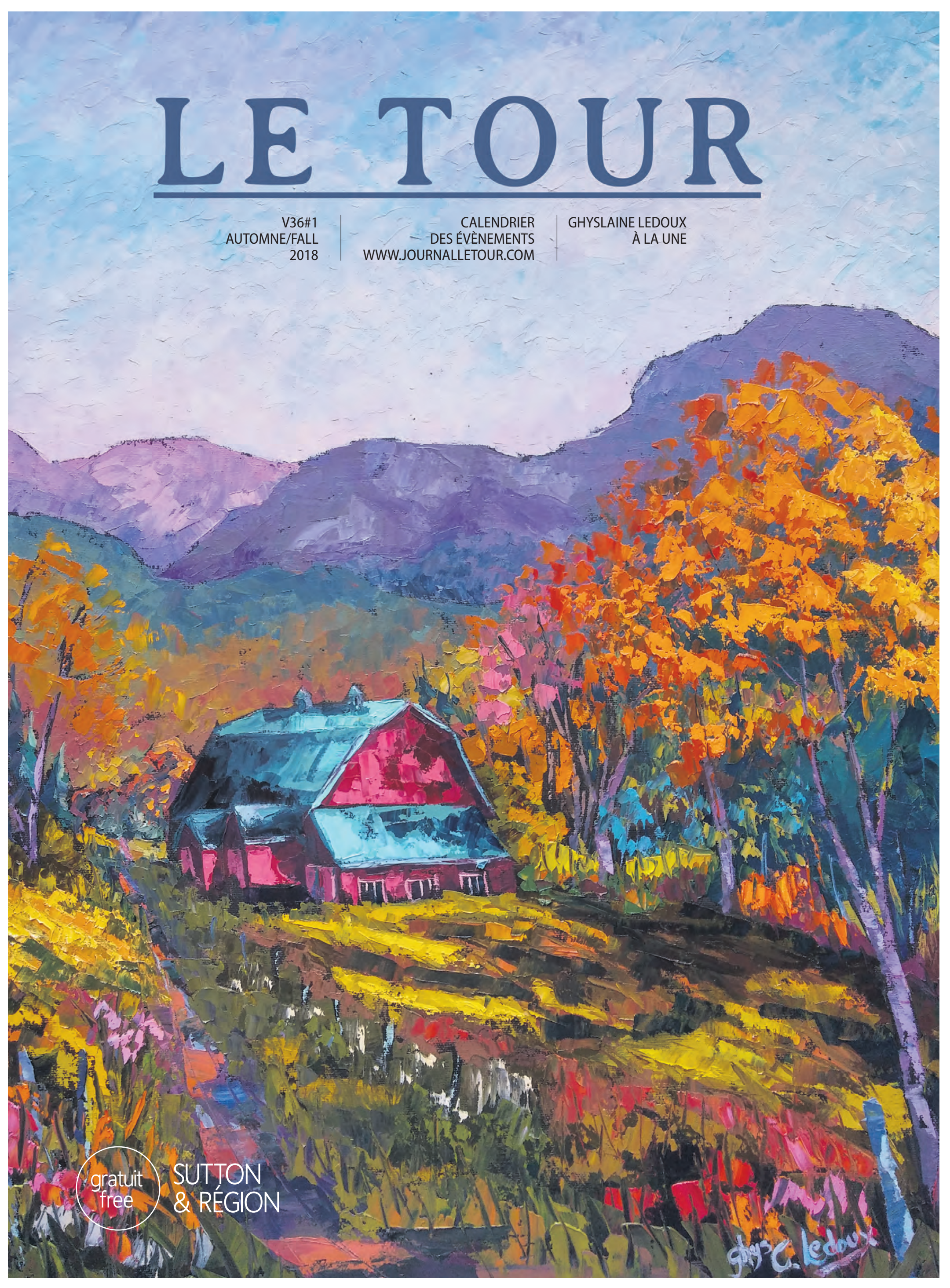


# LE TOUR

V36#1  
AUTOMNE/FALL  
2018

CALENDRIER  
DES ÉVÈNEMENTS  
[WWW.JOURNALLETOUR.COM](http://WWW.JOURNALLETOUR.COM)

GHYSLAINE LEDOUX  
À LA UNE



gratuit  
free

SUTTON  
& RÉGION

ghys C. Ledoux



# Advertisers' INDEX des annonceurs

Rubrique/Category	Entreprise/Business	Tél.	Page	Rubrique/Category	Entreprise/Business	Tél.	Page		
Activités, sports, loisirs, attraits	Brome Fair (foire agricole)	242-3976	9	Métiers, services professionnels	Aluminium Cardinal	521-2025	36		
	Centre L'Arc-en-Ciel (tarot géant, etc.)	538-0333	14		Antoine Lamothe Charpentes	538-0764	44		
	Club de gymnastique Les Hirondelles (cours)	775-4489	6		Bruno Poulin (spécialiste en chauffage d'appoint)	531-4742	42		
	École de Ballet Classique de Sutton	531-3315	11		Chenil Lac Brome Kennel	243-5587	34		
	Festival d'automne (Mont SUTTON)	538-2545	17		Denicourt arpenteurs	346-3096	42		
	Festival de Jazz	538-0486	5		DGE Électrique (maître électricien)	538-9999	42		
	Festival des Townshippers' Festival	voir site Internet	13		Dwayne McKenney (plomberie)	260-5655	42		
	Jacques Lajeunesse (cours de dessin et peinture)	298-5444	8		For.Éco (ingénieur forestier)	242-1366	26		
	Observatoire (Au Diable Vert)	538-5639	19		Informatique C.B. (vente, réparation, installation)	263-2384	21		
	Knowlton Literary Festival	voir annonce	13		Migué et Fournier Arpenteurs	263-5252	27		
	Les Rochers Bleus (golf, resto et auberge)	538-2324	27		Monique Picard (cours de chant)	538-0045	26		
	Portes Ouvertes des Artistes	248-4278	6		Mont Minou (auberge pour chats)	538-0718	30		
	Sutton en Blues	538-0037	7		Merveilleux Mouvements Autonomes (MMA)	514-973-9066	34		
	Wow Freli Alpacas (visites guidées et boutique)	514-232-6021	15		Paul Santerre (bois de chauffage)	204-3574	26		
	Alimentation/Food	Au Cœur de la Pomme (autocueillette et boutique)	298-5319		29	Plomberie Gaëtan Goyette	538-3210	44	
		Au Naturel (aliments naturels)	538-3720		4	R3 Production (transfert sur DVD)	266-4548	41	
		Boulangerie Abercorn Bakery	538-6453		31	Vétérinaires Mountainview	263-6460	30	
		Canards Lac Brome (boutique gourmet)	242-3825		35	Virginie Catenne (design d'intérieur)	538-0922	27	
		Chez Matis (traiteur à Sutton)	538-6444		31	Services funéraires	Désourdy salons funéraires	263-1212	27
		Cuisinière de famille (Marie-France Herbuté)	voir site Internet		28		Construction/rénovation	Alexandre L'Écuyer	522-6601
Dépanneur Boni-Soir		538-2337	31	Côté & frères Excavation	525-0940			42	
Domaine de Dunham (verger, cidrerie & vinaigrerie)		295-1155	29	Courvoisier Construction	521-7405			26	
IGA Després Sutton (épicerie)		538-2211	32	GPS Construction	1-866-477-6940			26	
La Mîe Bretonne (boulangerie artisanale)		955-1500	28	KYO Habitations	1-855-768-8737	36			
La Rumeur Affamée Sutton (épicerie fine)		538-1888	12	Plomberie Goyer	263-2226	45			
La Valse des Pains		538-2323	4	Légal	Juricompas (Josée Carpentier, avocate fiscaliste)	306-1316	32		
Les Jardins de la Colline		263-5997	4		Marcel Tétrault (notaire)	538-3577	43		
Pierre Pettigrew (Miel, produits de l'érable, etc.)		298-5451	29	Architectes	Atelier A. Bellavance	534-1616	27		
Pur Animal (alimentation pour animaux, etc.)		263-3030	30		Atelier Johanne Béland	538-0605	41		
Simon Riel (apiculteur)		538-2970	31		EBA Architectes	579-436-8868	27		
Vignoble Bresee (vin et viande de bœuf)		538-3303	7	Immobilier/ Real estate	Céline Charbonneau (Agence immobilière Sutton)	538-1881	45		
Vignoble Domaine du Ridge		450-248-3987	16		Coldbrook	242-1166	47		
Assurances, services financiers		Annie Racicot (CPA)	538-0097		11	Francine Champagne	538-4000	43	
		Groupe Drouin Gameau (RBC Dominion)	514 515-2339		44	Jean Lacroix (Remax)	578-4008	40	
	Monique Verreault (CPA)	538-3239	12		Jessica Brown (Coldbrook)	522-4755	41		
Boutiques Artisanat, art, déco	Atelier Bouffe (cadeaux et articles de cuisine)	538-2766	20		Johanne Bourgoin (Royal LePage)	357-4789	43		
	Atelier d'art Constantin	538-3758	34		John Boudreau (Coldbrook)	531-5252	41		
	Atelier Pluriel Singulier (atelier-boutique poterie)	248-3527	22		Luc Giguère (Remax)	531-5886	45		
	Espace Mosaïk (mobilier exclusif)	522-0844	6		Mélanie Legault (Agence immobilière Sutton)	538-1881	45		
	Galerie Art Libre	538-6660	22		Nadja-Maria Daveluy (Remax)	525-3914	40		
	Galerie Art Plus	521-3189	20		Royal LePage Action	538-3800	48		
	JazzArt Bazar (galerie)	514-754-2809	22		Sébastien Kaempf (Remax)	522-6125	43		
	Les Imagiers (galerie d'art)	538-1771	21		Sotheby's International	577-0272	46		
	Les Stores Inc	538-5151	45		Sylvie Houde (Remax)	298-1111	45		
	Mont-Tricot (tout pour le tricot)	538-8040	12		Todd Chabot (Remax)	577-1737	43		
	Susan Keays Kréations (sacs artisanaux)	295-2792	22	Villas des Monts (résidence pour personnes âgées)	538-1291	43			
	Vert Partout (objets, déco)	538-8378	31	Restaurants avec licence	Aux 2 Clochers	298-5086	15		
	Fleurs, arbres, paysagement	Au cœur des saisons (fleuriste & déco)	538-0388		22	Le Cafetier	538-7333	32	
		Dubois aménagements (aménagements paysagers)	242-1992		37	Le Comptoir du marchand de thé	538-2002	26	
		Fleurissima (créations florales)	776-0899		23	Sultan	579-436-8155	37	
	GraminiForme (paysagiste, consultante horticole)	522-0650	31		Tartin'izza Café	538-5067	37		
	Les entreprises Guitim (mini-excavation)	538-3210	44	avec licence de bar	À La Fontaine	538-3045	9		
Pépinières SG	578-1411	36	Microbrasserie À L'Abordage		538-8338	20			
Plantation des frontières	248-3575	26	Pub Mocado		538-2426	31			
Livres	No Bar Code (reliure, etc.)	514 570-8913	13	Santé, soins personnels/ Health care	Catherine Ferron (acupuncture)	538-6371	31		
Vêtements, mode/Fashion, etc.	Boutique Nath'Elle	538-0292	2		Clinique de physiothérapie Amy Rogerson	579-438-8484	10		
	Braut Chaussures et Vêtements	263-2480	21		Concept Touche Finale (manucure, pédicure)	538-2222	34		
	Escapade (chaussures, etc.)	579-436-8555	8		Passion Herbale (produits corporels naturels)	204-5917	11		
	Urbaine des Champs (designers québécois et plus)	538-2573	8		Mieux-Être Sutton (groupe de professionnels)	voir annonce	38-39		
Sports	Boutique Expérience Sutton	538-2545	5	Pharmacie Brunet	538-0055	28			
Hébergement/ Lodging	Gîte Vert le Mont	538-3227	3	Coiffure/ Hairdressers	Studio Zone Coiffure	531-9244	3		
	Les Caprices de Victoria	538-1551	3		Véhicules, accessoires	Auto-Place (entretien, pneus)	538-2236	30	
Avec/ With restauration	Auberge des Appalaches (Sutton)	538 5799	7	André Marois & Fils (débosselage, peinture)		539-3433	30		
	Auberge des Trois Érables (Pigeon Hill)	248-3715	7	Groupe Guy St-Louis (Occasion Cowansville)		263-8888	33		
	Auberge du Notaire	579-436-8666	27	Mécaniciens Famille Morse (entretien)		538-2308	30		
	Auberge Sutton Brouère	538-0005	18						
	Auberge West Brome	266-7552	14						
	Le Pleasant Hotel & Café (Sutton)	538-6188	16						

## Boutique Nath'Elle

Vêtements mode pour la femme active, jeune ou plus âgée

2 à 20 ans, extra small à XXLlarge

- Point zéro
- French Dressing
- Alison Sheri
- Tricotto
- Frank Lyman
- Tribal
- Picadilly
- Dolcezza
- Lingerie Elita
- et plus

50% de rabais sur la collection été 2018



Ouvert 7 jours  
lundi au vendredi  
10h à 17h30  
sam 10h à 17h  
dim 12h à 17h

Samedi 25 août, 10h à 17h  
Un verre de vin vous sera offert pour célébrer le  
20<sup>e</sup> anniversaire  
de la boutique!



(450) 538-0292 • Une seule adresse : 22, rue Principale Nord, Sutton | Service de retouche / Dépôt de nettoyage à sec



## À vous qui aimez nos enfants...

Ce soir, je soupe avec une copine du primaire avec qui j'ai passé beaucoup de temps dans mon enfance, notamment sur les bancs d'école. Même si on ne se voit pas pendant de longues périodes, parfois des décennies, la joie de se retrouver est toujours aussi grande. Possiblement parce qu'on partage encore les mêmes racines, malgré la distance : des souvenirs d'école, des amis en commun, une époque, une communauté, un village.

Mes enfants sont nés ici, à Sutton. Ils font partie d'une petite communauté rurale où les gens se connaissent. Peu importe où ils vont au village, voire dans la région, il y a de fortes chances qu'ils s'y sentent à l'aise, qu'ils reconnaissent les endroits et les visages.

Avoir leur place dans l'écosystème environnant leur donne un sentiment de sécurité et de légitimité. Ce sentiment, ils l'ont cultivé à même la famille, mais beaucoup aussi dans les milieux qu'ils fréquentent depuis leur tendre enfance : garderie, école, parcs, cercles d'amis, etc. Pour nos enfants, ces milieux sont souvent des îlots où ils peuvent s'épanouir en toute sécurité. Ils y apprennent, entre autres, à mieux se connaître et à vivre en société.

En cette période de rentrée scolaire, j'ai envie de souligner combien nous sommes privilégiés d'avoir dans notre communauté, plein de gens passionnés, amoureux de la jeunesse. Ces gens contribuent grandement à la communauté et à la société. Leur rôle primordial dans le quotidien de nos enfants en font des acteurs-clés de leur réussite. Pour chacun de nous, il y a souvent un adulte qui a changé nos vies, qui a contribué à faire de nous les adultes que nous sommes.

Ces gens méritent toute notre reconnaissance. Donc, à tous les passionnés de l'enseignement et de la jeunesse, merci de croire en nos jeunes et de libérer leurs potentiels individuels et collectifs. Merci de croire en eux, en leurs rêves, de leur enseigner la persévérance, la tolérance, le respect et l'amour du travail bien fait. Merci pour votre dynamisme, votre disponibilité, votre don de soi, votre curiosité et votre compassion, qualités humaines essentielles. Merci de donner à nos enfants des outils et d'élargir leurs horizons et de nous épauler dans nos rôles de parent.

Comme le dit l'adage africain, « il faut tout un village pour élever un enfant. » À tous les adultes significatifs, toutes celles et tous ceux qui font la courte échelle à nos enfants pour qu'ils s'élèvent vers leurs rêves, merci!

Et bonne rentrée!

Geneviève Hébert

## To Those Who Help Us Raise Our Children

Tonight, I am having dinner with a childhood friend. No matter how many years we spend apart, we always have a jolly good time when we get together. Something to do with the roots we share, the very fabric that makes us who we are today: familiar faces and the fond memory of a village and a community.

My three children were born here in Sutton. They are part of a tiny rural community where everybody knows everybody. No matter where they go into the village, and to some degree in the area, they feel at ease because they recognize the people and places.

To have a place in the social ecosystem gives them a sense of security and legitimacy. This feeling originates from their home and family but it has been nurtured by the diverse environments in which they have been spending time since their early years: daycare, school, parks, social circles, etc. Most of the time, these places are islands where they can develop their sense of self as well as their social skills.

In this back-to-school period, I wanted to highlight how privileged we are to be surrounded by this community of youth-loving passionate people who greatly contribute to our community and society. Their essential roles make them key actors in the success of our children. Everyone has been touched or influenced by some significant adult outside of the family in their lives whether it is a teacher, a family friend or a dedicated volunteer.

These people deserve our gratitude. To all passionate teachers and friends who help us to raise our children, thank you! Thank you for believing in our youth and for cultivating their individual and collective potential. Thank you for believing in them and in their dreams and for teaching them kindness, respect, perseverance, tolerance and hard work. Thank you for your energy, your availability, your curiosity and your compassion - all essential human qualities. Thank you for giving our children the tools to broaden their horizons and for supporting us as parents.

The African adage says it well, "It takes a village to raise a child."

Happy back-to-school season!

Geneviève Hébert

### SOMMAIRE

Une montagne de bonbons	4
4 week-ends de Sutton Jazz	5
Bernice Sorge, aux Portes ouvertes des Artistes 2018	6
Nouvel événement : Art de Vivre Frelighsburg	6
17 <sup>e</sup> saison de Sutton en Blues	7
L'Auberge des Trois Érables	8
La magnifique histoire de l'Auberge À la Fontaine	9
Ça bouge à la Coop Gym Santé Sutton!	10
Bientôt 40 ans pour le PENS	10
S'entourer de nature pour une nuit	11
Du vélo de montagne jusqu'à la fin de l'automne!	11
Brome Lake Books	12
The Knowlton Literary Festival	13
A fresh take on age-old traditions: Townshippers Festival	13
Un bain de forêt	14
Le Projet Conception de Luce Fontaine	14
De patrimoine et de douceur	15
Domaine du Ridge	16
Bande dessinée	17
D'Arts et de Rêves	18
Le monotype, cet inconnu	18
À la Galerie Art Plus, on s'expose	20
Arts Sutton	21
Armand Vaillancourt à la galerie Art Libre	22
Un automne culturel tout en force et en couleurs	22
Ghyslaine Ledoux : la vivacité des couleurs	23
Calendrier régional	24
A haven for one and all	26
L'Auberge du Notaire	27
Les marchés publics de Brome-Missisquoi	28
Une journée à la Coop des Jardins de pied de céleri	28
La Ferme Selby : une jeune ferme éthique et prometteuse	29
Sur la toxicité et autres commentaires	30
L'abondance des Nues Mains	31
Action Réfugiés Sutton - Mission Accomplished	32
Les MMA - Passer par le corps pour rejoindre l'âme	34
Mystic Alligators	35
Chronique de l'OBVBM	36
Traiter la douleur par l'acupuncture	37
La femme oiseau et les étoiles - France Chevette	40
Sherman Young - 1928-2018	40
Then, out of nowhere...	42
Le Centre John-Sleeth : un centre communautaire...	43
Un deuxième album pour le trio Perfect Perfect	44
Le pont international de Glen Sutton	45

Publié par 9315-5513 Québec inc.  
C.P. 810, Sutton, Québec, JOE 2K0 450 204-6219  
info@journalletour.com • www.journalletour.com  
www.facebook.com/journalletour

**Abonnement annuel / yearly subscription**  
20 \$ pour 4 numéros, expédiés par la poste

**Éditrice et rédactrice en chef**  
Geneviève Hébert

#### Collaborateurs

Liane Bruneau, Leslie Carbonneau, Chloé Chagnon, Frédéric Chouinard, Micheline Côté, Heather A. Darch, Christine Doyon, Corine Duchesne, Lu Emanuel, Olivia Enns, Luc Giguère, Simon Goulet, Nora Hamdi, Geneviève Hébert, Janna Hubacek, Daniel Laguitton, Stanley Lake, Richard Leclerc, Anne Lecours, Joanne Leduc, Louis Lefebvre, Léia LeMaistre, Michèle Lepage, Noël Masseau, Robert Ménard, Jeanne Morazain, Brigitte Normandin, Kendra Parnell, Rob Paterson, Pierre Pelland, Sanders Pineaut, Annie Rouleau, Jay Sames, Ève Sano-Gélinas, Jean Sicotte, Anne-Sophie Tardif, Julie Turgeon, Peter Turner.

#### Administration

Geneviève Hébert

#### Correctrices d'épreuves

Geneviève Hébert, Paule Lorin,  
Sandra Prévost, Gussy Turner

#### Ventes

Geneviève Hébert  
Louise Charbonneau

#### Graphisme et montage

Louise Charbonneau

#### Impression

Transcontinental

**Dépôt légal :** Bibliothèques nationales  
du Québec et du Canada ISSN : 1493-0196



**LES CAPRICES de Victoria**  
BED & BREAKFAST

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

**Pour nos forfaits ou autres, consultez notre site Internet**

63, Principale Nord, Sutton  
450 538-1551  
b.b@capricesdevictoria.qc.ca  
www.capricesdevictoria.qc.ca

**COIFFURE STUDIO ZONE**

**PRODUITS BIOLAGE D'ORIGINE NATURELLE DE 70% À 100%**

58 PRINCIPALE N. SUTTON  
les salons greencircle 450.531.9244

**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
- \* Idéal pour voyageurs, petits groupes et amis en visite
- \* Accueil chaleureux
- \* Forfaits plein air, vélo, randonnée et kayak

www.bbsutton.com  
18, rue Maple, Sutton, 450 538-3227



# Une montagne de bonbons

Pour son dixième anniversaire, le jeune Adam reçut de sa grand-mère un sac de 50 bonbons et une jolie carte sur laquelle elle lui promettait d'ajouter chaque soir un bonbon dans le sac jusqu'à son vingtième anniversaire.

Adam était aux anges et, comme Perrette dans *La laitière et le pot au lait*, il calcula combien de bonbons il recevrait en tout de sa grand-mère. Aux 50 reçus le jour même, il ajouta donc 10 fois 365 (le concept d'année bissextile lui échappait encore), ce qui faisait une alléchante montagne de 3700 bonbons! Il n'hésita donc pas à en manger 10 le jour même, et 5 autres le lendemain. En ayant encore mangé 5 le surlendemain, il s'inquiéta de voir sa réserve diminuer et prit la difficile résolution de se limiter à 2 bonbons par jour.

Nous étions à la fin de l'année scolaire et la semaine suivante Adam reçut le premier prix en arithmétique. Pour marquer l'occasion, il fit une exception et mangea 5 bonbons. Le lendemain, son meilleur ami vint lui faire ses adieux, car ses parents déménageaient outre-mer. Le cœur lourd, il se consola en croquant 5 autres bonbons, puis il reprit l'habitude de se limiter à 2 bonbons par jour.

Vingt-huit jours après le dixième anniversaire d'Adam, sa grand-mère qui avait montré des signes de fatigue mourut soudainement. Ce soir-là, il s'aperçut qu'il ne restait qu'un seul bonbon dans le sac.

Lecteur vigilant qui auras peut-être vérifié que  $50 - 10 - 4 \times 5 - 23 \times 2 + 27 = 1$ , tu auras aussi compris que pour pouvoir continuer à manger deux bonbons par jour jusqu'à ses vingt ans, il eut fallu à Adam au moins deux grand-mères immortelles.

On sait aujourd'hui que, pour que l'humanité puisse continuer à puiser au rythme actuel dans les ressources de la Terre, il lui faudrait presque deux planètes, et cinq pour vivre comme dans la plupart des pays dits « développés ».

En moins de trois siècles, l'ère industrielle a provoqué chez les humains une dépendance chronique aux biens matériels et à certains comportements pris pour acquis et normaux en dépit des conséquences désastreuses qu'ils ont sur la santé de la Terre et donc aussi, à plus ou moins long terme, sur celle des humains.



Crédit photo : Daniel Laguitton

« Assuétude » (du latin *assuetudo* = habitude) est le nom peu usité en français du type de dépendances souvent désigné par l'anglais « addiction ». Les assuétudes se traduisent par des comportements compulsifs (consommation d'alcool, de drogue, activités physiques ou mentales obsessionnelles, etc.) et deviennent rapidement des piliers essentiels pour un mental fragile. S'en défaire est donc une transition délicate, et tenter de mettre fin à une dépendance chez un tiers sera très souvent perçu comme une atteinte à sa liberté. La liberté en question est évidemment illusoire puisque l'assuétude est définie comme une perte de la liberté de ne pas poser le geste habituel sur lequel elle repose. D'où l'importance de se poser de temps à autre la question : « À quelles habitudes ai-je perdu la liberté de renoncer ? »

Y répondre par un trop facile « si je voulais, je pourrais » est une dérobade, car ce n'est qu'une fois au pied du mur que l'on s'aperçoit qu'il est plus haut qu'on ne le pensait. En moyenne, il faut au moins 28 jours d'efforts soutenus et conscients pour se libérer individuellement d'une habitude et ce n'est pas par hasard que la plupart des programmes en résidence pour le traitement des dépendances durent précisément 28 jours.

La planète tout entière est aujourd'hui affectée dans ses mécanismes les plus profonds par l'impact des assuétudes développées durant l'ère industrielle. Chaque jour, une centaine d'espèces végétales ou animales disparaissent à jamais de la biosphère; le sol, l'eau et l'air sont contaminés à l'échelle planétaire et, même si l'humanité disparaissait, il faudrait des siècles à la Terre

pour guérir. Par exemple, le site contaminé de la centrale de Chernobyl restera inhabitable pendant au moins 20 000 ans! Construits pour être utiles aux humains pendant 40 ans alors qu'ils produisent des déchets qui resteront dangereux pendant des millénaires, les réacteurs nucléaires passeront certainement à l'histoire comme des monuments d'absurdité.

Fin 2017, la revue *BioScience* publiait un manifeste signé par 15 364 scientifiques de 184 pays et intitulé *Alerte des scientifiques du monde à l'humanité : un deuxième avis*. On y lit notamment ceci : « *Nous avons en outre déclenché un phénomène d'extinction de masse, le sixième en 540 millions d'années environ, au terme duquel de nombreuses formes de vie pourraient disparaître totalement, ou en tout cas se trouver au bord de l'extinction d'ici à la fin du siècle* ».

Cause toujours, mon lapin!

La bonne nouvelle est qu'il est possible de retrouver collectivement la liberté concédée aux habitudes de l'ère industrielle, la mauvaise nouvelle est que, parmi toutes les avenues possibles, celle qui devient de plus en plus probable est « une crise planétaire majeure ».

Souvenons-nous de 2008 avec ses PDG de l'industrie automobile arrivant à Washington et à Ottawa la mine basse, égrainant des promesses de virage écologique et mendiant des centaines de milliards de dollars de fonds publics. Souvenons-nous aussi des promesses des gouvernements de l'époque d'encadrer le système financier irresponsable qui avait précipité la crise. Dix ans plus tard, le marché des véhicules utilitaires sport est plus fort que jamais et les mesures d'encadrement du système financier sont au rancard. La récréation bat de nouveau son plein dans les officines de la finance et les PDG mendiants d'hier empochent à qui mieux mieux des primes indécentes. La crise de 2008 n'a donc pas suffi et les alertes lancées par les scientifiques du monde entier suscitent bien moins d'intérêt que les matchs de football ou de hockey.

Deux suggestions pour conclure : « Il faut prendre très tôt de bonnes habitudes, surtout celle de savoir changer souvent et facilement d'habitudes » (Pierre Reverdy) et « N'accuse pas la mer, à ton second naufrage » (Publilius Syrus).

Daniel Laguitton

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  
Suppléments and vitamines  
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

**Les Jardins de la Colline**

Ici on ne vend que du bonheur...

Les fruits et légumes du jardin sont en abondance, toujours frais!

La viande locale est très savoureuse et nous avons un très grand choix de saucisses.

Aller aux Jardins de la Colline, c'est manger local

- Pâtés à l'agneau, au boeuf braisé, indien, mexicain, au poulet, à la dinde, aux lentilles, et au saumon
- Marinades (37 variétés)
- Confiture (28 variétés)
- Variété de vinaigres et vinaigrettes
- Produits du Saucisson Vaudois
- Producteurs locaux (agneau, boeuf, porc, saucisses de porc sans gluten, dinde, veau, poulet de grain, lapin et truite)
- Paniers cadeaux pour toutes occasions
- Produits du terroir
- Gâteaux variés
- Tartes et autres pâtisseries
- Quiches (plusieurs variétés)
- Tourtières à la viande, au canard, au millet et du Lac St-Jean

Tapis natté comme autrefois

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.

la valse des pains inc.

**Venez voir nos spéciaux d'automne!**  
**Come see our Fall specials!**

Surveillez l'arrivée de nos sacs éthiques 100% coton faits par Petites-Mains, entreprise d'insertion pour femmes de Montréal.

**Keep an eye out for our 100% cotton ethical bags coming in September!**

Jusqu'au 3 septembre, ouvert du mercredi au lundi, de 6h à 16h  
À partir du 5, ouvert du mercredi au dimanche, mêmes heures

12, rue Dépôt, Sutton  
450 538-2323



## 4 week-ends de Sutton Jazz



Stanley Lake, musicien et directeur artistique de Sutton Jazz. Photo : Claude Dagenais

Avec 27 spectacles gratuits présentés dans plusieurs endroits à Sutton (restaurants, auberges et au Mont SUTTON), ainsi que quatre concerts payants à la Salle Alec et Gérard Pelletier, la 17e édition de Sutton Jazz promet aux amateurs une merveilleuse variété de styles et de talents musicaux.

Le 15 septembre, un hommage aux frères Adderly et à Nancy Wilson sera présenté par une formation composée de talents locaux, dont Almut Ellinghaus, Marc Bolduc et Michael Hynes. Ce sextet proposera le son unique des années 60 et du « West Coast Jazz ».

Le 22 septembre, deux géants du jazz montréalais, Yannick Rieu (saxophone soprano) et Yves Léveillé (piano) présenteront leurs compositions et vous feront vibrer grâce à leur talent d'improvisateur très interactif. La nature même du jazz dicte que nous devrions toujours vous surprendre et vous amener dans des paysages sonores insoupçonnés. Yannick Rieu et Yves Léveillé, deux musiciens exceptionnels, répondent avec éloquence à cet impératif avec une série de dialogues nuancés qui vous racontent des histoires captivantes.

Le 29 septembre, grâce au soutien d'une bourse de l'Institut culturel italien, Luca Ciarla présentera son

fascinant one man show. Luca Ciarla redéfinit les frontières du Violon Jazz 2.0! Dans ce paysage débridé, rempli d'imagination, Luca chante, siffle, joue d'autres instruments et fait évoluer constamment la musique vers un étonnant ensemble de jazz... en solo!

Enfin, le 6 octobre, SuperNova 4 vous invite à un voyage jazz des plus lumineux. Jean Derome (sax et flûte), Normand Guilbeault (basse) et Pierre Tanguay (batterie) font équipe avec le pianiste et compositeur suisse Félix Stüssi (piano) et vous feront franchir le mur du son de leurs galaxies musicales.

Une fois de plus, le Mont Sutton commanditera cinq spectacles de jazz, tous les dimanches de 13 h à 15 h à la station de ski, en plein festival d'automne! La Rumeur affamée accueillera le groupe Homebrew Dixieland Band tous les samedis, de 11 h à 13 h. Les autres événements gratuits seront présentés dans les restaurants suivants : À la Fontaine, Auberge Le Havre Sutton, Auberge Sutton Brouërie, Hôtel Huttoopia, Le Cafetier, Le Pleasant et Tartinizza.

Visitez [suttonjazz.com](http://suttonjazz.com) pour tous les détails du festival qui a lieu du 15 septembre au 8 octobre.

Richard Leclerc et Stanley Lake

**Hommage à Julian Edwin "Cannonball" Adderley**  
15 sept.

**Projet Y<sup>2</sup>**  
Yannick Rieu & Yves Léveillé  
22 sept.

**Luca Ciarla Jazz Violon 2.0**  
29 sept.

**SuperNova 4**  
6 oct.

**SALLE ALEC & GÉRARD PELLETIER** 4C, rue Maple, Sutton • 450 538 0486  
**ACHETEZ EN LIGNE • SUTTONJAZZ.COM**  
Aussi plus de 25 spectacles gratuits

**SUTTON** Patrimoine canadien Canadian Heritage axion PUBLICI TERRE

**Purement Sutton**

**BOUTIQUE EXPERIENCE SUTTON**

**GRANDE VENTE D'AUTOMNE**

**ÉQUIPEZ-VOUS POUR LA SAISON!**

DANS LE CADRE DU FESTIVAL D'AUTOMNE DU MONT SUTTON

**ÉPARGNEZ JUSQU'À 60%**

[MONTSUTTON.COM](http://MONTSUTTON.COM)

LES MEILLEURS PRIX SUR LES MEILLEURES MARQUES, ÉCHANTILLONS, DÉMOS ET SURPLUS D'INVENTAIRES! SKIS, BOTTES, VÊTEMENTS, ACCESSOIRES, CASQUES, LUNETTES ET PLUS!



