate de restreindre l'apparence féminine. Un mince ruban de tissu appelé le mastodeton est utilisé dès la puberté pour contrôler la croissance du sein. Adulte, la femme grecque porte sur la poitrine une ceinture en forme de bandage entourant le corps pour maintenir les seins dans les déplacements, appelée apodesme durant l'Antiquité romaine.

Cette technique de l'apodesme porte le nom de mamillare ou celui de fascia dans le cas du modèle de bandage serré. Plusieurs fresques romaines, dont celles retrouvées à Pompéi, dévoilent un modèle qui ceint la poitrine tout en la soutenant : le strophium ou strophion qui se retrouvera dans la période de la Renaissance italienne.

### Une évolution lente et difficile

Au XII<sup>e</sup> siècle, l'apparition de « l'amour courtois » en Europe se traduit en rapports plus égaux dans la chambre maritale. Le troubadour comme le bon chevalier apprennent à se coucher « à costé de sa dame ou damoysel » dont la mode vestimentaire tend à retrouver l'antique porte-

sein à travers la culture orientale. Certains textes et chants de trouvère clament que « le vallon du dehors du pais vaut bien celui du dedans... » dans les joies de l'amour.

Avec la fin du Moyen-Âge, un humanisme développe les nouvelles bases culturelles, morales et sociales de l'homme sur lui-même. C'est le retour à une mode antique où le sein de la femme réapparaît durant toute la Renaissance, notamment par le soutien de l'ancien strophium, qui devient un ruban « fermant et soutenant la poitrine des femmes ».

Les artistes italiens, puis français et flamands ne s'y trompent pas :

le corps féminin évolue dans sa nudité originelle et même dans la natalité réincarnée. Les premières bases de l'anatomie humaine et la vivisection vont engendrer une meilleure connaissance de la physiologie féminine, sans rien changer au sujet de la connaissance médicale de la femme jusqu'à la fin du XVII<sup>e</sup> siècle. Le sein féminin devient tour à tour un objet condamné pour sa frivolité morale ou un objet symbolique religieux de la Vierge nourrissant l'Enfant-Jésus.

C'est le retour de la mode du strophia ou « bande qui soutient la gorge » en latin, qui sera à l'origine des premières baleines des corsets dans les robes à crinoline au XIX<sup>e</sup> siècle. On remplace alors la bande ou la corde par un support rigide et souple à la fois : le fanon dentaire de la baleine.

Objet de plaisir pour les uns, symbole d'oppression pour les autres, le premier modèle de soutien-gorge est une création française qui est née au début du XX<sup>e</sup> siècle. Avec sa création innovatrice composée de deux bonnets servant à soutenir les seins et offrant une liberté d'aisance en contrepartie du corset, le soutien-gorge est devenu la pièce de lingerie qui symbolise le plus la mode féminine, tout en mettant en valeur la femme, frivole ou non...

Laurent Busseau  
Historien-sans-Frontière

source historique  
<http://www.mediterranees.net/civilisation/Rich/Articles/Loisirs/Cirque/Strophium.html>

[http://lecostumeatraverslessiecles.chez-alice.fr/Costumes/Antiquite/rome\\_feminin.htm](http://lecostumeatraverslessiecles.chez-alice.fr/Costumes/Antiquite/rome_feminin.htm)

**ENTREPOSAGE MÉNAGER**  
**HOUSEHOLD STORAGE**

**58, Principale Nord, Sutton**

**Chauffé, climatisé**  
**Heated, Air Conditioned**

**Accessibilité intérieure commode et facile**  
**Handy and easy interior accessibility**

**Hauteur / Height: 10'**

de **50 pi<sup>2</sup>** à **175 pi<sup>2</sup>**

de **60\$** à **135\$** /mois  
1 mois minimum (Taxes en sus)

**450 538-0094**

Produits naturels et Biologiques

**Au Naturel**

Health food store

1, rue Principale N. à Sutton depuis 1972

Aliments biologiques en vrac  
Café bio et équitable, épices  
Supplements and vitamins  
Huiles essentielles  
Cruelty-free cosmetics  
Herbes, tisanes, teintures mères  
Biodegradable detergents & soaps  
Fruits et légumes biologiques  
Organic fruit and vegetables

Ouvert tous les jours / open daily  
(450) 538-3720

15 ans 15 ans

**450 538-1717**

« Venez partager avec nous nos 15 hivers »

**Table d'hôte du soir 15\$ + taxes**

soupe du jour ou salade jardinière  
choix de 8 plats principaux  
(poisson, pâtes, poulet, porc, saucisse, foie de veau)  
thé ou café

10, rue Principale Sud, Sutton

**Le Cotillon**  
4, Rue Pine, Sutton

**Matériel d'art et d'artisanat**  
**Arts and Craft Supplies**

- Jeux de société, casse-têtes
- Jouets pour enfants de tous âges
- Laine et fibres pour tricot, broderie
- Ballons à l'hélium pour toutes occasions

**Le plus vaste choix de perles et accessoires pour bijoux de la région.**

Huiles - Aquarelles / Canvas  
Oil paints - Watercolor / Canvasses

**Cadres - Frames**  
**Encadrement - Laminage**  
**Framing - Laminating**

<http://lecotillon.etsy.com> (450) 538-2977

## Dans l'fond...

Au registre des indispensables en cuisine, savoir faire des fonds de qualité est un incontournable. Ils sont une base aux mille et un usages, supportent sans problème la congélation et demandent un minimum de savoir-faire. S'il est vrai qu'ils nécessitent au bas mot un bon huit heures de cuisson, l'élaboration se fait en quelques étapes simples et requiert un minimum d'attention.

Outre le fait d'embaumer de réconfortants effluves la maisonnée entière pour toute la journée, les fonds sont la matière première d'une myriade de sauces et préparations culinaires. Si vous avez le bon goût d'utiliser une poêle sans revêtement antiadhésif lorsque vous saisissez une pièce de viande, vous remarquerez qu'il se forme une croûte dorée sur la surface de cuisson. Ce sont les sucs contenus dans la chair, plutôt fades à cru, dont le goût décuple littéralement une fois caramélisés. C'est ce qu'on appelle en cuisine la réaction Maillard. Plutôt que de commettre l'hérésie d'envoyer ce concentré de saveur dans l'eau de vaisselle, vous pouvez le mouiller d'une bonne rasade de fond et décoller à l'aide d'une cuillère de bois ce « Power-Bovril », qui ne demande qu'à finir dans votre œsophage sous la forme d'une sauce savoureuse. Ensuite, il ne vous reste qu'à laisser évaporer jusqu'à obtention d'un liquide épais et sirupeux, à rectifier l'assaisonnement et à incorporer hors du feu quelques noix de beurre froid en fouettant vigoureusement afin de lier le tout et de rehausser les saveurs. Aussi, on peut l'utiliser comme liquide de cuisson. Par exemple, des pommes de terre taillées en dés, de l'oignon haché fin, un peu d'ail, de sel et de poivre, mouillés d'une bonne louche

de fond de veau et cuits au four donneront un gratin mémorable. C'est le genre d'accompagnement dont on en vient presque à regretter qu'il ne soit pas le plat principal en lui-même. On peut aussi s'en servir comme base de ragoût pour donner du goût aux soupes, pour laquer les légumes. La liste est longue...

Côté travaux pratiques, votre portefeuille ne souffrira pas trop de l'entreprise, la composante première d'un fond étant un ingrédient très peu populaire au rayon des viandes: les os. Un bon boucher vous les cédera pour une bouchée de pain, ou à la rigueur contre un peu d'argent si par malheur vous n'avez pas de pain sur vous. Ajoutez à cela quelques légumes et herbes, de la pâte de tomate et de l'eau, et vous verrez que vous pouvez, pour moins de trente dollars, confectionner une quantité plus qu'appréciable de fond.

