

**AUTOMNE
FALL 2014**

Volume 32 no 1
32 ans / 32 years

LE TOUR

www.letoursutton.com

GRATUIT
FREE

Sutton
Dunham
Frelighsburg

La vacuité/Vacuity Jacinthe Comeau

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



Advertisers' INDEX des annonceurs

Rubrique/Category	Entreprise/Business	Tél.	Page	Rubrique/Category	Entreprise/Business	Tél.	Page	
Activités, sports, loisirs, attraits	Alpagas Sutton (activités éduc., boutique)	538-1538	35	Métiers, services professionnels	Claude Migué (arp-géomètre)	263-5252	38	
	Au Diable Vert (plein air)	538-5639	34		Denise Verville (initiation au Tarot pratique)	295-3462	32	
	Balnéa (centre thermique et spa)	534-0604	23		Désourdy salons funéraires	263-1212	8	
	Cinetik (vente et rép. de vélo, équip ski)	538-1313	37		For.Éco (Ing. forestier)	242-1366	11	
	Les Rochers Bleus (golf et auberge)	538-2324	23		Fournier et Tremblay (arp-géomètre)	263-8333	42	
	Mont Sutton (ski alpin)	538-2545	37		La Forge D'Oil	538-0891	30	
	Nathalie Berger (QiGong)	298-1463	11		Le Complexe Funéraire Brome-Missisquoi	266-6061	38	
	Qi Gong des Saisons (exercice, médit.) (514)	522-8612	11		Marjolaine Bédard (jeux de sable thérapeut.)	538-6767	43	
	Satya Yoga (514)	299-2707	26		Mont-Minou (auberge pour chats)	538-0718	3	
	Tango Querido	242-2755	11		R3 Production (transferts sur DVD)	266-4548	46	
Événements	Arts et métiers d'art (exposition)	299-2146	12	Selma Greenberg-Ludmer (professeure de piano)	538-2372	38		
	Canard en fête	242-6246	22	Studio Sénik	538-5687	34		
	Expo Brome Fair (agricole)	242-3976	16	Vétérinaires Mountainview	263-6460	43		
	Festival de Jazz Sutton	292-3835	13	Virginie Catenne (design d'intérieur)	538-0922	10		
	La Tournée des 20 (888)	811-4928	12	Voyages Vacancia	538-0443	46		
	Le Festiv'art	298-5558	13	Construction/rénovation	Courvoisier Construction	295-2094	42	
	Alimentation/Food	Atelier Bouffe (cadeaux)	538-2766		4	Excavation François Côté	538-2516	30
Au coeur de la pomme		298 5319	21		GéoReno (architecte paysagiste/entrepre.)	819 560-2824	40	
Au Naturel (aliments naturels)		538-3720	41		La Charpenterie	775-0982	27	
Boulangerie Abercorn Bakery		538-6453	8		Les Entreprises Guitim (mini-excavation)	538-3210	31	
Boutique Gourmet (Canards Lac Brome)		242-3825	25		Les Maisons Trigore	775-5630	31	
Chez Matis (traiteur, plats cuisinés)		538-6444	5		Plomberie 4 H	931-3210	42	
Cidrerie du Domaine Pinnacle		298 1222	17		Plomberie AG	266-0227	43	
Dessine-moi un pain		558-1614	39		Plomberie Gaëtan Goyette	538-3210	32	
Domaine de Dunham (pommes et petits fruits)		295-1155	28		Plomberie Goyer	263-2226	45	
IGA (épicerie)		538-2211	33	Raynald Poirier (électricien)	538-3424	38		
Le Comptoir du marchand de thé	538-2002	36	Légal	Marcel Tétreault (notaire)	538-3577	8		
Les Jardins de la Colline	263-5997	28		Architectes	Atelier A. Bellavance	534-1616	8	
Marché Tradition (épicerie, comptoir SAQ)	298-5202	10	Atelier Johanne Béland		538-0605	38		
Pierre Pettigrew (miel et produits dérivés)	298-5451	5	Eden Greig Muir		298-1212	39		
Pur Animal (alimentation pour animaux etc)	263-3030	39	Immobilier/ Real estate	Agence Immobilière Sutton	538-1881	32		
Sobaya (nouilles biologiques)	888 424-3336	37		Coldbrook	242-1166	48		
Vignoble Domaine Bresee	538-3303	30		Immeubles Dwyer	298-5341	11		
Boutiques	Les Stores Sutton	538-5151		4	John Boudreau (agent Coldbrook)	531-5252	10	
	Ski	Plaisirs Tabous (érotique)		266-7393	20	Les Condominiums Frelighsburg	298-5202	13
		Boutique de ski Mont-Sutton		538-1199	20	Luc Giguère (Re/Max)	531-5886	42
	Vêtements/Clothing	Au Rendez-vous de la mode		538-2228	26	ReMax Knowlton	242-1113	7
		Boutique Nath'Elle		538-0292	3	Royal LePage Action	538-3800	9
		Urbaine des Champs		538-2573	27	Sébastien Kaempf (Re/Max)	538-1555	39
		Woolrich		243-0058	36	Sotheby's International	577-0272	15
	Antiquités	Antiquité G. Chamberland	295-1190	8	Restaurants avec licence	Aux 2 Clochers	298-5086	38
		Brocante Baroque	n.d.	19		Bistro Beaux Lieux	538-1444	28
		Chic campagne	538-5151	43		Le Cafetier	538-7333	5
Artisanat, art	Atelier Pluriel et Singulier (Poterie)	248-3527	21	Lyvano		298-1119	21	
	Galerie Art-libre	538-6660	10	Tartin' izza Café		538-5067	26	
	Kokûn (boutique cadeaux, décoration)	538-6116	12	avec licence de bar		Auberge et Spa West Brome	266-7552	24
	La Galerie Rouge- Art contemporain (450)	815-0551	35		La Fontaine	538-3045	31	
	Les Imagiers	538-1771	43		Mocador Pub	538-2426	39	
	Mill Pond House (art de vivre)	577-3990	18	Santé, soins personnels/ Health care	Catherine Ferron (acupuncture)	538-6371	11	
Studio d'art Constantin	538-3758	36	Catherine Foisy (ostéopathe)		558-3943	36		
Fleuristes, jardins, paysagement	Au coeur des saisons (et cadeaux)	538-0388	29		Dre Snezana Stanojlovic (trait. varices, rides)	243-0005	10	
	Dubois Aménagement	242-1992	41		Mieux-être Sutton (regroup. de professionnels) voir annonce	14		
	GraminForme (paysagiste, consult. horticole)	522-0650	10		Pharmacie Brunet	538-0055	8	
	Pépinière S.G. (plantation d'arbres)	298-1431	40		Coiffure/ Hairdressers	Coiffure Lise Gervais	538-3853	4
	Plantation des frontières	248-3575	46	La Boucletterie		538-0717	41	
	Pro design (gestion de projets, aménag.)	521-6731	46	Soins, massages	Daniel Laberge (massot., méditation, yoga)	538-3676	11	
Hébergement/ Lodging	Gîte Vert le Mont	538-3227	3		Le corps passage (art-thérapie, Qi-Gong)	450 284-0588	11	
	La Bergerie	538-1379	10		Marie Poirier (massothérapie)	538-8282	4	
	Les Caprices de Victoria	538-1551	8	Véhicules, accessoires	Auto Place	538-2236	39	
	Avec/ With restauration	Auberge des Appalaches	538-5799		3	Lamothe Énergie (station de service)	298-5000	19
Le Pleasant		538-6188	27		Max Gagné et fils (équip. agricole et de jardin)	538-2009	45	
Information touristique	Corp Dév. Écon. Sutton	538-8455			Mécaniciens Famille Morse (entretien)	538-2308	42	
					Automobile	Cowansville Mazda	263-8888	6
					Cowansville Nissan	263-8889	6	
				Cowansville Toyota	263-8888	6		

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

Nouveautés automne-hiver 2014-15 arrivent !

50% de rabais sur la collection été 2014

- Lingerie Elita

La vente 16^e anniversaire aura lieu samedi le 23 août.

50 à 70% de rabais dans l'entrepôt

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

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

Trouver le mode vacuité

Quand une personne parle de ses vacances, elle mentionne souvent les activités qu'elle a pratiquées ou la destination qu'elle a visitée. Mais, elle pourrait aussi exposer comment et où elle a généré, en vacances, de la vacuité pour se libérer. Vacuité de routine, de responsabilités, de tâches journalières... S'alléger de ce qui pèse pour profiter allègrement de ses journées, de ses activités, de sa destination.

Quand on génère un vacuum, ce qui est à proximité tend à le remplir, comme pour l'intérieur d'un aspirateur. Un ordinateur portable, un cellulaire, la télévision peuvent devenir des objets perturbateurs par où passe la réalité des autres pour remplir la vacuité que l'on voulait conserver pour ses aspirations personnelles. Bien sûr, d'aucuns acceptent de posséder un verre à moitié... vide pour combler le reste à son aise. Si la vacuité se trouve partout, à divers degrés, en alternance d'état de vide ou de plein, il n'y a pas de guide qui explique comment créer un vide essentiel et sur l'art de bien le remplacer par la suite. Qu'il s'agisse du verre ou de la bouteille, du réservoir à essence ou du réfrigérateur, du travail ou du temps libre... des états de vide et de plein se succèdent. Est-il suffisant de comprendre les nuances de la vacuité pour en générer dans sa vie chaque jour? Par quoi remplacer adéquatement la vacuité quand on la trouve? Cela exige une réflexion personnelle sur ses préférences et besoins.

Cet automne, la vacuité pourrait se traduire par une nature qui se vide de ses tons de vert pour combler les paysages de couleurs riches et vives. Les jardins, les vignes et les vergers se feront purger de leurs récoltes pour remplir les paniers des meilleurs aliments que la région peut offrir. Les ateliers d'artisans et d'artistes se dépouilleront de leurs productions pour remplir de gaieté vos espaces qui en exigent. Le bruit des pas des randonneurs sur les feuilles mortes et celui des chaînes qui passent dans les dérailleurs seront remplacés par des notes de Jazz, de Blues...

En terme absolu, la vacuité n'existe pas dans la région. Cependant, on la découvre sous forme d'état, en roulement entre le besoin de faire le vide et de combler sa plénitude.

Ce numéro du journal Le Tour a proposé l'exercice à ses collaboratrices et collaborateurs, chacun dans son domaine respectif, afin d'évoquer chez la lectrice et le lecteur une évaluation de ses plus précieux besoins de vacuité.

Bonne lecture!

Denis Boulanger

In search of vacuity

When someone talks about their vacation, they often mention the activities they enjoyed or the destination that they visited. But they could also explain how and where they generated some vacuity to liberate themselves during their vacation. Vacuity from routine, responsibilities, daily chores... to lift the burden that weighs them down so that they can merrily enjoy the time away, the activities and the destination.

When we generate a vacuum, all that is in proximity has a tendency to fill it, like a vacuum cleaner does. A portable computer, a cellular phone, or a television may become disruptions bringing the reality of others to fill the vacuity we would have loved to conserve for our personal aspirations. Of course, some would happily accept a glass that is half empty... to fill the rest up as they please.

If vacuity can be found everywhere and to varying degrees between emptiness and fullness, there is no guide that explains how to create essential vacuity or how to replace it properly thereafter. Be it a question of a glass or a bottle, a tank of gas or a refrigerator, of work or play... the varying states of emptiness and fullness succeed one another. Is it enough to understand the nuances of vacuity to generate some in one's life each day? What should replace vacuity when one finds it? The answer requires a personal reflexion about one's preferences and needs.

This Fall, vacuity may manifest itself in nature as the shades of green fall away, filling the landscapes with rich and vivid colours. Gardens, vines and orchards will give their bounty to fill baskets with the best produce the region has to offer. Artists' and artisans' studios will be dispossessed of their production to bring cheer to the spaces that need it. The sound of hikers crunching through the leaves and the sound of chains running through derailleurs will be replaced by notes of Jazz and Blues...

In absolute terms, vacuity doesn't exist in our region. However it can be found in the ever-shifting need to empty one's soul and fill it with plenitude.

This issue of Le Tour proposed an exercise to its contributors in their respective domains, in the hope that their reflexions could encourage the reader to evaluate his or her most precious need for vacuity.

Happy reading!

Denis Boulanger

SOMMAIRE

La nuit sera lumière, le repos sera danse	4
Les enfants aiment les fusées de Gerald au musée!	5
Festiv'art	7
Empty Mind, Tempting Mornings	8
William Frederick Vilas, industriel, maire et député	10
UTA Brome-Missisquoi	11
Projet ÉCOSPHÈRE ET LA VACUITÉ	12
Bande dessinée	15
Vacuité et mémoire collective	16
« Vive le Québec, ou : Vacuity » ?	18
School's Out for Summer... Already?	18
Vacuity's Victory	19
VACUITÉ insaisissable	19
The Sutton Jazz Festival	20
Par vents de face! Bandes dessinées et musiques	21
La Tournée des 20	22
A Vacuity of Birds: The Passenger Pigeon in Missisquoi County	23
Jacinthe Comeau, aquarelliste et peintre	24
Centre d'Art de Dunham	25
Galerie Arts Sutton	26
L'univers fonctionne	28
Quoi de Neuf? Artisan Show and Sale	29
Promouvoir la vacuité	30
Plus d'un régal	31
Au-delà des mots	31
La 13 ^e édition de Sutton en Blues	32
L'exposition de Brome	33
"There is another world but it is in this one."	33
Vacuity is Anathema for any Genuine Home!	34
Faire le vide à la montagne cet automne!	35
Nature	36
Le vide en soi...	37
Chronique du coach	38
Où est Three Pines?	38
Vacuité, criminalité et châtement dans le Comté de Brome...	39
Le vide est plein	40
La vacuité et l'eau dans l'univers	40
Children and Enthusiasm	41
L'acrophobie...le vide, l'absence!	42
Remplir le vide	43
La Vie Dehors Sutton... en échappée!	43
Another article successfully written	44
Earworms and Emptyness	44
Filling in the gaps	44
Le Canard en fête, un plaisir pour tous	45
Monsieur Plantain	46
Le vide et le plein...	46
Calendrier régional	47

À la Une / Cover : Jacinthe Comeau Voir p.24



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 manger?"
Gastronomie de Haute Volée
Certification Facebook

234, Ch. Maple, Sutton, Qc J0E 2K0
450 538 5799
www.auberge-appalaches.com



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
Kelli Ann Ferrigan

Collaborateurs
Nicole Bernard, Mireille Brisset, Jessica Brown, Laurent Busseau, Micheline Côté, Heather A. Darch, Martin Dubois, Francine Dubuc, Lu Emanuel, Diana Frizzle, Lynda Graham, Michel Guibord, Aurelien Guillory, Katia Heppell, Debbie Hornig, Janna Hubacek, John Jean, Mireille Joly, Daniel Laberge, Daniel Laguitton, Catherine Lalonde, Lawrence Lefcort, Stéphane Lemardel, Marie-José Leclerc, Richard Leclerc, Patricia Lefèvre, François Marcotte, Mariah McKenney, Lise F. Meunier, Jeanne Morazain, Louise Paiement, Wilder Penfield, Trisha Pope, Michel Racicot, Annie Rouleau, Jay Sames, Jean Sicotte, Mireille Simard, Gaél Steinmetz, Eddy Szczerbinski, Ramon Vitesse, Meaghan Westover, Chevalier Weillbrenner.

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



La nuit sera lumière, le repos sera danse

Dès le 5^e ou 6^e siècle de notre ère, Bodhidharma, moine bouddhiste auquel on attribue l'introduction en Chine du bouddhisme Chan (qui devint l'école Zen au Japon), mettait en garde ses disciples contre la tendance du mental à s'attacher à des concepts qui contredisent l'expérience qu'ils désignent : « Les Bouddhas parlent de la vacuité pour détruire les compréhensions erronées qu'on en a. Mais si vous vous attachez à la vacuité, les Bouddhas eux-mêmes ne peuvent plus rien pour vous ».

rien. [...] Il ne vit rien, et ce néant était Dieu... » Le même Eckhart affirme ailleurs : « Dieu, en effet, n'est ni ceci ni cela. C'est pourquoi un maître a dit : "Si quelqu'un se figure connaître Dieu et qu'en même temps il a connaissance de quelque chose, il ne connaît pas Dieu" ». Dans le même esprit, Huston Smith, dans *Les Religions du Monde*, rapporte l'invocation suivante prononcée avant une cérémonie dans un temple hindou : « Seigneur, pardonne trois fautes dues à mes limites humaines : tu es partout et je te vénère en un lieu, tu n'as pas de forme et je te vénère sous certaines formes, tu n'as pas besoin de louanges et je t'offre prières et louanges... »

Coiffure Lise Gervais

Coiffe, teinture, balayage, reflet.
Produits naturels sans alcool, sans ammoniaque.
Méthode cheveluée.

Lise et Geneviève Gervais vous accueillent les jeudis, vendredis et samedis.
Sur rendez-vous seulement
450 538 3853 ou 450 216 2226

19,avenue de Sutton
(à l'ouest de l'Église Notre-Dame)

Plus il fait couler d'encre, plus le mot « vacuité » rejoint dans la contradiction son synonyme spirituel, le mot « silence », mot que l'on ne peut prononcer sans faire de bruit. La vacuité que l'on commente n'est pas la Vacuité suprême, aurait dit le vieux Lao-Tseu qui affirmait aussi que « si l'argile donne au vase sa forme, c'est le vide intérieur qui fait de lui un vase ». Matière et forme sont les manifestations transitoires d'une vacuité agissante. Mais qu'est donc cette vacuité?

Dans un commentaire au sujet de ce que le sanskrit désigne par « sūnyatā », le Rinpoche tibétain Ringou Tulkou apporte cette clarification : « *nyat* ne signifie pas "vide". C'est un mot très difficile à comprendre et à définir. C'est avec réserve que je le traduis par "vacuité". La meilleure définition est, à mon avis, "interdépendance", ce qui signifie que toute chose dépend des autres pour exister. [...] Tout est par nature interdépendant et donc vide d'existence propre ». Autrement dit : concepts et noms sont des conventions qui nous servent à désigner, à des fins pratiques, des manifestations transitoires indissociables du Tout dont elles émanent. Le monde phénoménal peut donc être comparé à une houle sur un océan de vacuité dont aucun marin n'a jamais pu rapporter dans ses bagages une seule des vagues qui remplissent ses récits de voyage.

La vacuité fertile dont il est question ici ne doit pas être confondue avec le vide stérile du nihilisme. Maître Eckhart (1260-1328), le plus taoïste des théologiens chrétiens, illustre ce point dans un sermon où il commente la célèbre chute sur le chemin de Damas : « Paul se releva de terre et, les yeux ouverts il ne vit

Le mental est un outil bruyant que l'on doit faire taire pour accéder à l'expérience de la vacuité vivante. « Est-ce que le bavardage entre mes deux oreilles vous dérange? », demandait à son auditoire Rokelle Lerner, pionnière dans la reconnaissance des traumatismes d'enfance des adultes ayant grandi dans des foyers dévastés par l'alcoolisme et la toxicomanie. Toute « réflexion » au sujet de la vacuité n'en produit, comme son nom l'indique, qu'un reflet. En faisant taire le bruit des concepts, certaines pratiques comme la méditation assise (Vipassana, Zazen, etc.) facilitent l'expérience du silence fertile qu'est aussi la vacuité.



La vacuité joue un rôle central dans la plupart des traditions spirituelles et la tradition biblique ne fait pas exception avec son imprononçable Tétragramme YHWH qui fut, selon la Bible hébraïque, entendu par Moïse au sommet du mont Horeb lors de l'épisode du Buisson ardent. Ces quatre consonnes expriment la racine du verbe « être » : si quatre lettres donnent au nom de Dieu sa forme, c'est le silence du nom imprononçable qui exprime le mieux l'océan d'Être sur lequel ondulent les vagues de tout ce qui existe. « Ex-ister », c'est, à la lettre, « sortir de l'Être ».

Le vaste éventail des exercices spirituels orientaux (comme le tir à l'arc, le maniement de l'épée, la cérémonie du thé, l'arrangement floral, le Tai-Chi, etc.) comprend également la calligraphie et ces quelque mille mots au sujet de la vacuité peuvent être illustrés et résumés par l'image de l'Ensō (qui signifie cercle en japonais). L'Ensō est une expression calligraphique du moment où la main qui tient le pinceau est libérée des chaînes du mental : la fleur de la créativité s'épanouit alors dans le vase humain qui médite. L'ouroboros des traditions antiques et des alchimistes (serpent qui se mord la queue) et l'aurole dorée qui surplombe la tête des saints de la tradition chrétienne sont d'autres représentations de cette vacuité qui est aussi plénitude et que le poète T.S. Eliot invoque en ces mots :

« Pas un geste, ai-je enjoint à mon âme,
Attends sans espoir car tout espoir se tromperait d'objet;
Attends sans amour, car tout amour se tromperait d'amant;
Reste la foi, mais comme l'espoir et comme l'amour
Elle consiste à attendre,
Attendre sans penser, car on n'y est pas prêt :
La nuit sera lumière, le repos sera danse. »

Daniel Laguitton www.granby.net/~d_lag

Massothérapie
Marie Poirier
Membre FQM
25 ans de pratique

Massages. Suédois
• Shiatsu
• Pierres chaudes
• Lomi-Atsu

Reçu pour assurances
Certificats cadeaux

Sutton
Tél : (450) 538-8282
mariepoirier@gmail.com

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 Absorption

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, JOE 2K0 | Jeudi au samedi 10h30 à 16h | gdesjardins.storesutton@gmail.com | Dimanche 12h à 15h

atelier bouffe

RÈGLE

№3

les récoltes

OBJETS DE CUISINE ET DE MAISON

ÉPICERIE FINE

14, RUE PRINCIPALE SUD,
SUTTON
450 538 2766

LES ENFANTS AIMENT LES FUSÉES DE GERALD AU MUSÉE!

La fermeture du **Space Research Institute**, il y a déjà plus de 30 ans, a certainement laissé un grand vide dans la région. En effet, Gerald Bull a créé des centaines d'emplois à Highwater dans les années 60 et 70. De nombreux employés, qui vivent toujours dans la région de Mansonville, ou même de Brome-Missisquoi, retrouvent avec plaisir les photos où ils se reconnaissent,



sent, fiers de parler de cette expérience de travail, à leurs enfants ou à leurs petits-enfants, dans le clip présenté dans la nouvelle salle du musée.

Parlant des jeunes, disons qu'ils sont très impressionnés par les dix fusées présentées au musée. Aussi, nous avons créé plein d'activités pour plaire à cette clientèle de visiteurs d'ici la fin de l'**expo canon**. Rappelons d'ailleurs que l'entrée est **gratuite** pour tous les « 17 ans et moins! » Les plus petits sont très heureux de découvrir dans la salle d'exposition temporaire une table à dessin où ils peuvent colorier une fusée ou en dessiner une à partir des modèles qui les entourent.

Dessine et fabrique ta fusée au musée et Les citrouilles de l'espace!

Le musée est aussi fier de participer à l'évènement **Journées de la culture** le samedi 27 septembre, de 13 h à 16 h. Sous le thème **Dessine et fabrique ta fusée au musée**, les jeunes pourront

concevoir leur propre fusée avec des produits recyclés (carton, papier plastique, etc.), accompagnés par des artistes en art visuel. Leurs oeuvres seront ensuite suspendues, jusqu'à la fin de l'exposition, dans l'espace du garage, la nouvelle salle d'exposition du musée. Cette activité est **gratuite**, tout comme **Citrouill'Art 6** qui est de retour pour une sixième édition. Le thème de cette année est **Les citrouilles de l'espace!** Il y a quatre catégories de participants : les tout-petits de 5 ans et moins; les jeunes de 6 à 12 ans; les ados de 13 à 17 ans et les adultes **de toute la région de Brome-Missisquoi**. Les centres de la petite enfance, les écoles, les maisons des jeunes ainsi que les adultes au cœur jeune peuvent y participer... Tous les détails sur cette participation : museedelhaloween2014.blogspot.ca.

Les citrouilles seront exposées pour la fermeture de l'expo canon le **vendredi 24 octobre** pour les jeunes des garderies et des élèves de l'école de Sutton, puis le **samedi 25** et le **dimanche 26 octobre, de midi à 16 h**, pour tous les autres. Les visiteurs sont invités à voter pour déterminer les gagnants (un vote par personne). Tout adulte doit payer les frais d'entrée pour **GERALD BULL, L'EXPO CANON** pour voter et courir la chance de gagner des prix offerts par les partenaires. À la fin de la journée du dimanche 26 octobre, on déterminera les prix offerts aux participants ayant réalisé les citrouilles les plus originales selon le vote du public. Les citrouilles non réclamées décoreront la rue Principale. **On a bien hâte de voir tous vos chefs-d'œuvre**. Visitez régulièrement museedesutton.com pour en savoir plus sur nos activités.

Musée de Sutton, les samedis et dimanches, de midi à 16 h, jusqu'au 26 octobre 2014

32, rue Principale Sud
450 538-2883

Richard Leclerc
président
richard@publiciterre.org



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

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

- Brioches 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
- Céviché 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

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

Miel de la Ferme Pettigrew
Pierre Pettigrew, apiculteur

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

Nous serons à l'EXPOSITION DE BROME les 29, 30, 31 août et 1er sept. et au MARCHÉ de SUTTON tous les samedis.

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

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

COWANVILLE



www.cowanvillenissan.com

Enfin de retour chez nous:

**NISSAN MICRA
 2015**

Seulement **11 398 \$**



DÉCOUVRIR un nouveau sens

185, rue de Salaberry 450 263-8889

COWANVILLE



www.cowanvillemazda.com

mazda 3 2014



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

MEILLEURE PETITE VOITURE
 DE MOINS DE 21 000 \$
 SELON L'AJAC 2013



vroum-vroum

155, rue de Salaberry 450 266-8888

COWANVILLE



www.cowanvilletoyota.com

LA TOUTE NOUVELLE
COROLLA
 Comme vous ne l'avez jamais vue.

RAV4
 Style distinctif.
 Évolué et polyvalent.
 Agréable à conduire et
 éconergétique.



COROLLA 2014



RAV4 2014



GROUPE GUY ST-LOUIS

165, rue de Salaberry 450 263-8888

Festiv'Art



Crédit photo : Isabelle Léveillé

La 18^e édition du Festiv'Art de Frelighsburg se déroulera les 29, 30 et 31 août. 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, 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.



Soirée inaugurale du vendredi 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 professionnels 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 qui réunira une panoplie d'artistes professionnels de Brome-Missisquoi 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 les sites www.artbattle.ca et www.festivart.org

Mark Gibson animera la grande scène de la place de l'Hôtel-de-ville le samedi 30 août à 20 h 30! C'est gratuit!



Village des artistes pêcheurs Desjardins

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 à pêche gracieusement fournies par la pourvoirie *Activités Plein Air* de Philipsburg. Cette initiative, qui se répétera annuellement lors des



Crédit photo : Marie-Hélène Batchelor



Crédit photo : Isabelle Léveillé

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.

Le volet musical et festif!

Le Festiv'Art fusionne l'art visuel à la musique, et propose musique et danse en complément de programme. Consultez la programmation complète sur son site web : www.festivart.org.

Ne ratez pas cette grande rencontre annuelle des arts au cœur d'un des plus beaux villages du Québec!



François Marcotte

REMAX LAC BROME
450.242.1113



www.remaxlacbrome.com
Remax Professionnel inc.
Agence immobilière | Real Estate Agency
30-A Lakeside, Lac Brome, JOE 1V0

SANDRA WILLIAMS
Courtier immobilier | Real Estate Broker
T 450.242.1113
C 450.531.8464
sandra@remaxlacbrome.com

NADIA ST-LAURENT
Courtier immobilier résidentiel | Residential Real Estate Broker
T 450.242.1113
C 450.330.1930
nadia@remaxlacbrome.com



SERVICE LOCAL • CRÉDIBILITÉ • VISIBILITÉ INTERNATIONALE

Turkey Hill – Sutton
Prix suggéré **829 000 \$**

Félicitations, ils ont **vendu** en 46 jours!
Congratulation, **sold** in 46 days!



Montagnais – Sutton | 379 000 \$

Superbe maison de campagne clé en mains sur site de rêve comprenant 4 càc et un magnifique terrain privé de près de 3 acres. À 5 km du village! – *Great country home in dream location. Turn key, the property comprises 4 bdrs and a superb private lot of nearly 3 acres. Only 5 km to village!*






• 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 A. BELLAVANCE
450-534-1616
www.alanbellavance.com




Abercorn
• pain multigrain
• pain levain biologique
• croissants au beurre
• pâtisseries
• café commerce équitable

JEUDE 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 Thibeault 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
DUNHAM, QC
J0E 1M0

Tél.: (450) 295-1190/1490
Email: antiquesgo@vivomail.ca
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's
salons funéraires — funeral homes

Une présence
rassurante

450 263-1212 | Cowansville • Farnham • Arge-Garden
www.desourdy.ca | Henryville • Knowlton • Mansouville • Sutton

Empty Mind, Tempting Mornings

A Meditation On the Dawn

I'm an early riser and always have been. Even as a child, I was awake to hear my father's alarm. Afterwards, I would silently bide my time until the hour when it was acceptable that I be up and about. Even as a child I could intuit that early morning was a special time. The predawn hours carry with them an inchoate vacuity, a pregnant pause before the day, and a mind temporarily *tabula rasa*. All is new; much is possible. And all the world but me is asleep.