## PORTES OUVERTES DES ARTISTES 2018

du 5 au 8 octobre  
October 5<sup>th</sup> - 8<sup>th</sup>

Une adresse,  
**TRENTE** artistes  
One address,  
**THIRTY** artists

Bedford Lofts, 110 rue Rivière, Bedford, QC

 portesouvertesdesartistes

## Bernice Sorge, artiste invitée aux Portes Ouvertes des Artistes 2018

L'évènement Portes Ouvertes des Artistes qui aura lieu du 5 au 8 octobre prochain au Bedford-Lofts invite Bernice Sorge à présenter son travail afin de mieux faire connaître l'oeuvre de cette artiste régionale d'exception.

Bernice Sorge est une estampeuse, peintre et poète qui demeure à Dunham depuis 40 ans. Son studio, une vieille église rénovée située en plein coeur de la campagne de Dunham est un projet de vie. Elle est surtout connue pour ses estampes botaniques représentant les plantes sauvages du Québec, un projet qu'elle a entrepris en 1994. Sa collection, fondée sur une technique qu'elle a développée faisant usage des plantes comme matrices pour ses plaques d'impression, compte une centaine de plaques qui sont



Bernice Sorge à son studio

un registre des plantes pour les générations futures.

Bernice a exposé ses oeuvres à travers le monde : New York, Paris, Toronto, Halifax, Vancouver, Hiroshima, Tokyo et en 2006 à Damas et en Syrie sur l'invitation de l'ambassade canadienne.

Les Portes Ouvertes des Artistes, est une galerie d'art à votre portée, le temps du long week-end de l'Action de grâce! Quoi de mieux pour venir admirer le travail des artistes et artisans de la région! Pour plus d'informations, consultez la page Facebook : portesouvertesdesartistes.

Portes ouvertes des artistes  
Bedford-Lofts  
110 rue Rivière à Bedford

Joanne Leduc

## ESPACE mosaik MOBILIER EXCLUSIF



Vente de liquidation  
au village  
**TOUT À 50%**

Jusqu'au 3 septembre  
au 35, rue Principale Sud, Sutton

Ébénisterie sur mesure à Sutton  
Vente de bois "live edge"  
[www.espacemosaik.com](http://www.espacemosaik.com)  
RBQ # 8242-8798-55

Jean Prud'homme  
tel. 450.522.0844  
[jean@espacemosaik.com](mailto:jean@espacemosaik.com)



## Nouvel évènement



Le comité Art de Vivre Frelighsburg vise à mettre en valeur les talents du village et de la région en misant sur le caractère unique et la beauté exceptionnelle de Frelighsburg et de Bromo-Missisquoi dans tous les domaines : production agroalimentaire, artisanat, culture et autres savoir-faire.

Pour cette première édition, plusieurs activités sont au menu. Les artistes et artisans présenteront leurs oeuvres à l'église anglicane. Les producteurs agroalimentaires (vignerons, pomiculteurs et maraîchers) exposeront leurs produits du terroir au coeur du village et les leaders en foresterie donneront le coup d'envoi au premier Festival du bois d'exception de Frelighsburg.

Les visiteurs auront l'occasion de goûter aux nombreux produits du terroir et de faire leurs emplettes. D'autres producteurs accueilleront directement les visiteurs chez eux. La Société d'histoire et du patrimoine de Frelighsburg lancera une exposition mettant en valeur le village de Frelighsburg. Le Musée Missisquoi sera aussi sur place pour inviter les visiteurs à venir voir son exposition estivale portant sur la Rivière aux Brochets.

L'évènement aura lieu les 1<sup>er</sup> et 2 septembre 2018, de 10 h à 17 h, à l'église anglicane et au coeur du village de Frelighsburg.

Le Comité ART DE VIVRE FRELIGHSBURG



CLUB DE GYMNASTIQUE  
LES HIRONDELLES

Début des activités le 8 septembre 2018

Places limitées • Filles et garçons • Inscription à partir du 26 juillet

Dès que votre enfant marche, il peut être inscrit dans le cours parent-enfants.

Venez-vous amuser dans notre gym à Dunham sur nos barres, poutres, sol, table de saut et trampoline sans oublier notre fosse de cubes!

Inscription : [www.leshirondellesdegranby.com](http://www.leshirondellesdegranby.com) • Information : [info@hirondelles.ca](mailto:info@hirondelles.ca) ou 450 775-4489

## Joignez-vous à la grande famille des Hirondelles!

Venez apprendre à faire des flics, des vrilles, des backs et des roues sans main!





# 17<sup>e</sup> saison de Sutton en Blues

J'aurais tendance à dire : « Déjà ! » Après une année au milieu de plusieurs tempêtes, j'ai hâte à cette 17<sup>e</sup> saison avec son lot de musique médicinale pour l'âme.

Le festival commence en douceur par les folies harmonicistes de Guy Bélanger le 13 octobre. Guy continue de nous éblouir ; je ne sais plus combien de Lys Blues il s'est mérités, mais en 2014 et 2018, il a remporté le Maple Blues Awards dans la catégorie *Harmonica Player of the Year*.

Le 20 octobre, Sutton en Blues reçoit de la grande visite de New York : The Alexis P. Suter Band. De cette grande dame du blues américain, B.B. King a déjà dit : « Il est rare de partager la scène avec un grand talent tel que cette jeune femme. » Rencontrée au Festival Blues de Tremblant, elle a ému son public comme jamais. Émotions et frissons garantis.

Le 27 octobre, on attend Chris Antonik. Chris fait partie des talents torontois qui retiennent l'attention. Il livre son blues avec une passion sans retenue qui fait que l'on en veut encore plus et pour plus longtemps. Un guitariste exceptionnel que l'on compare à Eric Clapton, il est aussi un chanteur expressif et imaginaire. Son dernier album *Monarch* a ancré sa réputation en tant que bluesman.

Le 3 novembre, de retour parmi nous, David Vest, ce pianiste légendaire, originaire de l'Alabama, est devenu résident de Victoria lorsqu'il a vu dans la foule lors d'un concert une canadienne avec qui il est tombé en amour illico. Récipiendaire de 4 Maple Blues Awards dans la catégorie *Piano/Keyboard Player of the Year*, il n'arrête pas de nous épater avec sa verve et son jeu au piano.

La belle surprise de la saison, ce 10 novembre, est sans contredit *Bad Luck Woman & Her Misfortunes*. L'originalité



The Alexis P. Suter Band

qu'on retrouve dans le nom du groupe se transporte aussi dans leur jeu. Mené par Jaha Ravanfar, ce quartet fait revivre les chansons oubliées des grandes dames du blues des années 50 et 60 : Carmen Taylor, Ella Johnson, Big Maybelle et quelques classiques plus modernes de Etta James et Muddy Waters. Bref, le genre qui vous donnera le goût de danser toute la soirée.

Finalement, de retour parmi nous le 17 novembre, Jack de Keyzer. Ce dernier est récipiendaire de 2 Juno pour le meilleur album blues de l'année et de 7 Maple Blues Awards. En 2008, sur 15000 entrées, il gagnait le prix au *International Songwriting Competition* de Nashville. Voici ce qu'en pense nos voisins américains : « Possiblement le plus grand guitariste de blues et rock n'roll que le Canada ait vu. » (Blues Revue). Et de Bob Dylan : « Si Jack de Keyzer venait de New York, Chicago ou Los Angeles, il serait célèbre. »

Tous les spectacles ont lieu les samedis à 20 h 30 à l'Auberge des Appalaches. Voir les détails sur [suttonenblues.com](http://suttonenblues.com).

Jean Sicotte

17<sup>e</sup> EDITION

# Sutton en Blues

du 13 octobre au 17 novembre 2018  
[www.suttonenblues.com](http://www.suttonenblues.com)

Tous les spectacles à 20h30  
 All shows at 8:30pm

**Auberge des Appalaches**  
 234 Maple, Sutton

<p>13 OCTOBRE  <b>Guy Bélanger</b>                    MONTRÉAL                  Admission 35\$</p>	<p>20 OCTOBRE  <b>The Alexis P. Suter Band</b>                    NEW YORK                  Admission 40\$</p>	<p>27 OCTOBRE  <b>Chris Antonik</b>                    TORONTO                  Admission 30\$</p>
<p>3 NOVEMBRE  <b>David Vest</b>                    ALABAMA                  Admission 30\$</p>	<p>10 NOVEMBRE  <b>Bad Luck Woman &amp; Her Misfortunes</b>                    TORONTO                  Admission 30\$</p>	<p>17 NOVEMBRE  <b>Jack de Keyzer</b>                    TORONTO                  Admission 35\$</p>

Passeport série : 170\$ (nombre limité) / Series Passport : \$170 (limited number)  
 Forfaits blues/dodo disponibles à / Show packages available at:  
**AUBERGE DES APPALACHES**  
[www.auberge-appalaches.com](http://www.auberge-appalaches.com) • 450 538.5799 ou 1 877 533.5799

UNE RÉALISATION **Productions Kazou** [www.productionskazou.com](http://www.productionskazou.com)  
 The Blues Foundation

Fondation **Andy Kostuik** 450 538-0368  
**ROSEDALE**  
 Acoustic Québec  
 CONCEPT GRAPHIQUE **ibonjour**

## Auberge des Appalaches

**RESTAURANT**  
 Menu saisonnier

**RÉSERVATIONS APPRÉCIÉES**  
 Ouvert du jeudi au lundi soir  
**Atelier de mycologie** • samedi 29 septembre de 9h à 16h

**À 2 MIN. DU VILLAGE - DIRECTION MONT SUTTON**

234 Maple, Sutton • 450.538.5799  
[www.auberge-appalaches.com](http://www.auberge-appalaches.com)

## Auberge des trois érables

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

**Nouveau!**

**Restaurant**  
 Ouvert les vendredis, samedis,  
 dimanches et lundis soirs  
 sur réservation.  
 450 248-3715

Apportez votre vin

192, chemin des Érables, Saint-Armand

## VIGNOBLE DOMAINE BRESEE

Vente au détail • Vin et viande de boeuf

303 Draper Hill, Sutton (QC) JOE 2K0  
 450.538.3303  
[info@vignobledomainebresee.com](mailto:info@vignobledomainebresee.com)  
[WWW.VIGNOBLEDOMAINEBRESEE.COM](http://WWW.VIGNOBLEDOMAINEBRESEE.COM)  
 Rick Bresee c. 450.260.5555

Venez faire les vendanges avec nous les samedis 15, 22 et 29 septembre 2018





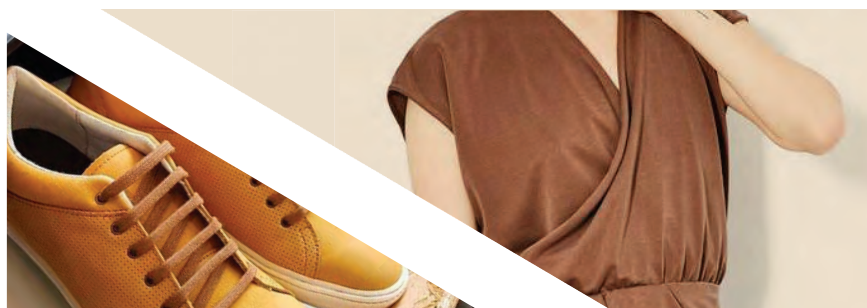
CHAUSSURES ET BOTTES POUR FEMME . HOMME . ENFANT  
 2 Principale Sud . Sutton . Québec . J0E 2K0 . 579-436-8555  
 info@boutiqueescapade.com  
 www.boutiqueescapade.com  
 @boutiqueescapade  
 boutiqueescapade



**URBAINE**  
des Champs



VÊTEMENTS DE CRÉATEURS QUÉBÉCOIS  
 HOMME . FEMME . ENFANT . CHAUSSURES . ACCESSOIRES  
 2 PRINCIPALE SUD . SUTTON . 450 . 538 . 2573  
 URBAINEDSCHAMPS@GMAIL.COM f urbaine.d  
 OUVERT TOUS LES JOURS



LE TOUR

## L'Auberge des Trois Érables



J'ai toujours eu un faible pour le hameau de Pigeon Hill qui fait maintenant partie de la municipalité de Saint-Armand. Au départ, je craquais pour ce charmant petit bled qu'on découvre presque inévitablement de façon impromptue où le temps semble s'arrêter. Avec le temps, j'y ai connu quelques âmes qui, chacune à leur tour, m'ont fait aimer chaque fois un peu plus ce chaleureux petit îlot de vie au milieu de terres agricoles anonymes.

La rencontre de Nathalie et Bernard n'a fait qu'ajouter à l'enchantement. Ces deux-là se connaissent depuis environ 40 ans, bien qu'il ne forme un couple que depuis 13 ans. C'est que Bernard, né près du Mont Saint-Michel, a longtemps travaillé dans les cuisines d'un restaurant du sud de la France appartenant aux parents de Nathalie. Comme il arrive souvent dans le monde de la restauration, la famille de Nathalie est un peu devenue sa deuxième famille. Un jour, alors qu'il les visitait, Bernard et Nathalie se sont retrouvés, tous deux célibataires... Ils ont fini par caresser le rêve commun d'ouvrir une petite auberge et Bernard a su convaincre Nathalie de venir le retrouver au Québec où vivaient ses enfants. Pendant deux ans, ils ont cherché une maison pour réaliser leur rêve, sans succès. Puis, un jour, Bernard se trouvait chez un ami à Pigeon Hill quand il a intercepté une conversation sur une maison à vendre...

Comme la maison datait des années 1840, le projet était de taille. Ils ont mis sept ans à « désosser » la maison, entre autres, pour la réisoler. Un travail de moine. De plus, ils ont amoureusement récupéré tout ce qui

pouvait l'être. L'auberge de trois chambres a donc ouvert ses portes au mois de septembre 2016 et le resto, en mars 2017.

Au restaurant de l'auberge, Bernard met le même soin à choisir ses ingrédients qu'il a mis à rénover sa maison. On a affaire à une cuisine de saison, locale autant que possible. Ici, seuls les poissons et fruits de la mer issus de la pêche écoresponsable ont leur place dans l'assiette. Tout est fait à la main et cuit à la minute. Toutes les fleurs et les herbes viennent du jardin. Cet automne, gardez l'œil ouvert pour les pétales de glaïeuls avec ceviche de pétoncles. Du gibier sera également au menu. Bernard n'est pas très dessert, mais ne manquez pas ses pruneaux marinés dans le vin servis avec crème fouettée sans sucre qui m'ont littéralement fait revivre le sud de la France.

Notez que la table d'hôte 4 services change environ tous les 15 jours (surveillez leur page Facebook pour vous mettre l'eau à la bouche). Certains plats restent, comme la cassolette de moules à l'effiloché de poireau, car ses clients lui interdisent de l'enlever du menu! Il faut bien sûr réserver à l'avance, puisqu'il n'y a que 14 places, 16 lorsqu'il s'agit d'un groupe. Le restaurant est ouvert les vendredi, samedi, dimanche et lundi à partir de 18 h et n'offre qu'un seul service. Là-dessus, Bernard est ferme : « je suis contre l'addition sur la table quand les clients ont fini de manger. » Et il précise, « on ne fait pas ça pour être riche, mais pour le plaisir. Et un peu pour vivre aussi... » Et n'oubliez surtout pas d'apporter votre vin!

Geneviève Hébert

**COURS DE DESSIN ET PEINTURE**  
**ATELIER JACQUES LAJEUNESSE**  
 À partir de mi-septembre • Frelighsburg  
 450.298.5444  
 Infos : [www.jacqueslajeunesse.com](http://www.jacqueslajeunesse.com)



# L'Auberge À la Fontaine : 40 ans d'histoire!

Jeune et fringant, Lionel Demontis débarque au Québec depuis sa ville natale de Versailles en France en mars 1975. L'accompagne avec lui, ses économies, ses diverses expériences en hôtellerie et son désir ardent d'une nouvelle vie au Québec.

Après un passage de trois ans dans la ville de Québec et une rencontre avec Ninon, qui deviendra son épouse, sa partenaire en affaires et la future mère de leurs deux enfants, Lionel met le cap sur les Cantons-de-l'Est, plus précisément sur l'embryonnaire village touristique de Sutton en août 1978.

Ensemble, ils achètent ce qui constitue encore aujourd'hui le plus vieil édifice en briques de Sutton. Aussitôt, ils se mettent à la tâche et convertissent cette superbe résidence en auberge offrant gîte et nourriture. L'Auberge À La Fontaine allait devenir le premier resto de cuisine française authentique à Sutton.

Cela n'allait pas sans causer une certaine inquiétude auprès des gens de la place. Les débuts auront été tout sauf faciles. Ils font vivre aux Suttonnais les premières expériences avec : espressos, ris de veau, rognons, cervelle au beurre noir, service au guéridon (plats apprêtés devant le client). Ils doivent aussi ajuster les prix, pas tout à fait au diapason avec les sources de revenus locales. Il ne faut pas oublier qu'en 1978, la saison touristique à Sutton est de courte durée.

Les années passent et l'entreprise de Ninon et Lionel devient une affaire de famille. Tanguy, le premier né et sa sœur Audrey auront vite fait de participer aux différentes tâches du restaurant et de l'auberge.

Puis en 1981, ils inaugurent une des premières terrasses au village. En 1983, on agrandit la terrasse et le bâtiment. En 1990 débute le service du midi qui deviendra vite populaire.

Le resto de la famille Demontis devient de plus en



Lionel Demontis - Crédit photo : Luc Giguère

plus achalandé. Déjà, les plus fidèles clients ne se rendent plus à la Fontaine, mais plutôt chez Lionel, signe d'acceptation totale.

Lionel Demontis est nul doute la figure dominante du commerce. Tout comme au 19<sup>e</sup> et au 20<sup>e</sup> siècle lorsque Sutton était composé d'un magasin général, d'une forgerie et d'une fontaine pour abreuver chevaux et diligences, Lionel, l'aubergiste, perpétue l'art ancien d'accueillir, d'héberger, de nourrir et d'abreuver tout en répondant aux besoins de ses clients modernes.

Les 40 ans de services attentionnés prodigués à l'Auberge méritent d'être soulignés en grand. Pour se faire, Lionel nous réserve une jolie surprise pour cet automne. Quant au futur, Lionel le laisse venir et s'emploie à faire ce qu'il sait faire le mieux ; servir ses clients. Longue vie et bonheur à la famille Demontis.

«À la Fontaine... il y a longtemps que l'on vous aime».

Luc Giguère

**40 ANS**

**RESTAURANT BAR**  
**CUISINE FRANÇAISE**  
TERRASSE CHAUFFÉE  
*SPÉCIAUX DU MIDI 11<sup>95</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

**Location hotel-condo refait à neuf pour 4 personnes à la journée ou à la semaine. Voir page Facebook pour photos.**

*Lionel et Ninon Demontis*  
30 PRINCIPALE SUD, SUTTON 538-3045  
lionel.demontis@outlook.ca  
f Restaurant à La Fontaine

**August 31, Sept. 1, 2 & 3 2018**

**31 août, 1, 2 et 3 sept. 2018**

**FREE GRANDSTAND SHOWS**  
**SPECTACLES GRATUITS**

**Barn Dance Friday at 8pm**  
.....  
**Pari-mutuel horse racing on Monday at 1pm**

**Information:**  
**web site: www.bromefair.com**  
**Email: info@bromefair.com**  
**Tel.: (450) 242-3976**

**Fun for all the Family!**  
**Plaisir pour tous !**

- Free Rides & Attractions/Manèges gratuits
- Truck pull/Tirs de camions
- Petting zoo/Mini Zoo - Pony rides/Tours de poney
- Exposition of farm animals/Animaux de ferme
- Youth talent shows/Compétition de talents jeunesse
- Agro-Alimentaire • Agri-Zone (educational display)



## Ça bouge à la Coop Gym Santé Sutton!



Mylène Paquette

Il y a du nouveau cet automne à la Coop! Dès le 4 septembre, profitez de notre grande variété de cours de groupe, dont les classiques Spinning, TRX, Femmes en formes, Étirements, HIT et Pilates, ainsi que les nouveautés : Pré-ski, Yoga, Entraînement mère-bébé et Activité physique et Parkinson. Kim Boudreau, notre entraîneuse, développe des programmes personnalisés pour les abonnements de 6 et 12 mois.

Dans le but de promouvoir de saines habitudes de vie auprès de notre population, la Coop proposera, une fois par mois, un essai de cours de groupe, ainsi qu'une conférence. Le jeudi 6 septembre, de 19 h à 20 h, venez apprivoiser le Parkinson et être en santé dans la maladie avec Christine Beaudoin. Cette conférence s'adresse à toute personne dont l'activité physique est limitée par une condition particulière, peu importe la condition (contribution volontaire). Le mardi 25 septembre, de 9 h 15 à 10 h 15, venez essayer gratuitement le TRX, cet entraînement fait avec le poids du corps qui donne de magnifiques résultats.

SE RASSEMBLER POUR UN SUTTON EN SANTÉ! Les 14 et 15 septembre 2018 au Mont SUTTON, pour sa 3<sup>e</sup> édition, la Coop vous a préparé tout un week-end d'activités! Le vendredi 14 septembre à 19 h au chalet du Mont SUTTON, venez entendre Mylène Paquette, qui a traversé l'océan Atlantique en solitaire en 2013. Mylène nous livrera son parcours « Un coup de rame à la fois! » et nous invitera à répondre aux différents défis avec créativité et dans un esprit d'initiative. Les billets sont en vente 25 \$ au Gym.

Le samedi 15 septembre dès 7 h au Mont SUTTON, nous accueillerons marcheurs et coureurs de tout âge qui relèveront le premier Défi Sutton Challenge, sous la présidence de madame Paquette! Notre objectif? Faire bouger 20 % de la population de Sutton, soit 800 personnes! 1 km enfants (gratuit pour les enfants de l'École de Sutton et les moins de 5 ans), 5 km course sur route, 5 km marche sur route, 5 km course en sentier, 10 km course sur route. Cadeau et lunch pour tous les participants. Les profits de l'événement seront partagés entre la Coop et les OSBL de Sutton et région qui auront inscrit une équipe. Les amateurs de marche et de course auront l'occasion de pratiquer leur sport favori et de profiter des activités du Festival des couleurs de Mont SUTTON. Inscriptions en ligne à [laplanner.events/evènements/defi-sutton/ou](http://laplanner.events/evènements/defi-sutton/ou) en personne au Gym.

Pour l'horaire des cours, consultez le site [coopgymsantésutton.com](http://coopgymsantésutton.com), appelez au 450-538-0313 ou passez nous voir au 50, rue Principale N. Prenez un abonnement avant le 30 septembre et bénéficiez d'un rabais de 15 %.

Toutes les occasions sont bonnes pour bouger!

Liane Bruneau

## Bientôt 40 ans pour le PENS

Issu d'une vision idéaliste et avant-gardiste, le Parc d'Environnement Naturel de Sutton (PENS) est au service de l'environnement et de la communauté de Sutton depuis près de 40 ans, son quarantième sera célébré en 2019. Ce qui était jadis une activité marginale pour profiter de la nature est devenu aujourd'hui un attrait récréotouristique majeur, répondant à la popularité croissante de la randonnée pédestre. Grâce à un investissement continu dans l'aménagement des sentiers et à la construction de structures connexes, le PENS a su tirer son épingle du jeu et se retrouve régulièrement au sommet de divers palmarès dans les revues nature et articles de journaux. Il est un pilier de l'économie locale pour le tourisme et l'immobilier.



Sentier parc Sutton - Minicamp

Étant un organisme à but non lucratif, son évolution et son rayonnement sont attribuables à l'ensemble des citoyens qui s'y impliquent en tant que bénévoles ou salariés. C'est pourquoi nous voulons nous doter d'une planification stratégique qui réponde aux besoins actuels et nous permette de relever de nouveaux défis afin de garantir sa pérennité. Nous amorcerons cette démarche dès la fin de l'été 2018.

Nous invitons la communauté à participer à cette planification qui va nous orienter pour la prochaine décennie. Le saviez-vous? Le PENS compte plus de 2000 membres, mais seulement quelques dizaines de personnes s'impliquent vraiment. Nous avons constaté que la professionnalisation a permis de relever la qualité des services, mais a réduit le niveau d'implication bénévole. La force d'un OBNL se trouve justement dans la mobilisation citoyenne et nous espérons que cette démarche va provoquer des échanges riches et fructueux.

Plusieurs questions se posent, notamment dans la tension dynamique entre protection/conservation de la nature et développement économique/récréotouristique. La pression pour développer économiquement étant forte, les domaines de la promotion,

de la sensibilisation et de la protection de la nature auraient été quelque peu délaissés. Plusieurs aspects de sa mission ont été laissés de côté pendant plus d'une décennie pour se consacrer exclusivement à la gestion de sentiers. Si on remonte aux orientations initiales, nous y trouvons : création d'un parc naturel, éducation et sensibilisation à la protection de l'environnement, gestion de sentiers... et promotion d'une gestion écologique des matières résiduelles (ce qui a contribué à l'implantation du recyclage du papier entre 1995 et 2000).

Puis il y a la question de comment s'identifier : sommes-nous une entreprise d'économie sociale, un groupe communautaire ou un organisme de bienfaisance et ces formes d'entreprises sont-elles compatibles? En tant que gestionnaire de sentiers

publics sur des terrains privés, quels rapports avons-nous avec ces propriétaires de terrains? À qui sont ces sentiers? À quoi doivent-ils servir? Sont-ils un bien marchand, maintenant que le plein air est devenu un secteur d'activité économique important ou un bien commun ayant d'abord des fonctions sociales et environnementales? Enfin, il y a la problématique de la surfréquentation durant certaines périodes, dans certains secteurs et l'intégration saine des chiens dans nos sentiers.

Comme vous voyez, il y a matière à beaucoup de réflexions et d'échanges d'idées. Les citoyens et visiteurs de Sutton ont la réputation d'avoir des préoccupations écologiques. Nous comptons sur leur implication dans notre planification stratégique. Nous vous remercions de l'intérêt que vous portez au PENS. Nous envisageons un autre 40 ans rempli de projets porteurs d'enthousiasme pour l'environnement. Pour rester à l'affût, visitez [parcsutton.com](http://parcsutton.com), abonnez-vous à nos envois courriel ou aimez notre page Facebook.

Simon Goulet  
Président du PENS



**AMYROGERSON**  
Physiothérapeute - Physiotherapist

- Physiothérapie sportive
- Réadaptation active
- Thérapie manuelle
- Sports physiotherapy
- Active rehabilitation
- Manual therapy



2-550, Ch Knowlton, Lac-Brome, Qc J0E 1V0 • 579 438-8484 • [sportphysio.knowlton@gmail.com](mailto:sportphysio.knowlton@gmail.com)
Karine Tcholkayan pht, Laurence Théorêt et Amy Rogerson pht  
membres de/members of l'Ordre professionnel de la physiothérapie du Québec



## S'entourer de nature pour une nuit



Il fait bon de décrocher, ne serait-ce que pour une seule nuit. Parfois, il n'en faut pas plus pour se ressourcer et retourner à ses occupations quotidiennes. Pas besoin de conduire pendant des heures pour s'évader et échapper à ses responsabilités. En effet, il est possible de se poser pour une ou plusieurs nuits au sommet du Mont SUTTON. Que ce soit en tente, dans un abri rustique ou encore en dortoir au Chalet Alt. 840 m, vous aurez une vue imprenable sur les Cantons-de-l'Est.

Pour arriver dans cette oasis de calme près de chez vous, vous devrez tout d'abord relever le défi de vous rendre au sommet en randonnée, depuis les sentiers du Parc d'environnement naturel de Sutton ou encore par les pistes de ski. Rien de mieux qu'un peu de cardio en plein air pour relaxer les muscles tendus avant une nuit sous les étoiles.

### Une nature qui s'embrase

Le sommet vous offrira une vue unique sur la belle région de Brome-Missisquoi et les États-Unis. Les journées les plus claires, peut-être réussirez-vous à apercevoir le mât du stade olympique! Vous pourrez d'ailleurs en profiter tous les jours jusqu'au 28 octobre (cependant, le chalet n'est pas accessible en semaine, sauf pour les groupes). Si vous y allez cet automne, vous aurez la chance de voir la nature s'embraser autour de vous lors des couchers de soleil. La luminosité d'une fin de journée automnale sature les couleurs et fait encore plus ressortir les rouges et orangés si présents dans la région.

### Des activités pour un week-end coloré

En plus de vous offrir une nuit en plein air pendant l'automne, passez au Festival d'automne du Mont SUTTON avant de gravir le sommet! Tous les week-ends du 15 septembre au 14 octobre, le pied des pistes s'anime avec musiciens, balade en télésiège, bricolages, dégustation de vins, parcours d'obstacles et bien plus! Trouvez la programmation détaillée à [montsutton.com/automne](http://montsutton.com/automne). Pour le camping : [montsutton.com/camping](http://montsutton.com/camping).

Chloé Chagnon

Passion  Herbale

PRODUITS CORPORELS

100% NATURELS faits ici

579-436-8814  
10-3 RUE PRINCIPALE NORD, SUTTON  
[WWW.PASSIONHERBALE.CA](http://WWW.PASSIONHERBALE.CA)

## Du vélo de montagne jusqu'à la fin de l'automne!

L'été, il y a l'ombre et la fraîcheur des arbres le long des sentiers et l'automne, il y a le spectacle des couleurs. Pédaler en montagne, c'est toujours gagnant, peu importe la saison!

Le réseau restera ouvert tous les jours de 9 h à 17 h jusqu'au dimanche 4 novembre. Les seules exceptions sont les journées de pluie afin de limiter les dommages. Dans ce cas, vous pouvez vous informer en téléphonant au 450 538-2545, poste 234.



de nettoyer les sentiers existants, de compléter les travaux pour la création du mini *pump track* pour les jeunes, de la *Loop* pour les novices et finalement de la montée de la piste « M » qui joint le sommet du réseau. Beaucoup de travail, beaucoup d'efforts, mais quelle belle réussite! Et les « pioches » ne sont pas encore accrochées, car le travail continue.

Sur 20km de sentiers *double track* et *single track* de type *cross-country*, 30 % sont faciles, 50 % intermédiaires, 15 % difficiles et 5 % très difficiles. Aux adultes aventureux se joignent les jeunes qui apprécient rouler à travers le *pump track*, le parc d'habiletés ou suivre les cours d'initiation avant de se lancer dans les sentiers.

L'accueil, le stationnement, la billetterie, le départ des sentiers, le parc d'habiletés, l'aire de nettoyage des vélos, les services et la location de vélos se trouvent tous à la Boutique Expérience du Mont Sutton, au 671 Maple.

Parmi les nouvelles « mecques » de vélo de montagne, Plein air Sutton/MTB connaît, pour sa 2<sup>e</sup> saison, une croissance marquée. L'augmentation des abonnements saisonniers et des billets journaliers démontre l'intérêt grandissant pour ce sport. Les adeptes sont de plus en plus nombreux sur les sentiers dont plus de 90 % sont à l'ombre, dans une magnifique forêt centenaire.

Depuis la fonte des neiges, l'équipe de bénévoles « Les têtes de pioches » est à pied d'oeuvre. Ensemble, ils ont entrepris le méga projet d'améliorer et agrandir le réseau,

Parmi les événements et activités, la course Marin Wildside Enduro, pour adultes et jeunes de 11 ans et plus, revient à Sutton le 23 septembre 2018.

Vous n'avez pas de vélo de montagne? Osez essayer nos vélos de location! Pour plus d'information : [pleinairsutton.ca](http://pleinairsutton.ca) et [montsutton.com/activite/velo-de-montagne/](http://montsutton.com/activite/velo-de-montagne/).

Au plaisir de vous croiser sur nos sentiers!

L'équipe de Plein air Sutton/MTB

À LA RECHERCHE D'UNE COMPTABLE?