Concrètement, la marche à suivre est assez simple. Dans un four très chaud, de 450 à 475 degrés Fahrenheit, placer les os de veau, agneau, gibier ou volaille, au goût, sur une plaque de cuisson. Les laisser rôtir jusqu'à obtention d'une belle coloration dorée. Ensuite, y ajouter la moitié du volume d'os de mirepoix. La mirepoix est une base aromatique extrêmement répandue en cuisine française, composée à parts égales de poireau, d'oignon, de céleri et de carotte, et, en moindre proportion, d'ail. Laisser cuire les légumes avec les os un autre 10 minutes, sans qu'ils noircissent. Ultiment, il suffit de mettre le tout dans une grande casserole, de couvrir d'eau froide et d'ajouter du thym, du laurier, de la pâte de tomate et des grains de poivre. Une fois



l'ébullition atteinte, baisser le feu au plus doux possible et laisser mijoter tranquillement toute la journée, huit heures minimum, en prenant soin de dépouiller, de temps à autre, le fond de l'écume qui se forme à sa surface. À la fin de la cuisson, il suffit de filtrer le tout et le tour est joué! On peut même récupérer les os et légumes et faire un remouillage à l'eau le lendemain en y rajoutant un peu de pâte de tomates. Le résultat sera plus clair et moins savoureux, mais constituera quand même une excellente base de soupe.

Ainsi, il ne reste plus qu'à laisser tiédir avant de réfrigérer. Il est bon de noter que le fond se conserve d'une à deux semaines au réfrigérateur, et jusqu'à six mois au congélateur. Si vous prenez soin de le diviser en petites portions avant de le congeler, vous constaterez que cette simple frivolité vous accordera, pendant de nombreuses semaines, un atout de taille pour repaître avec bonheur marmaille, parents et amis...

Gaël Steinmetz  
Sous-chef, Bistro Beaux lieux

## La petite tournée de Noël

Ceci est un appel à tous les individus, familles ou groupes : vous êtes invités à créer des crèches et des petites décorations de Noël en vue d'une exposition dans trois petites églises soit Grace Anglican Church, Sutton United Church ainsi que l'église St-Simon d'Abercorn. Grâce à ce projet rassembleur, l'esprit de Noël se répandra d'un village à l'autre.

Les créations exposées pourront être vendues ou non. Si les participants choisissent de vendre, 80 % du profit sera versé aux églises respectives.

La dimension des crèches ne devra pas dépasser 1 pi x 1 pi.

### Informations / Contacts :

Grace Anglican Church, Sutton: Doreen Pagé,  
450 538-3846

Sutton United Church: Gail Booth, 450 538-0530

Église St. Simon d'Abercorn: Céline Larouche,  
450 538-8138

Anne Le Turdu, 450 538-8144.

### A Little Christmas Tour

*You (individually, or as a family, or group) are invited to participate in a special Christmas event by creating nativity sets or small Christmas decorations to be displayed in the above small churches.*

*Through these creations, the spirit of Christmas will travel through our villages and bring us together.*

*In the event you would like to sell your creation, 80% will go to the host church and you will keep 20%.*

*Nativity sets should not exceed 1 square foot.*

Date limite pour apporter vos oeuvres /  
deadline to receive your creations : 07/12/2013

### Exposition-vente/exhibition-sale :

**14, 15, 21, 22 déc. 2013**

Samedi/Saturdays : 13 h à 16 h

Dimanche/Sundays : 10 h à 14 h



### Entrepreneur général

- Projets de maisons neuves
- Agrandissements
- Charpentes

Ventes : **Frédéric Tremblay**

Chantiers : **Martin Demers**

**450 775-5630**

maisonstrigore@yahoo.ca



RBQ: 8347-8230-39

## EXCAVATION CLAUDE LAPLANTE inc.

(450) 538-2277 / Cell.: (450) 578-4692

11, Dyer, Sutton

excavationclaudelaplanthe@live.ca

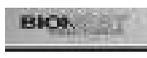
Entreprise familiale  
Travaux en tous genres  
Plus de 30 ans d'expérience  
Commercial et résidentiel

Licence r.b.q. : 1551-0042-61

- Excavation
- Terrassement
- Chemin privé
- Fossé
- Démolition
- Lac artificiel
- Fondation et drainage
- Champs d'épuration
- Enlèvement de la neige
- Transport : terre, sable, gravier, pierre, concassé

Service de Brise Roc Tramac 85  
Brise Roc Huskie HH 2000

ENVIRO/SEPTIC



RESTAURANT BAR  
CUISINE FRANÇAISE

TERRASSE CHAUFFÉE

SPÉCIAUX DU MIDI 9<sup>55</sup>

### EN SOIRÉE

Tables d'hôte  
Menu à la carte et spéciaux  
Sur réservation, menus spéciaux pour  
groupes et occasions spéciales.

Ouvert 7 jours

Le midi de 11h30 à 14h00

Le soir de 17h à la fermeture

Lionel et Ninon Demontis

30 PRINCIPALE SUD, SUTTON

538-3045

lioneldemontis@hotmail.com

Restaurant à La Fontaine

## Le TRAGER

Une approche de la douleur (physique et mentale) tout en douceur au moyen de manipulations légères de tout le corps, de mouvements et respirations.

Subtil, souple, profond, le **TRAGER** peut servir de thérapie complémentaire spécialement pour conditions chroniques.

\*\*\*\*\*

*A unique gentle approach to pain (physical and mental) through light manipulations of the whole body, movements and breathing.*

*A subtle, flexible and deep approach TRAGER is an effective complimentary therapy especially for chronic conditions.*

\*\*\*\*\*

Séances: 1½h (1h sur table de massage)



Louise A. Morin, B.A.  
Praticienne agréée (depuis 1987)  
450 330-2641  
morintrager@yahoo.ca  
www.tragerquebec.com

Le Centre du Soleil,  
58, rue Principale Nord, Sutton



Je pense que le mot français « frivolité » and the English word « frivolity » signifient la même chose, ou they mean almost the same thing (silliness), mais je ne suis pas certain. Après tout, le mot français « stop » and the English word « stop » sont orthographiés de la même façon, toutefois « stop » signifie quelque chose de différent pour les conducteurs du Québec que ceux de New York. Où j'habite au Québec, « stop » signifie arrêter. Where I live in New York, the signs should read « american stop », which is not really a stop.

Accuse me of frivolity, but I think it would be a better world if New York and the rest of the United States followed the ways of Québec. Ils devraient changer tous les panneaux « stop » aux États pour des panneaux qui sont orthographiés : « arrêt ». Expliquer au public que « arrêt » signifie vraiment d'arrêter, and put up arrêt signs wherever there are stop signs. This would make life so much safer in the States. Accusez-moi de frivolité, mais je pense que la nation dont je suis un citoyen a besoin de 300 millions de panneaux d'arrêt bien plus qu'elle a besoin de 300 millions d'armes à feu.