At this time of year it's easy to awake early, the sky's crepuscular glow—well preceding sunrise—brightening through windows left open to catch a cooling breeze. Also through those windows comes a riot of bird-chirping, calling, and mating sounds. Several months ago the geese were heading north, as they will south several months from now. So today, as in childhood, I awake early. When my bedside clock shows

When I was a youth, I would fill that gap after waking with reading, a quiet pursuit by which I delayed revealing to my parents that I was indeed awake. Likewise now—on the porch, next to the railing—I read. Once, during the bout of cancer that would eventually kill her, my mother mused that the best moment of the day was the instant between waking and realizing she had cancer. It makes me sad to think of it even 30 years later. But surely she was on to something, for it is then that the mind—not yet cluttered with life's worries or things left undone—is free and open. I do some of my best reading in the early morning.

One of the things I'm reading is *The Diary of Samuel Pepys*, father of the "modern" British Navy. Sam—inevitably diary readers will eventually call him "Sam"—wrote his coded diary beginning 1 January 1660, and he kept it going



for 10 years! It's a wonderful window into the English Restoration period, when King Charles II, son of the beheaded King Charles I, was returned to the throne from his refuge at The Hague. Everything in England changed. "Recently"—i.e., where I am in the diary—Sam is noting that he is rising early, which I suspect is due to the early light at London's high latitude. During a 40-day period, he makes 13 specific mentions of rising between 4–5 a.m. Likewise he mentions going to bed early: 17 June 1662, "And so home and to bed betimes, by daylight"; and 8 July 1662, "...and I to work until it was dark, and then eat a bit and by daylight to bed."

5:00 a.m., or even 4:30 a.m., I feel exhilarated, and I yield to the desire to slide from the bed.

I always keep one cup of cold coffee from the previous day to microwave in the morning. During the one minute and 40 seconds it takes to heat it, I set up the coffee-maker for the next cup. Then I take my place in the rocker by the porch railing and listen to the morning sounds, steam rising from my mug, the heat warming my hands. It might be the sound of birds at the feeder, the patter of a morning shower, a jogger huffing by, or a cyclist taking a trafficless roll down Maple. Most days it's an idling car, the morning newspaper being dropped onto the porch, another onto the neighbour's step. Tuesdays, it's the garbage/recycle truck. Infrequently—which is well because we surprise each other—there's the passing cat, seemingly ownerless and independent, the one whose wet paw prints spot the porch floor and whose hair occasionally mats a chair cushion.

At some point—around 6:00 a.m. in mid-July—there's the cool flow that starts from a still nothing, the sun expanding the air on the mountain top and pushing a breeze down the far side and into the village. It doesn't last, but it heralds the local sunrise, which touches first my bald pate. It's my cue to either put on or take off my hat, depending on the temperature.

But it is on 1 July 1662 that the nut of Sam's diurnal schedule is made plain: "I went to bed by daylight, in order to my rising early tomorrow." Hah, Sam! Me too! It is surely true that, should one incline to be an early riser, one should also enjoy an early bedtime, *winking at the gloaming* as Sam might have said. And so I invest in my mornings. Many are the evenings that I make my excuses early, shower, and climb into bed, the windows glowing with much the same light as they will do in seven or eight hours.

Increasingly, as summer cools into autumn, it will be darker when I awake. I will need a sweater at hand, and some socks, as well as something to read on the lighted screen of my iPad. Or, maybe, I'll just sit in the shadows and enjoy—at night's end—how the moon makes a *chiaroscuro* tableau of the garden, all before losing to the sun, which pushes before it dawn's nearly imperceptible first-light. Bliss.

Jay Sames
jay.sames@gmail.com



Sutton – Majestueuse résidence de style européen située en retrait, au cœur d'une forêt mature mixte de 50 acres: sentiers, ruisseau en cascades, lac. 780 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Abercorn – Ravissante propriété de 5.5 acres avec lac pour la baignade et vue imprenable du mont Pinacle. Maison de style classique impeccable. 529 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Sutton – Superbe terrain boisé à distance de marche du Coeur du village avec vue du massif! Service d'aqueduc disponible. Construisez selon vos goûts et votre budget dans un endroit de rêve! 75 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



St-Armand – Pigeon Hill : maison ancestrale restaurée. 146 acres de prairies et de forêt mature. Belle grange, vue du Pinacle à 10 minutes de Freighsburg. 699 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Sutton – Sutton Junction : Petit domaine éloigné du chemin entouré d'arbres matures. Maison solide et garage attaché ainsi que bâtiment secondaire polyvalent. 329 500 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Abercorn – Maison de charme (circa 1867) au village. Vue sur les chutes et le massif. Planchers et boiseries d'origine, intérieur chaleureux. Vendeur motivé. 349 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Sutton – Splendide domaine de 114 ac. Vue impressionnante. Forêt mixte et ruisseau, 3 lacs encadrent la maison en pierres aux vastes pièces à aire ouverte. 895 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Duplex en parfaite condition. 2 logements de 3 ch. chacun loués à la saison. Vue, confort et lumière. Potentiel pour garçonnière à finir au sous-sol. 319 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Charmant cottage situé directement sur la piste "0" sur un immense terrain privé et aménagé. 3 ch. + loft, 2 s/b + salle familiale, 2 foyers, rénové avec goût! 439 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Condos Altitude phase I SKI-IN/SKI-OUT! Unité de 3ch. 2.5 s\b sur 2 niveaux avec vue + Unité de 2 chambres au rez-de-jardin à côté de la piste. 289 900 \$ et 189 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Le Chamonix : penthouse 3 ch. 2s\b + garage et Unité de 3 ch. sur 2 niveaux. Rue tranquille, vue de la vallée. 260 000 \$ +TPS & TVQ et 190 000 \$ + TPS & TVQ

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Place de l'Édelweiss : face au téléski #1 ouest. Finition supérieure. Grand condo sur 2 étages de 4 ch. 2s\b. Hall d'entrée spectaculaire, salle de télé à l'étage. 424 900 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Val Sutton : condos de 2 chambres avec vue sur les pistes. Fenêtres et portes changées, cuisines rénovées. Sentiers pédestres, piscine et courts de tennis. Chacun 149 900 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Rue Academy : à deux pas de l'école primaire et à distance de marche des services, coquette maison d'époque rénovée. 2 ch. grande cuisine et joli jardin. 249 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Rue Mountain : sur les hauteurs, confortable bungalow 2 + 1 ch. Planchers de bois, poêle à combustion lente, magnifique jardin privé. Abri d'auto. 199 900 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Sutton – Domaine Mon Louis / Maison Timberblock au design unique avec grand terrain privé de 48177 p.c. et bâtiment secondaire idéal pour atelier, bureau à domicile ou votre gym 439 000 \$

www.suzannedaigle.ca (450) 521-5119



Sutton – Secteur Old Notch, terrain de 3,9 acres dans un domaine privé limité à 11 résidences. Tranquillité assurée et vue à découvrir. Accès à des kilomètres de sentiers de randonnées. 127 500 \$

Lois Hardacker (450) 242-2000



Sutton – Here's the perfect country residence with a traditional design, spacious living areas for gatherings and 5 bedrooms. On a quiet road just minutes from the ski resort and village. \$795,000

Lois Hardacker (450) 242-2000



Ski-in ski-out. Condo de coin 3 cac, sur 2 étages et au pied du téléski 1. Belle fenestration, casier intérieur au sous-sol. Vendu meublé clés en main. 284 900 \$

www.lindabrese.com (450) 522-3800



Maison centenaire au centre-ville avec 4 logements loués dont une unité réservée au futur propriétaire. Atelier chauffé et isolé. 390 000 \$

www.lindabrese.com (450) 522-3800



Condo sur 2 étages avec vue spectaculaire, 2 balcons, 2 foyers, 2sdb, piscine, tennis, sentiers pédestres et près des pistes de skis. 249 000 \$

www.lindabrese.com (450) 522-3800



Plain-pied éloigné du chemin, très privé et paisible sur 4,84 acres avec un garage attaché et un garage 3 portes détaché. Beau grand ruisseau. 329 500 \$

www.lindabrese.com (450) 522-3800



Maison spacieuse et chaleureuse à la campagne sur 25 acres de terrain. Beaucoup de belles boiseries à l'intérieur. Grand garage et écurie. 745 000 \$

www.lindabrese.com (450) 522-3800



Location d'hiver 2014-2015 : Cottage 3 cac, très chaleureux au bord de la rivière à Abercorn. Près des centres de ski alpin et ski de fond. 1 350 \$ par mois pour 6 mois.

www.lindabrese.com (450) 522-3800



Condo à louer à Lac Brome pour 6 mois, disponible à partir du 1^{er} septembre. Vue du lac et golf, 10 min de Bromont et 20 min de Sutton. 1200/mois inclusif.

www.lindabrese.com (450) 522-3800



Lac Brome – Ce coffre au trésor est situé sur un terrain de 3 acres de forêt de conifères avec étang, pelouses et jardins impeccables. Maison unique, très spéciale. 695 000 \$ *mls 28856682.

Jim Davidson / John Garino (514) 975-4096



Bedford – Résidence familiale classique avec beaucoup de charme et de caractère, terrain 20 000pc. Planchers bois franc, hauts plafonds, OG, pièces spacieuses. 349 000 \$ *mls 17123683

Jim Davidson / John Garino (514) 975-4096



Sutton – Mocador – An established bar/restaurant in the heart of Sutton village. Minutes to the ski hill. 2 apartments upstairs and a great outside terrace. Investment opportunity! \$875,000 *mls 14468233

Jim Davidson / John Garino (514) 975-4096



William Frederick Vilas, industriel, maire et député



Dre Snezana Stanoslović
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 NdYag)

450 243-0005 273, chemin Knowlton, Knowlton



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

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


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



Gîte ****
Bed & Breakfast
infos@labergerie.ca
Maxine Walther
450 538-1379

373, Chemin Morgan, Sutton, Qc J0E 2K0 www.labergerie.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) JOE 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

Né à East Farnham, le 15 juillet 1853, William Frederick Vilas est le fils du pasteur baptiste Aaron Vilas et de Fanny C. Kent. Il fait ses études à East Farnham, puis à Cowansville. Après ses études, il travaille pour son père et, vers 1877, il devient propriétaire de l'entreprise familiale, laquelle manufacture des charrues de fer et d'acier et autres instruments aratoires. Au début des années 1890, le transport des marchandises par la route est toujours un sérieux problème. Devant les nombreux retards causés par les mauvaises conditions routières, Vilas réalise l'importance de la voie ferrée pour l'expansion de son entreprise. En 1894, il déménage sa manufacture d'instruments aratoires à Cowansville, sur un grand terrain situé sur la rue du Sud près de la voie ferrée et opposé à la gare.

Peu de temps après son arrivée à Cowansville, Vilas entreprend la fabrication de pupitres d'école dans un atelier situé dans la bâtisse de James L. Leach, un fabricant de meubles installé près du pont de la rue du Sud. Les ventes augmentent en flèche et bientôt l'entreprise manque d'espace aux deux emplacements. En 1906, Vilas fait construire une nouvelle bâtisse de trois étages en béton armé, une des premières bâtisses du genre au Canada. Au cours des années suivantes, il remplacera toutes les bâtisses de bois par de nouveaux bâtiments en béton. En 1921, une division d'email vitrifié est ajoutée à l'usine. Les principaux produits de cette division sont les enseignes commerciales, les plaques pour les noms de rue, les plateaux de service, les dessus de table, les éviers, etc. En 1929, il fait construire une fonderie dans un bâtiment à l'épreuve du feu pour la fabrication de pièces en fonte grise.

Le 14 janvier 1888, William F. Vilas épouse Emily Foss, fille d'Isaac Foss de East Farnham, née à Waterloo le 14 septembre 1860. En 1890, ils ont une fille, Fanny (qui deviendra Mme Charles A. Robinson) et le 19 mai 1891, un fils, Harold. En plus d'être un excellent homme d'affaires, Vilas connaît également une belle carrière d'homme public. Conseiller municipal pendant 4 ans, il devient maire de Cowansville de 1911 à

1922. Il occupe également le poste de commissaire d'école pendant 24 ans. En 1906, il est élu par acclamation pour représenter le comté de Brome à l'Assemblée législative du Québec. Il sera député libéral de Brome de 1906 à 1917. Son siège devient vacant le 4 octobre 1917 lorsqu'il est nommé conseiller législatif de la division de Wellington. La Loi constitutionnelle de 1867 prévoit un Conseil législatif de 24 membres nommés à vie pour représenter chacun des collèges électoraux (divisions) établis au Bas-Canada en 1856. Cette chambre a le pouvoir de bloquer toute loi votée par l'Assemblée législative élue. Le Conseil législatif est aboli en 1968. Vilas sera conseiller législatif jusqu'à son décès en 1930.



William Frederick Vilas (History of Brome County, Vol. 1, Rev. Ernest M. Taylor)

Vilas jouera un rôle important dans la fondation de l'Hôpital Général du District de Bedford à Sweetsburg (maintenant l'Hôpital Brome-Missisquoi-Perkins). En 1911, il fait adopter par l'Assemblée législative le projet de loi 122 constituant en corporation cet hôpital. En plus d'apporter un appui financier important, il sera membre du conseil d'administration de 1912 à 1929, et président de 1923 à 1929, année où il donne sa démission pour des raisons de santé. Pour le remercier, on le nomme gouverneur à vie au sein du conseil d'administration de l'hôpital.

Le 14 juin 1909, il avait acheté l'ancien édifice de la Banque Eastern Townships sur la rue Principale (de nos jours le Musée Bruck) et l'avait transformé en sa résidence personnelle. Toujours président d'une compagnie en pleine expansion, William Frederick Vilas décède le 15 août 1930, à son domicile. Son épouse le suivra le 19 janvier 1932, à l'âge de 71 ans. Son fils Harold prend la relève de son père et devient président de la compagnie W.F. Vilas. Dans les années suivantes, Harold transformera l'usine en une prestigieuse fabrique de meubles en érable reconnu à travers le Canada.

Michel Racicot
Société d'histoire de Cowansville




Nathalie Carey

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

450 522 0650



ART CONTEMPORAIN

Nouveaux locaux

6, rue Principale Sud
Sutton, Qc
Jeudi au dimanche
de 11 h à 17 h

450 538-6660
galerieartlibre@hotmail.com
sur facebook

UTA Brome-Missisquoi



L'Université du troisième âge (UTA) s'adresse aux personnes de 50 ans et plus. C'est une belle activité qui permet de briser l'isolement, de rencontrer des gens de la même génération, de continuer d'apprendre dans un contexte sans stress, sans prérequis, pour le plaisir, selon la formule « auditeur libre ».

COURS

La Colombie, au-delà du café et de la cocaïne :

Mauricio Correa, doctorant en histoire

Les mardis de 13 h 30 à 16 h, du 23 septembre au 11 novembre

Endroit : Salle communautaire John Sleeth, 7, rue Academy, Sutton

Le cinéma américain :

Michel Coulombe, chroniqueur en cinéma

Les mercredis de 13 h 30 à 16 h, 24 septembre, 1, 8, 15 octobre

Endroit : Bibliothèque de Cowansville, 608, rue Sud, Cowansville (entrée rue John)

J'aime... J'aime pas... l'art contemporain et actuel!

Suzanne Pressé, Ph. D. en histoire de l'art

Les mercredis de 13 h 30 à 16 h, les 22 et 29 octobre, 5 et 12 novembre

Endroit : Bibliothèque de Cowansville, 608, rue Sud, Cowansville (entrée rue John)

La Première Guerre mondiale :

Pascal Cyr, Ph. D. en histoire

Les lundis de 13 h 30 à 16 h, du 22 septembre au 17 novembre (relâche le 13 octobre)

Endroit : Bibliothèque de Cowansville, 608, rue Sud, Cowansville (entrée rue John)

La recherche au service des aînés :

série de quatre conférences sur les avancées de la recherche dans le domaine du vieillissement.

Les jeudis de 9 h 30 à 11 h 30, 16 octobre, 30 octobre, 13 novembre, 27 novembre

Endroit : Bibliothèque de Cowansville, 608, rue Sud, Cowansville (entrée rue John)

La peinture acrylique (2) :

Christiane Perron, Artiste peintre professionnelle

Les jeudis de 13 h à 15 h 30, du 18 septembre au 6 novembre

Endroit : Salle communautaire, 132A, Chemin du Mont Écho, Sutton Junction

Une réflexion sur le bonheur à la retraite :

Mélanie Veilleux, doctorante en psychologie clinique à l'Université de Sherbrooke

Les vendredis de 9 h à 12 h, 26 septembre au 24 octobre

Endroit : Salle communautaire John Sleeth, 7, rue Academy, Sutton

CONFÉRENCES (FAIRE-PART)

Les pièges de l'Internet et comment les éviter

Roger Demers, sergent-détective retraité aux enquêtes criminelles informatiques

Mercredi 17 septembre, 13 h 30

Endroit : Bibliothèque de Cowansville, 608, rue Sud, Cowansville (entrée rue John)
Entrée gratuite

L'Ukraine

Benoit Gascon, doctorant en histoire

Vendredi 7 novembre, 13 h 30

Endroit : Bibliothèque de Cowansville, 608, rue Sud, Cowansville (entrée rue John)
Entrée gratuite

COLLOQUE

Le printemps arabe

Un colloque portant sur les événements qui ont marqué le printemps arabe, ses suites et ses conséquences dans le monde islamique et le monde occidental, aura lieu le **17 octobre 2014**. Les informations complémentaires vous seront communiquées sous peu.

PÉRIODE D'INSCRIPTION

Date : 21 août 2014 de 14 h à 16 h

Cowansville : Bibliothèque de Cowansville, 608, rue Sud, Cowansville

Sutton : Hôtel de ville, 11, rue Principale Sud, Sutton

Bromont : Bibliothèque de Bromont, 37, ch. de Gaspé, Bromont

Personnes à contacter pour information :

Suzanne Riendeau Clément : 450 955-1164, suzanneclément@videotron.ca

Pierre Guy : 450 920-0744, societetempslibre.registraire@gmail.com

Le corps passage

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

France Bergeron
450.284.0588
francebergeron3@hotmail.com

Membre professionnel de la FFAT

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
Renforcer son système immunitaire et sa vitalité

Ateliers saisonniers : 14 sept. et 14 déc. à Sutton
12 oct. et 18 janv. à Montréal

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

Consultation et cours privés sur rendez-vous
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
Lorette Dwyer
Chartered Real Estate Broker
immdwyer@axion.ca

« 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

QI GONG du BONHEUR
Soutenir sa vitalité qui émerge

Atelier dimanche, 21 septembre de 13h à 15h
Cours hebdomadaires les vendredis à partir du 26 septembre au Centre de Yoga à Sutton.

Sylvia Berlin, Thérapeute et enseignante en acupression
Jin Shin Do et Qi Gong depuis plus de 20 ans.
sylberlin@gmail.com ou 450 242-1559

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

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

TRAITEMENT AU LASER
indolore - sécuritaire - efficace
OU AIGUILLES JETABLES

ESTHÉTIQUE
Lifting naturel par acupuncture - nez et démaquillage
un alternatif à la chirurgie et aux injecteurs

107, Principale nord, Sutton J0E 2K0
(450) 538-6571
Sur rendez-vous
www.cferronac.com

Tango Querido
Au Club de la Bonne Humeur
(Bondville) Lac Brome

- Cours de tango argentin
le mercredi à 19 h
avec ou sans partenaire
- Cours privé

Cours intensifs
une fois par mois

(450) 242.2755
dastou.marion@gmail.com



EXPOSITION Arts et Métiers d'Art à HENRYVILLE

13^e ÉDITION

Sous la présidence d'honneur de l'artiste
Laurent Viens, peintre et sculpteur



plus de **80 exposants** vous attendent
de 10h à 17h à l'église d'Henryville les

13 et 14 septembre 2014

...
:: Arts visuels :: Métiers d'art ::
:: Gourmandises :: Auteurs ::
...

ENTRÉE GRATUITE

Notre partenaire majeur :
Municipalité d'Henryville



Présentée par :
Artisan Productions

450 299-2146
artysanproductions@hotmail.com

Arts et Métiers d'art à Henryville
- exposition



Projet ÉCOSPHÈRE ET LA VACUITÉ

Les événements **Projet ÉCOSPHÈRE**, dont la Foire de l'Environnement et de l'Écohabitation de Brome, amendent la **VACUITÉ**.

La mission de l'organisme **Projet ÉCOSPHÈRE** comprend, d'une part, la recherche sur les thèmes de l'environnement, de l'écohabitation, de la santé, de l'alimentation et des métiers d'art. D'autre part, l'organisme joue un rôle important au chapitre de l'information et de l'éducation. Un geste qui contribue à contrer l'absence de connaissances et le vide intellectuel qu'on appelle **vacuité**.

Les événements **Projet ÉCOSPHÈRE** touchent différents paliers de la société, ainsi que les jeunes familles, qui deviennent des acteurs importants pour leur santé et celle de notre planète.

21 septembre prochain. Entre 7000 et 8000 visiteurs visiteront les kiosques et assisteront aux conférences et aux ateliers dans le but de parfaire leurs connaissances.

La porte-parole **Sabine Karsenti**, actrice de premiers rôles et fondatrice de Ecologia Montréal, a réalisé la construction de la première maison certifiée LEED Platine intégrant la biogéométrie au Québec.

Parmi les 30 conférenciers

- **Laure Waridel**, écosociologue, cofondatrice d'Équiterre et pionnière du commerce équitable et de la consommation responsable au Québec.

- **Sydney Ribaux** de Dunham, cofondateur, directeur général et porte-parole d'Équiterre. Il préside la Maison du développement durable à



Créée en 2006 dans le petit village de Brome dans les Cantons-de-l'Est, la plus importante Foire de l'environnement et de l'écohabitation au Québec présente sa neuvième édition les **20 et**

Montréal, l'un des édifices les plus écologiques au Canada.

(suite page suivante)

LA TOURNÉE

DES 20

4 WEEKENDS

20 > 21 septembre

27 > 28 septembre

4 > 5 octobre

11 > 12 > 13 octobre

EXPO COLLECTIVE À MYSTIC
8



CIRCUIT D'ART ET DE MÉTIERS D'ART À
Dunham > Stanbridge East > Mystic > Bedford
Saint-Armand > Pigeon Hill > Frelighsburg

SODEC

Desjardins

www.tournees20.com

AFTER 3 REMARKABLE YEARS

KOKUN DESIGN IS CLOSING ITS DOORS

For all the wonderful people I have had the privilege of getting to know during this time, I am extremely grateful. You have been a source of great joy to me; your support, loyalty and friendship have fed me in profound ways.

We are having a closing sale, but I'm happy to say we're not actually going anywhere, just shifting gears! Karen Tait will continue to offer you her framing expertise, and as of November, I will continue to operate kokun Interiors at the same address.

APRÈS TROIS ANNÉES REMARQUABLES

LA BOUTIQUE KOKUN FERME SES PORTES

A toutes ces merveilleuses personnes que j'ai eu le privilège de rencontrer et de connaître au cours de ces années, je dis merci de tout cœur. Vous avez été source de grandes joies; votre soutien, votre loyauté, votre amitié m'ont profondément nourrie.

Où, il y aura vente de fermeture à la boutique mais je suis heureuse de vous annoncer que nous ne partons pas, nous changeons simplement de vitesse! Karen Tait continuera de vous offrir son expertise pour l'encadrement tandis que le volet Intérieurs kokun, à compter de novembre, poursuivra ses opérations à la même adresse.

kokun design, 12 rue Principale Nord, Sutton 450.538.6116

- **Alain Deneault**, docteur en philosophie de l'Université Paris-VIII et chargé de cours au département des sciences politiques de l'Université de Montréal. Il présente son essai, *Paradis fiscaux : la filière canadienne*, paru chez Écosociété.

- **Michel Renaud**, pionnier de l'aménagement paysager écologique. Designer, entrepreneur réputé, conférencier, formateur et chroniqueur, il préconise l'autocompostage pour jardiner.

- **Plusieurs autres conférenciers** se partagent les trois salles de conférence tout au long du week-end. Consultez la liste des conférences sur le site web : www.projetecosphere.org/brome-2014/

Il est à noter que les constructions écologiques LEED contribuent grandement à réduire les gaz à effet de serre, et ce, sur une très longue période. Plusieurs conférences vous aideront à

Ateliers et animations

Durant le week-end, de nombreux ateliers (culinaires, mycologiques, de yoga, etc.) s'ajoutent aux animations, structures de jeux conçues avec des matériaux recyclés, promenades en tracteur électrique et dégustations pour compléter la programmation. Un rendez-vous d'exploration et d'information, pour les adultes comme pour les jeunes familles, sur le site bucolique de Brome!

Cocktail-conférence

Le samedi 20 septembre en collaboration avec le Marché d'alimentation régional de Cowansville.

Expo photo

Concours du magazine Nature Sauvage. En collaboration avec la Fondation David Suzuki, Stratégies Saint-Laurent et Projet ÉCOSPHÈRE, Nature Sauvage présente les plus belles réalisations de 2013 et une exposition de photos de plusieurs sites du patrimoine mondial de l'UNESCO.



faire des choix judicieux en ce qui a trait aux matériaux et à la conception d'une maison saine, économique et écologique.

Plus de 150 exposants

Vous retrouverez sous les chapiteaux, des entreprises privées, des organismes, des regroupements et des agences clés du Québec qui présentent leurs produits et services dans différents domaines : habitation et nouvelles technologies, santé, alimentation, produits et ressources, mode et design, organismes de conservation. Consultez la liste des exposants sur le site web : www.projetecosphere.org/liste-exposants/brome/liste-exposants-Brome-2014.html

En accord avec notre mission de développement durable, le centre de pédiatrie sociale en communauté **Main dans la Main** de Cowansville gèrera le stationnement et bénéficiera des revenus.

La Foire de l'Environnement et de l'Écohabitation de Brome du Projet ÉCOSPHÈRE est un rendez-vous pour apprendre et s'amuser!

Pour plus d'information : www.projetecosphere.org (450) 538-5005

Micheline Côté



FESTIV'ART FRELIGHSBURG

30 & 31 AOÛT 2014

SAMEDI DE 11H À 18H
DIMANCHE DE 10H À 18H

29 AOÛT SOIRÉE INAUGURALE
COCKTAIL ET DJ 19H PLACE DE L'HÔTEL DE VILLE

Art Battle Canada
Bataille d'Art 165
Parrainé par Brome (MRC) Cowansville (MRC)

MARK
GIBSON
SAMEDI 20H30

LANCEMENT LE VENDREDI SOIR

SPECTACLES

GASTRONOMIE LOCALE

ART EN DIRECT

ARTS VISUELS

MÉTIERS D'ART

VILLAGE DES
ARTISTES - PÊCHEURS DESJARDINS

WWW.FESTIVART.ORG



**SUTTON
Jazz**

13 sept. - 4 oct. 2014
www.suttonjazz.com

LES
CONDOMINIUMS
Frelighsburg
LDIFICT LANDSBERG 197

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

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-governed and who communicate with one another
- Combining intuition and high standards of practice
- Serving the whole being and believing in its self-healing capacity

www.professionnelsdelasantenaturelle.blog.com

Mieux-être Sutton présente : L'herboristerie

L'herboriste thérapeute accrédité utilise principalement les plantes médicinales pour leurs actions thérapeutiques, offre des conseils sécuritaires en tenant compte des interactions et des contre-indications possibles ainsi qu'un accompagnement personnalisé. Il ou elle suggère des changements d'habitudes de vie et d'alimentation pour favoriser une santé globale et permet de faire le pont entre science et tradition. Les plantes médicinales sont utilisées depuis des millénaires pour soigner le corps en aigüe (comme l'ail – *Allium sativum* ou le thym – *Thymus vulgaris* utilisés pendant une infection bactérienne ou virale, par exemple). Elles peuvent aussi être consommées pendant plusieurs semaines ou plusieurs mois pour nourrir et tonifier un système. Dans le cas d'infections respiratoires ou de gastroentérites, certaines plantes comme l'astragale (racines d'*Astragalus membranaceus*) ou le reishi (champignon – *Ganoderma lucidum*) sont très efficaces pour régénérer le système immunitaire et faire que la personne atteinte résiste mieux au virus ou à la bactérie. L'infection sera ainsi évitée ou elle sera moins longue et moins sévère. À la suite d'une consultation privée, l'herboriste thérapeute recommande à chaque personne des changements d'alimentation et d'habitudes de vie ainsi que l'utilisation de plantes médicinales particulières pour lui permettre de retrouver santé et équilibre naturellement.