Annie Racicot CPA  
Comptable professionnelle agréée

- États financiers
- Déclarations d'impôts
- Services de consultation
- Tenue de livres

27-B rue Principale Nord  
Sutton, Qc, J0E 2K0  
(450) 538-0097  
[annie@annieracicotcpa.com](mailto:annie@annieracicotcpa.com)  
[www.annieracicotcpa.com](http://www.annieracicotcpa.com)



**INSCRIPTION**  
**2018-2019**  
pour tous les âges et niveaux de formation

© 450-531-3315 [www.balletsutton.com](http://www.balletsutton.com)





SUTTON  
mont tricot  
www.montricot.com

20-k, rue Principale N, Sutton · 450-538-8040

*Vous aimez la laine?  
L'endroit vous mettra à l'envers!*

SERVICES DE  
COMPTABILITÉ  
ET FINANCE

**Monique Verreault CPA Inc.**  
Société de comptable professionnel agréé

- Préparation d'impôts fédéral et provincial
- Fiducies et successions
- États financiers
- Planification financière

Expérience:

- 13 ans de comptabilité en entreprise
- 13 ans dans une firme comptable
- Haut niveau d'expertise
- Service bilingue
- Professionnalisme
- Service personnalisé
- Souci d'aider les entreprises à optimiser leur système comptable

8, rue Bellevue, Sutton, Qc J0E 2K0  
450 538-3239 Fax: 866 559-8214  
monique.verreault@moniqueverreault.com  
www.moniqueverreault.com

## Brome Lake Books

Brome Lake Books has been a cornerstone in Knowlton for 20 years. Its owners, Danny McAuley and Lucy Hoblyn, are pillars in the shifting downtown landscape and they have, in their own discreet and skillful way, literally been putting Lac-Brome on the map in the last decade.

Married with 3 children, in 2006 they bought Brome Lake Books where Lucy had been working for years. "Knowlton was busier then. It was a shopping town with outlets," says Lucy. In a way, the closing of the Woolrich store recently marked the end of an era, being the last "name store" in town. As Lucy puts it, over the last decade or so, there has indeed been "a change in times." More changes are yet to come as the building across the road in which the bookstore used to be as well as the Mill Pond Plaza next to it will be razed by the town in 2019 who plans to make way for the farmer's market and possibly a welcome centre.



With ebooks and the relentless rise of Amazon, Brome Lake Books has gone through phases too but being the only exclusively English bookstore in Québec, outside of the island of Montreal and Quebec City, does help. That, and the fact that the store is accredited to sell its books to institutional buyers such as libraries and schools. As I learned from Lucy and Danny, the province of Québec has an Act<sup>1</sup> requiring institutional buyers to purchase books from accredited bookstores in their administrative regions. One of the conditions for a bookstore to be accredited is that they have over 6,000 titles in inventory. It's no wonder this small-town bookstore's shelves are so well laden!

Although the choice is exhaustive, the floor space on Lakeside Road is vast and the room breathes with its high ceilings and natural light. The beautiful wood shelving and jars of candies by the door give the place a friendly and heart-warming general store feel. Comfortable sitting areas prompt customers to leisurely browse and get acquainted with the books. When probed, the busy owners and well-read staff will gladly leave their duties aside to answer your questions. If you bring the kids, be sure to make time: new and old favourites, a puppet theatre and two very discreet fairy houses will delight them. Danny even moves the furniture around and makes mini-books for the fairies to read. Many details obviously make this independent bookstore a place where people come to over and over again.

The community involvement of the two owners is palpable as soon as you walk in and discover the large

local section. What it doesn't tell you is that Lucy and Danny are also actively involved in important local events such as the Literary Festival, Knowlton's community plays, Arts Alive, Brome Bright Lights and Midnight Madness that Lucy initiated. On the other

side of the counter, there is a whole corner dedicated to Louise Penny's Three Pines. You can find her mystery novels in many languages, Gamache mugs and t-shirts, and sign the guest-books that have been filling up more and more quickly in the last five years. The owners had noticed far more customers were visiting Knowlton because of Louise Penny's books so, with Louise's help, they created a map of villages and sights of the Eastern Townships that have inspired the writer. Tourist offices of the area have been giving out the bookstore's map to thousands of visitors. As Lucy and Danny laughingly say, "We wanted to give the fans something else to photograph than the two of us."

Louise Penny lives in Knowlton and she has been a long-time customer at the bookstore. Lucy confided, "The previous owner of the bookstore was one of the few to read her first manuscript back in 2004." Before she even became a phenomenon, Lucy and Danny befriended Louise and supported her as a writer. This is why they will be organizing Louise Penny's 14<sup>th</sup> book launch on November 24<sup>th</sup> at the Theatre Lac Brome. Lucy and Danny advise to sign up to Louise Penny's newsletter to get the insider's cue. Last year, places sold out in an hour and a half.

For fans who would like to revel in the inspirational details of Louise Penny's books, you can now go on a personalized Three Pines Tour inspired by the bookstore's map. "You can see the whole thing or bits of it and choose where you want to stop for lunch," says Lucy. "As soon as Louise Penny announced the tour in her newsletter, she got hundreds of emails. After Bill and Hillary Clinton's visit to the Townships last spring, the tours rocketed."

If the Gamache series appeals to you, make sure you visit Brome Lake Books. Somehow I am convinced the low-profile, kind and very generous owners helped make Three Pines the friendly place it is known to be. For more information on the bookstore, Louise Penny or the Three Pines Tour, visit [bromelakebooks.ca](http://bromelakebooks.ca), [louispenny.com](http://louispenny.com) and [threepinestour.com](http://threepinestour.com).

<sup>1</sup><https://www.mcc.gouv.qc.ca/fileadmin/documents/publications/buying-bookstores.pdf>

Geneviève Hébert



Véritable institution au cœur du village de Sutton, La Rumeur Affamée est un incontournable pour tout amateur de bonne chère depuis bientôt 20 ans. À la fois épicerie fine, fromagerie et boulangerie, on y trouve également une grande sélection de charcuteries, sucreries, plats cuisinés et produits fins de toutes sortes.

Administrée depuis la fin du mois de mai par une toute nouvelle équipe de quatre partenaires, une panoplie de nouveaux produits vous y attendent chaque semaine. Une belle occasion de découvrir ou redécouvrir La Rumeur Affamée !

15 RUE PRINCIPALE NORD, SUTTON — 450.538.1888





Werner Zimmermann

From October 11<sup>th</sup> to the 14<sup>th</sup>, the Knowlton Literary Association will welcome some of Canada's best writers to the Eastern Townships for the 9<sup>th</sup> edition of the Knowlton Literary Festival. It will also showcase local writers and offer a master class for Townships writers. The children at Knowlton Academy will have their own mini-festival with two well-known children's writers.

The Festival opens on Thursday evening, October 11<sup>th</sup> at the Brome Lake Community Centre with a free event

## The Knowlton Literary Festival

showcasing local writers. Wine and Cheese will be served.

On Friday, October 12<sup>th</sup> during the day, Werner Zimmermann and Roy MacGregor will run a series of free sessions for the children of Knowlton Academy. On Friday evening, the main festival begins with a reception accompanied by food and refreshments to be followed by Mark Abley's launch of his latest book. Entitled *Watch Your Tongue*, the book explores the literal and figurative meanings of everyday idioms. On Saturday and Sunday, Mr. Abley will also host two workshops on the craft of writing.

On Saturday morning, October 13<sup>th</sup>, the Festival offers parents and grandparents an insight into the world of children's books. Werner Zimmermann will demonstrate how he uses art to connect to young children followed by Isabelle Lafèche discussing the challenges of writing for teens. After lunch, Roy MacGregor will talk about *Original Highways: Travelling the Great*

*Rivers of Canada*, his book on Canada's first highways. In the afternoon, a panel of three writers appearing in the anthology *Montreal Noir* will talk about how they were inspired to see the "dark" side of Quebec's great metropolis. On Saturday evening, Newfoundland writer, Wayne Johnston will discuss his latest book, *First Snow, Last Light*.

On Sunday morning, October 14<sup>th</sup>, at the Relais with coffee and croissants, Helen Antoniou will discuss her new book *Back to Beer ... and Hockey - The Story of Eric Molson* with North Hatley novelist Anne Fortier. At the final event, during lunch at the Relais, crime writer Giles Blunt will reveal how minor characters can bring a novel to life.

Details of how to book tickets are on our website: [knowltonliteraryfestival.ca](http://knowltonliteraryfestival.ca). More information can be found on our Facebook page.

Robert Paterson

## A fresh take on age-old traditions: Townshippers Festival 2018

Townshippers' Day is back with a new name, a new team and all the heart of its nearly 40-year-old tradition. Townshippers' Association and partners are proud to present: Townshippers Festival (Festival des Townshippers), September 29<sup>th</sup> at Richmond Regional High School (RRHS). Freshly structured, with many of the same elements people rely on, Townshippers Festival is a free, one-day event bringing together French- and English-speakers alike, to celebrate the historical Eastern Townships' arts, culture, heritage and community.



Music Headliner Keenan Wilcox will be playing at the Festival

The event is made possible by a collaboration between Townshippers' Association and partners, including the CIUSSS de l'Estrie - CHUS, the Eastern Townships School Board, local Community Learning Centres, CBC Radio and a growing group of sponsors. The 2018 Festival will also coincide with RRHS's annual Autumn Artisan and Craft Show.

The entertainment program is still developing, but festival-goers can expect a wide variety of acts. Back by popular demand, humorist, singer, dancer, musician and native Townshippier Dominic St-Laurent will

present, "I Have the Right!". Learn your 12 rights as a user of our healthcare system while laughing out loud at this hilarious and educational, one-man comedy act. This year's musical headliner will be the ever-popular, singer-song writer, Keenan Wilcox. Originally from B.C., Keenan spent time studying at Bishop's University and now calls the Eastern Townships home. Other acts include the up-and-coming student band out of Bishop's University, Queen Street, and even a hypnosis demonstration! Face painters and a caricature artist will be available for portraits and there will be children's games organized by the CBC.

As always, Townshippers Festival is a valuable opportunity for community organizations, schools, and businesses to introduce their services, activities and educational/employment possibilities. Historical societies from around the Townships are invited to participate for free, so reserve your table soon! Registration for artisans, food vendors and entertainment acts, as well as community organizations, schools, businesses/employers and historical societies is open until August 15<sup>th</sup>! Contact Emily Prangley Desormeaux at [epd@townshippers.org](mailto:epd@townshippers.org) for your registration form. Townshippers Festival is still looking for partners, sponsors, and donations for its silent auction! If you'd like to support this important community event and contribute to showcasing the creativity, heritage and vitality of our English-speaking community then get in touch with Emily today.

Townshippers' Day has been organized every fall from 1979-2016 by Townshippers' Association, in collaboration with a different municipality and dedicated team of volunteers each year. In 2017, the association decided to post-

pone the event to remodel the fundraiser for the future. The event's organizing committee is proud to be bringing back this well-established tradition with these changes and is excited to be working with regional partners to make the newly branded Townshippers Festival a success! Whether you're a Townshippier for life or a Townshippier for the day, Townshippers' Festival is for you!

Kendra Parnell



## Un bain de forêt



Crédit photo : Esther Bourgeois

On entend de plus en plus parler du bain de forêt, le *shinrin-yoku* japonais<sup>1</sup>, de sylvothérapie<sup>2</sup>, de marche de pleine conscience et même d'écopsychologie<sup>3</sup>. Toutes ces approches faisant appel à la lenteur et à la sensation d'ordre contemplatif agissent comme remèdes naturels antistress. Les bénéfices des espaces verts sur la santé sont nombreux, connus et documentés<sup>4</sup> : baisse des marqueurs de stress, amélioration de l'attention, stimulation de la créativité, diminution de l'agressivité, etc.

Recherchant constamment des façons novatrices de mettre les gens en contact avec eux-mêmes, l'Arc-en-ciel inaugure cette année un tout nouveau parcours : le tarot géant. Il suffit de poser une question qui vous tient à cœur, puis d'entrer dans la forêt à la rencontre d'un jeu de tarot « grandeur nature » en demeurant réceptif à recevoir une réponse.

Cette expérience est offerte en atelier de 24 heures avec une animation alliant tarot, nature et rêves, les 28 et 29 septembre et les 29 et 30 septembre. Il est aussi possible de faire ce parcours en visite libre du 1<sup>er</sup> au 4 octobre. Cet automne, venez prendre un bain de forêt au centre de ressourcement l'Arc-en-ciel (567 chemin McCullough) et vous imprégner de l'énergie du « Tarot de la pinède ». Détails sur <http://larcenciel.org/ateliers/taro>, réservation au 514-335-0948 ou à [montreal@larcenciel.org](mailto:montreal@larcenciel.org).

Michèle Lepage et Claude Desloges

<sup>1</sup> Dr Qing Li. *Shinrin-Yoku : L'art et la science du bain de forêt*. First Editions. 2018.

<sup>2</sup> Georges Plaisance. *Forêt et santé : Guide pratique de sylvothérapie*. Éditions Dangles. 1985. (Disponible sur le web, en version numérique).

<sup>3</sup> Joanna Macy. *Écopsychologie pratique et rituels pour la Terre : Retrouver le lien vivant avec la nature*. 2008.

<sup>4</sup> Mélanie Beaudoin, conseillère scientifique à l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ). Citée par Sophie Allard, dans *Prendre un bain de forêt*, La Presse, Édition du 10 mai 2016, section PAUSE SANTÉ.

Réputée pour le plein air, la région de Sutton offre un cadre naturel exceptionnel pour la pratique du bain de forêt et pour la marche méditative. Au centre de ressourcement l'Arc-en-ciel à Sutton, des bénévoles ont aménagé sept kilomètres de sentiers dans une forêt de 180 acres. Cet ajout maximise l'expérience sensorielle du voyageur, permet le retissage des liens avec la nature et avec sa propre nature. Ruisseaux, cascades, feuillus, conifères, prairies et pinèdes offrent une grande diversité dont chacun peut profiter.

## Le Projet Conception de Luce Fontaine

Dans l'édition du Tour parue en novembre 2017, je vous parlais des séries Jeunesse et du dernier roman policier de Luce Fontaine, *Mortelle Destinée*. Depuis, entre la fabrication de ses couronnes de Noël, la gestion de son gîte, de sa boutique éphémère et une panne d'électricité qui a failli incendier sa maison, Luce n'a pas chômé. En mai dernier, elle annonçait déjà la parution d'un énième roman, *Le Projet Conception*. Comme le précise Luce, « c'est un roman pour enfants de 10 ans et plus ou pour les adultes à l'esprit ouvert. »

Si ses multiples projets n'ont pas eu raison de sa discipline, ils ont possiblement chamboulé son plan initial, puisque ce qui devait être un roman d'enquête a carrément viré au fantastique! « L'écriture de ce livre n'était en rien comme celle des autres romans, » précise Luce. De toute évidence, l'auteure s'est laissée porter d'inspiration en inspiration et le scénario est devenu beaucoup plus complexe que prévu. « Je me suis amusée comme une petite folle, » avoue humblement l'auteure.

Geniève. Car avant de trouver la force intérieure qu'il lui faut pour avancer, Geniève devra toucher le fond. « J'aime transmettre aux jeunes l'idée que les difficultés ne sont pas une finalité. Qu'elles peuvent parfois être un tremplin. »



Les yeux de Luce pétillent quand elle parle de ses livres et de ses personnages. « Quand j'écris, je laisse traîner beaucoup de ficelles que je dois m'assurer de rattacher par la suite. » D'ailleurs, elle avoue qu'aujourd'hui, comme ses histoires tendent à se complexifier, elle doit prendre des notes afin de ne rien oublier.

En tout cas, Luce Fontaine incarne bien cette force de vie. Discrète, elle n'est pas du genre à organiser de lancement pour ses livres, mais elle se fait toujours un plaisir de parler du processus d'écriture avec ses lecteurs. Ainsi, n'hésitez pas à la contacter par l'entremise de son site : [lucefontaine.com](http://lucefontaine.com) et sachez que vous pouvez trouver ou commander son nouvel opus dans toutes les librairies du Québec.

Geneviève Hébert

**TAROT – 6 au 9 août**  
**À l'Arc-en-ciel, vivez une expérience de tarot grandeur nature en pleine forêt**  
 Venez avec votre question, nous avons le jeu de cartes géant  
 Info et/ou inscription : [larcenciel.org/ateliers/taro](http://larcenciel.org/ateliers/taro) et/ou 514-335-0948

 **CENTRE DE RESSOURCEMENT EN PLEINE NATURE**  
 L'Arc-en-ciel | [larcenciel.org/sutton](http://larcenciel.org/sutton)

567, Ch. McCullough Sutton (Qc) J0E 2K0  
[sutton@larcenciel.org](mailto:sutton@larcenciel.org)  
 (450) 538-0333

**Bistro WEST BROME**

Venez vivre l'expérience gustative

**AUBERGE WEST BROME**

128, route 139, West Brome, Qc J0E 2P0 | 450 266-7552 | 1 888 902-7663 | Ouvert matin, midi et soir | 7 jours sur 7



## De patrimoine et de douceur



Crédit photo : Suzanne Dubé

La cohabitation de deux entreprises sous un même toit est une façon innovatrice de réduire les coûts d'une location et autres frais divers. En tout cas, ça a permis à la boutique Antiquités Au Fil du Temps de Stanbridge East et à la ferme Wow Frelì Alpagas d'ouvrir un deuxième point de vente en plein cœur de l'activité frelibourgeoise.

Les propriétaires de la boutique d'antiquités, Suzanne Dubé et Rosaire Robitaille, ont rencontré Chantal Gadbois et Michel Forand de Wow Frelì Alpagas pour la première fois au Carnaval d'antan lors du 150<sup>e</sup>. Suzanne a tout de suite remarqué la qualité des produits de Chantal et c'est à elle qu'elle a pensé lorsque le local de Frelighsburg lui a fait de l'œil.

Un coin avant de la boutique abrite donc des toutous, tuques, chaussettes et autre prêt-à-porter en fibre d'alpaga, donnant un avant-goût de la boutique à la ferme. « Ici, c'est plus central et ça peut donner envie aux gens de visiter la ferme. Les gens qui entrent pour les antiquités découvrent les produits de Chantal et vice-versa, » ajoute Suzanne. Le reste de la boutique foisonne de meubles anciens et d'objets de toutes sortes.

Natifs de la région, Suzanne et Rosaire ont eu une

boutique d'antiquités pendant de nombreuses années à Dunham. En 2012, ils ont déménagé la boutique dans leur maison ancestrale de Stanbridge East. Les antiquités, le couple en mange et ça se sent. Lorsque je suis passée, ils venaient tout juste d'acheter le contenu d'un grand domaine en bordure du lac Brome. Suzanne aime beaucoup partager l'histoire des objets et elle se souvient de la provenance de chacun.

La cohabitation avec Wow Frelì Alpagas est toute naturelle pour cette citoyenne impliquée. « Entre commerces, on se réfère entre nous et on s'envoie des clients, car en région, on est tous interconnectés. » D'ailleurs, il arrive que Suzanne fournisse des objets pour meubler l'intérieur d'un commerce. Aussi, ses boutiques sont sur le radar des producteurs de cinéma et ses pièces se sont récemment retrouvées dans Pet Semetary et La Bolduc. « J'aime qu'il y ait un roulement dans l'inventaire, car je ne veux pas d'un musée, » précise Suzanne.

Le but d'avoir les deux boutiques d'antiquités dans deux villages différents est d'offrir une plus grande sélection pour plaire à la

clientèle locale et touristique. Si vous êtes amateurs d'antiquités et d'objets rares, abonnez-vous à leur page Facebook. Suzanne y télécharge des photos de ses nouveautés tous les samedis : [facebook.com/Antiquités-Au-Fil-du-Temps](https://facebook.com/Antiquités-Au-Fil-du-Temps).

Autrement, n'hésitez pas à visiter la boutique située juste à côté du restaurant Aux deux Clochers pour une bonne dose de patrimoine... et de douceur.

Geneviève Hébert

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

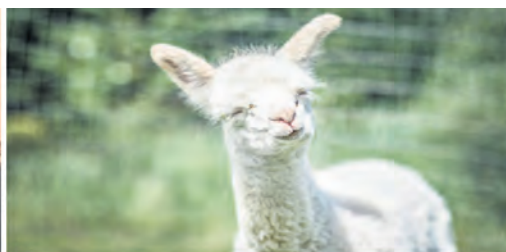
Cuisine saisonnière  
Spécialité grillades  
Terrasse sur la rivière

Fermé le lundi

2, rue de l'Église  
Frelighsburg, Qc, JOJ 1C0  
Tél: (450) 298-5086  
[www.restaux2clochers.ca](http://www.restaux2clochers.ca)



“André et Martine”



**VISITE GUIDÉE ET  
BOUTIQUE À LA FERME**



**Ferme et Boutique de ferme**  
117, Chemin des Érables, Frelighsburg JOJ 1C0  
514.232.6021

**Boutique au cœur du village de Frelighsburg**  
4, rue de l'Église, Frelighsburg JOJ 1C0  
514.232.6021

**Septembre, octobre et novembre**  
Ouvert samedi et dimanche de 10h à 17h et sur rendez-vous

  [www.wowfrelialpagas.com](http://www.wowfrelialpagas.com) · [info@wowfrelialpagas.com](mailto:info@wowfrelialpagas.com)



## Domaine du Ridge

En 1996, Denis Paradis, avocat nouvellement élu député fédéral, décide de créer son vignoble. Un voisin de sa ferme à Saint-Armand, qui cultive des raisins, lui suggère d'acheter ses vignes. L'aventure était commencée...

Aidé de copains passionnés, il plante 2000 pieds de Seyval Blanc. Les amis participent aux vendanges des premières années, le tout se terminant avec une grande fête!

Mais Denis ne se repose pas sur ses lauriers. 22 ans plus tard, le vignoble possède 135 000 pieds de vigne. Certains sont en production, alors que les autres sont à différents stades de vieillissement.

La gestion du volet agricole a évolué au fil des années avec une attention marquée pour le drainage. De plus, le buttage (opération qui consiste à ramener une butte de terre au pied des vignes) fut progressivement remplacé par une toile déposée sur les pieds de vigne, méthode beaucoup plus efficace pour protéger les vignes des variations extrêmes de température.

À l'instar de beaucoup d'autres producteurs agricoles, la gestion du vignoble pendant la saison estivale repose en grande partie sur les épaules d'employés locaux et d'autres venant principalement du Guatemala. Notre interlocutrice ne tarit pas d'éloges sur leur professionnalisme. Ce sont, dit-elle, des employés exemplaires qui font maintenant presque partie de la famille.

À l'automne débute la phase vinicole avec les vendanges et la transformation des raisins. Le vignoble perpétue la tradition ancestrale de foulage aux pieds dans un fouloir qui peut contenir de 35 à 45 personnes à la fois, selon la tradition. Seulement les femmes sont autorisées à piétiner le raisin, le rôle de leurs conjoints étant limité à leur laver les pieds avant et après l'opération. À la mi-juillet, 145 demandes étaient déjà enregistrées pour y participer.

La popularité du domaine ne se dément pas; l'an passé plusieurs milliers de clients se sont déplacés pour goûter aux différents produits. Le domaine est aussi impliqué dans le mouvement «Locaboire» qui fait la promotion de la production locale des vins, de la bière et des aliments et dont le but est d'amener les gens à consommer de façon régulière ces produits locaux.



Élément capital dans toute entreprise, la relève est déjà assurée. En effet, la fille de Denis, Marie-Florence, gère le vignoble de façon compétente et accueille les visiteurs avec un enthousiasme communicatif. Elle nous confie que son plus grand défi, comme pour beaucoup de collègues vignerons, est de faire en sorte que ses vins deviennent des incontournables pour les consommateurs.

Par ailleurs, des décisions importantes devront être prises sous peu. Étant donné la quantité croissante de vigne plantée, le vignoble fera face à des changements et agrandissement majeurs. En gestionnaire accomplie, elle ne semble pas être effrayée par ce changement important. Nous lui souhaitons la meilleure des chances dans la poursuite de cette belle aventure familiale.

### Dégustation

Notre visite au Domaine du Ridge nous a permis de constater l'importance et la variété de la production de la maison, soit une dizaine de vins déclinés en blancs secs et fortifiés, rosés tranquille et mousseux, rouges secs et fortifiés et vendanges tardives.

Les deux premiers vins dégustés, **Le Fouloir 2016** et **Le Vent d'ouest 2016** sont en quelque sorte des jumeaux non identiques. Issus du même cépage, le Seyval blanc, et du même millésime, ils se distinguent par leur mode de pressage. Le Fouloir, produit en quantité assez limitée, constitue une originalité de la maison. Il tient son nom des raisins foulés au pied par les femmes, une méthode de travail traditionnelle devenue folklorique. À la dégustation, le premier est plus ample et plus austère en général, plus marqué par les arômes et les saveurs d'agrumes (pamplemousse blanc) tandis que le second est plus charmeur, fruité, frais, net. Un bon candidat pour l'apéro tandis que le premier convient davantage au repas.

Ces deux blancs ont été suivis par deux rosés millésimés 2017, impossible à prendre pour des

jumeaux même s'ils sont issus du même cépage,

le Seyval noir. Le premier, le **Champs de Florence**, est le navire amiral du vignoble, le rosé le plus vendu au Québec. À lui seul, il constitue une grande partie des ventes du domaine. C'est un rosé tout en finesse et légèreté : robe pâle, nez également subtil de fruit rouge évoquant la framboise, bouche délicate, très fraîche au fruité discret, mais savoureux. Un rosé parfaitement sec, presque vaporeux. Le second, surnommé **Berthelot-Paradis** en l'honneur de l'œnologue de la maison et du proprio, aussi sec que délicat, est un mousseux, caractère qui se révèle davantage en bouche qu'à l'œil. Celle-ci est bien affirmée, à dominante de griotte mûre. Encore ici, un vin franchement sec, digeste, aussi intéressant seul qu'en accompagnement.

Question de goût bien sûr, le vin suivant, un blanc baptisé **Le Stanbridge**, nous a particulièrement plu. Issu du cépage Vidal, judicieusement marqué par le bois, il présente une robe dorée pâle plus soutenue que celle des blancs précédents, un nez bien affirmé de fruits bien mûrs assorti d'effluves vanillés, sans lourdeur. La bouche est parfaitement fidèle au nez, ronde, vivace, d'une certaine persistance. Une belle réussite.

Les deux vins rouges suivants, majoritairement ou entièrement issus du cépage Maréchal Foch, pourraient être qualifiés de gouleyants, faciles à boire. C'est particulièrement le cas pour le premier, **Le Clos du Maréchal** qui frappe par sa légèreté et sa vivacité. Un vin plus simple que le suivant, **Le Bâtonnier**, pur monocépage, un peu discret au nez, mais très présent en bouche grâce à des saveurs de fruits rouges frais, des notes subtiles de torréfaction et une certaine longueur.

Le vin suivant aurait pu être le point d'orgue de la dégustation tellement il est magnifique. Contrairement aux vins précédents, il est d'un millésime plus ancien, soit 2013. Il s'agit d'un vin de vendanges tardives, fait de Vidal, le **Bise d'automne**. Comme son nom l'indique, il a subi les premières morsures éoliennes de notre automne puisque les raisins ont été cueillis après une première gelée. Sa jolie robe dorée annonce déjà la surprise qui attend l'amateur de vin liquoreux. Le nez explose de fruits très mûrs légèrement confits : abricot, mangue, pomme; la bouche n'est pas en reste, très fidèle au nez, tout cela dans la fraîcheur absolue, la netteté des saveurs et la longueur assez surprenante. Un ravissement qui vaut son prix, 29,90 \$ la demi-bouteille. Notez que ce vin n'est produit que lorsque les conditions le permettent.

Les deux derniers vins goûtés sont deux vins dits fortifiés, un blanc et un rouge. Le premier, le **Saint Martin**, est fait à la manière d'un Pineau des Charentes. Intéressant, mais en fin de production. Le second, le **Fado**, fait de maréchal Foch, rappelle les vins de Porto. Ympathique pourrait-on dire, agréable au nez, léger, mais charmeur en bouche, équilibre sucre-acidité impeccable. Un « porto » de Saint-Armand, il fallait y penser!

Pierre Pelland et Noël Masseur



**DOMAINE DU RIDGE**

**DÉGUSTATION**

**GRATUITE**

DE 3 PRODUITS DE VOTRE CHOIX  
SUR PRÉSENTATION DE CE JOURNAL

205, chemin Ridge, Saint-Armand (Québec) J0J 1T0 | 450-248-3987

# Le Pleasant

## Hôtel & Café

**DÉJEUNER - BRUNCH**  
**LUNCH - APÉRO**

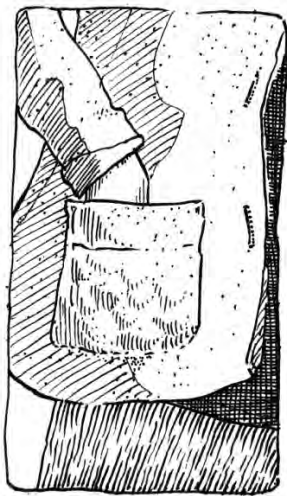
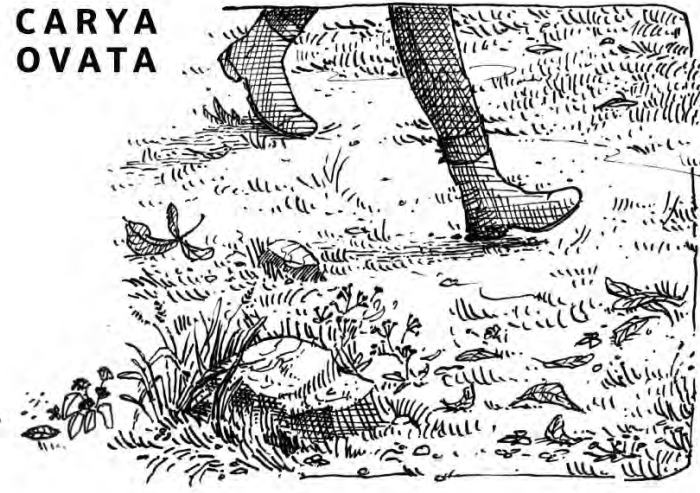
**5 à 7**

**CAFÉS BARISTA & DESSERTS**

1 rue Pleasant, Sutton, 450 538-6188  
[www.lepleasant.com](http://www.lepleasant.com)



**CARYA  
OVATA**



**CARYA OVATA  
CARYER OVALE  
SHAGBARK HICKORY**

Par Marie Bilodeau



# FESTIVAL D'AUTOMNE

Couleurs et activités en plein air

Une présentation de



Tous les week-ends  
du 15 septembre  
au 14 octobre

- Balades en télésiège
- Randonnées guidées
- Vélo de montagne
- Miniparcours d'hébertisme
- Bricolage et animation
- Jazz et chansonniers
- Dégustations de vins locaux
- Grande vente d'équipements de ski
- BBQ au pied des pistes
- Et tellement plus...



# D'Arts et de Rêves

## Un projet citoyen au service de la communauté

Le parc culturel D'Arts et de rêves poursuit sa croissance fulgurante. Afin de mieux lier l'art à la nature dans son magnifique espace de 7 acres au cœur de Sutton, l'organisme a en 2018 résolument axé son développement sur la mise en valeur des espaces du terrain riche en espèces méconnues ou menacées.

En collaboration avec l'équipe du Corridor appalachien, D'Arts et de rêves a réalisé un important inventaire de l'écologie du Parc. Cette importante opération nous offre un portrait essentiel de la flore et de la faune avec qui nous partageons notre espace. Cela nous permet notamment d'identifier les espèces en bonne santé et celles qui sont dans un état précaire ou en danger. Ainsi, les personnes qui empruntent nos sentiers pourraient voir filer un martinet ramoneur, une paruline flamboyante, des papillons monarque près des asclépiades ou encore une famille de renard. Cela dit : « Selon les données disponibles à ce jour et compte tenu de la présence d'un ruisseau, d'un milieu humide, d'espèces en situation précaire au Québec et en péril au Canada, le parc culturel D'Arts et de rêves peut être considéré comme un îlot de milieux naturels et semi-naturels intéressants, qui contribue au maintien de la biodiversité au cœur du noyau villageois de Sutton.<sup>1</sup> »

Au plan sculptural, grâce à une subvention du Conseil des arts et des lettres du Québec, nous avons inauguré le 21 juillet dernier, un ensemble écosculptural créé



Paruline flamboyante  
Crédit photo : Corridor appalachien

par le duo d'artistes Zoné Vert. De plus, suite à une campagne de sociofinancement réalisé en 2017 nous avons réalisé avec l'artiste Paulette Vanier un « cocon d'observation » en saules d'où on peut voir la vie dans la zone humide du parc.

