

ÉTÉ
SUMMER 2014

Volume 31 no 4
31 ans / 31 years

LE TOUR
www.letoursutton.com

GRATUIT
FREE

Sutton
Dunham
Frelighsburg

Synchronicité
Raoul Duguay
Calendrier des activités
Calendar of events



Advertisers' INDEX des annonceurs

Rubrique/Category	Entreprise/Business	Tél.	Page	Rubrique/Category	Entreprise/Business	Tél.	Page		
Activités, sports, loisirs, attractions	Alpagas Sutton (activ. éducatives, boutique)	538-1538	26	Métiers, services professionnels	Claude Migué (arp-géomètre)	263-5252	8		
	Au Diable Vert (plein air)	538-5639	7		Désourdy salons funéraires	263-1212	38		
	Balnéa (centre thermique et spa)	534-0604	7		For.Éco (Ing. forestier)	242-1366	39		
	Canoë et Co. (excursions)	538-4052	22		Fournier et Tremblay (arp-géomètre)	263-8333	23		
	Club de golf du Domaine Beauregard (par 3)	522-3620	21		La Forge D'Oll	538-0891	30		
	Expo Brome Fair (agricole)	242-3976	18		Le Complexe Funéraire Brome-Missisquoi	266-6061	8		
	La Coupe des Amériques (course de vélo)	538-5808	46		Marjolaine Bédard (jeux de sable thérapeut.)	538-6767	22		
	Le Tour des Arts	538-8455	22		Mont-Minou (auberge pour chats)	538-0718	3		
	Les Festifolies (festiva del musique)	248-0330	27		R3 Production (transferts sur DVD)	266-4548	39		
	Les Rochers Bleus (golf et auberge)	538-2324	37		Vétérinaires Mountainview	263-6460	22		
	Mont Sutton (ski alpin)	538-2545	45		Virginie Catenne (design d'intérieur)	538-0922	10		
	Nathalie Berger (QiGong)	298-1463	39		Voyages Vacancia	538-0443	11		
	Société d'Agriculture de Missisquoi	248-2817	16		Construction/rénovation	Excavation Claude Laplante	538-2277	28	
	Théâtre Lac Brome	242-1395	40			Excavation François Côté	538-2516	30	
	Vélo Brome (vente, réparation)	266-5822	46			GéoRéno (Archit. Paysagiste/Entrepreneur)	819 560-2824	19	
	Yoga Salamandre	514 659-7213	35			La Charpenterie	775-0982	34	
	Alimentation/Food	Alban Houle (fruits, légumes)	538-2634			31	Les Entreprises Guitim (mini-excavation)	538-3210	21
		Atelier Bouffe (cadeaux)	538-2766			4	Les Maisons Trigore	775-5630	28
Au Naturel (aliments naturels)		538-3720	33	Plomberie 4 H	931-3210	23			
Bleuetière les Delisle		263-4556	42	Plomberie AG	266-0227	23			
Boulangerie Abercorn Bakery		538-6453	38	Plomberie Gaëtan Goyette	538-3210	42			
Boutique Gourmet (Canards Lac Brome)		242-3825	24	Plomberie Goyer	263-2226	45			
Chez Matis (traiteur, plats cuisinés)		538-6444	5	Raynald Poirier (électricien)	538-3424	10			
Dessine-moi un pain		558-1614	11	Légal	Marcel Tétrault (notaire)	538-3577	8		
IGA (épicerie)		538-2211	33		Architectes	Atelier A. Bellavance	534-1616	38	
La rumeur affamée Sutton		538-1888	37	Atelier Johanne Béland		538-0605	8		
Le Comptoir du marchand de thé		538-2002	27	Eden Greig Muir		298-1212	11		
Les Jardins de la Colline		263-5997	21	Immobilier/ Real estate	Agence Immobilière Sutton	538-1881	22		
Marché Tradition (épicerie, comptoir SAQ)		298-5202	10		Coldbrook	242-1166	48		
Pur Animal (alimentation pour animaux etc)		263-3030	11		Immeubles Dwyer	298-5341	39		
Boutiques		Les Stores Sutton	538-5151		36	John Boudreau (agent Coldbrook)	531-5252	10	
	Plaisirs Tabous (érotique)	266-7393	40		Les Condominiums Frelighsburg	298-5202	26		
	Vêtements/Clothing	Au Rendez-vous de la mode	538-2228		34	ReMax Knowlton	242-1113	29	
		Boutique Nath'Elle	538-0292	2	Royal LePage Action	538-3800	14		
		Les bons débarras (friperie)	405-2225	23	Royal LePage Action (connexion, cité, campagne)	514 975-4096	15		
		Urbaine des Champs	538-2573	34	Sébastien Kaempf (Re/Max)	538-1555	11		
Woolrich		243-0058	6	Sotheby's International	577-0272	20			
Antiquités		Antiquité G. Chamberland	295-1190	38	Restaurants avec licence	Aux 2 Clochers	298-5086	8	
	Chic campagne	538-5151	23	Bistro Beaux Lieux		538-1444	30		
	Artisanat, art	Atelier Pluriel et Singulier (poterie)	248-3527	43		Le Cafetier	538-7333	5	
CéraMystic (exposition céramique)		248-3551	27	Lyvano		298-1119	28		
Galerie Art-libre		538-6660	10	Tartin'izza Café		538-5067	43		
Kokûn (boutique cadeaux, décoration)		538-6116	4	avec licence de bar		Auberge et SPA West Brome	266-7552	25	
Les Imagiers		538-1771	20		La Fontaine	538-3045	31		
Mill Pond House (art de vivre)		577-3990	5		Marina Knowlton	243-5453	17		
Mo-Fer (sculptures pour le jardin)	204-0370	32	Mocador Pub		538-2426	11			
Vert Partout	538-8378	32	Santé, soins personnels/ Health care		Catherine Ferron (acupuncture)	538-6371	11		
Fleuristes, jardins, paysagement	Au coeur des saisons (cadeaux)	538-0388			6	Catherine Foisy (ostéopathe)	558-3943	35	
	Embellivert (paysagiste)	204-9007		23	Centre Luxa Aetre (soins et pierres précieuses)	243-0005	10		
	GraminForme (paysagiste, consult. horticole)	522-0650		10	Concept Touche Finale (manucure...)	538-2222	35		
	La Ferme Verte (fleurs et prod. de la ferme)	538-6969		42	Mieux-être Sutton (regroupement de profes.)	voir annonce	12		
	Pépinière S.G. (plantation d'arbres)	298-1431		26	Pharmacie Brunet	538-0055	38		
	Pro design (gestion de projets, aménag.)	521-6731	10	Coiffure/ Hairdressers	Coiffure Lise Gervais	538-3853	38		
Rêves et Jardins	266-3820	13	La Boucletterie		538-0717	31			
Hébergement/ Lodging	Gîte Vert le Mont	538-3227	3		Soins, massages	Alexandrea Kelly (technique Bowen)	330-0877	43	
	Les Caprices de Victoria	538-1551	8	Daniel Laberge (massot., méditation, yoga)		538-3676	39		
	Avec/ With restauration	Auberge des Appalaches	538-5799	3		Lawrence Lefcort (shiatsu)	295-1470	39	
Le Pleasant		538-6188	20	Marie Poirier (massothérapie)	538-8282	11			
Information touristique	Corp Dév. Écon. Sutton	538-8455	47	Véhicules, accessoires	Lamothe Énergie (station de service)	298-5000	19		
					Mécaniciens Famille Morse (entretien)	538-2308	22		
					Automobile	Cowansville Mazda	263-8888	9	
				Cowansville Nissan		263-8889	9		
				Cowansville Toyota		263-8888	9		

Boutique Nath'Elle

Vêtements mode pour la femme
active, jeune ou plus âgée

• 2 ans à 20 ans

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



- Lingerie Elita

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

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

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

La synchronicité en réponse à un besoin

Le journal *Le Tour* est né à la suite d'un besoin, un criant besoin d'améliorer la communication entre citoyens et visiteurs de la région de Sutton. Ce sont moins les circonstances que les exigences pour trouver une solution à ce manque qui entraîneront sa conception, son développement, sa publication et son évolution jusqu'à aujourd'hui. En effet, la vision du journal a eu pour source une synchronicité d'événements, et sa réalisation est due à une synchronicité de réseautage.

Si la sérendipité est le phénomène par lequel on découvre une ressource en voguant à la recherche d'une autre, on pourrait concevoir que la synchronicité est un processus par lequel on obtient ce que l'on a besoin quand on est dans la bonne direction, avec le vent dans les voiles, en synchronisme avec ce qui doit être...

Jung explique que la synchronicité n'existe qu'en lien avec la personne qui fait l'association entre deux ou plusieurs événements. Dans le cas du scarabée de l'une de ses patientes (bien détaillé dans l'article de Daniel Laguitton en page 4), si seulement Jung avait affirmé que sa patiente avait vraiment pressenti la venue du scarabée, nous serions confondus par l'existence d'un vaste pouvoir. Un sens particulier qui permettrait de pressentir une solution, une ressource requise et sa source, avant même d'avoir formulé une demande ou... une prière.

À la suite d'un événement fortuit, qui n'a jamais prononcé « Je le savais! »? Que ce soit l'intuition, le besoin ou la force des choses qui aligne au quart de tour quelques événements disparates pour réaliser un souhait, un rêve ou une prière, peu importe. Mis à part le résultat, ce qui compte surtout c'est l'étrange satisfaction d'obtenir un signe qui indique que l'on est sur la bonne voie, dans la bonne direction avec le vent dans les voiles... Même si parfois il semble n'y avoir que des obstacles sur notre chemin, ils servent de déviation vers la réussite.

L'univers possède une direction, les lois de la nature sont entières, la vérité est sans équivoque. Risque beaucoup qui les prend du revers. Or la synchronicité devient un signe de leur respect.

Nous espérons que la lecture de ce numéro éveillera en vous une synchronicité et que vous saurez vous abandonner avec confiance dans un élan qui vous permettra de savourer la plus merveilleuse des saisons estivales que la région peut offrir.

Bonne lecture!

Denis Boulanger

Synchronicity in answer to a need

Le Tour was born of a need - a crying need - to improve communication between the citizens and visitors of the Sutton region. The quest for a solution to fill such a void generated its design, development, publication and evolution until now. Indeed, the vision for the paper came from a synchronicity of events and its fulfilment amounted to a synchronicity of networks.

If serendipity is the phenomenon by which one discovers a resource while searching for another, we might consider that synchronicity is the process by which one obtains what one needs when one is going in the right direction, when the wind fills the sails, in synchronicity with what must be...

Jung explains that synchronicity exists only for the person in relation with or making the association between two or more events. In the case of the golden scarab, (as detailed in Daniel Laguitton's article on page 4. or on Wikipedia), if Jung had only affirmed that his patient had really foreseen the golden scarab and not only dreamt it, we would be bewildered by the existence of such great power. A special sense that would allow one to foresee a solution, a required resource or its source before one could formulate a demand or a prayer for it.

Following a fortuitous event, many have exclaimed, "I knew it!?" Be it intuition, a need or the forces-that-be that mesh together disparate events in order to realize a wish, a dream or a prayer, no matter. Beyond the end result, what matters mostly is the strange satisfaction of receiving a sign that one is on the right track, in the right direction with the wind in one's sails... Even if at times it seemed that obstacles were on the path, they would only have served as detours toward success.

The Universe has a direction, the laws of nature are whole, and truth is unequivocal. Risks much he who approaches them in reverse. Hence synchronicity would happen to be a sign of their respect.

Upon reading this issue, we hope that it will evoke synchronicity in you and that you will abandon yourself with confidence on an impulse that will allow you to savour the most wonderful of Summer seasons the region has to offer.

Happy reading!

Denis Boulanger

SOMMAIRE

Clin d'oeil	4
Idylle et synchronicité	5
Tous aux abris...	6
Fêtons le Jardin... a synchronistic event...	7
Synchronicité d'une colonisation...	8
If You Happen to See a Bear Today	10
Heureux d'un printemps	11
Le Tour des Arts	13
Free-running in Sync with the Moon	15
Synchronicity Version 2.0	16
Teachers and Students	16
From Varanasi to Penang	17
Synchronicité	18
BABY DROP-IN - NEW IN SUTTON	19
Gerald Bull, une expo canon	20
Terre de liberté	21
La synchronicité a ses bons côtés...	22
La tortue, la Ferrari et moi	23
Raoul Duguay, omnicréateur québécois	24
Dunham et l'été de nos artistes en synchronicité	25
Is Lyme disease in Your Future?	26
Matthew Ruitter, californien et maire de Cowansville	28
La main à la pâte : prendre un cours de poterie	29
SYNERGÉTIQUEMENT Bandes dessinées et musiques	30
Going with the flow	30
Synchro 101	31
Bande dessinée	32
Feeling Lucky	33
« Synchronicité Papillon »	33
Synchronicity...another facet of Quantum Physics!	34
Salle Alec et Gérard Pelletier	35
Drôle de synchronicité!	36
Le corps inexplicable...	37
The Synchronicity behind the Year without a Summer, 1816	38
SYNCHRONICITÉ en astronomie	39
Lorsque les mots nous font défaut	40
Nouveau Festival d'été à Saint-Armand	41
Projet de recherche sur le dindon sauvage dans notre région	41
La synchronicité vue par un Yogi!	42
Nature et Création, la plus naturelle galerie au Québec...	43
Se faire surprendre par la synchronicité	44
Theatre Lac Brome - Saison Estivale	44
Festiv'Art	45
Céramystic 2014	45
Retour du Marché Fermier à Frelighsburg	46
Contributionism	46
Calendrier régional	47

À la Une / Cover : Raoul Duguay Voir p.24



Publié par 9063 2738 Québec inc.
C.P. 810, Sutton, Québec, J0E 2K0
450 538-2760
Courriel : letoursutton@hotmail.com
Site Internet : www.letoursutton.com
Abonnement annuel / yearly subscription
15 \$ pour 4 numéros, expédiés par la poste

Éditeur

Denis Boulanger

Rédactrice en chef francophone

Danièle Crevier

English editing

Sandra Prévost

Collaborateurs

Danièle Brodeur, Laurent Busseau, Heather A. Darch, Ghislaine Delisle, Esther Dickson, Bénédicte Deschamps, Martin Dubois, Lu Emanuel, Marie-Josée Ferron, Stephen Giesler, Michel Guibord, Aurelien Guillory, Debbie Hornig, Janna Hubacek, Michael Hynes, John Jean, Mireille Joly, Daniel Laberge, Daniel Laguitton, Stéphane Lemardelé, Marie-Josée Leclerc, Richard Leclerc, Patricia Lefèvre, François Marcotte, Lise F. Meunier, Jeanne Morazain, Eden Muir, Louise Paiement, Wilder Penfield, Trisha Pope, Marie-Josée Potvin, Nicholas K. Pynes, Michel Racicot, Annie Rouleau, Jay Sames, Mireille Simard, Gaël Steinmetz, Eddy Szczerbinski, Michel-Louis Viala, Ramon Vitesse, Meaghan Westover, Chevalier Weillbrenner, Mark Zimmerl.

Correctrices d'épreuves

Paule Lorin, Sandra Prévost

Ventes

Denis Boulanger : 450 538-2760
Louise Charbonneau : 450 777-1222

Graphisme et montage

Louise Charbonneau

Impression

Payette et Simms inc.

Dépôt légal :

Bibliothèques nationales du Québec et du Canada
ISSN : 1493-0196

Mont Minou
Auberge pour CHATS
...uniquement
Inn for CATS
...only
450-538-0718
www.montminou.com

Gîte Vert Le Mont B&B
"Séjour vraiment magnifique."
Trip Advisor
"Warm welcome, great rooms, delicious breakfast."
Trip Advisor
*Cinq chambres, salle de bain privée attenante
* Endroit idéal pour petits groupes
* Accueil chaleureux
* Forfait plein air, vélo, randonnée et kayak
www.bbsutton.com
18, rue Maple, Sutton, 450 538-3227

Auberge des Appalaches
auberge-restaurant
Cuisine Bistro à tendance française
Réservation appréciée
"Super ambiance... Et qui aime à saigner?"
Gastronomie de Maître Volige
Tenementaire Facebook
234, Ch. Maple, Sutton, Qc J0E 2K0
450 538 5799
www.auberge-appalaches.com



Clin d'œil

Le synchronisme et la synchronicité, bien qu'évoquant l'un et l'autre des phénomènes couplés (syn) dans le temps (chronos), relèvent d'ordres tout à fait différents.

On parle de synchronisme lorsque les rythmes propres de plusieurs phénomènes ont entre eux des rapports constants. Un exemple courant nous en est fourni par le mouvement des aiguilles d'une horloge qu'un délicat mécanisme synchronise de telle sorte que l'aiguille des minutes effectue douze tours du cadran pendant que celle des heures en fait un. Le synchronisme est aussi l'élément clé de la chorégraphie aquatique justement appelée « nage synchronisée » et, en général, de toute performance musicale polyinstrumentale. Le synchronisme est le fruit d'un enchaînement de causes et d'effets parfaitement ajusté au métronome du temps profane, ce découpage artificiel inspiré des rythmes de la nature et dont on dit avec humour qu'il nous sert à éviter que tout arrive en même temps.

Dans le cas de la synchronicité, la corrélation temporelle significative observée entre des phénomènes apparemment distincts échappe, au contraire, à toute programmation, prévision ou explication logique. Pour reprendre la définition du psychologue Carl Jung, « nous nous trouvons face à un "hasard" signifiant et créateur ». Mircea Eliade parle, quant à lui, de « percées fulgurantes de sacré » et T.S. Eliot de « chutes dans la lumière », épiphanies de temps sacré, « temps des saisons et des constellations, des veaux de lait et des moissons, des fiançailles et du rut ». De ce temps aussi incontrôlable que son homonyme, le « temps » qu'il fait, on pressent seulement (parfois) qu'il « s'en vient » et on constate, rétrospectivement, qu'il est accompli.

Carl Jung relate ainsi un cas de synchronicité survenu lors d'une rencontre avec une patiente : « Après plusieurs tentatives infructueuses de tempérer son rationalisme par une compréhension plus humaine, je dus me réfugier dans l'espoir qu'un événement inattendu et irrationnel surviendrait, quelque chose qui ferait éclater le sarcophage intellectuel dans lequel elle s'était hermétiquement enfermée... Un jour, j'étais assis en face d'elle, le dos à la fenêtre, écoutant son flot de rhétorique. Elle avait fait un rêve impressionnant la nuit précédente, rêve dans lequel quelqu'un lui offrait un bijou de grande valeur ayant la forme d'un scarabée d'or. Tandis qu'elle me racontait son rêve, j'entendis derrière moi quelques coups légers frappés à la fenêtre. Cela me sembla étrange et, m'étant retourné, je vis un assez gros insecte qui se heurtait à la vitre et essayait manifestement de pénétrer dans la pièce assombrie. J'ouvris immédiatement la fenêtre et j'attrapai

l'insecte en plein vol. C'était une cétoine, Cetonia aurata, dont la couleur, d'un vert doré, ressemble fort à celle d'un scarabée d'or. Je tendis l'insecte à ma patiente en lui disant : "Voici votre scarabée." Cet événement perça véritablement la cuirasse de son rationalisme et fit fondre la glace de sa résistance intellectuelle. Le traitement put alors se poursuivre avec des résultats satisfaisants ».

La synchronicité partage avec l'humour un effet de surprise qui fait voler en éclats (généralement, de rire) nos constructions mentales. Tout se passe comme si un marionnettiste espiègle tirait les ficelles invisibles de notre destin et subtilisait, sans crier gare, les béquilles de notre mental rationnel. Clin d'œil mystérieux apparenté à l'expérience mystique, la synchronicité s'accompagne d'un mélange de fascination et de stupéfaction qu'il est parfois difficile de mettre en mots : « Je sais seulement y avoir été, mais ne saurais dire où, ni combien de temps, ce serait se situer dans le temps », écrit Thomas Eliot après une telle percée hors du temps de la montre.

En nous mettant en contact avec une réalité qui transcende les cloisonnements du mental rationnel, la synchronicité accomplit instantanément la « reliure » à laquelle aspirent toutes les religions et toutes les méditations. Elle est une passerelle entre des mondes que l'on évoque généralement par des paires sémantiques comme « non-dualité et dualité », « sacré et profane », « métaphysique et physique », « surnaturel et naturel », « essence et existence », « Je-Tu et je-cela », etc.

Une sorte de pudeur dicte une certaine réserve dans la divulgation de tout ce que l'on tient pour intime et sacré, ce qui englobe, évidemment, les expériences de synchronicité. Le contexte particulier dans lequel cette chronique a vu le jour me semble toutefois justifier l'exception qui suit.

La scène se passe en 1995, à Ottawa, par un bel après-midi d'été. Avec la complicité d'une muse appelée Nicole, j'ai résolu de tourner une page de vie et de quitter la ville pour la campagne. L'enveloppe que je dépose « religieusement », à 15 h 30, dans une boîte aux lettres située devant le numéro 50 de la rue Main contient la confirmation finale de l'offre d'achat d'un commerce d'alimentation

biologique situé à Sutton. Je dis « religieusement », car je suis conscient que ce geste m'engage dans un processus de transformation majeure. Je me rends ensuite à la Cité Collégiale où j'ai été invité à faire une présentation sur les assuétudes à un groupe d'étudiantes en sciences infirmières. Les assuétudes sont les attachements compulsifs multiples qui nous servent à anesthésier les émotions douloureuses emmagasinées dans notre subconscient. En langage imagé, ce sont les somnifères avec lesquels nous tentons d'apaiser les fantômes de nos placards.

L'alcoolisme et la toxicomanie en sont les exemples les mieux connus. La présentation terminée, la sympathique professeure qui a organisé la rencontre vient me serrer la main et engage la conversation. De fil en aiguille, je lui confie mon enthousiasme d'avoir posté, quelques heures plus tôt, les documents mentionnés plus haut qui vont me permettre d'aller vivre à la campagne « dans les Cantons de

l'Est ». C'est à ce moment que la synchronicité a frappé haut et fort : — « Où? », s'enquiert elle. — « À Sutton. » — « Où à Sutton? » — « Sur la rue Principale » — « À quelle adresse sur la rue Principale? » — « Au 1, rue Principale Nord, vous connaissez? » — « Si je connais! Quand j'étais petite, j'allais souvent rendre visite à mon grand-père qui habitait l'appartement situé au premier étage! » L'éclat de rire qui suivit se prolonge aujourd'hui en sourire...

Un dernier détail donne la mesure du « "hasard" signifiant et créateur » qui s'était exprimé ce jour-là : en 1995, j'étais évidemment loin de me douter que, dix-neuf ans plus tard, c'est le frère de mon interlocutrice qui, en choisissant le thème de la synchronicité, me donnerait l'occasion de raconter ce clin d'œil du destin. La professeure de sciences infirmières en question était en effet la regrettée Céline Boulanger, sœur de l'actuel rédacteur en chef du Tour de Sutton, Denis, à qui nous devons ces pages.

« Seigneur tu dis "un" et j'entends "deux" », chante le psalmiste. Dans la synchronicité, quand l'homme rationnel dit « deux », une voix mystérieuse lui répond « UN! ».

Et les sceptiques seront con-fon-dus!

Daniel Laguitton

www.granby.net/~d_lag



ENCADREMENT SUR MESURE
~ CUSTOM FRAMING ~

Toujours -30% pour les artistes / for all artists

Systèmes d'accrochage muraux pour cadres ou toiles /
Rail hanging systems for frames or paintings

Dépositaire MirrorMate Dealer

Grand choix de moulures en bois, MDF & polystyrène recyclé /
Huge selection of mouldings in wood, MDF, recycled polystyrene

Coupe de moulures, passe partout et vitres sur place /
In-house cutting of frames, mattes, backings and glass

Laminage & étirage sur faux-cadres sur mesure /
Custom laminating and canvas stretching

Moulures rondes, ovales & boîtiers /
Round, oval and shadow-box frames

Venez rencontrer Karen pour des conseils judicieux et
un travail méticuleux / And always, Karen's
exceptional taste and meticulous skills!

kokun design, 12 rue Principale Nord, Sutton +50.538.6116

atelier  bouffe

← RÈGLE →

№2

le pique-nique

OBJETS DE CUISINE ET DE MAISON

ÉPICERIE FINE

14, RUE PRINCIPALE SUD,
SUTTON

← 450 538 2766 →

Idylle et synchronicité

Margot ouvre un œil, puis l'autre. Elle n'en est qu'à demi consciente, mais le bourdonnement qui lui défonce les tympans n'est pas étranger à son réveil. La lourdeur dans son bas-ventre parvient elle aussi à percer son ankylose. Ses sens s'éveillent lourdement et la mettent lentement en contact avec son environnement. Elle ne reconnaît pas son plafond qu'elle sait plus lisse, plus blanc. Une humidité déplaisante qu'elle ne reconnaît pas se dégage du lit. Elle a toujours en bouche les relents du gros rouge ingurgité plus tôt. Tout lui semble inhospitalier. Elle se garde bien d'extérioriser sa surprise et ses craintes pourtant bien réelles. Ne pas bouger surtout. Respirer à peine. Ne pas éveiller ses peurs tapies dans l'ombre. Elle a besoin de quelques secondes additionnelles pour réaliser qu'elle n'est pas chez elle. Le réveil à sa droite montre 7 h 12 en gros chiffres rouges.



Maurice est là qui ronfle à sa gauche. La bouche ouverte comme un poisson mort. La mémoire lui revient en un flash. Elle se souvient de l'avoir suivi chez lui après le cocktail des bénévoles. Quelle désillusion ! Ce gros lard à face de cire qui vagit près d'elle est pourtant séduisant à la verticale. Mais quel égoïste ! Et quel enfoiré ! Dire qu'elle avait désiré ce moment si longtemps ! Qu'elle l'avait préparé de si longue haleine en y mettant toutes les attentions. Il lui aura fallu au moins six mois de travail bien synchronisé pour qu'il la remarque ; ses amies Charlotte et Martine peuvent en témoigner. Elle avait commencé par lui adresser des sourires complices auxquels il avait répondu timidement. Ses coquetteries, ses robes soleil, ses soutiens-gorges de dentelle, c'était pour lui. Les petits biscuits lors des réunions, pour lui encore. Et les conversations qui s'allongeaient, qui se faisaient coquines et si prometteuses. Ah ce qu'elle avait pu rêver. Il lui semblait si délicat. Mais quelle désolation et quelle perte de temps aujourd'hui !

Les ronflements ne semblent plus faire qu'une longue lamentation ; ils s'ajoutent à son dégoût et à ses courbatures et finissent par la sortir du lit. Le lamantin, lui, ne bronche pas, enroulé dans ses draps comme dans le souvenir du plaisir con-

sommé. Il ne l'a pas agressée, non, mais il l'a pour le moins brusquée. Elle avait à peine mis les pieds chez lui qu'il l'entraînait dans la chambre et lui arrachait ses vêtements. Le reste n'est que mauvais souvenir, douleur et déception. Sa souffrance serait-elle moins aiguë si elle avait connu l'extase ? Elle ne saurait le dire. Elle ne sait plus qu'une chose : son fantasme était des millions de fois plus excitant que ce petit matin de merde. Il n'a manifesté aucune sensibilité pour ses besoins à elle. Rien ne justifiait cette précipitation, cette brutalité. Dire qu'à son âge, elle se croyait à l'abri de ces comportements animaux.

Sa décision est prise, elle quittera en douceur. Elle rapatrie ses vêtements épars en faisant bien attention de ne pas sortir Maurice de sa torpeur. Il lui faut une éternité pour retracer son soulier gauche qui s'est faufilé parmi les moutons sous le lit. Elle prendra sa douche chez elle, dans son petit monde à elle, beaucoup plus chaleureux. Elle se réjouit déjà à l'idée de pouvoir enfin se brosser les dents, se parfumer un peu.

Les grincements et les reniflements d'un camion lourd remplissent la chambre pendant qu'elle enfle ses fripes. Une lame de soleil perce les tentures, mais rien ne dérange le zèbre assoupi. Elle ne claquera pas la porte comme son premier réflexe le lui avait suggéré. Elle récupérera sa voiture, mais prendra quelques minutes pour se changer l'air des poumons avant de démarrer. À la radio, sur le chemin du retour, Ferrat chante « *la porte du bonheur est une porte étroite* »*. C'est ce qui convainc Margot d'emmurer cet imbécile de Maurice et son mauvais souvenir dans les limbes profonds de l'oubli et du néant. Peut-être parviendra-t-elle ainsi à se persuader que nous vivons malgré tout dans un monde civilisé.

Margot attendra le temps qu'il faudra, mais, elle le sait déjà, elle reviendra à la charge. Sa théorie de la synchronicité ne peut pas toujours s'avérer fautive dans la recherche d'un compagnon de vie.

Michel Guibord

* Tiré de la chanson *La porte à droite* de G. Thomas et J. Ferrat



Café Terrasse

Le Cafetier
SUTTON

Ouvert tous les jours
de 7h à 19h

9, PRINCIPALE N
SUTTON, QUÉ
450 538 7333

chez Matis

Cuisine française
Made in Sutton
Traiteur / Catering

NOUVEAU Méchoui • Agneau • Porc • Poulet

- Pour vos BBQ cet été : saucisses « Ils en fument du bon » du Marché Jean-Talon
- Importation privée d'huile d'olive biologique du Liban

Plats cuisinés : spécialités différentes chaque semaine
Bourguignon de bœuf ou canard
Couscous garni (nouveau)
Ballotine de canard aux champignons
Tatin aux 2 saumons et épices

Spécialités : pâtisseries maison
Paris-Brest; millefeuilles; tarte tatin aux pommes; tarte alsacienne aux fruits et petits fruits

- Brioche pur beurre
- Croissants au beurre (nouveau)
- Quatre quarts au citron
- Marmelades : abricots, prunes, oranges, figues, rhubarbe, pommes
- Sélection de produits fins et régionaux (nouveau)

- Feuilletés aux champignons
- Coquille Saint-Jacques
- Cévilé de fruits de mer
- Saumon gravlax
- Plateaux de petites bouchées

Tourtières : au canard du terroir, à l'agneau de Kamouraska, à la dinde ou au saumon frais
Tourte aux fruits de mer ou bourguignonne
Quiches
Pizzas

- Articles de décoration intérieure
- Lampes en mosaïque de verre importées de Turquie
- Meubles en bois uniques importés d'Inde et d'Indonésie
- Boîte à épices, chandelles, sculptures

50, Principale Nord, Sutton **450 538-6444**
Merc. au sam. 9 h à 20 h - dim. 9 h à 18 h

MILLPOND HOUSE
Art de vivre
Country Lifestyle
Ouvert du jeudi au dimanche

Boutique de cadeaux et
décorations campagnardes,
le tout dans une ambiance d'antan.

78 Lakeside - Lac Brome - 450 571 3990

MillPondHouse.com



Tous aux abris...

Ce n'est évidemment pas un hasard si la première édition du **Refuge à papas** a lieu la veille de la Fête des pères, mais c'est peut-être un signe quand même...

Inspiré des fameux *campings papas*, organisée par un ami papa pas trop poule, mais très présent pour ses petits, le **Refuge à papas** espère bien faire site comble en haut des pistes de Mont-Sutton le **14 juin au soir** – et donner un petit congé d'une soirée à une poignée de mamans par la même occasion...

L'idée de base est simple : dans notre univers de plus en plus lisse, propre et bien rangé, les papas manquent souvent de temps et de place pour transmettre à leurs petits (et petites) certains trucs et secrets paternels un peu rugueux ou collants remontant sûrement à l'époque des tigres à dents de sabre, même s'ils se traduisent en guimauves...

Alors, comme cadeau de Fête des Pères, on a décidé de les inviter avec leurs petits (et petites, et grands-papas aussi, le cas échéant) à venir passer la pleine lune au sommet. Dodo sous la tente, en abri, sur la terrasse ou dans le dortoir du chalet du sommet (Alt.840 pour les intimes), coucher de soleil, randonnée nocturne, chant de grenouilles et feu communautaire en option. Les places sont limitées, mais il en reste peut-être une pour vous...



La semaine précédente, le **7 juin**, c'est à notre **corvée de sentiers** que les membres et amis du PENS sont conviés pour la journée avec au menu, entre autres, la disposition écologique d'infrastructures démantelées l'automne dernier; le nettoyage de fossés et rigoles; la renaturalisation de sentiers fermés et un peu de reboisement ciblé au sommet. Ce grand ménage sera suivi du rituel apéro et souper au sommet (dans le chalet du 840 pour les intimes). Merci de vous inscrire au plus tard le 31 mai pour permettre une bonne organisation de la corvée.

La non moins rituelle **assemblée générale annuelle** des membres du PENS aura lieu le lendemain après-midi, le **dimanche 8 juin**, au bar le Tucker du chalet de ski de Mont-Sutton à partir de **16 h 30**. Évidemment, ce n'est pas le genre d'activité la plus excitante au monde pour un beau dimanche de juin, surtout quand on aime se promener dans les bois. Si vous êtes membre du PENS, c'est cependant une belle occasion pour mieux comprendre comment fonctionne et surtout, où s'en va cet organisme à but non lucratif devenu, trente-cinq ans après sa création, un des piliers de l'économie de Sutton. Et c'est aussi **LE** moment de l'année pour vous impliquer dans sa gouvernance.



Pour le reste de l'été, on vous attend dans la montagne où on vous a mijoté une belle chaudière d'activités plus ou moins organisées, suivant les cas. Elles sont à déguster nature, en solo, en famille ou entre amis : de l'écocache des arbres à la nuit des étoiles filantes, en passant par la survie en forêt, le safari photo, l'atelier d'orientation, le camping sans traces, la randonnée guidée ou la marche en pleine conscience...

Pour plus d'informations sur nos activités et services estivaux, incluant nos possibilités d'hébergement en nature, consultez notre site internet ou communiquez avec le poste d'accueil, au 450 538-4085.

Patricia Lefèvre
Le Parc d'environnement naturel de Sutton
www.parsutton.com info@parsutton.com



EST. 1890
Woolrich
264A Chemin Knowlton, Lac Brome QC
450-243-0058

Au coeur des Saisons

Objet pour la **cuisine** et la **maison**, coin **fleuristerie**

4, rue Maple Sutton 450-538-0388

Fêtons le Jardin...a synchronistic event, in tune with Mother Nature



The gardening season is almost upon us, and many green thumbs are starting to twitch, especially after the winter we have had.

Is there not a certain **synchronicity** to the fact that the Brome Lake Garden Club is planning their 3rd annual **Fêtons le Jardin** event just as the seasons turn? This is a Show and Sale of horticultural specialties and Arts and Crafts for the garden... taking place just in time for the start of the gardening season: on Saturday, June 7th in Knowlton. Various horticultural producers and small individual growers will be offering their selected plants and new creations for sale. Visitors will be able to browse



from a choice of trees, shrubs, rare perennials, aquatic and indigenous plants, succulent herbs, organic vegetables, supplies, and more...

For the finishing touches to your garden landscape, you will find hand crafted bird baths, and birdhouses, statuary, pottery, wrought iron, fountains, troughs, scarecrows, garden structures, and other gems from local artisans. There should be a few informational demonstrations throughout the day, as well. The Brome Lake Garden Club will have its own kiosk, where visitors can shop from a wonderful choice of used and new gardening books and treasures, and take a chance on some exceptional prizes in the raffle. The proceeds will go back to the community. Last year's went towards local school programs.