Massothérapeutes - Massage Therapists



Roxanne Bisson
Massothérapeute
450 260-5401
bissonroxanne@yahoo.com
50, rue Principale, local 200

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
lesmainsveilleuses@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 quatrième année d'étude pour devenir accompagnante en Cœur Énergétique, 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...



Iliia 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'emène 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, Sutton

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 propose des techniques d'hygiène vitale avec l'alimentation, des herbes, des cures et autres, qui permettent au corps de se nettoyer en profondeur pour mieux se régénérer et ainsi retrouver énergie et santé. Première consultation téléphonique gratuite. Consultation à mon bureau ou à domicile.



Collette Drapeau, B.Sc.
Acupuntrice 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
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.



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.



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

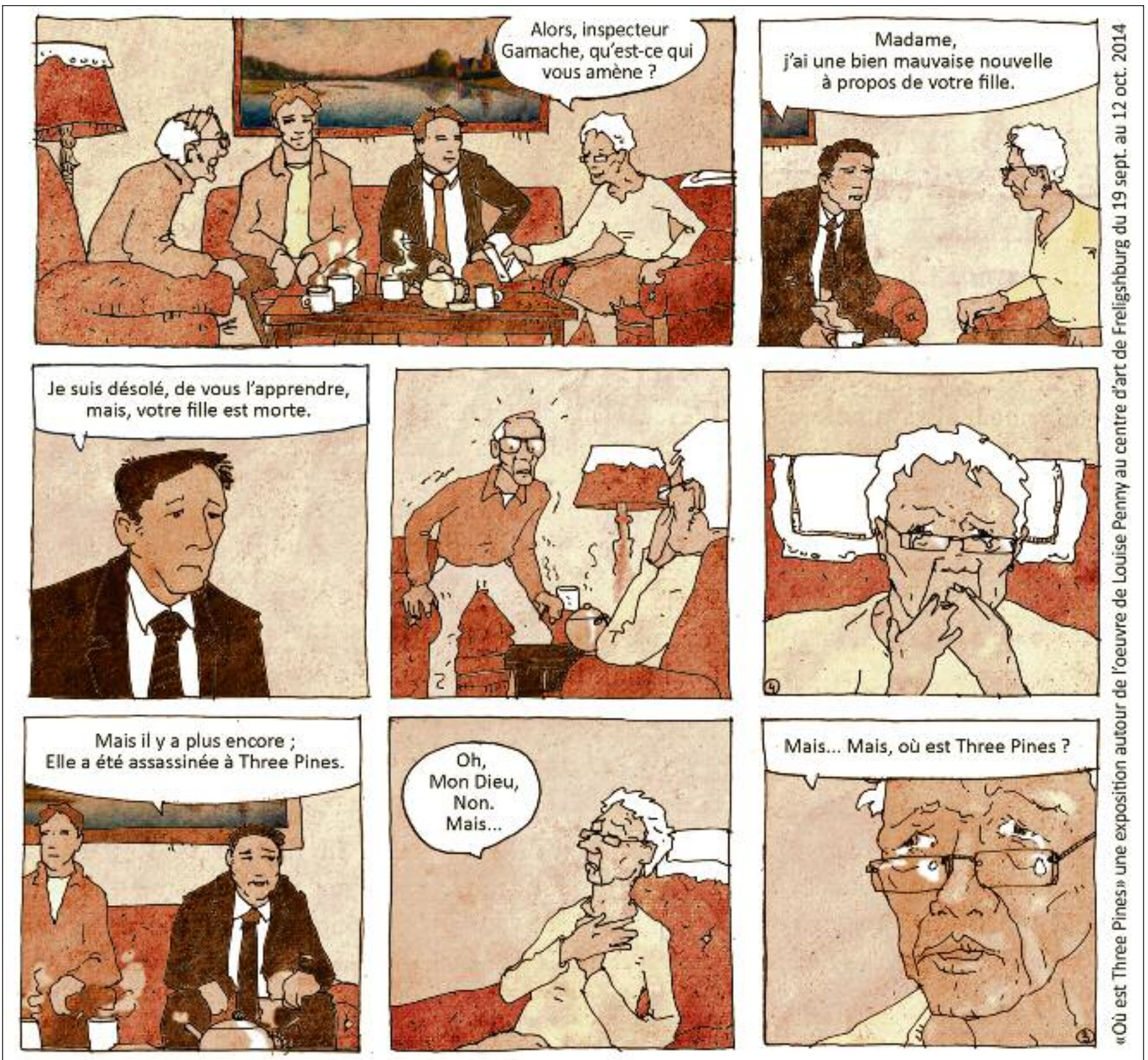
"Honoré qui je suis" reflète bien François Pierre. Il se définit d'abord comme "un passeur" qui écoute, accompagne et instrumente la personne dans les passages critiques de la vie. Il considère que toute crise personnelle où l'on perd ses repères habituels est une sorte de cadeau de la vie. Que ce soit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





«Où est Three Pines» une exposition autour de l'oeuvre de Louise Penny au centre d'art de Frelighsburg du 19 sept. au 12 oct. 2014

Sotheby's
INTERNATIONAL REALTY

Québec

sothebysrealty.ca

EN PRIMEUR



SUTTON | 201 CH. DE LA SABLIERE 659 000 \$
Impeccable & lumineuse propriété dorée d'une architecture originale ceinturée de balcons offrant une vue saisonnière sur les montagnes. Fenestration abondante. Solarium avec spa. Magnifique terrain. MLS 21184634



SUTTON | 261 CHEMIN BELVÈDÈRE 699 000 \$
Belle propriété 5 c.à.c sise sur magnifique terrain boisé +/- 2 ac. Orientée plein sud, elle offre une vue spectaculaire sur le Mont Pinnacle. Spacieuse et confortable à proximité du village mais en pleine nature. MLS 24984343



SUTTON | 424 CHEMIN PRIEST 549 000 \$
Maison de construction récente de 5 c.à.c sur terrain +/- 2 acres avec arbres matures. Matériaux de qualité, fenestration abondante, aires ouvertes. Sous-sol partiellement fini, immense balcon avec vue. MLS 26414182



SUTTON | 1105 CHEMIN HAROLD 639 000 \$
Propriété d'inspiration alpine de 3+1 c.à.c, rénovée et agrandie avec goût, souci du détail et qualité. Concept ouvert et toit cathédrale aux poutres apparentes offrant une ambiance chaleureuse. MLS 24773300



SUTTON | 360 CHEMIN PARMENTER 699 900 \$
Splendide propriété 5+1 c.à.c sise sur terrain boisé +/- 4.5 acres dans la montagne de Sutton. Cuisine inspirante avec îlot central, fenestration abondante. Solarium, cave à vin, spa, garage dbl. Un endroit bucolique. MLS 25813416



SUTTON | 376 CH. BENOIT - RÉDUIT 850 000 \$
Vaste domaine familial de plus de 146 acres comprenant une résidence principale de 4 c.à.c d'inspiration Tudor ainsi qu'une dépendance secondaire très bien aménagée pour recevoir amis et famille. MLS 17374021



SUTTON | 29 RUE MAPLE #100, 225 000 \$ + TPS/TVQ
Condominium de qualité supérieure de 2 c.à.c 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 | NEWYORK | KNOWLTON | MONTREAL | PARIS | MIAMI | VANCOUVER

Entreprise indépendante et autonome | Agence immobilière



Vacuité et mémoire collective

Lorsque les Européens ont entrepris la colonisation du Canton de Sutton, ils n'ont vu que vacuité, que vide, car pour eux les deux mots sont synonymes. Or, ils ne le sont pas. Selon la tradition bouddhiste, notamment, la vacuité est l'expression de l'interdépendance au sein de la nature puisque chaque être dépend des autres pour exister et est, par conséquent, vide d'existence propre. L'environnement d'avant la colonisation était donc loin d'être vide.

Jesse Pennoyer le constate lorsqu'il réalise en 1792, à la demande du gouvernement britannique, le premier arpentage du canton de Sutton, un territoire de dix *miles* de côté. Dans son carnet de terrain, l'arpenteur note ses observations. Il qualifie les dénivellations, relève les coordonnées, le débit et l'orientation des ruisseaux et des rivières qu'il croise, précise la nature des sols, relève les indices de la présence du castor et autres espèces fauniques, localise plusieurs espèces végétales.¹



Pendant des millénaires, des bandes de différentes nations amérindiennes ont sillonné ce riche milieu naturel. Les Abénakis de l'Ouest, originaires du Vermont et du New Hampshire, le fréquentent depuis déjà quelques siècles lorsque les premiers colons européens s'amènent². Ils y chassent le gros gibier – chevreuil, original, ours –, y trappent le castor et autres animaux à fourrure. Les rivières leur fournissent du poisson en abondance.

Ils tirent aussi de la forêt les bois et les écorces avec lesquels ils fabriquent leurs canots et leurs *wigwams*, l'habitation traditionnelle constituée d'une armature de bois recouverte d'écorce de bouleau. Ils y cueillent les espèces ayant des propriétés médicinales tel le hêtre, le bouleau, le cèdre, l'épinette, la pruche, le tilleul. Ils récoltent les petits fruits. La forêt leur fournit également les matériaux, notamment le frêne noir, nécessaires à la fabrication de paniers et autres ouvrage de vannerie.



Par monts et par vaux, entre le 19 juillet et le 24 novembre 1792, Pennoyer procède à une reconnaissance des lieux qui ne laisse aucun doute quant à la richesse du canton original de Sutton. Dans la lettre qui accompagne le dépôt de son rapport en 1793, il écrit : « The Eastern part of the Township is very Mountainous and rough. But a great part of the Townships is good land and well watered. The Timber in general is Beech (hêtre), Maple (érable), Basswood (tilleul), Butternut (noyer) and Elm (orme). There is also some Hemlock (pruche), Spruce (épinette), Cedar (cèdre) and very little Pine (pin). » Un autre arpenteur, Joseph Bouchette, qui a visité Sutton en 1815, a aussi identifié des frênes et des bouleaux. En 1797, Jesse Pennoyer proposera de subdiviser le Canton de Sutton en 308 lots de 202 acres chacun.

Les montagnes sont importantes dans la culture autochtone. Elles permettent de s'orienter et offrent des postes d'observation privilégiés. Elles recèlent des espèces qui poussent uniquement en altitude comme cette fougère appelée tripe de roche qui a des propriétés médicinales et que l'on retrouve dans le massif des monts Sutton. Enfin, elles revêtent un caractère sacré et servent souvent de lieux de cérémonie, parfois de lieux de sépulture. Il y a sur le mont Pinnacle des vestiges attribués aux Abénakis. En deux endroits, on peut observer trois regroupements ovales de lourdes pierres entourées de cinq plantes associées aux rituels ou à la médecine de ce groupe amérindien.

Les colons qui s'établissent dans le canton de Sutton, officiellement dans les années 1790, et officiellement, à partir de 1802, s'approprient le territoire. Ils modifient l'environnement naturel en le défrichant, en le cultivant, en érigeant des moulins et des barrages sur les ruisseaux et les rivières, en construisant des habitations et des bâtiments de ferme. Ils introduisent de nouvelles espèces végétales et animales perturbant l'équilibre de la faune et de la flore et la densité relative des différentes populations.

Cet environnement cultivé fait place graduellement à un environnement industrialisé reposant, en grande partie, sur l'exploitation intensive des forêts afin de produire des matériaux usinés et de fabriquer une multitude d'objets en bois, outils, calèches, charrettes, tonneaux, articles de sport, cerceaux, meubles, etc.

Les pionniers du Canton de Sutton ont petit à petit effacé de leur mémoire le souvenir de la présence amérindienne et des vastes forêts du pays original. À son tour, l'environnement cultivé et industrialisé qu'ils ont créé est en voie de sombrer dans l'oubli. Le Sutton d'aujourd'hui ne garde en effet que peu de traces de l'activité agricole intense des années 1850 à 1960 et du passé industriel de Sutton³. Cultivateurs et éleveurs ont abandonné leurs terres faute de relève; les entreprises ont fermé les unes après les autres laissant derrière elles des centaines d'emplois perdus. Un nouveau Sutton a émergé dont on aimerait qu'il se souvienne.

Jeanne Morazain

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 numéro publié, le numéro 20, au Cafetier, à la boutique Farfelu et à la galerie Art Libre. Farfelu et Art libre tiennent en inventaire tous les numéros déjà publiés que l'on peut aussi obtenir en téléphonant au 450 538 3222, en écrivant à heritagesutton@gmail.com ou en se rendant au 32, rue Principale Sud (édifice du Musée) le mardi matin entre 9 h 30 et 12 h 30. Chaque numéro se vend 5 \$.

À l'occasion de la parution du 20^e numéro, Héritage Sutton a fait fabriquer un boîtier personnalisé qui permet de ranger les vingt premiers numéros. Il est disponible dans les différents points de vente au coût de 20 \$.

Pour connaître le sommaire des cahiers déjà publiés, consultez le site web www.heritagesutton.ca qui propose également des photos anciennes, des dossiers historiques, un Espace jeunes et une banque d'archives que l'on peut interroger.

¹ Pour en savoir plus sur ce premier arpentage, lire l'article de Marc Clerk dans le premier numéro des Cahiers d'histoire d'Héritage Sutton (Août 2002).
² La présence des Abénakis sur le territoire de Sutton fait l'objet d'un article signé par Jeanne Morazain dans le numéro 16 des Cahiers d'histoire d'Héritage Sutton (Avril 2012).
³ Pour en savoir plus sur le passé agricole de Sutton, voir l'article de Hélène Doucet-Leduc dans le premier numéro des Cahiers d'histoire d'Héritage Sutton (Août 2003). Quant au passé industriel, il est raconté par Jeanne Morazain dans le numéro 20 (Avril 2014).

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

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

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

**Free Grandstand Shows
Spectacles gratuits**

Tim Hicks
August 31st, 8 p.m.
Paramutual Horse racing,
Sept. 1st, 1 p.m.

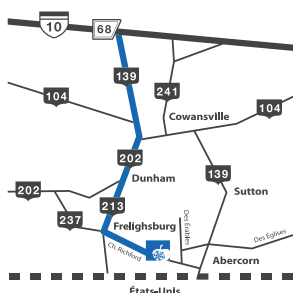
Information:
web site: www.bromefair.com
Email: info@bromefair.com
Tel.: (450) 242-3976

**29, 30, 31 août,
et 1 sept. 2014**



VISITEZ LE MEILLEUR DANS SON DOMAINE

Un cidre de glace de renommée internationale.
Un domaine de 430 acres d'une grande beauté.
Une nouvelle terrasse-boutique pour bien déguster.
Bienvenue au Domaine Pinnacle.



Ouvert tous les jours, de mai à décembre.
150, chemin Richford, Frelighsburg (Québec) J0J 1C0
450 298-1226 • domainepinnacle.com

*La modération
a bien meilleur goût.*





« Vive le Québec, ou : Vacuity » ?

Cogito ergo sum, cogito ergo sum, cogito ergo sum... is not a mantra used by the Republican spiritual leader Sarah Palin. Le philosophe français René Descartes dit « *cogito ergo sum* » (« je pense, donc je suis ») afin d'établir une fondation pour situer la connaissance humaine avec certitude. Je pense que René Descartes a été brillant, mais quand je fais une randonnée dans les Appalaches du Québec, je ne veux pas penser, je veux juste être. J'essaie de vider mon esprit de pensées négatives... comme celle de la vacuité de spiritualité républicaine basée sur un dogme de capitalisme et d'éthique protestante du travail.

Om mani padme hum, om mani padme hum, om mani padme hum... est un mantra que j'utilise parfois pour arrêter l'intrusion des républicains dans mon esprit. Et, quand je fais une randonnée, je redémarre mon cerveau en restant présent. Je regarde les plantes et les roches sur le sentier. J'observe mes pieds sur la terre. J'observe mon souffle. Parfois, près du sommet d'une montagne, je m'arrête pour regarder le ciel bleu du Québec. Aaaaah, le ciel bleu du Québec. Je ne suis pas un fou des drapeaux, mais le bleu du ciel du Québec est une belle couleur pour un drapeau, n'est-ce pas ? Juste bleu.

Lorsque je descends de la montagne, littéralement et métaphoriquement, mes pensées se résument à laver du linge blanc et à créer un drapeau bleu. Pour des raisons de santé, nous devons laver nos vêtements et parfois, moins fréquemment, nous avons besoin de créer de nouveaux drapeaux, non?

Dans mon pays de naissance, les U.S de A, où on devrait

trouver une pensée véritable en cours, trop souvent on trouve à la place : une vacuité. Il ya des gens en haut lieu aux U.S de A (et aux États-Unis Légers : Canada) qui font ressembler la télé-réalité à Shakespeare ou Molière. Je me souviens que Sarah Palin s'est présentée à la vice-présidence des États-Unis. Je sais que Rob Ford est le maire de la ville la plus peuplée du Canada. Les générations futures diront, "c'était fou," seulement si suffisamment de gens de cette génération disent, « c'est fou », puis agir en conséquence. Les U.S de A continueront d'être un terrain fertile pour plus de *McDonalds*, plus de *Wal-Mart*s, plus de *Starbucks*, plus de Sarah Palin. Et, aux U.S Light : Canada (le Canada anglophone) continuera d'être un terrain fertile pour plus de *McDonalds*, de *Wal-Mart*s, de *Starbucks* et de Robs Ford. Bien sûr, il y a des maladies plus graves en Amérique du Nord que ces choses-là. Mais la tendance à consommer des produits bon marché et malsains, fabriqués par du « cheap labour » ou même par des esclaves, est le résultat de l'adoption d'une pseudo-spiritualité qui promeut la croyance que Jésus était un capitaliste et contre les soins universels de santé ou toute autre forme d'aide gouvernementale accordée aux personnes dans le besoin. C'est triste, mais ce n'est pas étonnant, que 46% des électeurs américains, en 2008, ont failli mettre Sarah Palin à un souffle de la présidence des USA; une femme qui a préféré ne pas répondre à un journaliste qui lui a demandé : « Quel est le dernier livre que vous avez lu » ?

Je ne sais pas si Sarah Palin lit parfois un livre, mais je suis certain qu'elle n'a jamais lu un livre en français ou en lira un jour. Les gens de cette mentalité croient que le monde entier devrait

parler anglais - car, après tout, Jésus-Christ était un Américain, non?

Einstein disait qu'il fallait observer les abeilles, parce que leur survie a un profond effet sur la survie humaine. Beaucoup de gens ont un problème de faire la relation entre les abeilles et la survie humaine, mais pas moi. J'observe les abeilles et, pour les mêmes raisons, j'observe ce qui se passe à la langue française au Québec.

Je suis un américanisé, un anglophone qui s'efforce pour communiquer en français. Or je crois qu'il est nécessaire de protéger la langue française au Québec, pour empêcher le Québec d'être américanisé. It would be like making Québec part of a different country if everyone in Québec spoke English. And how easy it would be to americanize Québec if everyone spoke English, non? If that were to happen, peut-être the naming rights for the province would be sold. Perhaps Québec would be renamed « Vacuity » by an american pharmaceutical company, to promote their drugs.

So I say, if you love the blue sky of Québec as I do, and you want to protect the blue sky of Québec (literally and metaphorically) : *Parlez Bleu*. Even if you are an anglophone, speak French as best you can, as often as you can. Please.

John-Jean

Pour lire plus d'articles de John-Jean / for excerpts from his novel: www.staffordshhh.com

School's Out for Summer... Already?

The last day in your college residence while packing the framed picture of your family in a box, you realize that summer has arrived. Plans for summer are already brewing in your mind, and you get to go home to your family and hometown. At the same time you wonder, what about college life?

My definition of "college life" is embracing independence and enjoying the college experience. The first month can be terrifying but honestly, who wouldn't be scared? Living away from home for the first time and stepping up to the plate, as an adult, can be a challenge. After 9 months of cooking, cleaning,



and living for yourself it seems impossible to go back home. It is hard enough trying to get used to living independently away from home; now you go back for 3 months.

Don't get me wrong; I love spending time with my family. The occasional shopping days with my mother, pool time with my brother, a local car show with my dad and the warm weather are the treasures of summer. During the school year, we tend to miss our family and look forward to summer, yet when summer comes we feel emptiness for the college life we've built. Independence isn't completely absent; after all at 18, one is considered an adult. The level of freedom and pleasure one experiences when living away from home and attending college is what we miss. Planning to hang out with friends on a Thursday night, watching school plays or music shows, and even the occasional study time with roommates is part of the enjoyment of college life.

It's not only the social aspect of college, but also the learning experience that is absent during summer. Personally, I enjoy learning, especially in college when you have the option to choose your courses. Aside from classes beginning at 8:00 a.m., the idea that you are learning material that will help achieve your future career enhances the overall college experience. Expanding my horizons and vocabulary, since I'm a language student, drives my desire to learn.

Summer vacation gives students a bit of vacuity to recharge and relax from all the stress of school, which is a huge relief after exam week. There comes a point where the fun of college is put on hold for a couple of weeks to put our skills to the test. Exams are almost as fun as a paper cut, but it's a task every student has to face each year.

However, what about when the hours of sleep are regained and the stress has long gone?

We can fill the time easily by spending it with friends, by the pool on a Saturday afternoon and, of course, working. The fact is not that students are bored out of their minds because often they are the busiest throughout the summer. However, their longing for the routine of school and the enjoyment of college life still hangs around until finally August arrives.

Once it does, do we really want to go back to school? This is the part where I believe we all have a choice to make. In the end, once we do go back, the idea of college life sinks in and we no longer have to ask ourselves this question until August comes around again.

The absence of school can leave students with the summer-time blues, no matter how much they enjoy the warm summer days. Essentially, we should expect the unexpected and embrace what life brings because it might be something pretty amazing. College only comes once in a lifetime so we might as well make the best of it and enjoy ourselves. When unpacking my things in my residence in August, I'll be proud to set the picture of my family on my desk and settle back into the routine for another 9 months.

Mariah McKenney

Student at Champlain College in Lennoxville

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

Vacuity's Victory

I have known depression. Its strong downward pull is almost intoxicating but, of course, it is poisonous. I fought it for years before finding my own version of transcendence and triumph over depression. When I was immersed in fear of it, I would measure my ability to cope by my relationship with time. If I faced empty days, I was doomed. If I could fill my time with people and activities, I felt safer. Yet, at the time, I was never really safe from depression.

"Build yourself a life," I admonished myself, "or you won't have one." I pictured myself alone in a vast sea of empty time. This is the danger of vacuity for those who fear downward spirals. We fill our days with so much doing and diversion that vacuity cannot exist. It is our way of warding off emptiness and keeping depression, anxiety, soul-searching and self-doubt away.

Unfortunately, it doesn't really work. What we resist persists in a most determined manner. Not only that, but filling our every moment with distraction results in a superficial life, a life not examined. Wisdom traditions all over this Earth tell us to allow ourselves the time to feel, to know ourselves, to come to terms with our truth and to release that which no longer serves us. So, how can we face the emptiness? How can vacuity become an ally rather than an enemy?

I found a way to transcend and triumph over depression and, in the end, it was vacuity that allowed me to do so. I

took emptiness and turned it into truth. When the pull – that chemical shift in the body that those of us who have known repeated bouts of depression easily recognize – was strong in me one morning I decided not to pretend any more. I felt I was losing that battle and it terrified me. You see, my brother took his life because of his depression; I knew the strength of that lurking monster.

I also knew from other work that I had done to heal myself of fears and trauma that if I turned around and faced it head on, instead of running from it, it just might shift. It was worth a try. I had nothing to lose, and an empty Saturday loomed for me; it is very difficult to sustain a loving relationship with someone when you fear your own chemical imbalance and find parts of yourself to be your mortal enemy.

So, I faced the strength of my depression. How bad could it be? Every time I experienced bouts of depression, I had done everything I could not to feel it. This time, I said, "Bring it on. I'm not going anywhere. I'm right here, Depression Monster, and I'm going to look you full in the face." The moment that I did that, the feeling of despair and fear shrunk in size. It went from the size of Godzilla to the size of Conan the Barbarian. Then I said, "What do you have to say to me?"

Do you want to know what it said to me? It said, "You are filled with despair and the despair dominates you so that

your life is going nowhere." Well, I already knew that. So I said, "What else have you got?" And it said, "I'm what you are. You can't escape me. You are filled with despair and sadness and it seems like it will never end." And I could feel it within me. I said, "Okay. I've been here before. I survived. If there was a tee-shirt, I'd have it in every colour. I can accept that this is what I am. I can accept that I feel this horrible. It won't kill me. It's just an experience."

And the moment that I did that, everything shifted. I wasn't trying to get away from the emptiness or the feelings that were in me. I wasn't trying to lie to myself. I turned vacuity into truth and it freed me tremendously. I had been afraid of depression, of the strength of it. Now it was a part of me that I could live with. It never recurred with such power, for I was never again afraid of it. For many years now, I have been completely free of depression without medication or expensive therapy. This method of facing the truth of myself in that empty space worked wonders for me. Perhaps it is worth a try for those who suffer from depression as I did.

Lu Emanuel

Editor's note

For more, see Lu's latest book *The Frequency of Joy* at <http://www.lulu.com/spotlight/LuEmanuel33>

VACUITÉ insaisissable

Y a-t-il un lieu où la pensée occidentale et orientale se distinguent plus nettement l'une de l'autre qu'au tour du concept de vacuité?

Selon la pensée occidentale, cartésienne et dualiste, le terme vacuité signifie vide, néant. La plupart du temps, il évoque l'idée de sans contenu, sans intérêt, voire de ce qui est vain, inutile, voué à l'échec. Son opposé est plénitude.

La pensée orientale y attache un tout autre sens, celui qui m'interpelle.

Pour plusieurs penseurs de tradition orientale, vacuité signifie interdépendance : rien ne peut exister de manière autonome, circonscrite et individuelle. Tout est relié, synchrone et interdépendant. À titre d'exemple, prenons une toile blanche. Elle est vide de contenu et n'existe qu'en fonction d'être peinte. À son tour l'œuvre peinte ne peut exister sans le propos de l'artiste qui lui vient de ses mémoires et de ses expériences. De même, la toile une fois peinte ne peut exister que sous le regard de la personne qui la contemple et qui l'appréciera en fonction de son état d'âme, de ses connaissances et de ses goûts personnels.

Ainsi, l'ensemble des interrelations entre la toile blanche, la création de l'œuvre et son appréciation illustre bien, selon moi, le sens de vacuité : un Tout intangible, insaisissable.

Une galerie d'art s'offre tantôt comme un espace de recueillement, tantôt comme un salon mondain. Ne serait-ce pas finalement un lieu où peuvent se trouver les deux dimensions distinctes du concept de vacuité?

Mireille Brisset
La Galerie Rouge
www.galerierouge.ca



LAMOTHE ÉNERGIE INC.

Propriétaire : Famille Michel Lamothe

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

Essence • Diesel • Lubrifiants

Heures d'ouverture

Du 1^{er} juin à la fin de septembre :
Lundi au vendredi de 6 h 30 à 21 h
Samedi et Dimanche de 7 h à 21 h

Du 1^{er} octobre à la fin mai :
Lundi au jeudi de 6 h 30 à 20 h
Vendredi de 6 h 30 à 21 h
Samedi de 8 h à 21 h
Dimanche de 8 h à 20 h



45, Principale, Frelighsburg 298-5000

**NOUVELLE BROCANTE
BAROQUE À SUTTON**

TROUVAILLES DÉCORATIVES
OBJETS ANTIQUES ET UNIQUES
MEUBLES DE STYLE
COLLECTION SOUVENIR
"IL DUETTO"
DÈS NOVEMBRE
12 PRINCIPALE NORD
CONCEPT DE SANDRO MEFFE



The Sutton Jazz Festival



Jazz is the perfect way to talk about vacuousness, emptiness and non-emptiness, existence and non-existence, dependence and interdependence. In all humility, the concept of vacuousness is difficult for my typically North-American mind to understand, but if I think of jazz, it all becomes crystal-clear, since music is the result of phenomena that created all these things: silence and sound, fullness and emptiness, and of course the musicians themselves! The day where we will have completely assimilated the idea of vacuousness, we will then laugh at the thought of death, whether ours or others', since we will see that individuality never existed and that the thought of losing this individuality makes no sense. All we have to lose—in this life or in a future life—is the empty illusion of being individuals.

So, come forget your individuality and blend into the varied colours of jazz at the 13th annual festival. A new player has joined Sutton Jazz this year: the bilingual digital magazine *Couleurs Jazz*. We are very pleased with this new partnership, given the media coverage it pro-

vides in the 179 countries where its thousands of subscribers live. Another new major partner is Ayotte Custom Drums. Once again this year, we are teaming up with the Salle Alec and Gérard Pelletier, Mont Sutton and many of the restaurants, bars and businesses in Sutton to offer you an exceptional line-up, including the following headliners:

Opening the festival on September 13 is an homage to jazz great Dave Brubeck by the Rémi Bolduc Jazz Ensemble with guest pianist François Bourassa.