La résidence de création (dans la vieille grange) continue d'accueillir régulièrement des artistes de toutes provenances. En septembre, c'est l'écrivaine Élise Turcotte que nous aurons le vif plaisir d'accueillir. Les lectrices et lecteurs pourront rencontrer cette écrivaine renommée le 6 septembre lors d'un 5 à 7. Ensuite, la résidence recevra Sandrine de Borman, une artiste en arts visuels belge qui sera là du 9 au 16 septembre. Finalement, lors des « Journées de la Culture », nous inaugurerons notre nouvel amphithéâtre extérieur avec l'auteur-compositeur interprète **domlebo**, vendredi le 28 septembre pour un 5 à 7.

Nous nous permettons de rappeler que nous avons toujours besoin de soutien afin que le parc et la résidence perdurent. Nous vous invitons à participer à notre campagne de collecte de fonds 2018. Pour plus d'information : [dartsetdereves.org](http://dartsetdereves.org) ou 450 531-5707.

Stéphanie L'Italien

<sup>1</sup> Daguet, C, 2018. Rapport de visites – Propriété D'Arts et de rêves. Corridor appalachien, Eastman, Québec, p.10

## Le monotype, cet inconnu

Le monotype est une technique artistique peu connue, mais oh combien inspirante!

Accessible à tous, le monotype est un processus de création très ludique faisant appel à la spontanéité. Contrairement aux techniques de gravure traditionnelles, ce procédé ne nécessite pas d'équipement onéreux ni de minutie extrême. En fait, il nécessite peu de choses, si ce n'est un support rigide (une plaque de verre, de plexiglas, de gélatine, etc.), un médium approprié (encre à gravure, peinture acrylique ou à l'huile, aquarelle, etc.) et du papier (japonais ou à gravure).

Bien qu'apparentée au monde complexe de la gravure, cette forme hybride d'estampe ne permettra qu'un seul exemplaire de l'œuvre, mis à part une autre copie appelée « fantôme » qui peut être réalisée avec le résidu d'encre sur la matrice. Par contre, l'artiste peut revenir sur son épreuve et rehausser le motif et les couleurs au besoin.

Contrairement à la technique de la gravure, dans laquelle la plaque est creusée conservant les traces faites



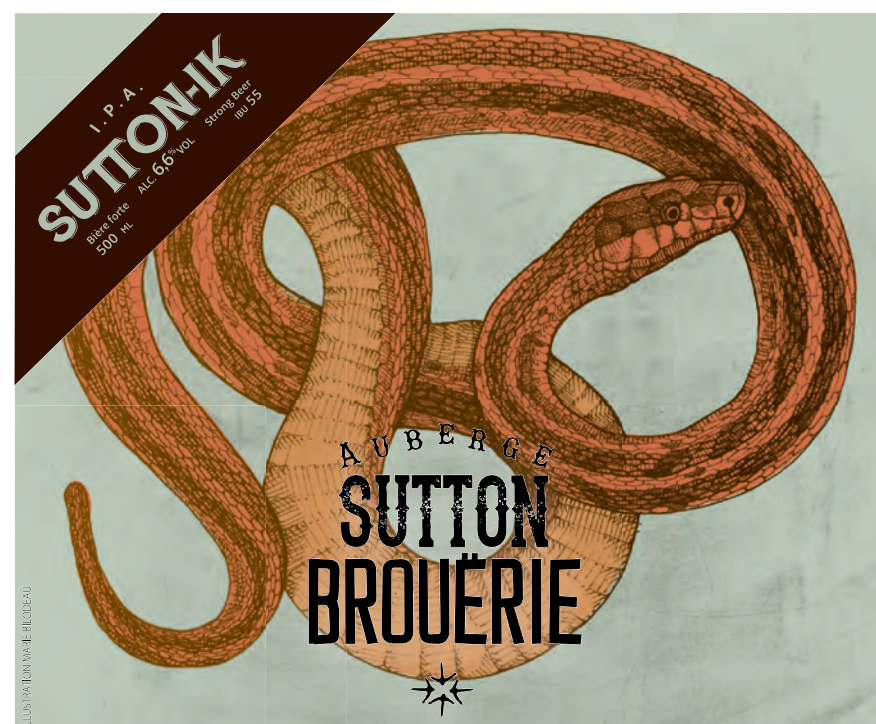
par l'artiste, le dessin est réalisé directement sur la plaque recouverte d'encre ou de peinture à l'aide de divers outils. L'artiste peint donc son image sur la matrice, mais l'œuvre finale sera celle qu'il découvrira après l'impression sur le papier de l'épreuve. L'impression transférée sur papier peut se faire en frottant avec la paume de la main, avec un instrument adéquat ou en se servant d'une presse, donnant ainsi lieu à une œuvre unique!

Le discours savant présente le monotype comme le bâtard de la famille de l'estampe. Les purs et durs de la gravure le dénigrent en tant que forme d'estampe plutôt spontanée à la différence de la technique précise du graveur.

À la base, ce procédé d'estampe a été inventé vers 1648 par un graveur génois, Giovanni Benetto Castiglione. Edgar Degas a pratiqué le monotype de façon magistrale, fort heureusement, sauvant ainsi cette technique des oubliettes. D'autres artistes connus ont d'ailleurs utilisé la technique du monotype dont Rembrandt van Rijn, Henri Matisse, Pablo Picasso, Camille Pissaro, Paul Klee, Paul Gauguin, Mary Cassatt et Toulouse Lautrec.

Maintenant, si faire l'expérience du monotype vous parle, je vous invite à venir participer à mes ateliers ludiques dans un endroit champêtre avec vue sur le vignoble de Léon Courville au Lac-Brome, tout en savourant un verre de vin! Ouvert à tous! Pour plus de détails, voir [facebook.com/Sanders-Pinault-artiste-en-arts-visuels](https://facebook.com/Sanders-Pinault-artiste-en-arts-visuels).

Sanders Pinault



DES NOUVEAUTÉS AU GRÉ DES SAISONS

MERCREDIS MOULES À VOLONTÉ

2 POUR 1 JEUDI 5@7

VENDREDIS MUSIQUE 7@9

TERRASSE AVANT CHAUFFÉE

BIÈRES UNIQUES BRASSÉES SUR PLACE,  
OFFERTES ICI ET EN MAGASIN.



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

27 · rue Principale Sud · Sutton (Qc) J0E 2K0  
Ouvert du mercredi au lundi  
450 . 538 . 0005

**BOIRE · MANGER · DORMIR**  
L'Auberge Sutton Brouerie c'est : des bières atypiques 100% Brett, un menu local et un somméil réparateur.



# I OBSERVÉTOILES

LE PREMIER PLANÉTIARIUM À CIEL OUVERT  
AVEC RÉALITÉ AUGMENTÉE



## LA BEAUTÉ DE L'ESPACE

Guidée par la narration d'astronomes talentueux, chaque représentation nocturne est adaptée à la réalité changeante de la beauté de l'espace. Et, pour couronner le tout, une fois le spectacle terminé, ce casque de réalité augmentée repart avec vous, vous permettant de continuer à être émerveillé par le plus grand spectacle de la nature !



## RÉSERVE DE CIEL ÉTOILÉ

Dans le confort de sièges en gradins chauffants, perché à 1000 pieds d'altitude, ce spectacle en plein air a lieu dans un amphithéâtre naturel, spécialement conçu à flanc de montagne sur le site d'Au Diable Vert à Sutton au Québec, récemment certifié comme « Réserve de ciel étoilé ».

IMAGINEZ QUE VOUS POURRIEZ  
VOIR LE VÉRITABLE CIEL ÉTOILÉ  
PRENDRE UNE AUTRE DIMENSION,  
DEVANT VOS YEUX, EN HAUTE  
DÉFINITION, AVEC LA Ceres  
SUPERPOSITION DIGITALE DES  
CONSTELLATIONS, ILLUSTRÉES À  
LA FAÇON DU 17E SIÈCLE. POUR  
LA PREMIÈRE FOIS AU MONDE,  
LA TECHNOLOGIE NOVATRICE D'UN  
CASQUE DE RÉALITÉ AUGMENTÉE  
VOUS PERMET DE DÉCELER LE  
MYSTÈRE DES ÉTOILES !

POUR PLUS D'INFORMATION, LES DATES ET HEURES DES SPECTACLES,  
ET POUR LA PRÉ-VENTE DE BILLETS :  
RENDEZ-VOUS SUR [WWW.OBSERVETOILES.COM](http://WWW.OBSERVETOILES.COM)

 NATIONAL  
GEOGRAPHIC





**Jean-Pierre Rivet**  
30 août au 30 septembre

**Muriel Faille**  
4 octobre au 28 octobre

**Sylvie Lacerte**  
1<sup>er</sup> novembre au 25 novembre

**8, rue Maple, Sutton, QC**

**Du jeudi au dimanche** de 13 à 17h  
Et sur rendez-vous 450.521.3189  
**Thursday to Sunday** from 1 to 5pm  
and by appointment 450.521.3189

[www.galerieartplus.blogspot.com](http://www.galerieartplus.blogspot.com)  
Facebook : Galerie Art Plus  
[galerieartplussutton@gmail.com](mailto:galerieartplussutton@gmail.com)

## À la Galerie Art Plus, on s'expose



Jean-Pierre Rivet, 2018

### On s'expose au tumulte...

Du 30 août au 30 septembre, Jean-Pierre Rivet revient à la **Galerie Art Plus**, en solo, pour la seconde fois. Avec ses « Territoires multiples », il nous appelle vers des lieux inusités. Tantôt en dessin, tantôt en peinture, Rivet capte la réalité des événements sociopolitiques qui touchent la planète entière. Cet artiste engagé nous livre des images pures où la beauté et la dureté se côtoient comme de vieilles amies. Ses carnets de dessins, véritables trésors à feuilleter, seront aussi prêtés à la Galerie pour la durée de l'exposition.

### On s'expose aux éléments...

Du 4 au 28 octobre, Muriel Faille propose « Dans l'Étoffe de l'Univers », des tableaux à l'huile, où le froid, le chaud et les divers éléments deviennent palpables : on sent la passion de cette artiste accomplie. Des œuvres quasi abstraites convoquent le roc, l'humus, le glacier ou l'écorce pour nous faire saisir notre lien d'appartenance à la Terre. Outre ses

tableaux, Muriel Faille nous invite à franchir une grande installation semblable à un refuge, un espace propice à la contemplation. Vous découvrirez un monde empreint de finesse et de sensibilité.

### On s'expose en photos


Du 1<sup>er</sup> au 25 novembre, Sylvie Lacerte présente « Travaux analogiques – Travaux anciens ». Cette artiste et scénographe peint « littéralement » avec la photo en explorant la couleur et la lumière à travers une vision des plus vivantes. Des motifs inspirés de la nature, des sujets photographiés en gros plan, des photomontages assemblés avec brio : une exposition étonnante où les œuvres de Lacerte, vues de loin, se révèlent tout autrement à mesure qu'on s'en approche.

Avec sa nouvelle saison automnale, la **Galerie Art Plus** ose (une fois de plus) vous exposer à des œuvres riches et à des artistes de grand talent.

Brigitte Normandin

**atelier bouffe**

BOUTIQUE POUR LA CUISINE ET LA MAISON.  
PRODUITS FINS.

14, RUE PRINCIPALE SUD, SUTTON, QUÉBEC 450 538 2766   
[ATELIERBOUFFE.CA](http://ATELIERBOUFFE.CA)

**À L'ABORDAGE**  
microbrasserie

---

10 PRINCIPALE SUD, SUTTON  
OUVERT DU MARDI AU DIMANCHE DÈS 11H30  
[WWW.BRASSERIEALABORDAGE.COM](http://WWW.BRASSERIEALABORDAGE.COM)





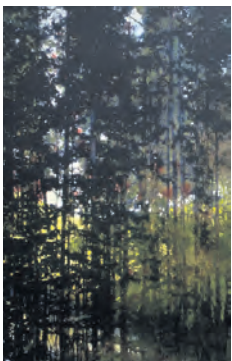
Porter la lumière,  
Johanne Bilodeau, 2017

**Johanne Bilodeau** - L'Invisible traversée

Du 26 juillet au 2 septembre - Vernissage dimanche 29 juillet, de 14 h à 16 h

Johanne Bilodeau, artiste multidisciplinaire et auteure, est une fière sang-mêlé, porteuse d'un héritage autochtone et européen. L'exposition *L'Invisible traversée* prend sa source dans les paysages humanisés du fjord du Saguenay au Québec. Ce territoire, sondé par l'artiste, devient le témoin d'un voyage funéraire pendant lequel elle endosse la figure de l'accompagnatrice. Les eaux du fjord sont le dernier repos d'un proche parent.

La proposition visuelle de l'artiste rend visibles les interrelations écologiques qui font exister le récit funèbre. La nature, clef de l'histoire, lève le voile sur une identité autochtone lue à travers la représentation paysagère. *L'Invisible traversée* est composée d'un corpus inédit de 16 tableaux et d'une installation.



Forêt boréale no 1,  
France McNeil, 2017

**France McNeil** - Ramifications

Du 27 septembre au 28 octobre  
Vernissage dimanche 30 septembre, de 14 h à 16 h

Toute vie est reliée dans un grand réseau impalpable, mais bien réel : la terre et le ciel, les humains et les animaux, le temps, le silence... Dans ses œuvres, France McNeil s'intéresse au côté graphique de lignes inextricables créées par les branches et les frondaisons. Ces réseaux et enchevêtrements s'inscrivent comme une métaphore des liens qui nous identifient et tissent notre quotidien. Elle s'inspire de dessins, de souvenirs ou de photos remaniées à l'ordinateur pour construire des lieux imaginaires inspirés de la nature et de la forêt. Par ses tableaux, elle nous invite à réfléchir à la façon dont nous vivons ces liens et à l'influence que nous avons sur la nature.



Territoire 1, Daniel Lalonde, 2018

**Daniel Lalonde** - Territoires imaginaires

Du 1er novembre au 9 décembre  
Vernissage dimanche 4 novembre, de 14 h à 16 h

Territoires imaginaires présente des parcelles de paysages imaginaires et irréalistes qui ne font référence à aucun lieu géographique particulier. La nature est une des principales sources d'inspiration pour Daniel Lalonde, artiste peintre. L'abstraction des scènes suggère des éléments parfois terrestres, aquatiques ou nordiques. Territoires imaginaires est aussi une introspection dans l'univers de la nature humaine, l'horizon est une ligne de vie et les mouvements qui l'entourent suggèrent les mouvances intérieures propres à chaque être humain.

Sanders Pinault



**INFORMATIQUE**  
Vente - Réparation - Installation  
Neuf et usagé  
et aussi service et entretien sur Mac

**Spécialités :**  
Réseaux - Mac - Windows - Linux

Pour vous, entreprises et particuliers, qui désirent avoir un service professionnel et courtois avec un technicien d'expérience

**Charles Béliveau**  
450 263-2384  
charles@informatiquecb.com  
www.informatiquecb.com

**INFORMATIQUE**  
CB  
Depuis 1997



## Armand Vaillancourt à la galerie Art Libre

Du samedi 8 septembre au dimanche 16, la Galerie Art Libre de Sutton présente l'exposition **ESPACES** d'Armand Vaillancourt.



Galerie  
**ART**  
libre

6, rue Principale Sud  
Sutton, Qc.  
JOE 2KO  
450-538-6660

ART CONTEMPORAIN

[galerieartlibre@gmail.com](mailto:galerieartlibre@gmail.com)

L'exposition comprend trois volets : une rétrospective de l'œuvre d'un des plus grands artistes québécois vivants, incluant des sculptures de petit format et des gravures ; une série récente d'empreintes de la main de l'artiste et, **en primeur**, de petits bronzes, intitulés *Orbite*, coulés à partir d'une matrice en styromousse qui a accompagné l'astronaute Julie Payette lors de la mission ST-127 de la navette spatiale Endeavour.



Les bronzes commémorant ce voyage seront au nombre de 248, un pour chaque tour de terre. Ils sont produits selon une technique inventée par Vaillancourt à la fin des années 50. Le passage du styromousse au bronze par coulage direct dans le sable se fait très rapidement, contrairement aux techniques traditionnelles qui nécessitent plusieurs étapes s'étalant sur plusieurs jours, et sied bien au caractère bouillant et impulsif de l'artiste, dont la devise est : « j'agis et je pense après! ».

Les profits de la vente des empreintes de main et des bronzes serviront au financement de l'Espace Armand-Vaillancourt, la ferme aux environs de Plessisville où l'artiste a vécu dans son enfance et qu'il veut léguer comme « lieu de mémoire, de conservation et de partage ».

L'artiste sera présent à la galerie les **samedis 8 et 15 septembre**.

Louis Lefebvre



**SUSAN KEAYS KRÉATIONS**  
*sacs artisanaux fabriqués à la main*  
*artisanal handmade bags*



[susankeays.kreations@gmail.com](mailto:susankeays.kreations@gmail.com) · 450 295-2792

*Orbite* a la forme d'un astéroïde, un morceau détaché de la terre qui nous revient, un objet-rebus de l'industrialisation et de la société de consommation propulsé dans l'espace par le génie humain. La matrice sculptée par Vaillancourt a voyagé 10,54 millions de kilomètres dans l'espace et accompli 248 rotations autour de la terre.

## Un automne culturel tout en force et en couleurs

### La Valise exquise, 3<sup>e</sup> édition

Du 15 septembre au 11 octobre  
Vernissage 15 septembre, 14h à 16h

Pour une troisième année consécutive, Karina Sasseville a renfloué sa valise avant de l'envoyer se promener dans tout Brome-Missisquoi de janvier à septembre. Cette valise contient papier, crayons, consignes, mots et images, et c'est pièce par pièce que se construira une œuvre collective à la manière du cadavre exquis. Pour les participants il s'agit d'un jeu ludique et artistique qui se promène de personnes à personnes, jeunes, moins jeunes, amis, parents et enfants.

### Ce que nous sommes : 20<sup>e</sup> exposition collective des artistes de Dunham

Du 13 octobre au 8 novembre  
Vernissage 13 octobre 2018, 14h à 16h

C'est sous le thème de l'identité que s'est bâtie cette exposition. Cette tradition qui se poursuit depuis déjà 20 ans rassemble sous un même toit artistes professionnels, amateurs, curieux et amoureux de l'art. Elle se veut une célébration et un partage de la richesse culturelle de Dunham.



**Venez vibrer chez JazzArt Bazar**

Aquarelle sur toile de France Lamarre  
Art numérique de Luc Tessier  
Email sur cuivre de Bernard Séguin-Poirier  
et bien plus encore!

JazzArt Bazar, Sutton  
20 G, rue Principale Nord,  
[www.jazzartbazar.com](http://www.jazzartbazar.com)



**POTERIE PLURIEL SINGULIER**  
Sara Mills & Michel Viala

Poteries utilitaires & décoratives  
Cours: tournage & ateliers raku

[poterieplurielsingulier.com](http://poterieplurielsingulier.com)  
450-248-3527  
[michelviala@gmail.com](mailto:michelviala@gmail.com)  
1906 chemin St Armand Pigeon Hill

Céramique  
D'automne



### Femmes. Artistes.

#### Mélanie Lefebvre

Du 10 novembre au 6 décembre  
Vernissage 10 novembre, 14h à 16h

Des femmes, des artistes. Cachées dans l'histoire de l'art, oubliées. Celles qui ont réussi à se faire une place et les autres, plus tranquilles, mais tout de même tellement importantes! Un canevas, de l'acrylique et une histoire à raconter. Un portrait pour chacune, un hommage à leur grandeur et leur existence. Elles ont tout essayé. Moi aussi.

Eve Sano-Gélinas



On vous a mijoté

AU COEUR DES SAISONS

OBJETS DE MAISON + FLEURISTE

4 MAPLE . SUTTON . QC | 450 . 538 . 0388





# Ghyslaine Ledoux : la vivacité des couleurs



1<sup>er</sup> jour d'octobre - 24x30



Près de la passe Bolton - 24 x 24



Par delà le temps - 20 x 24

Pour notre édition d'automne, j'ai le plaisir de vous présenter l'artiste Ghyslaine Ledoux qui a un faible pour une palette de couleurs vives et intenses, car ses huiles nous dévoilent des paysages québécois vibrants. « C'est vrai, les gens qui m'observent lorsque je suis en mode création aux symposiums ou simplement dans une aire publique viennent souvent souligner l'effet de mes couleurs », constate l'artiste.

Ghyslaine peint des paysages qui rendent hommage à la vie, aux petits plaisirs et à la beauté naturelle de notre vaste pays. À titre d'exemple, des œuvres tels *1<sup>er</sup> jour d'octobre*, *Près de la passe de Bolton* et *Un joyeux spectacle* nous situent dans un milieu champêtre, calme et paisible qui enchante. Nous sommes invités à contempler de petites maisons, des ruisseaux, des champs vallonnés, des montagnes s'élevant en arrière-plan. Ces tableaux semblent intemporels, impossible de les situer dans une ère précise. Voilà peut-être le secret de Ghyslaine : nous séduire au moyen d'aperçus classiques et francs de la nature et des habitations, le tout sans prétention ni artifice.

La démarche artistique de cette artiste est assez particulière. Installée à son chevalet, Ghyslaine dessine des croquis au crayon. Par la suite, elle peint le tableau au noir avant d'y reproduire le dessin et d'y appliquer des touches de couleur à l'aide de plusieurs petites spatules. Le processus par étapes peut prendre jusqu'à deux jours. « Les gens qui me regardent sont souvent émerveillés par l'arrière-plan en noir, car il fait ressortir les couleurs encore plus », explique l'artiste. « On me demande souvent de ne pas finir le tableau, car le noir fait tellement effet ! »

Autodidacte, Ghyslaine a assumé davantage sa passion pour les beaux-arts à la retraite, moment où elle et son mari se sont installés à Mansonville. Forte d'une



Coule gaiement la petite Rivière Malbaie - 20x16

carrière d'administratrice et de comptable, Ghyslaine prend goût à ses journées tranquilles. Entourée d'amis qui sont également artistes, elle se promène en Estrie ou voyage à dans Charlevoix ou à Kamouraska pour s'inspirer de la nature québécoise. Les escapades avec des amis peintres sont des épisodes de pur bonheur. « Nous nous stimulons les uns les autres et nous découvrons le Québec ensemble. »

Pour Ghyslaine, deux facteurs sont très importants, soit : la composition et la lumière qui sont, selon elle, l'essence même d'un tableau. « La composition est difficile à maîtriser, car elle nécessite beaucoup de réflexion et de patience », note l'artiste, qui estime être très persévérante. « La lumière, c'est tout autre chose. C'est par les contrastes des clairs et obscurs que j'illumine le tableau et le dosage demande une longue pratique. Je dirais que je suis toujours en train d'apprendre à ce sujet. »

La toile *Dimanche à Sutton* en couverture dépeint la grange rouge de la rue Jordan. L'orange, le pourpre et l'écarlate rendent gloire à l'automne que nous tous, en Estrie, connaissons et apprécions si bien.

Ghyslaine expose à la galerie Farfelu de Sutton et à la Galerie Hors-Cadre de Knowlton. Dans la région, ses œuvres ont déjà été exposées au Star Café et à la bibliothèque de Mansonville. Elle participe aussi à des symposiums, comme à Bromont, Danville et Sherbrooke.

Afin de rester informé de ses lieux d'exposition, visitez [ghyslaineledoux.com](http://ghyslaineledoux.com).

Olivia Enns



## FLEURISSIMA

CRÉATIONS FLORALES

Mariages • Événements • Sympathies  
Décor Floral • Commercial et Personnel

[info@fleurissima.ca](mailto:info@fleurissima.ca)

Debbie Hornig  
450 776-0899



Alison Marks  
514 236-6887

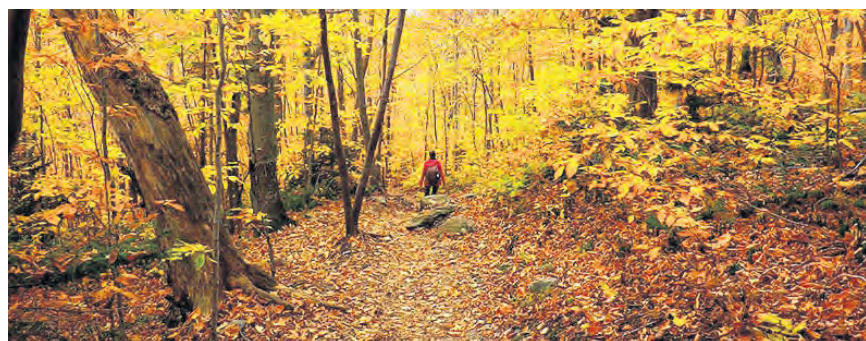


# 2018

## REGIONAL | CALENDRIER CALENDAR | RÉGIONAL

### ÉVÈNEMENTS RÉCURRENTS OU DE LONGUE DURÉE

- Jusqu'au début octobre Alpagas Sutton Visites guidées, sentiers et observation
- Jusqu'au 2 septembre Arts Sutton L'Invisible traversée de Johanne Bilodeau p.22
- Jusqu'au 3 septembre Centre d'art Frelighsburg Photos de Pierre Brisson et Martin Gendron
- Jusqu'au 6 septembre Musée Missisquoi Expo de Ross Parkinson
- Jusqu'au 7 octobre Musée Missisquoi Au fil de l'eau: Découvrons la rivière aux Brochets
- Jusqu'au 8 octobre Musée de Sutton FRANÇOIS DOMPIERRE : 50 ANS DE MUSIQUE
- Jusqu'à la mi-octobre Au Diable Vert ObservÉtoiles, descente de rivière, Vélo-Volant p.19
- Jusqu'à la mi-octobre Canoe & Co Descente de rivière en canot, kayak ou SUP
- Jusqu'au 31 octobre Vignoble Côtes d'Ardoise Expo sculptures Nature & Création
- Jusqu'au 4 novembre 9h Mont SUTTON Vélo de montagne tous les jours p.11
- 23, 24 & 25 août Theatre Lac Brome Meurtre à l'opéra (théâtre)
- 25 août, 22 septembre, 27 octobre 20h PENS Rando au clair de lune
- 30 août au 30 septembre Art Plus Expo Jean-Pierre Rivet p.22
- 31 août au 3 septembre Brome Expo agricole Brome Fair p.9
- 6 au 23 septembre Arts Sutton Collectif Les amies de Muriel Faille vernis 9 sept p.22
- 7 au 30 septembre Centre d'art Frelighsburg Expo Maguy Carpentier & JF Thuot vernis 9 sept
- 8 au 16 septembre Art Libre Expo ESPACES d'Armand Vaillancourt p.22
- 9 septembre au 7 octobre Musée Missisquoi Expo de Bernice Sorge
- 14, 21, 28 septembre & 5 octobre 19h Brouërie Sutton Jazz p.5
- 15, 22 et 29 septembre 10h Vignoble Domaine Bresee VENDANGES p.7
- 15, 22 septembre & 6 octobre 17h Pleasant Sutton Jazz p.5
- 15, 22, 29 septembre & 6 octobre 11h Rumeur Affamée Sutton Homebrew Dixieland Band p.5
- 15, 29 septembre & 6 octobre 18h Hutttopia Sutton Jazz p.5
- 15 septembre au 11 octobre Biblio Dunham La Valise exquise vernis 15 sept p.21
- 15 septembre au 14 octobre Mont SUTTON FESTIVAL D'AUTOMNE (week-ends) p.11
- 16, 23, 30 septembre, 7 & 13 octobre 13h Mont SUTTON Sutton Jazz p.5
- 27 septembre au 28 octobre Arts Sutton France McNeil : Ramifications vernis 30 sept p.22
- 28, 29 et 30 septembre 13h Centre L'Arc-en-Ciel Tarot géant avec animation p.14
- 1<sup>er</sup> au 4 octobre Centre L'Arc-en-Ciel Parcours de tarot géant en visite libre p.14
- 4 au 28 octobre Art Plus Muriel Faille : Dans l'Étoffe de l'Univers p.22
- 4 au 31 octobre Centre d'art Frelighsburg Expolaroid vernis 6 oct
- 5 au 8 octobre Bedford-Lofts Portes Ouvertes des Artistes 2018 p.6

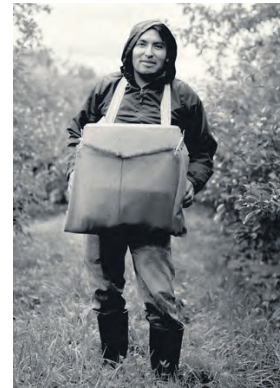


Sentiers - Parc Sutton

Credit photo: Le Pigeon



Élisapie  
Église Emmanuel



Expo photos JF Thuot  
Centre d'art Frelighsburg



Luc de Larochelière  
Theatre Lac Brome

- 11 au 14 octobre Lac-Brome Festival Littéraire Knowlton Literary Festival p.13
- 13 octobre au 8 nov Biblio Dunham Expo coll. des artistes de Dunham vernis 13 oct p.21
- 27 au 28 octobre 13h à 17h Musée de Sutton Expo Citrouill'Art
- 1<sup>er</sup> au 25 novembre Art Plus Sylvie Lacerte : Travaux analogiques - Travaux anciens p.22
- 1<sup>er</sup> nov au 9 déc Arts Sutton Daniel Lalonde : Territoires imaginaires vernis 4 nov p.22
- 10 novembre au 6 décembre Biblio Dunham Expo de Mélanie Lefebvre vernis 10 nov p.21

## AOÛT

- 23 14h Biblio. Cowansville Inscription à L'Université du Troisième Âge
- 25 9h PENS Atelier champignons avec Paul Dorion
- 25 Canoë & co Kayak à la pleine lune (sur réservation)
- 25 17h La Récolte des Générations Soirée musique & karaoké
- 25 19h Le Havre Sutton Haven Inn Robert Stefan p.26
- 25 21h Beat & Betterave Émile Bilodeau
- 25 21h Brasserie Dunham Le Winston Band (musique Cajun)
- 26 14h Centre de la nature (Sur la Scène Davignon) Harmonie de Knowlton
- 30 19h Beat & Betterave Film « La Terre vue du Coeur »

## SEPTEMBRE

- 1 19h Le Havre Sutton Haven Inn TBA (musique en direct)
- 1 20h SAGP Djeeh Bear et Noémie Sheila Rioux
- 1 20h Theatre Lac Brome Bowser & Blue: It's not Rocket Surgery
- 1 21h Brasserie Dunham Lew Philips (rock'n'roll)
- 1 & 2 10h Wow Frelighsburg Journées Portes Ouvertes p.15
- 1 & 2 10h Église anglicane de Frelighsburg Art de Vivre p.6
- 6 17h D'Arts et de Rêves Rencontre avec l'écrivaine Élise Turcotte p.18
- 6 19h Coop Gym Santé Sutton En santé dans la maladie avec Christine Beaudoin p.10
- 6 21h Brasserie Dunham Show Tremblay 73 et Jérémie Agonissant
- 7 20h SAGP Au bout du bout il y a l'infini (théâtre)
- 8 13h Expo Bedford Courses de chevaux sous harnais avec pari mutuel
- 8 13h30 Biblio Dunham Bibliomancie, le pouvoir des livres et des images
- 9 10h Fiducie du mont Pinnacle Atelier de champignons de fin d'été
- 9 10h Ferme Abbonanza Atelier sur l'abattage de poules (bilingue)
- 10 14h AWB Conférence de Philip Lanthier: Writing in the Eastern Townships
- 14 19h Le Havre Sutton Haven Inn Sutton Jazz : Les Barricades Trio p.26
- 14 19h Mont SUTTON Conférence de Mylène Paquette : Un coup de rame à la fois! p.10
- 14 20h SAGP Duo De Luca-Sylvestri, virtuoses italiens
- 15 PENS La Grande Traversée
- 15 7h Mont SUTTON Défi Sutton Challenge p.10
- 15 10h30 Biblio Dunham Conte et bricolage avec Annie Brisebois (0-5 ans)
- 15 20h SAGP Sutton Jazz : Hommage aux frères Adderly et à Nancy Wilson p.5
- 15 21h Brasserie Dunham Green Cup (surf rock)
- 16 8h Fiducie du Mont Pinnacle Yoga doux et méditation
- 16 9h Musée Brome Marché d'antiquités et d'artisanat