So **Synchronicity**... 'a meaningful coincidence'; Mother Nature sprouts; it's time to start your gardening; and everything you will need, whether you're a seasoned gardener or a rank beginner, will be found at:

Fêtons le Jardin
Saturday, June 7th, 9 a.m. – 4 p.m.
Knowlton Academy
81 Victoria Street
Ville de lac Brome, Québec

Information: 450 243-0890
fetonslejardin@gmail.com

Debbie Hornig



Quand la détente devient une forme d'art

Restaurant ouvert à tous
 Été des chefs
 Club de plage avec lac privé
 22 km de sentiers
 Soins beauté et massothérapie
 Yoga et Surf Yoga



balnea
 réserve thermale

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

DISPONIBLE SUR PLACE

Viande Highland

BIOLOGIQUE

AU DIABLE VERT
 Station de Montagne

169 Staines, Glen Sutton, QC, J0E 2K0 | audiablevert.com

Vélovolant

1^{er} AU CANADA

100 PIEDS de hauteur à la cime des arbres

SURVOLEZ LA FORÊT AVEC VÉLOVOLANT - UNIQUE AU CANADA!
 Chaque coup de pédales vous propulse dans un parcours aux cimes des arbres longeant ravins, petites chutes et falaises.

LES GRANDS PRIX 2014

Hauteur minimale **55"/140cm**

45 MINUTES temps estimé pour un circuit complet

20 VÉLOS à la fois

Vélovolant Parcours d'**1KM**

VéloVolant →
Au Diable Vert →

www.velovolant.com

suivez les panneaux bleus




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

Pour nos forfaits ou autres, consultez notre site Internet
63, Principale Nord, Sutton Tél.: (450) 538-1551
b.b@capricesdevictoria.qc.ca • www.capricesdevictoria.qc.ca

Atelier Johanne Béland
ARCHITECTE
www.atelierarchitecture.com



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

AUX 2 CLOCHERS
BISTRO / RESTAURANT

Cuisine saisonnière
Spécialité grillades
Terrasse sur la rivière

Fermé le lundi

2, rue de l'Église
Frelighsburg, Qc, JO1 1C0
Tél: (450) 298-5086
www.restaux2clochers.ca



"André et Martine"




migué
ARPENTEUR-GÉOMÈTRE INC.
LAND SURVEYOR
CLAUDE MIGUÉ, S.-O.
KEVIN MIGUÉ, S.-O. ING. JR.

516, RUE SUD, COUANSVILLE, QUÉBEC, J2K 2X9
71 450-263-5252 FI 450-263-7298
WWW.MIGUE-GB.CA

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

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



Marcel Tétreault
Notaire / Notary

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

Complexe funéraire
BROME-MISSISQUOI
— DEPUIS 1927 —
Se recueillir, se retrouver.
Tout sous un même toit.

■ ■ ■ ■

COWANSVILLE 450.266.6061
BEDFORD 450.248.2911
LAC BROME 450.243.1616
WWW.COMPLEXEBM.COM

Synchronicité d'une colonisation La British American Land Company et les rébellions patriotes (1833-1853)

L'origine étymologique de « synchronicité » est tirée des deux racines grecques *syn* « avec » (idée de réunion) et *khronos* « temps », signifiant ainsi la réunion dans le temps, simultanéité. Selon Carl Gustav Jung, père de la psychanalyse avec Freud, la synchronicité démontre que deux événements distincts peuvent créer une même cause pour un observateur. C'est toute l'histoire des Cantons-de-l'Est au tournant du XIX^e siècle.

Fondée à Londres en 1833, la *British American Land Company* (BALC) est une compagnie foncière britannique ayant pour objectif d'obtenir des terres du Bas-Canada, soit par achat ou octroi, pour les revendre à profit. Cette compagnie installe son centre administratif



Alexander Tilloch GALT, commissaire de la BALC à Sherbrooke de 1835 à 1853. Député de Sherbrooke 1853 à 1872. GALT est l'initiateur et le véritable père fondateur de la Confédération canadienne de 1867.

à Sherbrooke. La BALC veut également coloniser ses terres pour rentabiliser son investissement à long terme. Pour obtenir des concessions du domaine public encore vierge, la compagnie s'engage à construire des routes, des ponts et des infrastructures pour faire venir une nouvelle immigration britannique.

Dès 1833, le *Colonial Office* du gouvernement de Londres vend 344 000 hectares (800 000 acres) du domaine public pour la somme de 120 000 livres. Entre 1835 et 1837, la BALC rachète 10 325 d'hectares pour 6 272 livres et obtient un octroi pour 15 000 hectares de plus dans le Piedmont. La création de nouvelles infrastructures manufacturières se développe grâce à des barrages hydrauliques et des réseaux routiers qui consolident les premiers chemins entre le lac Champlain, Dunham et Shefford. La BALC investit 15 000 livres en construction routière et organise un service de diligence entre Port Saint-François (Nicolet sur le lac Saint-Pierre) et Sherbrooke pour établir un lien avec les premiers bateaux vapeurs navigant entre Québec et Montréal sur le fleuve Saint-Laurent.

Une radicalisation politique dans le Bas-Canada entre 1830 et 1837

Dès 1830, une flambée révolutionnaire embrase l'Europe, dont la France. Au Canada, un vent de revendication patriotique veut obtenir de Londres plus de liberté institutionnelle. Les transformations économiques ont commencé à modifier la structure sociale et politique des Cantons-de-l'Est. Peu à peu une nouvelle hiérarchie sociale prend forme à travers les distinctions économiques, professionnelles, ethniques, religieuses et géographiques, au sein des différents comtés.

En 1832, l'armée britannique ouvre le feu sur la foule à Montréal lors d'élections partielles. En 1834, les

députés du Parti patriote (anglophones du Haut-Canada et francophones du Bas-Canada) envoient 92 Résolutions à Londres pour une ouverture parlementaire. Un nouveau conflit politique voit le jour entre les libéraux Canadiens français et les marchands britanniques qui veulent créer une société capitaliste. L'Assemblée législative devient un enjeu politique.

En mai 1837, Londres refuse les 92 Résolutions, ajoutant une tension à la crise économique et aux conflits politiques qui divisent les libéraux canadiens et la classe dominante britannique du Canada qui refuse les propositions de l'Assemblée législative du Bas-Canada. Le refus de Londres provoque une rébellion des patriotes francophones dont les causes principales sont l'appauvrissement des Canadiens, la rareté des terres cultivables et un conflit idéologique entre capitalistes britanniques et la société rurale des Canadiens français.

Les rébellions et la colonisation francophone des Eastern Township 1840-1880

Le mouvement des patriotes se développe dans le Haut et le Bas-Canada contre l'autoritarisme du système parlementaire britannique. Peu à peu, le conflit prend une ampleur ethnique entre les Britanniques et les Francophones du Bas-Canada. Dans les Cantons-de-l'Est, majoritairement anglophone, la fidélité aux institutions de Londres va de pair avec une revendication politique et sociale de se dissocier des Canadiens français. Cependant, les descendants américains rejettent l'autoritarisme britannique, tant politiquement avec les Tories que religieux avec le culte anglican.

La transformation des Cantons-de-l'Est organisée par BALC se déroule en pleine radicalisation politique entre 1834-1837 dans le Bas-Canada, ralentissant la colonisation britannique dans les cantons. Le conflit armé se déplace dans l'ancienne seigneurie de Noyan où des patriotes canadiens français et les miliciens loyalistes

britanniques s'affrontent sur la frontière à Moore's Corner, en décembre 1837. Cette confrontation met un terme aux tentatives d'incursion de patriotes francophones et des Américains du Vermont de prendre le contrôle de la baie Missisquoi.

À partir de 1840, une agriculture plus capitaliste commence à se développer grâce à des investissements dans des équipements agricoles, de l'outillage, des semences et dans une main-d'œuvre de journaliers. Cette agriculture capitaliste se spécialise pour améliorer son rendement. Cette évolution de l'agriculture représente surtout l'élevage domestique pour la laine, la production laitière ou la viande de boucherie. Ces grands domaines d'exploitation offrent un revenu qui attire des journaliers francophones,

ouvrant la porte à une immigration francophone dans les Cantons-de-l'Est.

Dès 1852, sous le contrôle du nouveau diocèse de Saint-Hyacinthe, la colonisation catholique des Canadiens français provoque la transformation démographique et politique des *Eastern Townships*. En 1880, le recensement indique que la population francophone dépasse en nombre la population anglophone de plus d'un tiers sur l'ensemble des habitants des nouveaux *Cantons-de-l'Est*.

RÉFÉRENCES HISTORIQUES SUR LES CANTONS-DE-L'EST:

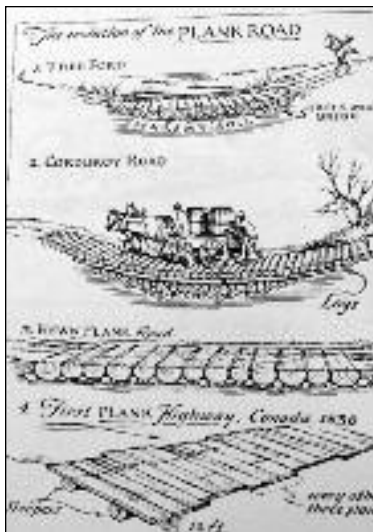
Fortin Jean Charles, *La Montérégie*, Presse de l'université de Laval, Québec, 2009.

Gendron, Mario, et all., *Histoire du Piedmont des Appalaches*, Presse de l'université Laval, 1999.

Kesteman, Jean-Pierre et all., *Histoire des Cantons-de-l'Est*, Presse de l'université Laval, Sainte-Foy, 1998.

Laperrière, Guy, *Les Cantons de l'Est*, Presse de l'université de Laval, Québec, 2009.

Laurent Busseau



Aménagement et structures routières organisées par la BALC dès 1835.

La qualité, le professionnalisme et le respect de vos besoins,
VOILÀ POURQUOI ON REVIENT À COWANVILLE

COWANVILLE



TOYOTA

www.cowansvilletoyota.com

LA TOUTE NOUVELLE

COROLLA

Comme vous ne l'avez jamais vue.



COROLLA 2014

RAV4

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



RAV4 2014



165, rue de Salaberry 450 263-8888

COWANVILLE



www.cowansvillenissan.com

UN VÉHICULE QUI DONNE TOUJOURS PLUS
 INNOVER POUR EXALTER.

VERSA NOTE
 2014 de NISSAN



185, rue de Salaberry 450 263-8889

DÉCOUVRIR un nouveau sens

COWANVILLE



mazda

www.cowansvillemazda.com

mazda 3 2014

Présentement disponible
 chez Cowansville Mazda



MAZDA3 SPORT 2014
 MEILLEURE PETITE VOITURE
 (DE PLUS DE 21 000 \$)



MEILLEURE PETITE VOITURE
 DE MOINS DE 21 000 \$
 SELON L'A.J.A.C. 2013

vroum-vroum

155, rue de Salaberry 450 266-8888



If You Happen to See a Bear Today



Dre Snezana Stanoflovic
omnipraticienne · www.docteurstan.com

PASSEZ À L'ACTION, SANS CHIRURGIE...

- Traitement des rides et du visage
- Traitement des varices et de la couperose
- Taches pigmentaires
- Relissage cutané avec la technique EndyMed
- Épilation au Laser pour tous types de peau (Alexandrite et Nd:Yag)

450 243-0005 273, chemin Knowlton, Knowlton

I was hiking alone in a national park in Alaska. It was early September and I had walked several hours through a wilderness of spruce, balsam fir and alder thickets to a remote waterfall. On the way back, it started to rain. It had been a long day. I had a deep, burning pain in the centre of my back.

*'Stop bear, stop' that's what you're yellin'
'Stop bear, stop' it's double the fun
'Stop bear, stop' it's you that he's smellin'
And you can hear him laughing when he sees
how you run.*

*If you happen to see a bear around
That old pain in your back will be leaving town
Just belt out a song, really let yourself croon
You'll scare him away because you're so out of
tune.*

I hiked around a huge boulder on a hillock when I happened to see an enormous brown bear standing upright about 40 metres ahead of me. He was sauntering along gazing off across a small opening in the woods. He hadn't seen me.

*'Stop bear, stop' now you are yellin'
'Stop bear, stop' wow, you really swing
'Stop bear, stop' it's you that he's smellin'
And you can hear him laughing when he hears
how you sing.*

Frozen into the moment, I made a split-second decision. I slowly began to walk backwards up the hill, sort of like Michael Jackson moon-walking. I hid behind a large fir. Peeking out, I saw the bear drop on all fours and move with a relaxed, bouncing gait up the slope. He raised his nose to sniff the air. I dashed to another tree. Then another. Then another, until I couldn't see him anymore. And then I ran faster than Ben Johnson on steroids down the foot-path in the opposite direction.



Before leaving Alaska, I bought a yellow license plate with a big brown bear on it that says **Bear Crossing**. I nailed it to the post of my mailbox on the dirt road in front of my retreat cabin.

Soon afterwards, in an early November snow, I detected fresh bear tracks crossing the road in front of the sign. My dog Pooka became visibly perturbed when she

Not knowing what to do next, I lay flat down in a muddy ditch in the pouring rain.

discovered an enormous pile of bear-poop beside 'her' compost bin. Wildly, she ran around sniffing the evidence, including a clump of my hair pulled out of my hairbrush. The bear had picked my 'fur' out of the garbage!

The pain in my back was completely gone! No kidding. And I could hear drums as if there was a First Nations pow-wow in full swing somewhere nearby. It took a few moments before I realized it was the beating of my own heart.

Early last summer, I spotted a good-sized black bear standing upright just a little down my road. She seemed to be curious about me.

Dusk was near. I was soaking wet and cold. I came up with a plan. I heard that bears run when they hear singing. I decided to sing my way out. I started with 'We shall overcome' to get myself to stand up and start walking.

My heart opened big and wide.

He was nowhere to be seen.

*I am not sure if he ever got to hear this little
swing tune I created as I hiked the trail that day.*

I love bears.

However, Pooka didn't feel the same way. She leaned into my leg and signalled with her nose to get moving into the house. She walked protectively behind me, stiff-legged and wide-eyed.


*If you happen to see a bear today
I hope you're still around to hear what I have to
say*

*Back up slowly, then run for a tree
You thought you were too old but now you're
picking up speed.*


She was always so sensible, that lovely dog of mine.

Trisha Pope

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



Service professionnel en
Résidentiel - Fermes
Succession - Estate sales
Bilingual service
450 531-5252
2, rue Principale Nord, Sutton



John Boudreau
www.coldbrook.ca



(Super comme marché!)

SPÉCIALITÉ MAISON
Saumon fumé à l'érable

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

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

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


PRO | DESIGN

Gestion et développement de projets
travaux d'excavation
aménagement paysagers

450-521-6731

pro.design@hotmail.ca

ALARME
CONTRÔLE
ELECTRICITÉ



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

RAYNALD POIRIER

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

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

interior design d'intérieur



Virginie Catenne
t: 450.538.0922

virginie@designerinterieur.org
www.designerinterieur.org

Graminiforme



Nathalie Carey

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

450 522 0650

Galerie ART libre

ART CONTEMPORAIN

Nouveaux locaux

6, rue Principale Sud
Sutton, Qc

450 538-6660
galerieartlibre@hotmail.com
sur facebook

Heureux d'un printemps

Bien avant que les aberrations de la vie moderne ne nous poussent à nous croire en droit d'exiger des fraises fraîches en janvier, l'homme d'autrefois se nourrissait au gré des saisons. Parfois, il attendait pendant onze mois pour se délecter d'un bonheur fugace, le temps d'une lunaison, le savourant de toutes les fibres de son être, sachant que son péché mignon ne durera qu'un bref instant. Et son bonheur s'en trouvait décuplé, car n'étant pas gâté par une surabondance de produits des antipodes ternes et fades, à tous les coins de rue, il connaissait la valeur de chaque bouchée. Bientôt, après les mois de grisaille alimentaire que les cycles de la nature ont imposée à nos organismes de primates tropicaux et les humeurs moroses qui s'ensuivent, la vie, inexorablement, reprendra ses droits sur la banquise, explosant en une myriade de plaisirs printaniers longtemps attendus.



En exorde, espérées par de nombreux amateurs - dont l'un des plus fervents est sans conteste Christian Baulieu - les asperges de Dunham. Fleuron de la culture locale, elle est l'un des premiers produits du voisinage immédiat disponibles au tout début de la belle saison. L'asperge peut s'apprêter de mille et une façons pour autant qu'on ait un peu d'imagination. Seule règle qui prévaut, on ne la coupe pas. On la plie jusqu'à ce qu'elle se rompe d'elle-même à l'endroit précis où sa tige cesse d'être fibreuse pour devenir tendre. Pour ma part, si je les aime de toutes les manières imaginables, hormi bouillies trop longtemps et molles, ma préférée entre toutes demeure l'asperge rôtie. Je commencerai par préparer un mélange d'huile d'olive, d'ail, de sel de mer et de poivre dans lequel je les passerai, avant de les étaler sur une plaque que j'enfournerai dans un four très chaud, 425-450 degrés, où je les laisserai 7 ou 8 minutes. Je les retournerai une ou deux fois afin qu'elles prennent une belle couleur dorée, mais gardant quand même une belle texture croquante de légume frais.

Prochaine réjouissance de la fête du renouveau : la tête de violon. Bien sûr, il est possible de s'en procurer en épicerie, mais ce serait se priver du plaisir d'enfiler des bottes de caoutchouc et de se gratifier d'une belle balade en forêt. Débutant généralement au début du mois de mai, la saison de la crosse de violon est l'une des plus éphémères du calendrier horticole du gourmet sylvestre. L'amateur dirigera ses recherches vers les terrains forestiers inondables riches en feuillus, notamment l'érable, l'orme et l'aune et reconnaîtra la

fougère à l'autruche à sa tige en forme de V, à son absence de poils et à l'écaille couleur de feuille morte qui la ceint. Sachez cependant qu'à l'instar de nombreuses trouvailles forestières, elle est légèrement toxique si l'on ne sait l'apprêter correctement. De toutes les méthodes couramment utilisées pour les rendre propres à la consommation, ma préférée reste celle de mon ami, chef et mentor. Plutôt que de la bouillir douze minutes comme le suggère Santé Canada, Christian la plonge dans l'eau bouillante 30 secondes pour la

refroidir immédiatement à l'eau glacée, en répétant l'opération trois fois sans omettre de changer l'eau de pochage à chaque fois. Après quoi, il ne reste qu'à les réchauffer à la poêle avec un peu de beurre, en y adjoignant ce qui vous plaît : ail, crème, jus de citron, fleur de sel, etc.

En dernier lieu, je ne peux simplement pas évoquer les délices hâtifs du retour aux beaux jours sans mentionner le premier arrivé de la saison des mycologues de tout poil : la morille. Si elle est moins abondante que les chanterelles et bolets qui foisonneront au plus fort de l'été, elle est un des champignons les plus nobles que nos forêts aient à nous offrir. Apprêtée correctement, elle dégage des arômes à la fois puissants et subtils, capables de se marier à de la viande de gibier très forte en bouche sans se laisser dominer. Sachez toutefois qu'elle a, comme la tête de violon, un potentiel toxique à ne pas négliger et qu'elle doit, pour ménager les gosiers plus fragiles, être bouillie une bonne minute et être refroidie rapidement à l'eau glacée afin de devenir plus digeste. Cela étant dit, des gens comme moi, plus habitués aux produits de la forêt, pourront s'en régaler sans étaler des excès de zèle, mais pour les estomacs néophytes, la prudence est de mise. Chose bonne à savoir, si tous les champignons sont de véritables éponges, la morille est la championne de sa catégorie. Alors, un peu de retenue sur le gras de cuisson est de mise.

Le mot d'ordre, finalement, se résume à ceci : savourez pleinement, sans retenue, les petits bonheurs qui se bousculeront bientôt à notre porte. Après les spleens hivernaux, la "sloche", les sédiments de calcium et autres teints blafards, se pointent tout doucement le bout du museau les plaisirs passagers du retour de la fraîcheur, de l'abondance et des nombrils ostentatoires...

Gaël Steinmetz
Cuisinier, Bistro Beaux Lieux



Eden Greig Muir, architecte, OAA

Frelighsburg 450-298-1212 www.atellermuir.ca

Dessine-moi un pain

pains au levain, viennoiseries,
pâtisseries et autres gâteries régionales

29-11 rue Principale nord
Sutton, Qc J0E 2K0
450 558-1614 / 450 558-1474
dessinemoiunpain@gmail.com
#dessine-moi un pain

SÉBASTIEN KAEMPF B.A.A.

450 522-6125
www.sebastienk.com
Évaluation gratuite

Remax Professionnel
Agence immobilière

Courtier Immobilier

Carlson Wagonlit Voyages

Johanne Thibault
Conseillère en voyages
Résidente de Sutton

Voyages Escapade 2000
740, rue Principale
Granby, Québec
Canada J2G 2Y4
Tél.: (450) 330-7275
tibojoe1958@yahoo.ca

www.ve2000.com
www.cwtvacances.ca/www.cwtvacancesca/granby
Voyages Escapade 2000 est une entreprise enregistrée sous Voyages Escapade 2000
Titulaire d'un permis du Québec Voyages Escapade 2000

PUB Mocador
7 jours par semaine

Pub food · Pool tables

17, Principale Nord, Sutton 450.538.2426

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

TRAITEMENT AU LASER
indolore - sécuritaire - efficace
OU AIGUILLES JETABLES

ESTHÉTIQUE
Lifting naturel par acupuncture - mas et démaquage alternatif à la chimie et aux injections.

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

Massothérapie

Marie Poirier
Membre FQM
25 ans de pratique

Massage. Suédois
. Shiatsu
. Pierres chaudes
. Lomi-Atsu

Reçu pour assurances
Certificats cadeaux

Sutton
Tél : (450) 538-8282

PUR ANIMAL

depuis 1998, et maintenant
encore **PLUS GRAND**

THE "GREAT BIG"
Little Pet Store

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

Mieux-être Sutton

Professionnels de la santé naturelle



Mieux-être Sutton, c'est :

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

Sutton Wellness is :

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

www.professionnelldelasantenaturelle.blog.com

Mieux-être Sutton présente : la chiropratique

Nommée ainsi depuis un peu plus de cent ans, mais utilisée depuis des milliers d'années, la chiropratique est un art, une science et une philosophie qui fait appel aux principes d'auto-guérison du corps. En diminuant les interférences au système nerveux, les soins chiropratiques permettent au corps de fonctionner à son plein potentiel. Les moyens d'interventions du chiropraticien varient des techniques manuelles à l'utilisation de divers instruments. Dans tous les cas, les soins prodigués sont sécuritaires et efficaces. De nombreux patients consultent pour des maux de dos, de cou ou de tête, mais beaucoup plus de conditions telles que mauvaise digestion, problèmes respiratoires, troubles aux pieds, arthrites, fatigue chronique, etc. peuvent être améliorées par les bons soins du chiropraticien. Les femmes enceintes, bébés et enfants peuvent aussi être traités en toute sécurité. Le docteur en chiropratique est un professionnel de premier contact qui saura vous donner les recommandations nécessaires à l'amélioration globale de votre condition ainsi qu'à la prévention des problèmes futurs.

Massothérapeutes - Massage Therapists



Roxanne Bisson
Massothérapeute
450 260-5401
bissonroxanne@yahoo.com
52, rue Principale Nord,
le Centre Harmonie, entrée arrière

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



Marlène Johnson
Thérapeute en Core Energetics, Massothérapeute
450 538-5501
lesmainveilleuses@gmail.com
52, rue Principale Nord

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



Ilia Kavoukis
Massothérapeute
450 538-1111
1 855-538-1001
www.sunshinecenter.ca
58, rue Principale Nord

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



Anik Kelly
Masso-kinésithérapeute
450 538-0187
www.anikkelly.com
18, rue Highland

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



Sylvie Mailloux Phaneuf
Massothérapeute diplômée
450 931-0559
massagesuttonsylvie@gmail.com
6, rue Gagné

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



Marie Poirier
Massothérapeute
450 538-8282
mariepoirier05@gmail.com
121, rue Western

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

Thérapeutes - Therapists



Martin Audard nd.h.
Naturopathe Hygiéniste
450 204-2080
martinaudard@hotmail.com
www.votrenaturopathe.ca
112-A, rue Principale Nord

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



Collette Drapeau, B.Sc.
Acupunctrice et conseillère en santé et professeur de Qi Gong
450 243-5621
collettedrapeauqigong.com
cdrapeau@xplornet.com

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



Dre Nolwenn Falquet, D.C.
Chiropraticienne
450 538-6868
www.chiropratiquesutton.com
Santé Chiropratique
34C, rue Principale Nord

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



Catherine Ferron Ac.
Membre de l'Ordre des Acupuncteurs du Québec
Hypnothérapeute certifiée
450 538-6371
www.cferronac.com
107, rue Principale Nord

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



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

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



Marie-José Leclerc
Certifications : BA,
Rolf Institute,
HO Rites de passage
450 538-0020
Interurbain, avec Bell :
0-450-538-0020, nlp/pin 7626
mjl@rolfing.qc.ca
www.rolfing.qc.ca www.mjleclerc.org

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



François P. Ménard, M.A.
Psychologue
450 538-0211
frapimen@yahoo.fr
34C, rue Principale Nord

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



Catherine Sellier
Infirmière en soin des pieds et réflexologue
450 538-4091
Service bureau et domicile
34C, rue Principale Nord

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



Anne Vastel
Herboriste thérapeute
accréditée
514 581-0214
annevastel@guerirparlesplantes.com
www.guerirparlesplantes.com
6, rue Pine

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

Le Tour des Arts

Cet été, laissez le synchronisme être votre guide artistique et laissez-vous guider par les rythmes créatifs naturels d'une célébration de l'art dans la fabuleuse région des Cantons-de-l'Est. En juillet, les artistes de Sutton, Lac-Brome, West Brome, Bolton et Mansonville et des régions avoisinantes vont ouvrir leur atelier pour la 26^e édition du Tour des Arts. Pendant neuf jours, du 12 au 20 juillet, de 10 h à 17 h tous les jours, trente-six ateliers vous accueilleront afin de voir la création locale en action.

Vous ne savez pas quel atelier visiter en premier? Venez au vernissage à Sutton où des œuvres de tous les artistes participants au Tour des Arts seront exposées. Le vernissage aura lieu de 11 juillet de 17 h à 19 h à la Galerie Arts Sutton au 7, rue Academy, Sutton. Célébrez avec les artistes et laissez leurs œuvres vous suggérer la route de votre aventure artistique.

La route méconnue

Le Tour des Arts est une façon idéale pour apprendre à mieux connaître la région. Bien outillés grâce à la Carte du Tour des Arts fournie dans le dépliant, les visiteurs peuvent explorer la région, découvrir de nouveaux points de vue et apprécier les ateliers qui sillonnent les charmants paysages des Cantons-de-l'Est. Le dépliant est disponible dans les offices de tourisme et dans les magasins locaux. Visitez le site web du Tour des Arts afin d'y trouver une version téléchargeable. Les visiteurs du Tour des Arts trouveront une grande variété de médium tels que : la peinture, le dessin, l'aquarelle, la sculpture, la céramique, la joaillerie, le textile, le vitrail, les techniques mixtes, entre autres.



Cette année, le Tour des Arts comporte cinq nouveaux membres : Julie André (teinture « Shibori » sur foulards), Normand Bleau (peinture et bijoux), Henri Desclez (peinture), Denise Latreille (joaillerie) et Qita Reindler (céramique). Ces nouveaux venus se joignent à plus de trente artistes déjà membres du Tour des Arts.

Le Tour des Arts vous invite à échanger avec son nouveau porte-parole, Robert Toupin, acteur chevronné et résident de Sutton. Reconnu pour avoir tenu plusieurs rôles à la fois à la télévision, au théâtre et au cinéma, M. Toupin a été sélectionné aux Gémeaux de nombreuses fois comme meilleur acteur (*Sous un ciel variable*, *Emma*, *La promesse* et *Onzième Spécial*). Plusieurs se souviendront de sa performance remarquable dans la pièce solo Contrebasse de Patrick Süskind, présentée à Sutton.



L'Art en action!

Synchronisez vos montres avec les pictogrammes d'horloge sous le profil des artistes dans le dépliant. En arrivant à l'heure inscrite, vous aurez le bonheur d'assister aux démonstrations artistiques de plusieurs artistes. Découvrez un processus créatif, apprenez comment l'art est fait et interagissez avec l'artiste pendant qu'il fait la démonstration de ses techniques.



La nuit est jeune!

Chaque jour, après la fermeture des ateliers, les soirées ne font que commencer. Le Tour des Arts présente des événements en soirée où vous pourrez apprécier musique, poésie et théâtre présentés par des artistes de la région. Les visiteurs sont aussi encouragés à profiter de l'hospitalité de la région en souplant dans les restaurants locaux et en séjournant dans les gîtes et les auberges de la place. Veuillez vous référer au dépliant du Tour des Arts pour des suggestions.

Aidez-nous à créer des ateliers artistiques pour enfants!

Plusieurs artistes du Tour des Arts offrent le profit de la vente d'une de leurs œuvres afin d'organiser des ateliers d'art enrichissants aux centres jeunesse de Mansonville, Sutton et Lac-Brome durant l'année scolaire 2014-2015. Recherchez le logo de notre collecte de fonds dans les ateliers des artistes et soutenez, vous aussi, cette bonne cause.

Le Tour des Arts tient à remercier chaudement ses commanditaires locaux pour leur soutien continu qui permet de faire du Tour une expérience enrichissante. Ensemble nous présentons et célébrons la culture vivante de cette région que nous aimons tant.

Mark Zimmerl

pour le Tour des Arts, traduit par Caroline Lanctôt-Benoit
www.tourdesarts.com

Trouvez-nous sur Facebook www.facebook.com/tourdes.arts.1
Tourisme Sutton : 1 800 565 8455 (www.sutton.ca)
Chambre de commerce Lac-Brome : 1 877 242 2879
Bureau de Tourisme Potton (Mansonville) (450) 292-3313 #336

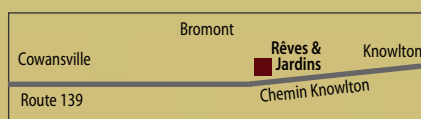
Rêves et jardins se distingue par ses végétaux inusités et ses nouveautés horticoles.

Ses 20 ans d'expérience font la notoriété de l'endroit .

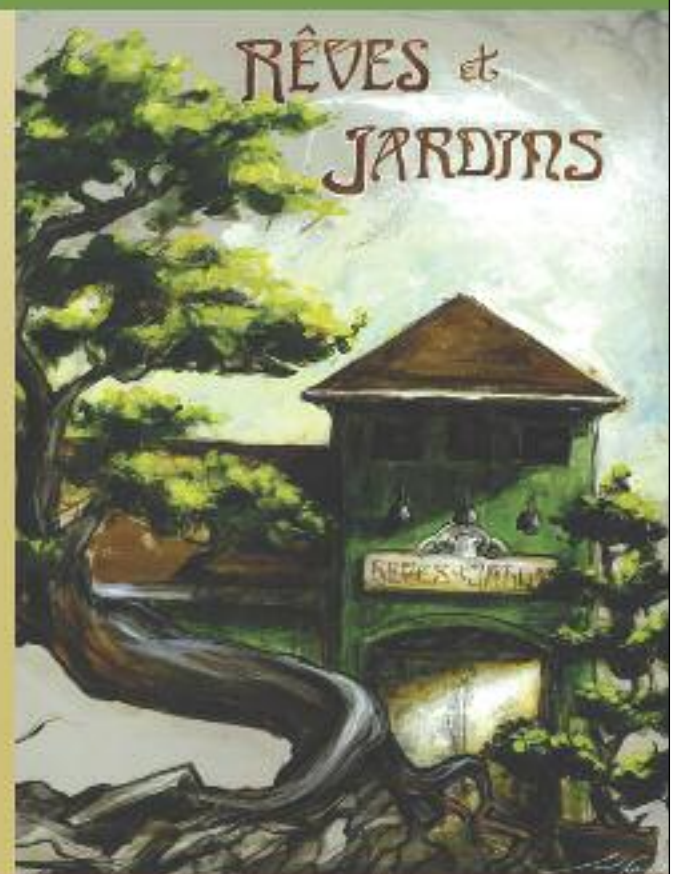
Le choix impressionnant de nos produits répond à l'attente de tous les passionnés d'horticulture et d'hydroponique incluant les produits exclusifs du Dr McGreen.



Devenez ami de Rêves et Jardins sur facebook à revesetjardins



1080, chemin Knowlton,
Lac Brome,
Québec
450.266.3820



www.revesetjardins.com



Belle propriété de 50 acres à 10 minutes du village de Sutton. Lac, ruisseau, sentiers, piscine au sel, Vue! 4 chambres, 4 s/b + loft. 780 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Irrésistible cottage de style anglais directement sur la piste de ski! 3ch, 2s/b + loft, salle familiale à l'étage. Rénovée de A à Z, une rareté! 439 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Dunham – Directement au bord du lac Selby, ravissant cottage 3 chambres, 1.5 s/b. Cuisine et salles de bain rénovées, grande terrasse, vue imprenable du lac, spa extérieur, piscine. 415 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Domaine comprenant un ruisseau, un lac et une vue sur Jay Peak. Maison 3ch, 3s/b, garage+loft, grange avec fumoir. 10 acres de beauté! 579 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Condo 3 ch. en face du télésiège #10. tout meublé et équipé. Soyez prêt pour la saison prochaine. Plusieurs autres condos disponibles. 169 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Magnifique ferme sur 146 acres à Pigeon Hill. 40 prairies/100 boisé. 3ch, 1s/b, 1s/e. Immense grange solide. Maison rénovée et vue! 699 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Abercorn – NOUVEAU! Impeccable cottage de construction récente situé sur 5.2 acres paysagers offrant une des plus belles vues du mont Pinnacle. Lac de 9 pieds prof., ruisseau, garage. 529 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Joli bungalow 3 ch, sur magnifique terrain paysager orientation ouest. Planchers de bois franc, cuisine moderne, abri d'auto. Aubaine! 199 900 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Spacieuse maison de ville à proximité de la station de ski. 3ch, 2s/b, balcons avant et arrière. Intimité et vue, 179 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Ravissant chalet en montagne avec accès au lac du Domaine Kelly. 4ch, 2s/b, salle familiale au r-d-c, vue des pistes. Rénovée en 2012! 359 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Mont Sutton – Spacieux condo de 3 chambres avec 2 salles de bain et une salle d'eau. Foyer au gaz, vue imprenable sur la vallée et les montagnes. 289,000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



L'une des plus belles propriétés du canton de Sutton. 115 acres dont une trentaine aménagés avec 3 lacs, pelouse et murets de pierres. Élegant plain pied. Vue époustouflante! 895,000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Sutton – Les Montagnes Vertes, petit domaine privé limité à 11 maisons. Site de choix pour votre nouvelle résidence, 3,9 acres, droit de randonnées sur 100 acres adjacentes. 135 000 \$

www.loishardacker.ca



Sutton – CARACTÈRE ET ÉLÉGANCE - Spacieuse résidence tout confort, 5 cc, foyer, poêle à bois, piscine creusée, garage. Tranquillité, à proximité du village, du ski et sentiers pédestres. 3 acres. 795 000 \$

Lois Hardacker (450) 242-2000



Potton – Nature lovers & skiers – Impeccable home on 6.16 acres with trails, picture perfect view, close to Owl's Head and Vermont border. Also a charming guest cottage. A must see! \$349,000

Lois Hardacker (450) 242-2000



Sutton – L'ensemble parfait : 56 acres de boisé et de prairies, 3 magnifiques étangs baignables, une grande maison familiale de 4 c. à c. entourée de terrasse en pierres et jardins fabuleux 699 000 \$

Suzanne Daigle (450) 521-5991



Domaine de 225 acres avec étangs, rivière, sentiers en forêt et vue panoramique sur les montagnes. Une charmante maison centenaire style Nantucket en prime! 775 000 \$

Suzanne Daigle (450) 521-5991



Bolton Ouest – Douillet refuge à la campagne! Spacieuse maison de 5 cac avec grande galerie grillagée, garage double et sous-sol fini sur charmant terrain de 2.6 acres.