On September 19, La Cançao will take you on a jazz trip, swaying between Brazilian bossa nova and French *chanson*, with singer Rébecca Anne Rowley.



Rébecca Anne Rowley

On September 20, the Homebrew Cajun feast, an annual tradition, offers a Louisiana-inspired buffet, accompanied by the New Orleans stylings of the Homebrew Dixieland Band.

Then, on September 26, Nat and Julian "Cannonball" Adderley, recognized as the founders of Soul Jazz, will be featured with Marc Bolduc's quintet, Jean-Pierre Zanella and their rhythm section.



On September 27, Kaval will launch their new record with a jazz concert that blends manouche, pop and reggae with their fun, personal and engaging lyrics.

On October 3, the Effendi label is celebrating 15 years in Sutton with the JazzLab Orchestra and its original concepts. To celebrate this milestone, Effendi will give away an album of your choice from its collection for every ticket sold.

And lastly, to close the event on October 4, don't miss Jean Vanasse and his Quartet+1 with a special guest from France, Thierry Gomar, on the marimba vibraphone marimba and zarbe drum, presenting music from Africa and South America to the Great White North and contemporary urbanization.

Sutton Jazz 2014 offers more than thirty events (free concerts and in-hall concerts) from Thursday to Sunday for the four weekends running from September 13 to October 4, 2014. To be sure not to miss anything, check out the detailed schedule of events at www.suttonjazz.com.

Kathya Heppell, Co-organizer
kathya@suttonjazz.com
www.suttonjazz.com

photos: Homebrew DixieLand band (crédit Felipe Argaez)

Boutique Érotique



- 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



GRANDE VENTE D'ENTREPÔT ANNUELLE

Tous les week-ends
du 13 septembre au 13 octobre
au Mont SUTTON

DE 40% À 70% DE RABAIS!

- Équipement pour skieurs et planchistes
- Équipement haute performance
- Vêtements, casques, lunettes, sacs et gants
- Équipement de randonnée

PAR VENTS DE FACE!

Bandes dessinées et musiques



Ah, l'adversité! Elle peut survenir à tous moments dans notre parcours; surtout si on s'aventure hors des sentiers battus. J'ai bien retenu des sagesses du judo qu'il est préférable d'utiliser l'attaque, une forme d'adversité, avec son moment de déséquilibre, pour projeter un vis-à-vis - même plus corpulent. Voici des combats et des rebonds face à cette vie parfois houleuse.

Le capitalisme et son beau-frère le néo-libéralisme ne sont pas les moindres des adversités – une calamité sans doute aucun! Il y a bien sûr l'aspect bulldozer sur le plan environnemental (l'inversion du flux d'un pipeline est bien connue dans la région) mais il y a aussi les délocalisations sauvages avec fermetures d'usines à la clef. En voici deux déjà. JOHNSON M'A TUER (Futuropolis) qui est, littéralement, le *journal de bord d'une usine en lutte* par Louis Theillier; lui-même ouvrier dans cette usine belge d'une multinationale anglaise. Dessiné au stylo bille avec une rare dextérité, parcouru de traits d'esprit fulgurants et d'analyses à chaud de la bouche des travailleurs ce livre est une parole renversante. Des exemples : « C'est du terrorisme économique! », « On est dépossédés par des possédés! », « Mais comment les moraliser si c'est eux qui tiennent les rênes du pouvoir? » À cette saga de 2011 à 2012, ajoutons LIP DES HÉROS ORDINAIRES (Dargaud) de Laurent Galandon et Damien Vidal narrant la fermeture, entre 1973 et 1974, d'une usine d'horlogerie en France qui appartenait à une multinationale suisse. Cette docu-fiction ajoute une perspective féministe avec le personnage de Solange tout en détaillant un temps de réappropriation collective survenant avant le démantèlement. Dans les deux cas, le travail de liaison entre l'individuel et le collectif a quelque chose de fascinant.

NI DIEU NI MAÎTRE (Casterman) de Locatelli Kournwsky et Le Roy emprunte son titre à la formule-choc attribuée à Auguste Blanqui, un anarchiste radical méconnu. Surnommé « l'enfermé » puisque ses luttes lui valurent pas moins de 43 années de prison ou d'exil sur ses 75 années de vie, Blanqui nous est révélé en nuances. Réalisé à partir d'interviews menées par le journaliste Aurélien Mercadet en prison dès 1877, le propos du livre montre que sa pensée et sa vie se basent sur le respect et la reconnaissance de sa voie propre. L'adversité c'est aussi la guerre : LA GRANDE GUERRE (Arte – Futuropolis) de Joe Sacco plonge avec une série de tableaux détaillés dans le premier jour de la bataille de La Somme de 1^{er} juillet 1916: 20 000 morts! S. (Futuropolis) de Gipi évoque en chassé-croisé des séquelles familiales de la seconde guerre mondiale avec de troublantes aquarelles. KER-MESSE AU PARADIS (Cambourakis) de Birgit Weyhe tente de récapituler le fil des souvenirs d'une généalogie erratique alors que la guerre remonte son sale museau ici et là. Un livre aux images évocatrices qui tirent leur source dans une mémoire pour le moins lourde et austère, presque martiale!



Pas toujours facile d'être une fille dans une société inéquitable; parfois même une forme d'adversité! MAUVAIS GENRE (Delcourt) de Chloé Cruchaudet s'aventure dans le transgenre dans un couple transformant le mari déserteur en femme pour le sauver. Ça ne se fera pas sans difficultés. VIOLETTE NOZIÈRE, VILAIN CHÉRIE (Casterman) de Camille Bnyamina et Eddy Simon refont le parcours hasardeux, en plus intériorisé, de la célèbre parricide de la France des années 30. LUNE L'ENVERS (Dargaud) de l'iconoclaste Blutch se lance dans une aventure à cheval entre science-fiction et hyper réalité avec une jeune femme forcée à devenir dessinatrice d'un livre phare – le Nouveau Nouveau Testament! LE MURET (Casterman) de Fraipont et Bailly fait figure de récit coup de poing avec une adolescente qui, laissée à elle-même, prend des chemins marginaux jusqu'à un hiatus surprenant. Peut-être plus tous publics, PLAYLIST, Contre vents et marées (BD Kids) de Stéphane Melchior Durand et Manboou entre de plein-pied dans les avatars amoureux et les problèmes de cohésion au sein d'un groupe de musique d'une bande de jeunes des plus vifs. Dans J'AIME LES FILLES (L'Oie de Cravan), Obom, également une cinéaste d'animation, relate les témoignages incandescents de premiers amours lesbiens qui évoquent la nécessité, universelle, d'oser prendre le chemin unique qui est le sien dans la vie.

Deux BD québécoises admirables sont proposées pour se coltiner avec l'adversité en usant d'un joyeux zeste d'humour. L'AMÉRIQUE OU LE DISPARU (La Pastèque) du grand Réal Godbout qui adapte ici Franz Kafka. Les hauts et les bas des tribulations d'un jeune immigré européen en Amérique sont à la fois délicieux et délirants. GILLES LA JUNGLE (La Pastèque) de Claude Cloutier, également cinéaste d'animation, constitue une réédition des années CROC d'un ersatz de Tarzan tourné en bourrique avec une approche décalée dont l'auteur est un champion absolu!

Je ne puis résister à proposer la lecture d'un travail rigoureux, et bourré d'une iconographie motivante, sur l'art urbain, sur sa diversité et sur sa pertinence devant la connerie rampante – incluant la pub et les mensonges dont on nous abreuve. Le titre? STREET ART MODE D'EMPLOI (Flammarion) de Jérôme Catz.

On n'hésitera pas à nourrir son lecteur CD de galettes anti-adversité : CHARLIE FOXTROT, La mèche courte (Slam Disques) pour rejouer, version punk rock, David contre Goliath, KANDLE, In Flames (Dare to care Records) pour un iota de folk dans des ballades gothiques ainsi que PAULE-ANDRÉE CASSIDY, Libre échange (Les Productions Alias Perdu inc.) pour des chansons parfois teintées d'amertume sur des musiques jazz et monde!

Ramon Vitesse



www.restaurantlyvano.com

Spécialités pâtes & grillades

Créez votre propre
table d'hôte 4 services

Bières et vins vendus sur place

Magnifique terrasse sur la rivière

Réservez dès maintenant pour vos
rencontres du temps des fêtes!

Réservez
450 298-1119

4, rue Principale, Frelighsburg

Fermé

septembre: les mardis
octobre: les mardis et mercredis
novembre: tout le mois

Poterie

PARTICIPANT
À LA TOURNÉE
DES 20



Poterie Pluriel Singulier

Objets originaux pour le jardin et la maison

Pièces uniques

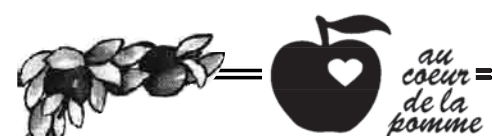
Sculptures, fontaines, service de vaisselle

Raku et Grès

Ateliers d'initiation et de perfectionnement
sur réservation.

poterieplurielsingulier.com

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



Verger écologique
et vinaigrerie artisanale

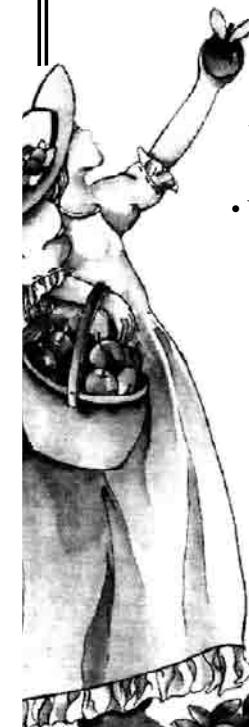
Auto-cueillette

Boutique

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

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

42, route 237 Nord,
Frelighsburg (Québec)
Tél./télé. (450) 298-5319
www.aucoeurdelapomme.ca





**2014 Canard en fête
Lac-Brome
Duck Festival**
20-21 & 27-28
Septembre
Gourmet Festival Gastronomique
www.canardenfete.ca

<https://www.facebook.com/CanardsEnFeteLacBromeDuckFestival>



LA TOURNÉE DES 20 UN CIRCUIT DE VISITES D'ATELIERS SIMPLIFIÉ ET DIVERSIFIÉ

Des villages pittoresques de la région de Brome-Missisquoi servent de cadre aux ateliers des artisans et artistes qui participent à la 19^e édition de La Tournée des 20, les 20-21; 27-28 septembre et les 4-5; 11-12-13 octobre.

veaux artistes et artisans se joignent aux anciens, pour présenter leurs œuvres qui dénotent une expérience artistique inspirante.

Et c'est à Mystique, dans une ambiance intimiste, que se tiendra l'exposition collective!

Chaque participant présentera une de ses œuvres, dans la Vieille École du hameau qui porte bien son nom.

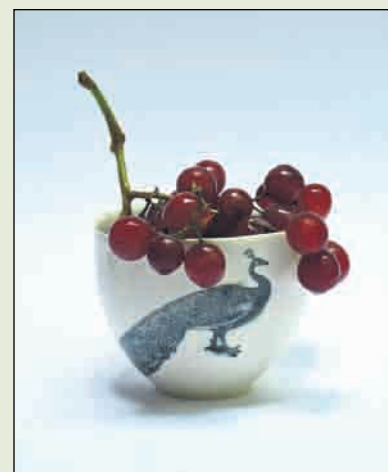
La tournée des 20 est devenue, au fil des ans, un événement annuel incontournable. Elle vous permet de rencontrer des hommes et des femmes qui ont la pas-



En effet, durant quatre weekends consécutifs, entre 10 h et 18 h, artistes et artisans vous invitent chaleureusement à venir les rencontrer et à découvrir la plénitude de leur créativité.

C'est un rendez-vous avec les métiers d'art du textile, de l'ébénisterie, de la poterie, de la ferronnerie, de la joaillerie et du vitrail. Également, avec l'art de la sérigraphie, de la photographie, de la sculpture et de la peinture.

Cette année, La Tournée vous offre, sans aucune vacuité, une grande variété de couleurs, de textures et de nouveautés. À Dunham, dans la Diligence située au cœur du village, une relève enthousiaste et dynami-



sion de leur art et de leur environnement. C'est également une façon inusitée de visiter la région et de s'imprégner des couleurs automnales.



Faites le vide de votre quotidien et partez à la découverte d'aventures artistiques!

Les visiteurs peuvent emprunter le circuit proposé par La Tournée ou encore créer leur propre itinéraire en consultant le site de La Tournée: tournees20.com.

Nicole Bernard

que s'installe. Sous l'appellation La Factrie, des artisanes en matières recyclées font bon voisinage avec un jeune couple, céramiste, sérigraphe et bédéiste.

À Bedford, dans l'ancienne usine patrimoniale Excelsior, l'art et les métiers d'art s'imposent dans l'immensité du lieu. Un artiste photographe et un boisselier-ébéniste vous y attendent.

Alors qu'à Stanbridge East, à Saint-Armand et à Frelighsburg, de nou-



A Vacuity of Birds: The Passenger Pigeon in Missisquoi County

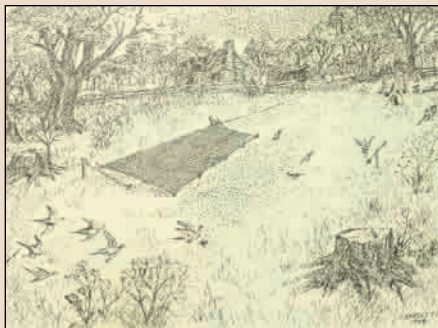
The passenger pigeon was once the most common bird in North America, with numbers in the billions. In 1534, the explorer Jacques Cartier took note of countless wild pigeons off the shores of Prince Edward Island and in 1605 Samuel de Champlain reported on an “infinite number of pigeons of which we took a great quantity.” The Puritan theologian Reverend Cotton Mather penned a letter dated 1712, in which he stated that wild pigeons in the “Thousands of Millions visit us at their appointed season. Their



Passenger Pigeon Net 1829

flights have been so great, that for four, or five miles together, they have merely darkened the Horizon.” In 1813, famed ornithologist and painter John James Audubon was awestruck when he saw a flock of pigeons in which “the light of noon-day was obscured as by an eclipse; the dung fell in spots, not unlike melting flakes of snow; and the continued buzz of wings had a tendency to lull my senses to repose.” The flock took three days to pass.

The passenger pigeon, sometimes called the “blue pigeon,” was native to North America. Its habitat stretched across the continent as it migrated annually from Canada to the American South in winter. Its diet relied on acorns, beechnuts, berries, worms and insects. In their wake, flocks of passenger pigeons left behind denuded fields and ravaged woods. Indeed their droppings, which coated branches and accumulated to over 30 centimetres deep on the ground, proved toxic and fatal to trees and ground cover. As forests were cleared for farming or for the timber trade, the pigeon’s migratory route moved further west where it adapted its diet to include grain.



Pigeon trap

In 1791, Adam Sager settled in St. Armand West and shortly after he was joined by three brothers and his father. At first, they called their settlement “Sagersfield” but due to the number of pigeons frequenting it, the name was changed to “Pigeon Hill.” Nineteenth century historian Catherine Day commented that the name change “can hardly be termed an improvement.”

In the reflections of A. E. Mitchell of Huntingdon, Quebec recorded in 1920, he recalled hearing the story about Pigeon Hill from his father. “In the early days, Pigeon Hill was the nesting place of millions of pigeons. It was said that during nesting season, the sun would in the early morning be clouded by the flight of pigeons.”

Few people living in the 19th century could have imagined that the passenger pigeon flocks that filled the skies in such unbelievable numbers would become endangered or even extinct. Native populations and early settlers in Missisquoi County hunted passenger pigeons to supplement their diets (especially during lean harvests) but it was not this opportunistic hunting

that weakened the population of passenger pigeons in this region; their numbers could have supported the local population. It was the systematic, ferocious and complete destruction of flocks and nesting grounds for markets in larger centres and for foolish recreational sport that marked the end of the passenger pigeon. From the mid-19th century to only 50 years later, passenger pigeons went from a population in the billions to complete extinction.

If the birds were not shot out of the skies or when they were roosting, they were netted and trapped using a number of brutal yet very successful methods including attaching a live pigeon to a stool so that its flapping lured flocks to land. The term “stool-pigeon” derives from this method. Again in Mr. Mitchell’s account of Pigeon Hill, he stated that “parties” would dig up the soil in the meadows of Pigeon Hill and make a place like the bed of a garden. They would then fasten a net to poles and stretch the net upright and attach live decoy pigeons at intervals upon it. The wild pigeons would light upon the bed and while feeding, the net would be sprung and hundreds caught at one time. The pigeons were cleaned and salted and put into barrels for future consumption. “Salt pigeon and salt pike were the staples of food in those days.”



1870 Pigeon Shoot

Overhunting, severe habitat loss and eventually infectious disease ravaged its numbers and made the passenger pigeon increasingly rare by the early 20th century. The last confirmed sighting of a wild passenger pigeon in North America was in 1900, and the last pigeon in captivity died in the United States in 1914. Named “Martha,” it rests in the collection of the Smithsonian Museum in Washington, D.C. The place name of Pigeon Hill (now in the municipality of St. Armand, QC) is the only reminder of the once

magnificent flocks of this “swift and graceful” bird that darkened the skies of Missisquoi County.

Heather Darch
Musée Missisquoi Museum

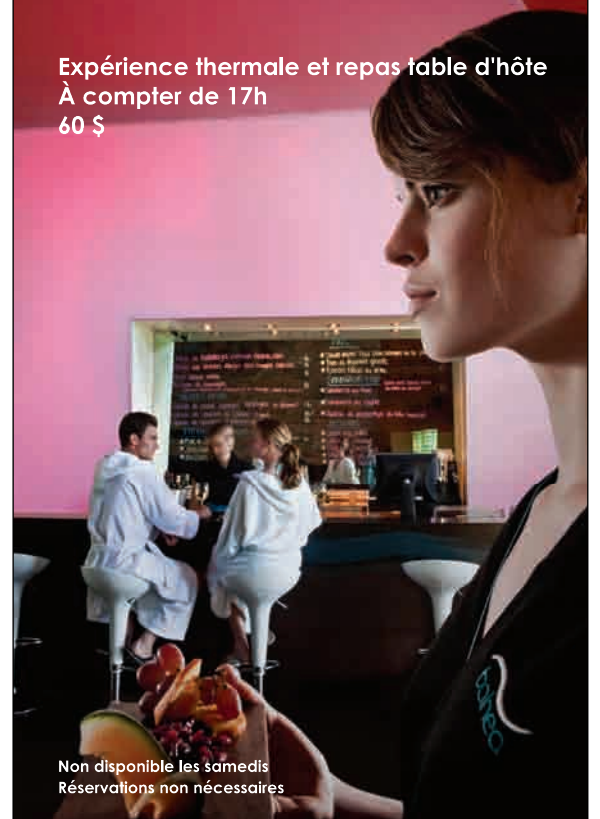
Sources:

Richard Kurin, “The Smithsonian’s History of America in 100 Objects,” (2013); A.E. Mitchell, “Pigeon Hill,” Missisquoi: Water by the Mill: Volume 13, Missisquoi Historical Society, (1974); C. M. Day, “History of the Eastern Townships,” (1869); Jonathan Rosen, “Why the passenger pigeon became extinct,” January 2014 www.newyorker.com; Maximilian Schele De Vere “Americanisms: The English of the New World,” (1872); A.W. Schorger, “The Passenger Pigeon: Its History and Extinction,” (1955); Samuel de Champlain, “Voyages of Samuel de Champlain Vol. II Part VII,” (1604-1610).

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

Soirée gourmande

Expérience thermale et repas table d'hôte
À compter de 17h
60 \$



Non disponible les samedis
Réservations non nécessaires



balnea
réserve thermale

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

PROMOTION DES MERCREDIS & VENDREDIS



Tous les mercredis 30\$

MERCREDI EN FOLIE / WEDNESDAY MADNESS
30\$ golf et voiturette (taxes incluses)

Tous les vendredis GRATUIT

GOLF ET GASTRONOMIE / GOLF AND DINE
À l'achat d'un droit de jeu avec voiturette,
Obtenez un souper 3 services gratuitement!
*Départ après 13h00.

POUR RECEVOIR NOS PROMOTIONS...

Abonnez-vous sur notre site web : www.lesrochersbleus.ca
*Entrer votre courriel dans la section promotion de notre page d'accueil

Golf et Auberge les Rochers bleus: 450.538.2324/1.800.361.2468
550, route 139 Nord, Sutton, QC. J0E 2K0
www.lesrochersbleus.ca

Jacynthe Comeau, aquarelliste et peintre, la magie dans l'instant : ombre et lumière

« même pour le simple envol d'un papillon, tout le ciel est nécessaire » Paul Claudel



Papillon bleu

Cet exergue présente une des créations de Jacynthe Comeau, « Papillon bleu ciel » : une aquarelle, dont l'arrière-plan géométrique en tons de rouge et de rose, reçoit le petit dieu de l'espace, nuancé de bleu, blanc, noir.

Nous rencontrons Jacynthe à la veille de son 7^e Tour des Arts. Son univers « contemporain figuratif » nous apparaît tout en couleurs, tantôt franches ou subtiles, habité

par des compositions à la fois spontanées ou recadrées grâce à des jeux de miroirs et de fenêtres qui évoquent Vermeer.

Native de la région de Nicolet et encouragée à développer sa créativité, Jacynthe Comeau s'est éloignée pour poursuivre ses études en arts plastiques (DEC à Trois-Rivières, Baccalauréat à l'UQAM et l'UQTR), sans quitter les grands espaces de la campagne, peut-être à son insu...

« Asclépiades », « Automne à l'atelier » et « Ça fait rire les oiseaux » nous redonnent les aigrettes éclatées et l'épouvantail du temps des citrouilles. « Logement à louer », c'est l'attente du printemps : les maisons d'oiseaux sont prêtes. « Les élégantes » et « Pommes de glace » nous révèlent la beauté captée dans un instant de grâce, les gouttelettes lumineuses et le brouillard en arrière-plan. Quelle mise au point!

« J'adore les marchés et les jardins, j'aime aussi les objets qui ont une âme ou du vécu... »

Des « coups de cœur » s'intègrent à l'aménagement de sa maison et à ses créations, grâce à leur poésie, leur pouvoir de réminiscence et leur originalité. Un bon exemple : « Women's world », une collection de robes d'apparat, toutes en teintes de blanc, cassé, rosé, sur fond sombre. Ce tableau a remporté un prix¹ tout comme « Remisage », le choix de Pauline Marois, lors du concours national de peinture Rêves d'automne, Charlevoix 2013. Elle y sera finaliste, de nouveau, en 2014.

Jacynthe fréquente les cours d'aquarelle de Nicole



Ça fait rire les oiseaux



Automne à l'atelier



C'était hier, les fleurs

d'Hélène...). Au hasard de ses périples, elle est interpellée par les boutiques et les brocantes qui lui inspirent des compositions où les jeux d'ombres multiplient les reflets et les plans.

Des constantes de la manière « Jacynthe Comeau » : le regard et la note rouge; la fenêtre et/ou son reflet, le bois patiné. Souvent, ces quatre éléments se retrouvent dans une seule création.

« Sous observation » : le regard représenté sur le mur patiné nous interpelle; le chandail rouge attire le regard vers la fenêtre. « Sous les projecteurs » est une nature morte aux couleurs primaires : « Remisage » de la bicyclette rouge sous le balcon ajouré, dans la neige! « La remise » est réchauffée par le soleil qui illumine la citrouille en attente de la fête!



Sous observation



Jeux d'ombres

Bravo! et merci Jacynthe! En attendant Charlevoix, revisitons les sites du Tour des Arts www.tourdesarts.com et du Circuit des Arts www.circuitdesarts.com

1 "Curry's DaVinci Paint Co.Award" de la CSPWC (Canadian Society of Painters in WaterColour)" de Toronto.

Lise F. Meunier



« Nous avons conçu un magnifique nouveau menu à la fois simple, raffiné et riche en saveurs. »

Ugo-Vincent Mariotti, Chef



UNE NOUVELLE DIRECTION S'ANNONCE

Notre nouveau Chef, Ugo-Vincent Mariotti, est fier de vous proposer le tout nouveau menu du Bistro West Brome : cuisine simple, inspirée et distinguée - stimulée par la fraîcheur des produits du terroir et de notre potager.

Venez vivre une expérience culinaire sans-pareil.

Ouvert matin, midi et soir, 7 jours la semaine.
Réservations de soir appréciées.



128, ROUTE 139 • WEST BROME, QC
450.266.7552 • WWW.AWB.CA

Perspicacité, finesse et intensité : nos artistes en pleine création

Centre d'art de Dunham

Jusqu'au 30 août : « Ma ville, mon village » 16^e exposition collective des artistes de Dunham.

Les peintres : Linda M. Beauregard, Pascale Bouchard, Denise Caron, Josée Dubé, Brenda Dunn-Lardeau, Michelle Frigière, Normande Gagné-Racine, Suzanne Hébert, Lucille Jetté, Gracia Mercier, Katia Racine, Bernice Sorge, Marc Tanguay...

Les photographes : Louis Belley, Marie Latour, David Nadeau, Carol Philips.

Un bouquet de couleurs et d'interprétations pour mieux voir et savourer l'été d'ici!

Du 6 au 30 septembre (vernissage, le 6 septembre) : « **Vers l'au-delà** », une première pour **Paul-Émile Racine**, un artiste chercheur de sens, inspiré par la nature et la « rêverie contemplative ».

Tout vient à point à qui sait attendre!, dit-on, et Paul-Émile Racine « est » la patience, avec un grand P! « Quarante ans d'expérience et d'expérimentation soutenue, principalement dans les domaines du dessin, de la peinture... Natif des Cantons-de-l'Est, vivant au cœur de la nature, je développe et poursuis assidûment mes recherches artistiques par l'intermédiaire d'une méthode de concentration active et de la rêverie... si chère au monde des artistes-créateurs. »

Six ans d'études (1973-1979) en arts plastiques (dont trois à l'École des Beaux-Arts de Montréal) et quatre expositions collectives (1979-1989). « Cette liberté de créer de même que mon inspiration m'ont invariablement conduit sur une voie au-delà de la réalité terre à terre... par le biais de visions plus allégoriques que réalistes. » PER

Voyons quelques titres en guise d'apéro.

Dessins et peintures : L'Allégorie du T@, L'hôte invisible, Hommage à William Blake, Totem Hafida, L'œuf Vive et Hommage à Goya.

Sculptures : Sphinx et Cardinal de Mer.

Il travaille actuellement à une nouvelle production, « Blanc sur noir » ! Surprise! À découvrir dans la Salle

Normand Gaudreau. L'artiste sera présent au vernissage et à l'occasion des Journées de la Culture, les 27 et 28 septembre.

Du 4 octobre au 1er novembre (vernissage, le 4 octobre) : « **De la couleur plein les bras** ».



Jean-Marc Deslauriers : « Droit devant »



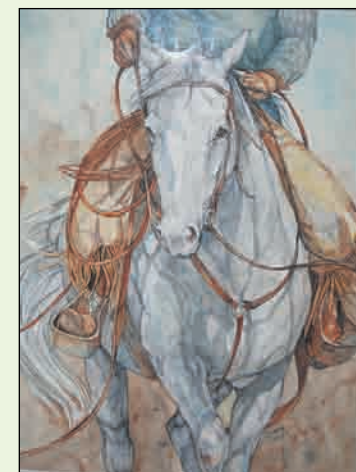
« De la couleur plein les bras »

connaissent depuis des lunes... L'un redessine sans cesse son immense paysage brighamois et grâce à ses six roues! L'autre, artiste et animatrice, cultive les relations stimulantes qui sont essentielles à son cadre de vie : Monique nous présente sa nouvelle production fleurs-fruits-couleurs!

Du 8 novembre au 30 novembre (vernissage, le 8 novembre) : « **À propos de nous! About us!** », une première de Diana Dyer, au Centre d'art de Dunham. Nous l'attendions d'abord en juin, mais elle sera notre prélude à la saison des cadeaux! Voyez cette fête d'hirondelles sur fond de campagne, le cheval portant fièrement son cavalier dans « Cool hand » et une scène de ferme bovine captée à Iron Hill. N'est-ce pas que le thème de notre édition s'accorde parfaitement à la qualité d'observation et aux émotions qui jaillissent des créations de Diana. Une occasion à ne pas rater : « ...une célébration de la nature, de la beauté des choses et des bêtes, des richesses de l'histoire, notre histoire ».



« Iron Hill » par Diana Dyer



« Cool hand »

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

Lise F. Meunier

Envie de nouveauté pour votre prochain BBQ?

Essayez nos délicieuses poitrines de canard marinées !