- 16 13h Musée Missisquoi **36<sup>e</sup> Festival de la tarte aux pommes** p.18
- 16 13h Vignoble Léon Courville **Atelier monotype avec Sanders Pinault**
- 17 17h La Récolte des Générations **Formation sur les pousses et les germinations**
- 20 20h SAGP **Bori**
- 21 19h30 Centre de Yoga Sutton **Lafleur & Provost : méditation jazz** p.5
- 22 10h30 Biblio Dunham **Atelier : confection d'un coffre à crayons avec La Factrie**
- 22 13h30 Biblio Dunham **Conférence sur l'autohypnose avec Caroline Breault**
- 22 15h Le Cafetier **Sutton Jazz : Art et musique en direct**
- 22 20h SAGP **Sutton Jazz : Yannick Rieu et Yves Léveillé** p.5
- 23 8h Mont SUTTON **Course Marin Wildside Enduro** p.11
- 23 11h Biblio Cowansville **Monsieur Pierre, Madame Musique et le coffre à émotions**
- 23 11h Fiducie du Mont Pinnacle **Conférence de Jérôme Dupras**
- 25 9h15 Coop Gym Santé Sutton **Cours de TRX gratuit** p.10
- 28 17h D'Arts et de Rêves **Inauguration de l'amphithéâtre extérieur avec Domlebo** p.18
- 28 19h Biblio. municipale et scolaire de Sutton **Conférence La voix chantée des enfants**
- 28 19h Le Havre Sutton Haven Inn **Sutton Jazz** p.26
- 28 20h SAGP **Sutton Jazz : Danse et rythmes chauds** p.5
- 29 17h Tartinizza **Sutton Jazz: Michael Hynes & Frida Vincent** p.5
- 29 9h Auberge des Appalaches **Atelier de mycologie** p.7
- 29 10h Richmond Regional High School **Townshipper's Festival des Townshipers** p.13
- 29 10h30 Biblio Dunham **Œuvre collective avec Édith Cambrini et Gabrielle Charbonneau**
- 29 20h SAGP **Sutton Jazz : Luca Carla Jazz Violon 2.0** p.5
- 29 20h Theatre Lac Brome **Jill Barber**
- 29 21h Brasserie Dunham **Stony Loner & His Rythm Rounders (country entraînant)**
- 30 10h Fiducie du Mont Pinnacle **La Rando-SOL du Pinnacle**



## OCTOBRE

- 2 14h AWB **Conférence de Michel Delorme: Bats of the World: Intriguing but Endangered**
- 6 21h Beat & Betterave **Martin Léon**
- 6 19h Le Havre Sutton Haven Inn **Derek Falls (R&B)** p.26
- 6 20h SAGP **Sutton Jazz: Félix Stüssi Quartet: SuperNova 4** p.5
- 6 & 7 10h Wow Freli Alpagas **Journées Portes Ouvertes** p.15
- 7 10h Fiducie du mont Pinnacle **Nos géants les arbres**
- 7 **Marché du samedi de Sutton, Lac-Brome & Frelighsburg DERNIER MARCHÉ DE LA SAISON**
- 7 13h Vignoble Léon Courville **Atelier peinture acrylique avec Sanders Pinault** p.18
- 7 15h SAGP **Lecture-spectacle Hôtel Chrysanthème**
- 12 20h Theatre Lac Brome **Jean-Claude Gélinas : Tout ou rien**
- 13 10h30 Biblio Dunham **Écriture créative et poésie ludique avec Valérie Clermont-Girard**
- 13 20h SAGP **Soirée d'humour : Guillaume Lacelle & invité mystère**
- 13 20h Theatre Lac Brome **Adam Karch**
- 13 20h30 Auberge des Appalaches **Sutton en Blues : Guy Bélanger** p.7
- 13 21h Brasserie Dunham **Kim Albert**
- 18 19h Beat & Betterave **Film « L'intelligence des arbres »**
- 19 20h Église Emmanuel (Sur La Scène Davignon) **Tire le Coyote**
- 19 20h SAGP **Hommage à Cohen avec Richard Bull & Patrizia Ames**
- 19 20h Theatre Lac Brome **Sylvain Larocque : On aura tout vu**
- 20 21h Brasserie Dunham **Mighty River**

- 20 20h Église Emmanuel (Sur La Scène Davignon) **Diane Tell**
- 20 20h SAGP **Inger & Trisha, folk roots**
- 20 20h Theatre Lac Brome **Luc de Larochelière**
- 20 20h30 Auberge des Appalaches **Sutton en Blues : Alexis P. Suter Band** p.7
- 26 19h Biblio. municipale et scolaire de Sutton **Conférence : Jardins nourriciers**
- 26 20h Theatre Lac Brome **Klô Pelgag**
- 27 10h30 Biblio Dunham **Conte et bricolage avec Annie Brisebois (0-5 ans)**
- 27 19h Le Havre Sutton Haven Inn **Simon Esterez Trio (Jazz, Blues)** p.26
- 27 20h Theatre Lac Brome **Julien Lacroix**
- 27 20h30 Auberge des Appalaches **Sutton en Blues : Chris Antonik** p.7
- 27 21h Brasserie Dunham **Santosh Lalonde**
- 28 11h Musée Bruck **Antoine Malette-Chénier et la harpe romantique**

## NOVEMBRE

- 2 20h Église Emmanuel (Sur la Scène Davignon) **Aliocha**
- 2 20h30 Beat & Betterave **Chris Velan**
- 3 13h30 Biblio Dunham **Initiation à l'estampe avec Bernice Sorge**
- 3 20h Église Emmanuel (Sur La Scène Davignon) **Élisapie**
- 3 20h Theatre Lac Brome **Johanne Blouin**
- 3 20h30 Auberge des Appalaches **Sutton en Blues : David Vest** p.7
- 3 21h Brasserie Dunham **Cayenne**
- 5 14h AWB **Conférence de Caitlin Bailey: Business of War: Canadian Companies During WWI**
- 10 20h30 Auberge des Appalaches **Sutton en Blues : Bad Luck Woman & Her Misfortunes** p.7
- 10 21h Brasserie Dunham **The Beatdown**
- 15 19h Beat & Betterave **Soirée BESIDE (capsules documentaires)**
- 16 21h Brasserie Dunham **Les Dindons d'Trécaré**
- 17 10h30 Biblio Dunham **Heure du conte pour toute la famille avec Isabelle Dupras**
- 17 20h30 Auberge des Appalaches **Sutton en Blues : Jack de Keyzer** p.7
- 20 20h SAGP **Le Labo d'impro**

## CONTACTS

Alpagas Sutton 538-1538 [alpagassutton.com](http://alpagassutton.com)  
 Art Plus (Sutton) 521-3189 [galerieartplus.blogspot.ca](http://galerieartplus.blogspot.ca)  
 Arts Sutton 538-2563 [artssutton.com](http://artssutton.com)  
 Auberge des Appalaches 538-0037 [suttonenblues.com](http://suttonenblues.com) et [auberge-appalaches.com/forfaits](http://auberge-appalaches.com/forfaits)  
 Au Diable Vert (ObservÉtoiles, VéloVolant, etc.) 538-5639 [audiablevert.com](http://audiablevert.com)  
 AWB (Auberge West Brome) 266-7552 [facebook.com/canadianclubyamaskavalley](https://facebook.com/canadianclubyamaskavalley)  
 Beat & Betterave (Frelighsburg) 579-440-8600 [facebook.com/Beatetbetterave](https://facebook.com/Beatetbetterave)  
 Bedford-Lofts 248-4278 [facebook.com/portesuvertesdesartistesbedford](https://facebook.com/portesuvertesdesartistesbedford)  
 Biblio Dunham 521-8025 [facebook.com/Bibliothèque-et-Centre-dart-de-Dunham](https://facebook.com/Bibliothèque-et-Centre-dart-de-Dunham)  
 Bibliothèque municipale et scolaire de Sutton 538-5843 [mabibliotheque.ca/sutton](http://mabibliotheque.ca/sutton)  
 Brasserie Dunham 295-1500 [brasserieDunham.com](http://brasserieDunham.com)  
 Brome Fair (Expo agricole de Brome) 242-3976 ou [bromefair.com](http://bromefair.com)  
 CAB Sutton (Centre d'Action Bénévole) [cabsutton.com](http://cabsutton.com)  
 Canoë & co (Glen Sutton) 538-4052 [canoecosutton.com](http://canoecosutton.com)  
 Centre d'art de Frelighsburg 298-5630 [facebook.com/centredartfrelighsburg](https://facebook.com/centredartfrelighsburg)  
 Centre l'Arc-en-Ciel (Sutton) 514-335-0948 [larcenciel.org/ateliers/taro](http://larcenciel.org/ateliers/taro)  
 Coop Gym Santé Sutton 538-0313 [coopgymssantesutton.com](http://coopgymssantesutton.com)  
 D'Arts et de rêves (Sutton) 531-5707 [dartsetdereves.org](http://dartsetdereves.org)  
 Expo Bedford 248-2817 [expobedford.com](http://expobedford.com)  
 Ferme Abbondanza (Mansonville) 292-0732 [facebook.com/abbondanzafarm](https://facebook.com/abbondanzafarm)  
 Fiducie du Mont Pinnacle (Frelighsburg) [montpinacle.ca/activites](http://montpinacle.ca/activites)  
 La Récolte des Générations (Dunham) [facebook.com/La-Récolte-des-Générations](https://facebook.com/La-Récolte-des-Générations)  
 Lac-Brome (Festival Littéraire Knowlton) 242-2491 [knowltonliteraryfestival.ca](http://knowltonliteraryfestival.ca)  
 Le Havre Sutton Haven Inn 538-7417 [suttonshaveninn.com](http://suttonshaveninn.com)  
 Le Pleasant (Sutton) 538-6188 [lepleasant.com](http://lepleasant.com)  
 Mont SUTTON 538-2545 [montsutton.com](http://montsutton.com)  
 Musée Brome (Lac-Brome) 243-6782 [bromemuseum.com](http://bromemuseum.com)  
 Musée Bruck (Cowansville) [surlascenedavignon.com/musique-au-salon](http://surlascenedavignon.com/musique-au-salon)  
 Musée de Sutton 514-891-9560 [museedesutton.com](http://museedesutton.com)  
 Musée Missisquoi (Stanbridge East) 248-3153 [museemissisquoi.ca](http://museemissisquoi.ca)  
 Paul Dorion (Sutton) 538-3469 [paulion153mail.com](mailto:paulion153mail.com)  
 PENS (Parc d'environnement naturel de Sutton) 538-4085 [parcsutton.com](http://parcsutton.com)  
 Poterie Pluriel Singulier (Pigeon Hill) 248-3527 [poterieplurielsingulier.com](http://poterieplurielsingulier.com)  
 Richmond Regional High School [townshippers.org/tfest](http://townshippers.org/tfest) [facebook.com/townshippers](https://facebook.com/townshippers)  
 SAGP (Salle Alec et Gérard Pelletier, Sutton) 538-0486 [salleagpelletier.com](http://salleagpelletier.com)  
 Sur La Scène Davignon (Cowansville) [surlascenedavignon.com](http://surlascenedavignon.com)  
 Sutton Jazz [suttonjazz.com](http://suttonjazz.com)  
 Theatre Lac Brome (Knowlton) 242-2270 [theatrelacbrome.ca](http://theatrelacbrome.ca)  
 Université du Troisième Âge (Cowansville) 450 955-1164 [usherbrooke.ca/uta/brome](http://usherbrooke.ca/uta/brome)  
 Vélo de montagne Sutton 538-6464 [facebook.com/pleinairsutton](https://facebook.com/pleinairsutton) [pleinairsutton.blogspot.ca](http://pleinairsutton.blogspot.ca)  
 Vignoble Côtes d'Ardoise (Dunham) 295-2222 [facebook.com/natureetcreation](https://facebook.com/natureetcreation)  
 Vignoble Domaine Bresee (Sutton) 538-3303 [vignobledomainebresee.com](http://vignobledomainebresee.com)  
 Vignoble Léon Courville (Brome) 531-0936 [sanderspin1@me.com](mailto:sanderspin1@me.com)  
 Wow Freli Alpagas (Frelighsburg) 514-232-6021 [wowfrelialpagas.com](http://wowfrelialpagas.com)



## Cours de chant

Leçons individuelles

## Éducation à l'art vocal

Écoute active en groupe

### Monique Picard

Enseignante expérimentée  
et animatrice certifiée



450 538-0045 · mpicard@iteract.ca · Sutton Junction

## Justin Manasc

Ingénieur forestier  
Forest Engineer

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

### Consultation

Aménagement des boisés privés  
Aménagement de sentiers forestiers  
Plans d'érablière

Private woodlot management  
Forest trail development  
Sugarbush plans



## Plantation des Frontières

Depuis 1980



Sapins de Noël

### MINI EXCAVATION

- Arbres avec racines
- Conifères et feuillus
- Cèdres pour haies
- Service de plantation et excavation
- Déchiqueteuse sur PTO

295 chemin des Érables  
Saint-Armand, QC J0J 1T0

450 248-3575  
plantationdesfrontieres.com



# GPS

CONSTRUCTION  
ENTREPRENEUR  
GÉNÉRAL & SPÉCIALISÉ  
R.B.Q.: 5700-6124-01

CONSTRUCTION • RÉNOVATION  
EXCAVATION • AMÉNAGEMENT PAYSAGER

RÉSIDENTIEL | COMMERCIAL | INDUSTRIEL | AGRICOLE

Notre travail et notre engagement à la satisfaction du client est notre slogan!

1 866 477.6940 | www.gpsconstruction.ca | 1060, ch. de Knowlton



ALEXANDRE COURVOISIER  
Entrepreneur général  
Technicien en architecture  
RBQ 8278-7227-29

COURVOISIER  
CONSTRUCTION  
INC.

DUNHAM

450 521-7405

courvoisierconstruction.com

## Bois de chauffage à vendre Fire wood for sale

450 204-3574

pssantere@gmail.com

## A haven for one and all



Since June 2017, the restaurant is open to the public from Wednesday to Sunday. It is safe to argue that the restaurant is probably the most impressive room in the building. Spacious, with a piano tucked away in a corner, the dining room is a perfect place to enjoy copious breakfasts cooked by Sanderson herself or to savour dinner prepared by her chef. "We have a number of diverse dishes including schnitzel served with apple sauce, grilled salmon

Built in 1842, Haven Inn, nestled near the top of Sutton mountain, is an ideal get-away for those seeking a break from the hustle and bustle of city life.

Meet Elizabeth Sanderson, a bubbly and energetic woman who is the proud owner of the recently renovated and refurbished building that appeals to the eye with its black lacquered accents, colourful landscape paintings, and expertly decorated bedrooms. When Sanderson purchased the bed and breakfast in 2017, she realized she had a lot of work to do. "The place was a mess," she admitted. Think thick, brown, stained rugs, nicotine-yellowed walls, and colours like Kelly green and bubble gum. It all had to go. So what did Sanderson and her husband do? They pulled up their sleeves and got down to serious work. Their daughter Lauren and son-in-law also helped with renovations and getting the project up and running.

Today, the 10-room inn is soberly and craftily decorated with large windows and an inviting terrace. For inn guests only, the lobby boasts a pool table, a gym, and a hot tub. Sanderson's expert eye for interior design explains why she opted for a "country chic" look, where comfort meets elegance. Sanderson agreed. "My taste is going to kill me," she said with a light laugh.

topped with mango chutney, mouth-watering ribs, and a selection of pizzas, burgers and pasta dishes," enumerated Sanderson. On certain Saturday evenings, diners can enjoy live music as well.

Catering to people comes naturally to Sanderson. "I remember staying at a B & B with my parents in New Brunswick when I was a kid," she recalled. "I wanted to be an inn-keeper since I was 16 because I thought it was the best job in the world." Discouraged from pursuing her career dream, Sanderson chose another route and worked as the director of an art gallery in Beaconsfield for years besides owning an interior design company for 23 years. When she rented a cottage in Mansonville, Sanderson fell in love with the Eastern Townships and embraced her true passion: hostelry. A true lover of art, Sanderson chose to transfer part of the art gallery's collection to the inn. Sanderson represents 95 artists, most of whom are Canadian. "Our collection is always growing," added Sanderson with pride.

Open seven days a week, the inn is conveniently situated at 435, rue Maple, a stone's throw away from the mountain, perfect for bikers and skiers. For more information, call (450) 538-7417.

Olivia Enns

## Le comptoir DU MARCHAND DE THÉ



Sélection exceptionnelle de thés,  
tisanes, rooibos, théières et  
accessoires.

Salon de thé offrant une cuisine  
vegan inspirée; sushis, thalis  
(mets indiens), pâtisseries, chai  
maison, matcha.

Également offert pour emporter.  
Dégustations et ateliers.

Salon de thé et boutique · 1, rue du Dépôt · SUTTON · 450.538.2002



# L'Auberge du Notaire



Il est facile d'oublier que l'on offre de la restauration à la montagne. Pourtant, l'Auberge des Appalaches, l'Auberge Le Havre Sutton, L'Horizon et Huttopia vous offrent un service de restauration alléchant. Mais attendez... connaissez-vous l'Auberge du Notaire?

Après plusieurs péripéties (certains se souviendront du feu pendant la construction), le couple a officiellement ouvert les portes l'an passé. Le propriétaire de l'établissement, Maurice Richard, est bel et bien un notaire à la retraite. C'est lui ou sa femme Ginette qui vous ouvrira la porte, sourire aux lèvres, leur shih tzu Lili toujours à quelques pas. Familiale et conviviale, leur auberge accueille des visiteurs pour des déjeuners copieux, de grands soupers, du poulet sur la broche ou des pizzas dont la pâte est faite à la main et cuite au four à bois. Cet établissement s'avère idéal pour de petites réceptions : anniversaire, mariage, baptême, petit congrès, etc.

Le style sobre et réconfortant donne à l'endroit quelque chose de chaleureux. Près de l'entrée, le salon luxueux avec ses meubles en cuir et son plancher orangé en jatoba est agrémenté d'un grand foyer de masse central, ainsi que d'un piano à queue offrant une sonorité comparable à un Steinway.

Un peu plus loin, deux salles à manger offrent une fenestration abondante avec un beau panorama de la montagne. Chaque salle peut accueillir jusqu'à 50 personnes. Pour sa clientèle,

Maurice a concocté un menu varié : pizza au four à bois, *roastbeef*, buffet italien, fondue chinoise, méchoui, etc. Par contre, il faut noter que pour tout repas, consommés sur place ou pour emporter, il faut réserver quelques heures au préalable puisque partir le four à bois nécessite quelques heures de préparation afin d'être à la bonne température. L'Auberge du Notaire est d'ailleurs le seul établissement à Sutton où il est permis d'apporter son vin ou sa bière pour accompagner un repas pris sur place.

Au deuxième étage, les 8 chambres avec salle de bain privée vous offrent le confort absolu. À l'extérieur, Maurice a installé deux terrasses à l'arrière, deux à l'avant, un gros bbq au bois et un four au bois. Il faut l'admettre : Maurice aime rêver en grand. Il compte d'ailleurs ajouter prochainement une piscine extérieure. Notez que le sous-sol offre également une vaste salle de jeu qui comprend des tables de snooker, de *baby-foot* et de ping-pong, ainsi qu'une table de massage, un sauna, des appareils d'exercice et un piano droit. « J'aime que mes visiteurs se sentent comme chez eux », précise Maurice.

Cette adresse conviendra certainement aux gens qui aiment l'intimité, l'opulence et la variété sans avoir à se ruiner. Les propriétaires, résilients et généreux, ne lésinent sur rien pour faire de votre séjour ou votre repas un grand succès!

Olivia Enns

## L'AUBERGE

du *Notaire*

8 chambres  
8 salles de bain privées

Repas de groupe  
Pizza au four à bois  
Sur réservation

418, chemin Maple  
Sutton, Québec, J0E 2K0  
579.436.8666

info@aubergedunotaire.ca  
www.aubergedunotaire.ca

**elisabeth bouchard architecte**  
**eric boucher architecte**

**SUTTON**  
(579) 436-8868  
ebarchitecte.com

450-534-1616  
www.alanbellavance.com

**ATELIER A. BELLAVANCE**  
architecte

## MIGUÉ & FOURNIER

ARPENTEURS-GÉOMÈTRES INC.  
LAND SURVEYORS

www.miguefournier.ca 450 263-5252

EXPERTS GÉOMÈTRES DEPUIS 1949  
UNE EXPÉRIENCE QUI FAIT LA DIFFÉRENCE

• COWANSVILLE • GRANBY
• BROMONT • FARNHAM
• MANSONVILLE

TARIFS MEMBERSHIP 2018			
<b>INDIVIDUEL</b>			
7 JOURS			1,286.25 \$
5 JOURS + Fériés + dimanche après 14 h			1,107.75 \$
5 JOURS (semaine)			997.50 \$
7 JOURS avant 8 h et après 14 h			599.00 \$
Membre après 14 h			529.00 \$
<b>COUPLE</b>			
7 JOURS			2,415.00 \$
5 JOURS + Fériés + dimanche après 14 h			2,157.75 \$
5 JOURS (semaine)			1942.50 \$
<b>RELÈVE</b>			
19-25 ans			500.00 \$
26-32 ans			625.00 \$
Junior			150.00 \$
<b>VOITURETTE</b>			
Demi-voiturette illimité : 550\$		10 demi-voiturettes : 100\$	
<b>VISITEUR</b>			
18 TROUS	LUNDI AU VENDREDI	SAM-DIM + FÉRIÉS	
AVANT 14 h	29.00 \$	39.00 \$	
APRÈS 14 h	21.00 \$	29.00 \$	
APRÈS 16 h	18.00 \$	19.00 \$	
18 TROUS avec voiturette	LUNDI AU VENDREDI	SAM-DIM + FÉRIÉS	
AVANT 14 h	39.00 \$	49.00 \$	
APRÈS 14 h	29.00 \$	39.00 \$	
APRÈS 16 h	25.00 \$	29.00 \$	
9 trous lundi au dimanche + Fériés		22.00 \$	
Voiturette : 18 trous : 15\$/personne		9 trous : 9\$/personne	
Taxes en sus sur tous les prix. Sujet à changement sans préavis.			
Golf et Auberge Les Rochers Bleus : 450.538.2324 / 1.800.361.2468 · 550, route 139 Nord, Sutton info@lesrochersbleus.ca · www.lesrochersbleus.ca			

## interior design d'intérieur

Virginie Catenne  
t: 450.538.0922

virginie@designerinterieur.org  
www.designerinterieur.org

## Désourdy

salons funéraires — funeral homes

Ange-Gardien · Henryville · Knowlton  
Cowansville · Farnham · Mansonville · Sutton

450.263.1212 · www.desourdy.ca



## Pas le temps de cuisiner ?

Cuisinière de famille prépare pour vous chez vous des repas adaptés aux besoins et aux goûts particuliers de votre famille



[cuisinieredefamille.com](http://cuisinieredefamille.com)  
f cuisinière de famille

## Les marchés publics de Brome-Missisquoi

### Des produits frais et locaux

Saviez-vous que Brome-Missisquoi compte six marchés publics saisonniers, ainsi qu'un marché de solidarité régionale ouvert à l'année? À Sutton, Dunham, Frelighsburg, Cowansville, Lac-Brome et Farnham, plus d'une centaine de producteurs locaux y offrent des aliments de qualité et des produits frais. Au menu : des fruits et légumes, des viandes, du pain et du fromage, du miel et du sirop d'érable, des champignons, des confitures et des vinaigrettes, des plats préparés et bien plus encore! Une occasion unique de découvrir le terroir et les saveurs de la région.



Boulangerie Capitaine Levain

### Une virée gourmande, une expérience festive

Tout en faisant vos emplettes, laissez-vous séduire par de délicieuses trouvailles gourmandes. En effet, que vous soyez de la région, en vacances ou simplement de passage, vous pouvez rassembler tous les ingrédients nécessaires pour un pique-nique champêtre et le déguster sur place ou sur la route.

En plus d'y faire vos provisions et d'y prendre une bouchée, chaque marché public vous propose une expérience unique en vous accueillant dans une ambiance

festive soit avec de l'animation, de la musique ou des activités pour toute la famille.

Vous pouvez même visiter plus d'un marché public par semaine. Par exemple : le marché Cœur de Carotte de Cowansville prend place dans le cadre des jeudis centre-ville, tandis que le Petit Marché Fermier de Dunham vous attend les vendredis de 15 h à 18 h 30 pour démarrer la fin de semaine en beauté. Le samedi, c'est l'abondance, avec quatre marchés qui en font un arrêt incontournable lors d'une balade à vélo ou simplement pour rencontrer des amis.

### Le temps des récoltes... et des conserves!

Les marchés étant ouverts jusqu'au début du mois d'octobre, ne ratez pas l'occasion de préparer vos confitures et autres conserves. Cet été et cet automne, c'est un rendez-vous! Pour connaître les horaires et les adresses des marchés publics de Brome-Missisquoi, visitez [artisandelaterre.ca](http://artisandelaterre.ca).

Leslie Carbonneau  
Conseillère en développement agroalimentaire au CLD de Brome-Missisquoi



511 RUE DU SUD  
COWANSVILLE  
450-955-1500

LAMIEBRETONNE.CA

**PAINS à fermentation longue au levain... ou pas!**  
[Avec les Farines La Milanaise]  
**Viennoiseries & Pâtisseries**  
**COURS DE BOULANGERIE**  
**Fromages & Épicerie fine**  
**Salades, Sandwichs & Pizzas**

**Venez nous voir au marché public du samedi à Sutton!**

## Une journée à la Coop des Jardins du pied de céleri



De gauche à droite: Anne-Sophie Tardif, Mathieu Roy, Mathieu Lavallée, Rachel Dionne-Raymond, Fénix Jetté, Camille Roy-Béliveau, Cathetine Dallaire, Joémie Desroches, Benoit McConnel-Legault, Anahi.

J'arrive à la ferme. L'herbe est mouillée, le temps encore frais et les alentours paisibles. Fénix ajuste un outil sur un tracteur, Benoit finalise la liste des récoltes, Rachel jette un coup d'œil dans la serre et j'observe la liste des tâches à faire au champ. Les autres membres de l'équipe arrivent un à un et se rassemblent dans le dôme. Ça plâcote et ça rigole tout en s'étirant. Difficile d'imaginer à ce moment toute l'activité qui animera bientôt la ferme.

Difficile de visualiser tous les légumes qui empliront bientôt la chambre froide, les centaines de petits plants qui seront mis en terre, les cultures qui s'embelliront par nos bons soins ou les infrastructures qui prendront forme. Pourtant, c'est bien ce qui arrive, jour après jour.

Le signal de départ est lancé. Chacun part dans sa direction, muni de caisses de récolte et d'outils. Sitôt récoltés les légumes font leur chemin jusqu'au dôme, où ils sont conditionnés par des mains habiles et selon un rigoureux système d'organisation. S'en suit la valse des travaux au champ : préparation de sol, transplantation du huitième semis de laitue, tuteurage des tomates, binage des carottes, semis d'engrais vert, alouette! Pendant ce temps, les commandes pour les restos sont préparées dans le frigo, Mathieu va à la rencontre de nos abonnés aux paniers bio et Rachel remplit notre kiosque à la ferme des plus beaux légumes qui soient. De temps en temps, je lève la tête pour observer un oiseau qui passe par là, contempler les feuilles de betteraves qui ballottent au vent, voir le bleu du ciel et attraper un peu de la poésie qui nous entoure.

À la fin de la journée, comme chaque jour, j'aimerais avoir un peu plus de temps pour terminer juste une dernière tâche! Mais surtout, je suis épatée par le travail accompli, épatée par l'habileté, l'endurance et l'ingéniosité de mes coéquipiers. Le calme est revenu à la ferme et avec un peu de recul, je constate le chemin

(suite page suivante)

## Pharmacie Samuel Desjardins inc.

### Heures d'ouverture prolongées!

Jeudi et vendredi soirs jusqu'à 21 h. Ouvert le dimanche.

Profitez-en pour venir rencontrer votre nouveau pharmacien propriétaire, Samuel Desjardins.

### Heures d'ouverture :

Lundi au mercredi : 9 h à 18 h    Samedi : 9 h à 17 h  
Jeudi et vendredi : 9 h à 21 h    Dimanche : 9 h à 13 h



## SERVICES PROFESSIONNELS



SUIVI TENSION ARTÉRIELLE



SUIVI GLYCÉMIE



TRANSFERT DE DOSSIER



CONSULTATION PERSONNALISÉE



LIVRAISON GRATUITE de vos médicaments



ET PLUS ENCORE

Pour le transfert de dossier et certains services, des conditions s'appliquent.

**Les pharmaciens exerçant à cette pharmacie sont seuls responsables des activités qui leur sont réservées dans le cadre de l'exercice de la pharmacie.**

**Pharmacie Samuel Desjardins inc., pharmacien propriétaire**

25, rue Principale Nord, Sutton 450 538-0055

Affilié à





parcouru depuis la création de la Coop en 2013 : amélioration de nos pratiques, création d'un super kiosque libre-service à la ferme, diversification de notre offre, aménagement d'infrastructures, développement d'une impressionnante dynamique d'équipe. Bien que très fière, je suis remplie de reconnaissance envers ceux qui nous ont soutenus en cours de route et je m'estime choyée de jouer un rôle dans cette étonnante organisa-

tion qui s'enracine doucement dans notre communauté. Je sais qu'il reste tant à faire pour concrétiser nos 1001 idées farfelues, mais je nous sais aussi travailleurs, passionnés, bien entourés et disons-le, un peu fous. C'est donc fatiguée, certes, mais aussi nourrie et confiante que je termine cette autre journée à la ferme.

Anne-Sophie Tardif

## La Ferme Selby : une jeune ferme éthique et prometteuse



Nicolas et Laurence

Laurence Levasseur et Nicolas Gaudette sont jeunes et amoureux. Il y a 5 ans, ils se sont rencontrés à la ferme expérimentale de Frelighsburg et l'idée a germé de créer leur propre ferme écoresponsable.

Ils font d'abord une année-test chez les parents de Laurence avec quelques porcs de race rustique avec toujours en tête le souci d'une alimentation saine et le bien-être des animaux. L'année suivante, ils fondent officiellement la Ferme Selby et s'installent sur la terre de la mère de Nicolas. Ils y resteront, jusqu'à un coup de chance l'hiver dernier, alors qu'ils ont eu écho qu'un fermier du coin mettait sa terre en vente. C'était l'occasion d'acquiescer plus d'autonomie et permettre l'expansion de la ferme. « Ça s'est passé dans la cuisine autour d'une bière et d'une poignée de main. C'était plus important pour le propriétaire de léguer sa terre à de jeunes fermiers que de faire du profit. Il nous a donné notre élan. On lui doit beaucoup, » dit Nicolas. Ce dernier a construit lui-même une grange très fonctionnelle qui permet de loger les verrats et les truies de gestation et de produire tout au long de l'année. Ils élèvent également de la dinde et du poulet au pâturage.

Le plus gros défi pour ces petites fermes est la mise en marché. Il reste du travail à faire au niveau de l'éducation au consommateur qui doit être plus conscientisé à acheter directement du producteur. Pour Nicolas, l'attitude à adopter serait de « consommer

moins de viande, mais de meilleure qualité. » En plus d'encourager l'économie locale, on fait un geste pour l'environnement et pour sa propre santé.

Les marchés restent la meilleure façon pour ces jeunes entrepreneurs de faire connaître leurs produits. Laurence est une habituée ; enfant, elle suivait déjà ses parents pomiculteurs dans les marchés. « Le contact avec les gens, c'est le fun ! Ça me fait du bien d'expliquer ce qu'on fait. Beaucoup de gens sont tellement déconnectés de l'agriculture ! Ils pensent souvent qu'on élève du sanglier. On explique qu'il s'agit de races de porcs traditionnelles qui existaient il y a longtemps et dont dérive le cochon rose, conventionnel. La texture est différente, la viande est plus persillée et plus savoureuse. Les gens l'essayent et reviennent la semaine d'après ! »

Les fermes locales comme la Ferme Selby font davantage attention à leur empreinte écologique et au bien-être animal. Laurence et Nicolas traitent leurs animaux avec éthique et dévouement. « On mise d'abord sur le confort de l'animal, ce qui a un effet positif sur la qualité de la viande. Les porcs vivent en pâturage (même l'hiver, car ces races sont adaptées au froid) et donc il n'y a aucune accumulation de purin. L'alimentation de nos porcs ne contient aucun OGM, maïs, soya et hormones de croissance. Les truies de gestation ne sont pas mises dans des cages. Les mères restent deux mois avec leurs petits avant que ces derniers ne soient sevrés. »

Afin de diviser les frais et ainsi pouvoir faire plus de foires et marchés, la ferme Selby s'est regroupée avec sept producteurs responsables de la région pour créer la coopérative **Le terroir solidaire**. Cette initiative permet de s'entraider et de se sentir moins isolés. « Nous n'avons pas d'employés, alors c'est parfait de pouvoir mutuellement se donner un coup de main, ou encore se prêter de la machinerie. »

Il est possible d'acheter les produits de la Ferme Selby à la pièce ou en gros, congelé ou frais, directement à la boutique, au 1332 chemin Hudon à Dunham. Les bons de commande et la liste des marchés sont disponibles sur le site [fermeselbyfarm.com](http://fermeselbyfarm.com).