Suzanne Daigle (450) 521-5991



Ski-in ski-out. Superbe condo de qualité au rez-de-chaussée, 3cac, 2sdb. Accès direct du sous-sol à un casier intérieur. Vendu tout meublé. 299 900 \$

www.lindabrese.com (450) 522-3800



Maison à la campagne sur 2 acres avec 4 cac, et 2 sdb. Située sur un chemin privé et paisible à 3KM du village. Garage attaché. 295 000 \$

www.lindabrese.com (450) 522-3800



Deux condos communicants situés au centre de la nature avec vues panoramiques exceptionnelles, 3 cac, 3 sdb, 3 foyers 3 balcons. Accès aux sentiers pédestres, grande piscine et 2 tennis. 449 000 \$

www.lindabrese.com (450) 522-3800



Sutton – 21 acres à la campagne sur un site paisible et privé. Étang, boisé, garage double avec suite au-dessus. 569 900 \$

www.lindabrese.com (450) 522-3800



Maison au centre-ville multifonctionnelle, zonée commerciale avec 4 logements et un atelier isolé et chauffé. 390 000 \$

www.lindabrese.com (450) 522-3800



Maison ancestrale, spacieuse et charmante au Mont Sutton servant comme B&B / restaurant avec 17 cac, 14 sdb et 3 sde. Zoné commercial. 610 000 \$+tx.

www.lindabrese.com (450) 522-3800



Outstanding private country estate on prestigious Sugar Hill. Rockledge! Exceptional lake and mountain views from all rooms. Over 7000 sqft of living space.

Jim Davidson / John Garino (514) 975-4096



Stanbridge East: Located on approx 500ft riverfront, across from Cornell Museum. Established bar business in this charming country town, with unlimited potential for B&B. \$495,000+GST/QST.

Jim Davidson / John Garino (514) 975-4096



Lac-Brome: Outstanding waterfront residence newly constructed 2013. Waterviews from most rooms, 130ft of shoreline.

Jim Davidson / John Garino (514) 975-4096



Classic 2 storey residence, spacious rooms, high ceilings, oversized living room (fireplace), huge master bedroom, spectacular sun porch, inground pool. Many updates. \$369,000. MLS #17123683

Jim Davidson / John Garino (514) 975-4096

Free-running in Sync with the Moon



The Sun - the dominant synchronizer

Were you surprised last year when a medical research team announced that your sleep may be disturbed by the full moon? The suggestion is intriguing, and in fact the story contains a profound mystery.

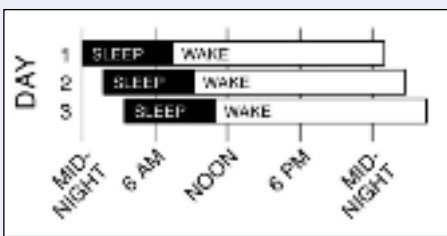
Consider this: sleep-research subjects are housed in a controlled environment that offers no time cues -- no phones, clocks or Internet. The staff appears at random times, food is available 24/7, and the artificial light never changes. The question then becomes: How does the body know when the moon is full?

Journalists were quick to report that this knowledge had nothing to do with the moon's gravitational pull, but was due to our "internal biological clock remaining from cave dwelling days." [1] To this, the layman might suggest that something in the environment is able to reset the internal clock. If this is not gravity, then what?

It's fun to speculate that, in a sense, "we are tidal" and our bodies respond to the "pull of the moon" but to see what gets published in peer-reviewed journals, we need to access the vast medical research database PubMed.com. Using a search term such as "circadian rhythm sleep", we find 12,557 scholarly papers that discuss daily sleep cycles. However, when we add the term "lunar" to the search, we get only 4 articles. What's going on here? Is the moon still forbidden territory in a culture that dismisses lunar influence as "folklore?" [2] Perhaps our full-moon cave dweller with the internal clock will signal a new era.



Lunar eclipse over Pike River



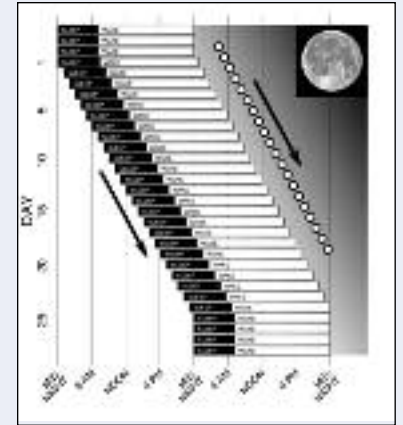
Stepped sleep cycles

After millions of years of evolution, you'd think that our internal clocks would be in lock-step with the solar day. But if we are given the freedom to do so, we very easily find ourselves sleeping longer and staying awake longer. The occasion might be a long holiday weekend [ill. 3] or a two-month experiment in a sleep-research "cave." We freely shift forward (but not easily backwards) adopting something close to a 25-hour day. But why?

The full moon presents a clue. Just as the sun is setting in the west, the moon is rising in the east. Seeing the two bodies in an astronomical tug of war, we begin to suspect that there is another rhythm tugging at our sleep cycles, beyond the obvious four phases of the moon or it's much discussed 29-day orbital cycle.

Fortunately, we have data. For decades, medical researchers have been recording sleep/wake cycles in great detail, in hopes of curing insomnia, jetlag and shift-work disorders. In study after study, their "free-running" subjects stretched their days beyond 24 hours. The resulting sleep charts (ill. 4) depict a familiar step pattern that shows exactly when the subjects slipped into the 25-hour rhythm.

Standard explanations for the 25-hour cycle tend to go like this: "autonomous biological clocks are distributed throughout the body and might be unevenly entrained by diverse signals..." [3] This raises the question of why diverse signals would beat at 25 hrs. It's as if a musical conductor (the Sun) suddenly left the stage and was replaced by a new band leader who waved his baton to a different rhythm. The orchestra quickly adjusts to the new beat.



Typical 4-weeks of "free-running" sleep

Do our spinning planet and its orbiting moon work together to create the new beat? This "cooperation" can be observed in a familiar event that occurs about 50 minutes later each day, namely moonrise. When the moonrise cycle is overlaid on the free-running-sleep chart (ill. 4), a line of small white circles representing moonrise times is created. The slopes match, suggesting the "free-runners" are sleeping in sync with the moon.




A 25-hour moon clock design

It appears that we are capable of falling under the spell of both the sun and the moon, but perhaps not simultaneously. Is our internal body clock confused by competing rhythms, as if it were trying to tap 24 beats with one hand while doing 25 with the other? In general we follow solar cues and obey the dominant synchronizer, the ceaseless alternation of night and day. But once in a while, by accident or design, our internal body clock is entrained to lunar cycles.

Whether the mechanism proves to be gravitational or remains forever mysterious, the sleep data suggest that you can experience being in harmony with the lunar day. Don't wait for the full moon. Turn off your smart phone, grab your dream diary and 25-hour moon clock [ill. 5] and start free-running in sync with the moon!

Eden Muir

[1] McDermott, I. Our inner caveman, Mail Online, Jul 25 2013
 [2] Cajocen, C. Lunar cycle influences human sleep, Curr Biol, Aug 5 2013
 [3] Golombek, D. A. Circadian Entrainment, Phys Rev, Jul 2010

514 975-4096

"Connecting people and homes"

**COURTIER IMMOBILIER
REAL ESTATE BROKER**


James Davidson
jamesdavidson@royalpage.ca

ASSISTANT


Angela Miller

**COURTIER IMMOBILIER
REAL ESTATE BROKER**


John Garino
johngarinosales@gmail.com




Lac-Brome, Fisher Point




Lac-Brome, Sugarhill




Lac-Brome, Mt Echo
m/18657614 \$895,000




Lac-Brome, Conference
m/10990370 \$990,000




Lac-Brome, Davis
m/28856682 \$695,000




Lac-Brome, Bondville
m/9430876 \$695,000




Stanbridge-East, Old Mill
m/20133464 \$495,000




Stanbridge-East, Academy
m/22857659 \$254,700



St-Lazare, St-Angelique
m/18241896 \$1,950,000



Senneville, Senneville
m/20426330 \$7,500,000



Magog, Georgeville
m/12711749 \$2,195,000



Frelisburgh, Eccleshill
m/24720826 \$1,495,000



SYNCHRONICITY VERSION 2.0

On a cold day last winter, I drove down to Sutton village to run a few errands. I visited Sutton's Town Hall and ran into a friend there with whom I exchanged a greeting. I went into the bank and then to the IGA to get some groceries.

In the IGA, I met another friend and we exchanged pleasantries, but I wasn't the only one running into people I knew. In the large, high-ceiling entranceway, as I claimed a shopping cart, I noticed a couple of women greeting each other with smiles and a hug. I noticed a woman and an older man greeting each other with exclamations of surprise and pleasure as they both left the checkout area. I noticed yet another group of people standing with their shopping carts askew and talking joyfully and animatedly in the fruit and vegetable section.

All through the supermarket, people were smiling, greeting each other and sharing their warmth on that cold winter day. Now is this just synchronicity - all of these people just happened to meet in the village supermarket? Or, in one of the warmest and friendliest places that I've ever known, is this an average day? Or is this something else entirely? Is this an enhanced version of synchronicity 2.0?

I like to think that it is the latter.

You see, the word synchronicity itself, which means the occurrence of two or more things simultaneously, has come to have a deeper and broader meaning. When people speak of synchronicity now, they often mean a joyous flow of life affirming experiences and encounters that goes beyond simple explanations of concurrence. It is as if they live in a benign and loving world that has their best interests in mind at all times.

I can feel within me this truth that I'll attempt to convey to you now. When we surrender to the flow of love, joy and grace that is in infinite supply within us, we experience synchronicity 2.0. We experience a flow of ease, serendipity and coincidence that is profoundly helpful to us. The source of this flow is our own heart. The key to unlocking it is to get out of the way, to surrender all of our doubts, fears and insecurities and to simply allow it to happen. This is true because when we introduce resistance in the form of fear, doubt or despair into our bodies, we stop the flow. Therefore, acceptance is key and trust is essential.

We increase the flow by filling our hearts with gratitude for what we have, joy in being as we are and love for all that surrounds us. It is like opening the water tap when we do this. The flow is increased and the synchronous life opens up before us as a path of ease, abundance and grace.

How do I know this?

I live within that incredible flow most of the time. I can't believe how easy and joyous my life is these days. I see the workings of synchronicity version 2.0 because I am in that synchronistic flow.

The key lies within our hearts. There is a simple practice of coming back to the heart whenever we notice that we have strayed from it. If you are worrying about something, and wondering how, when and so on, you are in the worries and concerns of the mind. Simply bring yourself back into your heart. You'll notice that there are no worries there. None at all.

Last winter was a difficult one for many of us. It was long, cold and challenging. Yet, that day in the IGA was such a joyous occasion for me. Everywhere I looked, I saw people giving themselves openly and lovingly to each other in friendship and communal spirit. They were giving from the heart and it is this that creates the flow of synchronicity version 2.0.

Lu Emanuel

Find more at www.beingluemanuel.blogspot.ca

Teachers and Students

What makes a good teacher? We all have our opinions on the subject. Some believe that a teacher who disciplines is the right answer. Others may say that an easygoing teacher is the best. I don't think it's either. I believe that, along with other qualities, a teacher must have perfect complicity with their students.

I've always enjoyed being in a classroom with teachers who are passionate about what they're teaching. Let's face it - no one wants to listen to someone talk about something they dislike. When teachers love what they're talking about, you can hear it in their voice. They get excited, they smile and they're genuinely happy. It makes you want to listen and it prevents daydreaming. (Not that I daydream...)

Something that really annoys me is when teachers are too chummy with their students and act like they were

students themselves. I'm always uncomfortable around these teachers because I feel like I can't be my true self. Teachers should support you no matter who you are, and they shouldn't be interested in high school gossip that is circulating. Besides, didn't they graduate like 10 or more years ago? A teacher should strive for a healthy symbiosis with their students so as to encourage open dialogue.

Hard markers drive me crazy. I don't believe teachers should just hand over grades. I think that you should have to work for them, but not to the point where you do your best and you still get a 60. More so if the grades are forwarded to CEGEP and later on to university. I've never understood why some teachers make it harder for students to reach their goal. They want us to further our education but yet they refuse to give us the grades to get



there. I think that a teacher who's a fair grader and who appreciates hard work is the perfect mix.

William Jarrand who teaches at Massey Vanier High School possesses all these qualities and was one of the

best teachers I've ever had. He teaches drama/music and I think MVHS has a lot to thank him for. He turned the arts program around completely and made students want to participate. He is one of a kind and students who cross his path are very fortunate. He has perfect synchronization with his students, he loves what he does and he's a fair grader. He is a model for students and if I become a teacher, I hope to be half as good as he is.

Meaghan Westover,

19 year old student learning at Dawson College

La Société d'Agriculture de Missisquoi présente :

Courses de chevaux avec pari-mutuel

Samedi, le 2 août dès 13h
Samedi, le 6 septembre dès 13h



Rendez-vous Country à Bedford

Samedi, le 5 juillet. Compétitions équestres. Au centre-ville de Bedford : jeux gonflables, animation et spectacle de Martin Deschamps. Journée entièrement gratuite! Parade de chevaux le vendredi soir



L'Exposition agricole de Bedford, 191^e édition

Nouveaux manèges, derby de démolition, courses de tracteurs à gazon, tirs de tracteurs (ferme, super stock, pro stock et semi-remorques), encore plus d'animaux de la ferme, de kiosques, d'animation et de spectacles de musique. Du 7 au 10 août

L'Auto-Fest de Bedford, 17^e édition

Véhicules antiques, classiques et modifiés (1988 et moins)
Samedi, le 19 juillet



Pour des informations sur toutes nos activités : www.expobedford.com expobedford@hotmail.com 450-248-2817 16, Philippe-Côté, Bedford

From Varanasi to Penang

About eight weeks after arriving in India, I left India's far northeast, and the companions with whom I'd explored it, and traveled alone to Varanasi, Hinduism's holiest city. For a Hindu, Varanasi is a place of pilgrimage, for performing *puja*, and for bathing in the Ganges. If it can be timed just right, it is there on the banks of the great river that the devout Hindu wishes to be cremated, and his or her ashes strewn upon the water. As a Westerner, I was there to experience this magical place.

I checked into the Shanti Guest House, a backpacker's hostel where, in the morning and in the evening, diverse travellers gathered to eat on a covered roof-terrace, to see the hazy view up river, and to smell the mixed-wood smoke of Manikarnika ghat, the largest of Varanasi's many cremation sites.



That's where I met Mirjam, from the Netherlands. Mirjam, 28, was staying on the open roof in her tent. The roof accommodations, while airy, risked visits by monkeys, but it was cooler than the humid concrete—without even a window—that was my room. Mirjam and I met over some hostel meal and then spent several days exploring Varanasi together.

One truism of travel is that, no matter what type or duration of adventure you're on, you'll always meet someone who outshines you, someone whose adventure is truly magnificent. He or she will have left home long before you had, and have plans to be still traveling long after you have returned. That was Mirjam. She'd left home 14 months earlier, a year before I had, and had cycled—yes, *cycled!*—the entire distance from Holland to India. She'd cycled down the Dalmatian coast, across Greece, Turkey and Iran, and through Turkmenistan, Uzbekistan, Tajikistan and China, all before dropping down into India through Nepal. She'd long ago traded in her Dutch cycling clothes for local garb, so she looked the part as we floated on the Ganges.

After Varanasi, I was heading west by train to Delhi, Kashmir and Rajasthan, but Mirjam was looking for a barge that would take her down-river to Kolkata (Calcutta); she wanted to camp on the Ganges' banks. But she was frustrated; no one wanted to take her. They all said that the State of Bihar, through which the Ganges flowed, was far too dangerous for a woman camping. Thus she was becoming resigned to a long, hot cycle down the Grand Trunk Road. I don't remember which of us left Varanasi first, but I think I did.

That was in May 2008. I traveled in India until September and then flew to Malaysia. After Singapore, I was back in Malaysia on an overnight bus heading north to Penang,

the big island off Malaysia's northwest coast, when I overslept my stop. A pitying station manager put me onto a return bus and into the care of two Chinese maids heading for the island. Though we couldn't speak with each other, they got me to and across the ferry to Georgetown, the old British island-capitol. And so, after breakfast at an all-night Indian bistro, I trod the early morning streets looking for a bed.

Two days later, having settled into a guest house and having explored Georgetown a bit, I was sitting reading in front of my hostel. A man of indeterminate ethnicity appeared from nowhere, bent down, and posed a question. "Were you," he wanted to know, "in India in May, perhaps in Varanasi?" Pausing warily, I responded in the affirmative. The man stood to his full height, nodded several doors up the street, and out bounded Mirjam! She said she *thought* it was me, but as we both had lost a good deal of weight since May, she wanted to be sure. She was staying just two doors away and had enlisted another traveller as a go-between.

Of course, Mirjam had her story to tell. She'd cycled from Varanasi to Kolkata where she'd been "lucky" enough to take part in a Swiss doctor's study of diarrhea; it had netted her the \$200 with which she and



her bike had flown to Bangkok, thus obviating the puzzle of circumnavigating Burma. From there she'd taken the train to northern Thailand, cycled there and in Laos, and had finally rebuilt her bike completely somewhere in southern Thailand, all before coming to Penang.

I'd always meant to read of her adventures on her website www.CyclingDutchGirl.com but except for a glance once or twice I never did. It was a daunting task to catch up, for she has traveled continuously the many years since we parted. Indeed, near as I can tell, she only returned to Holland last year.

But, of course, before I started writing about her, I *did* read more of her posts, especially between May and October 2008. One thing made me smile, something I hadn't expected. On October 9th, the day after we were met again on Penang, she included this in her post:

"I've run into Crystal again, and Jay, who I met in Varanasi a long, long time ago. And I got myself my 4th pair of sunglasses, authentic fake Prada's :-)"

Who knows? Maybe our paths will cross again. According to her newest post, she's in Iceland and heading west.

Jay Sames
jay.sames@gmail.com

MARINA KNOWLTON

BAR BAR-B-Q RESTO

450-243-5453

Trouvez-nous sur Facebook

Find us on Facebook



Rendez-vous à la seule terrasse sur le lac Brome pour savourer des boissons exotiques et de délicieux Bar-B-Q!

Join us at the only terrace on Brome lake where you can enjoy exotic drinks and delicious BAR-B-Q!



Quelques favoris de notre menu

Hamburger 100% bœuf
Burger au poulet
Burger végétarien
Burger au saumon
Saucisses
Salades et Sandwiches
Viandes fumées (Montreal Smoked Meat)

Some of our favorites:

Hamburger 100% beef
Chicken burger
Veggie burger
Salmon burger
Sausages
Salads
Sandwiches
Smoked meat

Location de planche à rame



Paddle Board Rentals

CONTACT

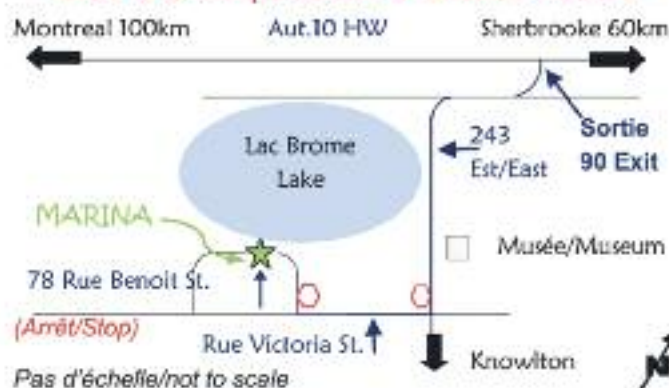
Vincent

alohavince4@gmail.com ou / or cell 450 775 8359 sms

Ouvert de 11 h 30 à 20 h
du 17 mai au 1^{er} septembre 2014
lorsque Mère nature collabore.



Open from 11:30am-8pm
from May 17th till September 1st 2014
with the cooperation of Mother nature





Synchronicité

J'étais encore enfant, en 6^e ou 7^e année du primaire, quand j'ai vu, dans le sous-sol de notre église paroissiale, le film : *La machine à explorer le temps*. Ce film m'a marquée : le concept du voyage dans le temps, dans ma petite tête d'enfant, s'avérait plausible, fascinant, intrigant et un peu troublant. Plusieurs années plus tard, fut produit le grand Block Buster *Back to the future*. J'étais assise sur le bout de mon banc! L'image qui s'effaçait sur la photo, preuve concrète du changement des destins, venait confirmer le concept et suscitait en moi des sentiments et des opinions contradictoires. Altérer l'histoire, celle déjà écrite dans les livres, celle qu'on a prise en photo? C'est du cinéma! Mais dans ma tête de jeune adulte, à nouveau le concept s'avéra plausible, fascinant, intrigant et un peu troublant. Il y a à peine quelques semaines, j'amenais ma petite-fille Zoé voir le film *Mr. Peabody & Sherman*. Cette fois, une bande dessinée 3D dans laquelle les héros du film font un magnifique voyage dans le temps. Ils rencontrent tous les grands personnages de l'histoire et, par leurs actions et interventions dans un monde qui n'est pas le leur, risquent de changer le cours de l'histoire. Tous les efforts sont mis pour remonter le temps et corriger les manœuvres qui auraient pour cause de bouleverser le monde et de changer l'histoire telle que nous la connaissons.

D'où nous vient cette fascination pour ce concept de retour en arrière? Est-ce plausible? Pourrions-nous retourner dans le temps, refaire des choix de vie qui, avec le recul, se sont avérés mauvais? Corriger notre tir? Avoir une deuxième chance! Ce qui est évident, c'est que le changement de parcours d'un seul individu aurait des répercussions sur des centaines, voire des milliers, de personnes et peut-être même sur toute l'humanité. Comme en traite Éric-Emmanuel Schmith dans son livre *La part de l'autre* : où serions-nous si Adolphe Hitler avait été accepté à l'école des Beaux-Arts? Dans le même sens, où en serait l'humanité si Jésus n'avait pas été immolé sur la croix? Et de façon beaucoup plus personnelle, serais-je de ce monde si mon père n'était pas revenu de la guerre? Je ne pense pas qu'on puisse remonter le temps et altérer le passé, mais je suis convaincue que nous sommes les auteurs du futur et que nos choix présents sont les esquisses de l'histoire qui viendra. Que les dés ne sont pas pipés d'avance, que tous les scénarios existent et sont possibles et que nos choix de vie sont grandement influencés par des synchronismes, des circonstances, certains diront des hasards.

J'aimerais ici faire le lien avec la théorie élaborée par Jung et Pauli au début du siècle dernier. Jung, surnommé le père de la synchronicité, suppose que notre futur est déjà réalisé sous forme d'une ligne temporelle A (notre destin). Que cette ligne temporelle coexiste parmi d'autres lignes temporelles qui

représentent tous nos destins alternatifs possibles (je souligne ces mots parce que j'adore cette idée des destins alternatifs possibles, déjà tracés). Selon lui, notre futur peut alors être modifié si, par exemple, notre destin bascule de la ligne temporelle A vers la ligne temporelle B selon nos choix de vie. En d'autres mots, nous sommes libres de notre destin, nous choisissons notre futur, nous en sommes maîtres en tant qu'homme et en tant qu'humanité.

Cette théorie me ramène à un autre film qui m'a grandement fascinée et m'a fait me questionner alors que je franchissais à peine l'étape de l'adolescence. Il s'agit du film qui jouait au Pavillon de la Tchécoslovaquie à l'Expo 67 de Montréal. Je ne me souviens pas du titre ni du sujet traité. Ce qui en faisait son attrait, c'est que le public participait au déroulement du film. J'étais excitée de penser que j'avais cette possibilité. À divers moments cruciaux, on arrêtait la projection du film et le public était amené à voter (en appuyant sur un bouton électronique) pour faire un choix sur le déroulement du film. Il me semble qu'ils aient répété l'exercice deux ou trois fois tout au long de la projection. Il y avait donc plusieurs scénarios possibles, ils étaient déjà écrits... au cas où. Le public détenait la clé du scénario, celui qui allait être projeté pour lui assis dans la salle de cinéma. On retrouve aussi ce même genre de concept dans les livres *Jeunesse* intitulés une *Histoire dont vous êtes le Héros* où le lecteur passe d'un chapitre à l'autre selon le choix qu'il fait quant au développement de l'histoire. Le lecteur est mis devant une panoplie de possibilités. Il collabore ainsi au déroulement du roman, il en devient l'auteur. Depuis des siècles, l'humanité se questionne sur la théorie du destin, sur l'authenticité de notre libre arbitre. Le débat est sans fin. Selon la théorie de Jung, les

êtres humains détiennent la clé de leur destin. Tous les scénarios sont possibles et accessibles et ils sont déjà écrits, tracés.

Que dire des croisements de destins? Les choix de vie de l'un qui sont influencés par les choix de vie de l'autre entraînant ainsi un nombre exponentiel de scénarios de vies possibles pour un seul individu. Notre liberté n'est pas une illusion. Nous faisons réellement des choix qui ne dépendent pas que du passé, mais aussi de notre culture, de nos valeurs et surtout des circonstances environnantes au moment de ces choix de vie importants. Tous les futurs potentiels d'un individu ou même d'une collectivité évoluent simultanément en fonction des circonstances. Nos choix de vie sont-ils définitivement influencés par des éléments externes, des coïncidences, des hasards? Quand on parle de hasard, on parle alors de probabilités. Quelles sont les chances que les circonstances aient été telles pour qu'un choix soit tel? L'histoire de l'humanité entière, je dirais même l'histoire de l'Univers, découle de circonstances synchroniques, de hasards, voire d'erreurs de la nature. Vu de cette façon le monde semble infiniment petit et le temps prend alors une dimension différente qui va bien au-delà de la durée de notre vie terrestre.

Nombre de questions demeurent sans réponse. Nombre de phénomènes paranormaux restent inexplicables. Ce n'est certes pas une raison pour les rejeter. Il faut au contraire les recevoir, les embrasser, les laisser suivre leurs cours.

Louise Paiement
Jolo.hawley@gmail.com

Porte ouverte du 30^e anniversaire

La Guilde des Tisserands de la Vallée de Sutton / Sutton Valley Weavers Guild célèbre son 30^e anniversaire les 23 et 24 août 2014, de 10 h à 15 h



Durant ces deux journées, les artisanes exposeront leurs créations textiles en tricot, tissages, filages, vanneries, feutrages, tricots machine, teintures et fléchés contemporains. Plusieurs de ces réalisations sont mises en vente.

La Guilde a pignon sur rue dans une petite école située au # 1, Soles (angle route 139) à West Brome.

Pour plus de renseignements Diane Sylvestre
450 538-0480

Les Cantons-de-l'Est sont une destination de charme. Profitez de cette balade pour allier culture et plaisir.

Danyelle Brodeur
514 506-9113

August 29, 30, 31 and Sept. 1st 2014

29, 30, 31 août, et 1 sept. 2014

Fun for all the Family! Plaisir pour tous!

Free Grandstand Shows Spectacles gratuits

RCMP Musical Ride June 4th

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

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

BABY DROP-IN - NEW IN SUTTON

Who says you have to be Supermom or Superdad?



First of all, did you know *supermom* is a real word? As defined by the Merriam-Webster dictionary: "a woman who raises a child and takes care of a home while also having a full-time job." (Superdad not found, sorry guys) Whew... no wonder I'm tired!

So where do today's super parents get their superpowers, you ask? Perhaps all those seemingly impossible feats and small miracles are brought to you by synchronicity.



Photo credit: Vivian Doan

There is a biological component to being "in-synch". Sleeping newborns synchronize their breathing with their parents. A mother smiling at her 3-month old infant will apparently make their heartbeats synchronize. Have you ever noticed that you tend to wake up seconds before baby wakes up?

On a good day, synchronicity is your friend: A friend stops by unexpectedly just as the babysitter calls to cancel. A relative drops off a bag full of kids clothes just as you start

wondering how to pay for all of baby's growing needs. Synchronicity is the glue that helps parents hold it all together. It is like a coincidence; only I suspect it is nature's way to ensure the survival of the species!

On a bad day, synchronicity morphs into super parent kryptonite. An unforgiving flu when you really cannot afford a day off. Just as baby begins finally sleeping through the nights your neighbor starts late-night renovation projects. *%#!&@!!! You know what I'm talking about, those days, when it seems like the universe is conspiring against you. That is when pressures to be a super parent, both external and internal, can be overwhelming.

Meeting other parents with babies can help you feel a little less alone, whether you feel like you've got it all figured out or are running around with bags under your eyes trying real hard to keep it together.

Ressource Famille's BABY DROP-IN is a new initiative made possible by a grant from *Avenir d'enfants* for English Outreach in our community. Are you a new or expecting parent? Would you like to meet other families and find out more about English services available locally? Do you have questions about caring for your newborn? At our new Baby Drop-in we want everyone to feel welcome, all parents, just the way they are, with whatever questions they may have.

Two volunteer moms, Jen Tevyaw and Rowan Smith, are generously pooling their experience and knowledge as certified birthing coaches (doula) and lactation consultant to benefit new families. Our goal is to provide parents with a friendly place to come once a month for support and

information. Ultimately we hope to provide the following:

- A space for parents to come and exchange, share and meet new parents
- An information kit for new parents about local resources in English
- Free baby gear (new or gently used)
- Professional help with infant feeding questions
- Occasional short theme-workshops (ex: first aid, baby massage, etc)
- Solid partnerships with other organizations catering to families

Do you offer services in English to families or babies? Please contact us so we can refer your services to new families (ex: osteopaths, housecleaning, used kids clothing store, baby or pregnant mum massage, pre-natal/ post-natal yoga, nutritionist, home daycare, etc.)

We look forward to meeting you there and we invite you to spread the word:

WHAT: Baby Drop-in

WHEN: The last Monday of every month from 10 a.m. to noon starting April 28, 2014 (summer dates: May 26, June 30, July 28, and August 25)

WHERE: At the Sutton Volunteer Centre, John Sleeth Centre, 7 Academy, Sutton

For more information please contact us 450 538-1919 or visit our website www.cabsutton.com Join the Baby Drop-in Group on Facebook:

<https://www.facebook.com/groups/251107671741125>

Janna Hubacek

Le Centre d'action bénévole de Sutton (CAB) recrute des conducteurs pour élargir sa Popote Roulante!

À compter de septembre prochain, Le CAB Sutton veut étendre son service de Popote Roulante pour répondre à une demande croissante et aider le maintien à domicile. Nous avons besoin de conducteurs bénévoles qui accepteront de livrer des repas au coeur du village et vers les secteurs montagne, Sutton Jonction, Abercorn et Glen Sutton. Les livraisons se feront les lundis, mercredis et vendredis entre 11 h et 12 h 30.

Pourriez-vous donner 2 heures par semaine de votre temps pour offrir plus de confort à des personnes qui souhaitent rester chez elle mais n'ont plus la capacité de se cuisiner des repas chauds et complets ?

Plus nous aurons de bénévoles, moins la tâche de chacun sera lourde!
Contactez nous : 450 538-1919 ou benevole.sutton@gmail.com
514 506-9113



LAMOTHE ÉNERGIE INC.

Propriétaire : Famille Michel Lamothe

« Station-service au coeur du village de Frelighsburg avec service »

Essence • Diesel • Lubrifiants

Heures d'ouverture

Lundi / Vendredi de 6 h 30 à 21 h
Samedi / Dimanche de 7 h à 21 h
Du 1^{er} juin à la fin de septembre



45, Principale, Frelighsburg 298-5000

GéoRéno

Pour tous vos projets à domicile
Architecte Paysagiste / Entrepreneur

Travaux intérieurs ou Rénovations
Plomberie. Électricité. Peinture. Carrelage.

La sagesse de la pierre
Foyer. Arches. Patios. Tuile.

La Chaleur du bois
Planchers. Moulures. Partitions. Pergolas. Terrasses.

Plus de 35 ans d'expérience et bien plus à venir
gp.clement@yahoo.com cell.: (819) 560.2824



GERALD BULL, UNE EXPO CANON

au Musée de Sutton, 32, rue Principale Sud

Samedi et dimanche, de midi à 16 h, du 17 mai au 26 octobre 2014

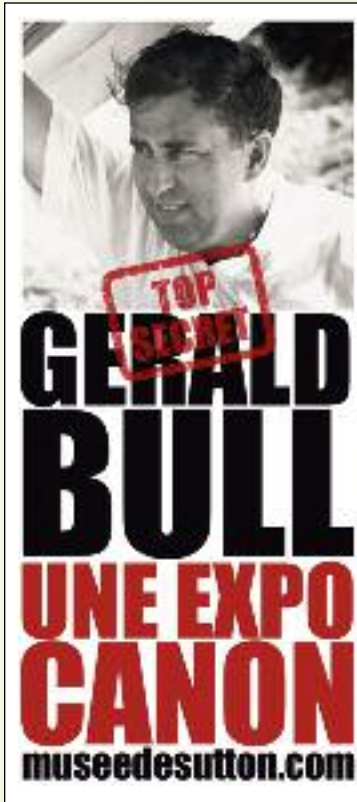
Coïncidence ou synchronicité?

Nous cherchions, même si nous étions encore en préparation de l'exposition **PROHIBITION**, un nouveau sujet à proposer en 2014 à nos visiteurs passionnés d'histoire. Par hasard, je trouvai au printemps 2013 dans le sous-sol du musée, en compagnie de l'historien Laurent Busseau, une image encadrée du **Space Research Corporation**. Il n'en fallait pas plus pour nous lancer sur la piste du travail du **Docteur Gerald Vincent Bull**, ingénieur spécialisé en balistique, le plus jeune doctorant de l'Université Queen's en Ontario!

Le jeune Bull fut très tôt associé au **Conseil de recherches pour la Défense canadienne** (CRD) et fut invité à participer au programme du **Canadian Armament and Research Development Establishment** (CARDE). Il intégrera ensuite ce programme à ses recherches sur des projets à haute altitude qu'il mènera comme professeur à l'Université McGill, à Montréal. Même l'armée américaine s'intéressera à ses recherches et c'est alors que naîtra le projet **HARP (High Altitude Research Program)** à Highwater, en bordure de la frontière avec le Vermont, mais aussi à la Barbade. Il tentera alors d'envoyer des satellites dans l'espace... **à coup de canon!**

Cette **EXPO CANON** porte donc principalement sur les recherches que le Dr Bull a menées pendant plus de 30 ans sur des super-canon capables de tirer sur de très longues distances ou de hautes altitudes. Rappelons que Gerald Bull a créé des centaines d'emplois dans la région et que plusieurs témoins se rappellent encore de cet homme hors de l'ordinaire.