**La Boucletterie**  
Salon Coiffure  
450 405-8103

**Mélanie Labonté**

Disponibles avec ou  
sans rendez-vous  
Mardi au samedi

Available with or  
without appointment  
Tuesday to Saturday

Mardi/Tuesday : 10h - 16h  
Merc-Jeu/Wed-Thurs : 9h - 17h  
Vendredi/Friday : 9h - 19h  
Samedi/Saturday : 8h - 16h

21, rue Principale N., Sutton Qc J0E 2K0

## Plastic à MacDonalds, linguini sec au Cafetier

Au moment où j'écris ces mots, je suis assis à une table au café Le Cafetier, dans la jolie ville de Sutton, Québec. Au Cafetier, des brins de linguini secs sont utilisés pour remuer le café, au lieu de bandes de plastique. Appelez-moi Monsieur Frivolité, c'est okie-dokie et tiguidou avec moi, it also occurs to me that the world would be a better place if dry linguini were the coffee stirrer of choice for more people, instead of plastic strips. « Linguini au lieu du plastique », n'a pas l'élégance puissante de la phrase « La liberté n'est pas une marque de yogourt » ou « Give me liberty or give me death », mais c'est le signal de bataille que cet amériquébécois sicilien lance ce jour.

Certains peuvent m'accuser de frivolité, mais je pense qu'un jour une nouvelle grande nation se lèvera, où les gens à travers le pays vont remuer leur café avec du linguini sec au lieu de bandes plastiques.

Dans un pays où les gens remuent leur café avec du linguini sec au lieu de bandes plastiques, il n'y aurait pas une telle chose que des restaurants MacDonalds, à moins que MacDonalds apprenne à respecter la norme culturelle de l'utilisation du linguini sec au lieu du plastique (et à moins que MacDonalds soit écrit comme je l'écris, sans apostrophe).

Do not try to hold your breath until the day comes when a chain of restaurants called MacDonalds uses linguini for coffee stirrers, instead of plastic stirrers, but the coming of such a day can be imagined. Mais oui, some may call this frivolity,

and some may call me a dreamer, but this is something that can be imagined.

Les grandes sociétés qui vendent du fast food sont plus puissantes que de nombreuses nations : « alors, il faut que ça change », and the big corporations who sell fast food are not as powerful as an idea whose time has arrived.

Les grandes sociétés qui fabriquent des panneaux de « stop » ne sont pas aussi puissantes que les sociétés qui fabriquent des armes à feu, mais la résistance au changement de passer des panneaux de « stop » aux panneaux de « arrêt » est énorme aux États. Put up a few arrêt signs in the states, after a public campaign which explains that « arrêt » means, emphatically, to really stop, and the conservatives in the states would want to shut down the government.

Suis-je aller trop loin? You may ask : What is this amériquébécois talking about? Qu'est-ce que cette histoire de « Arrêt », « Stop », « MacDonalds », « linguini au lieu de plastique » ?!

Ma réponse : You tell me! Ce ne sont que quelques-unes de mes pensées frivoles pendant que j'en remue mon café avec un brin de linguini sec.

John-Jean

Pour lire plus d'articles de John-Jean, for excerpts from his novel : [www.staffordshhh.com](http://www.staffordshhh.com)

## A teen's view on frivolity

The word *frivolity* has a few different meanings, but as a 13 year old, I'm going with the fun one. *Frivolity*: A type of clownishness or silliness.

As a teenager, I'm surrounded by frivolity. My best friend Andrea is the perfect example. There's never a dull moment with her, especially at weekend dance parties and uploading Vine videos. The Internet is a great platform to let your hair down and have fun - Snap Chat is a blast. You take a funny picture, edit it and add a caption, and then you send it to your friends and wait for the horrifying screen shot that they will hold against you!

Brome Fair weekend is the place to meet up with friends who you haven't seen all summer. The rides this year

were great!! Andrea, Kylie and I must have conquered every one a hundred times over. Even when the rain hit and my mom said: "It looks like a scene from the Guns & Roses video November Rain", as everyone ran and slipped looking for shelter. The last day of the Fair is the best, haggling with carnies for that huge stuffed animal and watching parents in a near zombie state from way too much excitement over the long weekend. Brome Fair marks the end of summer and the beginning of another "looonnnng" school year.

Massey Vanier High School gives its frivolous students many opportunities to let their silliness out. Pajama Day, Carnival Day, Married for a Day, dances, hikes up Mont Sutton and so



on. As I said, it's full of frivolous students but, trust me, the Massey Vanier staff are no strangers to frivolity. As you can see in the photo, gym teachers posing for photos on Mount Sutton hike with duck faces.

Frivolity is something we all need in our lives. Remember that laughter is the best medicine and being a stick-in-the-mud is depressing and boring. To quote the Joker in The Dark Knight... "Why so Serious?"

Bethanie Boivin



[www.FORGEdOLL.com](http://www.FORGEdOLL.com)

L'Art pour l'Art,  
ou pour un usage concret.  
Travaux sur plans détaillés.

Art for Art's sake,  
or for useful applications.  
Works to architectural plans.

**OLL**  
1057, Vallée (215)  
Sutton Jct. Qc. Canada  
T: 450 538 0891  
F: 450 538 0931  
[OLL@FORGEDOLL.COM](mailto:OLL@FORGEDOLL.COM)



Épicerie Gourmet international

**SPÉCIAUX** du temps des Fêtes!

- Certificats cadeaux
- Paniers de cadeaux assortis

**NOUVEAU** Café Santropole Montréal  
Café gourmet, biologique,  
équitable

- Diverses huiles, noix, olives, avocat, sésame
- Produits de tomates
- Pâtes importées
- Vinaigres assortis
- Thés, épices, condiments

Et plus  
encore!

1108-C Route 139, West Brome  
450 955-1993



- Transport en vrac pierre - terre - sable
- Excavation de tout genre
- Lac artificiel - Mur de roche - Terrassement
- Drainage
- Champs d'épuration (Système Bionest Enviroseptique)
- Construction de chemins
- Marteau hydraulique (brise-roc) HH 2000

1108-C Route 139, West Brome  
T: 450 538 2516 C: 450 531 1187 / 450 525 0910

## Un pavillon en plein air pour l'École de Sutton

Juste à temps pour la rentrée des classes, l'École de Sutton/Sutton School a inauguré son nouveau pavillon en plein air, à l'occasion du rituel pique-nique de la rentrée auquel personnel, enfants et parents participèrent. Le nouveau pavillon permettra aux enseignants de faire la classe « en pleine nature » à l'orée du boisé de la cour d'école. Une volonté en lien avec les valeurs d'aujourd'hui; les valeurs de la communauté de Sutton.



### Objectif : classe en plein air

L'idée de cette structure extérieure pour permettre la classe en nature est issue d'une réunion de parents bénévoles, il y a maintenant plus d'un an. Après une rencontre avec la direction, qui y a vu un projet qui concorde avec la philosophie et les objectifs de l'école, les professeurs ont été sondés pour leur intérêt et leurs besoins en la matière. La réponse fut unanime.

« Ce nouvel ajout créatif et inspirant, en plus de faire profiter les jeunes du bon air et de la nature environnante, favorisera leur intérêt et leur motivation à l'apprentissage », explique Manon Lemaire, directrice de l'école.

### Un legs de toute la communauté aux enfants

Le comité parc de l'école a pris le dossier avec grand intérêt : emplacement, plan, financement et construction. La Caisse Desjardins Brome-Missisquoi fut la première à répondre à l'appel avec une contribution financière de 2 500 \$. La compagnie *Design par Rebecca Bourque* a accepté, quant à elle, de réaliser gratuitement les plans et la coordination du projet.

« Le mandat était de créer un espace propice à la classe extérieure tout en assurant le maximum de contact avec la nature. Un toit, des bancs, un tableau, une table et un parterre sec faisaient partie des demandes de base. La structure réalisée avec ses branches naturelles et son haut toit mettent en valeur la richesse de la nature qui nous entoure », décrit Rebecca Bourque qui a présenté les plans selon les besoins exprimés.