Dégustations tous les week-ends en boutique
Trucs et astuces de cuisson proposés par nos spécialistes
Formats vrac exclusifs



BOUTIQUE
LAC BROME

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

2\$ de rabais

offert en boutique seulement
jusqu'à la fin août



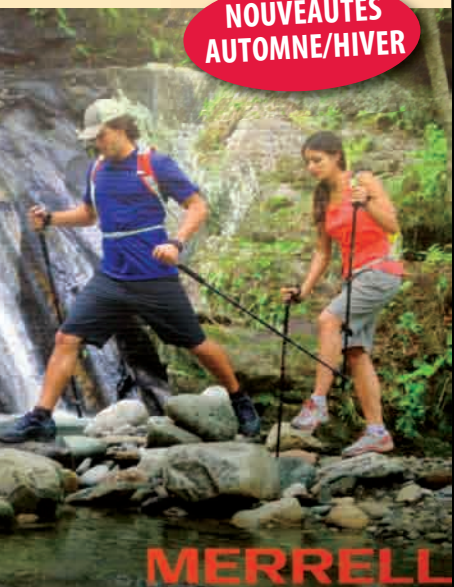
- BBQ hickory
- Oranges confites et 3 poivres
- Moutarde de Dijon et miel



AU RENDREZ-VOUS DE LA MODE

VENTE FIN DE SAISON ÉTÉ

NOUVEAUTÉS AUTOMNE/HIVER



MERRELL

CHAUSSURES Merrell, Columbia, Crocs, Skechers, Hush Puppies, Sorel.
VÊTEMENTS Merrell, Mexx, Columbia, Bianca, Marco.

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

TARTIN' IZZA



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**

L'art et la vacuité

« Le vide est tout-puissant parce qu'il embrasse le tout. Ce n'est qu'au sein de la vacuité que tout mouvement devient possible. Celui qui parviendrait à faire de lui-même un espace vide où autrui pourrait librement pénétrer serait maître de toutes les situations. »

Le Livre du thé de Kakuzô Okakura

Tour d'horizon de trois expositions à ne pas manquer à la Galerie Arts Sutton cet automne

Raoul Duguay, Muriel Faille et Winston McQuade

Trois natures, trois manières de donner à voir

Pour terminer l'été en beauté, Arts Sutton vous propose une exposition en trois harmonies : trois artistes qui vous montrent leurs façons de voir et de donner à voir. Les œuvres de Raoul Duguay, Muriel Faille et Winston McQuade seront au rendez-vous pour vous transmettre les pensées créatrices de leur auteur.

grands rythmes de l'univers, les correspondances. Son travail s'anime d'une préoccupation de ne pas couper la création contemporaine des sources vives de la tradition, ne pas isoler l'art du monde sensible. « Nous sommes dans la portée d'un monde comme être en mouvement et en conscience à dire et traduire une manière d'habiter notre temps. »



Quand on sera comme un brin d'herbe. Acrylique sur toile, 2007

Depuis une cinquantaine d'années, Raoul Duguay ne cesse d'étonner par la diversité de ses modes d'expression. Ses audaces scéniques, musicales, poétiques et esthétiques lui ont valu d'être considéré comme l'un des artistes les plus marquants de sa génération. On comprend « l'urgence de peindre » de Raoul Duguay, dans « 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. »

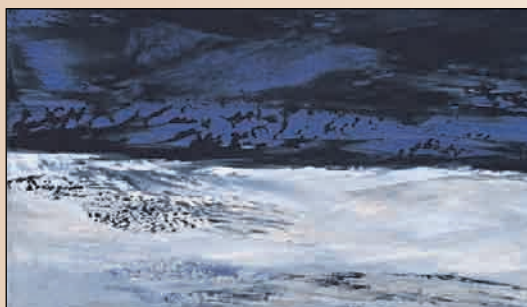


Photo Pollen des dieux transporté par les oiseaux, 2014

Peintre, graveur et éditrice, Muriel Faille cherche à exprimer, à travers ses compositions, une manière de voir aux idées développées sur les cycles de la vie, les



Kyoto

Winston McQuade, une des figures emblématiques de Radio-Canada, est un homme de communication très engagé, mais aussi un artiste peintre de talent. Il a décidé, il y a une dizaine d'années, de quitter la télévision pour se consacrer à l'art, une passion qui l'animaient depuis l'époque où il fréquentait l'École des Beaux-Arts de Québec. Les tableaux de Winston sont vibrants, intrigants et joyeux. Il privilégie la plus pure des spontanités. Ses couleurs sont vives, primaires, le coup de pinceau est franc, le geste clair.

Du 21 août au 28 septembre 2014

Vernissage dimanche, 24 août 2014, de 14 h à 16 h

Pour plus d'informations sur les trois artistes à l'honneur :

www.raoulduguay.net

www.murielfaille.com

<http://winston.web44.net/index.htm>

(Suite page suivante)



SATYA YOGA
 SUTTON

**Merci de choisir l'équipe Satya.
 On vous attend sur vos tapis
 le 8 septembre 2014.**

**Thanks for choosing the Satya Team.
 We will be waiting for you on your mat
 on september 8th 2014.**

Satyayogasutton.com · 34A, rue Principale N, Sutton (près du IGA) · 579 436-8686

Suzelle Levasseur
Suite

Née à Trois-Rivières en 1953, Suzelle Levasseur est un nom important dans la jeune peinture québécoise. Depuis 1976, ses recherches soutenues l'ont amenée à présenter plus de 30 expositions personnelles et à participer à une cinquantaine d'expositions collectives, au Canada, aux États-Unis et en France. En 1987, le Musée d'art contemporain de Montréal lui a consacré une importante exposition. Les œuvres de Suzelle Levasseur font partie de nombreuses collections privées et publiques dont celles du Musée national des beaux-arts du Québec et du Musée d'art contemporain de Montréal.

Fenêtre sur l'intérieur psychologique, les tableaux de Suzelle Levasseur décrivent l'indescriptible, rendent visible l'invisible. On les apprivoise avec le temps, mais une fois qu'ils entrent en nous, c'est pour y demeurer. De façon implicite, les tableaux de Levasseur mettent en scène des forces antagonistes, métaphores d'énergies positives et négatives, métaphores du bien et du mal. (Extrait du catalogue. Manon Blanchette, conservatrice en chef du Musée d'art contemporain.)



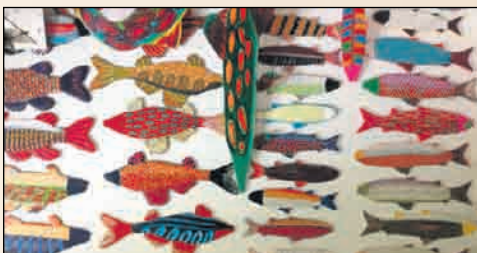
« Dans la mémoire d'enfant » de Suzelle Levasseur

Dans la mémoire d'enfant de Suzelle Levasseur, l'atelier de son père est « un cube dans lequel s'entrecroisent des étincelles de couleur, des rivières de feu, des explosions de lumière violente ».

Acrylique sur toile, 2011

Du 2 octobre au 9 novembre 2014

Vernissage dimanche, 5 octobre 2014, de 14 h à 16 h



Marché de Noël 2014

Collectif des membres artistes de la Galerie

Pour saluer la saison hivernale, Arts Sutton présente à nouveau l'exposition de son célèbre **Marché de Noël** où les œuvres d'artistes et artisans de la région, en arts visuels et en métiers d'arts, sont à l'honneur. Une occasion unique d'acheter vos cadeaux de Noël à des prix abordables. Également, des cartes de Noël réalisées par les élèves de l'école de Sutton seront mises en vente pour l'occasion.



Exceptionnellement pour cette exposition, la Galerie sera ouverte **tous les jours du 27 novembre au 28 décembre 2014, de 11 h à 17 h.** Vernissage dimanche 7 décembre 2014, de 14 h à 16 h.

Visitez la galerie-boutique au 7, Academy Sutton. **Pour plus de renseignements sur tous ces événements gratuits :**

info@artssutton.com
www.facebook.com/artssutton
www.artssutton.com

À l'intérieur de ses murs, Arts Sutton réserve deux espaces pour permettre à tous les membres artistes qui le souhaitent d'exposer quelques-unes de leurs œuvres sur une période de deux mois. C'est l'occasion de vous procurer une œuvre d'art à un prix intéressant.

Mireille Joly
directrice
450 538-2563



**Cuisine créative
de Dany Savage**

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



**Le Pleasant
Hôtel & Café**

**Collections
Automne/Hiver**

Enrobe-moi

URBAINE
des Champs
Créations québécoises

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

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



L'Univers fonctionne

Êtes-vous déjà passé devant une personne sans abri, dans la rue, et avoir senti un pincement au cœur et le désir de lui donner quelque chose? Mais, pour une raison quelconque, vous ne lui avez rien donné.

La vraie mesure de notre cœur, c'est l'action. Sans action, nous ne pouvons manifester les vraies aspirations de notre cœur. Sans action, le véritable désir de notre cœur, celui d'aider les autres, ne peut être amené à sa réalisation.

Maintes personnes croient, du moins à un niveau philosophique, qu'il existe une loi de l'attraction dans l'univers : plus on donne, plus on reçoit. Si cela résonne au niveau de notre mental, combien parmi nous sentent et vivent réellement ce principe dans leur existence, au quotidien?

Cette loi universelle se manifeste de nombreuses façons, à la fois magnifiques et mystérieuses. Donner peut se manifester sous des formes variées. Bien sûr, nous pouvons donner de l'argent à quelqu'un dans le besoin.



Mais, il y a aussi l'acte de dire un mot touchant à quelqu'un ou de faire un compliment authentique à un ami, à un de nos proches, à quelqu'un que nous venons à peine de rencontrer!

La bonté est une façon de donner. En soi, elle est un immense cadeau. Et quand nous plantons les graines de la bonté, elles nous reviennent plus tard, d'une façon ou



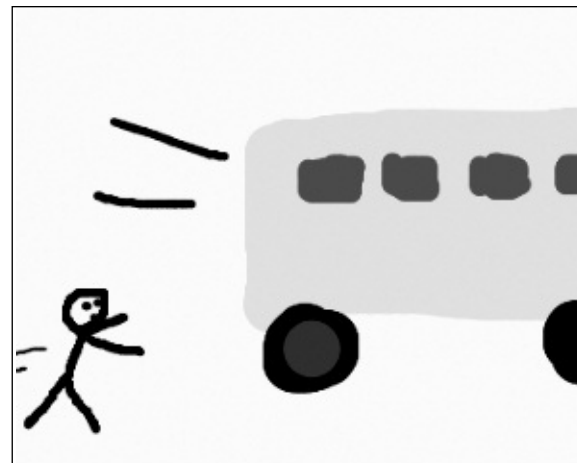
d'une autre. Si on engendre du bien-être chez les autres, ne serait-ce que par un simple sourire, nous en recevrons autant dans le futur. Par contre, si nous sommes à l'opposé et nous plantons des graines de blessure et de misère, c'est exactement ce que nous récolterons ultérieurement.

De la même manière, notre perspective de la vie et du futur régit notre expérience. Si nous croyons vraiment en un futur positif et lumineux, c'est précisément ce que nous expérimenterons. Non seulement pour le futur lointain, mais aussi pour le prochain instant. Combien de fois dans ma vie ai-je été stressé parce que les choses ne prenaient pas la tournure que j'escomptais? Un autobus ou un appel important raté, ou ce poste que je n'ai pas obtenu et qui semblait fait pour moi? Et combien de fois les choses se sont finalement mieux passées que je pouvais l'imaginer ou le planifier? Pour revenir sur l'exemple de ce poste que je convoitais, il s'est avéré que le patron était un homme de peu de principes... et la compagnie a fait faillite quelques mois plus tard! Par la suite, j'ai obtenu un emploi encore plus agréable, avec des collègues sympathiques et un patron idéal !

Il existe des possibilités infinies et de portes inconnues que notre mental est incapable de cerner. Avoir une foi positive envers le prochain instant et les instants qui suivent apporte des effets puissants. En fait, ceci constitue un esprit de vacuité qui affecte notre destin et celui de ceux qui nous entourent. Pouvez-vous vous imaginer de vivre ainsi tout le temps? Pouvez-vous vous imaginer

que nous ayons tous la conviction profonde que chaque instant suivant sera encore meilleur que le précédent? Comme notre société et notre monde seraient plus harmonieux! Les peurs et les inquiétudes seraient anéanties. Pouvez-vous l'imaginer?

C'est beau d'avoir de belles idées généreuses, mais elles ne demeurent qu'à l'état d'idée tant que quelqu'un ne les met pas en action. Ce n'est qu'à ce moment qu'elles prennent forme et peuvent vraiment faire une différence dans le monde. Et, au bout du compte, que nous le voulions ou non, c'est là notre mission en tant qu'être humain sur cette planète. De faire de ce monde un endroit meilleur. De nous offrir, ainsi qu'aux autres, du bonheur.



Quand nous sommes très près de la mort, les seuls regrets que nous pouvons avoir concernent l'aide que nous n'avons pas su donner ou les conflits que nous n'avons pas réussi à résoudre. Nous ne regrettons jamais ce que nous avons donné. C'est là l'une des grandes leçons de la vie.

Lawrence Lefcort

Thérapeute certifié en Tao Shiatsu

lawrence@holistic-hands.com

<https://www.facebook.com/taosanghaestrie>

450 295-1470



DOMAINE DE DUNHAM AUTO-CUEILLETTE Pommes, poires, prunes, pommettes et raisins

4470, chemin Godbout
Dunham (450) 295-1155
www.domainededunham.ca

Près de la *Route des vins*, verger de 26 000 arbres fruitiers : pommiers, pruniers, poiriers, pommetiers et pêchers. Profitez de nos deux aires de pique-nique au bord des étangs et de notre belle salle dans une grange ancestrale. Du mercredi au dimanche, de 10 h à 18 h, de la mi-août jusqu'à la fin d'octobre.

Les Jardins de la Colline

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

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
- Marinades (34 variétés)
- Confiture (28 variétés)
- Variété de vinaigres et vinaigrettes

Viandes et poisson

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

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...

Restaurant

BISTRO BEAUX LIEUX

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

Brunch samedi et dimanche dès 11 h
Jusqu'au 1^{er} septembre: merc. au dim. dès 17 h
À partir du 2 septembre: jeudi au dim. dès 17 h

19 Principale Nord Sutton 450 538 1444

www.bistrobeauxlieux.com

Quoi de Neuf? Artisan Show and Sale

Twenty years, filling the void...

The modern home. Open a decorating magazine today and you will see sleek lines, open spaces, industrial materials and accessories; few personal touches, the pared-down look, a certain “vacuity,” or emptiness. How can we change that empty feeling and fill the void?



textured details that will warm up a house. Make a fashion statement with beautifully warm alpaca/mohair sweaters, scarves, and other pieces by Genny Arelano or Flavie Dufour’s very fun and colorful felted hats. For those cold winter months, Robert Morin’s suede and sheepskin accessories are just the ticket!



It’s the personal touches we add that can alter the effect. Art, handcrafted items, artisanal materials will change this feeling of emptiness. The fond memories one has of collecting things, speaking with artisans personally, customizing some decorative accessory or finding that special hand-crafted, one-of-a-kind gift instead of some assembly line product: such are the special personal touches you will find at the *Quoi de Neuf?* Artisan Show and Sale, this October 18th and 19th at the Club de Golf Les Rochers Bleu in Sutton.

The organizers of the show have lined up approximately 40 exhibitors to celebrate their 20th year. Many favorite artisans will be returning, and of course several new ones will be adding their wonderful creations to the mix.

New this year are beautifully crafted traditional mushing sleds sized for children, by Jocelyn Legault, wonderful for walking with the grandkids! Raymond Boyer’s whimsical birdhouses are definitely fun and Hobbit-like... not your ordinary birdhouse. John Murphy’s beautifully crafted cutting boards from exotic woods are definitely a special touch for any home. For the reader on your list, Dyann René de Cotret’s handpainted bookmarks make a thoughtful gift. Leather swag bags by Francine Paradis would make a very fun gift for teenagers, or just a novelty item. Lovely cushions by Anne-Gaëlle Répécaud add

Other artisans returning this year to fill those neutral voids bring brightly colored blown/flamed glass pieces, intricate glass florals, dried floral creations, braided rugs, sweaters, blankets, and bags, beautifully glazed pottery, pieced wooden pictures, tole painted items, whimsical sculptures, wood and copper sculptures, hand turned pens, paper art cards, iris folding cards, folk art dolls, collector’s one-of-a-kind Victorian Santas, wooden banks and crayon holders for children, fashion pieces, hand painted silk scarves, knitted angora creations, totes and bags, beautifully colored felted shawls and cozies, and fun kid’s clothing. Several jewelers with distinctly different styles to choose from will be on hand. Entertaining always



warms up a home, and can change a vacuous space into a warm and cozy home. Try the jams, marinades, and sauces or yummy fudge at your next get-together.

So... vacuity and emptiness; or

more preferably, a blank canvas to be filled with so many wonderfully rich textured, colorful things!

Debbie Hornig
www.expoquoideneuf.com
artisans@expoquoideneuf.com

Quoi de Neuf? Artisan Show and Sale



Saturday and Sunday October 18th and 19th, 2014
 Saturday 9 a.m. – 5 p.m.
 Sunday 10 a.m. – 4 p.m.
 Club de Golf Les Rochers Bleus Sutton

Pour cet automne
 on mijote...
 de belles
 trouvailles

AU COEUR DES SAISONS

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

4, rue **Maple Sutton**

450-538-0388



Promouvoir la vacuité

Pierre-André referma sa tablette, son émerveillement toujours renouvelé devant les progrès de la communication. Comme tous les matins ou presque, il venait de consulter ses quotidiens sur plateforme électronique. Ses parents avaient connu la radio à cristal, sa génération à lui était passée à la téléphonie intelligente, au MP3 et à la tablette électronique. Et il flottait aujourd'hui, quelque part dans le cyberspace, des nuages dans lesquels était stockée toute la connaissance du monde. Si seulement l'humain avait progressé au même rythme que la science, pensait-il. Et si seulement la morale et l'éthique avaient suivi la même courbe ascendante.



Il allait se préparer un deuxième café quand il croisa sa compagne à la cuisine.

— Et comment va le monde ces jours-ci Pierre-André, demanda-t-elle?

— Rosalie, lui répondit-il, les comptables ont pris le contrôle.

— Mais de qui parles-tu? Qu'est-ce que tu veux dire au juste?

— Je parle, Rosalie, de ces comptables à la petite semaine qui se sont fait élire aux trois niveaux de gouvernement. As-tu seulement entendu un seul des partis politiques au pouvoir prononcer le mot austérité durant sa campagne électorale? C'est pourtant ce qu'ils nous

chantent tous aujourd'hui : « Nous vivons au-dessus de nos moyens, ça ne peut continuer, il faut se serrer la ceinture, il faut couper dans les budgets ».

— Ben voyons, Pierre-André, tout le monde le dit, ça doit bien être vrai!

— Ces gens-là, Rosalie, sont sourds à tout ce qui n'est pas la « piasse ». Ce sont des affairistes qui ne jurent que par l'économie et le profit, sans aucun égard pour la personne humaine, encore moins pour les valeurs qui cimentent la société.

— Mais c'est quoi qui cimente la société d'après toi?

— Mais c'est la langue, l'histoire, les traditions, l'éducation, les manifestations intellectuelles, tout ce qui distingue une société Rose! Tout ce qui se met difficilement en chiffres.

— Mais d'où sors-tu tout ça ce matin, mon amour?

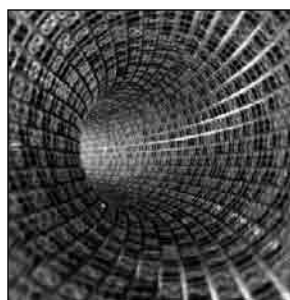
— Ben voyons, Rosalie, tu suis l'actualité, non? Ottawa vient de passer Radio-Canada à la guillotine, il réduit depuis des années les budgets des organismes voués aux arts et à la culture. Québec se prépare à son tour à sabrer dans les ressources allouées à l'éducation et aux services publics; même la Ville a coupé son soutien aux organismes culturels d'ici.

— Mais Pierrot! Tous les programmes, tous les services publics devront faire leur part, il faut réduire les déficits!

— Mais à toujours s'attaquer à la culture comme on le fait depuis cinquante ans, on crée un vide. C'est ça le vrai déficit. Et la culture américaine n'a pas besoin de ça pour s'imposer.

— Ouais, là... j'ai bien peur que tu aies raison Pierre.

— Pourquoi toujours couper dans nos valeurs identitaires? Et toutes ces enveloppes brunes révélées par la Commission d'enquête sur l'industrie de la construction; quand est-ce qu'on va véritablement tenter de les contrecarrer et quand va-t-on statuer pour que le Trésor



public puisse récupérer ces sommes?

— Mais Pierre-André, c'est le rôle des tribunaux ça, pas celui des politiciens.

— Oui, je sais, mais il faut qu'il y ait une volonté politique derrière et je ne comprends toujours pas pourquoi nos représentants qui se disent sans faille et sans reproche ne s'empressent pas de se dissocier de leurs collègues reconnus... moins propres, disons. Pourquoi donc semblent-ils tous se protéger les uns les autres? Prends la Commission Gommery, par exemple. Savais-tu qu'elle n'a jamais mené à la condamnation d'aucun homme politique? La Justice ne devrait-elle pas s'appliquer à tous et pas seulement aux petits exécutants?

— Mon cher Pierre-André, on peut dire que t'as les idées noires ce matin.

— Mais ça fait longtemps qu'elles me chicotent ces idées, chérie. On devrait en discuter plus souvent, tiens. Ce sont les idées fixes de nos bourreaux qui appauvrissent la société. Que représentent les valeurs du peuple dans l'esprit d'un petit comptable qui ne considère que ses émoluments et son plan de carrière? La richesse d'une population, c'est beaucoup plus qu'un budget équilibré, tu sais, et notre culture c'est notre identité. Priver d'argent la communauté culturelle, c'est faire preuve de mépris à l'endroit de ses congénères; c'est soustraire des revenus à l'ensemble de la population; c'est réduire son rayonnement régional, national et international; c'est détruire le climat inspiré dont toute société est en droit de s'attendre. Non, vois-tu, je reste fortement convain-

cu qu'après nous avoir imposé leur vacuité morale, nos politiciens au pouvoir travaillent aujourd'hui à créer la vacuité intellectuelle dans la population. On est à manufacturer le vide culturel.

— Mon cher Pierre-André, t'as vraiment besoin de te changer les idées. Viens, je t'emmène au cinéma cet après-midi. On donne un bon film au Princesse; ça raconte l'invasion de la Terre par des extra-terrestres.

Michel Guibord



FORGED'OLL
L'AMAGIT DANS LA TRADITION DU CŒUR
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

VENTE AU DÉTAIL • VIN & VIANDE DE BOEUF



VIGNOBLE DOMAINE BRESEE
VENTE AU DÉTAIL

Merveilleux vins du terroir – 6 produits
Viande naturel bœuf Charolais sans hormones

Fabulous Wine – 6 products
Natural, hormone-free Charolais beef

Heures ouverture/Opening hours

19 juin au 1 novembre	tous les jours	10 h à 18 h
2 novembre au 18 juin	vendredi – samedi	11 h à 16 h
June 19 to November 1	Everyday	10am – 6pm
November 2 to June 18	Friday and Saturday	11am – 4pm

Aussi disponible/also available
Chalet champêtre à louer avec étang
Charming chalet for rent with a fish-stocked pond you can swim in.

Produits du terroir à vendre dans notre boutique
Local products available in our boutique

450 538-3303
www.vignobledomainebresee.com
303 Draper Hill, Sutton, Qc J0E 2K0



efc EXCAVATION FRANÇOIS CÔTÉ



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

9170-5739 Québec Inc.
Rég. 8335-7657-46

ADRESSE: 67, rue Sweet, Sutton Qc, J0E 2K0
T. 450. 538. 2516 C. 450. 531.1187 | 450. 525. 0940

Plus d'un régal

Après s'être bâfrés comme des ogres des premières légumes timides du printemps, nous en sommes maintenant presque arrivés au plat de résistance. Avant l'apothéose finale du début de l'automne, où nous pataugerons dans l'abondance à ne plus savoir où donner de la conserve, l'été nous offrira quand même une pléthore de délicatesses à croissance rapide. Kale, bette à carde, concombres, haricots... les choix ne manquent pas pour qui aime se repaître de primeurs tout au long de l'été.

Outre les mollets musclés et les cuissards, hum... un peu trop révélateurs, la saison nous apporte, dès ses débuts, une myriade de fines herbes disponibles très rapidement, car leur croissance est fulgurante. Un herbier bien aménagé peut fournir tout ce qu'il faut pour ne jamais se contenter d'un repas médiocre jusqu'au printemps prochain. Car, si je n'ai pas l'habitude de faire la fine bouche lorsqu'on m'invite à manger, force m'est de constater qu'énormément de gens n'en utilisent pas ou très peu, et que leur cuisine, souvent fort sympathique au demeurant, y gagnerait beaucoup. Aristote affirmait: « La nature a horreur du vide ».

Or, il se trouve que ma tronche abonde en ce sens. C'est que, lorsqu'utilisées fraîches, les fines herbes rehaussent l'ensemble de l'assiette, révèlent les arômes discrets et font d'un plat ordinaire un plat dont on se souviendra. Prenons, par exemple, une simple émulsion. On met dans le malaxeur un mélange de basilic, de menthe et d'estragon ciselés. On y ajoute un jaune d'œuf, une cuillerée à thé de moutarde, une larme d'un bon vinaigre (cidre, xérès, etc.) et on broie à haute vitesse. Quand le mélange est lisse, on incorpore un filet d'huile, doucement, jusqu'à ce que la sauce devienne crémeuse. On sale et poivre avant d'éteindre l'appareil. Sur un lit de roquette, on dépose des tranches de tomates de champ



Roquette

bien mûres, on saupoudre de fleur de sel et on nappe de l'émulsion. Soudain, la tomate n'est plus la même, elle exhale des parfums de soleil et de verdure; le poivre de la roquette remonte au nez sans piquer, agréablement. La raison en est simple. Le menthol, l'eugénol et autres phénols contenus dans les herbes sont très volatils et produisent des vapeurs qui dirigent les saveurs de toute la bouchée vers le nez, qui en perçoit encore mieux toutes les nuances.

Autre régal, d'Argentine cette fois, le chimichurri. Traditionnellement utilisé comme accompagnement pour la viande de bœuf grillée, cette sauce-miracle sait faire un délice de n'importe quelle grillade, qu'elle soit viande, poisson ou végétarienne. Sans cérémonie, on balance dans le robot culinaire deux échalotes hachées, 1/4 de tasse chaque d'origan et de coriandre frais, une tasse de persil, deux gousses d'ail hachées, du piment fort au goût et 1/4 de tasse de vinaigre de vin rouge. On pulvérise le tout en y ajoutant 1 1/2 tasse d'huile d'olive. Ensuite, il ne reste qu'à mettre au frigo pour 24 heures, pendant lesquelles les saveurs vont s'amalgamer pour former un mélange étonnamment contradictoire de puissance et de subtilité.

À la fin de l'été, quand la nature roussit, quand le citadin troque son vélo pour une caméra et immortalise les feuilles mortes, la plupart d'entre nous regardent flétrir nos herbes avec fatalisme en nous disant que c'est le cycle de la vie qui suit son cours. Monumentale erreur. Avant que les premières gelées ne surviennent, le temps est à la récolte. Une espèce après l'autre, en commençant par le basilic qui est le plus frileux, on peut ramasser toutes nos herbes, les réduire en purée au robot avec un brin d'huile végétale neutre et les congeler dans des moules à glaçons. Une fois emballés individuellement, on obtient des petites portions qui sont bonnes pour un repas. Elles valent mille fois mieux que des flocons séchés en pot ou des barquettes d'herbes des antipodes à l'épicerie qui coûtent les yeux de la tête. Ah oui, j'ai failli oublier... Vacuité!