L'équipe du musée tient à remercier son épouse



Noémie Bull, qui a aujourd'hui 80 ans. C'est une artiste bien connue des gens d'ici pour ses œuvres picturales et les ateliers qu'elle donnait. Elle donna naissance à sept enfants qui aujourd'hui mettent à la disposition du musée, pour le plaisir des visiteurs, des photos et des esquisses des travaux réalisés ici et à la Barbade; des films et des artefacts; des maquettes et même des fusées qui ont servi aux expériences de **Gerald Bull**. Un merci tout spécial aux deux frères **Richard** et **Robert Bull** qui ont développé tout le contenu de cette exposition présentée jusqu'à la fin d'octobre, avec en finale la traditionnelle expo de citrouilles décorées, **Citrouill'Art 6!**

Enfin, merci à tous les donateurs et partenaires qui ont permis de transformer le garage du musée en une nouvelle salle d'exposition,

en synchronicité avec le prêt des deux camions de pompiers des années 30 qui sont cet été à l'exposition **Tout feu tout flamme** qui se tient à la Cité de l'énergie de Shawinigan. Ce qui nous permet d'accueillir les visiteurs dans une nouvelle boutique de souvenirs où sont aussi servis des rafraîchissements et des boissons chaudes. Plus de détails sur toutes les nouveautés du musée et sur son **passport-carte de membre** qui vous offre plein de rabais chez des commerçants de la région à l'adresse www.museedesutton.com.

Richard Leclerc
Président
450 538-2883
richard@publiciterre.org

Cuisine créative de Dany Savage

lepleasant.com 450 538-6188
facebook.com/lepleasant 1 rue Pleasant, Sutton



Le Pleasant
Hôtel & Café

Sotheby's

INTERNATIONAL REALTY

Québec

sothebysrealty.ca

EN PRIMEUR



DUNHAM | 245 CHEMIN PARADIS, 1 328 000 \$
"Val Paradis" domaine privé de 188 acres à moins d'une heure de Montréal. Édifiée au sommet d'une colline, cette imposante résidence offre une vue panoramique exceptionnelle. MLS 17422905



SUTTON | 376 CHEMIN BENOIT 935 000 \$
Vaste domaine familial de plus de 146 acres comprenant une résidence principale de 4 cdc d'inspiration Tudor ainsi qu'une dépendance secondaire très bien aménagée pour recevoir amis et famille. MLS 17374021



SUTTON | 1936 CHEMIN SCENIC 853 000 \$
Sise sur plus de 69 acres de terrain en zone blanche, ce véritable petit domaine privé offre une vue imprenable sur les montagnes et l'étang baignable. Orientée plein sud, la maison de construction récente est très lumineuse. MLS 16344144



SUTTON | 1105 CHEMIN HAROLD 639 900 \$
Propriété d'inspiration alpine de 3+1 cdc à proximité des pistes, campée sur les hauteurs, entièrement rénovée et agrandie (2002) avec goût et qualité. Concept ouvert et toit cathédrale aux poutres apparentes. MLS 24773300



SUTTON | 1857 CHEMIN SCÉNIC 899 000 \$
Sise sur les hauteurs avec vue sur Jay Peak, maison récemment agrandie & rénovée de style "lodge shabby-chic" inspire à la détente. Magnifique étang baignable. Vaste abri, cabane à sucre & garage double isolé. MLS 19766152



EN PRIMEUR
SUTTON | 360 CHEMIN PARMENTER 699 900 \$
Propriété de 5+1 cdc, terrain boisé de 4.5 acres dans la montagne de Sutton. Pièces conviviales et fenestration abondante. Solarium, plafond 9", cave à vin, spa, garage double. MLS 25813416



SUTTON | 29 RUE MAPLE #100, 225 000 \$ + TPS/TVQ
Condominium de qualité supérieure de 2 cdc et 2 sdb dont une attenante, avec foyer au gaz, climatisation, stationnement intérieur, rangement et ascenseur. Non loin des commodités et des pistes de ski. MLS 9285884



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



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

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

Entreprise indépendante et autonome | Agence immobilière

Terre de liberté



Il y a maintenant neuf mois que ma Maman chérie est entrée au Paradis des chats. Nous étions vraiment très proches et il n'était pas rare que nous décrochions notre téléphone en même temps, sans même avoir entendu, ni l'une ni l'autre, la sonnerie ou la tonalité. Même quand parfois les synchronicités qui nous unissaient étaient on ne peut plus troublantes, Maman n'y voyait aucun mystère parce qu'elle disait que les idées et les mots sont faits pour voler. On peut les attraper quand ils se posent, mais on doit toujours leur redonner la liberté.

Ma dernière visite chez elle fut des plus agréables. Maman était en bonne forme, belle et joyeuse. Comme d'habitude, on avait papoté de tout et de rien pendant des heures et Tobi, un de ses chats, habituellement très distant, ne m'avait pas quitté un instant. Évidemment, notre conversation bifurqua naturellement vers notre sujet de prédilection : les animaux et la nécessité de les protéger et les défendre. Maman admirait Brigitte Bardot, Indira Gandhi, Marguerite Yourcenar, et aussi... Bé... Ba... « Tu sais, l'actrice qui est morte avant-hier » ? Elle cherchait le nom. « Comme elle, toi aussi, un jour, grâce à ton auberge, tu changeras le destin de bien des chats. Bé... Ba... Voyons, je l'avais presque! Elle aimait tellement les chats... Ça va me revenir ».

Quelques heures après mon départ, Maman entra d'urgence à l'hôpital. J'accourus la voir aussitôt. Dans le stationnement, une femme cria « Bernadette »! Me sentant intensément interpellée, je me retournai. « Désolée, je vous ai pris pour quelqu'un d'autre ». « Ce n'est rien » et je repris mon pas pressé vers Maman. Je la trouvai éveillée, sereine et toujours aussi belle. On s'est longuement tenu la main, mais avons peu parlé. On s'était déjà, toujours, tout dit. Notre précieux moment d'intimité fut tout à coup interrompu par une tête surgissant d'entre les rideaux verts : « Madame Lafont? » « Non, c'est la dame d'à côté », lui répondit Maman en souriant. Elle revint à moi et ajouta « C'est au Paradis des chats que je m'en vais maintenant ». Et ce furent ses derniers instants de lucidité.

Le matin du surlendemain, je fus extirpée du sommeil par Tobi qui, en rêve, me réveillait avec insistance. Avant d'aller nourrir ma petite marmaille d'invités félins, j'ouvris mon ordinateur et commençai à préparer ma journée. Je tombai sur la photo d'une femme que je pris pour Maman. La ressemblance dans la pose, le regard et le sourire était absolument frappante. Je restai pantoise en constatant qu'on y parlait d'obsèques. Mais je n'eus pas le temps de lire de qui il était question; le téléphone sonna et ma sœur m'annonçât que Maman venait de quitter notre monde.

Notre dernière synchronicité se dévoila entièrement quelques jours plus tard. Il y avait sur la table de la cuisine, là où Maman était assise lorsque j'étais avec

elle, un bout de feuille blanche avec en guise de presse-papier, une petite souris verte, la dernière que j'avais offerte à Tobi. « Bernadette Lafont ». C'est tout ce qui était écrit et je restai là, un bon moment, à pleurer doucement. Mais le plus incroyable se produisit de retour à la maison. Alors que je conduisais, je vis le petit bout de papier se mettre gracieusement à tourner dans la voiture et s'envoler par la fenêtre à peine entrouverte. Les mots, les idées avaient repris leur liberté.

Le premier Noël sans Maman aurait été des plus tristes si ça n'avait été de l'arrivée de mes chatons, Sofi et Enzo. La famille s'étant agrandie et l'auberge étant très souvent remplie au maximum de sa capacité, il faut maintenant trouver la terre de la nouvelle demeure, plus grande, où pourra enfin se réaliser le dessein de « changer le destin de bien des chats ». Je me demande si Maman, du haut du Paradis des chats, le sait, mais... Sofi et Enzo sont nés le jour de son anniversaire. Il reste toujours des mots et des idées en liberté qui n'attendent que de se poser.

Esther Dickson
esther@montminou.com



Les Jardins de la Colline

Liquidation de vivaces. Gros plants matures de 10 ans à 15 \$

- Pâtés à l'agneau, au boeuf braisé, indien, mexicain, au poulet, à la dinde, aux lentilles, et au saumon
- Marinades (34 variétés)
- Confiture (24 variétés)
- Variété de vinaigres et vinaigrettes
- Producteurs locaux (agneau, boeuf, porc, saucisses de porc sans gluten, dinde, veau, poulet de grain, oie, lapin et truite)

Pâtés, tartes et gâteaux sans gluten

- Paniers cadeaux pour toutes occasions
- Produits du terroir
- Gâteaux variés
- Tartes et autres pâtisseries
- Quiches (plusieurs variétés)
- Tourtières à la viande, au canard et au millet

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 et la route est mieux entretenue et le paysage magnifique...

Les Entreprises Guitim

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

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

92, RUE PRINCIPALE NORD, SUTTON

PAR 3 Golf Domaine Beauregard (9 trous)

Passé régulière adulte : 120 \$
Étudiant 18 ans et moins : 90 \$
8 ans et moins : Gratuit
Tarif journalier : 10 \$
(comprend les bâtons si nécessaire)

Activité : 12 juillet 30 \$ comprend :
• Méchoui à 19 h • Tournoi de nuit à 21 h

Endroit idéal pour apprendre et pratiquer.
Au coeur du village de Sutton sur la rue Grenier

Facebook : Par 3 Golf Domaine Beauregard
Nouvelle administration : Patrick Goyette
(450) 525-2480



Céline Charbonneau
Courtier immobilier Agréé

Cell.: 450 260-5103 Bur.: 450 538-1881
27-C, rue Principale Nord, Sutton JOE 2K0
celinecharbonneau.com

Achat • Vente • Location

450 538-4052

Excursions de 10 km ou 15 km en eau calme sur la rivière Missisquoi.

Kayak - Canoë - Service de navette

1121 Chemin Burnett, Glen Sutton
www.canoecosutton.com

26^e TOUR des ARTS

JULY 12 - 20
JUILLET 2014
TOUS LES JOURS DE 10 À 17 H

Visitez 37 artistes et artisans dans leurs ateliers
Visit 37 artists and artisans in their studios

www.tourdesarts.com

Thérapie de jeux de sable pour enfants
Coaching pour les parents

Marjolaine Bédard, BAC. es. sc.
Infirmière clinicienne en pédiatrie et pédo-psychiatrie

450 538-6767

Mécaniciens Famille Morse

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

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

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

La synchronicité a ses bons côtés...

...surtout quand la parution estivale du journal *Le Tour* tombe pile avec l'annonce de la prochaine fête champêtre organisée au profit de la galerie Arts Sutton, sous la présidence d'honneur de M. Alexandre Taillefer, président du C.A. du Musée d'art contemporain de Montréal et Dragon bien connu!

Rendez-vous au jardin
de Nicole Lafleur et François Champagne,
le dimanche 22 juin de 14 h à 17 h.

Vous pourrez arpenter les sentiers de sculptures tout en admirant les aménagements floraux au son de l'envoûtante musique d'un groupe de harpistes sous la direction d'Isabelle Corriveau. Des artistes-peintres seront à l'œuvre et vous pourrez miser sur les toiles créées sur place dans le cadre d'un encan silencieux... Les restaurateurs et traiteurs du village et des environs vous offriront des plateaux-dégustation de leurs spécialités, le tout accompagné de vin et de rafraîchissements... Tout ceci pour la modique somme de 40 \$, partiellement déductible de vos impôts. Et les parents pourront y emmener leurs enfants de moins de 12 ans, gratuitement!



En vous procurant des billets, vous et vos invités profiterez d'un après-midi agréable et délicieux, tout en contribuant au maintien et au développement des services essentiels qu'assure la galerie Arts Sutton au sein de votre communauté depuis bientôt 35 ans, soit la diffusion de l'art contemporain et le rayonnement des artistes de la région et d'ailleurs.

Billets en vente à la Galerie Arts Sutton:
450 538-2563
info@artssutton.com
www.artssutton.com

Collectif d'artistes | encan silencieux
Du 12 juin au 29 juin

Vernissage 15 juin, 14 h - 16 h
Dans le même ordre d'idées, une quarantaine d'artistes, membres de la galerie Arts Sutton, exposent leurs créations dans le cadre d'un 4^e encan silencieux visant à soutenir financièrement la galerie. Les visiteurs pourront faire une offre d'achat sur place. Voilà une excellente occasion de faire l'acquisition d'une œuvre d'art à un prix avantageux.



26^e édition du Tour des Arts
Du 11 juillet au 20 juillet
Vernissage 11 juillet, 17 h - 19 h

Exposition collective en lien avec le Tour des Arts où une œuvre de chacun des artistes participants est exposée à la galerie Arts Sutton. Les amateurs d'art pourront par la suite se diriger vers les ateliers d'artistes, charmés par les paysages bucoliques de la région et ravis par la vitalité et la diversité des œuvres présentées dans les différents ateliers qui jalonnent ce parcours.

Cet évènement haut en couleur se déroulera tous les jours, du 11 au 20 juillet, de 10 h à 17 h. Le vernissage aura lieu à la galerie en présence des artistes dans le cadre d'un 5 à 7.

www.tourdesarts.com



Champ de Mauve
Commissaire, Muriel Faille
Du 23 juillet au 7 août
Vernissage 24 juillet, 19 h - 21 h

Muriel Faille

Quand l'art se conjugue au féminin.

Champ de Mauve est un évènement artistique qui a été créé en 2003 par l'artiste Muriel Faille, à Lac-Brome, afin de contrer l'isolement de l'artiste seul dans son atelier.



Donc, chaque été, des professionnels du milieu des arts visuels, artistes, historiens et critiques d'art sont invités à partager leurs connaissances et leurs réflexions sur leur pratique et l'état de l'art actuel et contemporain.

Après quelques années, et de façon naturelle et spontanée, Champ de Mauve a plus particulièrement touché le cœur des femmes artistes et permis une alliance complice entre elles.

La thématique de 2014, *Collet-Collerette*, sera présentée à la galerie Arts Sutton par le collectif des femmes artistes du Champ de Mauve. Le vernissage aura lieu à la galerie en présence des artistes, sous la présidence d'honneur de Michèle Boulanger-Bussière et de Jean-Claude Poitras.

Hommage à Robert Roussil
Exposition en lien avec Monumentum
International de sculpture de Sutton
Du 8 août au 17 août
Vernissage 8 août, 17 h à 19 h



En lien avec *Monumentum*, International de sculpture de Sutton, la galerie Arts Sutton rend hommage au défunt Robert Roussil, un des premiers sculpteurs à participer au *Symposium international de sculpture de Montréal* en 1964.



Certaines œuvres importantes provenant de collections privées seront exposées, parmi lesquelles un magnifique bronze de 400 livres, 10 sculptures, 26 dessins grand format, quatre dessins petit format, 20 gravures et lithographies, 36 photos, 10 livres numérotés et signés, trois bas-reliefs et une tapisserie grand format. Les œuvres prêtées offriront une rétrospective de la vie artistique de Roussil de 1960 à 2000. Avis aux intéressés, une dizaine d'œuvres signées Roussil seront en vente à la galerie.

Raoul Duguay, Muriel Faille et Winston McQuade
Trois natures, trois manières de donner à voir
Du 21 août au 28 septembre
Vernissage 24 août, 14 h à 16 h

Pour plus d'information: 450 538-2563

Galerie Arts Sutton
7, Academy, Sutton Qc. JOE 2K0
www.artssutton.com

Mireille Joly, directrice

La tortue, la Ferrari et moi

Je brûle d'envie de vous révéler d'emblée ce qui m'unit à une tortue de l'état de New York et à une Ferrari emboutie sur l'autoroute Décarie. Mais je vais patienter et commencer par explorer le mot « synchronicité », dont l'évocation me réjouit. Ces coïncidences significatives entre un phénomène physique objectif et un phénomène psychique remettent en question notre conception d'un univers régi uniquement par la loi de cause à effet et suggèrent l'existence d'une relation étroite entre la matière et l'intangible.



Personnellement, je perçois ces petits hasards de façon très sporadique. Par contre, quand cela m'arrive, je me sens gonflée de bonheur, car un lien s'établit entre moi et un univers qui semble subitement s'intéresser à ma modeste destinée. En vérité, je crois que l'univers nous offre continuellement une multitude de clins d'œil. Le problème, c'est que nous souffrons d'un sérieux déficit d'attention. Pour capter une synchronicité, il faut se montrer à l'écoute et être mue par une saine curiosité devant tout ce qu'on rencontre. C'est le genre d'état qui nous habite durant une période de transition. Quand nos habitudes sont chamboulées et que nos repères se sont évaporés, nous devenons vigilants. Nous sommes plus disponibles que de coutume à l'inattendu et davantage enclins à faire appel à notre intuition pour guider nos décisions.

Il est intéressant de noter que, lorsque nous sommes dans cet état d'ouverture au présent, nous quittons le temps linéaire pour entrer dans l'intemporel. En Occident, on nous a appris que le temps file comme une flèche, du passé au futur, et que nos expériences passées forment notre présent. Mais en Orient et chez les peuples autochtones, on dit que le temps tourne comme une Roue. Selon cette conception, le futur peut faire irruption dans le présent pour nous inviter à épouser de plus près le chemin qui nous mène vers l'expression de notre plus haut potentiel. Le principe opérateur du temps linéaire est la loi de cause à effet, tandis que celui du temps non linéaire est la synchronicité. Alors que le temps linéaire relève du cerveau gauche et d'une vision cartésienne et rationnelle, le temps non linéaire relève du cerveau droit qui s'intéresse davantage à la signification métaphorique qu'à la cause des événements.

J'ai eu l'occasion de me familiariser avec ces notions dans le cadre d'une formation sur la Roue de médecine inca, un périple fascinant qui m'a amené à visiter plusieurs fois un centre de retraite dans l'état de New York. Mes trajets en auto étaient inmanquablement marqués par

de petits événements fortuits qui ont fini par avoir un impact considérable sur des choix concrets. Une fois, entre autres, j'ai croisé une tortue qui traversait l'autoroute. Puisque j'allais vite, je ralentis et pris conscience de ma tendance à tendre vers le but, au lieu de prendre plaisir au processus. Plus loin, un énorme panneau se dressa devant moi : GO SLOW. Bon, j'enregistrai. Quelques semaines plus tard, sur l'autoroute Décarie, je suis dans un embouteillage. J'avance, je freine, j'avance et m'écroule, plus de freins! Bam! J'emboutis l'auto devant moi. Re-m'écroule, c'est une Ferrari! C'est tellement inusité que mon réflexe immédiat est de me demander ce que cela veut dire : *dois-je ralentir, sinon, ça va me coûter cher?* (Il faut savoir qu'à cette époque je souffrais de fatigue accumulée et que je réfléchissais depuis plusieurs années à l'idée de quitter mon poste d'art-thérapeute à la Maison Tanguay, sans parvenir à me décider.) À vitesse de tortue, je réussis à rejoindre un garage. Oui, bon, celui-ci est spécialisé en réparation de carrosserie de voitures de luxe. Pas rapport. Peu importe. À ma stupéfaction, on s'occupe illico de mes freins. Je prends place dans la salle d'attente et sur une affiche droit devant moi, en grosses lettres : « CET HIVER, MOI JE M'ARRÊTE ». Je remercie encore l'Univers de sa ténacité envers moi. J'ai enfin compris le message et pris la décision qu'il fallait. Non seulement ai-je pu refaire mes forces et apprendre à ralentir, mais ce temps d'arrêt m'a aussi permis d'épouser de plus près *ma légende personnelle*, comme dirait Paulo Coelho, autrement dit de donner forme à une vie plus en accord avec mon essence.

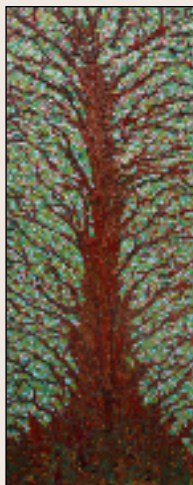


Les maîtres chamans du Pérou croient que lorsqu'on vit en harmonie avec l'univers, celui-ci conspire en notre faveur. Mais *Vivre en harmonie avec l'univers*, implique de s'aventurer hors de la sphère du mental pour pénétrer dans un espace intemporel, un espace sacré à partir duquel on peut voir ou entendre ce qui échappe habituellement à notre perception. Nous déployons tant d'efforts à essayer de contrôler nos vies et à manipuler nos trajectoires, avec des résultats parfois moyens. Et si on s'arrêtait un peu, le temps de saisir ces clins d'œil souvent drôles, poétiques et probants qui nous guident le long de notre route et nous aident à embrasser notre plus haute destinée avec un minimum d'effort et un maximum de résultats. Wow, oui je le veux !

Bénédicte Deschamps
Art-thérapie / Soins énergétiques et chamaniques
(450) 298-1171
<http://benedictedeschamps.wix.com/artcorpsetame>

Raoul Duguay, omnicréateur québécois, force claire, passionnée, agissante

« ...peindre m'est urgence »



Du plus profond de mes racines

En roulant vers l'atelier de Raoul Duguay, j'avais le bonheur d'admirer un coin de pays printanier. L'artiste m'attendait au soleil. Notre conversation s'amorça en commentant des œuvres qui habitent les pièces menant jusqu'à son atelier. Plusieurs toiles de la production en cours sont déjà en préexposition : un hymne à la beauté de l'arbre, sa symbolique, ses saisons.

« L'art est un arbre. La créativité est un arbre. Toutes les branches de l'art s'appellent et se répondent. Tout est interconnecté, en correspondance avec tout. Bref, comme le disait le philosophe pré-socratique Anaxagore : *toutt est dans toutt*. »

Dehors, dans « l'atelier de sculpture » inondé de lumière, nous tournons d'abord autour de « Mon propos » : « La beauté du monde est en péril. Les éléments essentiels à la vie, pollués par la pensée mercantile, sont devenus très fragiles. J'entends le cri de l'eau, celui de l'air et celui de la terre et peindre m'est urgence »¹ Et l'artiste commente : « Il est toujours urgent de créer; c'est un tremplin et sans cela, ça va mal! ».

Raoul Duguay, autodidacte en peinture comme en musique, présente un CV à dix-huit « chapeaux »! Poète-philosophe, auteur, auteur-compositeur, idéateur, directeur artistique, formateur et conférencier, peintre et sculpteur, comédien, pédagogue, critique littéraire, animateur des ateliers La voie de la voix, professeur de philosophie et d'esthétique (Université de Montréal, cégep de Maisonneuve), porte-parole EAU SECOURS! « Rêveur réveillé... humaniste engagé » à témoigner de la beauté du monde envers et contre *toutt*.



À l'aube des étoiles

« ... La trajectoire de sa pensée et de sa créativité a pour objectif une constante : l'unification de l'art, de la science et de la conscience. Raoul Duguay a gardé de son pays natal (Val d'Or en Abitibi) la nécessité de vivre dans la nature. » LA meilleure source! « En l'occurrence, ce que me donne la peinture que ne me donne pas tout le reste de ma créativité multidisciplinaire, c'est d'abord de m'apprendre à voir avec mes mains. »

Il explique alors les deux voies de sa démarche: les compositions structurées qui m'apparaissent comme des vibrations; nouveau pointillisme réalisé aux poinçons avec une atten-



Herbes folles

tion « zen ». C'est *la voie longue* : l'intuition préside au choix des couleurs, le rationnel met en scène. Les bulles, de grosseurs variées, s'animent dans un arbre; un buisson de fleurs ou une abstraction avec des dominantes de rose, turquoise, rouge. Des titres évocateurs : « Aux deux pôles de mon être, la même promesse : fleurir », « Vertige vert », « Aller gazouiller dans les prés », « Danse tzigane »,² « Nordicité ». Le thème des bouleaux illustre déjà *la voie longue* et l'évolution du message, de la verticalité à la chute vers la mort et la renaissance.



Volutes de rose



Aux deux pôles

Deuxième *voie plus spontanée, plus courte* : celle du défi, de la réaction (les fleurs-réponses à l'hiver). Le concept de l'arborescence. Ce qui grandit dans l'exagération porteuse d'imprévu, traduit dans un « art synthétique. Tout... en même temps : le geste, le choix des couleurs, la direction des courbes et des droites, l'épaisseur qui définit le relief. Savoir quand partir... quand s'arrêter. Création pure... *Toutt est possible!* » Et les titres s'allument : « À l'aube les étoiles... », Herbes folles, 2007, Vertiges, 1998, Du plus profond de mes racines, fleurir, fleurir, fleurir, 2010 ».

En guise de conclusion, à noter: « Ce printemps Raoul fait fleurir ses molécules! » À suivre... 3 expositions : « *J'ai tant appris de vous* » : Frère Jérôme-Raoul Duguay, Galerie Carte Blanche, Mtl, 29 avril au 13 mai; « *Fleurir* » : Centre d'art de Sainte-Anne-de-Sabrevois, 2 mai - 14 juin; « *Des racines aux fleurs* », Palais des arts Harricana, Amos, 30 mai-30 août. + « *Trois natures, trois manières de donner à voir* » : Raoul Duguay-Muriel Faille-Winston McQuade, Galerie Arts Sutton, 21 août au 28 septembre.

Merci, merci Raoul Duguay!

Lise F. Meunier

- 1 Site Raoul Duguay, artiste peintre
- 2 Aussi : « L'influence du Frère Jérôme... Sans sa confiance, ... je n'aurais jamais osé ... »



J'ai tant appris

Produit du mois de juin

Tournedos de canard

Découvrez ce produit innovateur à la boutique
Dégustations toutes les fins de semaine
Trucs et astuces
Recettes gratuites



BOUTIQUE
LAC BROME

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

10% de rabais



Dunham et l'été de nos artistes en synchronicité

Jusqu'au 30 mai 2014 : « Poissons de nos eaux » de Benoît Desjardins, l'artiste invité du projet « Autour d'une exposition de la CSVDC » en 1988 et de nouveau en 2013-2014. La salle Normand Gaudreau reçoit la collection no 2, constituée pour la tournée des ateliers, proposition qui rayonne depuis janvier



Les poissons de nos eaux

et qui se terminera en mai après les sessions de Dunham, Bedford et Farnham. Bienvenue à tous et toutes, **amateur -e-s de pêche en couleurs!**



Jusqu'au 21 juin : Une profusion de fleurs signée Madeleine Lemire. Il s'agit d'une petite collection où « (...) Le rouge, le bleu et le jaune occupent une place prépondérante (...) Simplement parce que ces couleurs sont la quintessence de la vie; la base du prisme de la lumière tout autant qu'une référence aux éléments naturels (la terre, l'air, le feu et l'eau). Ainsi, la peintre utilise-t-elle la couleur de manière à faire vibrer



les couleurs de la vie en recréant les particularités d'une sorte de microcosme épousant la forme d'une fleur ou d'une feuille... En somme, cette artiste peint les images de la nature de ses rêves tout en déclinant des vers à la seule force de son pinceau. » (Geoffroy Dalle)

Née à Oka près de Montréal, Madeleine Lemire vit et travaille maintenant au Québec, dans les Cantons-de-l'Est. Elle a étudié à l'École du Louvre à Paris, à l'École des Beaux-Arts, à l'Académie des Arts (où elle a aussi enseigné) et au Centre des arts Saidye Bronfman à Montréal.

Ces reproductions de Madeleine Lemire, mises à notre disposition par le CRSBP (services aux bibliothèques publiques), sont présentées dans la Bibliothèque de Dunham, et dans la salle Kenneth Baker. Douce thérapie par les couleurs!

7 juin au 12 juillet (vernissage le 7 juin) : « Une image vaut mille mots » de IZA et GUILLAUME (Isabelle Coiteux et Guillaume Armbruster). Une nouvelle production concoctée au cours d'un hiver aussi lumineux qu'inspirant!



L'eau vive



Hommage à William Blake

Voici la présentation de Guillaume (une primeur!) : « Mon travail consiste à créer un aperçu du monde du RE avant un Re-monde. Des images précises ou juste « l'essentielle » sont là pour nous faire réagir, enlever le superflu nuisant à notre vision. La beauté sous toutes ses formes, même vue depuis ses premiers signes, ses premières traces, souvent les plus simples. Tout cela fait que dans le monde du RE, nous réapprenons à observer simplement les objets et les êtres qui nous entourent... les scènes décrites sont absentes de tous mouvements pour prendre le temps de les contempler au plus profond... »



Mam-zelle

Et Iza, nous revient avec une nouvelle poussée « toute nature ». « Peintre exploratrice, (...) Mon travail se veut un moyen



Conversation-d-wazo

d'exprimer l'importance qu'a pour moi l'écologie. L'équilibre de la nature, ses formes, ses couleurs, ses cycles et ses beautés sont mes sources d'inspirations premières (...) Le choix de la peinture au latex récupérée comme médium devient une évidence... afin de sauvegarder l'environnement collectif. Telle la nature, je travaille à ce que mes œuvres reflètent une énergie vitale. Je veux que l'observateur s'y sente interpellé; je veux qu'il y voie l'épanouissement que je vis tout en laissant libre cours à son interprétation. Voilà l'essentiel de mes activités artistiques. J'ai ce besoin de faire pour dire..." ET UNE SURPRISE! La démarche de Phil Roger : qui est donc ce mystérieux personnage?



Rien ne fut

19 juillet au 30 août (vernissage le 19 juillet) : «Ma ville – mon village». Le Centre d'art de Dunham présente la 16e exposition collective des artistes de Dunham.

Lors de cette manifestation se poursuivant jusqu'au 30 août, le Centre d'art invite les artistes de Dunham à présenter des œuvres de dimensions diverses, figuratives ou non figuratives, 2D ou 3 D, illustrant le thème «**ma ville – mon village**». Le style ou le genre est à la discrétion des auteur(e)s, de même que le choix des matériaux, des techniques et des titres.

L'inscription se termine le **30 juin** et peut se faire par téléphone au 450 295-2621. Les œuvres doivent être déposées au Centre d'art les 14-15-16 juillet, de 10 h à 18 h. Le début de l'exposition sera souligné par un vernissage, le samedi 19 juillet (13 h -16 h).

Cette évocation nous convie à la redécouverte de notre «ici et là» en couleurs, une célébration de l'été transfiguré par et pour notre imaginaire.

Au plaisir de vous accueillir à cette 16e exposition collective.

Lise F. Meunier

AUBERGE & SPA WEST BROME

128, route 139, West Brome, Québec • 1 888 902-7663 • www.awb.ca



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



Is Lyme disease in Your Future? A Cautionary Guide if you get a Flu-like Illness this summer

Lyme disease is the Great Pretender. With 100s of varying symptoms it can mimic MS, lupus, arthritis, fibromyalgia, autism, Parkinson's and so on. Deer ticks, by injecting microscopic bacteria into us, initiate waves of illness that have infected hundreds of thousands in eastern North America in the last few decades.

My adventure in the Lyme world began in 1989. A brief 24-48 hour encounter with an infected tick initiated a spiral into illness and a trip down the rabbit hole of Quebec's medical wonderland. For years I went from specialist to specialist - Doppler this, conductivity that, MRI here, CAT scan there. By 1993 my file of medical papers was approaching one foot in thickness. An internal medicine specialist and then a neurologist suggested it might all be in my head - would I be open to talking to a psychiatrist?

by little symptoms abated. Every six months blood samples were analysed at specialty labs in the States and then, years later, that magical moment arrived - two reactive bands on a Western Blot test.



Proof finally that the enemy was real, not imagined: Lyme disease. I asked my Quebec doctor to send another blood sample to the Provincial Lab. He did and it came back negative. Not surprising, I thought, as it was such a novelty bug in these parts (my original bite almost certainly occurred in the US). Treatment continued and then came the decision in late 2004 to stop all the drugs. It worked. Hallelujah!



The elation lasted until the summer of 2012. Then acute dizziness and body tremors came knocking once more. This second bite most likely happened in my own back yard. Back down the rabbit hole. All previous players had moved on. So back I went to my GP. Blood tests (negative) and an MRI in Sherbrooke (results never received). The MRI neurologist, after a 20 minute chat, suggested I had never had Lyme to begin with. Talk about a déjà vu feeling. So, into the car soon thereafter, (this time I could drive) and off to Dr. Maureen McShane in her Plattsburg, NY office. Dr. McShane has about 800 patients that come from all over Canada for Lyme treatment. About two hours later my antibacterials, antifungals, probiotics and antimalarials were detailed and I headed home. Now I just had to switch these prescriptions into the Quebec system. Not so quick!

So there I was, unable to walk properly, mind totally fogged and these two very learned men, in less than twenty minutes each, were suggesting a shrink. What they really were suggesting was that it was time to get the hell out of Quebec.

Some days later my sister drove me to New York City and to the office of Dr. Kenneth Liegner. His specialty was tick-borne illnesses and his name was all over Lyme literature at the time. I was unable to drive as symptoms continued to pile up... partial paralysis of right arm, Bell's Palsy drooping of the left side of my face, knockdown fatigue. The symptoms moved around as though they had attention deficit disorder and my years of pinballing around Quebec doctors had allowed my little visitors to take up deep residency in my body.

When I brought all my papers to the infectious disease specialist at the Brome Missisquoi Hospital she would not convert them. Why? Because she could lose her license to practice medicine in Quebec as my cocktail of drugs did not follow accepted Quebec protocols. In other words, after 25 years, the Quebec health apparatus was even less responsive (no more bowing down to foreign expertise,

The appointment with Dr. Liegner lasted for hours. He thought it might be Lyme and prescribed antibiotics. Thus began a return to health. Local doctors, under Liegner's guidance, supplied the drugs, mostly oral, some intravenous, and little

LES CONDOMINIUMS *Frelighsburg* EDIFICE LANDSBERG INC



CONDOS HAUT DE GAMME À VENDRE

Au coeur du village de Frelighsburg, entièrement neuf, de 1 à 3 chambres, plafonds de 9 pieds ou cathédrale, foyer au gaz.
Plus que 5 unités disponibles, à partir de 175 000 \$.

François ou Guy Gosselin 450 298-5202



alpagas *Sutton* alpacas

ÉLEVAGE — BOUTIQUE — VISITES

Première saison estivale chez Alpagas Sutton

Venez découvrir cet animal fascinant dans un magnifique décor enchanteur.
Une activité éducative et amusante pour toute la famille!

Aire de pique-nique • Visites guidées éducatives • Événements spéciaux
Boutique à la ferme • Tricots à la main • Idées cadeaux uniques

Mercredi au dimanche de 10h à 17h
1474 chemin Macey, Sutton, Qc (450) 538-1538
www.alpagassutton.com info@alpagassutton.com





medical modernity as regards Lyme be damned) than back in the day. Six months later, with mostly Vermont sourced drugs, my symptoms were gone. They may well return as the little microbes can hide out while under attack only to begin partying again when the pressure is off.

All to say that Lyme alone is a big assignment. But if you are a citizen of Quebec be forewarned that the bigger assignment may well be the medical system itself. Not the frontline doctors but those, higher up, that should know better. They command how diseases are defined and treated. And whether or not the public and line doctors are kept current or in the dark.