BMR Sutton, Revcon et Jardins Paquette ont fourni des matériaux; la Ville de Sutton, les Entreprises Guitim, Migué Arpenteur-Géomètre Inc. et Atelier JPE ont, quant à eux, offert gracieusement leurs services. Finalement, professeurs, parents bénévoles et gens de la communauté ont été nombreux à donner matériaux et temps afin de réaliser ce beau projet. C'est donc un legs de la part de toute la communauté qui est offert aux jeunes; une construction qui, pour des années durant, permettra l'école en plein air.

Renseignements : DB  
Manon Lemaire, directrice  
École de Sutton School  
lemairem@csvgc.qc.ca

## Déjà dix ans à la Salle Alec et Gérard Pelletier!

Après plus de mille deux cents événements et 50 000 spectateurs, la Salle Pelletier fêtera, en 2014, son 10<sup>e</sup> anniversaire avec plusieurs soirées spéciales.

Le premier événement qui soulignera cet anniversaire est la 9<sup>e</sup> édition de Star d'un Soir. Cette fois, l'événement sera réparti sur deux soirs (le 31 janvier et le 1<sup>er</sup> février) et on présentera 40 de nos vedettes des années précédentes (20 par soirée). Elles seront accompagnées par le « house band » de la salle. Venez découvrir vos voisins et concitoyens qui dévoileront leurs talents cachés durant deux soirées mémorables!

La salle va aussi continuer de présenter des grands noms de la scène québécoise (Michel Rivard, Zachary Richard), canadienne (Harry Manx, Adam Cohen) et internationale (Itzès Gergely, Partha Bose) et ce, 4 fois par année. Il y aura aussi du théâtre, des soirées ciné-cabaret, des activités jeunesse et des coproductions avec les artistes de la région. Bref, la Salle va continuer à offrir une programmation variée et étonnante pour tous les goûts.

### Hiver-printemps en bref

Une nouveauté pour l'hiver et le printemps : la ligue d'improvisation musicale présentera des matchs les derniers vendredis du mois jusqu'à la grande finale le 23 mai. Trois équipes, dont une de Montréal, vont s'affronter dans un cadre similaire à celui de la LNI.



La salle continuera ses coproductions CHILLZONE en collaboration avec la maison des jeunes, et ce, un vendredi par mois chanter et jouer dans un style OPEN MIC. Venez encourager le talent de la jeunesse de la région lors d'une soirée pour tous les âges.

(suite page suivante)

**1/2 SNOWSHOE 1/2 SKI  
and better than both!**

**AU DIABLE VERT**  
Station de Montagne

**Come try the  
NEW HOK SKI**

169 Staines, Glen Sutton,  
QC, JOE 2K0  
audiablevert.com

**Boutique Érotique**

**Plaisirs Tabous**

*Pour le plaisir des sens...*

**Adulteries, Lingerie,  
Articles humoristique, Vente et  
location dvd xxx,  
Démonstration à domicile, After hour**

350, Principale L-115  
Cowansville (Québec)  
J2K 1J5  
450-Bon-Sexe (266-7393)

**AGIR**  
ASSURANCES INVESTISSEMENTS

**ON NE SAIT PAS  
ce que l'avenir nous réserve !  
Protégez-vous adéquatement aujourd'hui !**

Je peux vous aider à élaborer un programme de sécurité financière adapté à vos besoins individuels grâce à un portefeuille complet de produits.

Assurance-vie – Planification de la retraite et des placements  
Assurance invalidité – Assurance maladies graves – Assurance destinée aux petits groupes – Régime d'assurance-maladie individuel

Jean Marineau  
Conseiller en sécurité financière, conseiller en assurance et rentes collectives

sans frais: 1-877-638-0202  
info@agirai.com www.agirai.ca



**lauréat de deux prix d'architecture en 2013**

**e b o a**

**eric boucher architecte**  
www.ebarchitecte.com  
438-380-6778



**Service professionnel en Résidentiel - Fermes Succession - Estate sales Bilingual service**

**450 531-5252**  
2, rue Principale Nord, Sutton



**John Boudreau**  
www.coldbrook.ca



**Super comme marché!**

**SPÉCIALITÉ MAISON**  
**Saumon fumé à l'érable**  
*Réservez pour le temps des fêtes!*

**MARCHÉ Y. GOSSELIN & FILS LTÉE**  
17, rue Principale  
Frelighsburg (Québec) J0J 1C0

**ATTENTION SAQ**  
Notre comptoir SAQ est ouvert en tout temps. On vous attend!

TÉL. : (450) 298-5202  
TÉLÉC. : (450) 298-5404

**PRO | DESIGN**

Gestion et développement de projets  
travaux d'excavation  
aménagement paysagers



**450-521-6731** pro.design@hotmail.ca

**ALARME CONTRÔLE ÉLECTRICITÉ**



- Installations électriques
- Alarmes intrusion / incendie
- Téléphonie
- Surveillance par caméra

**RAYNALD POIRIER**

Tél. : 450.538.3424  
Fax : 450.538.4432  
acerpoirier@axion.ca  
86, Chemin Maple  
Sutton (Québec) J0E 2K0

Membre de la corporation des maîtres électriciens du Québec  
R.B.Q. # 8004-8978

**interior design d'intérieur**



Virginie Catenne  
t: 450.538.0922

virginie@designerinterieur.org  
www.designerinterieur.org

(suite de la page précédente : Déjà dix ans à la Salle Alec et Gérard Pelletier!)

En mars, on présente à nouveau la pièce de théâtre NIGHTCAP. Mentionnons que celle-ci a été jouée à guichet fermé lors de ses trois dernières représentations au printemps 2012.

Karina Sasseville, responsable du ciné-cabaret, continuera à vous offrir le meilleur du cinéma d'auteur avec un accent particulier sur le cinéma québécois en plus des soirées avec invités. Le 23 janvier, on accueillera le réalisateur Yves Langlois qui présentera son nouveau film.

Venez découvrir ou redécouvrir votre Salle et devenez-en membre!

*A note from the Director:*

« It is interesting for me to reflect on the 10th anniversary of the Salle AG Pelletier. I remember 9 years ago when I moved to Sutton, how I found a place for my piano (and a practice studio for me!) in exchange for passing the vacuum cleaner. This began a relationship that has seen me present more than 20 shows here, in addition to the Multi Media Festival that I curate. I imagine it was a natural evolution for me to become the Director General in January of 2011. The hall has always been a special place to perform and I have met many super people here – most certainly the many volunteers, without whom the hall would not be celebrating its 10th year in business.

Here's to 10 more years of shows, theatre, film and all the things that makes the hall so special. »

Michael Hynes

## Pattes de velours, mon Minet!

29 décembre 1733. Paris. Salle des séances de l'Académie française. Ces messieurs, tous aussi sérieux les uns que les autres, secouaient de grands éclats de rire leurs perruques blanches et poudreuses. Un coquin plaisantin avait libéré en ces hauts lieux d'érudition, un chat. Non sans imiter, vous vous en doutez bien, les miaulements désespérés du pauvre animal terrorisé. Cette moquerie de bien mauvais aloi s'adressait à celui qui était reçu membre de la prestigieuse institution ce jour-là et qui allait occuper le fauteuil 35 jusqu'à sa mort en 1770. Les détracteurs du monsieur en question allèrent même jusqu'à intituler son discours de réception, miaou!