Gaël Steinmetz

Au-delà des mots

Vacuité des vacuités, et rien n'est que vacuité. À preuve, l'inexistence du vide. La notion de vide absolu est une hérésie totale. On ne conteste plus maintenant la théorie que l'univers soit plein de matière, qu'elle soit blanche ou noire, voire grise. On sait même de quoi elle est constituée. Depuis quand le sait-on? Ah, ça on n'en sait rien! Pas le plus petit bout de réponse. Même si on fait le tour de la question. Depuis toujours (depuis tous les jours à partir du premier jour et jusqu'au jour d'hui) ose-t-on affirmer pompeusement. Mais après? Hein? Après, qu'est-ce qu'on fait? En y réfléchissant de plus près, on s'aperçoit qu'on est encore loin d'avoir compris quelque chose. Les expressions le tout pour le tout, en tout et pour tout, tout partout, et leurs cousines c'est tout ou rien, rien du tout et rien de rien illustrent bien les ambivalences. Ce n'est pas pour rien que le vernaculaire québécois bien enraciné aura fait un joli juron de souche ancienne pour combler un déficit lexical comme bonyenne de bonyenne! Si ça n'est pas pour rien, c'est pourquoi faire, alors? Eh bien, c'est parce que pour, mon amour – parce que pour. Tout simplement. Comme on voit qu'il est tout à fait

possible du point de vue de la rhétorique et de l'argumentation de susciter un débat sur le concept de vacuité et de prendre tous les moyens à sa disposition pour faire en sorte que personne n'y comprenne rien de rien tout en donnant l'impression bien nette d'avoir aperçu un éclair de génie – même si on n'a rien dans la caboche. Pour finir, je m'en remets entièrement à Sacha Guitry, qui dans un monologue reprend une répartie d'Alfred Capus, en réponse à un lourdaud supposément profond qui lui disait: « Mon cher Capus, tout est dans tout. » « Oui, et réciproquement », lui répondit Capus. Et Guitry de conclure: « Comme quoi un adverbe peut devenir un bon mot dans la bouche d'un homme éblouissant d'esprit. » Or, au-delà des mots, il y a le silence, et dans le silence, la vérité. Mais toute vérité sera creuse tant que le cœur ne se donnera pas sur la main. Tout cela ne veut peut-être rien dire, mais rien ne vaut autant que de le dire.

Richard Weilbrenner



Entrepreneur général

- Projets de maisons neuves
- Agrandissements
- Charpentes

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



RBQ: 8347-8230-39



Les Entreprises Guitim

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

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

92, RUE PRINCIPALE NORD, SUTTON



RESTAURANT BAR
CUISINE FRANÇAISE

TERRASSE CHAUFFÉE

SPÉCIAUX DU MIDI 9⁹⁵\$

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 13^e ÉDITION DE SUTTON EN BLUES

« Rien de tel pour évacuer la vacuité que la plénitude du blues », parole de bluesman. Cette année, Sutton en Blues accueillera son 10 000^e spectateur, un jalon que les Productions Kazou ne pensaient pas franchir il y a treize ans. Quelques surprises attendent cette dix millièm^e personne. Pour célébrer cette année phare, la série débute avec une artiste qui atterrira chez nous après plusieurs années de chassé-croisé dû à sa carrière internationale, expliquant ainsi le fait qu'elle est rarement chez elle à Toronto.



Le 18 octobre

SUE FOLEY est perçue comme l'une des meilleures artistes de blues d'aujourd'hui. À seize ans, elle entame sa carrière professionnelle. À vingt et un ans, elle se retrouve à Austin, Texas où elle enregistre sous la légendaire étiquette de blues, *Antone Records*. À son retour au Canada, Sue remporte le Juno du meilleur album blues. Depuis 1999, Sue Foley a obtenu un record de 17 *Maple Blues Awards*. En 2010, elle enregistre, avec **PETER KARP**, l'album « *He Said, She Said* ». Le CD atteint le Top 10 au palmarès du *Billboard Blues* et se retrouve en première place pendant 6 semaines au palmarès du *National Blues and Roots*.

Le 25 octobre

CHRIS ANTONIK fait partie des jeunes talents de Toronto qui ont retenu mon attention. Il livre son blues avec une passion sans retenue qui fait que l'on en veut toujours plus. Guitariste exceptionnel que l'on compare à Eric Clapton, il est aussi un chanteur expressif et imaginatif. Son dernier album « *Better For You* » a ancré sa réputation en tant que jeune bluesman sur sa lancée. Son CD a trôné 3 semaines en tête du palmarès de DAWG 101,9 FM, la seule station blues au Canada. Chris est un talent à découvrir.



Le 1^{er} novembre

CAROLYN FE BLUES COLLECTIVE n'est pas un groupe de blues ordinaire : il juxtapose les éléments classiques du blues à un mélange encore plus éclectique de styles musicaux. Brut, vrai, doté d'une énergie captivante, vous serez immédiatement subjugué par l'enthousiasme débridé de ce groupe qui sait transmettre en spectacle leur amour du jeu. *Cashbox Canada* a d'ailleurs dit du Carolyn Fe

Blues Collective, qu'il représente « l'évolution du blues ». Carolyn Fe compose des chansons sur des thèmes que seul le blues peut aborder : de la perte et de la colère à l'amour déchu ou à l'érotisme langoureux d'une chaude nuit d'été.

Le 8 novembre

THE 24TH STREET WAILERS est de retour après avoir viré l'Auberge à l'envers lors de leur passage, il y a quelques années. Ces 5 musiciens aguerris (ils ont maintenant un pianiste parmi eux) se sont rencontrés à une école de musique et vivent sous le même toit sur la 24^e à Toronto. Leur musique s'inspire des années 40 et 50 lorsque le Blues donnait naissance au R & R dans les communautés noires des grandes villes américaines. Dans ce temps-là, le sens du spectacle comptait et les filles tombaient pour le saxophoniste au lieu du guitariste.

Le 15 novembre

TONY D. est mieux connu pour son travail au sein de Monkey Junk, qui a remporté un Juno en 2012 et qui s'est retrouvé parmi la sélection en 2014. Le groupe a aussi amassé 20 *Maple Blues Awards* et « *The American Blues Music Award* ». Lorsqu'on lui demande de décrire le son du « *The Tony D. Band* », il répond :




« C'est un cocktail de blues », grandement influencé par le son hanté du Delta au Mississippi et le son cru et urbain du blues de Chicago. Imaginez Lightnin' Hopkins avec une guitare électrique, accompagné par James Brown et son groupe. Vous voyez?

Le 22 novembre

DAWN TYLER WATSON & le BEN RACINE BAND se retrouve sur la même scène, en même temps! Vous vous imaginez la chimie! Cela promet d'être un des grands moments de Sutton en Blues. La carrière de Dawn est parsemée de *Maple Blues Awards* et de *Lys Blues*, tandis que Ben Racine était en nomination au dernier *Maple Blues Awards* en tant que meilleur artiste émergent. Ceux qui ont déjà assisté à un spectacle de ce nouveau talent de la scène blues d'ici en sont sortis subjugués. À ne pas manquer!



Jean Sicotte



PLOMBERIE
Gaëtan Goyette
Pompes Sutton
Traitement et
analyse d'eau

Propriétaires :
Patrick et Gaëtan Goyette
Membre cmmtq

450 538-3210

TAROT
from reading to learning

Tree of Life 90 minutes 50\$	Individual courses 15 x 2 hours sessions 20\$ / hour
-------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------

Fortune telling is not my expertise. This Tarot is about one's relationship to the unconscious. A striking alchemy of intuition and discipline.



Apprendre à lire le
TAROT

L'Arbre de vie 90 minutes 50\$	Cours individuels 15 sessions de 2 hrs 20\$ / heure
---------------------------------------------	------------------------------------------------------------------

Prédire l'avenir n'est pas ce que je fais. Ce tarot permet de voir et de renforcer le lien conscient/inconscient. Une alchimie surprenante entre l'intuition et la discipline.

deniseverville@gmail.com
450-295-3462



Céline Charbonneau
Courtier immobilier Agréé
Cell.: 450 260-5103
celinecharbonneau.com

Sutton
L'immobilier nous habite

Achat · Vente · Location dans votre secteur
27-C, rue Principale Nord, Sutton
450 538-1881



Mélanie Legault
Courtier immobilier
Cell.: 514 923-1131
mlegault@sutton.com

L'exposition de Brome

Comme chaque année, cette célèbre foire agricole aura lieu la fin de semaine de la fête du Travail! En plus des attractions habituelles, l'expo s'associe de nouveau au Circuit régional des courses de chevaux du Québec. Venez faire vos paris! Sinon, quoi de neuf? Vous pourrez venir danser au son de la musique du groupe Night Train lors du « barn dance » à l'aréna, le vendredi soir. Les tirs de chevaux et de camions, quant à eux, se dérouleront le vendredi et le samedi soir respectivement, à partir de 19 h.

L'artiste country Tim Hicks, sélectionné aux Juno cette année, donnera pour sa part un spectacle dimanche à 20 h sur la grande scène. Tout le weekend, plusieurs talents de la région se produiront sur la petite scène. Parmi eux, the Wildwood Family, the Barr Family et Amos Joanides. Téléchargez notre application gratuite avec toute

l'information sur notre site Internet www.bromefair.com

L'Agri-zone, zone centrale de nos activités éducatives, offrira une expérience inoubliable pour les plus jeunes avec, entre autres, sa petite ferme et ses tours de poney. Il y aura aussi, bien sûr, des manèges et des jeux pour tous, des étables pleines de bétail et des bâtisses fourmillant d'artisans. À l'expo de Brome, il y a de tout pour tout le monde!

Tous les chemins mènent à Brome pendant la fin de semaine de la fête du Travail!

Diana Frizzle

Traduction Geneviève Hébert



“There is another world but it is in this one.”

— from a poem by Paul Éluard

How can we make the most of our time? By keeping busy?

I used to think so. While I was kindergarten-certified as an untroublesome child and “an excellent restler”, I was the kid who always brought pads and pencils and story-books to school with me, lest I get bored (which was often). And I was no less relentless on family weekends and holidays about playing card games and board games, ping pong and charades, Kick the can and Capture the flag. (My nature apparently abhorred a vacuum.)

Things began to change, though, with the great adventure of my 12th summer (and my sister's 10th). Our mother and grandmother had discovered the Port Saïd, a small Egyptian freighter departing Montreal with 40 passengers to various Mediterranean ports of call for “at least” six weeks (which would turn into 16+ before our return, as shipping opportunities increased). By the end, our experiences had included a cruise up the Saguenay; stops in Quebec City and the Azores; visits to Lisbon and Barcelona; a complicated landing in Marseille amid the fireworks of Bastille Day; travels up and down Italy's west coast with five (5!) stops in Genoa; and runs to Tripoli and Beirut when Tel Aviv and Istanbul had to be cancelled (due to political unrest) before we finally arrived at the ship's home port in the Nile delta for a stopover long enough for the four of us to take a train to Giza and climb up inside the Great Pyramid (no longer possible).



What made the trip feel unexpectedly ideal to me, though, was not the crazy, crowded time ashore so much as the expansive time in our little floating hotel, time with empty spaces that could be filled with contemplative enjoyments — especially those of the endlessly rolling sea with its bird and marine life.

Taking me to another stage was a much later trip occasioned by my 10th anniversary as a seven-days-a-week Toronto Sun columnist, for it was the newspaper's enlightened policy to insist that employees take an extra month of paid vacation after a decade, and to urge that it be as remote from one's normal life as possible. Coincidentally, an old friend phoned to invite me to replace a dropout on a guided small group trek to the base camp of Everest. Another friend said that since I'd be “in the area” (give or take a thousand miles), I absolutely *had* to spend a week in India's Meherabad with the remaining followers of the late Meher “Don't Worry, Be Happy” Baba, and that I should do no research, and bring no expectation, only an open heart. So I bundled three months of holidays — retroactive, bonus, and advance — made some leaps of faith, and bought one-way plane tickets to Kathmandu via Delhi... and home from Mumbai.

That faith was most tested in Delhi when all departures (including the one to Kathmandu with my suitcase aboard) were cancelled by regional flooding, and I found myself stuck, mostly standing, for almost 48 hours in a dense crowd of noisy, desperate passengers, knowing I shouldn't even trust the tap water.

On the second morning, though, a distinguished-looking gentleman edged his way to my side and said, in a deep English-accented voice: “Good day, sir. I am a Professor of Sanskrit, and I think you need to hear a morning raga.” Which he proceeded to deliver into my ear for maybe half an hour, during which all other sound seemed to fall away, taking with it my exhaustion and my tension and leaving me deeply moved, recognized, empowered, and confident that India was a world rich in blessings for me, maybe even miracles. (My plane took me away less than an hour later.)

After a few days of climbing in thin oxygen, the group was divided; the faster, fitter half went around the far side of a mountain and were swept away by an avalanche. When the surviving Nepalis had a wake for their brothers, they asked me (only!) to join them in a big circular tent for a smoky all-nighter of braying horns, tinkling bells, rancid-yak-butter tea, and raw alcohol. The great mystery was the peace — and also the power — of my involvement in a ceremonial ritual of mourning, despite the incomprehensibility of the content. But the Mystery was having its way with me, and I honoured it by focusing the rest of my travels — into Myanmar, Thailand, Tibet and India — on the between-times when I could find spiritual oases, whether in mosques, wats, churches, meditation centres, or by the Ganges at dawn, and empty myself so that I could receive and be filled.

My pilgrimage ended in Meherabad, where I nervously phoned the Baba Centre and was soon picked up on a scooter by its senior resident wearing a lime-green T-shirt that read:

“LIFE IS UNCERTAIN.

EAT DESSERT FIRST.”

Utterly disarmed, I laughed myself silly, and felt as if I was in on the cosmic joke of ‘reality.’

Likewise a week later when I had to leave for my plane: my new friends came out and sang “Happy trails to you ... until we meet again” (yes, the old Roy Rogers theme song!), and I was filled with delight tinged with regret ... and peace.

Wilder Penfield

Is now a Sutton-based ghostwriter and editor.

He is open to new collaborations.

(plussavage@gmail.com)



*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



La quincaillerie du village
450-538-5888

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

Vacuity is Anathema for any Genuine Home!

As usual with our esteemed Editor Denis B., after he sends the "Theme" word around, I require at least a week of gestation in some remote part of my brain to create an intelligent and thoughtful response. This issue's word, "Vacuity" however, required more than 2 weeks!

Let's be honest, everyone does some form of electronic research – these days, I rush to my Oracle... otherwise known as my MacBook. This time around, I found a lovely imaginative quote: "Vacuity is a flashbulb echo on the eye of the lifeless."

Dear readers, I really am not blasé about travelling, but many of the hotel rooms I have stayed in for my lectures and trade shows over the years are teetering on the very edge of being a vacuum as to décor, with little to distinguish one city from the next. Please ignore some of those so-called decor magazines that espouse certain brands – they are often merely "infomercials" for products their publishers are representing. Their minimalist look is often chilly – where does one put the usual detritus of the workday? Hide everything in an invisible closet! Search instead for



more European publications. They are often perhaps too outré for the average family, but you can learn from their reportage and adapt an idea for your budget and room size. Don't worry about the languages -- the photos don't need translation!

Fortunately, there is a major trend in the hospitality design industry toward using local products and designs that reflect the region and country. This results in far less vacuity, and a good sense of locale. The designer/shopper needs to do much more research in local industries and cultural traditions to have a successful, personable hotel.

Vacuity in someone's home decor results from the fear of being too personal, or idiosyncratic. Please don't be too cautious in letting you and your family's interests be illustrated in your home -- especially in your bedroom sanctuary!

Bravo! I always say when I meet a new client, and discover in our first meeting that they have special interests, hobbies, or have travelled to countries that will allow their artifacts to become important elements in their home design. I still remember the elegant Hampstead family that splurged on an attic re-creation into a cozy library with more than 4 separate reading areas and over 50 linear feet of wall-sized bookcases. They didn't blink at fabrics that cost \$100 a yard, but when I proposed saving 10% of their proposed budget on genuine paintings, they wanted only Group of Seven Rotogravure reproductions! I was surprised, and found out they only wanted familiar things, nothing too surprising or thought-provoking.

So, dear reader, dare to select a new paint colour for the bathroom walls and ceiling, try a different colour - something that adds to the refreshing feeling there. Add a set of new towels. This is an easy do-over that will make you feel pampered. A long, bland hallway could become a gallery of family history. Remember,

the lighting in a hall needn't be bright enough to do your tax returns. Atmosphere is key! Paint all the walls and ceiling a medium taupe, or chocolate milk colour in a matte finish, then add a ceiling track fixture with the new long-lasting LED spotlights to focus on family memorabilia and momentous events. Having the ceiling the same colour as the walls disguises the narrowness, and adding a rich rust or burgundy paint or textured wallpaper to either end wall will visually shorten the length by easily 4 feet!

I always believe that colour and lighting is the fastest, least expensive, and most effective interior design intervention possible.

Not too long ago, I was moving a client from a large house with both a formal Salon, and a more informal Study. We needed to create a mood somewhere in between for their new condo living area. I had an 8-seater sectional sofa designed in a rich camel wool flannel upholstery. To add some pizzazz to the unifying golden beige and camel scheme, I used the major accent colours from their paintings as my colour guide for selecting a mix of velvet and satin throw pillows from their local discount Home shop.

A special place for personalizing your home is the entrance vestibule or front hall. Your inventive wallpaper pattern choice, the requisite mirror with an unusual frame, and your console style will tell your guests something about who lives there. On the public side, do consider a different colour for your front door than your neighbours... unless you really want to disappear!

Personal items as we have mentioned here will truly result in a feeling of being in a Home, rather than just a generic house. Do forgive my obsessions with homemaking. I believe that allowing ourselves to exhibit our philosophy in a material way is part of creating comfort at the end of the day. The Home is a solace and respite from the day's challenges.

Vacuity begone! Let Personal Style reign!

I do welcome your comments and questions. My e-mail reaches me whether I am in our Montreal flat or the hills of our beloved Townships. Remember I am: aurelien@colorsbyaurelien.com.

Colourfully Yours,

Aurélien Guillory

STUDIO SENIK
Atelier de menuiserie et de fabrication de décor

RESIDENTIEL ARTISTIQUE COMMERCIAL

L'Atelier de menuiserie adapté à vos projets

Ébénisterie générale · Service de décoration
Plan de rénovation · Ameublement sur mesure
Spécialisation en bois recyclé
Design architectural · Restauration

André Dion, Président
716, Chemin du Boisé, Sutton, Qc J0E 2K0
Tél.: 450.538.5687 / cell.: 514.298.5540
www.studiosenik.com / studiosenik@live.ca

DISPONIBLE SUR PLACE

Viande Highland

BIOLOGIQUE

AU DIABLE VERT
Station de Montagne

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

Vélovolant

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.

Hauteur minimale
55"/140cm

45 MINUTES
temps estimé pour un circuit complet

20 VÉLOS
à la fois

Vélovolant
Parcours de **1KM**

www.velovolant.com

1^{er} AU CANADA

100 PIEDS de hauteur à la cime des arbres

suivez les panneaux bleus

Faire le vide à la montagne cet automne!

Faire le vide... Vacances... Tranquillité... Quiétude... Y'a pas à dire, la région de Sutton, par ses richesses naturelles et ses trésors cachés, est l'endroit par excellence pour intégrer la vacuité à son quotidien, et ce, peu importe la saison.

Cet automne au Mont SUTTON, la vacuité sera définitivement au rendez-vous lors du Festival d'automne qui se déroulera tous les week-ends du 13 septembre au 13 octobre. Voici quelques suggestions pour faire le vide, en cette saison, à la montagne.

Admirer les fabuleux paysages d'automne lors de la balade en télésiège

La traditionnelle balade en télésiège, un incontournable à l'automne au Mont SUTTON, est l'occasion idéale pour admirer les paysages époustouflants, en plus d'être un endroit propice aux conversations et aux fous rires entre amis ou en famille!



(Crédit photo : Jean-Marc Lareau)

S'activer dans une nature authentique

Le cadre enchanteur naturel de Sutton est sans précédent exceptionnel quand vient le temps de faire le vide. Lorsqu'on se balade dans les sentiers pédestres, qu'on est entouré par la nature, qu'on est absorbé par tous les sons qu'on retrouve dans un environnement naturel, le mot « vacuité » prend tout son sens : on sent qu'on décroche complètement du quotidien! Combiné aux bienfaits de l'activité physique en plein air, le temps d'une randonnée ou d'une course en sentiers avec notre famille ou nos amis, c'est un moment de grâce pour le corps et l'esprit! Plusieurs randonnées pédestres pour tous les niveaux de randonneurs sont au programme durant le Festival d'automne : des randonnées avec ou sans guide, des randonnées découvertes en lien avec la nature... Même des randonnées d'initiation pour les familles sont organisées. Bref, de quoi pour tous les goûts et niveaux!



S'offrir un moment de détente au pied des pistes

Après la balade en télésiège ou une randonnée pédestre, terminez votre journée d'automne tout en vacuité avec un moment relaxant au pied des pistes. Tous les week-ends du Festival d'automne, en après-midi, des groupes de musique jazz et des chansonniers seront en prestation. Installez-vous directement au pied des pistes et laissez-vous transporter par la musique et la beauté du décor naturel... Tout est en place pour « faire le vide »!



Il s'agissait ici de quelques suggestions pour faire le vide cet automne à la montagne... S'ajoute évidemment à ces dernières, tout ce que la région peut offrir en cette saison des couleurs. Il y a tant à faire pour « faire le vide » : assister à un spectacle de jazz durant le Festival de jazz de Sutton, visiter un vignoble sur La Route des vins durant la période des vendanges ou encore, cueillir des pommes à l'un des vergers avoisinants... Et vous? Quelle sera votre façon d'intégrer la vacuité à votre quotidien cet automne?

Vous pouvez planifier dès maintenant vos moments de « vacuité » pour l'hiver 2014-2015! Procurez-vous votre passe SUTTON avant le 30 septembre pour obtenir 10 % de rabais et courir la chance de gagner votre équipement Rossignol!

Renseignements : montsutton.com/ abonnement
Mireille Simard



Expositions

Yolande Brouillard (mars /avril) Service d'encadrement ENCADREX
Bernice Sorge (mai/juin) Service d'évaluation d'œuvres d'art
Ulysse Dubois (juillet/août) Service d'accrochage professionnel
Lynda Bruce (septembre)
Collectif ORANGE (octobre)
Seann O'Riordain (octobre/ novembre)

Les ENTR'ACTES

Le temps d'un entr'acte entre les expositions, la galerie présente une sélection variée d'œuvres des artistes de la galerie parallèlement à la revente d'œuvres issues de collections privées.

126 rue Principale, espace 102, Cowansville
450 815-0551

HEURES D'ACCUEIL - OPENING HOURS:

Mercredi, jeudi et samedi 12h à 17h Vendredi 10h à 18h
Wednesday, Thursday and Saturday 12:00 am - 5:00 pm - Friday 10:00 am - 6:00 pm

En tout autre temps, incluant les dimanches, sur rendez-vous.
At all other time, by appointment (including Sundays)

VISITEZ LA GALERIE SUR www.galerierouge.ca ET SUR FACEBOOK

Ostéopathie

Catherine Foisy



Des soins de santé globaux
pour une clientèle variée

douleurs au dos et au cou
douleur sciatique

maux de tête et migraine
stress, dépression, anxiété

troubles uro-gynécologiques
troubles digestifs

suivi de grossesse
troubles chez le bébé et l'enfant

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

www.osteo-catherinefoisy.com



alpagas Sutton alpacas

ÉLEVAGE — BOUTIQUE — VISITES

Laine • Tricots à la main • Foulards • Tuques • Mîtaines

Bas spécialisés • Pantoufles • Semelles feutrées

Prêt-à-porter pour hommes et femmes

Idées cadeaux uniques et bien plus encore...

Samedi et dimanche de 11h à 16h

1474 chemin Macey, Sutton, Qc (450) 538-1538

www.alpagassutton.com info@alpagassutton.com



Nature

« La vacuité ne vide pas les choses de leur contenu, elle est leur véritable nature »

Philippe Cornu, citant le philosophe Madhyamika Nāgārjuna

Le vide. Le silence. L'étrange angoisse du moment de pause de la nageuse au centre d'un lac noir. S'abandonner au vide. Flotter en apesanteur et se sentir si minuscule, si vulnérable, mais si bien! C'est l'acceptation de la vulnérabilité qui permet le bien-être, autrement elle se transforme en peur. Tout peut arriver dans l'imaginaire.

Il n'y a pas de plantes médicinales qui créent réellement l'état de vide, du moins pas directement. Toutes les plantes calmantes peuvent aider, mais en général, des techniques physiques sont plus populaires comme le yoga, la méditation, les bains flottants et les lacs noirs, le parapente...

Mais permettez-moi tout de même de vous parler d'une plante, l'ortie. Pour certains, elle représente la résistance des libertés individuelles¹, pour d'autres elle symbolise la



cherche pas à masquer ses défauts derrière une apparence flatteuse. Moi, elle me fait penser aux mouffettes, pas besoin d'être gros et méchant pour éloigner les indésirables!

Mais parlons de l'ortie pour ses merveilleuses propriétés médicinales et pour son soutien au *rein*, siège de l'essence de l'être, mais aussi de la peur et de la vulnérabilité. L'ortie est un grand tonique général. « Elle redonne force, courage et vitalité »². Elle agit sur tout le corps, de la racine des cheveux au bout des orteils. C'est une revitalisante. Les jeunes feuilles peuvent être mangées cuites comme des épinards. Elles sont très riches en chlorophylle, en minéraux et en vitamines, bref, très nutritives. Elles sont entre autres une excellente source de fer, aidant en plus son absorption, donc pouvant contribuer à contrer l'anémie. Tous ces minéraux ont de surcroît une action alcalinisante pour le sang et qui dit alcalinisation, dit santé des os, des articulations. Étant diurétique, l'ortie stimule l'excrétion d'acide urique et de déchets azotés, soutenant ainsi la détoxification de l'organisme et aidant à diminuer les dommages et douleurs causés par l'arthrite et les rhumatismes. Elle agit aussi directement sur les reins, allant même jusqu'à régénérer leurs fragiles tissus. Son action s'étend aux surrénales, agissant alors un peu à la façon des plantes adaptogènes – celles qui n'agissent sur rien de spécifique, mais plutôt sur l'entière de l'organisme, favorisant l'adaptation au stress et tonifiant le système immunitaire. On l'utilise, en combinaison avec d'autres, pour à peu près tous les dérèglements endocriniens. Tonique « all the way », elle est!

Et puisqu'elle favorise l'élimination des déchets, elle contribue aux soins des peaux malades : eczéma, acné, psoriasis, pour le cuir chevelu aussi. On applique en rince après shampoing une infusion ou un vinaigre macéré de feuilles d'ortie.



luxure, ou la trahison, ou la cruauté. On l'emploie pour les rituels de suppression de la peur. L'ortie représente aussi la franchise, car, contrairement à d'autres, elle ne

Tous les systèmes du corps bénéficient de l'ortie : par sa légère astringence, elle aide à diminuer le flux sanguin de menstruations trop abondantes, à arrêter de petites hémorragies et à soulager les troubles digestifs, gastriques et intestinaux; son immense contenu nutritif – notamment en vitamine K – en fait une alliée « de luxe » pour les futures mamans tout au long du troisième trimestre de grossesse; elle stimule et enrichit la production de lait; sa racine est une des plantes utilisées pour traiter l'hypertrophie de la prostate... Et je ne pousse pas mémé dans les orties!

Merveille au vert si profond, l'ortie nourrit l'humain, nourrit la terre. La fibre de ses tiges est tissée en toile forte, en tissu souple, en filet de pêcheur, en corde de Tarzan. Sa brûlure ramène dans l'instant présent. Pour les plus téméraires, frictionner une articulation prise d'arthrite avec ses feuilles fraîches crée un apport sanguin soulageant la douleur pour



plusieurs jours. Ça peut paraître fou, mais c'est faisable! Sachez aussi que, par son intelligence infinie, la nature fait pousser son antidote très souvent juste à côté de l'ortie : la patience crépue, *Rumex crispus*. Broyez une feuille de patience entre vos doigts et frotter sur la brûlure.

Merveilleuse est cette terre verte, si fragile, si vulnérable et si puissante, comme la nageuse qui accepte l'immensité noire du lac qu'elle franchit et en vient à ne plus faire qu'un avec le tout.

Annie Rouleau
Herboriste praticienne
anniaire@gmail.com

Références :

1 <http://miiraslimake.over-blog.com/article-l-ortie-symbole-de-la-resistance-des-libertes-individuelles-et-de-la-civilisation-contre-le-totalita-89517584.html>

2 Materia Medica, Flora Medicina école d'herboristerie

- Medicinal Herbalism, par David Hoffmann, Éditions Healing Arts Press © 2003

- Healing Wise, Wise Woman Herbal, par Susun S. Weed, Ash Tree Publishing © 1989

STUDIO D'ART
CONSTANTIN
ARTISTE-PEINTRE

4 5 0 . 5 3 8 . 3 7 5 8
4A, rue Pine, Sutton

Le comptoir
DU MARCHAND
DE THÉ

THÉS ET ROOIBOS EN VRAC
CHAI • THÉ GLACÉ MAISON
THIÈRES • 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
lecomptoirdumarchanddethe.wordpress.com

EST. 1830
Woolrich

264A Chemin Knowlton,
Lac Brome QC
450-243-0058

Le vide en soi...

Selon certaines traditions amérindiennes, il existe des prières mâles et des prières femelles. Les premières projettent une supplique : « Ô Grand Esprit, Mon Dieu, Mes Guides..., aidez-moi, faites que... ». On demande aux Forces toutes-puissantes d'entendre nos requêtes et d'infléchir le cours des choses selon nos vœux.