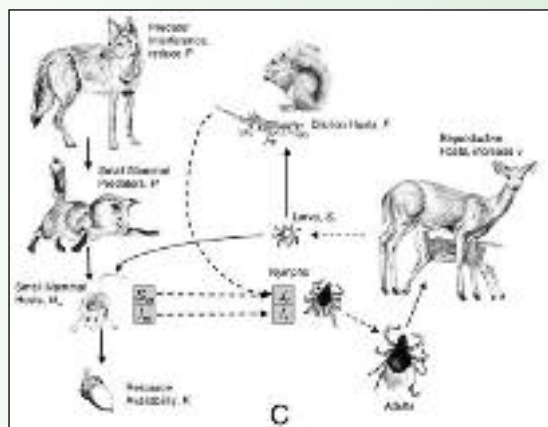
It turns out that, before 2010, Quebec officialdom claimed no locally sourced Lyme existed here. Their Lyme map showed the illness in Ontario, New Brunswick, Nova Scotia, Maine, New Hampshire, Vermont and New York. Such exceptionalism, to me, was proof manifest of cutting edge incompetence. Captured ticks from the Townships have for years demonstrated infection rates of 15%... how can millions

the lazy option of doing nothing regarding public and professional education in the face of known tick infection rates, to hold to case definition norms that are widely accepted elsewhere as being obsolete... one has to wonder if those in charge at the Ministry could be doing a worse job?

Blood tests for Lyme can be negative for many years. A Lyme literate doctor has to hear the symptom array and act based on old school patient interaction. Quebec wants positive serology before treatment. My seroconversion took 6 years to show up on a Western Blot test. Quebec will only do a Western Blot test if the wholly unreliable Elisa test is positive. That's two additional technical hurdles, both generally unreliable, especially in early Lyme, which Quebec enforces. More than likely such 'click click' efficiencies (drawing blood being quicker than an in depth symptom discussion) ensure that the little replicators move insidiously to the Chronic Lyme stage of illness. Some would call that aiding and abetting the enemy. Some would say that Quebec's medical system is helping turn easily treatable minor illness (cured with a few weeks of cheap antibiotics) into full blown (often) falsely labelled (explosively expensive) chronic disease.

Quebec's involvement requests citizens to be aware of any tick presence (they can be less than 1 millimeter in size) and to take note of any bull's-eye skin rashes (without mentioning, and they have to know, that skin rashes are noted in less than 50% of victims). The reality is that when a tick bites you feel nothing and the first common symptom is a flu-like illness that arrives a few weeks after contact.

Don't be a tick magnet! Think cover-up when out



of ticks interact with tens of thousands of warm weather Townshippers and not create some sort of spark in the public health imagination? Why are Lyme literate educational brochures for the general public nonexistent?

In the years to come how many 100s or 1000s will be stonewalled or shunted into disease streams that elementary openness and professional up-to-date rigour could have intercepted and differentially diagnosed into quick and healthy outcomes? In the case of Lyme disease our medical establishment, driven from the top, is doing harm. To not be aware of the raging Lyme debates south of the border, to take

in the woods. If you have summer flu, keep Lyme top of mind when you arrive at the doctor's office. If the doctor seems less than Lyme literate, it's not their fault... they are kept in the dark by their handlers higher up.

For further in depth information about this disease and contacts to answer your questions please consult these two web sites:

<http://canlyme.com/>
<http://www.lymediseaseassociation.org/>

Stephen Giesler
450 538-5816
sgiesler@endirect.qc.ca

Grand concert Desjardins des Festifolies en Armandie

Oliver Jones Trio



Géant du jazz et un des plus illustres pianistes du pays, Oliver Jones a fait carrière partout dans le monde. Récipiendaire de cinq prix Juno et grand maître du hard swing, il se produira en concert dans le cadre des Festifolies en Armandie le **dimanche 22 juin à 16 h à l'église de Saint-Armand** en compagnie des autres membres du très acclamé Oliver Jones Trio : le batteur Jim Doxas et le bassiste Éric Lagacé.

Le saviez-vous?

- Oliver Jones a pris sa retraite en l'an 2000, mais continue tout de même d'enchanter ses admirateurs avec bon nombre de concerts chaque année.
- Jones compte plus de 20 albums à son actif.
- En reconnaissance de sa contribution au jazz canadien, Postes Canada a rendu hommage à Jones avec la création d'un timbre-poste à son effigie en février 2013.
- Le jazzman légendaire aura 80 ans en septembre 2014.

Tarifcation

45 \$ - Meilleures places au concert et cocktail en présence d'Oliver Jones
30 \$ - Prix régulier

Points de vente

Bedford : Boutique Micheline
Dunham : La Rumeur Affamée
Frelighsburg : Dépanneur du Village
Philipsburg : Bistro 8^e Ciel
Saint-Armand : Magasin général



Renseignements www.festifolies.org 450.248.0330 – 450.295.3549



Le comptoir DU MARCHAND DE THÉ

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

17C PRINCIPALE N. SUTTON 450.538.2002
Mercredi, jeudi et dimanche 10h à 17h. Vendredi et samedi 10h à 17h30
Le comptoir du marchand de thé
lecomptoirumarchanddethe.wordpress.com



Invités « coup de cœur 2014 »

Alexandra Kulinenko et Fédir Kurkehi,
céramiques traditionnelles d'Ukraine



Du 21 juin au 1^{er} juillet de
10 h à 18 h
11^e anniversaire

CERAMYSTIC

accueille une trentaine de
céramistes chevronnés.
Créations récentes, sculptures,
objets décoratifs et fonctionnels.
Aires de repos sous les parasols, musique
d'ambiance et léger menu BBQ, bière, vin,
cidre et jus divers pour vous restaurer.

ENTRÉE LIBRE

248 chemin Mystic, Mystic (Québec) J0J 1Y0 | (450) 248-3551 | www.ceramystic.com | ceramystic@ceramystic.com



Matthew Ruiter, californien et maire de Cowansville

Né à Cowansville en 1847, Matthew Ruiter était le petit-fils de Jacob Ruiter, le premier colon à s'établir à Cowansville en 1798. Ses parents, Nelson Ruiter et Eleanor Traver, demeuraient dans une maison de ferme sur la rue de la Rivière, à la hauteur de la rue Jacques-Cartier. Leur ferme s'étendait sur le présent site de l'usine Albany International jusqu'au secteur du boulevard des Vétérans. Matthew fit ses études au Missisquoi High School, une école qui était située sur la rue Principale, là où se trouve de nos jours la résidence pour personnes âgées Le Panier Fleuri. Cette école avait été ouverte en 1854 par le révérend John Davidson, fondateur de la *Parish of Nelsonville*, paroisse anglicane toujours active à Cowansville.



Matthew Ruiter

Vers 1867, Ruiter quitte Cowansville et va s'établir dans le comté de San Joaquin en Californie où il devient employé de ferme. Le 18 septembre 1872, il épouse, à cet endroit, Florence Griggs. L'année suivante, alors que le jeune couple planifie un voyage à Cowansville pour visiter la famille, Florence est atteinte de la fièvre typhoïde et décède en 1874. Matthew est également atteint de la même maladie.

En 1875, guéri, Ruiter quitte la Californie et revient demeurer chez ses parents à Cowansville. Peu de temps après son arrivée, il achète une ferme sur le chemin de Dunham, site actuel de l'épicerie Super C. Le 10 octobre 1877, il épouse Ellen, fille de John McCabe de Stanbury (St-Ignace de Stanbridge). En 1879, ils louent leur ferme et partent pendant deux ans vivre en Californie.

De retour en 1881, les Ruiter construisent une belle maison en pierre sur leur ferme. Pendant une vingtaine d'années, ils seront fermiers et producteurs de fromage. À cette époque, leur ferme est située dans le canton de Dunham. Matthew porte, pendant quelques mandats, le titre de conseiller municipal, puis devient maire du canton de Dunham en 1897.

Au printemps de 1902, ils vendent leur ferme et achètent, au coût de 2 600 \$, la maison d'Albert Nesbitt. Cette demeure fait toujours partie du patrimoine de Cowansville et est située sur la rue du Sud, au coin du boulevard Davignon. En janvier 1904, Matthew est élu maire de Cowansville, poste qu'il occupera seulement un an. Au printemps, le pont de bois enjambant la rivière Yamaska à la hauteur de la rue du Sud est com-

plètement détruit par la crue des eaux. Pendant la construction d'un nouveau pont, on installe une passerelle temporaire pour les piétons seulement. Le nouveau pont de fer est inauguré par le maire Ruiter au mois de septembre. L'année suivante, pour des raisons de santé, son médecin lui conseille fortement de retourner vivre en Californie. Le couple Ruiter vend sa maison au docteur David Alexander Rodger. Elle appartiendra à la famille Rodger jusqu'à 1992. Le docteur Rodger pratique la médecine à Cowansville de 1904 jusqu'à son décès en 1933. Cette même année, le docteur Sherman Rodger prend la relève de son père. Après la vente de la maison, Matthew Ruiter et son épouse partent pour Los Angeles où ils passeront le reste de leur vie. Toutefois, à deux reprises, ils reviendront passer l'été à Cowansville.

Le 24 mai 1913, alors que les Ruiter visitent le quai de Long Beach, près de Los Angeles, une passerelle s'effondre entraînant plusieurs personnes dans sa chute dont Mme Ruiter. Trente-sept personnes sont tuées lors de cette tragédie. Mme Ruiter subit de sérieuses fractures, mais a la vie sauve. Matthew assiste impuissant à la tragédie et voit son épouse tomber. Il subit alors un violent choc nerveux. De santé déjà très fragile, il ne s'en remettra pas. Il décède le 2 novembre 1913, à l'âge de 66 ans.

Michel Racicot
Société d'histoire de Cowansville



La Fête nationale du Québec

La Fête nationale du Québec à Sutton se déroulera sous le thème: « **Nous sommes Le Québec** ». Les activités débuteront dès 13 heures le 24 avec la Volée de cloches devant l'hôtel de ville de Sutton pour annoncer les festivités. Elle sera suivie de la Levée du drapeau et d'un Défilé festif animé par une Fanfare et par de nombreux participants représentant des ressources du milieu. Le Village des artistes et des artisans accueillera les participants au parc municipal Goyette-Hill où plusieurs activités sont prévues pour les jeunes et les moins jeunes : jeux gonflables adaptés à tous les âges, maquillage, jeux d'eau, jeux d'adresse, bingo, amuseurs publics, ateliers de créativité, etc.

Plusieurs artistes locaux enchanteront le public au cours de l'après-midi en commençant par l'Harmonie de l'Estrée composée de 45 talentueux musiciens. Des « Talents de chez nous » nous seront révélés pendant la durée de la « Grande Tablée », une activité gourmande de mets composés de produits traditionnels inspirés de Jehane Benoît, à laquelle toute la population est invitée. La soirée avancera dans des rythmes enlevants avec trois groupes de musiciens locaux. La magie des feux d'artifice arrivera à 22 heures et sera suivie de rythmes entraînants jusqu'à la fin de la soirée.

Programmation (sujette à changements)

13 h Volée des cloches dans toutes les églises de Sutton et Abercorn.

Devant l'hôtel de ville de Sutton

13 h 10 Rendez-vous des participants au défilé de la Fête nationale du Québec à Sutton.

13 h 30 Hommage aux citoyens et allocution d'ouverture par monsieur Louis Dandeneault, maire de Sutton. Levée du drapeau.

13 h 40 Défilé festif** de la Fête nationale du Québec à Sutton avec la Fanfare de l'Harmonie de l'Estrée. On se rend à pied au Parc Goyette-Hill

14 h Au Parc municipal Goyette-Hill, rue Western

- Village des artistes et des artisans.
- Amusement pour tous: jeux gonflables, jeux populaires, maquillage des enfants, bingo, bain libre, amuseurs publics.
- Grande Tablée Jehane Benoît (16 h à 19 h)

- Musiques, chants traditionnels ou populaires et danses :
- 14 h Concert par les 45 musiciens de Harmonie de L'Estrée
- 15 h Groupe Loco Jam
- 16 h Les talents de chez nous :
- Prestations de plusieurs enfants, adolescents et adultes de la communauté.
- 18 h 45 L'Aventure de la Bande Chanceuse
- 19 h 45 Kaval
- 20 h 45 L'Écho Sans Gain

22 h Grands Feux d'artifice Traditionnels de Royal Pyrotechnie Inc. suivis par Le groupe L'Écho Sans Gain.

Renseignements : Hélène Cabana au 450 538 8062 ou 450 538 8455 espacesutton@gmail.com

EXCAVATION CLAUDE LAPLANTE inc.

(450) 538-2277 / Cell.: (450) 578-4692
11, Dyer, Sutton
excavationclaudelaplanthe@live.ca

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

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

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

Service de Brise Roc Tramac 85
Brise Roc Huskie HH 2000

ENVIRO/SEPTIC



Ecoflo



Entrepreneur général

- Projets de maisons neuves
- Agrandissements
- Charpentes

Ventes : Frédéric Tremblay
Chantiers : Martin Demers
450 775-5630
maisonstrigore@yahoo.ca



RBQ: 8347-8230-39



www.restaurantlyvano.com

Spécialités pâtes & grillades

Créez votre propre
table d'hôte 4 services
Bières et vins vendus sur place

Magnifique terrasse sur la rivière

Réservation
450 298-1119

4, rue Principale, Frelighsburg

De juin à octobre, fermé le mardi

La main à la pâte : prendre un cours de poterie

Avez-vous déjà pensé suivre un cours de poterie et plonger vos mains dans l'argile? Bien sûr, tout de suite vous viennent à l'esprit l'aspect et la sensation de l'argile humide sur vos mains si propres. Ne vous en faites pas : l'argile ne tache pas et s'enlève sous un filet d'eau. Par contre, à l'aide de techniques simples, vous allez pouvoir développer votre sens du toucher. Vous savez, ce sens



qu'on a fini par oublier à force de toujours tripoter du plastique. Aidé d'un projet qui vous tient à cœur, vous allez confronter votre dextérité aux techniques que vont vous proposer des céramistes de métier. Vous voilà soudain dans un autre monde : laissez-vous faire, suivez votre processus créatif, personne n'est là pour juger quoique ce soit. Laissez-vous transformer par les gestes et actions que vous allez opérer dans et sur l'argile, car celle-ci est docile et se laisse faire. Après la phase de séchage de votre « œuvre », une étape importante viendra modifier à tout jamais votre travail. En effet, la première cuisson transformera l'argile sèche en céramique et cette transformation irréversible pourra traverser l'épreuve du temps.

Travailler l'argile demande une concentration certaine qui permet de nous dégager de nos préoccupations habituelles et de nos routines. Cette activité fait travailler le côté créatif de notre cerveau. Par contre, à certains moments, les deux côtés sont stimulés par la résolution de problèmes rencontrés. La coordination main et œil est, elle aussi, stimulée par le travail en trois dimensions. Cette activité encourage le développement des ressources créatives qui souvent sont enfouies dans nos routines quotidiennes. Prendre

de beaux risques avec sa créativité par l'intermédiaire de l'argile est une démarche qui, en échange, nous donne un sentiment d'accomplissement intense à travers la réalisation d'une œuvre unique ou d'un objet de tous les jours. Quel beau voyage que de partir d'une boule d'argile pour arriver à un objet fini!

Enfin, le bouquet final : la cuisson selon la technique du raku et, avec elle, l'aventure des risques et des émotions que procure la transformation du feu sur les couleurs. Le raku tire son origine au 16^e siècle, au Japon, pour la cérémonie du thé. À cette époque, des bols à thé étaient décorés par les invités, puis cuits avec la méthode qui est maintenant connue sous le nom de cuisson de raku. Ce qui caractérise ce type de cuisson est sa courte durée où la température de 1000 degrés centigrades est atteinte en 60 minutes. Le spectacle peut commencer, car à cette température chacune des pièces



est retirée du four à l'aide de pinces et déposée dans un récipient contenant du brin de scie. La glaçure en fusion qui recouvre les pièces est rouge orangé et l'ambiance est dans l'action. Quelques minutes plus tard, les pièces sont refroidies et les participants, en nettoyant leurs œuvres, découvrent les surfaces irisées et craquelées.

Un cours de poterie est un événement rassembleur qui



permet de voir autour de soi différentes manières d'entrevoir la création ainsi que diverses façons de résoudre les problèmes. Ces échanges enrichissent le processus créatif et la confiance. Les participants viennent souvent de différents horizons : d'une entre-



prise, d'amis ou de milieux familiaux. Néanmoins, tous y découvrent une ambiance chaleureuse, une expérience unique, un cadre hors norme et un endroit super stimulant.

Michel-Louis Viala
450 248-3527
michelviala@gmail.com

REMAX LAC BROME
450.242.1113

www.remoxlacbrome.com
www.remox-quebec.com
Remax Professionnel inc.
30-A Lakeside, Lac Brome, JOE 1V0

Sandra Williams
Courtier immobilier
T 450.242.1113
C 450.531.8464
sandra@remoxlacbrome.com

Nadia St-Laurent
Courtier immobilier résidentiel
T 450.242.1113
C 450.330.1930
nadia@remoxlacbrome.com



SERVICE LOCAL · CRÉDIBILITÉ · VISIBILITÉ INTERNATIONALE



Turkey Hill – Sutton | 829 900 \$
Résidence de prestige rénovée au goût du jour & superbe garage/studio. 14.5 acres, étang & vues. – Prestigious & impeccable property, 14.5 acres with gardens & pond.



Montagnais – Sutton | 379 000 \$
Superbe maison de campagne sur site de rêve, 4 càc, 2.84 acres, 5km du village! – Great country home in dream location, 4 bdrs, 2.84 acres, close to village!



Tibbits Hill – Lac Brome | 574 000 \$
Unique et lumineuse maison 3 càc sise sur 20 acres de terrain aménagé : étang & boisé. – This 3 bdrs home is unique & filled with light. 20 acres, pond & private wooded lot.



Soles – Lac Brome | 169 000 \$
Superbe terrain 8 acres avec vue et 2 plateaux pour construction. Entre Sutton et Knowlton. – Wonderful 8 acres lot with view & landing, between Sutton & Knowlton.



Holman – Lac Brome | 349 000 \$
Belle maison de campagne +/- 2000 p.c. sise sur un magnifique terrain aménagé de jardins et étang. – Nice country home +/- 2000 sq. ft, beautiful gardens & pond.



McCurdy – Lac Brome | 329 000 \$
Superbe ancestrale de 3 càc, bordée par rivière Yamaska, étang, jardins et vue. – Great 3 bdrs century home bordered by Yamaska river, pond, gardens & view.



Friars Lane – Lac Brome | 299 000 \$
4.2 acres boisé pour cette maison au style rustique. 3 càc et très grandes aires familiales. – 4.2 acres of wooded for this lovely country & rustic home. 3 bdrs, large & open family rooms.



Stagecoach – Brome | 199 900 \$
Belle ancestrale pouvant servir de bi-génération, 4 càc, cœur du village de Brome. – Nice century home with mother in law suite possibility, 4 bdrs, heart of Brome village.

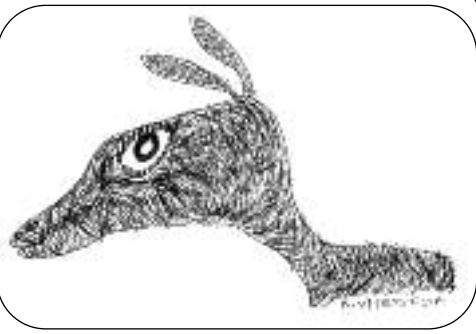


SYNERGÉTIQUEMENT

Bandes dessinées et musiques

Ce printemps nous sera synergique vaille que vaille. Il aura certes fallu un surcroît d'énergie pour passer non pas à travers la saison, mais plutôt pour venir à bout de ces élections provinciales lancinantes dont les résultats laissent pantois. Pensons ensemble à des figures ordinaires qui n'en sont pas moins intéressantes pour redémarrer...

Force de la nature urbaine, le personnage du bison – figure emblématique du gars tirant le diable par la queue et cherchant toujours une combine pour têter de l'alcool, des CHRONIQUES DU CENTRE SUD (Pow Pow) de Richard Suicide et William Parano saura vous déridier. L'opiniâtreté de l'insatiable personnage, l'écriture cursive autant que la verve underground des dessins surchargés de Suicide font mouche. Un panorama



du « patrimoine bâti », disparu du quartier varloqué par son embourgeoisement complet, cet ouvrage édifiant. Dans LE GRAND COMBAT (Futuropolis) de Zéphir, tout au fond des bois, voici un débrouillard de sculpteur ayant troqué les matériaux habituels de l'art pour ceux de la nature et de bidules glanés à la décharge municipale pour communiquer la sagesse sylvestre. Inspiré par le livre *Chomo : un pavé dans la vase intellectuelle*, Zéphir, très librement, offre un écho créatif à ce forcené de l'art brut avec quelques envolées graphiques magnifiques et une tempête modifiant l'œuvre en cours. Une tempête est également à l'origine du périple de l'écureuil Théodore dans LE MONT DES BRUMES (BD Kids - Bayard) du couple d'auteurs américains Susan Schade et Jan Buller. Ce livre animalier entre roman et BD plaira à toute personne prête à rebrasser le jeu de sa vie en étant curieux de ses propres limites et préjugés pour les dépasser. Cette grouillante trilogie de près de six cents pages propose un quatuor pouvant évoquer les musiciens de

Brême. Le plus beau restera de nous encourager à envisager l'impossible comme étant un potentiel. La rêverie proposée dans CUMULUS (Mécanique Générale) de Guillaume Perrault correspond à ce type de communication invraisemblable, mais possible avec un brin d'imaginaire. Cet album sans bulle nous fait gambader dans les pas d'un garçon esseulé qui remarque un petit nuage et entame avec lui une conversation proche du soliloque

afin de lui faire découvrir les environs. Le nuage finira par prendre le large en brisant une amitié pourtant prometteuse!

Les épreuves peuvent avoir un effet synergique dans le cadre d'une vie difficile en démultipliant la capacité d'adaptation. Exemplaire que PACO LES MAINS ROUGES, La Grande

Terre (Dargaud) de Vehlmann et Sagot dans lequel on collera aux basquets d'un condamné à perpétuité envoyé au bagnon en Guyane. Un enfer pour des prisonniers devant survivre, recréer amitié et amour – l'un d'eux dira : « Je suis le bagnon. ». Le dessin dépouillé et proche d'un David B quasi iconique rend ce calvaire prégnant. LE BEC DES CORBEAUX – Abattre Franco (Cambourakis) de Mikel Begona et Inaket illustre avec une apparente légèreté la trajectoire de deux anarchistes qui devaient, littéralement, faire sauter le dictateur espagnol. Rude histoire malgré un style pop puisque les deux gars, dont le coup rata, se firent juger terroristes et condamnés à la peine capitale. Ils furent exécutés au moyen d'un garrot aux allures médiévales à l'issue d'un ersatz de procès! Sur le fascisme, les rêveries poétiques et nos liens avec les animaux – tout un programme, L'HISTOIRE DE L'OURS (Futuropolis) le livre entre peinture et BD de Stefano Ricci fait figure d'album aussi rare que précieux quant à pousser nos réflexions en

n'hésitant pas à se perdre ici et là pour faire surgir de nouvelles clefs. L'homme qui a vu l'ours; ou bien qui aurait compris son message?!

Dans le splendide noir, blanc et bleuté d'ÉLOI (Actes Sud – l'AN 2) des Bretons Grouazel et Locard on verra, ça se passe vers 1837 en Nouvelle-Calédonie, des blancs ramener un « échantillon » de sauvage sur leur navire. Une véritable galère pour cet Éloi qu'on tente, stupidement, de réformer à la civilisation... MOBY DICK, Livre premier (Vents D'Ouest) de Chabouté, maître en noir et blanc, présente une grave relecture du classique. On retiendra l'acharnement et l'imbécillité du capitaine souhaitant se venger du cachalot qui lui a bouffé une patte dans un combat que lui-même avait provoqué. Encore une fois l'humain se distingue par son gros ego. Biographie BD hautement recommandable d'un conteur fascinant : STEVENSON, LE PIRATE INTÉRIEUR (Dupuis) de Follet et Rodolphe. L'humour d'un PALMER EN BRETAGNE (Dargaud) dans une enquête foireuse du privé dépassé dans lequel il est question de mégas porcheries vaut le détour. On connaît bien ces conglomérats de cochons au Québec; polluant jusqu'aux nappes phréatiques qui nous sont pourtant essentielles. Que dire de MÉGABRAS (Fluide Glacial) de Bouzard? Tout un pastiche du super héros avec, notamment, Super Glinglin le nain sodomite. À l'instar de Pétillon, Bouzard accumule les personnages au sommet du ridicule.

La musique ska world de COLLECTIVO, Jaune Électrik (Slam Disques) est remarquable. La réalisation du champion du dub Vander avec le groupe brille de tous ses cuivres et percussions – sans parler de l'accordéon de Joe Evil (Grimskunk). *Le Zoo* nous ramène à notre nature première! Pour accompagner nos mélancolies avec beauté CATHERINE LEDUC, Rookie (Grosse Boîte) n'a pas son pareil. Par exemple? *Les vieux hiboux*.

Ramon Vitesse

Going with the Flow

This year is the 35th anniversary of my first meeting with David Bowie, my first important professional interview, and also of my nick-of-time conversation with Ragtime legend Eubie Blake. So I'm thinking once again about the infinite richness of possibility and about what widely different awarenesses of choosing each of us brought to our encounters.

Evolution certainly hasn't had time to equip us with tools

for effective engagement with the modern world. Most of the history of our species was spent on African savannahs, where the decisions we had to make were rather primitive. (Q: What should I be when I grow up? A: A hunter-gatherer.)

And even when our prospects finally became a bit more complex a few millennia later, most of humankind was still being defined by the circles into which they were born.

(Boys would take after their dads, girls after their mothers.) So the modern world hasn't existed as long as we tend to think. Eubie Blake remembered when there was either live music, or the mechanical piano, or no music at all. He was 96, still demonstrating his gift in performing on real pianos, still smoking unfiltered Pall Malls one after another. He had been too old to fight in World War I.

(continue next page)



FORGED'OLL
L'ART DU FEU
ARTS OF FIRE

www.FORGEdOLL.com

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

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

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

19 Principale Nord Sutton 450 538 1444



**BISTRO
BEAUX LIEUX**

Salle privée pour réception
de 15 à 30 personnes.
Terrasse extérieure



Restaurant
Jusqu'au 23 juin: jeudi au dim. à partir de 17 h
À partir du 24 juin: mardi au dim. dès 17 h

www.bistrobeauxlieux.com




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

1900-1900-1900
1900-1900-1900

I asked him what he would do first if he could be dictator for a day. He thought, but only for a moment: He would legalize abortions. "I think every human being should own his own body."

His parents had not owned their bodies. They had been slaves. Eubie was the first baby to survive of the 11 his mother had had. His father, though, was used as a stud and knew for sure of 27 children with his genes.

'Freedom of choice' became globally pervasive as a concept only within living memory, when the entire world began to mirror its variety on screens that may already outnumber people. So what protects us from the shock of choice-overload? I have become convinced that it is what Gurdjieff called 'sleep' and what Toronto psychotherapist Adam Crabtree called 'trance', both individual and cultural — the spell of conformity.

When I fell in love, I was entranced, and the field of my potential partners plummeted from countless to one. Being reborn in Christ seems to result in equivalent euphoria and in similarly radical simplification. So does devotion to an innate gift — which must have served to protect the intensi-

ties of both Blake and Bowie.

Bowie, though, was unconstrained. He was an intuitive chameleon. For him all the world was a stage for his varieties of music, of acting, of art. How could he possibly decide what to do next with any kind of commitment?

Well, one way was to recognize that there was a flow to what was working in his life ... and to go with it. He said he often looked for clues in his most recent project that might indicate what his subconscious wanted him to do next.

Going with the flow is an alignment that may come ever more naturally to us as we age, especially once we get past the 'midlife crisis', which can be a time of fearful judgment. I remember comparing that state with a wonderful Canadian singer named Ann Mortifee when she suggested we pause and go for a walk "and see where we end up." Funny how such a simple surrender can change your life.

A good friend who had suffered a series of calamities, turned them around as best she could by asking — demanding — "What am I supposed to learn from this?!" I believe the attitude served her well.



But why? Another versatile rock star, former Genesis front man Peter Gabriel, may have said it best: "I find that when I'm making right decisions, a lot of coincidences work in the direction I'm going, and when I'm not, I have to deal with a lot of obstacles. So I think I get indications..."

Restless Robert Plant would concur; the former front man of Led Zeppelin said that for him the hard part was knowing when and where to stop exploring. "It's like a baby that won't stop crying. You don't know whether to stifle it or buy it another ice cream."

So, yes, there's always thought behind what he does and how he does it, but behind is where it stays. "Control is a wonderful thing," he said, "but letting go is the primal scream."

Is there turbulence in your life? Consider letting the flow take you for awhile. And keep an eye out for benevolent coincidences.

Wilder Penfield

Synchro 101

Une lectrice, madame Renée Larouche, nous a adressé le message suivant :

« Je trouve très amusant de découvrir l'origine de certaines expressions courantes ou de moins en moins utilisées, par exemple **Nous n'étions que 3 pelés et 2 tondu et C'est la croix et la bannière** ». La première expression, comme l'indique justement Mme Larouche, signifie qu'il n'y avait pas grand monde à une réunion quelconque ou une manifestation, ou encore, un spectacle.

Une connotation péjorative s'attache aux personnes présentes, considérées comme des gens sans intérêt, des avares, des miséreux, en somme, des citoyens peu fréquentables... il fallait bien de se prémunir contre une invasion de teignes!

Quant à l'origine de cette expression, la paternité en revient à l'illustre écrivain du XVI^e siècle, François Rabelais, qui énonçait dans le même sens une formule légèrement différente, mais qui veut dire la même chose : « *trois teigneux et un pelé* ».

*

La seconde expression, « *c'est la croix et la bannière* », nous vient de l'italien et a été attestée en français au XV^e siècle. En ce temps-là, lors des grandes fêtes de la chrétienté, on portait la croix représentant celle du Christ en tête de tous les cortèges, et on voyait défiler dans les rues des religieuses, des prêtres et des moines s'accompagnant de reliques de saints ou de bienheureux dont on attendait la canonisation. Dans ces professions, on portait en outre une panoplie d'étendards et de bannières en honneur de la Vierge Marie ou portant les couleurs de la paroisse, d'une association de laïcs, ou d'une confrérie...



Ces manifestations de foi n'étaient pas faciles à organiser : d'énormes baldaquins encombraient les rues et donnaient lieu à des rivalités de préséance. Alors, si c'est *la croix et la bannière*, c'est le capharnaüm!

L'expression évoque aussi le temps des croisades, alors que chevaliers et templiers, lourdement armés, souvent munis d'un imposant attirail de défense allant de l'armet (casque couvrant la face, le cou et la nuque), à la

spallière, au plastron, à la cubitière, la tassette (qui protégeait le haut des cuisses), le gantelet, le cuissot, etc.

Certains combattants devaient être hissés au moyen d'un système de poulies et de câbles et déposés sur leur cheval, la pauvre bête étant elle-même cuirassée. Le chevalier qui tombait de sa monture était incapable de se remettre debout... pas toujours commode l'armure!

Et la synchro, alors? Entre les lignes, peut-être? Il y avait sans doute autant de *monde* sur la *cabèche* des quatre infortunés compères que dans les professions de foi et les champs de bataille du XII^e siècle...

Richard Chevalier Weilbrenner
doublevey@endirect.qc.ca



La Boucletterie
Salon Coiffure
450 405-8103

Mélanie Labonté

Disponibile avec ou sans rendez-vous
Mardi au samedi

Available with or without appointment
Tuesday to Saturday

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

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

ALBAN HOULE ET FILS INC.

**FRUITS & LÉGUMES
DÉTAILLANT ET GROSSISTE**

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

**NOUVEAUX !
SÉLECTION DE FRUITS ET
LÉGUMES BIOLOGIQUES**



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

Tél.: (450) 538-2634 Téléc.: (450) 538-8330
DE PÈRE EN FILS YANIK HOULE, PROP.



**RESTAURANT BAR
CUISINE FRANÇAISE**

TERRASSE CHAUFFÉE

SPÉCIAUX DU MIDI 9⁵⁵

EN SOIRÉE

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

Ouvert 7 jours
Le midi de 11h30 à 14h00
Le soir de 17h à la fermeture

Lionel et Ninon Demontis
30 PRINCIPALE SUD, SUTTON
538-3045

lioneldemontis@hotmail.com
f Restaurant à La Fontaine

La bande dessinée traduit le temps en éclipse. Jouons avec Québec; cité synchro avec ce nid d'art intemporel ...

Synchro... nid...Cité. ;)



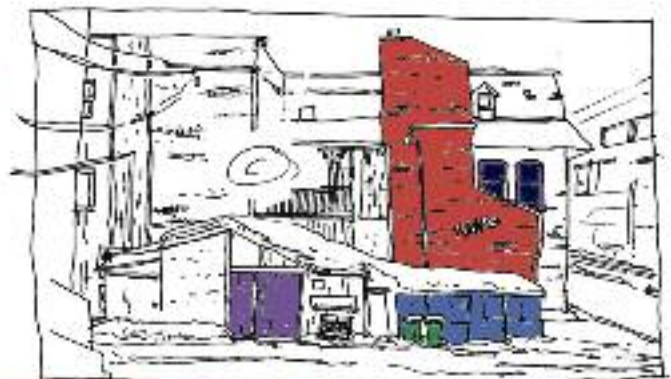
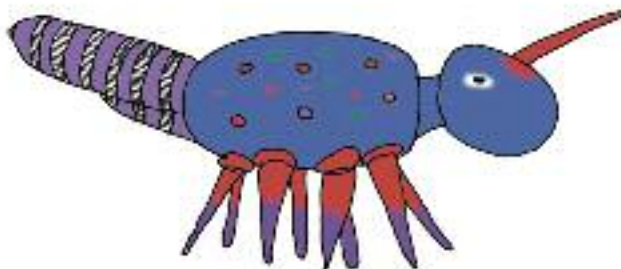
Les couleurs, de Fernand Leduc et sa recherche sempiternelle de la lumière.



Avec le fleuve et Jean-Paul Lemieux, la synchro est facile.



Alfred Pellan et ses drôles de bibittes. Certains quartiers, hors des circuits, fourmillent de belles surprises sur lesquelles le temps n'a pas oeuvré.



Et avec un peu de couleurs, des recoins deviennent enchanteurs.

Bien entendu, impossible de ne pas penser à Riopelle.



lemardele.com

MO-FER
SCULPTURES POUR VOTRE JARDIN

450 204 0370
MO-FER.COM

DU 24 JUIN AU 1ER SEPTEMBRE
SUR RENDEZ-VOUS À PARTIR DU 2 SEPTEMBRE
DIRECTIONS SUR LE SITE

Lanne marie
Chagnon

Art à porter fait à la main au Québec,
disponible chez Vert Partout

Vert partout
Design écolo recyclé

19 Principale Nord, Sutton
tél: 450-538-8378

FEELING LUCKY



This article starts with the story of how I met my wife 'S.' in India and of how the 'Universe' was setting the canvas for this story to unfold. I don't really understand how synchronicity works, but there is a part of me that still feels that this story has that 'it-just-had-to-be' feeling to it. This story is about allowing things to unravel, without even trying to make it work out or giving it directions or meaning. I believe that synchronicity is a leap of faith, a smile of understanding between me and no one in particular. It is a mystery that I keep to myself.

I was in Varanasi two weeks prior to meeting the woman that would become my wife. While walking around, I met a Holy Man; a man who I came to believe had a very special gift - he seemed to be able to read what was in my heart. He was lecturing a few of us on his own view of life, on how everything we encounter on Earth is but the universal play of Shiva-Shakti, the spirit of male-female balance. Suddenly, in mid-sentence, he stopped, looked at me and said: 'That is what you are looking for'. Two weeks later, I met my wife.