François-Augustin Paradis de Moncrif. Croyez-moi bien, Madame, Monsieur, ce personnage fut très connu en son temps. Auteur dramatique, poète, écrivain et musicien, c'était un homme d'esprit, grand épicurien et particulièrement apprécié des dames pour sa galanterie. Il fut rendu célèbre par la publication, en 1727, de sa délicieuse et divertissante « Histoire des chats », premier livre exclusivement consacré à la gent féline. C'est à travers nombres de références historiques, mythes et légendes, revêtant la forme de onze lettres adressées à une marquise, qu'il fit connaître la destinée des chats dans l'histoire et plaida en leur faveur. Dès lors, Louis XV, qui adorait les félins ordonna qu'on mît fin au calvaire de ces petits êtres que l'on brûlait encore sur le bûcher, même en ce siècle des Lumières.

L'ouvrage à la fois érudit et parfois adorablement érotique, Madame, Monsieur, ne fut pas sans être sévèrement critiqué. Moncrif lui-même en dénonçait la grande frivolité, mais cela ne l'empêcha pas d'essayer plus d'une raillerie. En voici une. Souhaitant ardemment remplacer Voltaire, parti pour la Prusse, au poste d'historiographe de France, il alla solliciter le comte d'Argenson, ministre de la Guerre qui le tenait en haute estime. Ne cachant point son amusement, ce dernier lui rétorqua : « Historiographe du Royaume? Non. Mais "historiogrieffe" du



Roi? Voilà! » Et il resta affublé de ce titre depuis ce jour.

Permettez-moi cette autre anecdote. Le poète Roy, Pierre-Charles de son prénom, mordu à maintes reprises par la jalousie de ne pouvoir entrer lui aussi à l'Académie, eut l'audace d'insulter notre défenseur des chats en l'appelant publiquement « Mongriffé ». Ce dernier, dans la rue l'attendit pour lui asséner telle une épée, quelques coups de bâton bien mérités. Roy, qui s'enfuyait malaisément à reculons implorait sa pitié en lui criant : « Pattes de velours, mon Minet, pattes de velours! ». Vous conviendrez sans doute avec moi, Madame, Monsieur, qu'ensuite et à jamais ils furent ennemis!

L'« Histoire des Chats » valut à Moncrif tant de taquineries et sarcasmes qu'il finit par renier ne l'avoir jamais écrite et elle ne fut adjointe à l'intégrale de son œuvre qu'après sa mort, lors d'une réédition en 1791. C'est peut-être pour cette raison, qu'entre temps, elle fut rebaptisée « Les chats » et attribuée au comte de Caylus lors de la réimpression, en 1787, de son « Recueil des Œuvres badines »!

Moncrif écrivait à la Marquise dans la onzième et dernière lettre : « Tranquillons-nous, Mesdames ; nous verrons un jour le mérite des Chats généralement reconnu. » Il fallait un esprit parmi les plus courageux et provocateurs pour tenter de réhabiliter le chat à une époque où il suscitait toujours peur et haine. Son ouvrage constitue aujourd'hui une lecture incontournable pour tous les amoureux des chats. Laissez-moi tout de même vous confier, Madame, Monsieur, que je crois que notre siècle aurait bien besoin qu'on découvrit l'existence d'un tome second, si frivole soit-il.

Esther Dickson  
esther@montminou.com

Vous trouverez à cette adresse Internet, les onze lettres, et plus, de l'Histoire des Chats :  
<http://penelope.uchicago.edu/moncrif/>

## Nouveau Club Photo

Les amateurs de belles photographies sont invités à rejoindre le Club Photo Missisquoi. Ce dernier s'adresse aux passionnés ayant déjà une connaissance en techniques photographiques et en post-traitement.

Toutes les personnes de Frelighsburg, Sutton, Dunham, Bedford, Stanbrige-Est, St-Armand, Cowansville et autres villes avoisinantes, sont invitées à y participer pour échanger sur les techniques photo, profiter de conférences, ateliers, sorties, concours et rabais sur les équipements photo.

Le club, qui a tenu sa première exposition sur le thème de l'eau au Centre d'art de Frelighsburg les 19 et 20 octobre dernier, tient ses réunions au 46, rue Principale à Frelighsburg, les mercredis chaque deux semaines.

Renseignements : Nicole Houde 450 248-2481

DB

# CALENDRIER RÉGIONAL REGIONAL CALENDAR



CALENDRIER des activités pour décembre 2013, janvier, février 2014  
Calendar of events for December 2013, January, February 2014  
**Tout l'hiver/ Throughout the Winter**

Pour les mises à jour hebdomadaires  
For the weekly updates  
**Le Tour Flash** : [www.letoursutton.com/letourflash](http://www.letoursutton.com/letourflash)



## - Musée du Chocolat

Séance d'animation gratuite en français, en anglais ou en espagnol.  
À 13 h 30, durée 60 min. Sur réservation seulement.  
Info : Chocolaterie Belge Muriel, 538-0139

- **Salle Alec et Gérard Pelletier**, Carrefour culturel de Sutton  
Spectacles 4-C, rue Maple, Sutton.  
Info et réservations : 538-0486 [www.salleagpelletier.com](http://www.salleagpelletier.com)

- **Société d'histoire de Sutton Héritage Sutton** - Consultation sur rendez-vous des archives historiques et généalogiques et des Cahiers d'histoire locale. Téléphone : 538-3222  
Courriel : [heritagesutton@bellnet.ca](mailto:heritagesutton@bellnet.ca)

- **Musée Missisquoi**, Stanbridge East.  
Info : 248-3153 ou [www.museemisquoi.ca](http://www.museemisquoi.ca)

- **Brome Historical Society**, Archives by appointment only.  
Info : 243-6782

## NOVEMBRE, DÉCEMBRE 2013

- **Jusqu'au 30 nov.**, Le Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham, Salle Normand Gaudreau. Première exposition solo d'Andréa Gilker : « Elle voit: une perspective féminine à travers le portrait ».  
Info : 295-2621 [www.ville.dunham.qc.ca](http://www.ville.dunham.qc.ca).

- **Jusqu'au 30 nov.**, Le Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham, Salle Kenneth Baker. Le CRSBP (centre régional de services aux bibliothèques publiques) présente une série de reproductions de David Garibaldi. Info : 295-2621 [www.ville.dunham.qc.ca](http://www.ville.dunham.qc.ca).

- **23 nov.**, 20 h 30, Auberge des Appalaches, Sutton en blues, Bob Walsh, à la guitare et voix, Jean Fernand Girard au clavier, Guy Bélanger à l'harmonica, Jean Cyr à la basse.  
Info : 538-0037 ou [www.auberge-appalaches.com](http://www.auberge-appalaches.com)

- **28 nov.**, 19 h 30, Salle Alec et Gérard Pelletier, Ciné-Cabaret : JAPPELOUP de Christian Duguay. Entrée : 10 \$.  
Info : 538-0486 ou [www.salleagpelletier.com](http://www.salleagpelletier.com)

- **29 nov. au 29 déc.**, jeudi au dimanche, de 11 h à 17 h, Galerie Arts Sutton, Expo vente : œuvres d'artistes et artisans, en arts visuels et en métiers d'arts et l'école décore le village : dessins, collages et sérigraphies des jeunes de l'École de Sutton. Vente de cartes de Noël réalisées par les élèves. Vernissage: le dimanche 8 décembre de 14 h à 16 h. Info : 538-2563 ou [www.artssutton.com](http://www.artssutton.com)

- **29 nov.**, 20 h 30, Salle Alec et Gérard Pelletier, Spectacle : ITZÉS GERGLEÏ de Budapest, avec "le bande SAGP" classique, jazz et impro. Entrée : 20 \$. Info : 538-0486 ou [www.salleagpelletier.com](http://www.salleagpelletier.com)

- **30 nov.**, 8 h 30 à 14 h 30, Foyer Sutton, Vente de Noël / Christmas sale. Vente de pâtisseries et d'artisanat. Info : Gail 538-0530 ou Irène 538-3408.