Christine Doyon

**Verger écologique et vinaigrerie artisanale**

**Boutique**

- Vinaigres: cidre, vin, érable
- Confits, confitures
- Moutardes
- Jus, tartes

**Auto-cueillette**

*Pique-niquez sur notre site enchanteur au bord de la rivière.*

42, route 237 Nord,  
**Frelighsburg** (Québec)  
Tél./télec. (450) **298-5319**  
[www.aucoeurdelapomme.ca](http://www.aucoeurdelapomme.ca)

**DOMAINE DE DUNHAM**  
VERGER, CIDRERIE ET VINAIGRERIE

4470, chemin Godbout  
Dunham, 450 295-1155  
[www.domainededunham.ca](http://www.domainededunham.ca)

Dégustations gratuites, cueillette de pommes, poires, prunes et pommettes. Boutique, kiosque, salle de réception et deux aires à pique-nique. À partir du 22 août. Ouvert du mercredi au dimanche et congés fériés : 9 h 30 à 17 h 30.

**Miel de la Ferme Pettigrew**  
Pierre Pettigrew, apiculteur

- Miel
- Sirop d'érable
- Sirop de bouleau
- Légumes
- Pollinisation
- Cire
- Gelée Royale
- Pollen

**Nous serons à l'EXPOSITION DE BROME les 31 août, 1, 2, et 3 septembre et au MARCHÉ de SUTTON tous les samedis.**

173, Chemin de Richford, Frelighsburg, Qc J0J 1C0 450.298.5451



**Mont Minou**  
Auberge pour CHATS  
...uniquement  
450-538-0718



Fifi

**C'est Pur  
C'est Animal  
It's I ♥ you**

Toujours des nouveautés!

**OUVERT  
OPEN  
7/7**

**PUR ANIMAL** 

MANGEOIRES & SUPPORTS FEEDERS & POLES

1108, ch. Knowlton, West Brome, Lac-Brome  
450 263-3030 • www.puranimal.com

**SERVICES VÉTÉRINAIRES**

**Dr Érik Masclé, m.v.  
Dr Luc Lemaitre, m.v.**

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

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

www.vet-mtv.ca



**DÉBOSELAGE ET PEINTURE  
BODY WORK AND PAINTING**

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

**Spécialité: peinture vernis  
ESTIMATION POUR ASSURANCES**

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

**Specialty: Clear coat  
INSURANCE ESTIMATES**

- Free estimates
- Week-end by appointment

Tél.: (450) 539-3433  
Fax: (450) 539-2313

74, Ch. Foster, Shefford, QC J2M 1A5



**Mécaniciens Famille Morse**

76, rue Principale Sud, Sutton  
Tél.: 450 538-2308  
Télé.: 450 538-0606

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



**AUTOMOBILES SUTTON INC.**

**Auto PLACE**  
MAÎTRE MÉCANICIEN

- Entretien / Réparation mécanique pour tous genres de véhicules
- Outils électroniques à la fine pointe technologique
- Réparation des systèmes de climatisation
- Centre de pneus

Ouvert du lundi au vendredi de 8 h à 17 h  
Fermé les samedis

**LA PLACE POUR VOTRE VÉHICULE**  
24 Principale Sud, Sutton (Qc) JOE 2K0 Tél.: (450) 538-2236

## Sur la toxicité et autres commentaires



Il arrive que vous commentiez mes textes, ce que j'apprécie grandement. Mon dernier article a suscité une observation de la part d'un d'entre vous, ce qui m'a inspiré les mots qui suivent. Cet écrit parlait du sureau et du magnifique verger de Vitalité Sureau à Lac-Brome. J'y présentais un survol des propriétés médicinales de cette plante chérie. Dans son commentaire, le lecteur relevait le potentiel toxique des baies immatures et des jeunes pousses de sureau. J'aimerais donc répondre et clarifier. Permettez-moi!

Le sureau d'ici, le *Sambucus canadensis* très semblable au *Sambucus nigra* européen, n'est pas toxique à proprement parler. Certaines de ses composantes biochimiques peuvent toutefois provoquer des réactions « indésirables ».

Les feuilles fraîches provoquent, chez certaines personnes, une irritation cutanée lorsqu'appliquées résolument sur la peau. Les toucher ne représente pas un danger en soi. L'écorce et les racines de la plante, lorsqu'ingérées, sont laxatives, voire purgatives. Ce qui peut présenter un problème pour l'un, mais aider l'autre à solutionner un trouble de congestion du transit intestinal. En règle générale, ce qui peut sembler être une toxicité potentielle n'est en fait qu'un effet médicinal puissant que l'on peut minimalement connaître et respecter pour éviter les problèmes.

Petite note historique; les branches creuses du sureau étaient jadis utilisées pour fabriquer des flûtes, des attiseurs à feu, des flèches, des claquettes musicales et cérémoniales et j'en passe. Les fleurs sont inoffensives, sauf pour certaines personnes, lorsque prises en infusion fébrifuge. La tisane de fleurs de sureau est très efficace pour faire baisser la fièvre, mais elle a tendance à faire monter un peu la température du corps avant de la faire redescendre. Une façon simple d'éviter ce vain inconfort au fiévreux sous vos bons soins sera d'intégrer une même quantité d'achillée millefeuille à l'infusion de sureau. Cette dernière ajoutera ses propres qualités et complètera très bien le sureau.

J'irai maintenant au plus « épeurant » : la plante contient globalement de faibles quantités de glycosides cyanogènes<sup>1</sup>, dont la sambunigrine. Cette dernière est poison, mais seulement suite à la consommation de grosses doses concentrées, absorbées de façon soutenue. Les quantités contenues dans le sureau sont négligeables et en outre bien métabolisées par le corps.

C'est dans les graines de sureau que l'on note les plus hauts taux de glycosides cyanogènes.

Notez que la cuisson brise leur structure biochimique, les rendant ainsi inoffensifs. Les fruits sont généralement pressés en un jus extraordinairement médicinal, ou cuits, passés et proposés en gelée par exemple, ce qui limite la consommation des graines. Cela dit, on peut manger les fruits de sureau frais à condition de ne pas exagérer.

Le sureau rouge, *Sambucus pubens* ou *racemosa*, est plus dangereux, car ses baies sont réellement toxiques. Dans la nature, le rouge est d'ailleurs souvent synonyme de danger. Pas toujours par contre, mais disons que si la peau



et la chair du fruit sont rouges, il risque fort d'être fauteur de trouble. Il convient de faire preuve de prudence avant de manger des fruits sauvages, on le sait toutes et tous. Les plantes nous donnent parfois des indices quant à leur palatabilité. Si ça goûte mauvais et que c'est désagréable en bouche, c'est potentiellement hasardeux, voire dangereux.

Dans le monde végétal, les composantes biochimiques les plus intenses et possiblement toxiques sont, en général, couplées de molécules atténuant leur surpuissance, rendant ainsi possible l'usage de la plante fraîche et entière. Comme pour les traits de caractères, par exemple, d'une personne prédisposée à mener le groupe, si ses qualités d'écoute et d'empathie sont défaillantes, elle risque fort d'agir en tyran plutôt qu'en leader positif.

Bon automne

Annie Rouleau  
Herboriste praticienne  
annieaire@gmail.com

<sup>1</sup> Petites bases de lecture sur les glycosides cyanogènes : sciencedirect.com/topics/biochemistry-genetics-and-molecular-biology/cyanogenic-glycosides compoundchem.com/2016/05/31/elderflower-elderberry/



# L'abondance des Nues Mains

La ferme des Potagers des Nues Mains, située au coin d'Alderbrooke et Perkins, à moins de dix minutes du village de Sutton, est un véritable havre de biodiversité et d'agriculture biologique. Ces dernières années, pas moins d'une centaine de variétés de légumes sortent de terre.



Yan Gordon

La petite entreprise des Potagers des Nues Mains a commencé en 2005, sans machinerie, sur un bout de terrain d'un demi-acre loué aux Écuries Robinson, non loin de l'emplacement actuel. Yan Gordon avait l'idée d'ouvrir un club-conseil en agroenvironnement à l'époque. Après trois ans, le diplômé en agronomie de l'Université McGill a découvert qu'il préférerait l'agriculture. Originaire de Longueuil, le père de famille aujourd'hui âgé de 41 ans a fait le saut en 2008, en achetant une terre d'une superficie de 25 hectares.

En juillet dernier, alors que les températures caniculaires battaient leur plein, Yan était fier de dire qu'il y avait « de l'eau en masse dans le sol ». Grâce au débit de la rivière, mais aussi grâce au sol argileux où repose sa ferme. Les sols d'argiles sont réputés « pour avoir un taux de

matière organique plus élevé, ce qui donne des carottes particulièrement goûteuses! », précise Christina Laterreur, technicienne agricole.

Christina est l'une des sept employés qui font rouler Les Potagers. Un stage dans le cadre de ses études en production maraîchère biologique l'a menée ici en 2010. Cette trentenaire ne se cache pas pour dire qu'au contraire de leur PME, « dans l'industrie, ils sélectionnent souvent des variétés de tomates qui sont productives, mais qui ne goûtent pas grand-chose. »

Pour de savoureuses tomates ancestrales donc, mais aussi pour des pousses de tournesol, du kale, du bok choy, ou encore des œufs fermiers provenant de leurs 99 poules — « oui, 99, comme Wayne Gretzky! » s'amuse à dire Yan — le kiosque libre-service de la ferme des Nues Mains, ouvert 24 h sur 24, 7 jours sur 7, est tout indiqué. Notons que depuis que ces derniers ont pavé le chemin au kiosque libre-service, une idée venue du Vermont, d'autres producteurs dans la région ont emboîté le pas.

## Des paniers d'hiver

Quatre cents abonnés, dont près de 60 dans la région et le reste à Montréal, c'est le fan-club des Potagers qui livre un peu plus de 200 paniers de légumes bio par semaine. Depuis l'an passé, la ferme est devenue un point de chute pour les paniers d'hiver des Bio Locaux. Les Bio Locaux regroupe une vingtaine de fermes biologiques, tous membres de la Coopérative pour l'agriculture de proximité écologique (CAPÉ). Ils unissent leurs forces, été comme hiver, afin d'offrir une belle diversité de produits de qualité.

Alors que des espèces en voie de disparition, telles que le papillon monarque ou le merle bleu sont aujourd'hui présentes sur la terre des Nues Mains, ces derniers, bien engagés dans la biodiversité, caressent aujourd'hui le rêve d'avoir une forêt nourricière, où arbres, cultures et animaux ne feraient qu'un. À suivre.

Le kiosque libre-service, ouvert jusqu'à la fin octobre, est situé au 190, chemin Perkins. Le samedi, les Nues Mains se dédoublent pour se retrouver de 8 h 30 à 12 h 30, à la fois au Marché de Sutton, rue Curley, (jusqu'à la fin octobre) et au Marché Knowlton, 2, rue Maple (jusqu'à l'Action de grâce).

Julie Turgeon

20 ans à paysager votre paysage

**GRAMINIFORME**

Nathalie Carey

Création et réalisation  
d'aménagements paysagers

Consultation horticole

450 522 0650

**CATHERINE FERRON**

Médecine  
traditionnelle chinoise

TRAITEMENT AU LASER  
indolore - sécuritaire - efficace

107, Principale Nord, Sutton JOE 2K0  
(450) 538-6371  
Sur rendez-vous

DÉCO - JEUX - PAPETERIES

vertpartout@hotmail.com

**VERT PARTOUT**

19 Principale Nord  
Sutton, Qué. JOE 2K0  
Tél.: 450 538 8378

vertpartout.com  
Ouvert du lundi au dimanche

**Abercorn**

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

JEUDI 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 JOE 2K0

**Simon Riel**  
APICULTEUR

450 538-2970

32 ch. Schweizer, Sutton, QC JOE 2K0

**chez Matis**

**Traiteur / Catering**

Le meilleur de la cuisine française à Sutton,  
accueil courtois et personnalisé

Mariages - Méchouis - Anniversaires

**Nouveauté** tonkinoise au canard et gâteau choco-oranges. Service sur place ou pour emporter.

3 sortes de soupe tonkinoise. Plats cuisinés de qualité.  
Tourtière au canard - Quiches - Pizzas - Feuilletés de champignons - 8 sortes de tartes françaises - Mille-feuilles - Paris Brest-Babas au rhum - Café.

50, Principale Nord, Sutton 450 538-6444  
Merc. au dim. 9 h à 18 h · traiteurmatis@gmail.com

**PUB MOCADOR**  
SUTTON, QC

Pub food · Pool tables

Cuisine ouverte  
jusqu'à 11 pm du dimanche au jeudi,  
jusqu'à 2 am vendredi et samedi

**Spécialité** : smoke meat de chez Schwartz's et cornichons frits

Un bâtiment au coeur de la vie de Sutton depuis 1837

17, Principale Nord, Sutton 450.538.2426

**BONISOIR**

Grande sélection de bières de microbrasseries québécoises dont celles de l'Auberge Sutton Brouërie et de la Brasserie Dunham.

7, rue Principale Sud, Sutton 450.538.2337



# Action Réfugiés Sutton – Mission Accomplished

Joyful greetings from the Refugee Action Project group to our community and to all the kind and generous people who helped with this project over the past three years. We feel satisfaction and gratitude as we look back.

Beginning in September 2015, we worked to create a sense of purpose and solidarity in our community in response to a heart-breaking crisis on a global scale. We grappled courageously with the complexity of the situation and looked at it from all angles, learning much in the process and raising awareness among ourselves and in our community. We spoke to numerous members of the local, provincial and even national press, bringing our hope and vision of safe haven for all people to the community around us.

We worked in waves of enthusiasm, creating awesome fundraising events which were hard work and great fun. The highlight of these events included our November Supper and Silent Auction – held for three years in a row; our

Community Day – held for two years in a row; an awesome concert featuring local talent and musicians from Montreal; a Dance Night and a pop-up Cabane à Sucre with amazing music provided by local musicians.

This project raised over \$37,000 in about 30 months. Due to a delay of almost two years as the Federal government processed sponsored refugees, the Syrian family we hoped to sponsor, living in a precarious situation in Lebanon, took a difficult decision to go elsewhere. So instead, we donated the money raised to numerous organizations helping refugees and refugee claimants in our region:

- **SERY** in Granby (Solidarité ethnique régionale de la Yamaska serygranby.org), providing help to refugees in our region and especially in Granby.
- **Action Réfugiés Montréal** actionr.org, providing food, clothing and services to help refugees to integrate into Quebec society.
- **Hay Down** haydown.ca/en, undertaking a program to provide much needed counselling to refugees who have experienced unimaginable trauma to help them overcome the effects of their experiences.
- **YMCA Residence** in Montreal, providing services to refugee claimants

If you would like to contribute to the work of helping refugees and refugee claimants in our region, you can make donations directly to any of these organizations or contact Edith Dandenault (edith@havenmaven.ca) to learn more about actively participating in programs to help.

Each person on this planet deserves a safe home and environment in which to grow and thrive. Our community has made a difference in the lives of some of the people coming to Quebec from places of danger, war and destitution. We are proud of what the people of Sutton have accomplished through this project and glad of the help that we were able to provide.

Lu Emanuel



Logo designed by Lu and created by a friend of hers in Belgium... a truly international vision of solidarity among all people

**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*

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

**Êtes-vous prêts à fêter le 10<sup>e</sup> anniversaire du Cafetier...???**

Café Terrasse  
**Le Cafetier**  
SUTTON

Ouvert tous les jours de 7h à 19h

9, rue Principale Nord,  
Sutton, Québec  
450 538 7333

**Juricompas inc.**  
AVOCATE FISCALISTE

Votre partenaire d'affaires juridiques et fiscales  
Your law and tax ally

**215 Principale, Cowansville**

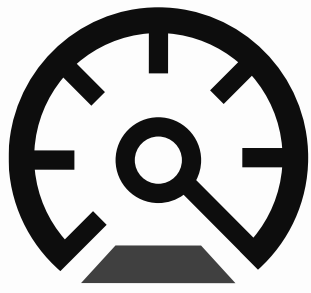
Josée Carpentier, avocate, D.Fisc.  
info@juricompas.com

Services offerts en français et en anglais  
**Affaires / Contrat / Fiscalité**  
Litige civil et commercial

Services offered in French and English  
**Corporate / Contracts / Taxation**  
Civil and commercial litigation

**www.juricompas.com** **450 306-1316**





**GROUPE**

**ST-LOUIS**

**ICI CHAQUE CLIENT EST UNIQUE**



**OBTENEZ PLUS SANS PAYER PLUS**

**SERVICE • NEUF • OCCASION**

**NISSAN**  
COWANSVILLE

**TOYOTA**  
COWANSVILLE

**MAZDA**  
COWANSVILLE

**RUE DE SALABERRY, COWANSVILLE • 450 263-8888 • GROUPESTLOUIS.COM**



## Les MMA : Passer par le corps pour rejoindre l'âme

J'ai grandi entourée de chercheurs. Essentiellement des médecins chercheurs. Ils étaient tous passionnés par l'objet de leurs recherches. Quand ils en parlaient, des petites lumières s'allumaient dans leurs yeux. J'ai récemment croisé le même type de lueur dans les yeux de Jean-Pierre Lebeau. Il est psychologue et dans son cas, l'étincelle qui anime son regard est celle des chercheurs... de trésor. Et qui plus est, des chercheurs de trésor qui en ont trouvé un. Son trésor à lui, c'est les MMA. « MMA » pour « Merveilleux Mouvements Autonomes ». Je vous explique. Suivez-moi, on s'en va 40 ans en arrière.

Scène familiale. Jean-Pierre Lebeau aborde de grands sujets avec sa fille de 3 ans. En explorateur intuitif qu'il est déjà, il lui demande de lui parler de sa vie. La petite lui répond avec aplomb : « Ma vie, c'est mon corps ! » Le psychologue en herbe, interpellé par la réponse de sa fille, décide d'orienter ses études vers le psychocorporel. Il ne sait pas vraiment ce qu'il cherche, mais il sent que la voie que sa fille vient de lui indiquer est la bonne.

Il plonge dans la lecture de vieux livres de physiologie, d'anatomie, de psychologie. Il compare et critique les théories et les données, créant alors, sans le savoir, la carte qui le mènera à son trésor inconnu. Comme Tintin avec les parchemins dans *Le secret de la Licorne*, il doit juxtaposer plusieurs approches intéressantes, mais incomplètes, plusieurs couches de connaissances parcellaires. C'est dans leur délicate superposition qu'apparaîtra la route à suivre - à condition de laisser passer la lumière au travers des idées, bien sûr.



Lorsqu'il tombe sur les travaux de Wilhelm Reich, il sent qu'il approche de son but. Le psychiatre autrichien a fait connaître le concept de cuirasse musculaire et expliqué le fait que les émotions refoulées, liées aux petits et grands drames de la vie, y sont retenues, créant d'importantes tensions. Différentes approches psychocorporelles se sont inspirées des travaux de Reich. Jean-Pierre Lebeau décide de développer sa méthode, qu'il veut encore plus simple et plus accessible que toutes celles qu'il connaît.

Sans le savoir, les clients de son bureau de psychothérapeute sont les premiers à lui montrer la voie. Il observe et accueille les manifestations spontanées de leur corps lorsqu'ils parlent de leurs traumatismes et découvre peu à peu que les tremblements et autres mouvements involontaires accompagnant le processus psychothérapeutique sont porteurs de détente et de soulagement.

L'idée de Jean-Pierre Lebeau est alors de

trouver le moyen de déclencher volontairement ces mouvements spontanés et autonomes du corps afin de les utiliser sciemment dans le but d'amener un état de relaxation. Il cherche leur clé de démarrage; il en trouve plusieurs. C'est ainsi qu'il développe une méthode qui met en scène des mouvements involontaires (qui vont des petits tremblements réguliers jusqu'aux vastes spasmes chaotiques en passant par les doux bercements) permettant de dénouer nos nœuds psychiques et physiques. Tout ça très simplement, sans effort, sans douleur et même sans émotion... sauf parfois de grands éclats de rire!

Avant de m'inscrire au cours de Jean-Pierre Lebeau au printemps dernier, j'avais regardé la vidéo présentée sur son site internet. Ma petite tête contrôlante avait bien de la difficulté à croire que les mouvements effectués par les personnes à l'écran n'étaient pas le fruit de leur volonté. Maintenant que je pratique moi-même les MMA, je confirme : la vidéo dit vrai. Le corps peut tout à fait bouger par lui-même de façon libératrice. C'est d'ailleurs cet aspect qui, à ma connaissance, distingue les MMA des autres approches offertes sur « le marché du mieux-être ».

En se basant sur l'expérience de ses clients et sur la sienne, Jean-Pierre Lebeau répertorie 25 usages potentiels des MMA. Ça va de la diminution du stress et de l'anxiété à la réduction des douleurs musculaires en passant par l'augmentation de la joie et du plaisir. Une liste plus complète se trouve sur son site.

La méthode développée par Jean-Pierre Lebeau est simple et conviviale, comme il le souhaitait. C'est son trésor. Mais en fait, ça n'est pas le seul. Il en a trouvé d'autres au cours de ses explorations. Et tout ce qu'il souhaite, maintenant, c'est de les partager avec tout le monde. On est chanceux, il vit à West-Brome. Pour plus d'informations, consultez [jplebeau.com](http://jplebeau.com).

*J-P Lebeau est actuellement à la retraite de sa pratique de psychothérapeute. En plus d'enseigner les MMA, il anime des ateliers de MIA, « Merveilleuse Imagerie Autonome », pour développer la communication, la synergie et la créativité.*

Anne Lecours

*Ateliers de*  
**M.M.A. - M.I.A.**

**jplebeau.com**  
**514 973-9066**

**18, Bodor, West Brome**  
*Essai gratuit sur demande*


  
**Chenil Lac-Brome Kennel**  
**PENSION BOARDING**



**SOINS DE  
QUALITÉ SUPÉRIEURE**  
PENSION POUR CHIENS ET CHATS

**450.243.5587**  
ChenilLacBrome.ca 28 ch. Barnes, West Brome

**CONCEPT**  
*Touche Finale*  
**PROFESSIONNELLE DES PIEDS ET DES MAINS**



Soins professionnels/  
traitements spécialisés  
Pédicure et soins  
des pieds.  
Distributeur Gewol,  
O.P.I, Shellac.

**Michèle Lizotte**  
Technicienne en pose d'ongles  
15 ans d'expérience

Sur rendez-vous · Certificats-cadeaux  
**190, rue Maple, Sutton (450) 538-2222**

**STUDIO D'ART**  
**CONSTANTIN**  
ARTISTE - PEINTRE



**sdconstantin@yahoo.ca**  
**450.538.3758**  
**16, rue Pleasant, Sutton**



# Mystic Alligators

When Hurricane Harvey hit Texas in August 2017, it dumped 27 trillion gallons of water over the state. One of the many stories that made international headlines in the aftermath of the storm was the potential threat of 350 giant alligators escaping their enclosure from the 15-acre *Gator Country Wildlife and Alligator Adventure Park* in Beaumont, Texas. The tourist attraction officials worked around the clock to monitor the fence line that was dangerously close to being overwhelmed by rising flood waters. If water had exceeded the height of the fence, hundreds of alligators could have slipped into the local community. Luckily for people and alligators alike, water levels crested and the fencing stood firm. While we may not have to face a frightening scenario like this in Missisquoi County, in the 1880s we did have alligators living in the hamlet of Mystic.



Allie Walbridge and one of his sisters standing near the alligator aquarium.  
Source: Walbridge Foundation

Alexander Solomon Walbridge (1828-1897) was the enigmatic, teetotalling machinist, builder and inventor who in 1882 erected the large, 12-sided barn in Mystic, Quebec (Saint Ignace de Stanbridge). The Walbridge Barn is remarkable in its size and by its saw-toothed edge roof line with diamond-shaped windows. The genius of A. S. Walbridge is revealed in the central space where he installed a rotating floor to streamline the unloading and storage of hay. A horse-drawn hay wagon could be led into the barn through a main entry, the floor turned to position the wagon's end in front of a mow, then driven out of the barn the same way it came in. Through a system of cables and pulleys, a waterwheel stationed in the adjacent stream powered a drive shaft fitted with gears that supplied enough energy to operate a hayfork, threshing machine, grain conveyor and corn cutter.

Walbridge also built an industrial complex near his barn that included several mills, a brickyard and a foundry. The *Mystic Iron Works* employed 25 people year-round and manufactured an impressive range of iron goods such as circular saws, horse-drawn mowers and stationary and mobile steam engines.

In 1885, Walbridge decided to build a manor house to fit his social position and wealth. He constructed his opulent home next to the barn using bricks made in his own brickyard. An entry in his note book indicates an order for 460,000 bricks. While few interior images of the house exist, details from construction expenses reveal that the house had iron and copper fixtures, hardwood and marble flooring, wood panelling, gold leaf ceiling mouldings and a spiral staircase. Exterior photographs show an imposing three-storey structure with

a central tower. True to Mr. Walbridge's ingenious nature, *Lakelet Hall* also had indoor plumbing and central heating made possible by a system of water-powered conveyors which fed the furnace with blocks of wood. Completed in 1887, the house cost over \$11,000; a considerable sum at the time.

The jewel of this extraordinary house was the enormous glass-roofed greenhouse. This two-storied conservatory was heated by a system of hot water circulating in concealed pipes under the floor. It was filled with exotic plants including hanging vines, orchids and banana trees. The focal point of the greenhouse was a large aquarium where two alligators shipped all the way from Florida in wooden crates, idled in warm water and delighted the curious visitors who came to see them. Apparently young Allie Walbridge delighted in frightening his six sisters by nuzzling alligator snouts on the back of their necks.

Walbridge only enjoyed his home for ten years when in 1897, he was killed accidentally at work in his power station. His wife continued to live in *Lakelet Hall* until her death in 1903. After this, the house was intermittently occupied by various family members. In the 1920s, it was advertised as a vacation resort with little success. Following the Depression, the family realised they could no longer afford to maintain the house which by this time was facing serious repairs; a hailstorm broke many of the greenhouse windows, brickwork was failing and the tower was unstable. In 1941, the entire building was demolished. As for the two alligators, their fate remains a mystery. Perhaps they were released into the Pike River; their ancestors still living in the murky depths!

Heather Darch

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

Sources:  
Walbridge Mansion: Missisquoi Historical Society, 6th Annual Report, 1960; Louise Abbott, Alexander Walbridge, The Visionary of Mystic, video, 2002; Danielle Pigeon, The Walbridge Estate in Mystic, 2007; Jared Gilmour, Waters in Texas are still rising...  
<https://www.sacbee.com/news/nation-world/national/article169939352.html>

**Grillez nos délicieuses** poitrines de **canard**

**20%**  
de rabais  
format vrac seulement  
à la boutique en août 2018

**LAC BROME LAKE**

— BOUTIQUE — 40, chemin du Centre, Knowlton QC J0E 1V0 - 450.242.3825 # 221

Dimanche - jeudi 10h à 17h  
Vendredi 10h à 18h  
Samedi 9h à 18h





**Pépinière S.G.**  
FEUILLUS ET CONIFÈRES

**SERVICE DE PLANTATION D'ARBRES**  
Plus de 4000 arbres en inventaire • 125 espèces

Éric Sauvageau  
450.578.1411 • [www.pepinieresg.ca](http://www.pepinieresg.ca)

 /pepinieresg



**Aluminium Cardinal inc.**




**GENTEK**  
PRODUITS DE BÂTIMENT GENTEK  
PLIAGE SUR MESURE

**GOUTTIÈRES SANS JOINT  
5" ET 6"**

**PROTÈGES FEUILLES  
ALU-REX**

**TOITURE EN ACIER  
ROULEAU D'ALUMINIUM – SOFFITE  
FASCIA – J-TRIM – ACCESSOIRES**

**NOUVEAU PROPRIÉTAIRE!** **Rusty Padner 450 405-2472**  
**Service professionnel bilingue**  
**[www.aluminiumcardinal.com](http://www.aluminiumcardinal.com)**



**KYO**  
habitation

Architecture | Construction  
819-560-7063 poste 201  
[www.habitationkyo.com](http://www.habitationkyo.com)

RBQ : 55899-1022-01

## Chronique de l'OBVBM



C'est avec enthousiasme que l'Organisme de bassin versant de la baie Missisquoi (OBVBM) lance une première chronique dans le journal Le Tour afin de tenir les citoyens du territoire informés des activités, des projets en cours et des plus récentes nouvelles en lien avec la gestion intégrée de l'eau, ressource essentielle pour nous tous!

Un bassin versant est un territoire délimité par une ligne de partage des eaux dans lequel toutes les précipitations, eaux de surface et eaux souterraines suivent le relief et se dirigent vers un même exutoire. Saviez-vous que les rivières Sutton et Missisquoi, la rivière aux Brochets et le lac Selby s'écoulent tous vers la baie Missisquoi? La baie Missisquoi est le nom de la portion québécoise du grand lac Champlain, pôle récréotouristique important avec des paysages grandioses et des activités nautiques de toutes sortes! Une baie particulièrement riche en espèces fauniques et floristiques avec une biodiversité unique au Québec!

L'OBVBM n'est pas né de la dernière pluie! Il est le résultat d'une prise de conscience des problèmes de la baie Missisquoi dès les années 70. Les municipalités riveraines des MRC Haut-Richelieu et Brome-Missisquoi, ainsi que des associations de citoyens se sont mobilisées pour passer à l'action. Cet organisme à but non lucratif, créé en 2009, a pour mission d'améliorer la qualité des eaux du bassin versant de la baie Missisquoi du lac Champlain afin d'en recouvrer les usages et de mettre en valeur ses ressources dans une perspective de développement durable.

L'OBVBM est une table de concertation regroupant des représentants des secteurs municipaux, agricoles, économiques et touristiques, environnements et citoyens. Notre mandat premier

est d'élaborer un plan directeur de l'eau (PDE) lequel priorise les quatre enjeux suivants : amélioration de la qualité de l'eau et des écosystèmes aquatiques; protection de la santé publique et les usages de l'eau; protection des milieux naturels et la biodiversité; et résilience aux inondations et événements climatiques extrêmes. Le tout avec comme priorité d'améliorer la qualité de l'eau de la baie Missisquoi, sévèrement affectée par les fleurs d'eau de cyanobactéries depuis des décennies, lesquelles sont principalement causées par des apports massifs et continus en phosphore et sédiments.

Plusieurs projets sont également en cours ou ont été réalisés par l'OBVBM : des caractérisations de bassins versants, bandes riveraines et zones inondables; des études de gestion des eaux pluviales et fossés routiers; des programmes d'améliorations et interventions sur les eaux de ruissellement, la conservation des sols et les méthodes d'entretien de cours d'eau en milieu agricole (en collaboration avec la MRC Brome-Missisquoi); des inventaires et projets de conservation de la biodiversité et de prévention de la propagation des espèces exotiques envahissantes; des projets de démonstration et sensibilisation et des programmes de suivi de la qualité de l'eau des tributaires de la baie Missisquoi.

Pour en apprendre plus sur nos activités, consulter les plus récentes données sur la qualité de l'eau ou le Plan directeur de l'eau de votre bassin versant, rendez-vous sur [obvbm.org](http://obvbm.org).

Visitez aussi notre nouvelle page facebook.com/OBVBM

« Eaux plaisirs! »

Frédéric Chouinard, chargé de projet



# Traiter la douleur par l'acupuncture

La douleur est là pour une bonne raison ; elle nous signale qu'il existe un déséquilibre et qu'il faut y remédier.

L'Organisation mondiale de la santé (OMS), ainsi que de nombreuses études appuient l'efficacité de l'acupuncture dans le traitement des douleurs. Selon une étude effectuée à l'hôpital universitaire de Melbourne, l'acupuncture est aussi efficace que les opioïdes dans le traitement de la douleur. (1) Selon une autre étude, l'acupuncture s'avère plus efficace que la morphine. (2)

Une douleur dont la cause est inconnue doit être investiguée par un professionnel de la santé qui pourra faire un diagnostic précis. L'acupuncture travaille en collaboration avec les autres professionnels de la santé.

## Comment ça marche ?

L'insertion d'aiguilles permet d'augmenter la circulation du sang et de la lymphe au niveau de la région affectée, favorisant ainsi la régénération des tissus. L'acupuncture inhibe le processus inflammatoire. En diminuant l'inflammation, elle permet d'apaiser



la douleur et d'améliorer la mobilité de la zone affectée. L'acupuncture favorise la sécrétion de neurotransmetteurs jouant un rôle important dans la modulation de la douleur, comme l'endorphine qui induit chez la personne un état d'apaisement. Elle permet également la détente et le relâchement des tensions musculaires. En somme, l'acupuncture peut améliorer l'efficacité des traitements de la médecine conventionnelle et réduire la prise de médicaments comportant des effets secondaires.