After spending a few days at a Buddhist retreat, 'S.' and I had already made plans on our own to travel in different directions but promised to meet up in Rishikesh six days later. The day I took the bus to Rishikesh, 'S.' sent me an e-mail telling me where she was staying on the right bank of the Ganges River. And so after an 18-hour Indian bus ride, I arrived in Rishikesh at 7:00 a.m. After a coffee at the German Bakery, I began to walk toward her guesthouse with the intention of surprising her. The street was empty, apart from the shopkeepers busy opening up their stalls. To my great surprise, there was 'S.', walking towards

me.. Although we had planned to meet at the German Bakery, she was also quite surprised to see me coming toward her as she had moved to a guesthouse on the left bank of the Ganges the evening before, while I was on the bus. It did not make sense to her, nor to me! I had obviously read the e-mail. To this day, for me, it is still a mystery. For 'S.', I just got lucky!

So choose a comfortable sitting position, and set a timer next to you for 15-20 minutes, in which time you may use your own technique to stabilize and settle the mind. Prior to your meditation (or during it if you feel more adventurous), have your memory recall a moment in your life where something happened that was beyond your basic comprehension. Then, allow yourself to sink into this feeling of mystery by letting the story unfold. There may be thoughts and reflections that still try to explain away or interpret the experience. The exercise is to try to stay with the knowing instead of the understanding, trying to sense that part of you that knows without words, without justification and without judgement. That 'space' may only last a brief moment, but it may allow you, in that moment, to deepen the experience of letting go. Letting go of the need to understand and to interpret, leaving you with the quite simple and tranquil awe of Presence. And if that doesn't really work out that way, you may simply end up with a smile that comes with knowing that Lady Luck was on your side that day. And Lady Luck is also kind of nice.

Daniel Laberge

« Synchronicité Papillon »

(Ce qui suit est une abréviation de mon journal intime du 2 octobre 2008. Les noms des personnes ont été modifiés. Pardonnez mon français amériquébécois, s'il vous plaît.)

Dear Diary... J'ai parlé ce soir avec Lynne, la mère d'Angela. J'ai téléphoné à Lynne parce que je vais aller au Québec la semaine prochaine et I want to bring Angela's ashes with me to Quebec, but I have not received them yet.

Après avoir reconnu ma voix, les premiers mots de la bouche de Lynne étaient: "Hi Professor! I was just thinking about you! I was going to call you. It must be synchronicity."

Elle m'a dit qu'elle avait déjà mis les cendres d'Angela à la poste il y a juste deux jours.

Elle a dit, "I was going to phone you tonight, to tell you about what has happened in the last week. It's about Angela and... synchronicity."

Puis Lynne m'a dit qu'elle allait déménager en Caroline du Nord dans quelques jours. Et elle m'a dit que la semaine dernière, quand elle est allée dans la chambre d'Angela pour emballer certains des possessions d'Angela, elle a remarqué qu'il y avait un magazine ouvert sur la table de nuit. It was as if Angela had left the magazine there, for her mother to read.

Lynne a dit, « I wanted to read what Angela was reading, trying to be closer to her, you know ».

Elle m'a dit que, in the magazine story, et écrit dans le milieu de la page en grosses lettres, étaient les mots : 'I WILL COME TO YOU AS A BUTTERFLY.'

When she finished reading this story she was a little weepy, and that is when she decided that she should go for grief counseling. Alors elle est allée sur l'Internet, pour trouver un centre de conseils dans la petite ville où elle va vivre en Caroline du Nord. Elle a trouvé deux centres de conseils. She will go to the one called Butterfly Counseling Center!

Lynne m'a dit que le jour après cela, elle est allée rendre visite à son ex-mari, le père d'Angela, et elle lui a parlé à ce sujet. En réaction, il ne dit rien et son expression faciale est resté blank. Puis Lynne a remarqué que sur le mur derrière lui était une photo d'Angela, et sur le mur dans la photo, derrière Angela, était un ornement de papillon. Elle s'exclama, « Look, there is a butterfly in that picture of Angela » !

Ce fut une autre coïncidence significative pour Lynne. Mais oui, another meaningful coincidence - but once again it did not make a great impression on Angela's father.

Lynne m'a dit que quelques jours plus tard, le père

d'Angela a décidé de se rendre à son chalet au Nouveau-Brunswick - un endroit où il espérait se sentir plus proche d'Angela, parce que Angela a tellement aimé ce chalet. While he was driving he was missing Angela, and he began to cry. Il ne pouvait pas conduire en pleurant. Alors, il s'arrêta où il pouvait prendre une marche sur la plage. He was walking on the beach and thinking about how he wanted to be with his daughter, who loved the beach so much. À travers ses larmes, que voit-il venir à lui? He sees a butterfly, un grand papillon monarque. Quelles sont les chances de voir un papillon monarque, flottant sur une plage venteux de l'océan? Quite a coincidence, wasn't it? Toute une coïncidence significative.

Après avoir fini notre conversation, after we said goodbye, je suis allé utiliser la salle de bain. While I was washing my hands, pendant que je pensais à la répétition des coïncidences de papillon, j'ai remarqué un morceau de bijoux reposant sur le lavabo. It was a pin that I had never noticed before, that belonged to my daughter. It was a butterfly. Encore, un papillon.

One might say that the universe was communicating something. Synchronicité.

John Jean



IGA *vive la bouffe*
food is everything



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




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

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

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

Produits naturels et Biologiques



Health food store

1, rue Principale N. à Sutton depuis 1972

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

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

Dérobe-moi
Collections
Printemps/Été

URBAINE
des Champs
Créations québécoises

10-3, rue Principale, Sutton 450 538-2573
Suivez-nous sur facebook www.facebook.com/urbaine.d

AU RENDREZ-VOUS DE LA MODE

VÊTEMENTS et CHAUSSURES HOMMES et FEMMES

Chaussures Merrell, Columbia, Crocs, Skechers, Hush Puppies, Snuggly's.
Vêtements Merrell, Mexx, Columbia, Bianca, Marco, IDO, Powder Room.

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

Synchronicity...another facet of Quantum Physics!

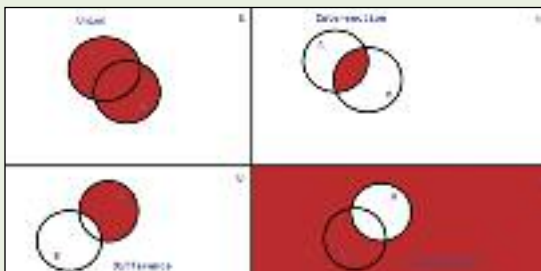


Hola! all of you loyal readers. You are right to suspect that I am trying to implant Spanish vocabulary into my aged brain. As much as I am mandated to write on the design aspects of our perceived reality, this missive will be on a more abstract level than my usual ruminations.

Our esteemed editor, the “poly-faceted” Denis Boulanger has chosen one of my favorite words as the theme of the summer edition of Le Tour!

I can just hear the ancient philosopher Plato whispering his important phrase in my ear, ‘Define your words!’ In my wish to heed his words, I rush to today’s oracle, Google, and discover that our favorite shrink Carl Jung, invented the word Synchronicity. He says that Synchronicity is our structuring of meaningful relationships between apparently unrelated events, usually by our sympathetic/empathetic definitions. Interestingly, the synonym is disambiguity! I surmise that means our personal structuring of usually ambiguous events, or even our perception of ordinary events into *personally meaningful* happenings.

A few winters ago, *en route* to Toronto by train - the only way to go in the winter, I noticed the very professorial looking man sitting across from me had a case with a Physics logo on it. When I asked him if he knew about



Quantum Physics, he sat up abruptly and said that he *taught* Quantum Physics. The first thing he tells his first class is that *everyone must forget everything they know about Physics*, and open their brain to a different way of thinking. I then asked if he knew of the movie: *What the Bleep do we know?* He hadn’t, so I promptly offered him my copy for his Macbook for the next 2 hours of engrossing viewing.

Essentially, Quantum theory states that in another reality, there is really no distance between disparate events and people. Please do pursue these ideas, dear reader, and your brain will ache, as it expands! I promise the strain will be worthwhile!

Synchronistic events will occur eventually or will be perceived more readily if you put aside any skepticism and allow your inner voice to guide you toward understanding and aiding its occurrence. When you explore the Google reports, you will read about Deepak Chopra, Michael Talbot, Dr. Allan Hunter, and many others who will tell you to recognize the power of coincidence. Others will tell you that when you align your view of your Life’s purpose,

you will begin to understand many events that will aid you in that pursuit.



Deepak Chopra



Carl Jung

At any rate, we will become aware that a small percentage of our very being will influence changes and will result in our goals becoming more easily achieved. I know this sounds somewhat flakey, but there are thousands of examples to illustrate the phenomena. Amusingly enough, as I started to research this, by opening up the first notations of Carl Jung, I was listening to my favorite group Pink Floyd... and what was the first song, but: *Us and Them!* This is essentially a poetic exploration of Set Theory, and the Mobius concept of *within is the same as without* - another illustration of the togetherness of everything. Now, the real experience of reading about Synchronicity... and simultaneously my hearing a musical example was only apparent to me, sensitive as I was at the moment. Still, it was a stunning example of this connection!

A more pertinent event happened last week, as I was preparing to be in Lima for the PeruModa & Gift Show for my Pima Cotton bedding importation. We were researching Peruvian essential fragrant oils and aromatic herbs to provide a special sachet and scented candles as accessories. Questioning our Peruvian friends both here and abroad proved fruitless so I called the owners of a very special B&B in the Sacred Valley of Peru: Paz Y Luz that I know.



They promptly replied that they had friends in their town of Pisac who were very knowledgeable on the subject. Consequently, we plan to visit them after the business in Lima.... Synchronicity in action again!

You will have to read my next letter in the fall edition of Le Tour to find out the results... Stay tuned! And I mean that on all levels!

Colorfully yours,
Aurélien Guillory

WWW.CHARPENTERIEDUQUEBEC.COM

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

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

SUTTON 450 775-0982

Salle Alec et Gérard Pelletier



C'est une bien pauvre mémoire que celle qui ne fonctionne qu'à rebours, « *Through the looking Glass* », Lewis Carroll.

Pour le commun des mortels, il est difficile d'associer Pauli, Einstein et Jung dans une discussion à propos de la théorie cognitive, en lien avec mon élan au golf, mais c'est pourtant ce qui me vient initialement à l'esprit. Souvent, il n'y a que moi qui vois que les éléments qui semblent directement reliés; la plupart du temps, ils ne semblent s'associer que par pure coïncidence. C'est peut-être plutôt parce que c'est toujours l'hiver, à la mi-avril, et que je regarde mes bâtons de golf avec convoitise.

Un des grands avantages d'être directeur de la Salle A.G. Pelletier est de constater le nombre de rencontres fortuites qui se transforment en événements concrets; et d'avoir la capacité d'y donner suite. Pas étonnant qu'il m'arrive souvent d'avoir l'impression que mon travail consiste surtout à dire « oui ».



Le 7 mai, le groupe anglais « LUCID » sera en représentation à la Salle. Grâce à un concours de circonstances qui implique un courriel au bureau d'information touristique de Sutton, puis une rencontre Facebook avec le bassiste de Portsmouth, nous avons découvert que nous avons beaucoup de points communs – j'ai déjà donné des classes de maître en composition à Chichester, près de Portsmouth. Résultat, j'ai très hâte de rencontrer un ami que je ne connais pas encore. Il faut aussi dire qu'il a perdu une gageure avec moi sur l'issue du match de curling pour la médaille d'or entre la Grande-Bretagne et le Canada. Il y aura donc une « conséquence » de nature musicale qui reste encore à déterminer.

La saison d'improvisation musicale se terminera par la finale, le vendredi 23 mai. D'ailleurs, la Ligue d'improvisation du village fera une apparition le vendredi 6 juin – avec certains aspects d'improvisation musicale. Nous

espérons que cette soirée stimulera les troupes et que la LIV sera de retour pour la prochaine saison... puisque la Salle, et de nombreux amateurs, s'en ennuient beaucoup.

Forte d'un début triomphant – qui a à voir, encore une fois, avec la chance et une conversation spontanée avec Paul Dorion, un être totalement dingue que j'adore – se tiendra une deuxième soirée de slam poésie, le samedi 7 juin. La première soirée Slam ton Sutton fut tout à fait fantastique, et j'espère pouvoir l'inclure à la programmation régulière, pour la prochaine saison.



Notre collaboration se poursuit, avec la Ville de Sutton, pour la présentation du ciné-parc. La première soirée se tiendra le vendredi 13 juin, au parc des vétérans, face à l'hôtel de ville. Nous y présenterons le film « *Fantastic Mr. Fox* » (en anglais avec sous-titres français)... une autre bonne occasion pour passer une belle soirée en famille, sous les étoiles, grâce à Nathalie Mirault et Karina Sasseville.

Parlant de coïncidences... Karina est responsable de la programmation et du déroulement des jeudis ciné-cabaret. Sébastien Breton, sa douce moitié, a travaillé à la salle comme technicien de son. C'est de cette façon que nous avons découvert qu'il était un excellent batteur, chanteur et guitariste... Depuis – au cours des neuf derniers mois – nous avons donné ensemble 30 spectacles.

Au fil des événements, avec Simon Esterez à la basse et à la guitare, nous sommes devenus le groupe maison de la salle : Les Alec 'n' Gerries. Pas mal pour une série d'associations et de rencontres apparemment aléatoires.

Lors d'une prestation, à Noël l'année dernière, j'ai rencontré Jean de Grosbois, membre d'Espace Sutton. Il a alors mentionné qu'il s'occupait d'un festival de musique traditionnelle. Et voilà que ce festival sera de passage chez nous, les 16 et 17 août. Coproduit par la Salle A.G. Pelletier et Espace Sutton, s'y grefferont une pléiade d'événements, aussi bien à la salle qu'au parc des vétérans. Permettez-moi de conclure avec une citation de Jung. Pour le plus grand bonheur de John Ofrias.

« *Lorsque les coïncidences s'additionnent, on ne peut s'empêcher d'être impressionné, car plus elles sont nombreuses ou inhabituelles, plus elles sont improbables.* »

Michael Hynes
Traduction Anne-Marie Courtemanche

Osteopathie
Catherine Foisy

Des soins de santé globaux pour une clientèle variée

douleurs au dos et au cou
douleur sciatique

maux de tête et migraine
stress, dépression, anxiété

troubles uro-gynécologiques
troubles digestifs

suivi de grossesse
troubles chez le bébé et l'enfant

Centre du Soleil
58 Principale N., Sutton
450 558-3943
www.osteocatherinefoisy.com

CONCEPT
Touché Finale

PROFESSIONNELLE
DES PIEDS ET DES MAINS

Soins professionnels
traitements spécialisés

Michèle Lizotte
Technicienne en pose d'ongles

NOUVEAU

Déménagé dans un
nouveau local plus
spacieux et plus privé.

Sur rendez-vous · Certificats-cadeaux

27, rue Pleasant, Sutton (450) 538-2222
Accès pour personnes à mobilité réduite

YOGA
SALAMANDRE

SÉJOURS DE YOGA EN NATURE

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

151, chemin Brandy, Lac-Brome
514.659.7213 • 1.800.963.1865
yogasalamandre@gmail.com
www.yogasalamandre.com

LE YOGA
EN ÉTÉ
c'est ici que
ça se vit !

Le 23 juin fêtons notre
arrivée en Estrie : Jaya del luz !

Union
avec la
nature



Drôle de synchronicité!

À la fin du 19^e siècle, le puritanisme victorien et la rigidité des conventions régissent les comportements sociaux y compris les loisirs qui doivent être bienséants. Les villageois de Sutton respectent ce code de conduite de sorte qu'on les imagine mal applaudissant des artistes de cabaret. Ces deux réalités sont à ce point incompatibles qu'elles ne peuvent, nous semble-t-il, être concomitantes, c'est-à-dire se produire simultanément, en synchronisme. Et pourtant...

Le registre de l'American House, l'hôtel de Robert Curley, situé rue Principale au pied de la rue Maple, nous apprend que Sutton est sur la route des troupes ambulantes qui se produisent dans les petites localités américaines et canadiennes. À au moins trois reprises en 1899 et 1900, des inscriptions révèlent la venue de telles troupes. Le 20 septembre 1899, la Frost Stock Co. est en ville; le 7 mai 1900, German Remedy du Professeur Howard Curtis prend l'affiche; le 1^{er} octobre 1900, c'est au tour de la Gormand and Ford Stock Co. de se produire.



Le registre indique que les représentations ont lieu au 2^e étage de l'hôtel de ville. D'abord utilisé comme école secondaire, il a été aménagé en salle de spectacle après la construction de la Sutton Academy en 1885.

Que présente-t-on aux résidents de Sutton? Du vaudeville fort probablement, un théâtre de variétés très populaire aux États-Unis et au Canada entre 1880 et le début des années 1930. Le vaudeville à l'américaine est différent du vaudeville à la française. Ce dernier est une comédie légère fondée presque uniquement sur l'intrigue et le quiproquo, parfois entrecoupée de couplets chantés. En Amérique, le spectacle de vaudeville réunit, sur une même affiche, des numéros n'ayant pas nécessairement de liens entre eux. Il peut tout aussi bien s'agir de numéros de cirque avec ou sans animaux que de sketches comiques, de danse, de chant, de magie, voire de « freak show ».

À l'origine, les spectacles de vaudeville étaient réservés à un

public adulte, majoritairement masculin. Afin d'attirer un public plus large, comprenant des femmes, voire des enfants, certains producteurs montent des « clean shows » exempts de vulgarité et de matériel osé. Les numéros burlesques exposant la nudité féminine n'y ont pas leur place. Le vaudeville ne montre pas, tout au plus, il suggère. Sutton n'a vraisemblablement accueilli que des « clean shows ». La société suttonnaise de l'époque, très victorienne, n'aurait pas accepté de tels écarts.

Le spectacle German Remedy appartient vraisemblablement à la catégorie des « medicine shows ». Il est gratuit et il donne la vedette au « Prof. » Howard Curtis. Son titre fait référence à un remède allemand, ce qui, au tournant du 20^e siècle, donnait de la crédibilité. Les numéros de variété des « medicine shows » sont un prétexte pour vendre des potions et élixirs miracles à base d'alcool, aux noms pseudo scientifiques ou faussement chamaniques, pouvant guérir à peu près tout et ralentir le vieillissement.

En septembre 1899, la Frost Stock Co. présente Peck's Bad Boy, un spectacle inspiré des histoires écrites par George W. Peck à la fin du 19^e siècle. D'abord publiées dans des journaux, ces histoires ont été regroupées sous forme de livre, puis adaptées pour la scène. Le héros est un jeune garçon espiègle du nom d'Henry qui joue des tours pour le seul plaisir de créer du grabuge. Une de ces cibles favorites est son père que les mauvais coups du fils font mal paraître ou placent dans des situations embarrassantes. L'épicier du coin a aussi fait les frais de ce mauvais garnement. Pas étonnant que cette matière ait intéressé le monde du vaudeville qui met en scène les frasques du jeune Henry et les déboires de ses victimes en utilisant une langue populaire et en multipliant les sous-entendus.

Les adaptations théâtrales des sketches de George Peck ont connu un énorme succès et ont circulé pendant des décennies dans toute l'Amérique. Elles ont donné naissance à une multitude de produits dérivés et à plusieurs adaptations cinématographiques.

La compagnie Gormand and Ford a aussi offert à la population de Sutton un succès planétaire : le mélodrame East Lynne, adapté d'un roman d'Ellen Wood paru en 1861. L'intrigue, scabreuse pour l'époque, raconte la fuite d'une Lady avec un aristocrate séducteur qui l'abandonne après lui



avoir fait un enfant. Déguisée, la malheureuse se fait embaucher comme gouvernante dans la maison de son ex-mari et de sa nouvelle femme.

Les adaptations scéniques de East Lynne ont été si nombreuses qu'un critique a estimé qu'une version ou une autre de la pièce a été à l'affiche chaque semaine pendant 40 ans en Angleterre et en Amérique du Nord. Sutton a eu sa semaine! Le cinéma s'est également emparé de cette histoire dès l'époque du muet.

Les trois troupes qui ont séjourné à l'American House en 1899 et 1900 ne sont sûrement pas les seules à s'être produites à Sutton. Le temps a tout simplement effacé leurs traces. Il faut dire que les compagnies ne plaçaient pas de publicité dans les journaux régionaux. La nouvelle qu'une troupe

s'amenait, transmise de bouche à oreille, suffisait, semble-t-il, à attirer les foules qui ne demandaient pas mieux que de rire un bon coup ou de pleurer à chaudes larmes.

Les commerçants, eux, se frottaient les mains : dix artistes qui séjournent pendant une semaine comme ce fut le cas en octobre 1900 lors de la tournée de la troupe Gormand and Ford, c'est bon pour les affaires! La municipalité en retire également des bénéfices. Un règlement adopté le 4 mars 1897 impose une taxe d'amusement « payable in advance ». Avec un prix d'entrée de 25 ¢ ou 35 ¢, probablement un peu plus pour les spectacles de cirque, les salles doivent être bien remplies pour qu'une troupe fasse ses frais. Elles devaient l'être puisque Sutton était sur le circuit des grands succès de l'heure et de troupes ambulantes bien établies.

Jeanne Morazain est présidente de la société d'histoire Héritage Sutton qui publie deux fois l'an les Cahiers d'histoire/History Sketchbooks. On peut se procurer le dernier publié, le numéro 20, à Sutton, au Cafétier, à la boutique Farfelu et à la galerie Art libre; à Knowlton, au Musée de la Brome County Historical Society; et à Stanbridge East, au Musée Missisquoi. Pour les numéros antérieurs, il faut communiquer avec Héritage Sutton au 450 538 322 ou à heritagesutton@gmail.com. Chaque numéro se vend 5 \$. Pour connaître le sommaire des cahiers déjà publiés, consultez le site web www.heritagesutton.ca qui propose également des photos anciennes, un Espace jeunes et une banque d'archives que l'on peut interroger.

1) Aujourd'hui le Centre John-Sleeth sur la rue Academy.

Jeanne Morazain

Stores Sutton.com

Stores alternatifs **RÉDUCTION 40%**

Choix de 120 couleurs **RÉDUCTION 35%**

VASTE CHOIX DE TOILES • STORES • PERSIENNES

Toiles solaire **Solar Shades** jusqu'à **40%** de réduction

Absorption Solaire **Solar Absorbtion**

Réflexion Solaire **Solar Reflexion**

Transmission Solaire **Solar Transmission**

disponible Available: 1%, 3%, 5%, 10%

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

Tél.: 450 538-5151 34, rue Principale Nord Sutton, Québec, J0E 2K0 Jeudi au samedi 10h30 à 16h Dimanche 12h à 15h

Courriel: gilles.desjardins@rogers.com

kokûn interiors

space, transformed

kokûn design 12, rue Principale Nord, Sutton 450.538.6116 kns@kokundesign.ca

Le corps inexplicable...

Dès que je commence à travailler les hanches de ma cliente, la chanson thème de l'émission de télévision anglaise « The Friendly Giant » se fait entendre. Toute petite, j'écoutais cette pièce musicale sans la comprendre, fascinée par les meubles miniatures que le géant déplaçait tendrement en racontant ses histoires. La jolie berceuse tourne et tourne dans ma tête. Et insiste. Ce genre d'occurrences simultanées, même si elles peuvent paraître anodines, sont un précieux cadeau.

Bien que l'intégration structurelle par le Rolfing soit une forme de thérapie corporelle ayant pour but l'équilibre et l'alignement postural et l'optimisation des mouvements, je reste toujours attentive à ce qui peut survenir en périphérie des sessions. L'expérience m'a appris que c'est bien souvent là que sont réfugiés de puissants déclencheurs. Ce sont des éléments sur lesquels s'appuient les transformations les plus profondes, bannis de la conscience par la raison, mais restés bien vivants dans le corps et dans le subconscient de mes clients.



Dans le cas présent, il s'agit d'une musique surgie de « nulle part » pendant que je travaille. Il arrive aussi que ce soit le client qui ait ce genre d'expérience synchronique : un rêve, une image, une parole, une lecture, une rencontre, quelque chose qui entre en résonance avec le processus de Rolfing et lui confère une nouvelle dimension.

Car le corps est mystérieux. Fait de matière, il incarne totalement et complètement l'âme. Le relâchement et l'harmonisation de l'un sert l'expansion de l'autre. Lorsque le corps cherche à s'ouvrir, des forces inexplicables se manifestent pour soutenir, à leur manière, ce mouvement d'intégration et de guérison. Cette relation directe est indiscutable. Elle existe, tout simplement.

Je laisse mes mains faire leur travail de manipulation autour des hanches de ma cliente. J'en contiens les tissus, les étire doucement à l'aide de pressions soigneusement appliquées, précisément calibrées et



orientées. J'invite les articulations à explorer plus d'ouverture, les muscles qui les entourent à se détendre afin de permettre à tout le corps de mieux répondre aux exigences de la posture verticale, de se mobiliser de manière plus fluide et plus efficace.

Surtout, je laisse la comptine du géant porter mon travail comme si je la chantonais au creux des chairs que je touche, pour les bercer, les apaiser. Et je sens les fascias, ou tissus conjonctifs, se détendre progressivement, devenir plus vibrants en réponse à l'attention qu'ils reçoivent. Comme s'ils laissaient aller un soupir de soulagement et se déposaient plus pleinement dans mes mains.

Vers la fin de la session, je demande à ma cliente de se lever et de faire quelques pas en étant attentive à ses sensations, quelles qu'elles soient. Un fin sourire éclaire son visage lorsqu'elle commence à marcher et constate avec surprise qu'elle sent ses jambes (qui ont aussi été travaillées) à la fois plus solides et plus légères, et surtout que ses hanches sont plus spacieuses, comme si on les avait « huilées »... De mon côté j'observe que chacun de ses pas offre un meilleur appui à l'ensemble de sa structure, que sa démarche est plus ronde, plus souple et mieux enracinée. Merveilleux!

Une fois rhabillée (les clients sont vêtus de leurs sous-vêtements pendant les traitements) nous échangeons quelques impressions sur le travail qui vient d'avoir lieu. Je lui raconte comment la chanson du gentil géant a imprégné la dernière partie de la session et lui demande si cela est signifiant pour elle. Et voici qu'elle fond en larmes, alors qu'affluent de tristes souvenirs d'enfance remontant à l'âge qu'elle avait lorsqu'elle écoutait cette émission pour y puiser du réconfort, pour survivre psychologiquement. Elle fait le lien entre cette profonde blessure existentielle et les restrictions qui affectent son corps. Il devient évident que ce thème sera le cœur symbolique du travail structurel que nous accomplirons au fil de ses sessions de Rolfing.

Marie-José Leclerc
450 538-0020
mjl@rolfing.qc.ca
www.rolfing.qc.ca



**ÉCONOMISEZ
et JOUEZ**

LES ROCHERS BLEUS
SUTTON
golf & auberge
T 450.538.2324
1-800.361.2468
www.lesrochersbleus.ca

2 DROITS DE JEU + VOITURETTE

60\$ PRIX RÉG. 92\$	35% DE RABAIS	ÉCONOMISEZ 32\$
------------------------	------------------	--------------------

Sur présentation de ce coupon. Valable sur toute la semaine. Validité pour la saison 2014. Tous droits réservés.

**4 DROITS DE JEU + VOITURETTES
+ 4 PANNIERS DE BALLES**

120\$ PRIX RÉG. 218\$	45% DE RABAIS	ÉCONOMISEZ 98\$
--------------------------	------------------	--------------------

Sur présentation de ce coupon. Valable sur toute la semaine. Validité pour la saison 2014. Tous droits réservés.

**2 DROITS DE JEU + VOITURETTE
+ 2 PANNIERS DE BALLES**

80\$ PRIX RÉG. 129\$	38% DE RABAIS	ÉCONOMISEZ 49\$
-------------------------	------------------	--------------------

Sur présentation de ce coupon. Valable sur toute la semaine. Validité pour la saison 2014. Tous droits réservés.

**Fromagerie
Épicerie Fine**
À votre service depuis 1999

Prêt-à-manger

- 150 fromages • Charcuterie
- Pain artisanal • Sucrierie
- Pizza gourmets
- Sandwichs • Wrap • Panini

15, rue Principale Nord, Sutton, Qc J0E 2K0
450 538-1888
Nous sommes situés face au bureau de poste

The Synchronicity behind the Year without a Summer, 1816

In 1816, a young Joseph Smith moves with his family from Vermont to western New York. In the same year, while recuperating from typhoid fever, Irish medical doctor C.H. Orpen decides to pass the time educating a deaf child under his care. Throughout the year, landscape painter J. M. W. Turner observes the strange luminosity of sunsets in his native England. Trapped indoors by poor weather, the novelist Mary Shelley, her husband Percy Shelley and their friend and fellow poet Lord Byron tell ghost stories to one another. A spike in 1816 grain prices across Britain combined with bread shortages becomes yet another burden for a war-weary nation. These seemingly random occurrences are all

actually meaningfully related through an event known as "The Year without a Summer."

The year 1816 was memorable as one of extraordinary "privations and sufferings." An early spring created expectations of an abundant harvest, but by early June, frost of unprecedented severity, followed by heavy snow, killed the newly planted crops across the Eastern Townships and northern New England. Not a single crop came to maturity and as no possibility of a harvest remained, settlers faced a bleak winter and the prospect of extreme scarcity.

55 million tons of sulphur-dioxide gas pushed into the stratosphere. Within a few months, 100 million tons of sulphuric acid droplets and ash were dispersed around the globe. A thin haze not only changed global temperatures and air quality but also the colour of the sky which for several years produced intensely vivid sunsets.

A prolonged and severe winter in North America mirrored the strong winds, cold temperatures and heavy rainfall in Europe. The bleak weather served to ruin European crops and destroy the potato harvest in Ireland resulting in a devastating potato famine. The subsequent typhoid epidemic killed 60,000 people.

ATELIER A. BELLAVANCE
450-534-1616
www.atelierbellavance.com

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 J0E 2K0

Antiquités G. Chamberland
ACHAT: SUCCESSION BUY: ESTATES
Achat - Vente - Finition - Buy - Sell - Refinish
2 MAGASINS → 2535 CH. NOISEUX → 3768 PRINCIPALE
Tél.: [450] 295-1190/1490 → DUNHAM, QC
Email: antiquesgo@vivomail.ca JOE 1MO
www.antiquesgc.ca

Mario Milot & Mathieu Belisle, SENC
Pharmaciens
Service de livraison gratuit
25, rue Principale Nord Sutton
(450) 538-0055
Affilié à **brunet**

Désourdy
salons funéraires — funeral homes
Tél.: 450-263-1212
104 rue Buzzell et 109 rue William, Cowansville
Une présence rassurante.
Nos succursales : Knowlton | Mansonville | Sutton
Farnham | Ange-Gardien | Henryville

References of peculiar weather were recorded globally. In Franconia, New Hampshire for example, an amateur meteorologist who had kept detailed weather records for 80 years wrote on June 7th 1816: "Exceedingly cold. Ground frozen hard and squalls of snow throughout the day. Icicles 12 inches long in the shade at noon."

The cold weather was in fact a global phenomenon that affected the north-eastern United States, Canada and Western Europe. Missisquoi County was not spared the devastation. A resident of Sweetsburg (Cowansville, Quebec) went to fix a shelter for sheep in his pasture. He left at noon on June 17th 1816 and had said in a jocular manner to his wife, "If I'm not back by nightfall, get the neighbours out to look for me as I would hate to freeze to death in June." The weather increased in its fury and the neighbours were indeed called upon to locate him in the snow. They found his shelter made of pine boughs with his sheep nestled safely inside but did not find his body until three days later and located several kilometres from his sheep. He had become disoriented in the storm and had perished.

Throughout the summer, farmers in the region tried to keep their crops alive by burning bonfires around their fields. Many blamed God and in America, religious revivals intensified; in Europe a succession of "prophets" foretold of a rapidly approaching apocalypse. Even in Missisquoi County one poor soul killed his animals and committed suicide believing that it was the end of the world.

Those with a more secular philosophy considered that earthquakes, sunspots, icebergs, deforestation, the Earth's magnetic field and even Benjamin Franklin's electrical experiments were the causes behind the weather extremes. It was however the catastrophic eruption of Mount Tambora on the island of Sumbawa, Indonesia in 1815 that was the catalyst that defined the events of 1816. Ash clouds spewed by the volcano were widespread and chilled the climate of the Northern hemisphere.

The eruption was roughly 100 times more powerful than Mount Saint Helens in 1980. Mount Tambora's elevation dropped from 4000 metres to 2700 metres, killed close to 12,000 people on the island with another 80,000 people dying from starvation and disease related to the eruption. Tambora is believed to have been one of the largest recorded eruptions in the last 10,000 years with estimates of 1.7 million tons of dust and



The elements of synchronicity are revealed when the Smith family, hoping to recover from their devastating harvest, relocated to a community where intense religious revivalism known as the "Second Great Awakening" was rooted. Joseph Smith was forever transformed and later became the founder of the Church of Latter-Day Saints. The Irish typhoid epidemic which sickened Dr. Orpen and provided him the time to teach a deaf child, resulted in his commitment to educating the deaf and ultimately change attitudes about the hearing impaired across the British Empire.



J. M. W. Turner's observation of the ash-filled skies resulted in his light-infused painting Chichester Canal which inspired the Impressionist Movement. Mary Shelley's desire to be entertained during dreary weather resulted in her idea for the literary masterpiece Frankenstein. The lack of bread in England was the catalyst for the "Great Migration" which saw thousands of immigrants move to Canada.

The eruption of Tambora impacted global weather patterns and held serious consequences for society. After another, less extreme, cold summer in 1817, most of the ash veil had dissipated but it would not be until the mid-1950s, while monitoring nuclear tests, that scientists verified the impact of the "nuclear winter" scenario which resembled the after affects of volcanic eruptions. The year without a summer would be long remembered as "eighteen hundred and starve to death," but the synchronicity it caused exposed the perceptible consequences that left emotional impressions and connections.

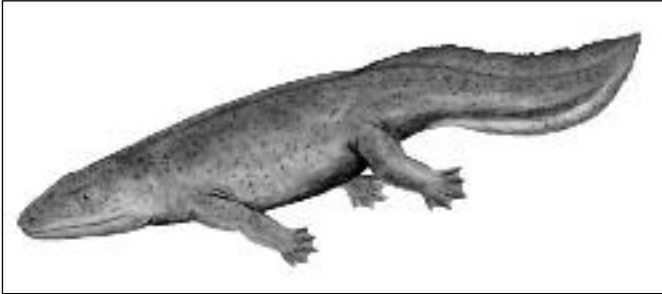
Heather Darch - Musée Missisquoi Museum

Sources:
"The Year Without a Summer," in **Then and Now in Missisquoi**, volume 10 MHS publications; **Volcano Weather: The Story of 1816, the Year without a Summer**, Henry and Elizabeth Stommel 1983; "The Year Without a Summer Was a Bizarre Weather Disaster in 1816," Robert McNamara www.history1800s.about.com; "1816 - The Year Without Summer," Lee Foster www.erh.noaa.gov; Floods, Famine, Frosts and Frankenstein in 'The Year Without Summer' www.huffingtonpost.com

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

SYNCHRONICITÉ en astronomie

Dans cette chronique, nous allons reprendre un thème déjà évoqué au sujet de la vie. Certains lecteurs m'ont posé des questions et elles méritent qu'on y revienne. Je vais donc parler des conditions nécessaires à l'apparition de la vie telle que nous la connaissons. Ces conditions sont multiples et doivent avoir une certaine synchronicité pour réussir. Bien sûr, il n'y a pas assez de place ici pour en parler en détail, alors



je me contenterai des principaux facteurs requis. Et, je ne parlerai que de la forme de vie que nous connaissons, c'est-à-dire la nôtre, et de la vie qui nous entoure sur la planète. L'exobiologie est encore une science jeune et pleine de rebondissements!