- **30 nov.**, 20 h à l'église Sainte-Rose-de-Lima de Cowansville, Chœur des Armand composé d'une trentaine de choristes qui chantent à capella. 12 \$ par pers, gratuit pour les moins de 12 ans.  
Info : 295-2399

- **30 nov et 1 déc.**, Stanbridge East. « VILLAGE DE NOËL », venez rencontrer les artistes de la région, trouver un cadeau spécial et savourer une délicieuse tasse de chocolat chaud ou de vin épice. Faites une promenade en traîneau au cœur du village et chantez des airs de Noël. Info : 248-7827

- **30 nov. 1, 7 et 8 déc.**, de 10 h à 17 h, le Marché de Noël de Sutton vente d'artisanat et de produits locaux, dégustations, activités et spectacles pour tous.  
Info : 538-8455 ou <http://marchedenoeldesutton.blogspot.ca/>

- **jusqu'au 25 déc.**, minuit. Concours de décorations de Noël extérieures ouvert à toutes les villes de Brome-Missisquoi. Prix à Gagner. Pour vous inspirer des participants des dernières années, rendez-vous sur le blogue <http://museedenoel.blogspot.ca>. Pour s'inscrire au quatrième concours ou info : [richard@publiciterre.org](mailto:richard@publiciterre.org) ou 538-2883

- **1 déc.**, 14 h, Église Ste-Croix à Dunham. Concert de l'ensemble « Cordes à Vent », œuvres traditionnelles et classiques de saison sous la direction de Anne Lauber. Adulte: 10 \$, étudiant: 5 \$  
Info : 538-7480

- **Dec. 2** at 2 pm Auberge West Brome, Canadian Club of the Yamaska Valley Christmas reception. CHRISTMAS MUSICAL PROGRAM with Yamaska Merry Gentlemen Ensemble.  
Info: 243-6524

- **5 déc.**, 19 h 30, Salle Alec et Gérard Pelletier, Ciné-Cabaret : LA TÊTE EN L'AIR d'Ignacio Ferreras. Film d'animation. Version originale espagnole avec sous-titres français. Entrée : 10 \$.  
Info : 538-0486 ou [www.salleagpelletier.com](http://www.salleagpelletier.com)

- **6 déc.**, 20 h 30, Salle Alec et Gérard Pelletier, Impro musicale : Capitaine des Jaunes : Pierre-Emmanuel Lyonnaze, Capitaine des Rouges: Simon Estérez. Entrée : 15 \$.  
Info : 538-0486 ou [www.salleagpelletier.com](http://www.salleagpelletier.com)

- **7 déc. au 27 fév.**, Le Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham, Bernice Sorge présente une expo solo qui regroupera des acryliques, des impressions récentes et un aperçu de ses recherches. Vernissage le 7 déc. Info : 295-2621 [www.ville.dunham.qc.ca](http://www.ville.dunham.qc.ca).

- **Dec. 7** at noon. Bishop Stewart Memorial Church, Frelighsburg: Ham Dinner with Scalloped Potatoes. Proceeds for the Church. Adults \$12, under age 10, \$5. Info or res: 248-1145 or 248-3581

- **8 déc.**, Sutton et Abercorn, Guignolée par les Chevaliers de Colomb. Les dons de produits alimentaires non périssables ou des dons pour les familles peuvent être faits directement au Centre John Sleeth, 7, rue Academy du 9 au 14 décembre de 13 h à 16 h. Distribution des paniers le 14 déc. Info : 538-1919 ou 538-4153

- **8 déc.**, 15 h à l'église Bishop Stewart Memorial de Frelighsburg. Chœur des Armand composé d'une trentaine de choristes qui chantent à capella. 12 \$ par pers, gratuit pour les moins de 12 ans.  
Info : 295-2399

- **8 déc.**, 14 h, Église St-André à Sutton. Concert de l'ensemble « Cordes à Vent », œuvres traditionnelles et classiques de saison sous la direction de Anne Lauber. Adulte: 10 \$, étudiant: 5 \$. Info : 538-7480

- **12 déc.**, 19 h 30, Salle Alec et Gérard Pelletier, Ciné-Cabaret : LE TEMPS DE L'AVENTURE de Jérôme Bonnell. Entrée : 10 \$.  
Info : 538-0486 ou [www.salleagpelletier.com](http://www.salleagpelletier.com)

- **Dec. 14**, 5 p.m. to midnight, Midnight Madness in Knowlton the stores and restaurants of Knowlton will be 'making merry' with seasonal goodies to eat and drink, music, caroling, sleigh rides, and more. Prizes with a special treasure hunt. Info: 242-2242

- **14 déc.**, 20 h à l'église Ste-Rose de Lima de Cowansville; 15 déc, 14 h à l'église St-Simon d'Abercorn : Concert de Noël avec chants de Noël : français, anglais, finnois (Finlande), bantou (Kenya), hébreu. par Côté Choeur de Sutton. Contribution volontaire ou s'inscrivez d'une place de choix en vous procurant un laissez-passer : 15 \$ / 5 \$ (6 à 14 ans). Information et réservations : 538-0963 / 263-7884.

- **14, 15, 21, 22 déc.**, sam: 13 h à 16 h; dim.; 10 h à 14 h. Exposition de crèches dans trois petites églises : Grace Anglican Church, Sutton United Church et l'église St-Simon d'Abercorn. Info : 538-8138

- **Dec. 15**, 3:00 pm, Grace Anglican Church Sutton, "Chantons Noël", ecumenical sing-along in the common hall, everyone invited.  
Info: 538-8108

- **17 déc.**, Mont Sutton, Journée anniversaire : billet de journée à 5 \$ le tarif de 1960. Info : 538-3214 ou [www.montsutton.com](http://www.montsutton.com)

- **31 déc.**, à compter de 19 h, Auberge des Appalaches. Souper du Nouvel an, 4 services. Réservation obligatoire : 538-5799 ou [www.auberge-appalaches.com](http://www.auberge-appalaches.com)

## JANVIER 2014

- **9 au 24 janv.**, jeudi au dimanche, de 11 h à 17 h, Galerie Arts Sutton : Autour d'une exposition, collection des 25 ans. Tournée de la Collection privée de la commission scolaire du Val-des-Cerfs. Vernissage 12 janvier de 14 h à 16 h.  
Info : 538-2563 ou [www.artssutton.com](http://www.artssutton.com)

- **7 jan. au 18 fév.** 7 mardis consécutifs, Mont Sutton, Club 50+, billet de ski à 25 \$ pour les hommes de 50 ans et plus.  
Info : 538-3214 ou [www.montsutton.com](http://www.montsutton.com)

- **8 jan. au 19 fév.** 7 mercredis consécutifs, Mont Sutton, Cravates en ski, billet de ski à 25 \$ pour les hommes Info : 538-3214 ou [www.montsutton.com](http://www.montsutton.com)

- **9 jan. au 20 fév.**, 7 jeudis consécutifs, Mont Sutton, Divas en ski, billet de ski à 25 \$. Skiez entre femmes et soyez guidée par des femmes. Info : 538-3214 ou [www.montsutton.com](http://www.montsutton.com)

- **12 au 17 janvier**, Semaine des résidents permanents de Sutton et d'Abercorn ou les résidents de Sutton et d'Abercorn pourront skier pour 25\$ + taxes par jour. Preuve que Sutton ou Abercorn est le lieu de résidence principale sur le permis de conduire exigée. Info : 538-3214 ou [www.montsutton.com](http://www.montsutton.com)