## Types de douleurs traitées par acupuncture

Que ce soit des douleurs de type tendino-musculaires, ligamentaires, articulaires ou bien profondes, l'acupuncture peut traiter une grande variété de troubles : sciatalgies, douleurs articulaires et musculaires diverses, bursites, capsulites, tendinites, entorses, arthrite, rhumatismes, goutte, douleurs postopératoires, maux de cou, maux de tête, tunnel carpien, douleurs dentaires, névralgies diverses, arthrose, migraines, douleurs gynécologiques, etc.

## Chroniques ou aiguës

On dit d'une douleur qu'elle est chronique lorsqu'elle dure depuis plus de trois mois. Bien que la douleur aiguë se traite plus rapidement et plus facilement par l'acupuncture, on obtient d'excellents résultats à long terme sur les douleurs chroniques. Pour ces dernières, selon une méta-analyse, l'acupuncture procure un soulagement à long terme avec seulement 15 % de diminution des effets des traitements après un an. (3)

## Efficacité à long terme

L'acupuncture donne des résultats substantiels à long terme dans une grande majorité des cas de douleur. Les chances de récurrences de la douleur dépendent des causes du déséquilibre sous-jacent. Dans cette optique, les traitements seront orientés en vue d'assainir le terrain de l'individu qui consulte afin de prévenir les récurrences.

## Sans effets secondaires

Contrairement aux opioïdes, l'acupuncture ne présente pas d'effets secondaires importants ni de risques de dépendance. Elle procure un état naturel de détente sain et sans risque pour la santé.

Corine Duchesne, Acupunctrice, Ac.  
corineduchesne.com

(1) [https://www.mja.com.au/system/files/2017-06/10.5694mja16.00771\\_amended.pdf](https://www.mja.com.au/system/files/2017-06/10.5694mja16.00771_amended.pdf)

(2) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27475042>

(3) [https://www.jpain.org/article/S1526-5900\(17\)30780-0/fulltext](https://www.jpain.org/article/S1526-5900(17)30780-0/fulltext)

# Restaurant Sultan

**Pizzas, pâtes, salades, fruits de mer, grillades**

Spéciaux du midi (12 choix)  
entre 11h et 16h

Jeu. enfants 0-10 ans 2\$,  
de 16h à 21h30

Livraison rayon 6 km  
(commande minimum 15\$)  
Permis d'alcool · Terrasse

Ouvert 11h à 21h30, 7 jours sur 7

19, rue Principale N, Sutton 579-436-8155

**TARTINI PIZZA**

Pizzas à croûte mince,  
pâtes, salades  
et table d'hôte.  
Mets à emporter.

**Ambiance conviviale!**

jeudi, vendredi de 17H à 21H30  
samedi, dimanche de 11H30 à 14H30  
et de 17H00 à 21H30

19A rue Principale N.  
450-538-5067



**DUBOIS**  
AMÉNAGEMENT PAYSAGER  
LANDSCAPING

**Denis Dubois**

90, rue Glen  
Bolton ouest (Québec) J0E 2T0  
duboisamenagement@hotmail.com

Tel.: 450 242-1992  
Fax: 450 242-2146  
Cell: 450 522-3032

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



# Mieux-être Sutton

## SUTTON WELLNESS

Professionnels de la santé naturelle | *Natural Health Professionals*



### NOLWENN FALQUET, D.C. Chiropraticienne

450 538-6868

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

Santé Chiropratique : 10, rue Curley

Passionnée par son métier, Dre Nolwenn Falquet, chiropraticienne, vous accompagne dans le recouvrement et le maintien d'une bonne santé. Grâce aux ajustements chiropratiques qui sont précis et sécuritaires, elle mise sur la capacité inhérente du corps humain à se guérir sans médicaments ni chirurgie. Bien établie à Sutton depuis 2011, Nolwenn invite petits et grands à profiter des bienfaits d'un système nerveux sans interférences. *Chiropractic is safe and effective in the recovery and maintenance of health without surgery or medication.*



### CATHERINE FOISY, D.O. Ostéopathe

450 558-3943

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

Catherine pratique l'ostéopathie depuis 2008. Elle est diplômée du Collège d'Études Ostéopathiques (D.O.) et de l'Université de Wales (B.Sc. Hons). D'abord massothérapeute, elle oriente ensuite sa carrière vers l'ostéopathie. Sa soif de perfectionnement l'amène à poursuivre une formation continue orientée vers les neurosciences, la biodynamie, la périnatalité ainsi que les troubles glandulaires, nerveux et uro-gynécologiques. Ses soins répondent aux besoins d'une clientèle variée, active ou sédentaire, de la naissance à la fin de vie.



### BARBARA MUCKLE Massothérapeute Massothérapeute oncologique

450 531-1721

Formée en massage Suédois, Barbara offre un massage adapté à vos besoins. Massage de détente enveloppant ou pour traiter tensions, inflammations et douleurs chroniques. Spécialisée également en massage oncologique, elle offre des soins sécuritaires et réconfortant aux enfants et adultes atteints de cancer. Son geste de massage est adapté en fonction des traitements, chirurgies, médication etc. Elle se déplace si nécessaire. Écoute de vos besoins et respect.



### FRANÇOIS P. MÉNARD, M.A. Psychologue

514 239-8664

[frapimen@gmail.com](mailto:frapimen@gmail.com)

#### Quand consulter un psychologue?

« J'ai perdu mes repères », « je suis confuse », « je ne me reconnais plus », « je ne sais pas quoi faire pour m'en sortir », « j'ai perdu le goût de vivre ». C'est ce qu'on entend le plus ces temps-ci dans un bureau de psy. Signe des temps? Ou besoin de faire face à des changements dans sa vie, parce qu'elle nous pousse inlassablement à grandir, à nous déployer, à sortir des sentiers battus si nécessaire.

Faut-il préciser que tous les problèmes de nos vies qui n'ont pas été résolus tendent à refaire surface, physiquement ou psychologiquement, pour attirer notre attention et nous inviter à y apporter guérison et apaisement ?

Nous rencontrons tous des moments difficiles dans notre vie. Rupture amoureuse, problème de santé, transition à gérer, difficulté de relation, déséquilibre travail/famille/loisirs ou « mal de vivre », tous ces événements sont susceptibles de nous ébranler, voire de nous remettre en question.

En fait, ces événements bousculent surtout l'image que l'on a de soi. Peut-être qu'une partie du problème réside là : la représentation que nous nous faisons de nous-même, la solidité de la connexion à soi, l'estime que nous avons à nos propres yeux lié à toutes les croyances et « certitudes » que nous entretenons à notre sujet. Nos repères habituels apparaissent obsolètes (il en était peut-être temps) et nous voilà à la recherche d'un nouvel équilibre.

Certains vont « foncer dans le tas » et se découvrir une résilience insoupçonnée. D'autres vont s'ajuster graduellement en reconnaissant leur besoin d'aide. À l'extrême, certains vont simplement s'effondrer d'impuissance, laissant ainsi toute la place à la victime en soi : ils se sentent dépassés. Les choses ne seront plus jamais ce qu'elles étaient. Où trouver ma nouvelle place?

Le but du psychologue est d'aider la personne à mieux se connecter à ce qu'il y a de plus vrai en elle-même, à être en contact non seulement avec ses pensées et émotions mais aussi à ressentir l'appel de ses besoins profonds. Ces besoins parlent de la puissante force de croissance en nous, celle qui nous propulse en avant, celle qui inspire et apporte la joie. Malheureusement nos besoins profonds sont bien souvent cachés en-dessous des obligations et des croyances que l'on a choisi d'adopter dans nos vies. On a tous cette capacité de se construire des pièges ou des cages ...

Le psychologue propose des stratégies adaptées pour aller au-delà de ce qui est en surface et permettre de retrouver équilibre et paix intérieure. Il n'est ni un garagiste ni un gourou. C'est plutôt un guide personnel dépassant la compréhension intellectuelle des choses pour faciliter l'accès au « maître intérieur » de chacun.

Consulter un psychologue signifie s'engager à faire un travail sur soi, développer la confiance en son ressenti, reconnaître les espaces de blessures pour défaire certains nœuds qui progressivement nous étouffent.

Et à passer à l'action!



### CATHERINE AUBIN, M.P.S. Psychologue

450 538-1234

[www.ordrepsy.qc.ca/voir/CatherineAubin](http://www.ordrepsy.qc.ca/voir/CatherineAubin)

Catherine offre des services de psychothérapie individuelle, d'intervention de groupe et d'animation de session de deuil. Lorsque vous rencontrez Catherine, elle vous offre un espace de parole et un lieu sécurisant où il est facile de se confier. Grâce à l'accueil de votre vérité, vous pourrez enclencher votre processus de guérison, de changement et de ré-appropriation de vos ressources intérieures. English speaking clients are welcome.





**ANIK KELLY**  
**Masso-kinésithérapeute**

450 538-0187 et 450 577-0166  
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.*



**MARLÈNE JOHNSON**  
**Massothérapeute**  
**Thérapeute en Cœur Énergétique**

450 538-5501  
Sutton  
marleneangela@gmail.com

*Marlène est massothérapeute et thérapeute holistique depuis plus de 20 ans. Elle accompagne la personne qui vit un tournant important dans sa vie et/ou qui désire mieux se connaître et mieux saisir les liens entre ses maux physiques, ses émotions et ses besoins. C'est l'objet du "Cœur Énergétique": unifier toutes les dimensions de l'être (corps, esprit, émotions, etc.) afin de jouir pleinement de son plein potentiel et accroître sa vitalité, sa confiance et l'amour de soi.*



**ILIA KAVOUKIS**  
**Massothérapeute**  
**Guide en bien-être**

450 538-1111 et 1 855-538-1001  
ilia@sunshinecenter.ca  
www.centredusoleil.ca

*Ilia Kavoukis pratique la massothérapie avec un art et une passion nourris par plus de 25 ans d'expérience. Son approche holistique et personnalisée, mariant le massage suédois, la réflexologie, le reiki, le massage facial japonais Kobido et le coaching personnel, font d'Ilia une guide en bien-être reconnue et appréciée. Entraîneuse personnelle accréditée, elle est aussi certifiée dans la pratique dite du «Emotion Code». Ilia est propriétaire du Centre du Soleil de Sutton.*



**CHRISTINE-ÉMAËL BOUDRIAS**  
**Massothérapeute**

450 330-2402  
cboudrias98@gmail.com  
12-A, rue Principale Sud, bureau 333

*Christine-Émaël est massothérapeute depuis 1998. Elle offre des massages suédois (huile) doublés de traitement énergétique tout en laissant une grande part à son intuition et sa créativité. Un massage en douceur et ferme à la fois avec toute sa présence de cœur. Avec Christine-Émaël vous trouverez une bulle intime et chaleureuse afin de profiter d'un temps de paix de 45 min à 120 min. Un moment de détente, de ressourcement ainsi qu'un relâchement des tensions vous attendent! Massages à domicile disponibles!*



**YVES LANGLOIS**  
**Coaching relationnel**

514 928-3209  
Sutton et St-Armand  
yves@lany.ca

*Le coaching relationnel permet d'améliorer vos habiletés dans l'art de communiquer avec vos proches. Que ce soit dans votre couple, avec vos enfants, adolescents, patrons, employés ou pour sortir de la solitude, le coach vous aide à comprendre les dynamiques qui détériorent vos relations et il vous donne des outils pour les optimiser. Depuis plus de 20 ans, Yves utilise des approches comme la systémique, la psychosociologie, la communication non violente, l'hypnose et le neuro-coaching pour aider à régler les conflits et à vivre en harmonie.*



**CATHERINE SELLIER**  
**Infirmière en soin des pieds**  
**Réflexologue**

450 538-4091  
34 C, 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. La réflexologie plantaire est le cadeau à s'offrir d'auto-guérison du corps et de l'esprit. Service bureau et domicile.*



**Mieux-être Sutton**  
**SUTTON WELLNESS**

Un regroupement de professionnels bilingues, de diverses approches naturelles, faisant partie d'une association reconnue ou d'un ordre professionnel :

- Pratiquant de manière autonome et indépendante mais en communication entre eux;
- Associant intuition et respect de normes de pratique élevés;
- Au service de la globalité de la personne et ayant foi en sa capacité d'auto-guérison.

A grouping of bilingual practitioners of diverse natural healing approaches, all members of a professional Association or Order:

- Working independently, while being selfgoverning and communicating with one another;
- Combining intuition and high standards of practice;
- Serving the whole being and believing in its self-healing capacity.



**LINDA BOISCLAIR**  
**Massothérapeute**

450 538-0765  
29, rue Principale Nord

*Formée en massage californien à l'Institut québécois pour la santé intégrale Guijek. Le massage californien est avant tout un massage de détente et d'éveil de la conscience. Se situant dans la même famille que le massage suédois et le massage Esalen, le massage californien se caractérise par de longs mouvements fluides et harmonieux qui sculptent et enveloppent le corps. Selon les besoins, le massage peut mettre l'accent sur la détente, le soulagement des douleurs et des tensions ou l'éveil relié au vécu intérieur.*



**CORINE DUCHESNE**  
**Acupunctrice**  
**Herboriste-thérapeute acc.**

450 558-6362  
www.corineduchesne.com

*Membre de l'Ordre des Acupuncteurs du Québec et herboriste-thérapeute accréditée, Corine accompagne les gens dans la prise en charge de leur santé. Suite à un bilan de santé complet, elle est en mesure de suggérer des outils appropriés pour les besoins de chacun. Elle a à cœur le bien-être des gens et s'assure de prodiguer ses soins dans la douceur et l'écoute attentive. Allergies, insomnie, stress, anxiété, conditions reliées au système reproducteur, douleurs, troubles immunitaires, digestifs ou musculo-squelettiques, et beaucoup plus encore!*



**SYLVIE MAILLOUX PHANEUF**  
**Massothérapeute**

450 931-0559  
www.massotherapiesylvie.com  
12-A, rue Principale Sud

*Avec Sylvie, les instants de la rencontre sont une création unique, une ouverture à ce qui est, sans jugement. L'intention est la connexion aux états d'amour, de paix, de joie, de gratitude qui nous habitent profondément, comme le soleil derrière les nuages. Soutenue par divers enseignements (massage suédois, drainage lymphatique, relâchement de fascias, yoga, aromathérapie, médecine chinoise) les dernières explorations sont le focusing de la relation intérieure et la CNV. Massage en duo disponible.*

Crédit photo Tristan Corbeil Lapointe : S.M. Phaneuf, M.-J. Leclerc, A. Van Caloen, A. Kelly. Illustration «Arbre du mieux-être» par Anik Kelly



# La femme oiseau et les étoiles

## France Chevette (1956-2018)



**Céline**  
Charbonneau

Courtier immobilier Agréé

Cell.: 450 260-5103

www.celinecharbonneau.com



**Achat • Vente • Location**  
dans votre secteur

27-C, rue Principale Nord, Sutton  
450 538-1881

**Mélanie**  
Legault

Courtier immobilier

Cell.: 514 923-1131

www.melanielegault.com



Toi qui nous as quittés volontairement dans cet univers immense plus grand que tous nos imaginaires réunis.

J'imagine qu'à proximité de notre monde, dans une dimension inclusive, existerait un grand livre contenant en lui-même toute l'histoire de l'humanité. En son centre ouvert, le temps présent d'où émergerait l'espoir des âmes pendant que fument encore en bordure les souffrances du passé. Est-ce ce monde et son histoire que tu as voulu quitter?

Ce matin au marché, une petite pluie amicale rafraîchissait l'atmosphère et les gens venus faire leurs emplettes du samedi. Au travers, des espèces sonnantes et des nourritures terrestres, les sourires, les rires et les paroles s'échangeaient librement, signe de temps heureux.

Tu n'étais pas là France, ni ton rire percutant, reconnaissable entre tous. Ni ton visage qui faisait tant plaisir à voir, ni ta présence affirmée. Ni ta parole sans détour pour nous raconter l'Arctique, l'Europe, l'Afrique ou



France Chevette

pour nous parler de tes amours : Daniel, Hugolin, Léopold et Charlie. Sans oublier ta présence gravée dans la mémoire des enfants, par l'entremise de Robin et Stella, Passe-Partout, et tous ces autres personnages : Madame Boa et Cosma, Romanche et Chopin, Romande De Branle et Alfru du Gland, Cosima, Kasima, Rosy, la femme oiseau, Bobonne, Madame et son chien. Il nous reste cela,

France. De magnifiques et mémorables souvenirs de toi.

Nous portons tous une histoire, un livre à l'intérieur, dont les bordures se consomment encore. Tous ces livres sont reliés entre eux dans une triste histoire considérant les catastrophes, les guerres, nos fautes, les erreurs de gouvernance. Mais aujourd'hui, j'ai vu des gens heureux dans mon pays en paix et malgré la douleur de cette déchirure causée par ton départ, cela me donne de l'espoir.

Merci pour ce passage et ta présence parmi nous.  
Adieu France, nous t'aimons toujours,

Ton ami, Robert Ménard

## SHERMAN YOUNG – 1928-2018

Sherman was born on the 220-acre Pinnacle Mountain Farm, that lies on the south side of the Mountain, a kilometre or two above the border. Those who know the road will remember the classic old farmhouse with the generous roofed verandah, hunkered down, next to a Canadian flagpole. Across the road, on the mountain side, sits a roofed vegetable stand that is sometimes protected by tall sunflowers.

In elementary school, every Monday morning, Sherman rode his horse down to the Grammar School in Frelighsburg. Both he, and the horse, boarded in the village until Friday afternoon, when they rode back up Joy Hill to home. The Grammar School was where he met Norma Whitcomb. By the time he was twelve he was carrying her books home every day. Ten years later, they were married in the lovely old Bishop Steward Memorial Church. Later he purchased the farm from his father, Robert, who moved across the road into the hired hand's house.

The Young and the Whitcomb families lived within rifle range of the Pinnacle for some two hundred years. Sherman and Norma, like a dozen or more of their neighbours, ran a dairy farm. Their milk was picked up in eight-gallon tins by Sutton Milk Products, and shipped to the J.J. Joubert Dairy in Montreal. In 1960, there were twenty-two milk producers on that Pinnacle run. There's not one left today. Sherman lamented he could no longer find a quart of "real milk."

In 1952, the Youngs began to supplement their income by driving school buses to and from the Frelighsburg School. Sherman drove the big bus. For the shorter routes, Norma drove a converted dry cleaners' van with homemade wooden benches in the back. One day Norma took off from school a little quickly. Her son, Robby, along with the back seat, fell out the back doors, into four inches of slush. Sherman finally gave up his bus route in the 1980s. It was a loss for all those parents who entrusted their children to him. They knew they would be brought home over mountains in all kinds of weather. He missed the kids. Today, Rob continues the tradition with his partner, Eliza Rhicard.

Soon after acquiring the farm, Sherman converted his mixed herd to Guernseys. He preferred them for their rich milk, sweet nature, and soft red and white colouring. The family knew that the butter they churned had no equal. Sherman chose to fence his entire 220 acres to ensure that the brush was controlled, both in the meadows and in the sugar woods. The pasture ran halfway up the Pinnacle. The sight of his herd grazing up there on a fine summer day caused more than one passerby to stop on the highway.

By the 1960s, Sherman was renowned as a Guernsey judge from Sherbrooke Fair to the Royal and the CNE in Toronto. Over the years, Pinnacle Mountain Farm won two all-Canadian Guernsey, and two runners-up—four separate animals.

(continue next page)

Franchisé indépendant et autonome de RE/MAX Québec inc.

**Luc Giguère**  
Courtier immobilier  
Sutton et région

luc.giguere@remax-quebec.com

Pour une protection unique et exclusive.  
\* Certaines conditions s'appliquent.

- Évaluation gratuite
- Protection Tranquillit-T
- Bilingual services
- Photos professionnelles

450.531.5886



Franchisé indépendant et autonome de RE/MAX Professionnel inc.

**VOUS PENSEZ VENDRE ?**  
ESTIMATION GRATUITE  
**THINKING OF SELLING ?**  
FREE ESTIMATE



**JEAN LACROIX**  
COURTIER • IMMOBILIER AGRÉÉ

CELL : 450 578 4008  
JEAN.LACROIX@REMAX-QUEBEC.COM  
JEANLACROIX.CA

**NADJA-MARIA DAVELUY**  
COURTIER • IMMOBILIER RÉSIDENTIEL

CELL : 450 525 3914  
NADJAMARIA.DAVELUY@REMAX-QUEBEC.COM  
DAVELUY.CA

**BUR. : 450 538.4000**

**VALORISATION RÉSIDENTIELLE**  
HOME STAGING

**PHOTOGRAPHIE PROFESSIONNELLE**  
PROFESSIONAL PHOTOGRAPHY

**COLLECTION RE/MAX POUR PROPRIÉTÉS DE PRESTIGE**  
RE/MAX COLLECTION FOR HIGH-END PROPERTIES

**SERVICES BILINGUES / BILINGUAL SERVICES**

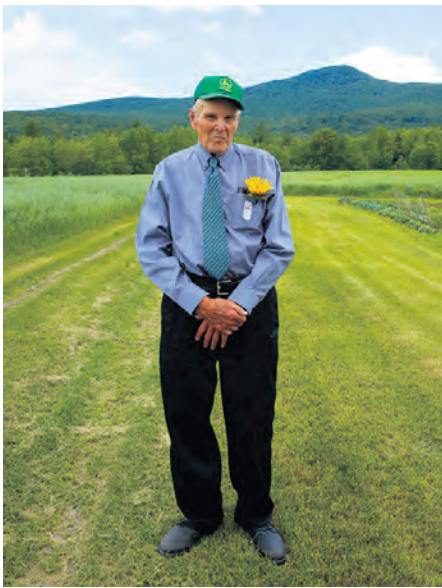
SUTTON • ABERCORN • FRELIGHSBURG • DUNHAM





In the '70s, his son Russ won 1<sup>st</sup> at the Royal for his 4H calf, and fetched a record price of \$2300.

But what Sherman liked best, of course, was showing his beauties home at Brome Fair. Duchess was a favourite. She was purchased from the Experimental Farm in Ottawa and is remembered at the Fair for seeking out the cameras by poking her head into the children's photography tent. Another exceptional critter was Bliffer, cantankerous little bull, who held eight-year old Rob against the barn wall between his horns, until Sherman struck him (Bliffer, that is) repeatedly with a shovel. Bliffer got his own back in the Grand Parade by lying down in front of the grandstand and making the exhibitors behind him detour around, while Sherman waited patiently for him to get back up. It was thought that the heat that day might have exacerbated his fatigue, after a morning of earnest breeding.



Sherman Young

By the mid-seventies, hunters from outside the area had migrated to the game-rich flanks of the Pinnacle. They hunted at night with powerful lights, sometimes from their cars. In those conditions, the shining eyes of a deer were indistinguishable from those of a cow. Pinnacle Mountain cattle were being butchered in farmers' fields. Sherman and several neighbours founded the Sutton Fish and Game Club. They trained and certified wardens, instituted patrols, and saw to the prosecution of invading poachers. Soon local landowners signed up to have their land posted and patrolled, and a measure of control was returned. But not without Sherman, and others like Rolly Goodhue, occasionally having to face down a pointed gun. The end of the season was marked with a bountiful game dinner at the Horizon Hotel.

In 1960, Sherman was elected a municipal councillor in Frelighsburg Township (the *Canton*), and in 1968 he was elected mayor. Changing times caused him to resign in 1974, when he was no longer permitted to recite an introductory Prayer in his mother tongue.

During his term, he was proud to have been the deciding vote in establishing the precursor to Camp Garagona, The Brome Mississquoi Camp for the Mentally Handicapped. He was sympathetic to that cause, having known an uncle from each side of his family, who would have benefited from that exceptional institution.

Through all those years, Sherman sold his 10' sunflowers, squashes, pumpkins, and homemade straw brooms, from his stand. While a shy man, he loved people. The stand offered him the opportunity to visit with many annual returnees.

His steadfast commitment to conservation and the preservation of the mountain, led to his enthusiastic support for the Pinnacle Mountain Land Trust. He was a founding member. The trust recently posted a memorial tribute describing him as a "guiding light."

With all that, he was unwaveringly faithful to the preservation of neighbouring cemeteries, and, from day one, The Townspeople's Association.

He marked his devotion to his country by acutely following the news of the day, both local to international, and by an active involvement in the federal and provincial Liberal Parties. He held respect and affection for all elements of his community. Although he was a man of few words, each one counted. He could hold his own in worthwhile discussion with the best Conservative.

And he was a quiet prankster. He might confuse voters by surreptitiously fixing ancient election posters onto strategic telephone poles. When he had a few extra gladiola bulbs, he enjoyed secretly planting them in flower boxes here and there—like at the Sutton Cantine, Le Cafetier, and the bank. He looked forward to their surprise appearance.

After Norma moved into assisted living in the village, he stayed alone in the mountain home, fixing his own meals, and managing heat with the massive kitchen stove built by the Bedford Foundry. His daughter Whitney, granddaughters Brittney and Megan and a wide variety of loving neighbours (including Boofie McCullough), brought meals, fresh baking, and conversation. He was adored.

In his later years, his big old Pontiac might be seen parked outside Tim Horton's in Cowansville. It was a mystery to all, because his driver's licence had been restricted to a radius of 20 km from home—about 3 km short of Tim's. He relished a coffee and doughnut with his buddies, who welcomed him as "The Sherminator", when he entered in his big mirrored aviator glasses.

Eventually, he too, moved to the village. He lived in a ground-floor apartment of a retirement residence. Outside the door he could park his electric buggy, grow a few flowers and mount a fine Christmas tree.

His favourite day of the year was Canada Day. Every year, a hundred or more friends and neighbours of every age, would gather in his high pasture for a splendid array of desserts, the biggest bonfire of the year, and the spectacular fireworks illuminating the mountain.

On June 29th, Sherman suffered a sudden drop in blood pressure. He was persuaded with difficulty to go to the hospital, where he died a few hours later in a peaceful sleep.

One would be fortunate to have known a better man.

Peter Turner

**Atelier Johanne Béland**  
**ARCHITECTE**  
 www.atelierarchitecture.com

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

**Vos Souvenirs**  
**sur DVD**

VHS • Hi 8 • 8mm • Betamax • Digital 8  
 • DVC • MiniDV • DVCAM  
 Films 8mm & 8-8mm • Photos • Diapositives • Négatifs

**Gérard P. Poulin Jr.**  
**Tel.: 450 266-4548**  
 production.codesi@gmail.com

**Production**  
 Renouer • Remémorer • Revivre



**John Boudreau**  
 Courtier immobilier  
 450.531.5252



*Notre service est toujours professionnel*

Service bilingue/Bilingual service  
 www.brownboudreau.com



**Jessica Brown**  
 Courtier immobilier résidentiel  
 450.522.4755



Les experts de la mesure depuis plus de **40 ANS**



**DENICOURT**  
ARPENTEURS | GÉOMÈTRES  
QUEBEC LAND SURVEYORS

AGRICOLE | COMMERCIAL  
INDUSTRIEL | RÉSIDENTIEL

www.denicourt.ca



Daniel Gélinas, a.g.  
Cowansville  
Tél.: 450 263-4051

7 succursales pour mieux vous servir!  
1 877-882-3096



450 538-9999

info@dgeelectrique.com | www.dgeelectrique.com

PLUMBING • HEATING  
ALL TYPES OF PUMPS  
WATER TREATMENT

PLOMBERIE • CHAUFFAGE  
TOUS GENRES DE POMPES  
TRAITEMENT D'EAU



Plomberie Dwayne McKenney

RIU: 5716-2521-01 934-2129 Qc Inc.

MASTER PLUMBER • MAÎTRE EN PLOMBERIE  
Cell: 450-260-5655  
RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL  
MEMBRE CMMTQ



450 522-6601  
St-Armand

**Alexandre L'Ecuyer**  
Entrepreneur Général

APCHA  
ASSOCIATION PROFESSIONNELLE  
DES CONSTRUCTEURS D'HABITATIONS  
DU QUÉBEC INC.

RBQ: 5728-8953-01

TRAVAUX EXÉCUTÉS PAR:



-Excavation générale  
-Génie civil - Drainage  
-Travaux forestiers - Tamiseur  
-Construction routière  
-Lac artificiel - Mur de roche  
-Transport en vrac  
-Champ d'épuration  
-Service de concasseur  
-Marteau brise roc

Coteirere@yahoo.com

RBQ: 5876-8427-01

**CÔTÉ ET FRÈRES**  450 525-0940

**Bruno Poulin**  
Spécialiste en chauffage d'appoint

Vente et installation de cheminée, poêle, foyer  
Bois gaz granules

450 531-4742  
bpexpertconseils@hotmail.com



RBQ 8239-5310-46

## Then, out of nowhere...

Some travel is about “being there,” absorbing the culture, and some is about moving around. A trip to the Balkans is usually about crossing borders, the ex-Yugoslavian countries being small and intertwined. In the spring 2017, having travelled overland from Venice—crossing through eight countries and using six currencies—Lynda and I paused for three days on Lake Ohrid in southwest Macedonia. True, we walked through the ruined Tsar Samuel's Fortress, and hiked down to the Church of St. John the Theologian, Kaneo—purportedly the most photographed church in the Balkans—but mostly we wandered, read, and gazed from our third-floor balcony across Lake Ohrid to Albania.



Crédit photo : Lynda Graham

When the encounter looked amicably concluded, we stepped closer. It was then that the driver noticed Lynda's passport. “Canada good,” he enthused, giving us a thumbs-up gesture. He then turned, said something in Albanian to the customs officer, who then nodded, and we were offered a ride. “Progradec? No problem!” We got stamped into Albania and climbed aboard. Fabulous! Problem solved!

Our new friend and driver, it seems, has a nephew living near Toronto, a town he can't remember. He was as excited to meet us as we were him! We conversed as well as his poor-English could converse with our no-Macedonian/Albanian, but we all had a marvellous



Bienvenue en Albanie

Our next move was to cross into Albania, rounding the south end of the lake at a little-used crossing, one tightly controlled until 1991, when Albania threw off their independent-of-Moscow Communism. Military bases still abound at the border, and there's no public transportation through it. We'd negotiated our taxi to the border the day before. We knew that after leaving Macedonia we would have to walk the 600 metres to the Albania *dogana*; how we would get to Pogradec, 10 km further on, we didn't know. One map showed a taxi stand at a turn-off to a military base—unpromising in the morning. We were winging it.

The day was beautifully clear—a sunny and cool morning—the ride from Ohrid to the border quick, cheap and pleasant. We paid the taxi, got our passports stamped out of Macedonia, and began walking, the road curving left around a point, with views north to the lake but none of our destination. We assumed we were monitored by CTV, but we had not seen a car in either direction since the turn-off to Sveti Naum, a monastery 4 km before the border. The last curve finally revealed Albania ahead.

About 20 metres before reaching the custom booth a car passed, getting ahead of us at passport control. We stepped back as custom officers opened the trunk and questioned the driver—now out of the car—about its contents, mostly fishing tackle. We stood observing, passports in hand, not sure whether the Albanian we heard was confrontation or friendly banter.

time trying. (There were no busses or taxis all the way to Progradec.)

We were trying to catch a bus to Korçë, 40 km to the south. In Progradec, he guessed at the corner from where busses should leave, and when we all got out—him to inquire, we to retrieve our packs—a policeman ran up and excitedly told him to move the car. Our friend pointed at our bus, waved goodbye, and drove away. We were immensely grateful, but we didn't even have a chance to thank him properly.