Premièrement, il doit y avoir une étoile et des planètes. Ça paraît simple aux premiers abords, mais il arrive, par exemple, que les étoiles se forment par paires ou par autres multiples. Quand on a un système d'étoiles multiples, cela rend plus difficile la formation de planètes réduit les chances qui permettent la vie. Une planète qui orbite autour d'une étoile simple comme la nôtre autour du Soleil peut offrir des conditions de température et « d'enseillement » relativement stables, tandis qu'une planète située dans un système d'étoiles multiples avec une orbite bien irrégulière offrirait des conditions de température qui varieraient beaucoup. Mizar et Alcor, dans la constellation de la Grande Ourse, sont un bel exemple de système d'étoiles multiples. À l'œil nu, on ne les distingue pas, mais avec un télescope on peut constater qu'il y a plus d'une étoile là où on en voyait qu'une seule.

Comme la vie prend plusieurs millions d'années à se développer et qu'un système planétaire peut prendre des milliards d'années à se former, il faut donc qu'une étoile vive le temps requis. Le Soleil, par exemple, est une étoile moyenne de



bonne espérance de vie qui procure une énergie suffisante. Le Soleil compte présentement environ 5 milliards d'années et il lui resterait encore 5 autres milliards d'années avant de devenir inhospitalier aux planètes avec des transformations qui seront le prélude à sa mort. Il y a des étoiles beaucoup plus grosses et plus puissantes que le Soleil, par exemple la jolie Bételgeuse, mais en général ces grosses étoiles possèdent une vie beaucoup plus courte. Il existe aussi des étoiles plus petites que le Soleil, mais elles pro-

duisent trop peu d'énergie pour favoriser la vie sur les planètes qui les orbitent.

Une autre condition essentielle à l'apparition de la vie est que la planète en question soit située dans ce qu'on appelle la « zone habitable » d'un système planétaire. Dans le cas de notre système solaire, la Terre est la seule planète qui est dans une « zone habitable » où le Soleil est, ni trop proche (trop chaud comme Vénus), ni trop loin (trop froid comme Mars). Cette zone permet à l'eau d'exister sous forme de liquide. La vie telle que nous la connaissons ne peut se développer qu'en présence d'eau liquide; entre 0 Celcius (273 Kelvins) et 100 Celcius (373 Kelvins). Somme toute, une fenêtre de températures assez limitée sur l'échelle des températures qu'on peut rencontrer dans l'univers.

Certains spécialistes de ce domaine considèrent que la Lune serait un des facteurs affectant l'apparition de la vie sur Terre. Notre satellite naturel est proportionnellement très gros par rapport à la Terre. Si on compare le rapport de dimension entre les autres satellites naturels et leurs planètes, on remarque que nous habitons presque ce que nous pourrions considérer comme une « planète double ». La Lune aurait



probablement protégé la Terre de quelques impacts qui auraient pu détruire les espoirs de vie sur Terre. Non seulement par son effet de bouclier matériel, mais aussi par son champ gravitationnel. Un coup d'œil sur une carte de la face cachée de la Lune montre à quel point elle a été bombardée au fil de ses millions d'années. Bien sûr, la Terre a aussi eu son lot d'impacts majeurs, dont celui qui aurait fait disparaître les dinosaures, et plusieurs spécialistes croient que la Lune a agi comme bouclier à quelques reprises... Or, le principal impact que la Lune a eu sur l'apparition de la vie sur Terre est sans contredit celui des marées. Ses marées ont sans cesse brassé le « bouillon » des mers et eaux de la Terre et ont permis à la vie d'apparaître. Ce brassage constant a sans doute accéléré et multiplié les différentes réactions chimiques, entre les atomes et les blocs primaires de la vie, nécessaires à la création des premières cellules, les organismes vivants qui ont évolué lentement, mais sûrement. Au fil de ces réactions et du hasard, constamment stimulées par le brassage, la sélection naturelle a retenu les plus réussies et durables. Cela a exigé beaucoup de temps!

Merci de me faire parvenir vos questions et commentaires et de vous tenir informé sur les activités prévues cet été à Sutton. Profitez des belles soirées pour lever la tête et absorber le beau spectacle qui vous est offert!

Eddy Szczerbinski



Certified Massage Therapist

Tao Shiatsu

Praticien certifié en Massothérapie

Lawrence Lefcort
Libérez-vous des maux de dos et de cou

450 298-1470 | lawrence@holistic-hands.com | www.holistic-hands.com

MASSOTHÉRAPIE

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

Service in English available

**MÉDITATION BOUDDHISTE
YOGA**

Daniel Laberge
(450) 538-3676

QI GONG ET ACUPRESSION

Le feu libérateur du cœur
De l'anxiété à la joie

Atelier : dimanche 8 juin à Sutton

Stage d'été : 30 juin - 4 juillet à Eastman

Se ressourcer, s'énergiser, se transformer, être bien.

Énergie • mieux-être • respiration • souplesse • conscience

Nathalie Berger, M. Sc., N.D.
Thérapeute et enseignante de Qi Gong
450 298-1463 www.essencevie.com

Les Immeubles Dwyer Enrg.
Courtier immobilier agréé

www.dwyer-realties.com
Laurette Dwyer
Chartered Real Estate Broker

immdwyer@axion.ca (450) 298-5341

« **Frelighsburg Village** »
- Exclusive hillside lots 1,25 to 2,5 acres, southern exposure
- Countryside wooded lot of 9,7 acres

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

Production
Renouer • Remémorer • Revivre

Vos Souvenirs sur DVD

VHS • Hi 8 • Super 8 • Betamax • Digital 8 • DVC • MiniDV • DVCAM
Ecran Américain & S-Video • Photos • Diapositives • Négatifs

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

Justin Manasc
Ingénieur forestier
Forest Engineer

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

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

FOR-ÉCO
sylviculture



Lorsque les mots nous font défaut

Hubert Reeves

Lors de mes études en herboristerie, nous discutons souvent de la réalité de la pratique herboristique. Nous parlions du fait qu'il existe beaucoup de médecines complémentaires; que les gens qui les consultent cherchent peut-être désespérément une solution à un problème de santé qui perdure et que, bien souvent, ils ont fait appel à deux, trois et même davantage de thérapeutes avant d'envisager l'herboristerie. Nous apprenions donc à écouter l'expérience de nos clients en portant attention à la connaissance et à la compréhension de leur trouble. « Peut-être serez-vous la dixième personne à donner un tel renseignement au client qui vous consulte, mais peut-être aussi, serez-vous celle qui le lui dit au moment où il est disposé à l'entendre ! » Voici les mots choisis par notre professeure pour nous pousser à oser émettre nos opinions d'herboristes. Lorsqu'il en résulte ce que ma mère nomme « le syndrome du Ah ha ! », c'est que la conjoncture est favorable, l'info peut faire son chemin dans les méandres de l'organisme. Guérir fait partie des expériences complexes de la vie, celles qui demandent le plus de résilience, d'intuition et d'ouverture à la synchronicité.



Donc, si un jour vous suivez une voiture affichant « Attention! Herboriste au volant », doublez, ralentissez ou changez de parcours!

L'autocollant susmentionné pourrait aussi être apposé au sac à dos de l'herboriste en balade forestière. Partir marcher avec en tête l'image d'une plante et le désir de la trouver est un exercice de synchronicité : adopter un rythme de marche normal, garder l'esprit ouvert et la vision la plus large possible. Les variations subtiles des teintes de vert des plantes de forêt sont sans doute en partie responsables de découvertes fantastiques faites en pratiquant cet exercice, mais elles ne sont pas seules en cause.



Dans une variante de cet ordre d'idée, je rêve de faire un « bumper sticker » pour herboristes. Du printemps à l'automne, nous faisons partie des personnes les plus dangereuses au volant. Méfiez-vous! L'herboriste conduit en regardant autant le contenu du fossé que la route qui s'étale sous ses roues. Identifier une plante à cent kilomètres-heure n'est pas rare, mais s'il se trouve que ladite plante fait partie des récoltes annuelles prévues, des arrêts brusques peuvent survenir!

Un jour, après des années passées à sillonner diverses forêts, je termine une marche d'identification sur une colline montréalaise. Je quitte mes élèves et reviens tranquillo en empruntant un sentier différent. Regardant le sous-bois, le ginseng américain me vient en tête. Je ne l'ai alors jamais vu. L'environnement a tout ce qu'il faut pour qu'il y pousse. Je marche donc, puis d'un coup mon regard stoppe sur une petite butte. Ne voyant pas son faite, j'ose sortir du sentier pour grimper un peu et là... mon souffle s'efface... mon cœur s'embrase. Il est là! Tout petit. Beaucoup plus petit que je ne l'imaginai. Le magnifique ginseng d'ici! Cet extraordinaire adaptogène qui accroît la résistance aux nombreux stress et tonifie le

système immunitaire (entre autres). Quelle félicité! Je redescends du monticule en culbutant sur deux touristes russes qui, me voyant si émue, me baragouinent des mots, mi-slaves mi-anglais, auxquels je réponds probablement en espagnol, vu ma confusion, je n'sais trop. Je crois qu'ils ont quand même saisi de quoi il en retournait, le moment était trop parfait pour passer inaperçu, même faute de mots!

Une autre plante s'est similairement présentée à moi lors d'une marche sur les magnifiques escarpements bordant le Saguenay. La busserole. *Arctostaphylos uva-ursi* de son nom latin. Elle ne pousse pas dans notre région, préférant un peu plus de fraîcheur. On la retrouve davantage dans les Laurentides. Elle entre dans les préparations traitant les troubles uro-génitaux. Elle est diurétique, antiseptique urinaire et astringente. La busserole calme et tonifie les muqueuses des voies urinaires et des organes génitaux. Elle est utilisée pour les infections et inflammations des reins, de la vessie et des conduits urinaires, les infections vaginales et les MTS. Par son astringence et sa capacité tonique, elle aide aussi les muqueuses buccale et intestinale. Par contre, pouvant provoquer le travail, elle est proscrite durant la grossesse ainsi que pour les personnes souffrant de maladies chroniques des reins. On l'utilise sur de courtes périodes, sept à dix jours de suite, max.



Donc voilà! Si vous êtes aux prises avec une cystite, découvrez la busserole et si vous savez où le ginseng pousse par ici, j'aimerais beaucoup en voir à nouveau! Autrement, si la résolution d'un trouble physique demeure infructueuse et que vous aimeriez bien pouvoir dire « Ah Ha! C'est ça! », consultez votre herboriste!

Annie Rouleau
Herboriste-praticienne
annieaire@gmail.com

Boutique Érotique

Plaisirs tabous

- Adulteries
- Huiles & Accessoires
- Lingerie XS à 4 XL
- Articles humoristiques
- Revues et Ventes de DVD XXX
- Présentation à domicile & After hour
- Service courtois & discret

Venez nous visiter...
350, Principale L-115, Cowansville (Qué.), J2K 1J5
450-266-7393 / www.plaisirstabous.ca

THE 39 STEPS
adapted by Patrick Barlow
from the novel by John Buchan
from the movie of Alfred Hitchcock

L'ÉDUCATION DE RITA
par Willy Russell (en français)

DIVA BY NIGHT
avec Nathalie Choquette

VINTAGE WINE

KNOWLTON HOUSE & GARDEN TOUR

GINO QUILICO

BOWSER & BLUE

Partenaires de la saison

Hydro Québec

BFL CANADA

Théâtre Bilingue
Box Office: 450 242-2270
9 Mt. Echo, Knowlton, QC, JOE 1V0
www.theatrelacbrome.ca

THEATRE 2014

SAISON ESTIVALE | SUMMER SEASON **LAC-BROME**



Nouveau Festival d'été à Saint-Armand

Les 19, 20, 21 et 22 juin prochain auront lieu à Saint-Armand les premières *Festifolies en Armandie*, nouvelle célébration annuelle des arts et de la culture de la région de Brome-Missisquoi.

La presque totalité de la programmation sera **gratuite** et se déroulera au **quai de Philipsburg**. Au programme, animations familiales en tous genres, dont un imposant volet Jeunesse, création d'œuvres d'art avec le public, ateliers pour enfants, conférences, exposition d'œuvres d'artistes et d'artisans, grand pique-nique, amuseurs de rue et spectacles quotidiens.

Aperçu de la programmation GRATUITE

L'équipe des Festifolies a élaboré une programmation originale et variée qui saura séduire tous les publics, grands et petits, dont les spectacles et concerts suivants : **Orford sur la route** (musique classique), **La Cançao** (Bossa Nova), le **Reel Country Band** (musique country), la **Fanfare Pourpour**, **Cherry Chérie** (musique des années 50 et 60), le groupe multiculturel **Trait d'union** et **DJ MC Jungle**.

S'ajouteront à ce joyeux menu musical un atelier de hip-hop avec Maxime Booyah Galipeau, une causerie à thématique historique de Guy Paquin, une rencontre avec des romanciers bromisquoi, le théâtre de marionnettes **La Simagrée**, le cirque **Alzado**, le dévoilement d'un circuit du patrimoine bâti de Saint-Armand et bien d'autres surprises!



Orford sur la route

Chaque été, le Centre d'arts Orford collabore avec les communautés de la région pour présenter de jeunes artistes étudiant à l'Académie Orford. Animée par Luc Saucier,

la série de concerts *Orford sur la route* permet d'apprécier des concerts de qualité dans les communautés et de voir à l'œuvre les jeunes talents internationaux de demain.

Ce concert gratuit, une collaboration entre le Carrefour culturel, la municipalité de Saint-Armand et Graymont, aura lieu le **vendredi 20 juin à 20 h**, à l'église de Saint-Armand.

Inscrivez dès maintenant les Festifolies à votre agenda et venez faire la fête à Saint-Armand les 19, 20, 21 et 22 juin! Au programme : ambiance festive, activités de création interactives, surprises, découvertes et plaisir assuré!

Consultez la programmation détaillée sur www.festifolies.org

Renseignements : 450 248-0330 – 450 295-3549

Projet de recherche sur le Dindon sauvage dans notre région

Considérée au départ comme un rêve utopique d'un petit groupe, la réintroduction du dindon sauvage connaît de plus en plus de succès dans plusieurs régions du Québec. Vous en avez peut-être vous-même dans votre cour.

La première mention au Québec date de 1845. En 1976, sa présence est confirmée et en 1984, il y a preuve de nidification. L'année 2003 voit les premiers spécimens relâchés par des clubs de chasse et pêche. En 2005, il y a une chasse expérimentale en Montérégie et en 2008 la chasse est ouverte à la grandeur du Québec.



Je vous ai déjà parlé, dans ces pages, de la biologie et des habitudes de ce grand gallinacé.

Ce dont je veux vous entretenir aujourd'hui, c'est d'un projet de recherche très intéressant sur le dindon sauvage qui a eu lieu dans notre région. C'est un étudiant de l'Université de Laval qui l'a choisi comme sujet de sa thèse de doctorat. Maxime Lavoie, donc, s'est lancé dans un projet qui consiste à **déterminer l'impact de l'hiver sur les populations de dindons sauvages au niveau de la reproduction, de la survie, de l'alimentation et de l'utilisation de l'habitat.**

L'étude s'est déroulée dans trois sites localisés au sud du Québec. Ces sites présentaient un gradient de conditions climatiques hivernales (précipitations, accumulation de neige au sol, durée de l'enneigement, température). Le site ayant les conditions climatiques les plus favorables (couvert de neige à la fin février, température moyenne en janvier) était situé dans la région de Huntingdon (18 cm, -9,7 °C); celui possédant les conditions climatiques les plus

rigoureuses se trouvait dans la région d'Asbestos (35 cm, -12,1 °C) et le site intermédiaire dans la région de Dunham (25 cm, -10,5 °C). Les trois sites étaient localisés dans un paysage agroforestier comparable en termes de proportion de champs agricoles et de forêt. L'étude s'est faite sur trois hivers, de 2009 à 2012. Voici les grandes lignes du projet.

Le travail de terrain a commencé à l'automne par des patrouilles pour situer les groupes de dindons et les appâter en vue de les capturer.

Avec la venue de l'hiver, on fit des captures à l'aide d'un filet propulsé par air comprimé (net blaster). Entre les mois de décembre et février 2009 à 2012, 344 dindons ont été capturés.

Quand des dindons sont piégés, on détermine le sexe et l'âge par le plumage. On bague tous les individus et on prend d'autres mesures.

L'étude s'est concentrée sur les femelles. Pour suivre leurs déplacements, on les a munies d'émetteurs. Deux types ont été utilisés : VHS et GPS. Mentionnons qu'ils doivent peser moins de 3 % du poids de l'individu pour ne pas les gêner et leur permettre de voler. Des radio-émetteurs ont été installés sur 185 oiseaux durant les trois années de capture. Au sujet du déplacement d'une femelle sur un an, on a découvert que les points de localisation sont très rapprochés pendant l'hiver et durant la nidification, et qu'ils sont plus espacés aux autres périodes de l'année. Le dindon sauvage est donc un grand marcheur.

Les données préliminaires ont montré que le taux de survie à l'hiver suit le gradient des conditions hivernales. Plus de 80 % de survie à Huntingdon et Dunham, mais seulement 30 % à Asbestos.



Les dates de nidification sont les mêmes dans les trois régions, mais cela finit plus tard à Huntingdon où l'incubation a duré jusqu'à la mi-août. On voit



qu'il y a **synchronicité** pour la ponte, mais pas pour l'éclosion. Le succès de nidification est en fonction de la gradation de température. Curieusement, c'est Dunham qui est le gagnant pour toutes les catégories : taux de nidification, nombre d'œufs et pourcentage d'éclosion.

L'étude suit les quatre cycles de vie du dindon soit : œuf, poussin, juvénile, adulte.

Les résultats de cette étude sur le dindon sauvage permettront aussi de mieux connaître l'utilisation de son habitat, la dynamique des populations et les mécanismes affectant l'oiseau.

Comme on pense que les derniers hivers assez doux, avec un faible couvert de neige ont bénéficié au dindon sauvage, voici ce que Maxime Lavoie a répondu à ma question sur l'impact de l'hiver 2013-14: froid, venteux et neigeux : « **D'après mes données préliminaires, la température a un léger effet négatif sur la survie hivernale, mais l'épaisseur de neige au sol est la variable la plus importante. Donc, je ne crois pas que l'effet du vent soit très important, mais la neige et, à moindre mesure la température, oui.** »

Pauvres dindons, ils ont eu un dur hiver! Souhaitons que la nidification soit productive pour contrer les mortalités possibles de cette rude saison.

Ghislaine Delisle



Vente de fleurs annuelles
plants de légumes et fines herbes

Produits de la ferme : oeufs et viandes

Paniers de légumes ou légumes
frais écologiques en saison

Annual flowers
Vegetable and herb seedlings


Fresh organic seasonal vegetables and baskets

Farm products: eggs and meat

LISA CAREY

505, CHEMIN EASTMAN
GLEN SUTTON J0E 2K0
450 538-6969

www.lafermeverte.ca
lafermeverte@xplornet.ca



PLOMBERIE
Gaëtan Goyette

Pompes Sutton
Traitement et
analyse d'eau

Francis Bisson : 450 204-3210

Propriétaires :
Patrick et Gaëtan Goyette

Membre cmmtq

450 538-3210

La Synchronicité vu par un Yogi!

Hasards, coïncidence, chance ou synchronicité?

Il me semble clair aujourd'hui, fruit de beaucoup de chemin parcouru sur la route du lâcher-prise et de la confiance profonde, que la vie amène tout ce qui doit être par le biais d'événements et de rencontres. Cela provoque une pléiade de moments magiques de pure synchronicité où nous avons l'impression que les astres sont bien enlignés et que tout nous arrive sur un merveilleux plateau d'argent.



Dans l'univers yogique, nous parlons beaucoup d'union. D'ailleurs, le mot Yoga signifie union en sanskrit et prend différentes formes : l'union des énergies masculines et féminines, l'union de notre hémisphère rationnel et intuitif et enfin, l'union des corps émotionnel, mental, physique, mais aussi spirituel et éthérique. Quand les deux forces intérieures (Atma) et extérieures (Brahma) s'allient, tout se met en place si facilement, sans résistance, sans acharnement. Par la pratique du yoga nous pouvons unifier et pacifier cette rencontre entre ces univers parfois si disparates, voire antagonistes, tant en termes de besoins que de moyens pour y répondre.

Lors d'un de mes nombreux voyages en Inde, je m'étais dit - avant mon départ - que j'allais m'ouvrir aux signes de la vie sans pour autant chercher de GURU (maîtres dans le sens positif du terme, c'est-à-dire quelqu'un qui détient un savoir et nous le transmet par des enseignements). Bien que je pratiquais déjà le yoga depuis plusieurs années, je ne me sentais pas encore prêt à avoir la responsabilité d'enseigner et de guider des gens sur la voie yogique. Et pourtant, j'ai rencontré mes futurs professeurs de yoga, Chatena et Vishva, dans une navette d'aéroport à Hong Kong! Chatena m'a interpellée pour me complimenter sur mon foulard indien qui comportait des inscriptions en sanskrit - qu'elle m'a d'ailleurs traduites. Les trouvant fort sympathiques et ayant plusieurs heures devant nous avant notre correspondance pour l'Inde, je me suis mis à faire mon yoga devant les grandes fenêtres de l'aéroport. J'ai demandé à mes nouveaux amis s'ils faisaient du yoga, ce à quoi ils ont répondu par la positive et avec un grand sourire, ils se sont joints à moi. Après quelques minutes à observer leur reflet dans les



Martin Dubois

Professeur de Yoga et coordonnateur du projet collectif et Éco-responsable Yoga Salamandre au Lac Brome.
www.yogasalamandre.com

fenêtres, il était évident qu'ils n'étaient pas à leur première pratique. C'est alors qu'ils m'ont dit qu'ils étaient formateurs pour professeurs de yoga notamment à Ottawa. Je suis reparti avec leur carte professionnelle en poche en me disant que j'irais sûrement les visiter un jour. Bien que l'Inde soit un grand pays, quelques mois plus tard, nous nous sommes retrouvés par hasard sur un pont piétonnier marchant en sens inverse au-dessus du Gange. Coïncidence ou synchronicité ?



Je venais de trouver mes premiers enseignants pour m'accompagner à devenir professeur de yoga! Ce fut un processus de plus de 2 ans, car même après plus de 10 ans de pratique, je ne me sentais pas prêt à enseigner. C'est à la faveur des retrouvailles au Québec d'une amie rencontrée à Rishikesh en Inde dans l'Ashram (lieu de vie



dédié à une pratique spirituelle, souvent yogique) où enseignaient mes professeurs que tout s'est joué. Elle m'a regardé dans les yeux et m'a dit : « Rendu où tu es dans ta vie, avec tout le bagage d'enseignement, de connaissance du yoga et de la méditation, si tu te refuses de devenir professeur de yoga, c'est de l'égoïsme ! Tu as le devoir (Dharma) de partager avec les autres toutes ses richesses acquises au fil des ans et des voyages. »

Alors, ce fut clair pour moi que toutes ces rencontres et tous ces événements avaient leur raison d'être. Tout comme l'exprime si bien cette phrase pigée dans l'un de nos paniers remplis de cartes plus inspirantes les unes que les autres au moment où j'écris ce texte : « (...) les coïncidences sont des miracles déguisés qui te protègent de la fatalité » ! Au plaisir de vous croiser au détour du chemin Brandy, au bord de la rivière, là où Yoga Salamandre vous convie à un voyage au pays des multiples rencontres et où la synchronicité de la vie opère.

À la **Bleuetière les Delisle**, Ghislaine et Normand vous offrent

- Des **bleuets géants** de première qualité à l'autocueillette ou frais cueillis
- Un **accueil chaleureux** et personnalisé
- Des feuillets de nos meilleures recettes
- Des produits aux bleuets de fabrication maison: **confiture, coulis, vinaigrette, miel aux bleuets, marmelade.**
- Une aire de **pique-nique** et de jeux avec une vue imprenable sur les montagnes.

Les bleuets sont disponibles de la mi-juillet à la fin d'août et nous sommes ouverts du lundi au vendredi de 8 h à 20 h et le samedi et dimanche de 8 h à 18 h.



At **Bleuetière les Delisle**, Ghislaine and Normand offer you:

- First quality **high bush blueberries u-pick or freshly cropped** with a suggestion of their best blueberry recipes.
- **Warm hospitality** from your hosts.
- Home-made blueberry preserves: **jam, coulis, vinaigrette, blueberry honey and marmalade.**
- A **picnic** and play area with a scenic view of the mountains.

Blueberries are available from mid-July to the end of August and opening hours are Monday to Friday from 8 AM to 8 PM and Saturday Sunday from 8 AM to 6 PM.



1110, chemin Nord, Brigham • 450-263-4556 • www.bleuetierelesdelisle.ca

Nature et Création, la plus naturelle des galeries du Québec, en synchronicité avec l'été

Nature et Création est née de la synchronicité d'un **besoin** : celui des sculpteurs souhaitant diffuser leurs œuvres, et d'un **désir** : celui de monsieur Jean Villeneuve, aquarelliste et du docteur Jacques Papillon, propriétaire du vignoble Domaine Côtes d'Ardoises de Dunham, de leur offrir une grande vitrine. Depuis 14 étés, *Nature et Création* synchronise la beauté de la vigne à l'ingéniosité des artistes, la découverte gustative à la découverte culturelle.

Sous la présidence d'honneur de monsieur Armand Vaillancourt, sculpteur émérite, 80 artistes prenaient part à l'édition 2013 présentant un nombre record d'œuvres soit : 70 sculptures monumentales dans les jardins et 130 œuvres petites et moyennes à l'intérieur.



Des quelque 30 000 visiteurs qui ont fréquenté le vignoble Domaine Côtes d'Ardoises en 2013, 1000 ont voté pour leur sculpture préférée. Le prix Lise St-Pierre, 1er prix du public, est allé à monsieur Pierre Dupras pour son étonnante sculpture de fer « **Le loup de la finance** ». Monsieur Guy Pierre a obtenu le second prix pour « **Caresses** ». Tiré au hasard, parmi tous les bulletins de vote, celui de monsieur Rinaldo Marcon de Victoriaville lui a permis de gagner une sculpture d'une valeur de 250 \$.

Pour sa 14e édition, *Nature et Création* grandit encore. En effet, 90 sculpteurs exposeront plus de **200 nouvelles sculptures** dans les jardins, à la boutique et sur la terrasse du **1er vignoble québécois**.

Nature et Création, l'événement culturel qui attire



le plus grand nombre de visiteurs dans Brome-Missisquoi, se tiendra tous les jours du 13 juillet au 19 octobre de 10 h à 18 h. L'entrée est gratuite. Les gens munis d'un téléphone intelligent peuvent voir une vidéo de chaque sculpteur.

Que de chemin parcouru depuis la première édition en 2000 qui présentait les œuvres de 9 sculpteurs. Dès l'année 2001, docteur Papillon, constatant la qualité et la diversité du travail des sculpteurs québécois et l'espace d'exposition qu'offre le Domaine Côtes d'Ardoise, mentionnait qu'il était possible que Nature et Création accueille jusqu'à 100 sculpteurs. Nous y sommes presque...



Une expérience unique au Québec, dans un environnement magnifique, qui s'adresse à toute la famille. Vous êtes amicalement convié à synchroniser « **le plaisir de boire au plaisir de voir** », tout l'été au vignoble Domaine Côtes d'Ardoise de Dunham.

Marie-Josée Potvin
pour le Comité Nature et Création



TARTIN 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

Poterie pluriel singulier



POTERIE COURS

450 248-3527
Michel-louis.blogspot.ca

Tournage
Façonnage
Glaçage



RAKU

TRÈS PERFORMANT POUR

BLESSURES ANCIENNES & DOULEUR CHRONIQUE
ALIGNEMENT POSTURAL/ SCIATIQUE /
TUNNEL CARPIEN/ ENGOURDISSEMENT
DES MAINS, DES PIEDS

CYCLISTES, COUREURS, CROSS-FIT
AMPLITUDE DE MOUVEMENT
PRÉPARATION DE COMPÉTITION (3X)
RÉCUPÉRATION ++ RAPIDE (2X)

EN CAS DE CHIRURGIE
POUR PRÉPARER (3X)
POUR RÉCUPÉRER (2-3X)



Une approche intégrée au soulagement
de la douleur et à l'amélioration
de la performance

450-330-0877
Sutton et Cowansville

TECHNIQUE BOWEN
KINÉSIO-TAPING
EXERCICES CORRECTIFS

Alexandrea Kelly
Thérapeute Bowenwork® certifiée
Entraîneuse personnelle certifiée
Site officiel: bowtech.com



Se faire surprendre par la synchronicité

Vous êtes-vous déjà demandé pourquoi il vous arrivait souvent de croiser la même personne à plusieurs endroits différents, ou de vous dire « j'ai déjà vu cette personne quelque part... mais où... »? Ou encore peut-être vous surprenez-vous d'être enchanté par une découverte imprévue lors d'une activité? La plupart du temps, des situations de ce genre arrivent sans qu'on s'en rende vraiment compte, par pure coïncidence. Regardons de plus près quelques exemples de faits qui surviennent en même temps par hasard et qui font preuve de synchronicité au Mont SUTTON.

Synchronicité et activité physique

Durant la saison de ski, il n'est pas rare que l'on voit les mêmes visages semaine après semaine, ou même jour après jour pour certains... Les habitués qui partagent la même passion se retrouvent et se reconnaissent. Une fois la saison de ski terminée, il peut arriver de croiser ces mêmes personnes que l'on a côtoyées durant l'hiver sur les pistes de ski, en vélo de route l'été ou encore sur les sentiers de randonnée. Peut-être même verrez-vous un de vos comparses de ski vous lancer un défi lors de l'événement de course en sentiers au Mont SUTTON, le



Xtrail Asics, ou encore le Xman Race, événement de course à obstacles en nature. Ceci étant dit, se pourrait-il que les gens qui partagent les mêmes intérêts que nous

se trouvent souvent dans les mêmes environnements et pratiquent aussi les mêmes activités physiques? Cela expliquerait-il le phénomène de la synchronicité dans nos rapports relationnels? Chose certaine, gardez l'œil ouvert cet été! Il se pourrait que vous reconnaissiez des visages... ou que d'autres personnes vous reconnaissent!

Synchronicité et nature

Qu'on se le dise : il est impossible de se lasser des richesses de la nature! Que ce soit lors d'une randonnée pédestre ou seulement lors d'un moment de détente en nature, riches sont les découvertes que nous pouvons faire, et ce, souvent sans même en avoir la réelle inten-



tion. Ces riches découvertes arrivent souvent par coïncidence, selon l'endroit précis où on se trouve à un moment précis. Par exemple, lors d'une randonnée pédestre sur le réseau de sentiers du Parc d'environnement naturel de Sutton, apercevoir une grive de Bicknell, une salamandre pourpre ou encore une grenouille des bois; remarquer différents champignons sauvages; repérer les empreintes d'un pékan ou d'un cerf de Virginie... De là peuvent naître de nouvelles passions, comme l'ornithologie ou encore la mycologie! Et une fois rendu là, on pourra peut-être croiser des gens

que l'on connaît dans le prochain atelier de mycologie au Festival d'automne du Mont SUTTON!

Synchronicité et culture

On ne peut pas passer à côté de la Fête nationale suisse lorsqu'il est question de la synchronicité et de la culture! On peut s'y rendre par pur hasard alors qu'on est à la recherche d'une activité à faire en famille et tout à coup



prendre goût à la découverte d'une nouvelle culture, de nouveaux rituels et des traditions. La Fête nationale suisse au Mont SUTTON, la plus grande fête suisse à l'extérieur de la Suisse même, est l'occasion parfaite pour ceux et celles qui ont soif de découvertes culturelles : les costumes suisses, les plats, la musique et le cor des alpes, etc. Qui sait... peut-être même cette sortie vous inspirera à un prochain voyage en Europe! On ne sait jamais ce que la synchronicité nous réserve...

Maintenant, peut-être serez-vous plus attentifs aux manifestations de la synchronicité cet été... Laissez-vous vous faire surprendre par les coïncidences...

Mireille Simard
Mont SUTTON

Theatre Lac Brome - Saison Estivale

Theatre Lac Brome has announced its summer season of professional English and French language theatre and music concert programming.

Since its conception in 1986, Theatre Lac Brome has produced an English language summer theatre season. In the past three years, the theatre's mandate has expanded and it is now a unique cultural enterprise in the Eastern Townships that reflects Quebec's dynamic bilingual culture.

For the 2014 summer season, the Theatre will present seven special events. From a celebration of the 50th anniversary of the British Musical Invasion on Saturday, June 14th with Vintage Wine, to the concluding Labour Day weekend with George Bowser & Ricky Blue, the Theatre invites the public to experience the intimate environment Knowlton's small auditorium creates.

The theatre repertory season will present three diverse and entertaining plays. Opening the first week in July, in its original English language version: *The 39 Steps*, a comic and very theatrical adaptation by Patrick Barlow from the novel by John Buchan and the film by Alfred Hitchcock, a whodunit for anyone who loves the magic of theatre. This year, the Theatre's French language production is the well-known classic play by Willy Russell, *L'Éducation de Rita* starring **Albert Millaire et Charli Arcouette**, who also appear in the Radio Canada television production: *Mémoires Vives*. The third production is a

première presentation, *Diva by Night* an intimate encounter, in a cabaret performance, with **Nathalie Choquette**, performing on alternate nights in English and French. The season also includes a very special classical music concert with **Gino Quilico**, on Saturday August 14th.

This year, the popular self-guided **Knowlton House & Garden Tour** will be held on **Wednesday July 9th**, showcasing five enchanting and inspiring properties. Tickets are \$60 and include a box lunch or a restaurant coupon. The Theatre is also offering two-for-one tickets for a special performance of *The 39 Steps*, on July 9th at 6 p.m., for attendees of the House tour and Lac Brome residents.

For more information, all the event particulars are outlined on the website: theatrelacbrome.ca. Mark the dates in your summer calendar and purchase tickets on-line, (the Theatre reserves the best seats in the house for on-line ticket purchases). Discounted tickets are available until June 14th. Patrons are also encouraged to support local cultural activities by making a tax-deductible contribution through the Theatre website, or by calling the Theatre Box Office at 9 Mont Echo in Knowlton, 450 242-2270. Summer has arrived, the curtain's going up.

Nicholas Pynes

EXPO BROME FAIR

Le Carrousel de la GRC, l'un des symboles nationaux les plus populaires, présentera un spectacle au terrain de l'exposition Agricole de Brome le **4 juin**. La première partie se tiendra à 19 h et le carrousel à 19 h 30.

Le coloré Carrousel de la GRC est bien ancré dans les traditions canadiennes. La troupe composée de 32 cavaliers et de leurs chevaux exécutera une série de manœuvres de cavalerie chorégraphiées avec la musique. Les chevaux permettent au Carrousel d'établir un contact privilégié avec le public et de soutenir les efforts de la police communautaire de la GRC partout au Canada.