Les prières-femelles ont une dynamique contraire; ce sont celles où, devant les questions qui nous habitent, on installe au cœur de soi un espace de silence dans lequel on se recueille sans attente, confiant que ce vide est infiniment fécond, générateur d'inspirations et de perspectives qui nous aideront à voir plus loin, faire des

choix, transcender. On est à l'écoute de ce qui se présentera, tangible ou pas, conscient que certaines graines demandent du temps pour germer. Ce qui importe est l'état de réceptivité dans lequel ces prières femelles nous plongent.

Bien entendu les prières des deux genres sont nécessaires et complémentaires. Ces modalités antinomiques sont profondément inscrites dans notre psyché et correspondent à différents besoins de l'expérience humaine. Malheureusement, l'espace social dans lequel nous vivons ne reconnaît pas l'importance de la contemplation du vide. Une mystification collective règne, nous faisant croire qu'être épanouis signifie belle humeur constante, proactivité, productivité et efficacité soutenues. Il faut rester au sommet de sa forme de jeunesse, mordre à pleines dents blanches dans une vie qui n'attend pas, caféine, Red Bull, et substances médicamenteuses à la rescousse. On comprend que dans une telle structure de valeurs, le viscéral besoin d'arrêt soit souvent vécu comme étant anormal, voire assimilé à la dépression.

Et c'est vrai que c'est dur de ressentir en soi le manque

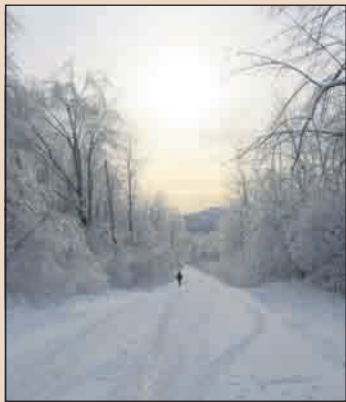
d'élan, la perte d'inspiration et la baisse d'énergie qui sont souvent des signes que notre être profond se replie et passe en phase de latence. Il est extrêmement difficile de se déposer dans l'hiver en soi. De pratiquer la présence quand plus rien ne bouge et que tout a l'air mort, que tout goûte la même chose au point qu'on croit manger des cendres. On est fragile, vulnérable; le doute et la honte ne tardent pas à se profiler. Bientôt les voix implacables de nos juges intérieurs en profitent pour s'élever, amplifiées par la résonance du vide. Nous pleurons d'angoisse dans la blanche étendue de ces pages d'existence.

Chez les mystiques, on connaît la valeur des « nuits noires de l'âme » qui souvent précèdent une illumination. On sait par expérience, parce que certains qui l'ont vécu en ont témoigné, que l'âme se laisse parfois descendre aux plus bas points afin d'y prendre appui pour rebondir vers de nouvelles altitudes. Nous, les peuples du nord, qui faisons chaque année la dure expérience de l'hiver, savons que la nature qui nous entoure est adaptée à cette saison rigoureuse : non seulement elle y survit, elle en profite aussi pour se régénérer. Nous participons physiquement à cette réalité ; il y a donc forcément aussi, dans nos corps, une sagesse intrinsèque sur laquelle nous pouvons compter si nous nous en donnons la possibilité.

Mais cela est subversif et va à l'encontre de l'ordre social établi. Car comment fonctionnerait une civilisation où il serait non seulement admis, mais prévu qu'à certains moments de sa vie une personne devienne sombre et sans éclat, qu'elle perde le fil de ce qui a du sens pour elle? Quels types de soutien lui seraient offerts pour lui permettre de ralentir, se retirer, faire le vide et baigner dans le silence intérieur? Comment fournir des cadres bienveillants où l'on

puisse se laisser descendre avec dignité, jusqu'à ce qu'émerge une nouvelle impulsion créatrice? Car n'est-ce pas toute la communauté qui en bénéficiera en retour? De quoi aurait l'air une société qui honorerait d'abord sa richesse humaine?

Si ces questions sont trop vastes et utopiques pour qu'on



et réponde aujourd'hui, on peut déjà commencer à les considérer à une échelle plus personnelle : comment puis-je apprendre à reconnaître ces états en moi, les accepter et leur laisser de la place, m'asseoir au beau milieu du vide et faire confiance à l'invisible et mystérieux processus que le silence favorise? Oh la belle prière-femme!

Marie-José Leclerc

Marie-José est praticienne en Rolfing; elle anime par ailleurs des ateliers-rituels ainsi que des méditations actives.

Pour plus d'information : 450 538-0020
mjl@rolfing.qc.ca www.rolfing.qc.ca




Selma Greenberg-Ludmer
Piano Teacher
Professeure de Piano

450 538-2372 sgl4867@gmail.com

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, JOJ 1C0
Tél: (450) 298-5086
www.restaux2clochers.ca



"André et Martine"

migué


ARPENTEUR-GÉOMÈTRE INC.
LAND SURVEYOR

CLAUDE MIGUÉ, a-g.
KEVIN MIGUÉ, a-g, ING. JR.

516 RUE SUD, COWANSVILLE, QUÉBEC, J2K 2X8
T: 450-263-5252 F: 450-263-7998
www.migue-ag.ca

297, RUE PRINCIPALE, MANSONVILLE, QUÉBEC, JOE 1X0

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



Marcel Tétreault
Notaire / Notary

29, Principale N. Sutton, Qué. JOE 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

Chronique du coach



Écrire au sujet de la vacuité me semble un défi... J'avoue que j'ai eu l'idée de laisser la page vide. Car la vacuité n'est que le vide. Les pensées, les êtres et les choses sans une présence consciente ne sont que vides. Sans une présence consciente qui nous éclaire, tout n'est que vide de sens et dépourvu d'essence.

J'ai aussi pensé à tout ce que l'on fait sans se poser la question. Pourquoi cela est-il important ? Lorsque l'essence des choses n'est plus, nous vivons le grand vide existentiel.

De plus, au lieu de remplir cette page vide avec des mots et d'ajouter davantage de bruits à votre vie déjà trop bruyante, je me suis dit que je vous proposerais plutôt de prendre un moment pour vous reconnecter consciemment à votre souffle et pour observer vos pensées. En souhaitant bien candidement, pour un instant, que cela vous permette de revenir à votre présence, car pratiquer la présence consciente nous ouvre à la possibilité de vivre l'expérience de la plénitude.

Le monde selon une vision strictement matérialiste, tel que nous le connaissons, peut parfois être vécu comme très vide et artificiel. Et au-delà des conditionnements, des personnes comme vous sont à la recherche de sens, de ce qui est vraiment important pour eux. Cette réflexion vous permettra de se réaliser et de vivre pleinement aligné à votre essence.

Nos pensées créent continuellement des illusions ou constructions mentales, par le biais de nos sens et nos perceptions. Cela n'ajoute qu'à la confusion. Nous éloignant de notre présence, nous comblons le vide en répétant ce que l'on a toujours fait ou pensé. Nous nous affairons en continuant de croire que tout ce mouvement dans notre vie nous donne une certaine importance et l'illusion de combler ce vide en nous. Finalement, cela nous éloigne encore davantage de notre propre présence et essence.

L'antidote est d'arrêter de remplir notre vie de futilités. C'est en nous permettant d'être présents au vide en nous que nous pouvons de nouveau ressentir la plénitude de notre être et de notre essence.

Alors, une vie réussie n'est plus une vie bien remplie comme la vision matérialiste du monde a voulu nous faire croire. Une vie réussie est celle que nous vivons pleinement en toute conscience. La plénitude est le véritable bonheur de créer à partir de notre essence. La vie n'est plus comme du temps à bien remplir, mais du temps savouré en pleine conscience.

Prenez le temps et ressentez la plénitude de votre être!

Francine Dubuc, T.S. PCC

Coach professionnelle

Membre de l'OTSTCFQ et de la Fédération internationale des Coachs (ICF)

Merci de me faire parvenir vos opinions ou réactions à info@lantidote.ca

Où est Three Pines?



Une vingtaine d'artistes visuels de la région préparent une exposition thématique portant sur l'univers des romans policiers de Louise Penny. Elle se tiendra cet automne au Centre d'art de Frelighsburg.

Résidente de Sutton et ex-journaliste à la CBC, Louise Penny a publié neuf polars qui ont tous été des succès. Ils sont publiés dans plus de 25 langues et son dernier roman s'est vu décerner le titre de meilleur polar par le *New York Times*.

L'exposition, intitulée *Où est Three Pines?*, vise notamment les touristes, amateurs inconditionnels des romans de Louise, qui sillonnent notre région dans le but de retrouver le village de Three Pines, endroit sorti de son imagination et censé s'y trouver. L'intrigue de ses polars se déroule dans ce lieu mythique recelant de petits restos où l'on sert de la bonne bouffe, de bons scotchs et de bons vins; où l'on trouve des paysages enchanteurs et une communauté tricotée serrée de personnages exceptionnels et tous aussi intéressants les uns que les autres. Les gens veulent fréquenter les lieux où l'inspecteur Armand Gamache, de la Sûreté du Québec, mène ses enquêtes. Ils veulent manger aux mêmes tables que lui, boire le même scotch, goûter les vins locaux, rencontrer les mêmes personnes. Bref, se tremper dans l'Armandie.



En 2012, le village de Stanbridge East est devenu, le temps d'un tournage, le Three Pines des romans de Louise Penny, car c'est là qu'on a tourné le téléfilm *Still Life*, tiré de son premier roman et présenté l'an dernier sur le réseau anglais de Radio Canada.

Où est Three Pines? sera aussi truffé d'indices invitant les visiteurs à retrouver les décors, les

paysages et les personnages des romans. Les restaurateurs de la région seront conviés à offrir des mets et des boissons inspirés de ces romans. C'est une occasion à saisir pour attirer davantage de visiteurs et de personnes intéressées par le style de vie particulier de la région. La culture est l'aimant des économies régionales, dit-on, et l'Armandie l'illustre de manière éloquentte par son dynamisme et ses nombreux projets culturels.



Chacun peut participer au tirage de trois collections de six des romans de Louise Penny, offertes par les Éditions Flammarion, en se procurant des billets au coût de 2 \$ (afin d'aider à financer l'événement). Les billets seront disponibles au bureau d'information touristique de Frelighsburg jusqu'au 19 octobre. Visitez la page Facebook et cochez l'icône J'aime afin de contribuer à diffuser la bonne nouvelle dans vos cercles d'amis. Surveillez aussi les indices sur cette page, donnez vos commentaires et partagez vos photos : <https://www.facebook.com/pages/O%C3%B9-est-Three-Pines-Where-is-Three-Pines/574084529351765?ref=hl>

Où est Three Pines? se tiendra du 19 septembre au 12 octobre au Centre d'art de Frelighsburg, 1 place de l'Hôtel de Ville, 450 298-5630.

Johanne Ratté

commissaire : johanne.ratte@gmail.com

Les œuvres sont d'Isabelle Chartrand de Dunham
Jean-Pierre Chansigaud de Frelighsburg
Danièle Deblois de Abercorn

Crédits photos de Jacques Lajeunesse

Vacuité, criminalité et châtement dans le Comté de Brome (1953-1954)

« Vacuitas » est un terme d'origine latine qui signifie « vide moral » ou « absence de valeur intellectuelle ». Très à propos aujourd'hui, la vacuité exprime ce vide profond d'intelligence humaine, que résume la Commission Charbonneau. Plus proche dans notre histoire, la vacuité humaine est synonyme de criminalité dans l'ancien comté de Brome, aujourd'hui Brome-Missisquoi. En remontant de soixante années les chemins obscurs du temps, on découvre que le manque de moralité et l'absence de valeur humaine ont été illustrés par des crimes ressemblant aux romans noirs policiers des années cinquante.

Qui se souvient de l'affaire Kenneth Ford, le « Barbe Bleue de Cowansville », en février 1953, ou du « Petit Poucet assassin » originaire de Sutton, en octobre 1954, meurtrier et victime de 16 ans. Quelques archives et les mémoires du sergent-détective Roch Dandenault, enquêteur aux homicides de la Sûreté provinciale entre 1950 et 1962, rapportent plusieurs histoires criminelles sombres, avec beaucoup de détails professionnels, mais aussi un soupçon d'égo-centrisme personnel, sur des gens respectables devenant des êtres sans moral pour raisons diverses.

Le « Barbe Bleue de Cowansville » : l'affaire Kenneth et Norma Ford

Marquant les esprits du Québec durant l'hiver 1953, l'affaire Kenneth Ford demeure un exemple de vacuité morale chez un « monsieur Tout-le-Monde » digne de confiance, devenu un véritable assassin à plusieurs reprises. Tout commence à Cowansville, en février 1953, alors que la police provinciale est appelée pour constater le décès de Mme Norma Ford, retrouvée noyée dans sa baignoire par son mari Kenneth, à son retour d'une sortie nocturne à la patinoire locale. Très vite, le spécialiste des homicides, Roch Dandenault, est appelé sur les lieux par son collègue Paul Provost de la Sûreté de Cowansville. Il constate une problématique dans « l'accident » de Norma Ford, jeune femme d'une trentaine d'années. Par expérience professionnelle, le sergent détective a décelé chez Kenneth Ford des points troublants qui amènent le policier à enquêter sur le passé du contremaître de l'usine de textile cowansvilloise *Bruck Silk*.

Peu à peu, le policier découvre un passé troublant chez le jeune trentenaire. Notamment, depuis plusieurs années, Kenneth Ford cumule les deuils de trois autres femmes : deux épouses décédées accidentellement à Richford au Vermont et une autre jeune mariée disparue dans un accident de voiture à Knowlton. Les trois jeunes femmes avaient en com-



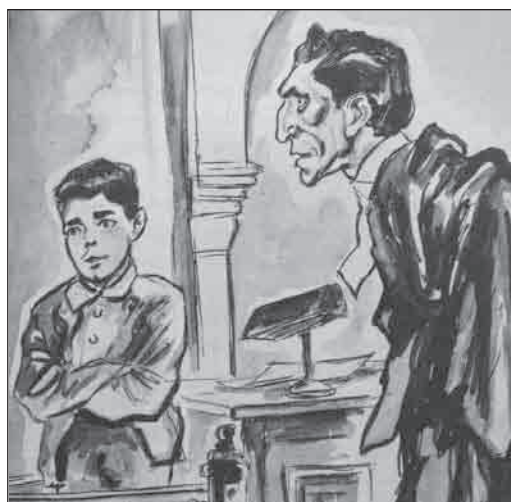
Le couple cowansvillois Kenneth et Norma Ford (Allo police)

mun d'être enceintes de plusieurs mois lors de leur décès. À la demande de Roch Dandenault, l'autopsie révélera que Norma, la quatrième malheureuse épouse de Ford, s'était noyée après avoir reçu deux coupures profondes à la tête, par lames de patin. Elle était également enceinte de six mois. « Cuisiné » par les policiers de la Sûreté et passé au « détecteur de menterie », Kenneth Ford est confronté à ses multiples veuvages engendrés par une pulsion d'avortement morbide chez lui. Il est finalement jugé coupable d'homicides volontaires au palais judiciaire

de Knowlton, puis pendu à la prison de Bordeaux en décembre 1953.

Le « Petit Poucet assassin » de Brome : une victime qui se libère de son bourreau

En octobre 1954, c'est une bien curieuse affaire de meurtre où l'assassin, George X, né à Sutton, était âgé de 16 ans. Il avait abattu son propre frère aîné, Louis, et avait tout de suite reconnu son geste criminel avec un grand soulagement pour lui et ses jeunes frères et sœurs. Lors de cette enquête peu commune pour l'époque et la région, le sergent-détective Dandenault a été confronté à une situation où histoire de mœurs et secret de famille se mêlaient profondément dans une vacuité morale, et où les rôles de meurtrier, victime et bourreau étaient inversés.



Georges X répond à son avocat Paul Aubut à la cour d'assise de Knowlton (Allo Police)

Cette affaire commence au garage paternel, situé sur la route entre Sutton et Lac-Brome, avec le meurtre par balle de Louis, 24 ans, fils aîné du propriétaire du garage « Brome body Shop ». Les policiers de la Sûreté de Cowansville et le détective Dandenault, arrivés sur les lieux, constatent le crime et sont de suite informés par le père garagiste que l'assassin est son autre jeune fils Georges, qui a pris la fuite à pied. Ce dernier se fait cueillir sans résistance par le détective de la Sûreté sur le bord de la route vers Cowansville, alors que l'adolescent fait du pouce. En route, le policier constate que le jeune homme, groom dans un hôtel de Saint-Adèle des Laurentides, confirme avoir tiré sur son aîné Louis après une bagarre. L'assassin semble soulagé du décès confirmé par le policier.

Sordide affaire de famille, le jeune meurtrier raconte aux policiers son calvaire et celui de ses jeunes frères et jeunes sœurs. Ils avaient été sous l'emprise d'un ogre obscène et pervers à cause d'une complaisance paternelle. De victime assassinée, Louis X se transforme en véritable tortionnaire et sadique sexuel pour ses cadets, ce que le policier provincial vérifiera auprès des jeunes filles de la famille qui ont fui la maison paternelle en se mariant en Ontario et au nord du Québec. Jugé au tribunal des assises du palais de justice de Sweetsburg, le jeune Georges va bénéficier de l'indulgence du juge Cliche et du jury, malgré la gravité du meurtre prémédité. Le groom adolescent a été condamné à trois années de pénitencier, évitant la pendaison et la prison à vie pour avoir libéré ses cadets d'un « ogre familial pervers ».

La vacuité de l'âme humaine demeure sa propre faiblesse...

Sources historiques :

Roch Dandenault, *Les dossiers secrets d'un grand flic*, édition Sherbrooke, 1976.

Photo archives : « Allo Police » 1950-1954.

Laurent Busseau
Historien sans Frontière



Eden Greig Muir, architecte, OAQ

Frelighsburg 450-298-1212 www.ateliermuir.ca

Dessine-moi un pain

pains au levain, viennoiseries, pâtisseries et autres gâteries régionales

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

SÉBASTIEN KAEMPF B.A.A.

450 522-6125
www.sebastienk.com
Évaluation gratuite

Remax Professionnel
Agence immobilière

Courtier Immobilier

AUTOMOBILES SUTTON INC.

- Entretien / Réparation mécanique pour tous genres de véhicules
- Outils électroniques à la fine pointe technologique
- Balancement
- Vendeur de voitures d'occasion

Ouvert : Lundi au vendredi de 8 h à 17 h , samedi de 8 h à 12 h
LA PLACE POUR VOTRE VÉHICULE
24 Principale Sud, Sutton (Qc) J0E 2K0 Tél.: (450) 538-2236

PUB Mocador Pub food · Pool tables

7 jours par semaine

17, Principale Nord, Sutton 450.538.2426

www.puranimal.com

Le vide est plein

Souvent le terme vacuité est associé au vide ou vide mental. De par mon expérience de méditation et de yoga, je préfère de beaucoup le mot espace qui selon moi définit encore plus précisément ce concept bouddhiste que l'on nomme en sanskrit : Shunyata. Car le vide est plein!

Qu'est-ce que le vide vraiment? Existe-t-il? Sachant que tant qu'il y a de la vie, il y a un monde infini de sensations à observer à chaque instant. La pratique de la méditation et du yoga amène, selon moi, une lumière nouvelle sur tout ce monde parfois insoupçonné qui vit à l'intérieur de moi. Alors que le temps s'égrène, une pléiade de choses est à découvrir, à observer, à accueillir et, ultimement, à accepter. Partir du plus gros au plus petit, du grossier au subtil, tel le principe d'un entonnoir, la pratique yogique aide à aiguïser et à peaufiner notre chemin vers l'acceptation de ce qui est. À chaque instant de présence à moi - où la pleine conscience peut-être au cœur de mon expérience vécue - je peux être en création d'espace nouveau afin de mieux accueillir ce qui vient à moi.

Chaque expiration est un moyen de faire de la place pour la prochaine inspiration. Chaque inspiration consciente est un cadeau de la vie vers la route de l'éveil. L'éveil dont il s'agit là n'est pas l'état de bouddhité accessible seulement par quelques êtres rarissimes, mais plutôt l'éveil accessible à chacun et chacune. De s'éveiller à la conscience de ce qui est, là, maintenant dans mon expérience de vie. D'apporter encore plus de lumière sur ma réelle vérité.

Si, dans le moment présent, je ne crée pas d'espace pour agrandir mon contenant ou réceptacle, eh bien, je ne serai pas en mesure d'accueillir pleinement, complètement et profondément ce qui est là pour moi dans la succession des moments présents à venir.

Pour les yogis et les méditants, toute pensée et émotion prend racine dans le corps sous forme de sensations à un certain niveau de conscience. Mon professeur de yoga actuel, Hart Lazer, m'amène à développer la capacité d'élargir les pourtours de mon contenant par des exercices de méditation et de yoga. Ainsi, je peux accueillir les grandes émotions et les sensations que la vie me procure. Si le contenant est trop petit, c'est là que survient un débordement, une explosion des émotions qui émergent.



Une pratique régulière de yoga et de méditation guidée nous amène à explorer notre monde intérieur parallèlement à notre corps physique. De sorte qu'il pourra vraisemblablement nous aider à créer tout l'espace nécessaire pour recevoir, accueillir et accepter et, enfin, « processer » (anglicisme qui décrit merveilleusement bien le processus d'acceptation de la chose) c.-à-d. traiter ce qui est.

Autour d'un délicieux chaï, jus vert et crème de sarrasin, après mon cours de yoga de ce matin, j'ai posé la question aux étudiants autour de moi. Comment résonnait le terme vacuité pour eux ?

Selon Harry; « Vivre dans le "plein-être" est en fait une prolongation de vivre dans le bien-être ». Quant à Charles; « c'est faire le vide afin de laisser notre essence propre émerger ».

Alors, je vous invite à venir créer de l'espace en vous pour mieux accueillir les cadeaux de la vie en plongeant au cœur de vous-même. Avec tout outil qui est bon pour vous accompagner, je vous convie sur cette route vaste où l'espace se cultive, instant par instant. Comme des fleurs qui s'ouvrent les unes après les autres, offrez-vous un bouquet de « plein-être » conscient.

Bonne route vers l'espace et au grand plaisir de vous y retrouver à la croisée des chemins!

Namaste!

Martin Dubois

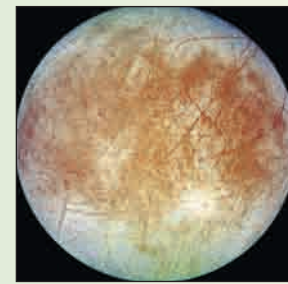
Fondateur de Yoga Salamandre et professeur de yoga
www.yogasalamandre.com
514 659-7213 800 963-1865

La vacuité et l'eau dans l'univers

Parlant de vacuité et d'astronomie, on dit souvent à tort que l'espace est vide. Plusieurs découvertes récentes montrent le contraire. Il est cependant certain que la densité de la matière autour de nous, sur Terre, est beaucoup plus élevée que la densité entre les planètes et entre les galaxies, mais l'espace n'y est pas vide. On retrouve une foule d'atomes et de poussières dans le vide interstellaire, dont de l'eau.

Ici, sur notre « planète bleue », on la tient pour acquise, même si on parle de plus en plus de sa fragilité. On en a partout! Sous sa forme liquide, l'eau est essentielle à la vie, sujet dont j'ai parlé longuement dans un article précédent. D'ailleurs, certains d'entre vous m'ont posé des questions. Il y a de l'eau sur Terre, on le sait, mais est-ce qu'il y en a ailleurs dans l'univers?

Parlons rapidement de la structure de l'eau, ça permettra de donner la réponse et de « vendre le punch » tout de suite. Sa formule chimique est H₂O, ce qui signifie qu'une molécule d'eau est composée de deux atomes d'hydrogène (H) et d'un atome d'oxygène (O). On sait



que l'élément chimique le plus répandu dans l'univers est l'hydrogène. L'oxygène est un autre élément relativement répandu dans l'univers. Même s'il est beaucoup moins omniprésent que l'hydrogène, il est le troisième atome le plus abondant

dans l'univers après l'hydrogène et l'hélium. L'oxygène se forme surtout à l'intérieur des étoiles, mais il peut aussi se former à partir d'autres réactions dans le milieu interstellaire. Donc, nous avons ici une molécule dont les ingrédients de base sont parmi les plus répandus, alors, sans surprise, on en retrouvera un peu partout dans l'univers. Il est intéressant de noter que l'hélium (He) est un atome neutre qui est inerte et qui réagit très peu ou pas du tout avec les autres atomes. La rareté de l'hélium sur Terre n'a aucun rapport avec son omniprésence dans l'univers. Sa rareté ici est due à sa légèreté (l'hélium peut ainsi s'échapper dans l'espace) et à son inertie chimique (il ne peut pas être entreposé sous forme solide ou chimique, même en le combinant avec d'autres éléments).

(suite page suivante)



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.pepinieressg.ca

f /pepinieressg

GéoReno
Pour tous vos projets à domicile
Entrepreneur | Architecte Paysagiste

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

Plus concrètement, les découvertes récentes montrent que l'eau n'existe pas uniquement dans le système solaire, mais dans l'univers au complet. Au départ, on se basait sur des théories mettant en évidence l'omniprésence de formation des atomes d'hydrogène et d'oxygène (tel qu'expliqué ci-dessus), mais de récentes observations ont montré sans contredit que l'eau n'est pas seulement répandue dans notre système solaire et notre galaxie, mais bien dans toutes les autres galaxies, ainsi que dans l'univers au complet. De vastes « nuages » contenant des milliers de fois l'eau sur Terre ont été détectés dans des nébuleuses et autres formations stellaires.

Plus proche de nous, il y a les comètes qui, dans plusieurs cas, seraient composées à plus de 80 % d'eau. Leur belle

chevelure est souvent composée de vapeur d'eau, ce qui leur donne toute leur brillance. Certaines théories supposent que l'eau pourrait être apportée sur les planètes par les comètes qui s'y écrasent, mais il ne s'agit que d'une théorie parmi tant d'autres.

En ce qui concerne l'apparition de la vie, il faut noter que l'eau la favorise surtout lorsqu'elle est sous forme liquide. Dans l'univers, l'eau est surtout présente sous forme solide (glace) ou de gaz (vapeur). Cependant, l'eau peut demeurer liquide à l'extérieur des températures généralement connues de 0 degré Celsius et de 100 degrés Celsius. Prenons par exemple l'eau à plus de 300 degrés Celsius qui existe dans le fond de certaines fosses marines où la profondeur cause une pression énorme permettant ainsi

à l'eau de demeurer liquide.

Encelade, un satellite naturel de Saturne et d'Europe qui orbite autour de Jupiter, contiendrait de larges quantités d'eau. Sans oublier que les plus récentes découvertes sur Mars tendent à prouver qu'il y aurait eu de l'eau dans le passé. Les sondes robotisées ont trouvé plusieurs traces signifiant que de l'eau aurait été présente à sa surface. La Lune contiendrait aussi de l'eau sous forme de glace, notamment dans le fond de certains cratères et sous forme ensevelie.

Eddy Szczerbinski

Children and Enthusiasm

Without enthusiasm we can't accomplish anything. It's very difficult to get motivated about something we are not enthusiastic about. Now, imagine a world where no one gets enthusiastic about anything. As a coach and as an older sister, enthusiasm is something I've been seeing a lack of.

Every year, Massey Vanier High School holds a carnival; every team represents a town and they compete in an assortment of games throughout the day. In my high school days, I thought it was always much fun and it's one of the things I miss most about those days. When I was in secondary 1, Carnival was a hit. Students would fill the walls with decorations and kids would be chanting for their team weeks before the event. As I grew up, Carnival became less and less popular. I stayed enthusiastic about it but as I got older, the new students became less keen on participating. Instead of getting excited, doing their makeup and dressing up in their team colour on the day of the event, they just stayed home. Carnival was such a big part of my high school experience and it makes me sad to see today's teens missing all the fun. As it is, Carnival dies a little more each year.

This summer I'm working at a day camp. It's an amazingly well-organized sports camp and the number of activities kids get to choose from is mind-blowing. Going in, I thought that the kids would want to participate. I figured my hardest task would be getting the younger ones to play! Boy, was I wrong! As the groups get older, my job gets harder. When I ask them, "Who is ready to have some fun today?" All I get back is vacuous stares. Even though they get to choose their sport and be with their friends all day, they are oblivious about the actual 'playing' part. When I went to the Gators basketball camp at age twelve, no one was standing around aimlessly. So now, I'm very happy when my group of five year olds come because I know they'll scream back at the top of their lungs, "Me!"

So what is it that happens between the ages of five and fourteen? I think the introduction to technology has a role to play in take lack of interest in outdoor games. Instead of being forced to find creative ways to have fun, kids figure they can sit in front of the TV or another screen. Also, because of technology, they learn the "adult"



ways to have fun. I've been told some frightening stories about kids drinking and other things that I will save your mind from. Preteens getting together for innocent fun is not the norm anymore and it's scaring me.