- **20 au 24 janvier**, Les personnes de 50 ans et plus pourront skier pour 25\$ + taxes par jour. Une pièce d'identité avec date de naissance sera exigée. Info : 538-3214 ou [www.montsutton.com](http://www.montsutton.com)

- **24 janv. au 5 fév.**, jeudi au dimanche, de 11 h à 17 h, Galerie Arts Sutton : Benoît Desjardins, La pêche miraculeuse. Info : 538-2563 ou [www.artssutton.com](http://www.artssutton.com)

- **31 jan. et 1 fév.**, 20 h 30, Salle Alec et Gérard Pelletier, STAR D'UN SOIR GALA 10e : vingt vedettes des années précédentes avec un nouveau répertoire. Entrée : 25 \$.  
Info : 538-0486 ou [www.salleagpelletier.com](http://www.salleagpelletier.com)

## FÉVRIER, MARS, AVRIL 2014

- **13 fév. au 9 mars**, jeudi au dimanche, de 11 h à 17 h, Galerie Arts Sutton. Brigitte Dahan : Traces d'éternité. L'argile est un médium qui convient parfaitement à sa démarche; d'abord fluide et malléable, l'argile devient solide, puis vitrifiée une fois passée par le feu. Vernissage le 16 février de 14 h à 16 h.  
Info : 538-2563 ou [www.artssutton.com](http://www.artssutton.com)

- **14, 15 et 16 fév.**, Mont Sutton, St-Valentin à la montagne. Activités thématiques de la Saint-Valentin. Info : 538-2545 ou [www.montsutton.com](http://www.montsutton.com)

- **March 3** at 2 pm, Auberge West Brome, Canadian Club of the Yamaska Valley Presentation by Laurent Busseau : The History of the Abenakis Around Lake Memphremagog". Info : 243-6524

- **15 mars au 7 avril**, Le Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham : Autour d'une exposition, collection des 25 ans. Tournée de la Collection privée de la commission scolaire du Val-des-Cerfs. Vernissage le 15 mars. Info : 295-2621 [www.ville.dunham.qc.ca](http://www.ville.dunham.qc.ca).

- **2 avril au 26 oct. 2014**, Musée d'histoire et de la communication de Sutton, exposition temporaire portera principalement sur les recherches que le Dr Gerald Bull a menées entre 1960 et 1980 sur des super-canons capables de tirer sur de très longues distances ou de hautes altitudes. Info : [www.museedesutton.com](http://www.museedesutton.com) ou 538-2883

- **5 avril**, Mont Sutton, Snow on the beach: traversée d'un étang en ski ou planche à neige dans la piste Sutton-Ik. Party de printemps par excellence avec activités thématiques.  
Info : 538-2545 ou [www.montsutton.com](http://www.montsutton.com)

- **April 7** at 2 pm, Auberge West Brome, Canadian Club of the Yamaska Valley Presentation by Mark Abley: "Conversations With a Dead Man". Info: 243-6524

## Horaires des Messes de Noël / Christmas mass schedule

15 décembre	Grace Anglican Church Sutton 3:00 pm Singing Christmas Carols in the parish hall.
24 décembre	Chalet du Sutton Ma station de montagne 21 h St-André Sutton 17 h, 23 h St-François d'Assise, Frelighsburg 21 h St-Simon Abercorn 21 h Ste-Croix de Dunham 19 h Grace Anglican Church Sutton 7:30 pm
25 décembre	St-André Sutton 10 h 30 Grace Anglican Church Sutton 10:30 am
December 31st	Grace Anglican Church Sutton 5:00 pm St-André Sutton 17 h
1 janvier	St-Simon Abercorn 9 h Ste-Croix de Dunham 9 h St-André Sutton 10 h 30 h St-François d'Assise, Frelighsburg 10 h 30

Prière de communiquer aux numéros suivants pour vous informer des changements d'horaire.  
Please contact the following numbers for schedule changes.  
St-André de Sutton 538 3215, Abercorn 538 2484, Dunham et Frelighsburg 295-2419  
Grace Anglican Church de Sutton 538-8108



**Le calendrier des activités est commandité par: Bureau d'accueil touristique de Sutton  
et la Ville de Dunham. Info : 538-8455 1-800-565-8455 [www.sutton-info.qc.ca](http://www.sutton-info.qc.ca)**

LAC-BROME  
123 Lakeside, Knowlton  
(450) 242-1166  
www.coldbrook.ca

# LES IMMEUBLES COLDBROOK

SUTTON  
2 Principale N, Sutton  
(450) 538-0123  
info@coldbrook.ca



AGENCE IMMOBILIÈRE



**Sutton:** À distance de marche de la chaise 1 Ouest au mont Sutton, de la piste zéro et des sentiers pédestres, maison de ville de 3 càc très bien décorée. Salle familiale. **249 000 \$** (9014458)

**Pierre Leblond, c.i.**  
(450) 405-9501



**Sutton:** Au Mont-Sutton, spacieux condo ski-in ski-out de 3 càc vendu entièrement meublé et équipé. Très éclairé avec vues sur les montagnes. **315 000 \$** (9755908)

**Pierre Leblond, c.i.**  
(450) 405-9501



**Sutton:** Belle propriété à distance de marche du village de Sutton, sur terrain privé de 5 acres paysagé. Garage double, piscine creusée, vue saisonnière des montagnes. Possibilité d'acheter avec un terrain de 10,44 acres. **574 000 \$** (10545866)

**Pierre Leblond, c.i.**  
(450) 405-9501



**Sutton:** À quelques pas des pistes de ski et de randonnée, confortable condo de 3 chambres (poss. 4e au sous-sol). Très éclairé avec 2 grandes portes-patio avec vue des montagnes. **294 000 \$** (10687859)

**Pierre Leblond, c.i.**  
(450) 405-9501



**Sutton:** Chalet en montagne au mont Sutton, de construction récente (2006). Vue sur la montagne, positionnée sud-ouest, cette propriété est très éclairée avec sa grande fenestration. **275 000 \$** (9068707)

**Pierre Leblond, c.i.**  
(450) 405-9501



**Sutton:** Chalet rustique près du centre de ski et des sentiers pédestres. Deux logis de 3 chambres. Propriété bordée pas la forêt à l'arrière, donc pas de voisins. **169 000 \$**

**Pierre Leblond, c.i.**  
(450) 405-9501



**Sutton:** Chalet rustique agrandi et rénové avec 2 ch. au rez-de-chaussée et un loft à l'étage supérieur. Rez-de-jardin avec foyer à combustion lente, atelier avec sortie ext., garage détaché, vue sur les monts Sutton. **199 000 \$**

**Pierre Leblond, c.i.**  
(450) 405-9501



**Abercorn:** Spacieuse maison à étages dans le village. Espaces à aire ouverte confortables au rez-de-chaussée avec pl. de bois franc. Grand studio/atelier séparé. Accès facile aux pistes cyclables et de la frontière américaine. **209 000 \$** (10266226)

**John Boudreau, c.i.a.**  
(450) 531-5252



**Sutton:** Beau grand terrain de 5 acres avec droit de construire. Beaucoup d'arbres matures, facile d'accès avec entrée établie, source d'eau, ruisseau et vue des montagnes. **95 000 \$** (9771526)

**John Boudreau, c.i.a.**  
(450) 531-5252



**Sutton:** Serti dans les collines entre Sutton et Knowlton, maison de 4 ch. offrant poutres apparentes, 2 foyers en pierre, vues paisibles des jardins et des montagnes. À quelques min. du village, du ski et de la randonnée. À voir! **575 000 \$** (10907678)