Le Carrousel de la GRC a été fondé en 1876, par des membres de la Police à cheval du Nord-Ouest désireux de démontrer leurs talents équestres à la communauté locale. Depuis, des milliers de spectateurs assistent, chaque année, aux représentations du Carrousel.

Les cavaliers du Carrousel sont d'abord et avant tout des policiers qui comptent au moins deux ans de service policier actif avant de pouvoir se porter volontaire pour une affectation au Carrousel. La Cantine Derby's sera sur les lieux. Entrée: \$5 par personne.

Renseignements : 450 242-3976 ou 800 771-5401

DB

Festiv'Art

La 18e édition du Festiv'Art de Frelighsburg se déroulera les 29, 30 et 31 août 2014. La nouvelle équipe du Festiv'Art propose encore cette année une programmation originale et festive. Une centaine d'exposants – artistes en arts visuels et artisans –, des créations en direct, un volet musical haut en couleur et de nombreuses surprises attendent les visiteurs durant le week-end de la fête du Travail à Frelighsburg, l'un des plus beaux et des plus sympathiques villages de Brome-Missisquoi.

Le Festiv'Art accueille annuellement quelque 15 000 visiteurs et génère des ventes d'environ 100 000 \$, ce qui en fait l'un des plus importants événements touristiques et culturels du genre en région.

Galerie d'art à ciel ouvert

Une centaine d'artistes qui se démarquent par leur démarche originale seront disséminés le long du nouveau parcours du Festiv'Art, un tracé condensé propice aux échanges entre artistes et festivaliers. L'originalité, la qualité et l'innovation des artistes



marqueront le vent de renouveau qu'insuffle la nouvelle équipe au Festiv'Art.

Compétition de peinture en temps réel

Soirée inaugurale du 29 août – Une « Art Battle » – ou bataille d'art – est une compétition amicale de peinture en direct dans le cadre de laquelle une dizaine de peintres invités créent une œuvre d'art en 20 minutes au cours de trois rounds de création. Le public décide par vote qui a créé la meilleure œuvre à chaque round.

Ce happening créatif se déroulera lors d'un cocktail animé par un DJ et se clôturera par la mise à l'encan des œuvres créées au cours de la soirée. Pour plus d'info, visitez le site www.artbattle.ca.



Credit photo : Marie-Hélène Batchelor

à pêche gracieusement fournies par la pourvoirie *Activités Plein Air* de Philipsburg. Cette initiative, qui se répétera annuellement lors des prochaines éditions du Festiv'Art, vise à créer un village d'art sur la glace, en face du quai du secteur Philipsburg de Saint-Armand.

Ne ratez pas cette grande rencontre annuelle des arts au cœur d'un des plus beaux villages du Québec!

François Marcotte

Village des artistes pêcheurs

Fort du succès remporté par son village des artistes pêcheurs lors de la dernière édition, le Festiv'Art confie de nouveau à cinq artistes en art visuel de la région la mission de transformer en œuvres d'art des cabanes

CÉRAMYSTIC 2014

Du 21 juin au 1 juillet de 10 h à 18 h

Considéré comme un des plus beaux hameaux du Québec, Mystic accueille une trentaine de céramistes chevronnés, dont **sept nouveaux participants**. Cette onzième édition est un incontournable de la céramique québécoise. Le jardin et la galerie vous proposent une brochette variée de créations récentes incluant sculptures, objets décoratifs et fonctionnels.

Invités « coup de cœur 2014 »

Alexandra Kulinenko et Fedir Kurkehi... céramiques traditionnelles d'Ukraine.

« En galerie »

Le potier, 10 000 ans de complicité avec le cuisinier.

« Relève 2014 »

Katrina Colbourne, récemment diplômée du département de céramique du cégep du Vieux Montréal.

Guinguette « Mystic Dogs et FritzBurgers »

Aires de repos sous les parasols, musique d'ambiance, léger menu BBQ, bière, vin, cidre et jus divers pour vous restaurer.

ENTRÉE LIBRE

248, chemin Mystic, Mystic

Renseignements : 450 248-3551

www.ceramystic.com ceramystic@ceramystic.com





SOURCE INÉPUISABLE DE BIENFAITS

À AJOUTER À VOTRE AGENDA 2014

-  XTRAIL Asics : 24 mai
-  Course XMAN : 31 mai et 1er juin
-  Fête nationale suisse : 2 août
-  Symposium de sculptures : 8 au 17 août
-  Relais Bromont-Sutton JESF : 13 sept.
-  Festival d'automne du Mont SUTTON : Tous les week-ends du 13 sept. au 13 oct.

montsutton.com

montsutton.com/activites




Que buvez-vous?

What are you drinking?

Test et analyse bactériologique de l'eau – adoucisseur – traitement UV
Bacteriological and water analysis – water softeners – ultraviolet treatments

450 263-2226 • plomberiegoyer.com

Coiffure *Lise Gervais*



Coupe, teinture, balayage, reflets.
Produits naturels sans sulfates, sans ammoniaques.
Méthode chouchoué.

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

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

19, personnel: Sutton
jusqu'à la Bataillon Library

RETOUR DU MARCHÉ FERMIER À FRELIGHSBURG Les samedis matin, de 9 h à 12 h 30, jusqu'au 18 octobre

Le marché fermier de Frelighsburg, sur la **place de l'hôtel de ville**, est l'endroit où les producteurs alimentaires de Frelighsburg et des environs vous donnent à nouveau rendez-vous **les samedis matin** beau temps, mauvais temps (en cas de pluie, à l'intérieur de l'hôtel de ville).

Vous êtes conviés à venir y faire le plein de produits locaux savoureux et uniques, dans le cadre enchanteur d'un des plus beaux villages du Québec.

Les résidents et visiteurs y retrouveront leurs producteurs locaux préférés : La Girondine (canard, agneau, fromages du Gré des champs); l'Empreinte verte; Au Cœur de la pomme; Clos Saragnat (cidre et vin de paille); Domaine Pinnacle (cidre); La Serpe d'or (herboristerie); La Mie Bretonne (pains artisanaux frais et viennoiseries); Dominique Houle Créations Florales. Le marché accueillera également de nouveaux venus parmi lesquels Le Grand Ruisseau (lapin, caillies et produits préparés) ainsi que le stand de la Foire paysanne agricole et sa pléiade de produits bio et équitables enfin disponibles pour l'occasion à Frelighsburg! D'autres producteurs invités viendront ponctuellement vous faire découvrir leurs produits durant toute la saison (champignons, etc.)

Une gamme super variée de produits cultivés et préparés avec grand soin et localement.

C'est aussi VOTRE marché

Le marché fermier se veut un lieu de rencontres et d'échanges entre les producteurs et leurs clients, mais aussi un lieu de convivialité pour les résidents de la communauté et les visiteurs.

Mentionnons que les organismes sans but lucratif du village et des environs peuvent réserver une table gratuitement.

Par ailleurs, surveillez le babillard et la page Facebook du marché fermier de Frelighsburg, ainsi que les renseignements diffusés sur les différentes plateformes d'information (Bureau

d'information touristique, TAC, Messenger, etc.) au sujet des **DIFFÉRENTES ACTIVITÉS ET ATELIERS du MARCHÉ** (atelier de repotage, arrangements floraux pour les enfants, bricolage, etc.), destinés à la famille (petits et grands). Dans la mesure du possible, ces activités vous seront offertes gratuitement tout au long de la saison. Elles se tiendront durant les heures du marché, sous un abri ou à l'intérieur de l'hôtel de ville, ce qui permettra aux résidents et visiteurs de passer un bon moment sur le site du marché les samedis matin.

Comme agriculture rime avec culture, vous pourrez faire vos emplettes dans une ambiance festive et relax, au son de la musique jouée par vos musiciens locaux préférés en plus de découvrir de nouveaux talents parmi les professionnels du coin.

Invitation aux artisans et producteurs non alimentaires

Une nouveauté cette année, le marché accueillera un ou deux artisans sur son site les samedis matin. Les artistes et artisans devront être les créateurs de leurs œuvres ou de leurs produits (la revente est interdite). D'ailleurs, si certains d'entre eux veulent faire une démonstration de leur art, ils sont invités à le faire, comme dans le cas, par exemple, d'un artisan du bois qui pourrait travailler une pièce sur place.

Marché aux plants, fleurs et arbustes

En plus des denrées alimentaires, on pourra y trouver des plants pour le potager domestique, des arbres et des arbustes en plus de bénéficier des conseils des experts présents: Éric Sauvageau de Pépinière S.G.; la famille Bernier, pépiniéristes; Nicolas et Catherine de l'Empreinte verte et plus encore!


Renseignements ou réservation d'emplacement :

MARIE-JOSÉE FERRON 514 992-8705

ou mjfferron67@gmail.com

DB

VeloBrome inc 



*Au soin de votre vélo depuis 1995
Caring for your bicycle since 1995*

Venez voir les modèles 2014

Venez essayer l'**eVox** bicyclette électrique.
2 démos sur place. Temps de recharge 1 hr. max.

Come & try the **eVox** electric bicycle.
2 demos in-store. Max. charge time 1 hour.

Pour plus de détails visitez notre site Web!

Quelques vélos 2013 en liquidation!



Ouvert 7 jours
(Voir site Web)
Lun, Mar, Jeu : 10h à 18h, Mer : 13h à 18h
Ven : 10h à 20h
Sam : 9h à 17h
Dim : midi à 16h

1107, chemin Knowlton, West Brome
(450) 266-5822 www.velobrome.com





27, 28, 29 JUIN 2014

Vendredi : Montée, 19,5 km 18 h 30

Samedi : Contre la montre, 13,2 km 8 h 00
Courte course sur route, 17,5 km 13 h 00

Dimanche : Course sur route ABC, 112 km 8 h 00
Course sur route DEF, 98,5 km

info : 450 538-8455

Courriel : coupedesameriques@gmail.com
www.coupedesameriques.com



Contributionism

The Shoemaker in the village of Sutton offers a new way of doing business.

« Now, my shoe Boutique will work in Contributionism (Gifting) or budgetary contribution says Rafi.

Definition:

CONTRIBUTIONISM (Gifting): Exchange of goods and services between contributors without monetary compensation, or barter. Just made for free, to share the cost in money (if applicable).

BUDGETARY CONTRIBUTION: After being informed of the price of the article or the repair, the customer can decide the price, relative to his budget or investment of time that seems to be fair to him, i.e. between the cost of materials and the full price.

I have worked this way already for more than a year, and now I launch this concept to the public. I do not share the concerns of those who do business for profit, that the exchange will not be to their advantage. It has been programmed into us not to trust others and to see others as strangers and foreigners and separate from ourselves. I beseech you to cancel this way of thinking within yourself and be open to your unlimited potential.

Why do I do it? Is this a marketing strategy? Am I financially desperate? Have I fallen on my head? No, no and no. I do this because I choose to leave the hamster cage of this monetary system where money is King.

Since I feel united with you all and value every being on the planet, I feel torn by the idea of continuing to work within an economic system that creates fear of not having enough and the separation of each of us from each other. I do not charge my daughter to repair her boots, so why would I charge you just because you are not 'family' to me? Actually, you are family in a

sense, since I am connecting to my soul, I feel connected to you too; I feel One with the planet.

I dream and aspire to see the day when humanity starts to exchange our knowledge and our talents without asking for any currency exchange in return, just an exchange of energy with nothing attached.

I have faith in humanity; I trust in you; I do not necessarily need your money, I just need you to value my services and also receive all that my community has to offer, free of charge and voluntarily.

The question that follows is: without the exchange of money, how will I pay my rent, fuel, hydro, etc?

To be honest, I do not have a complete response for you; all I know is the direction in which I choose to proceed. The current state of our economic system and the separation between us all makes me afraid, more afraid than the previous question. Our power as creators will take us through the transition period to the total creation of Contributionism (Gifting and the Gift Economy).

That's why I turn to action. There's also my friend Joël Denis who is part of this daring project. Joël also offers these exchanges based on budgetary contribution and contributionism for his massage therapy services.

For those who don't know, in addition to the shoe making and shoe repair, I also offer my services as a life coach for individuals, couples or families experiencing difficulty of life in all areas.

If you want to learn more about the Contributionism (Gifting) please call me 514 929-6608. »

Lu Emanuel

translated from French



CALENDRIER des activités pour juin, juillet et août 2014 Calendar of events for June, July and August 2014

Tout l'été/ Throughout the Summer

- Musée du Chocolat

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

- Salle Alec et Gérard Pelletier, Carrefour culturel de Sutton

Spectacles 4-C, rue Maple, Sutton.
Info et réservations : 538-0486 www.salleagpelletier.com

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

- **Musée Missisquoi**, Stanbridge East. "50 objects for years celebrating the 50th anniversary of the Museum" -- Art exhibition of different artists on a rotating basis in the Paige Knight Gallery. Open daily 11 am. - 4:30 pm, May 25th to October 12th. Info : 248-3153 or www.museemissisquoi.ca

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

- **Theatre Lac Brome**, please consult the article on page 44 or the calendar at www.theatrelacbrome.ca Info: 242-2270

MAI / MAY 2014

- **Jusqu'au 30 mai** : Le Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham : **Benoît Desjardins 2** : L'imposante collection de l'artiste permettra de découvrir les œuvres en deux temps par une deuxième exposition qui suivra celle consacrée aux ateliers (9 au 23 avril). Info : 295-2621 www.ville.dunham.qc.ca

- **24 mai**, Parc Environnement Naturel de Sutton, X-Trail-Asics pour les adeptes de course à pied en sentiers, quatre courses sont offertes : un parcours de 1 km (pour enfants de 4 à 12 ans) et de 6.5, 11.8 ou 22 km.
Info : 819 345-6394 ou www.xtrailasics.com

- **31 mai et 1er juin**, Course XMAN au Mont SUTTON : Nouvel événement de course à obstacles remplie de défis qui se fait à pied dans un environnement naturel et une ambiance extrême. Info : www.montsutton.com

JUIN / JUNE 2014

- **jusqu'au 11 oct**, Marché du samedi, rue Curley à Sutton : produits cuisinés, légumes, plantes, produits de l'érable, artisanat et marché aux puces.
Info : 450 538-6748

- **juin**. Défi têtes rasées Leucan. Trois sites de rasages : le 1er juin, Galeries St-Hyacinthe ; le 8 juin, aux Galeries de Granby ; le 6 juillet, Carrefour Richelieu à St-Jean. Info : 450 378-5509 ou www.tetesrasees.com

- **jusqu'au 8 juin**, Galerie Arts Sutton présente *Impressions of a Fragile Nature* de Bernice Sorge. L'artiste nous propose un nouveau regard sur ses célèbres estampes botaniques, en travaillant par superpositions de significations et de procédés donnant lieu à un tissu d'ambiguïtés riche en interprétations Vernissage 10 mai, 14 h à 16 h. Info : 538-2563 ou www.artssutton.com

- **jusqu'au 16 juin**, les lundis de 9 h 30 à 12 h, Atelier UTA à la Bibliothèque de Cowansville, 608, rue Sud., Salle Pauline Martel : Découvrir les oiseaux chez eux! Serge Beaudette, formation professionnelle en ornithologie.
Info : 450 955-1164, suzanneclément@videotron.ca

- **jusqu'au 21 juin**, Le Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham : Une profusion de fleurs signée Madeleine Lemire. Info : 295-2621 www.ville.dunham.qc.ca

- **jusqu'au 18 oct.**, 9 h à 12 h 30, Le marché fermier de Frelighsburg, sur la place de l'hôtel de ville. Tout l'été, beau temps, mauvais temps : produits alimentaires de producteurs de la région (frais, de saison, variés, cultivés localement, naturels et souvent bio). Rens : 514 992-8705 ou mjfermon67@gmail.com

- **jusqu'au 26 oct.**, Musée de Sutton, « EXPO CANON » présente les recherches que le Dr Bull a menées pendant plus de 30 ans sur des super-canon capables de tirer sur de très longues distances.
Info : www.prohibitionsutton.org ou 450 538-2883

- **Until October**, Paige Knight Gallery at the Missisquoi Museum exhibits Artist Diana Dyer May 25th to July 4th; Sandra Fortier and her art students July 5th to August 2nd; Micheline Sansregret August 3rd - August 23rd; Constance Dekinder August 25th - September 13th; Madeleine Bélisle September 14th - October 12th. Info: 450 248-3153 or www.MissisquoiMuseum.ca

- **1 juin**, 14 h, Concert les Cordes à Vent. Église Saint-André de Sutton. Au programme: Vivaldi, Fauré, Baston, musique irlandaise et québécoise.
Info : 450 538-7480 ou www.cordesavent.ca

- **4 juin**, 19 h au terrain de l'exposition Agricole de Brome : spectacle Le Carrousel de la GRC, l'un des symboles nationaux les plus populaires. Entrée 5 \$.
Rens : 450 242-3976 ou 800 771-5401

- **7 juin au 12 juil.**, Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham. « Une image vaut mille mots » de IZA et GULLAUME. Vernissage 7 juin. Info : 295-2621 www.ville.dunham.qc.ca

- **7 juin**, 9 h, Parc Environnement Naturel de Sutton. **Corvée annuelle** sur les sentiers. Vous inscrire au moins une semaine à l'avance pour faciliter la planification de la journée (et du souper au sommet). **L'assemblée annuelle** suit le

lendemain au chalet principal du Mont Sutton à 13 h. Rens : 450 538-4085, ou info@parcsutton.com

- **7 juin**, 9 h à 16 h. Knowlton Academy, **Fêtons le jardin**. L'événement est une exposition et une vente de spécialités horticoles et d'articles décoratifs pour les jardins. Plusieurs producteurs horticoles et petits cultivateurs y offriront leurs plantes. Info : 450 243-0890 ou fetonslejardin@gmail.com

- **8 juin**, 14 h, Concert les Cordes à Vent Église Saint-Vincent-Ferrier d'Adamsville. Au programme: Vivaldi, Fauré, Baston, musique irlandaise et québécoise.
Info : 538-7480 ou www.cordesavent.ca

- **12 et 14 juin, 12 juil., 9 et 10 août, 7 sept.** Au Diable vert, excursion guidée de kayak à la pleine lune, 40 \$ / pers. Info et rés.: 538-5639 et www.audiablevert.qc.ca

- **12 au 19 juin**, Galerie Arts Sutton, Collectif d'artistes| encan silencieux. Vernissage : 15 juin 14 h. Info : 538-2563 ou www.artssutton.com

- **June 14**, Theatre Lac Brome : **Vintage Wine**, relive the explosive sounds of 1960's California. Info: 450-242-2270 or at www.theatrelacbrome.ca

- **14 juin**, 8 h à 14 h, Vente annuelle de livres de la Bibliothèque de l'école à la Légion canadienne de Sutton, 2, rue Curley (à l'intérieur). Info : 450 538 5843 ou sutton@reseaubibliomonteregie.qc.ca

- **14 juin, 12 juil et 9 août**, Parc d'environnement naturel de Sutton. Rando pleine lune. Info : www.parcsutton.com ou 450 538-4085.

- **19 au 22 juin**, Festifolies en Armandie à Saint-Armand : célébration annuelle des arts et de la culture de la région de Brome-Missisquoi. La presque totalité de la programmation est gratuite. Rens : 450 248-0330 www.festifolies.org

- **21 juin et 2 août, 13 juil**, Parc d'environnement naturel de Sutton. Rando oiseaux. Info : www.parcsutton.com ou 450 538-4085.

- **21 juin au 1er juillet** de 10 h à 18 h, 11e édition de CERAMYSTIC, au 248, chemin Mystic à Mystic. Une trentaine de céramistes chevronnés vous propose un jardin et une galerie avec une large brochette de créations récentes.
Info : 450 248-3551 ou www.ceramystic.com

- **22 juin**, 19 h à 17 h, Fête champêtre, Arts Sutton. Rendez-vous au jardin de Nicole Lafleur et François Champagne. Entrée 40\$.
Info : 538-2563 ou www.artssutton.com

- **23 juin** 11 h à 17 h, Atelier Art recyclé, Galerie art libre, 6 rue Principale S, Atelier ouvert à tous, des artistes aident les personnes intéressées à composer un assemblage sculpture à partir d'objets divers récupérés ici et là.
Info : 450 538-6660

- **24 juin**, à compter de 13 h. La St-Jean Baptiste. Hôtel de Ville : Levée du drapeau suivi d'un Défilé festif animé par une Fanfare. Parc Goyette-Hill : le Village des artistes et des artisans. avec des produits locaux et originaux, des expositions innovatrices, des jeux gonflables, des amusements pour tous. Une programmation musicale avec des artistes d'ici, de la danse, et des incomparables feux d'artifice. À 16 h, la « Grande Tablée » : de mets composés de produits traditionnels (porc braisé au feu de bois) Feux d'artifice.
Info : 450 538-8062 helene.cabana@sympatico.ca

- **27 juin au 20 juil**, 9 h à 17 h, Centre d'Art de Frelighsburg. Mnésique, oeuvres de Brigitte Normandin portant sur la mémoire du corps. Info : 450 298-5630

- **27, 28 et 29 juin**, La Coupe des Amériques. Course cycliste par étapes. Bénévoles! joignez l'équipe. Info : 538-5808 ou www.coupedesameriques.com

- **28 et 29 juin, Portes ouvertes sur la Route des vins**. Les 17 vignobles de Brome-Missisquoi reçoivent les gens en leur offrant un verre de vin accompagné d'un fromage du terroir, et ce, tout à fait gratuitement. Info : 888 811-4928 www.laroutedesvins.ca

- **28 juin, 13 sept. et 4 oct**, Parc d'environnement naturel de Sutton. Rando photo. Info : www.parcsutton.com ou 450-538-4085.

- **29 juin, 26 et 27 juillet**, Parc d'environnement naturel de Sutton. Survie en forêt. Info : www.parcsutton.com ou 450 538-4085.

JUILLET / JULY 2014

- **July 5th Opening until mid August** (visit web site for times and days), Theatre Lac Brome Feature: **The 39 Steps** : Mix a Hitchcock masterpiece with a juicy spy novel, add a dash of Monty Python.
Info: 450-242-2270 ou www.theatrelacbrome.ca

- **July 9th**, Knowlton House and Garden Tour. Tickets : 60 \$
Info: 450 242-2270 or www.theatrelacbrome.ca

- **10 juillet Ouverture** (visiter le site Internet pour l'horaire complet), Theatre Lac Brome : **L'éducation de Rita**. Une soirée charmante et intime au théâtre avec Albert Millaire et Charli Arcouette.
Info : 450 242-2270 ou www.theatrelacbrome.ca

- **11 au 20 juillet**, 10 h à 17 h., Galerie Arts Sutton, Tour des Arts, Exposition collective, 40 artistes. Vernissage : 11 juillet, 17 h à 19 h.
Info : 538-2563 ou www.artssutton.com

- **12 juillet**, 8 h à 13 h, Centre communautaire John Sleeth, 7, rue Academy. Bibliothèque de Sutton Library, vente annuelle de livres / Book sale. Prière d'apporter vos propres sacs / Please bring your own bags. Info : 538-0244

- **12 au 20 juillet**, 10 h à 17 h. Le Tour des Arts. Escapade culturelle qui mène aux ateliers et aux oeuvres de 40 artistes et artisans établis autour de Knowlton, Sutton, West Brome, Bolton et Mansonville. Info : 800 565-8455 www.tourdesarts.com

- **13 juillet au 18 oct.**, de 10 h à 18 h. Vignoble des Côtes d'Ardoise : Nature et création. Exposition de sculptures de 90 sculpteurs avec plus de 200 oeuvres. Entrée libre. Info : 450 295-2020 ou www.natureetcreation.ca

- **18, 25, 30 juillet en Français; July 19, 24, August 2 in English**, Theatre Lac Brome Nathalie Choquette – Diva by Night : music from opera to the French Can Can, Piaf, Aznavour, Charles Trenet, Kurt Weill and George Gershwin.
Info: 450 242-2270 ou www.theatrelacbrome.ca

- **19 juillet au 30 août**, (vernissage 19 juillet). Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham. «Ma ville – mon village ». Le Centre d'art de Dunham présente la 16e exposition collective des artistes de Dunham.
Info : 295-2621 www.ville.dunham.qc.ca

- **20 juil, 31 août et 21 sept**, Parc d'environnement naturel de Sutton. Rando myco. Info : www.parcsutton.com ou 450-538-4085.

- **25 juillet au 17 août**, 9 h à 17 h, Centre d'Art de Frelighsburg. Mille et une feuilles, les reliures d'art de Marie Grenier et les collages de Marc Thivierge sont réunis par un matériau commun: le papier. Info : 450 298-5630

- **23 juil. au 7 août**, Galerie Arts Sutton présente Champ de Mauve : Collectif de 25 femmes artistes amies de Muriel Faille, sous le thème du corset. Vernissage : 24 juillet 19 h. Info : 538-2563 ou www.artssutton.com

- **27 juil, 17 août et 7 sept**, Parc d'environnement naturel de Sutton. Flora botanica. Info : www.parcsutton.com ou 450 538-4085.

AOÛT / AUGUST 2014

- **2 août**, Fête Nationale Suisse. Mont SUTTON. Des activités et des spectacles sont au programme toute la journée et se poursuivent jusqu'aux petites heures du matin... Info : info@fedesuisse.com ou www.fedesuisse.com

- **8 août**, Salle Alec et Gérard Pelletier, 4-C, rue Maple, Sutton. Ciné-parc. Projection en plein air au Parc des vétérans. Info : 538-0486 ou www.salleagpelletier.com

- **8 au 17 août**, Symposium de sculptures Monumentum au Mont Sutton. Un forum international de haute qualité, orienté autour de la sculpture monumentale extérieure où le public est invité à assister à la création en direct d'un legs monumental. Rens : sculpturesutton.blogspot.ca

- **8 au 17 août**, Galerie Arts Sutton, Hommage à Robert Roussil une exposition en lien avec Monumentum International de sculpture de Sutton. Vernissage : 8 août 17 h. Info : 538-2563 ou www.artssutton.com

- **15 et 16 août**, Salle Alec et Gérard Pelletier, 4-C, rue Maple, Festival du violon en collaboration avec espace Sutton. Info : 538-0486 ou www.salleagpelletier.com

- **16 et 17 août**, Parc d'environnement naturel de Sutton vous invite aux Étoiles au sommet pour l'observation des Perséides et à l'exploration de la voûte céleste.
Info : www.parcsutton.com ou 450-538-4085.

- **16 et 17 août**, Salle Alec et Gérard Pelletier, 4-C, rue Maple, Sutton. festival de musique traditionnelle. Info : 538-0486 ou www.salleagpelletier.com

- **20 au 23 août**, Salle Alec et Gérard Pelletier, 4-C, rue Maple, Festival multi-média. Info : 538-0486 ou www.salleagpelletier.com

- **21 août au 28 sept.**, Galerie Arts Sutton, Raoul Duguay, Muriel Faille et Winston McQuade : *Trois natures, trois manières de donner à voir*. Vernissage : 24 août 14 h. Info : 538-2563 ou www.artssutton.com

- **22 août au 14 septembre**, 9 h à 17 h, Centre d'Art de Frelighsburg. Tout ce qui fait ce que nous sommes (suite), de petites sculptures de Louise Bellier, des maisons en papier sur pilotis qui fixent nos états d'âme. Info : 450 298-5630

- **23 août**, 10 h à 15 h, La Guilde des Tisserands de la Vallée de Sutton : portes ouvertes de l'atelier à West Brome. Rens : 450 538-0480

- **August 24**, 2p.m., SPCA Montérégie Fundraiser at Knowlton United Church: Wonderful concert in the afternoon 'Remember the Sixties' with over 15 'songs from the sixties' by John Barr, Family and Friends. Tickets \$10. Info : 450 242-1465.

- **August 29 and 30**, Theatre Lac Brome : **Bowser and Blue**, the well-loved comedic and musical duo. Info: 450 242-2270 or at www.theatrelacbrome.ca

- **29 au 31 août**, de 11 h à 18 h, Festiv'Art, une centaine d'artistes peintres qui exposent plus de 3000 oeuvres sur les pelouses et parterres de Frelighsburg. Au programme : « Art Battle » le 29, musique enlevante, couleur et originalité! Détails p. 45. Info : 298-5558

- **29, 30 et 31 août, 1 sept**. Exposition Agricole de Brome/ Brome Fair.
Info : www.bromefair.com ou 242-3976



Beverly de Winter, c.i.
(450) 405-6866



John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Reginald Gauthier, c.i.a.
(450) 531-3652



Pierre Leblond, c.i.
(450) 405-9501



Lilian Sharko, c.i.
(450) 405-7512



Sutton: Au Mont Sutton, condo ski in ski out de 3 chambres sur 3 étages avec vue sur la montagne. Possibilité d'une 4^e cac au sous-sol. **279 000 \$** (9078583)

Pierre Leblond, c.i.
(450) 405-9501



Sutton: Belle propriété à distance de marche du village, sur un terrain de 5 acres paysagé avec piscine creusée. **549 000 \$**

Pierre Leblond, c.i.
(450) 405-9501



Sutton: À quelques pas des pistes de ski et de randonnée, confortable condo de 3 chambres (poss. 4e au sous-sol). Très éclairé avec 2 grandes portes-patio avec vue des montagnes. **275 000 \$** (10687859)

Pierre Leblond, c.i.
(450) 405-9501



Mont Sutton: Grande maison pièce sur pièce de 4 chambres à coucher, 2 foyers, garage, avec vues sur les pistes de ski. **449 000 \$**

Pierre Leblond, c.i.
(450) 405-9501



Sutton: Chalet rustique agrandi et rénové avec 2 chambres au rdc et un loft à l'étage supérieur. Rez-de-jardin aménagé avec foyer à combustion lente. (23208939)

Pierre Leblond, c.i.
(450) 405-9501



Abercorn: Spacieuse maison à étages dans le village. Espaces à aire ouverte confortables au rez-de-chaussée avec pl. de bois franc. Grand studio/atelier séparé. Accès facile aux pistes cyclables et à la frontière américaine. **209 000 \$** (10266226)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Sutton: Beau grand terrain de 5 acres avec droit de construire. Beaucoup d'arbres matures, facile d'accès avec entrée établie, source d'eau, ruisseau et vue des montagnes. **89 000 \$** (9771526)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Sutton: Une retraite dans la nature. Maison contemporaine surplombant les montagnes Vertes du Vermont. Elle est lumineuse, de facture moderne avec ses plafonds de 9' et ses planchers en érable. Exposition vers le sud et une bonne isolation réduisent vos frais d'énergie. **479 000 \$** (16802326)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Sutton: Maison de 3 ch. nichée dans un environnement boisé et tranquille. Un salon avec de grandes fenêtres, un foyer et un toit cathédrale, cuisine et SÂM à aire ouverte. Le ski, le golf et le cyclisme tout à proximité. **350 000 \$** (23191057)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Abercorn: Domaine d'inspiration traditionnelle de 5 ch sur 25 ac. de forêt. Grand salon/salle à manger (plan-ouvert) avec pl. 9' et foyer en pierres. Chalet séparé de 2 ch et un atelier avec garçonnère. À 10 min. de Sutton. **675 000 \$** (12914831)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Sutton: Maison confortable sur ch. tranquille à 5 min. du village. Cette propriété offre plusieurs rénovations de bon goût, une nouvelle sdb, un nouveau toit et plus. Près du ski, de la randonnée, du vélo, avec un étang baignable et un charmant ruisseau. **349 000 \$** (13499905)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Sutton: Superbe maison de 6 ch. sur un terrain privé de 2 acres. Cette propriété offre toutes les commodités du mode de vie contemporain. Chambre princ. avec sdb attenante au r-d-c et de grands espaces de vie, vue sur le mont Pinnacle. **699 000 \$** (9528002)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Sutton: Résidence ensoleillée de 3 ch, sur plus d'un acre. Espaces de vie à aire ouverte pl. en bois franc et céramique. À quelques min. de Sutton. Grandes terrasses, jardin de vivaces et potager. **286 000 \$** (1865357)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Sutton: Résidence centenaire sur 38 ac. de forêt. Cette maison de 4 cac est entourée d'arbres matures. Des rénos de base ont été complétées, telles électricité, galerie et plan ouvert. Beau potentiel de subdivision selon zonage municipal spécial dans la zone agricole. **495 000 \$** (15432836)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Lac-Brome: Fermette de 6,4 acres, située sur un chemin tranquille entre Sutton et Knowlton. Maison de ferme avec poutres d'origine, grande chambre des maîtres et une terrasse extérieure ensoleillée. Étang & un ruisseau. **309 000 \$** (12598528)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Sutton: Secteur Mt-Echo. Deux résidences sur près de 10 ac. dans les montagnes. Maison de 4 cac et chalet avec étang et ruisseau dans un cul-de-sac. Entre Sutton et Knowlton avec accès aux sentiers pédestres. Une rareté. **689 000 \$**

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



48 acres vues, étang, ruisseau: Maison avec de grandes pièces, foyer, poêle à bois. Garage/atelier/studio 36 X 90. Beaucoup de possibilités! **589 000 \$**

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252 et
Beverly de Winter, c.i. (450) 405-6866



Une oeuvre d'art! Maison en bois rond à poutres et poteaux nichée sur 30 acres privés. Grandes pièces, plafonds hauts, foyer, 4 cac, 3 sdb. Conçue avec une précision de finition et avec une technologie de pointe. **895 000 \$** (15420399)

Lilian Sharko, c.i. (450) 405-7512
Reginald Gauthier, c.i.a.
(450) 531-3652



Le charme champêtre! Trésor de West-Brome. Maison de 2 étages restaurée avec goût surplombant un ruisseau pittoresque. Grande addition avec le charme et le caractère originaux. **300 000 \$** (8538162)

Lilian Sharko, c.i. (450) 405-7512
Reginald Gauthier, c.i.a.
(450) 531-3652



Chemin Stagecoach: 3 maisons sur plus de 8 acres, vues des montagnes, privées, avec étang baignable+. Idéal pour grande famille, pour un investissement, des revenus de location, plusieurs possibilités. **725 000 \$** (8538162)

Lilian Sharko, c.i. (450) 405-7512
Reginald Gauthier, c.i.a.
(450) 531-3652



Sutton: Votre domaine de rêve sur 260 acres avec vues panoramiques des montagnes, étang, grange, cabane à sucre et maison d'invités. Cette résidence 2010 conçue par un architecte vous éblouira! **2 660 000 \$** (8222150)

Beverly de Winter, c.i. (450) 405-6866
& My Vân Robic, c.i. (450) 538-0839



4 acres et vue de montagne. Grande famille? Projet de gîte touristique? 5 grandes cac, 6 sdb, à 10 minutes du ski, étang baignable, terrain bien aménagé. Une occasion pour toutes les saisons! **589 000 \$** (8674592)

Beverly de Winter, c.i.
(450) 405-6866



Accès au lac! Maison de qualité de construction récente. Concept ouvert et toit cathédrale. 3 CAC, 2 SDB, garage-atelier. **259 000 \$** (19162157)

Beverly de Winter, c.i.
(450) 405-6866



Au Mont Sutton: condo ski in ski out de 3 cac plafond cathédrale, vues sur les montagnes. Nouveau prix **275 000 \$** (9755908)

Pierre Leblond, c.i.
(450) 405-9501



Porte d'entrée à Sutton: Maison centenaire, 4 cac sur 5 ac., entourée d'arbres matures. Plafonds hauts, grande cuisine, pl. en bois. Mettez-la au goût du jour. Superbes vues des montagnes. **299 000 \$** (21183498)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252