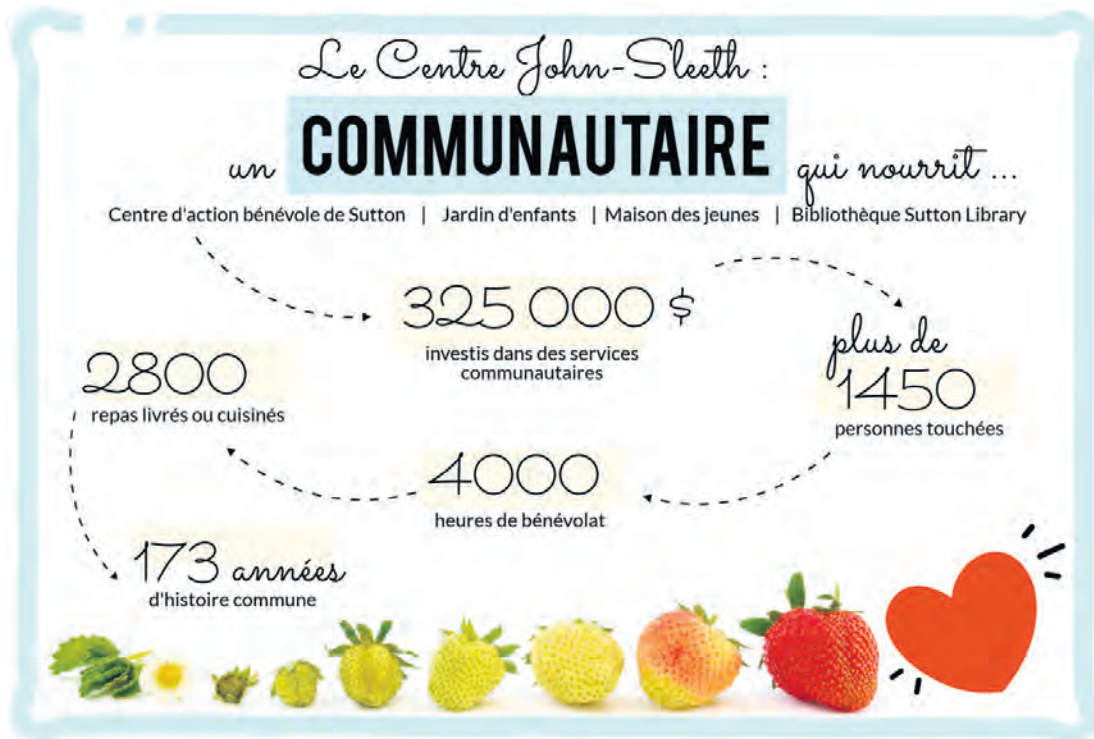
### Epilogue

On Canada Day weekend near dusk, a young couple cycled up to the B&B, lured by the *Bienvenue Cyclistes* sign. They were tired, sweaty, out of options, and nearly out of money; their week-long trip was to end the next day in Brome. But we had no rooms available. So, for the second time that I can remember, we let someone, gratis, pitch a tent in the yard and have a shower. The next morning over coffee—after a terrible storm overnight—they told me that “they would be forever in our debt.” “Not so,” I responded. “We've just passed it to you from a kind Macedonian man we met a year ago; I'm writing about him for *Le Tour*! Just pass it on to someone as desperate as you two were last night, and you'll no longer be ‘in our debt.’”

Jay Sames  
jay.sames@gmail.com6



# Le Centre John-Sleeth : un milieu communautaire qui nourrit corps et âme!



À quelques mois des 35 ans du Centre d'action bénévole (CAB) de Sutton, je profite de ce moment pour refléter et célébrer la place du communautaire à Sutton. Tout comme une plante, l'essor de l'organisme dépend aussi de l'écosystème dans lequel il évolue.

Quel est donc le portrait de ce milieu au Centre John-Sleeth, cet immeuble municipal partagé par la galerie Arts Sutton et 4 organismes communautaires, soit le **Jardin d'enfants**, la **Maison des jeunes**, la **Bibliothèque Sutton Library** et le **CAB Sutton**? Pour ceux qui ne connaissent pas bien ces organismes, voici un portrait du communautaire qui nous nourrit de multiples façons :

## ... en alimentant nos familles, de 0 à 101 ans!

En plus de nourrir littéralement notre population avec le dépannage alimentaire, les ateliers de cuisine, la popote roulante et les initiatives anti-gaspillage, les organismes communautaires du Centre John Sleeth investissent directement dans les gens d'ici, en commençant par nos familles et nos aînés. En effet, ils ont un impact économique non négligeable avec plus de 325 000 \$ investis dans des services, pour la plupart gratuits. Grâce à différentes subventions, des efforts de financement et de l'appui de généreux donateurs, les 4 organismes touchent la vie de plus du quart de la population de Sutton, soit de 1450 personnes de tout âge!

## ... en cultivant le partage

Rien de tout cela ne serait possible sans le bénévolat qui représente une force vive de notre communauté. Au total, près de 170 personnes ont donné du temps en appui aux missions respectives des 4 organismes. Vous les connaissez probablement ces âmes généreuses qui, ensemble, ont donné plus de 4000 heures pour contribuer à notre communauté. Quelle belle richesse! D'ailleurs, saviez-vous qu'au Québec, pour chaque dollar investi au sein d'un organisme en action bénévole, les bénévoles

gènèrent une moyenne de 4 \$ en prestation de services variés au sein de leur communauté?<sup>1</sup>

Je profite de cette occasion pour dire merci à tous ces gens qui choisissent d'agir, de contribuer concrètement à leur monde, car on sait que c'est tellement plus facile de demeurer spectateur ou critique devant les défis de notre société!

## ... en favorisant l'enracinement

Saviez-vous que les 4 organismes communautaires du John-Sleeth cumulent 173 années d'histoire? En effet, le CAB Sutton se prépare déjà à fêter ses 35 ans avec vous cet automne, la Maison des jeunes aura 25 ans, le Jardin d'enfants 44 et la Bibliothèque Sutton Library fêtera 70 années d'existence en 2019! Cette histoire parle de la richesse humaine de Sutton profondément enracinée au cœur même de Sutton.

## Un milieu communautaire engagé, qui porte fruit!

Cultiver une fibre communautaire rassembleuse, c'est investir durablement dans la société de demain. D'ailleurs, c'est la raison pour laquelle le CAB Sutton se donne comme mission d'améliorer le tissu social de Sutton et d'Abercorn en offrant des services et en soutenant le bénévolat.

Un tissu social fort est gage de santé chez nos aînés et favorable à l'attraction et la rétention de nos familles. Les gens de Sutton et d'Abercorn débordent d'idées, de vitalité, de créativité et de soucis pour un développement en cohérence avec leurs valeurs. Le milieu communautaire, c'est ce terreau fertile qui continuera à porter fruit pour nourrir les gens d'ici aujourd'hui et demain.

1. Source : Portail des gestionnaires et des bénévoles (<https://oraprdnt.uqtr.quebec.ca>)

Janna Hubacek

**RE/MAX**  
RE/MAX PROFESSIONNEL INC.  
Agence Immobilière  
Franchisé indépendant et autonome  
de RE/MAX Québec Inc.

**Francine Champagne**  
Courtier immobilier agréé  
Bur. : 450 538-4000  
Cell. : 514 609-6956  
francine.champagne@remax-quebec.com  
10-1, Principale, Sutton, Qc JOE 2K0  
Siège social : 1050, Principale, Granby Qc, J2J 2N7

**SÉBASTIEN KAEMPF** B.A.A.  
www.sebastienk.com

**Évaluation gratuite**  
**450 538-1555**  
Remax Professionnel Inc.

**Courtier Immobilier**

**TODD CHABOT.COM**  
COURTIER IMMOBILIER

**RE/MAX**  
Professionnel Inc.  
Franchisé indépendant et autonome de RE/MAX Québec Inc.

450.577.1737  
450.538.4000  
10-1, PRINCIPALE N. SUTTON, QC JOE 2K0

Tranquillité Sécurité Intégrité  
todd.chabot@remax-quebec.com

**Les Villas des Monts de Sutton**

Résidence pour personnes âgées autonomes  
à quelques pas de tous les services  
3 1/2 et 4 1/2

2 repas par jour (dîner et souper) - Contrôle d'accès à l'immeuble - Ascenseur - Système d'appel à l'aide - Salle de lavage gratuite - Cases postales intérieures  
Et plus...

33, rue Western, Sutton 450 538-1291

**JOHANNE BOURGOIN**  
COURTIER IMMOBILIER  
REAL ESTATE BROKER

ROYAL LEPAGE  
EXCELLENCE  
Agence Immobilière

T. 450 248 7465 C. 450 357 4789  
71-B, Principale à Bedford  
johannebourgoin.com

**VENDRE | ACHETER | REFINANCER**  
Stanbridge East | Dunham | Brigham | Frelighsburg  
Cowansville | Lac Brome | Sutton

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

**Marcel Tétreault**  
Notaire / Notary

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



RBC Dominion valeurs mobilières Inc.

## Groupe Drouin Garneau avec RBC Dominion valeurs mobilières



Claire Drouin, Guillaume Drouin Garneau et Roger Garneau

Un groupe de gestion de portefeuille privée et de planification financière à votre service. En tant que résidents de Dunham, nous sommes là pour vous!

Groupe Drouin Garneau de RBC Dominion valeurs mobilières  
514-515-2339 | 514-878-7318



Gestion de patrimoine  
Dominion valeurs mobilières

RBC Dominion valeurs mobilières Inc.\* et Banque Royale du Canada sont des entités juridiques distinctes et affiliées. \* Membre-Fonds canadien de protection des épargnants. RBC Dominion valeurs mobilières Inc. est une société membre de RBC Gestion de patrimoine, division opérationnelle de Banque Royale du Canada. © / MC Marque(s) de commerce de Banque Royale du Canada, utilisée(s) sous licence. © RBC Dominion valeurs mobilières Inc., 2018. Tous droits réservés. 18\_90301\_CAC\_001

## Un deuxième album pour le trio Perfect Perfect



Après ses études en musique à Montréal, Zachary Bachand, un natif de la région, renoue avec ses racines grâce à son nouvel album intitulé *Old songs*. En effet, celui-ci a grandi à Cowansville et a fréquenté le programme musique-études de l'école secondaire Massey-Vanier, dans lequel il jouait de la trompette. Il a ensuite poursuivi ses études au cégep et à l'université en guitare jazz et c'est sur cet instrument que l'on peut l'entendre sur l'album. Dans ce dernier, il joue avec Alex Kasirer-Smibert à la basse et Éric Maillet à la batterie, respectivement de Montréal et Moncton.

*Old songs* est leur deuxième album. Il a été enregistré en février dans un studio maison à Cowansville, un endroit parfait pour le style expérimental du groupe. Les arrangements musicaux sont tous signés par M. Bachand, mais les pièces s'avèrent beaucoup plus vieilles : il s'agit de mélodies et de chansons traditionnelles américaines de l'époque du *dustbowl*. Cette période, marquée par la dépression des années 1930 et de grandes sécheresses dans les États de l'Oklahoma, du Texas et du

Kansas, a inspiré plusieurs artistes tels que Woody Guthrie et John Steinbeck.

Perfect Perfect emprunte donc les mélodies de chansons traditionnelles connues de cette époque, par exemple *Red rocking chair* et *Bury me beneath the willow*. Si les titres de l'album sont bien connus, leur interprétation reste originale : les mélodies sont reconnaissables et conservent leur ambiance caractéristique des années 1930 et 1940, mais elles ont été métamorphosées et approchées d'un tout nouvel angle. Le dialogue entre la guitare, la batterie et la basse permet au trio d'approcher les pièces via l'improvisation et l'expérimentation. Le résultat est donc une musique folk-impressionniste contemporaine qui donne une impression de nouveauté avec un brin de nostalgie. *Old Songs* est disponible en version digitale sur [perfectperfect.bandcamp.com/releases](http://perfectperfect.bandcamp.com/releases).

Pour obtenir la version en disque compact, consultez [facebook.com/perfectperfectmusic](https://www.facebook.com/perfectperfectmusic).

Leïa LeMaistre

### 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



Gaëtan Goyette  
**POMPES SUTTON**  
Plomberie, traitement  
et analyse d'eau

Propriétaires : Patrick et Gaëtan | Membre cmmtq

450 538-3210



ANTOINE LA MOTHE  
- Charpentier artisan -

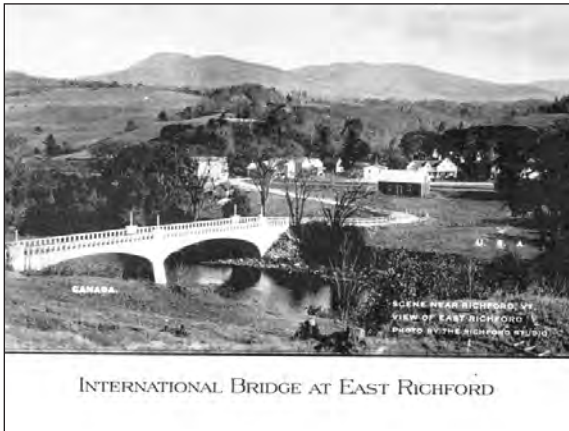
Charpentes de bois massif taillées  
à la main pour optimiser vos espaces



# (450) 538-0764  
w [antoinelamothe.com](http://antoinelamothe.com)  
@ [antoinelamothe@gmail.com](mailto:antoinelamothe@gmail.com)  
+ Membre du Conseil des Métiers d'Art du Québec



# Le pont international de Glen Sutton



INTERNATIONAL BRIDGE AT EAST RICHFORD

Le pont conçu par l'ingénieur québécois Louis A. Vallée, détruit par l'inondation de 1927.



Pont actuel

Le pont international qui relie Glen Sutton et East Richford est actuellement fermé pour cause de restauration. Il a été construit en 1929 après que l'imposant pont en béton qui enjambait la rivière Missisquoi au même endroit eut été emporté par la crue des eaux en 1927. Depuis quelques années, le pont n'avait plus qu'une vocation locale, le tonnage autorisé étant limité à 5 tonnes et la hauteur des poids lourds à 4,3 m.

Les autorités de part et d'autre de la frontière, au Québec et au Vermont, ont néanmoins choisi de restaurer le pont de la Vallée et non de le remplacer. Sa valeur patrimoniale élevée justifie leur décision<sup>1</sup>.

Le pont de la Vallée est le seul pont international au Québec parmi les 24 ponts et tunnels internationaux que compte le Canada. De chaque côté de la frontière, des postes de douanes canadien et américain régissent l'entrée dans les deux pays.

Le pont de la Vallée est un pont en métal à poutres triangulées de type Parker. Bien que ce type de pont ait été répandu en Amérique du Nord, il n'en reste que trois au Québec, tous construits entre 1916 et 1930. Il a été érigé par un constructeur de renommée mondiale, la Pittsburgh Des Moines Steel Co. qui a apposé sa plaque à chaque entrée du pont. L'ouvrage n'a pas subi de transformations majeures au fil du temps de sorte qu'il comporte un haut degré d'authenticité. Il a conservé la plupart de ses éléments d'origine, dont l'assemblage à rivets des poutres et de longues glissières.

Le pont de la Vallée comporte donc plusieurs caractéristiques uniques qui lui confèrent une valeur patrimoniale certaine. Celle-ci est rehaussée par le fait qu'il a, pendant des années, contribué au développement des communautés de Glen Sutton et d'East Richford. Pour l'industrie du bois notamment, il représentait un lien essentiel pour le transport des billots qui approvisionnaient des moulins et des usines de transformation des deux côtés de la frontière.

À cette valeur historique s'ajoute le fait que le pont de la Vallée est situé dans un environnement naturel et bâti harmonieux au pied de la chaîne des Appalaches traversé par la rivière Missisquoi. Ce décor bucolique est de plus en plus fréquenté par les amoureux de la nature, les randonneurs, cyclistes et kayakistes, originaires autant du Canada que des États-Unis. D'ailleurs, les autorités américaines attribuent au Missisquoi River Bridge un statut exceptionnel et l'ont inscrit en 1990 au National Register of Historic Places.

Les travaux de restauration, financés conjointement par le Québec et le Vermont, devraient être terminés à la fin de l'année.

<sup>1</sup> La valeur du pont a été évaluée en 2011 par la firme Patri-Arch pour le compte de la direction de l'Est-de-la-Montérégie du ministère des Transports du Québec.

Jeanne Morazain, présidente d'Héritage Sutton  
heritagesutton.ca

**SYLVIE HOUDE**  
**RE/MAX**

RE/MAX PROFESSIONNEL S.H.  
Agence immobilière

Expertise vous garantissant le meilleur accompagnement lors de la vente d'une propriété dans Brome-Missisquoi

- Évaluation gratuite sur demande
- Outils de mise en marché novateurs incluant la visite virtuelle 3D
- Plusieurs forfaits de commission



**Sylvie Houde**

Courtier immobilier agréé, B.A.

**450 298-1111**

Voir propriétés sur le site Web

**sylviehoude.com**

**LES Stores Sutton.com**

**SPÉCIAL 45% DE RABAIS**

**\*INSTALLATION GRATUITE**

**Aussi au 570, rue SHEFFORD BROMONT**

**450 538.5151 LUNDI AU SAMEDI 10H30 - 16H30**

**34, RUE PRINCIPALE NORD, SUTTON (QUÉBEC)**

\*OBTENEZ L'INSTALLATION GRATUITE À L'ACHAT DE 3 STORES ET PLUS

**PLOMBERIE Goyer PLUMBING** DEPUIS SINCE 1940 INC.

**VENTE INSTALLATION ENTRETIEN**

**PLOMBERIE ET CHAUFFAGE**

- Chauffage (bois, huile, gaz, électrique)
- Ventilation
- Plancher radiant
- Pompe
- Système de traitement d'eau
- Inspection et nettoyage de tuyauterie
- Vérification de dispositif anti-refoulement

partenaire certifié gaz naturel **énergir**

**GazMétro PLUS SERVICES ET ENTRETIEN**

**CMMTQ** Corporation des maîtres mécaniciens en tuyauterie du Québec R.B.Q. 1163-2692-85

150, rue Sherbrooke, Cowansville  
**plomberiegoyer.com**

**450 263-2226**



Sotheby's  
INTERNATIONAL REALTY

Québec

# VIVRE LES CANTONS-DE-L'EST

[BARSALOUMEUNIER.COM](http://BARSALOUMEUNIER.COM)

Découvrez la beauté des Cantons-de-l'Est à travers nos propriétés.

EN PRIMEUR



1 049 000 \$

**100, ch. McCullough, Sutton**  
Prestigieuse propriété, près de 7 acres - MLS 10084638



1 029 000 \$

**376, ch. Benoit, Sutton**  
Domaine + 146 acres - MLS 22252334



539 900 \$

**373, rue Morgan, Sutton**  
B & B sur + 4 acres - MLS 11717571



995 000 \$

**320, ch. d'Iron Hill, Lac-Brome**  
+ 11 acres, piscine, étang et grange - MLS 19087231

VENDU



**152, rue Meloche, Granby**  
Propriété de prestige



**56, rue Champlain, Bromont**  
Sur le golf du Château Bromont



649 000 \$

**2951, rue Principale, Dunham**  
Complètement rénovée - MLS 18687756



625 000 \$

**146, rue Ostiguy, Dunham**  
En bordure du lac Selby - MLS 14439233



380 000 \$

**120, rue Eccles, Cowansville**  
Plain-pied près parc Davignon - MLS 18397918



685 000 \$

**21, rue Benoit, Lac-Brome**  
Magnifique plain-pied - MLS 16537055



700 000 \$

**115, rue des Alizés, Cowansville**  
Terrain triple avec accès privé au lac - MLS 20920018



1 495 000 \$

**11-13, ch. d'Eccles Hill, Frelighsburg**  
220 acres avec lac privé - MLS 16395555



395 000 \$

**120, rue des Cerfs, Cowansville**  
Spacieuse propriété - MLS 15333505



925 000 \$ + tx

**633, ch. Hallé E., Brigham**  
Domaine de 239 acres - MLS 24855852



1 095 000 \$

**222, ch. Lapointe, Bromont**  
Lac privé avec plage, loft d'invités - MLS 19900898



974 900 \$

**73, ch. de Dunham, Frelighsburg**  
Somptueuse demeure sur 54 acres - MLS 28216513

EN VEDETTE



895 000 \$

**100, rue Academy, Sutton**  
Magnifique propriété sur 10 acres avec piscine sous dôme amovible. - MLS 13933133



1 395 000 \$

**553-555, rue des Églises E., Abercorn**  
Vaste domaine privé de 45 acres. Piscine, terrain de tennis, maison d'invités. - MLS 14008174



**MARIE-PIERS  
BARSALOU**  
Courtier immobilier agréé  
450.577.0272



**JOHANNE  
MEUNIER**  
Courtier immobilier  
514.926.5626



**PAULE  
DUCHARME**  
Courtier immobilier  
résidentiel  
514.402.7643



**SIMON-PIERRE  
VEILLETTE**  
Courtier immobilier  
résidentiel et commercial  
450.775.0504



**BOBBY LEE  
BEAUBIEN**  
Coordonnatrice  
Courtier immobilier  
résidentiel  
450.243.0808

**BUREAU DES CANTONS-DE-L'EST**  
**299, ch. Knowlton, Lac-Brome** **JOE IVO**

SOTHEBYSREALTY.CA  
Entreprise indépendante et autonome. Agence immobilière.





**JOHN BOUDREAU, C.I.A.**  
450 531-5252



**JESSICA BROWN, C.I.R.**  
450 522-4755



**BEVERLY DE WINTER, C.I.**  
450 405-6866



**PIERRE LEBLOND, C.I.**  
450 405-9501



**REGINALD GAUTHIER, C.I.A.**  
450 531-3652



**LILIAN SHARKO, C.I.**  
450 405-7512



**VÉRONIQUE BOUCHER, C.I.R.**  
450 525-2318

**À VENDRE • FOR SALE**



**SUTTON**

Dans la région de ski et de vélo de Sutton, belle résidence très bien entretenue sur un terrain privé avec un étang. A déjà été un B&B et pourrait l'être de nouveau avec une possibilité de 5 chambres à coucher. **549 000 \$** (24522772)  
**Pierre Leblond**



**SUTTON**

Belle centenaire au cœur du village de Sutton. Construite en 1905, bien restaurée, cette propriété peut devenir votre rêve pour recevoir famille et amis ou même celui d'opérer un B&B avec ses 4 càc et ses 3 sdb. **475 000 \$** (12947927)  
**Pierre Leblond**



**SUTTON**

Magnifique victorienne, Les Caprices de Victoria, un B&B que vous pouvez continuer d'opérer ou de vous en servir comme résidence privée. À distance de marche des activités au cœur du village, avec plein de possibilités. **949 000 \$+tx.** (10852828)  
**Pierre Leblond**



**SHEFFORD**

Magnifique contemporaine sise sur terrain de 2,3 acres. À seulement 3km de ski Bromont. Vous serez charmé dès la première seconde!  
**595 000 \$** (19576288)  
**Véronique Boucher**



**FRELIGHSBURG**

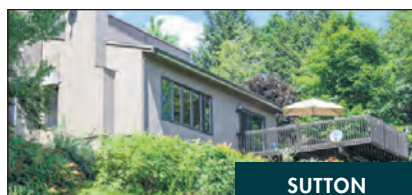
L'enchantement, la magie! Beauté en pierres située à quelques minutes de la ville pittoresque de Frelighsburg et à 1 heure de Montréal, loin de la folie et de l'action. Propriété de 109 acres : un petit lac privé, 2 étangs, une grange, une maison d'invités, +++  
**Lilian Sharko et Reginald Gauthier**



**VENDU**

**SUTTON**

Vous avez la conservation à cœur? Installez-vous dans cette maison historique de 5 càc sise sur 212 ac. dont une portion dédiée en conservation. Vues de près, des collines et du mont Pinnacle.  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

Cette propriété a tout ce qu'il faut : grand terrain, boisé, vue à 180 degrés du massif du mont Sutton. Espaces de vie ensoleillés, foyer et chambre principale au r-d-c. 5 càc, 3 sdb. complètes. À quelques min. du village. **535 000 \$** (10790738)  
**Jessica Brown & John Boudreau**



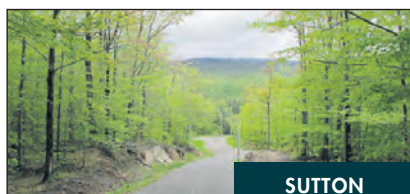
**FRELIGHSBURG**

Magnifique maison nichée sur la colline avec une vue de 180 degrés des monts Sutton et Pinnacle. 61 ac. incluant 10 ac. de prés, possibilité de projet agricole. Maison d'invités, grange et érablière, étang privé.  
**1 450 000 \$**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

La vie contemporaine dans le village. Maison entièrement rénovée en 2 espaces de vie séparés. On y trouve : des plans lumineux à aire ouverte, des cuisines faites sur mesure, des pl. de bois franc et des coûts énergétiques bas. **329 000 \$**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

2 lots constructibles boisés de près d'un acre chacun dans le secteur du Mont Écho. À proximité d'un grand parc de conservation et à quelques pas des sentiers de l'Estrie. **55 000\$ et 65 000\$+taxes**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**LAC-BROME**

173 ch. West Brome-- Attention, amateurs de plein air! Cette maison de 3 càc rénovée est près de tout : ski, randonnée, villages et plus! La rivière Yamaska à l'arrière vous éloigne du bruit. Maison d'invités pour la famille ou comme atelier. **358 000 \$** (20651839)  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

Maison contemporaine aux environs de Sutton, éloignée du chemin sise sur un terrain de 7,5 acres. Vue des montagnes depuis Jay Peak jusqu'à Stowe. De beaux volumes: mezzanine, galeries, pergola intime. **629 000 \$**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

Maison conçue par un architecte. 3 càc+3 sdb dont 2 attenantes. Aire ouverte, cuisine moderne ouvrant vers l'espace sàm et vivoir avec mur de fenêtres surplombant un ruisseau et la montagne. Salon spacieux avec foyer au gaz et coin télé. **550 000 \$**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**ABERCORN**

Vous désirez être autonome et posséder votre propre entreprise? Cette boulangerie réputée et son magasin desservant une clientèle fidèle depuis plus de 30 ans pourraient être la réponse à votre question. Bâtiment principal : 2 000 pc situé sur un terrain ½ acre surplombant la rivière Sutton. **John Boudreau**



**ABERCORN**

Construisez votre maison de rêve ou un petit développement ici! 102 ac. de forêt mixte avec chemin en accès privé. On y trouve en majorité du bois franc et des ruisseaux qui parsèment la propriété. **545 000 \$+taxes**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**FRELIGHSBURG**

Un endroit agréable dans un environnement paisible. Terrain de presque 2 acres bien aménagés avec jardins de vivaces. Un havre pour les oiseaux, les chevreuils, les orignaux et plus. Maison de 2 chambres avec un poêle à bois pour votre confort au salon.  
**dewinter@coldbrook.ca Beverly de Winter**



**SUTTON**

76 acres de terrain zoné blanc, idéal tant pour les investisseurs canadiens et étrangers. Résidez dans une région de ski et profitez de l'extérieur. Écoutez le bruit du ruisseau longeant votre propriété, trois étangs. Vue époustouflante!  
**dewinter@coldbrook.ca Beverly de Winter**



**NOUVEAU PRIX**

**LAC-BROME**

Parfaitement unique, québécoise, en rondins équilibrés faits à la main, près du village de Knowlton. Maison d'origine restaurée avec toutes les commodités modernes. Grange, maison d'invités/studio et appartement. **899 500 \$** (26557463)  
**Jessica Brown & John Boudreau**



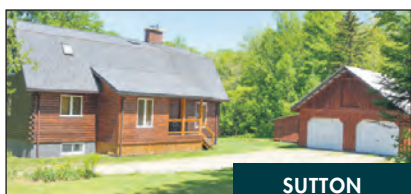
**SUTTON**

Cette maison nichée au bas de la rue Maple, au cœur du village, est à la fois spacieuse et chaleureuse. On y trouve des planchers en bois franc, un grand espace de vie salle à manger/salon avec foyer et 3 chambres. Un garage double est à l'arrière. **195 000 \$**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

Sutton - 6 acres de terrain boisé avec un camp rustique équipé de style canadien. Un étang idyllique en forêt complète la scène de cette retraite de montagne. Clairière préparée pour la construction d'une maison avec une vue des montagnes. **168 000 \$**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

5,8 acres tranquilles et privés! Vivez dans le confort de cette maison spacieuse en bois rond de cèdre, 4 càc, construite avec amour et attention. On y trouve un toit cathédrale, un passage et une mezzanine surplombant le salon, poêle à bois. **449 000 \$**  
**dewinter@coldbrook.ca Beverly de Winter**



**VENDU**

**LAC-BROME**

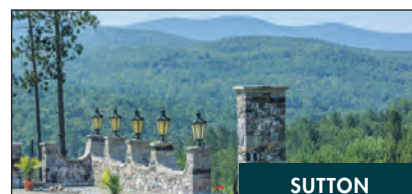
Charmante maison de 3 càc de style chalet nichée dans la forêt entre Sutton et Knowlton. Nagez dans votre étang privé ou passez une nuit d'été dans votre chambre près de l'étang! Maison clé en main prête à vous accueillir!  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**NOUVEAU PRIX**

**SUTTON**

Jolie maison au plan à aire ouverte offrant de belles vues des montagnes, d'accès facile, cour privée, en condition clé-en-mains. Idéal pour les amateurs de plein air ou de ski; entretien extérieur minime et bien situé. **219 000 \$** (12382547)  
**Lilian Sharko et Reginald Gauthier**



**SUTTON**

Environnement spectaculaire! Vignoble la Chapelle Ste-Agnès. Domaine de 177 acres, approx. 7 000 vignes, vues des montagnes et lacs privés. Incluant chapelle, salle de bal, caves de type médiéval, 2 maisons, quartiers d'invités, bâtiments. **2 950 000 + tx**  
**Lilian Sharko et Reginald Gauthier**





**SUTTON :** La Pinède, deux unités de modèle studio donnant sur l'arrière de l'immeuble avec orientation plein sud! Pratiquez vos activités sportives et récréatives toute l'année. Frais de condos minimes. 79 500 \$ / 85 000 \$ Centris 11698830 – 21884877

Sylvie Careau 450.776.4511



**Mont Sutton :** Élegante maison 3 chambres avec vue sur les pistes. Spa et ciné maison. 585 000 \$ Centris 22065876

Hermann Guérette 450.405.2106



**ABERCORN :** Nouveau sur le marché ! Charmant petit domaine sur 6 acres avec possibilité d'acheter 5 acres supplémentaires adjacents. Maison de style *canadiana*, garage avec atelier et petite grange. 595 000 \$ Centris 21443022

Alexis Careau 514.233.4632

**Mont-Sutton - MONT SUTTON - Mont-Sutton - MONT SUTTON**



**Impeccable condo 3 ch.,** bien meublé et équipé, à distance de marche du chalet principal. 159 500 \$ Centris 21176421

Alexis Careau 514.233.4632



**Au Val Sutton unique condo 2 ch.** au décor rustique-chic. Foyer au bois, inst. lav-séch. 245 000 \$ Centris 20350545

Sylvie Careau 450.776.4511



**Ski-in/ski-out! Condo 2 ch.** à l'ambiance chaleureuse. laveuse-sécheuse. Vendeur motivé 167 000 \$ Centris 11964097

Hermann Guérette 450.405.2106



**Archimède. Clé en mains,** rénové et tout équipé. Pied-à-terre abordable, piscine creusée. 129 500 \$ Centris 18742043

Alexis Careau 514.233.4632



**Jumelé 4+1 ch.,** localisé à côté du 1 ouest. Bachelor au sous-sol pour revenus potentiels. 359 000 \$ Centris 15489763

Sylvie Careau 450.776.4511



**ABERCORN :** Fermette loyaliste comprenant 125 acres. Vues impressionnantes des montagnes vertes. Maison en pierres agrandie et rénovée permettant de recevoir famille et amis en tout confort. 1 635 000 \$ Centris 15072049

Sylvie Careau 450.776.4511



**Mont Sutton :** Spacieuse maison avec suite intergénérationnelle. Immense terrain avec étangs. 635 000 \$ Centris 27511279

Hermann Guérette 450.405.2106



**FRELIGHSBURG :** Irrésistible cottage de style *Arts and Craft*, 2 + 1 ch., perché sur une colline et offrant des vues spectaculaires des montagnes du Vermont. Bel atelier avec loft au-dessus. Sentiers, prairies, douceur de vivre. Centris 19664665

Alexis Careau 514.233.4632



**Sutton :** Grande maison avec potentiel de conversion en intergénérationnelle ou B & B 6 ch. 4 s/b. 389 000 \$ Centris 24689729

Sylvie Careau 450.776.4511



**SCENIC BROME LAKE -** Impeccable country house totally renovated. Guest quarters over the garage, 57 acres, maple forest. \$725,000

www.loishardacker.com



**RÉALISEZ VOTRE RÊVE -** 3,9 acres pour construire votre maison à Sutton, dans un domaine privé limité à 11 résidences. 109 000 \$

Lois Hardacker 450 242-2000



**1880s VICTORIAN STYLE HOME,** double garage, pond, 2,7 acres, mountain views. Between Sutton and Lac-Brome. \$325,000

www.loishardacker.com



**AFFORDABLE WEEKEND HOME** on 2 levels with a walk-out basement, lots of upgrades. Garden shed, workshop. West Brome. \$140,000

Lois Hardacker 450 242-2000



**SYLVIE CAREAU**  
 450.776.4511  
 www.sylviecareau.com



**ALEXIS CAREAU**  
 514.233.4632  
 www.alexiscareau.com



**HERMANN GUÉRETTE**  
 450.405.2106



**LOIS HARDACKER**  
 450.242.2000  
 www.loishardacker.com