**John Boudreau, c.i.a.**  
(450) 531-5252



**Abercorn:** Maison de campagne dans un environnement privé de 5,5 ac. Cette maison de 2 ch. vous offre des pl. en bois franc, plafond cathédrale et foyer au bois. Ruisseau, étang baignable et vue sur le mont Pinacle. À 10 min. de Sutton. **325 000 \$**

**John Boudreau, c.i.a.**  
(450) 531-5252



**Sutton:** Maison de campagne de 5 càc dans un décor naturel boisé de 4,5 acres. Fenestration abondante, planchers de bois franc exotique, plafonds de 9', cuisine gourmet. À quelques min. du mont Sutton. **749 000 \$** (10629092)

**John Boudreau, c.i.a.**  
(450) 531-5252



**Sutton:** Somptueuse propriété privée avec un charme indéfinissable sur plus de 2 ac. À quelques minutes du village. Grandes pièces élégantes inc. 4+ ch., 3 sdb, solarium foyer et+. Chutes magnifiques, étang et garage double. Un petit paradis clé en main. **499 000 \$** (10739313)

**John Boudreau, c.i.a.**  
(450) 531-5252



**Sutton:** Superbe maison de 6 ch. sur un terrain privé de 2 acres. Cette propriété offre toutes les commodités du mode de vie contemporain. Chambre princ. avec sdb attenante au r-d-c et de grands espaces de vie, vue sur le mont Pinacle. **699 000 \$** (9528002)

**John Boudreau, c.i.a.**  
(450) 531-5252



**Sutton:** Condo de 2 ch. superbement localisée sur le mont Sutton offrant un accès direct à l'ensemble du domaine skiable et aux sentiers pédestres. Vendue complètement équipée. Vue sur la montagne et la forêt. **198 500 \$** (11533516)

**John Boudreau, c.i.a.**  
(450) 531-5252



**Abercorn:** Une occasion rare. Propriété au sommet avec vues spectaculaires des massifs de Sutton et du Vermont. Ferme ancestrale de 114 ac. avec nouvelle grange 30 x 30. À 5 min. de Sutton et de la frontière américaine. **750 000 \$** (11925391)

**John Boudreau, c.i.a.**  
(450) 531-5252



**Lac-Brome:** Fermette de 6,4 acres, située sur un chemin tranquille entre Sutton et Knowlton. Maison de ferme avec poutres d'origine, grande chambre des maîtres et une terrasse extérieure ensoleillée. Étang & un ruisseau. **329 000 \$** (12598528)

**John Boudreau, c.i.a.**  
(450) 531-5252



**Dunkin (Potton):** Vallée de Glen. Maison privée sur 80 acres de forêt mixte avec frontage sur la rivière. Cette maison offre des espaces de vie à aire ouverte du r-d-c et un loft bureau/ch. à l'étage. À 25 min. de Mt-Sutton, Jay et Owl's Head. **485 000 \$** (10138935)

**John Boudreau, c.i.a.**  
(450) 531-5252



**48 acres vues, étang, ruisseau:** Maison avec de grandes pièces, foyer, poêle à bois. Garage/atelier/studio 36 X 90. Beaucoup de possibilités! **589 000 \$**

**John Boudreau, c.i.a.**  
(450) 531-5252 et  
**Beverly de Winter, c.i.** (450) 405-6866



**Nouveau Prix!** Trésor de West-Brome. Maison de 2 étages restaurée avec goût surplombant un ruisseau pittoresque. Grande addition avec le charme et le caractère originaux. **300 000 \$** (8538162)

**Lilian Sharko, c.i.** (450) 405-7512  
**Reginald Gauthier, c.i.a.**  
(450) 531-3652



**Unique:** Domaine privé et paisible! Bien construite, la spacieuse maison principale surplombe un étang baignable limpide 100'x300' et un beau ruisseau, serre. Plan à aire ouverte. Sous-sol au rez-de-jardin. **995 000 \$** (9546801)

**Lilian Sharko, c.i.** (450) 405-7512  
**Reginald Gauthier, c.i.a.**  
(450) 531-3652



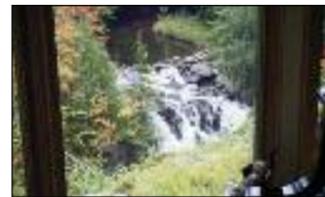
**Une oeuvre d'art!** Maison en bois rond à poutres et poteaux nichée sur 30 acres privés, sur un chemin de campagne paisible. Grandes pièces, plafonds hauts, foyer, 4 càc, 3 sdb. **895 000 \$** (15420399)

**Lilian Sharko, c.i.** (450) 405-7512  
**Reginald Gauthier, c.i.a.**  
(450) 531-3652



**Entièrement rénové:** en 1990+/-, ce confortable plain-pied est pour vous! Entretenu avec soin. Sous-sol complètement aménagé, garage détaché avec appartement à l'étage, jardins de vivaces, grande terrasse. **369 000 \$** (24692814)

**Lilian Sharko, c.i.** (450) 405-7512  
**Reginald Gauthier, c.i.a.**  
(450) 531-3652



**Une occasion très rare à Sutton:** Véritable parc faunique de 172 acres, forêt impeccable, ruisseaux, cascades, canyons, 4 étangs, 2 plages & des km de sentiers. Ce domaine comprend 2 maisons et un grand garage. **2 600 000 \$** (9677164)

**Manon Legros, c.i.** (450) 405-2422  
**Anthony Thomson, c.i.**  
(450) 521-2878



**Sutton:** Votre domaine de rêve sur 260 acres avec vues panoramiques des montagnes, étang, grange, cabane à sucre et maison d'invités. Cette résidence 2010 conçue par un architecte vous éblouira! **2 660 000 \$** (8222150)

**Beverly de Winter, c.i.** (450) 405-6866  
**My Ván Robic, REB** (450) 538-0839



**Bord de ruisseau:** 5,6 acres zonés résidentiel avec une maison à aire ouverte, pièce sur pièce, 3 càc, 5 minutes de ski. Construisez des maisons supplémentaires! **565 000 \$** (10444888)

**Beverly de Winter, c.i.** (450) 405-6866



**4 acres et vue de montagne:** Grande famille? Projet de gîte touristique? 5 grandes càc, 6 sdb, à 10 minutes du ski, étang baignable, terrain bien aménagé. Une occasion pour toutes les saisons! **589 000 \$** (8674592)

**Beverly de Winter, c.i.** (450) 405-6866



**Dunham:** Superbe propriété située à Dunham sur 43 acres de terrain. Vue sur les montagnes, architecture à aires ouvertes. Excellent achat. **495 000 \$** (16035136)

**Rachel Taillon, c.i.a.**  
(514) 519-1741



**Bolton-Ouest:** Située sur les collines bucoliques de Bolton-Ouest, cette propriété presque entièrement rénovée en 2013, vous offre des vues spectaculaires du lac Brome. Site enchanteur sur 28 acres. **665 000 \$** (17268624)

**Rachel Taillon, c.i.a.**  
(514) 519-1741



**Potton:** Meublé et prêt pour ses nouveaux occupants. Propriété privée à seulement quelques min. d'Owl's Head et du lac Memphrémagog. Superbes vues des montagnes. Construite en 1969 et agrandie et rénovée en 1992. **239 000 \$** (9072836)

**Lilian Sharko, c.i.** (450) 405-7512  
**Reginald Gauthier, c.i.a.**  
(450) 531-3652