I beg you: parents, cousins, siblings, friends, anyone: please get children off that couch. Show them that it can be so much fun to play outside and to get creative. I tell my fourteen year old sister Kylie to enjoy being a kid while it lasts; to have girl nights, to only date when she's older, to stay healthy and to get active. She follows my advice and she is such a beautiful young girl. I love watching her dance with a huge smile on her face and I would spend a weekend with her and her friends in a heartbeat. She makes me so proud. If we don't follow this advice, if children continue to lose their enthusiasm, one day a camp counselor will say, "Who wants to go on the Internet?" and the kids will only moan back, "Me."

Meaghan Westover
19 year old Dawson College student

Produits naturels et Biologiques

Au Naturel

Health food store

1, rue Principale N. à Sutton depuis 1972

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

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

DUBOIS AMÉNAGEMENT

Transplantation

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

Denis Dubois

Transplantation d'arbres
Achat et vente d'arbres
Tree spade services
Tree buying & selling services

La Boucletterie
Salon Coiffure
450 405-8103

Mélanie Labonté

Disponible 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 JOE 2K0



L'acrophobie... le vide, l'absence!


Lac Louise, été 1998. Je fais un trek dans un site enchanteur : nos fabuleuses montagnes Rocheuses. J'avance d'un pas heureux, j'allonge la jambe, impatiente de découvrir les magnifiques paysages tant convoités! Le chemin est sinueux, la pente est raide, nous sommes en forme, pleins d'énergie. Quelle ascension! Puis, le chemin devient un sentier très étroit qui longe, à droite, une falaise abrupte et, à gauche, un précipice sans fond! C'est alors que mon pied frappe un caillou qui roule et s'engage dans le vide total.

J'arrête, je fige, je tremble, je pleure, je ne peux plus bouger... Mon compagnon tente de me raisonner : ses mots tombent dans le précipice de l'oreille d'une sourde. J'ai la vive impression que je vais tomber, je sens le vide qui m'attire. Bien qu'accotée sur la falaise, je sens la force puissante d'un aimant d'un calibre extrême qui me tire vers le néant. Je ressens un malaise intense... j'ai mal. J'ai le mal du vide!

Quelques années passeront sans que ce mal du vide resurgisse. Puis, lors d'un voyage sur la Côte ouest-américaine, sur la route qu'on appelle Big Sur, entre San Francisco et Los Angeles, me revoilà au sein de la même panique. Cette fois, je suis en voiture, la vitesse maximum est de 15 miles/heure, il n'y a aucun garde-fou, la route est dangereuse. La nuit tombe, la lune est pleine, le soleil couchant nous

ment regarder par la fenêtre d'un haut bâtiment, ou monter dans un manège à sommet élevé. Une personne souffrant d'acrophobie évitera soigneusement et délibérément ces situations, et deviendra extrêmement anxieuse à la seule idée de devoir y faire face. L'acrophobie ne se déclenche que temporairement et uniquement dans des situations où le sujet est (ou croit qu'il sera) obligé de monter sur une hauteur. » Wikipédia

« Il ne faut donc pas confondre avec le vertige, car enfin le terme de vertige désigne un symptôme différent de la phobie. En effet, le vertige est physiologique et correspond à un problème vestibulaire, en d'autres termes une atteinte au niveau de l'oreille interne. Ce n'est pas le cas de l'acrophobie, qui relève d'un problème psychique. » Futura-sciences « Lorsque les repères visuels proches s'éloignent, ce



ALEXANDRE COURVOISIER
 Entrepreneur général
 Technicien en architecture
 RBQ 5608-0229-01


COURVOISIER
 CONSTRUCTION
 INC.

DUNHAM
 450 521-7405
 courvoisierconstruction.com



PLOMBERIE
4H
PLUMBING
 DÉPANNAGES - SERVICES
450 931-3210
 PIERRE-YVES HUBER

CMMTQ



FOURNIER
TREMBLAY
 Arpenteurs | Géomètres

Robert Fournier
 Philippe Tremblay
 Arpenteurs-géomètres

450 263.8333
 450 263.5888

www.fourniertremblay.com
 501, rue Principale, Cowansville (Québec) J2K 1J8



Mécaniciens Famille Morse
 76, rue Principale Sud, Sutton
 Tél.: 450 538-2308
 Téléc.: 450 538-0606

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



Luc Giguère
 Courtier immobilier
 Cell. : 450.531.5886
 luc.giguere@remax-quebec.com
 www.remax-quebec.com

QSC

RE/MAX Professionnel inc.
 Agence immobilière
 Franchisé indépendant et autonome
 de RE/MAX Québec inc.

Montserrat, Printemps 2014



offre un spectacle éblouissant... mais le précipice à ma droite vient de me prendre en otage. J'ai le mal du vide!

« Il existe une phobie qu'on appelle **Acrophobie** (*grec moderne : ákron, signifiant "pic, sommet, hauteur" et phóbos, "peur"*). Il s'agit d'une peur extrême et irrationnelle des hauteurs appartenant à un type de phobie spécifique de type environnemental naturel. Selon le DSM IV, ce sous-type doit être spécifié si la peur est induite par les éléments naturels de l'environnement tels les orages, les hauteurs ou l'eau. La plupart des individus font l'expérience d'une peur selon les hauteurs, spécialement s'il n'existe qu'une petite ou aucune protection. Entre 2 et 5 % de la population générale souffrirait d'acrophobie, et les femmes sont deux fois plus exposées que les hommes. Il s'agit d'une phobie de situation. Les individus atteints d'acrophobie redoutent de se retrouver dans une situation au cours de laquelle ils seraient en hauteur, susceptibles de tomber ou de s'effondrer en l'absence d'aide ou de protection. De nombreuses personnes éprouvant des sensations vertigineuses lorsqu'elles montent en hauteur n'en développeront pas nécessairement des comportements d'évitement et des réactions anxieuses à la seule pensée des hauteurs, comme c'est le cas chez les patients souffrant d'acrophobie. Par exemple, une personne qui a de temps en temps le vertige en regardant d'une hauteur vertigineuse pourra éventuelle-

qui est le cas si par exemple l'individu marche sur une passerelle étroite et élevée, l'équilibre du corps est moins facilement maintenu, même par les personnes qui ne souffrent pas d'acrophobie. Les acrophobes seraient des personnes chez qui les repères visuels auraient trop d'importance. Le sujet placé en hauteur ou anticipant la nécessité de se retrouver dans cette situation ressent une forte angoisse. » Wikipédia. Elle se manifeste par des tremblements, une forte transpiration, une tachycardie selon les cas. C'est l'altitude qui effraie les acrophobes, le vide.

Avant d'écrire cet article, je n'avais jamais vérifié ce qui en était vraiment de cette panique que j'éprouve au bord du vide. Mais quand notre éditeur m'a soufflé le thème de la prochaine édition : « vacuité » comme dans « vide », comme au bord du précipice au Lac Louise, comme sur la côte Californienne, j'ai tout de suite ressenti au plus profond de mes entrailles la tourmente et les effets du vide. Je savais d'emblée ce que j'allais écrire. Donc, sans prétention et selon mon autodiagnostic, je qualifie ou plutôt j'attribue ma folle angoisse du vide à l'acrophobie. J'ai la peur du vide et de l'absence comme dans une de mes chansons préférées d'Alain Barrière.

Et avant de vous laisser comme cela, au bord du précipice, puisque cette phobie n'est pas physique, mais bien psychique, il me paraît plausible d'avancer que cette peur malade du vide est en fait surtout un besoin de plénitude. Besoin spécifique à la femme qui trouve son bonheur à être comblée, remplie d'amour... car rien pour elle n'est aussi triste que le vide et l'absence. Bien entourée, la peur s'efface. Ce n'est pas la hauteur, mais le vide qui l'effraie.

Louise Paiement Jolo.hawley@gmail.com

REEMPLIR LE VIDE

« *L'amour est comme un verre plein. Tant que vous ne buvez pas son contenu pour le vider, la vie ne peut le remplir à nouveau.* »

de Michelle Rose Wainhouse

Le vide se retrouve partout, mais on ne s'en aperçoit pas toujours. Pour certains ce n'est que dans le frigo qu'on le voit : rien. Pour d'autres c'est plus subtil encore : l'absence de soutien, d'amitié, de sentiment de communauté et d'appartenance. Ce vide existe même à Sutton. Heureusement, il y a aussi une générosité qui inspire les gens à donner. Il y a des bénévoles qui rendent vibrante la communauté avec des événements et services culturels, communautaires et touristiques. Il y a aussi des âmes généreuses qui, avec leurs dons, permettent de contribuer à dépanner une famille dans le besoin ou à étendre un service quelques maisons plus loin. Merci à tous ceux qui permettent de remplir le verre à nouveau!



Cet automne, cette générosité aidera le Centre d'action bénévole à :

- Remplir 30 à 35 dépenses par mois avec la **Banque alimentaire**
- Créer un espace d'apprentissage avec l'**Aide aux devoirs** pour 10-15 élèves
- Promouvoir le plaisir de l'alimentation saine et économique avec la **Cuisine collective** (portions à moins de 2 \$!)
- Briser l'isolement avec les **Visites d'amitié**
- Offrir du soutien à plus de 35 familles avec **Ressource famille**
- Livrer des repas à des personnes en perte d'autonomie avec la **Popote roulante**.

Après un bel été et des vacances relaxantes, peut-être cherchez-vous à vous impliquer, vous aussi? Question de faire le plein d'amour, la saison s'annonce bien remplie. Les occasions pour donner et les besoins ne manqueront certainement pas!

Vous avez un peu de temps et vous aimez vous balader en voiture?

Devenez baladeurs pour la nouvelle Popote roulante RURALE! Rejoignez une petite équipe dynamique pour livrer des repas dans Sutton et Abercorn. Notre objectif est de ne plus refuser le service à des personnes en perte d'autonomie. En donnant deux heures par semaine de votre temps, vous pourrez offrir plus de confort à des personnes qui souhaitent rester chez elles, mais qui n'ont plus la capacité de se cuisiner des repas chauds et complets. Les livraisons se feront le lundi, mercredi et vendredi, de 11 h à 12 h 30.

Vous avez un peu de temps pour prendre un enfant par la main?

Le Centre d'action bénévole de Sutton vous propose de prendre un enfant par la main, un enfant de l'école primaire de Sutton, tout simplement en l'aidant à faire ses devoirs. Ce n'est rien de compliqué, mais ce geste peut avoir un effet profond et durable sur l'enfant et sur vous-même. Certains enfants ont du mal à suivre ce qui se fait en classe et ne bénéficient pas toujours, à la maison, de l'environnement qui leur permettrait de combler leurs lacunes en faisant leurs devoirs. Ils peuvent alors rapidement perdre pied, entrer dans le cercle vicieux du découragement et se diriger doucement, mais sûrement, vers le décrochage scolaire. Le soutien apporté par un adulte peut briser ce cercle vicieux. Grâce à l'aide que vous leur apporterez, ces enfants seront beaucoup mieux outillés pour comprendre le monde qui les entoure et y prendre la place qui leur revient.

L'aide aux devoirs s'adresse aux élèves francophones et anglophones de toutes les années du primaire. L'aide individualisée a lieu une fois par semaine à l'école même, de 14 h 45 à 16 h (fin octobre jusqu'à la mi-décembre et mi-janvier jusqu'en juin). Inscrivez-vous avant la fin du mois de septembre pour rencontrer le responsable au CAB Sutton et pour recevoir une courte formation avec l'orthopédagogue de l'école de Sutton.

Janna Hubacek

Coordonnatrice Centre d'action bénévole de Sutton
450.538.1919
benevole.sutton@gmail.com
www.cabsutton.com
www.facebook.com/ressource.famille

Objets déco & meubles du terroir
Louise St-Pierre
propriétaire
34, rue Principale Nord
Sutton, Qc JOE 2K0
Tél.: 450 538-5151
louise@lstpierre.com
chiccampagne.com

Galerie d'Art les Imagiers
19, rue Principale Nord (450) 538-1771

Plomberie A.G. inc.
CMMTQ
ANDRÉ MASSEAU
(450) 266-0227

Plomberie générale
Chauffage · Ventilation
Pompes submersibles
Chauffage radiant
Service et installation de pompes pour puits
Desservons la région des Cantons-de-l'Est
222, Ottawa, Cowansville, Qc
Fax : 450 266-4569

SERVICES VÉTÉRINAIRES
MOUNTAIN VIEW

Dr Érik 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 Vie Dehors Sutton... en échappée!

Le vélo affiche une croissance marquée. Qu'ils soient sportifs ou plaisanciers, jeunes ou moins jeunes, les adeptes recherchent de plus en plus la qualité. C'est justement ce que la boutique privilégie.

Innovation grande vitesse! La boutique La Vie Dehors Sutton adopte un nouveau nom. Plus complice de l'appellation haut de gamme et technique, elle devient La Boutique CINETIK (domaine de la mécanique relatif aux mouvements). La surface de plancher vient de doubler incluant une nouvelle salle de montre ouverte toute l'année avec près de 50 vélos en montre. Les vélos se vendent même l'hiver! Innovation en continu, le service de vente de vélos « sur mesure » et selon les besoins spécifiques du cycliste devient de plus en plus populaire. À l'agrandissement de l'atelier de mécanique s'ajoutent des cours privés de mécanique.

La randonnée pédestre quatre saisons tient également la vedette. Les bottes de randonnée et de raquettes adoptent des marques haut de gamme. Osez passer saluer les propriétaires Joël et Catherine au 20, Principale N. Sutton!

Micheline Côté

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



Another article successfully written

I was quite relieved to see that the dictionary defines 'vacuity' as 'an absence of thought or intelligence.' I imagine that, on a certain level, it is like having the mind cease its incessant noise, reaching a state where there are no ideas or plans racing around, where everything is calm and quiet. Let's say for argument's sake that this is what meditation is about. What if I experience this state of absolute calm and numbness? Is that it? I just sit and 'empty the mind'? Being in a state similar to dumb stupor is what it's all about? I can't help but believe that there's got to be something more to it than that.

In a Buddhist sense, words tend to have a more subtle meaning, usually more complex than what the mind may understand from an intellectual point of view. Buddhism is, as my understanding goes, all about experiential knowledge. So again, how do we touch upon the understanding of a state of emptiness without oversimplifying or complicating things?

We, as human beings in the 21st century, have developed thousands of tools to generate the mind's abilities that give life to everything from physics to poetry. Meditation as training of the mind therefore goes beyond simply emptying the mind. It is another tool, and a powerful one at that, in the expansion of

the world of the mind. And 'vacuity' is but one experience in the vastness of this world.

I like to use the word 'weightlessness' to describe the experience of vacuity. I believe that it makes it more accessible. You have probably had such an experience on a roller-coaster, when you reach the top of the track, just before you go over the edge. Or on a trampoline, at the moment when you are neither rising nor falling. You have perhaps even felt this in a car or bus, going over a bump. All you need to do is imagine how the body feels in this state and apply it to the mind. It sounds easy enough, but how exactly is it done? Well, I have this suggestion, but before you begin, know that these guidelines are based on my own experience, and by no means guarantee anything. They are instructions that I feel might get you close to a tiny sense of what vacuity might entail. So feel free to explore your own ideas. Exploration is as endless as the sky, and as vacuous as the infinite space that surrounds us.

First, use your own technique to settle the mind and body. This should last anywhere from 10 to 20 minutes. Then, begin by noticing the movement of the body rising and falling with the in-and-out of your breathing. When you have spent a few min-

utes simply noticing this movement, let go of the concentration needed for this exercise, and relax. Then do it again a few more times. Just listen and notice, then relax. Then, when you feel ready, breathe in, hold the breath, and allow the body to emulate the 'falling' of the out-breath while not allowing the air to escape. So you are basically holding your breath for no more than 2-3 seconds, in order to feel the weightlessness taking hold of the body. After a few seconds, let your breath out. There is no need to do this over and over, two to three times should suffice. Then, once again, let go of the exercise and relax. Then, do it again, but for no more than two or three breaths. By going through the different steps a few times while relaxing in between, our strong desire for control will abate. This exercise allows body and mind to relax.

When you are done, take a moment to feel grateful for whatever happened, whether you feel you have been successful or not. Remember, in a Buddhist sense, everything tends to have a more subtle meaning, and to me, the word 'success' definitely needs to have more subtlety to it.

Daniel Laberge

Earworms and Emptiness

Many years ago, I attended a Zen meditation retreat. I sat cross-legged for 4 days on a brown Zafu cushion facing a white wall, attempting to quiet and train my mind. Instead, all day and all night, I was tortured by a catchy tune.

It went like this: "Ribs and pigs' feet/ The tastiest meat that you ever did eat/And a good piano player/A-plinkin' an' plunkin' an' playin' those blues/ I doubt if you'll ever be gayer."

It was 8 bars of a tune by Lambert, Hendricks and Ross, a be-bop vocal trio in the '50's, called "Charleston Alley."

Even today, as I write these words, I feel a subtle terror that I will become re-infected just by mentioning it. As if this 8-bar riff is lying in wait, like a crocodile in a swamp ready to strike.

Earworms are common. How is it that a few bars of a song can burrow into your head and completely take over? The theme song from a TV show like Mission Impossible or Bonanza can run a loop in your head and cast a spell on you. Pretty soon you are walking to its rhythm, singing out loud, tapping it out on tabletops. It is contagious. An innocent bystander starts humming it and next thing you know, we have a serious epidemic on our hands.

I can see it now. "Man divorces wife because of a deadly earworm virus." "Husband claims wife first sang "I've been working on the Railroad" in the shower and ruined his life."

In my case, I tried a number of solutions. I tried silently singing the entire tune right to the end and then thinking "THE END" and hearing applause. It didn't work. I tried Q-tips. (No, not really, I just made that up.) I tried cold water on my face and gulps of fresh air. I tried replacing it with another song. I tried the good old Beatles method. "Mother Mary said to me, Let it be." No luck. Images started popping up with the words. Ribs and pigs' feet? Guess what, I am a vegetarian. And 'a good piano player' was a goofy-looking guy with no teeth hunched over the keyboard.

I was so distressed that I would have traded it for 4 days of hiccups. (Well, maybe not. Just kidding.)

On day four of the retreat, in the late afternoon, out of the silence rose my remedy. A loud scream! It was a howl that started low and roared upwards into a wild and high-pitched shriek. It came from the throat of a woman who had been nicknamed 'The Screamer'. She was well known in Zen circles for losing control and spontaneously bursting out, jangling the nerves of retreat participants.

I jumped about 2 feet off my cushion and jolted my head to the right. I looked right into the vulnerable, shocked face of my Newfie friend Brian. That really cracked me up. I started laughing so hard that I had to leave the zendo and continue laughing my head off in the bathroom. After mopping my face with a towel and settling down a bit, a remarkable thing happened.

My mind was vacuous! Completely empty.

I was delivered from my condition. Hallelujah!

The scream had performed an exorcism of the earworm!

Now, I am not an evil person who rubs her palms together thinking about creating auditory misery in the world. But if you love great be-bop vocals, you can hear Lambert, Hendricks and Ross sing Charleston Alley at: www.youtube.com/watch?v=CTBkZkc1F4I

(The 8 bars that roped me in for 4 days start at 1:01.)

I just listened to it and enjoyed it a lot. It's a great tune. I feel relatively empty headed so far. We'll see how the rest of the day goes.

But be careful. It could get you.

Trisha Pope

Filling in the gaps

Walking down Sutton's rue Principale the other day, I found myself thinking just how pleasant it all looked: hanging baskets, flowerbeds, attractive window displays, and no unsightly wires. But then I noticed one, then another, and yet another vacant storefront with their attendant 'For Sale' and 'À Louer' signs, which felt a bit like seeing missing teeth in an otherwise lovely smile. On recent drives around other villages, such as Dunham and Lac Brome, I saw the same thing: many small businesses closing or closed.

Back in the 1950s, by contrast, you could find many stores and businesses of all types thriving in Sutton*, and they were not confined only to rue Principale. On Western Street there were not one but two milkmen, plus an undertaker and a sawmill. You could find someone to deliver you ice on Academy, a carpenter on Mountain and a restaurant on Depot. Along Principale itself, there were two blacksmiths, three garages, and multiple groceries and general stores, plus a range of services such as restaurants, an insurance broker and a watch repairer, all of which were largely supported by the daily trade that came from the village and the surrounding township.

Life, of course, has changed much since those days; very few of us have horses needing to be shod, and not many people lack their own freezer. Not only our needs but also our shop-

ping habits have changed dramatically. We have come to like the convenience of 'one-stop shopping,' so instead of walking from one small, independently owned store to another, we prefer to drive to the local supermarket or even further afield, to a mega-store or a shopping mall. But even these stores are suffering; more and more we shop online, for all sorts of services and goods that can be delivered directly to our door. Increasingly we use electronic devices on which to read or watch movies. All this happens via the Internet, so there is not much need for a physical cinema, a bookstore, a travel agent or an insurance broker. In addition, tourism is now Sutton's economic engine, which makes for a retail landscape more of restaurants, galleries and boutiques; these rely on visitors rather than residents. Further, with uncertain weather and a tough economy, it can be hard for a small business to survive on tourists alone.

A village Main Street could, and probably needs to be, a social place that provides something that neither shopping centres nor the Internet can offer - a place where people can interact at a human level. Here in Sutton, Le Cafetier is a great spot, not just for a coffee or lunch but also a place to meet and greet friends and neighbours. The knitting store, Mont Tricot, is another good example. Its entrepreneurial owner, Lucinda

Iglesias, sells an extraordinary array of yarns and equipment, both at her physical boutique and online. In addition, Lucinda offers classes and organizes knitting and fiber festivals, all of which have made her store a popular gathering place. The new phenomenon of flash-retailing, or "pop-up store" (i.e., opening a short-term sales-space), arrived in Sutton in July, when Josée-Melanie Lupien brought her atelier La Cabane to Pine Street for 3 weekends, to coincide with this year's Tour des Arts. In other parts of the world, former stores are being converted into spaces for a crèche, a doctor's clinic, or a place to learn a new skill, services that locals really need and want, and attention is paid to accessible parking to help draw people in. In the same way that our habits, population and economy have all changed, so must our rue Principale if it is to stay relevant and vibrant for residents and tourists alike. Those empty stores just need to be filled with imagination, the ideas for which must match our future rather than our past.

Lynda Graham

*Sutton businesses about 1950 by Dennis Cowan. Héritage Sutton, Cahier d'histoire no.1.

Le Canard en fête

Un plaisir pour tous

Pour compenser nos longs hivers, nous profitons désormais d'une saison estivale qui s'étend jusqu'en septembre et parfois même jusqu'en octobre. Ainsi, généralement, il fait un temps magnifique durant les deux dernières semaines de septembre lorsque se déroule le festival Canard en fête!

Les fraîches matinées laissent place à des après-midi chauds et ensoleillés, conditions idéales pour un festival en plein air.

Le climat agréable de septembre, les splendides couleurs des feuilles dans les Cantons-de-l'Est, l'excellente nourriture et les vins délicieux constituent les éléments essentiels au succès d'un festival gourmet dont on se souvient longtemps.

Un festival célébrant la gastronomie et les bons vins ne peut jamais décevoir. Les amateurs de gastronomie connaissent la joie de découvrir et de déguster de nouveaux mets et se réjouissent à la pensée de goûter un aliment ou une boisson qui flatteront leur palais. Pour devenir amateur de gastronomie, il suffit d'être toujours prêt à réveiller ses papilles gustatives et à essayer de nouveaux plats et boissons.

J'entends souvent dire: « Je n'aime pas le canard, donc je ne suis pas intéressé au festival Canard en fête ». J'ai une confession à faire. Moi aussi, je n'appréciais pas le canard. À vrai dire, je n'avais jamais mangé de canard apprêté correctement. Il a fallu que je travaille à titre de coordonnatrice du festival Canard en fête l'année dernière pour que je me rende compte de ce que je manquais. Dès que j'ai eu l'occasion de goûter à un magret de canard servi avec un coulis de petits fruits dont la viande fondait dans la bouche, mon opinion a carrément changé! Rien que d'y penser, j'en ai l'eau à la bouche! Je n'ai pas honte de l'avouer, j'ai changé d'avis sur le canard en un clin d'œil. Au cours des deux fins de semaine du festival, j'ai eu la chance



de savourer un grand nombre de plats - canard effiloché avec une sauce épicée, poitrine, confit, saucisse de canard, mais je m'arrête, car je suis certaine que vous commencez déjà à avoir l'eau à la bouche!

Nous désirons offrir durant ce festival l'occasion de découvrir des mets de canard cuits à la perfection. Nos chefs invités sont souvent des génies culinaires renommés! Grâce aux démonstrations culinaires se déroulant durant les 4 jours du festival, les visiteurs auront la chance d'assister à des présentations qui leur feront découvrir plusieurs recettes faciles à préparer à la maison (celles-ci peuvent être téléchargées à partir de notre site web). Ces plats offerts en dégustation ne manqueront pas de charmer les palais.

Mais si nous n'avons pas encore réussi à vous convaincre, plusieurs autres options vous seront proposées pour réveiller vos papilles. Pourquoi pas une poutine qui vous sera servie dans un de nos charmants cafés-bistros et dont les frites auront été cuites dans la graisse de canard? Ou encore, laissez-vous



tenter par une saucisse de canard servie dans un petit pain, un méchoui de canard ou par les nombreux autres délices préparés dans nos restaurants.

Vous trouverez également un grand nombre de pro-



duits plus traditionnels chez nos marchands et exposants tels que vins, fromages, chocolats, épices et desserts. Les boutiques et commerçants vous présenteront également leur gamme automnale. Vos enfants pourront aussi s'amuser grâce à une fermette, des clowns déguisés en canard duveteux, de jolis canards artisanaux et bien plus encore! Et aucun festival ne serait complet sans musique, que ce soit du jazz, de l'harmonica blues ou du Dixie.

Venez nous visiter! Nous vous révélerons les raisons pour lesquelles nous sommes si fiers de notre village de Knowlton. Le festival Canard en fête se déroulera les 20, 21, 27 et 28 septembre de 10 h à 17 h. Nous espérons que vous passerez les deux samedis soirs avec nous, car nous vous réservons des événements spéciaux. Ainsi, de 4 à 6 (16 h à 18 h) le samedi 20 septembre, de savoureuses tapas de canard et des vins délicieux seront servis dans le parc Coldbrook (nombre limité de billets). Le samedi 27, nos cafés et restaurants vous invitent à déguster des entrées de canard et des boissons exclusives durant le festival Canard en fête.

Consultez notre site web pour plus d'informations; www.canardenfete.ca

Jessica Brown
(Traduit par Suzanne Gregory)

Photos : courtoisie de Catharine Bacon

BX Sub-Compact Tractor Series

Official
Tractor and
Mower Partner
of the CFL

BX25D

From mowing the lawn to a complete landscaping makeover, nothing beats Kubota BX tractors for getting the job done. This series has the power and versatility for digging, hauling, plowing and all the other tasks around the yard. Their true compact size makes them easy to handle and store. Comfort and operability... hallmarks of the BX-Series.

Kubota.ca | Like us on Facebook.com/KubotaCanada

MAX GAGNÉ & FILS INC.
57, rue Principale Sud, Sutton
Tél.: 538-2009 • Fax: 538-0053

ÉNERGIE
Goyer
ENERGY
une division de Plomberie Goyer Inc.

CMMTQ
Corporation des maîtres
plombiers et chauffeurs
du Québec
R.S.Q. 1163-2692-85

GazMétro
PARTENAIRE CERTIFIÉ

GazMétroPLUS
SERVICES ET ENTRETIEN

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

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

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

450 263-2226 • plomberiegoyer.com



Monsieur Plantain

Avec l'été reviennent les plantes médicinales. Mais les connaissons-nous vraiment? Saviez-vous, par exemple, que dans votre pelouse poussent probablement une bonne dizaine de plantes médicinales utiles à une foule de petites maladies simples et courantes? C'est ce que j'ai envie de vous proposer avec les Herboristes du peuple: se réapproprié ce savoir ancestral, découvrir sa grande diversité et surtout, son accessibilité en lançant Le Petit herboriste, une nouvelle série de cahiers éducatifs sur les plantes médicinales destinées aux tout petits et leur famille.

Monsieur Plantain, le premier numéro, nous présente une plante qui est si répandue, mais pourtant trop méconnue : le plantain (*Plantago major*). À travers des petits jeux écrits, des informations sur la plante, des recettes à faire en famille et un conte, on découvre que Monsieur Plantain sert à soigner les coupures, brûlures et piqûres de guêpes. On peut en fabriquer un onguent ou même un sirop qui sera utile pour soigner les maux de gorge, la toux et les maux de ventre. On apprend même quelles sont les règles de base à respecter pour s'assurer de faire un usage sécuritaire des plantes médicinales. Et pour compléter le cahier vient une petite vidéo présentant Violette l'herboriste qui explique bien pourquoi et comment utiliser le plantain.

C'est grâce à des talents et de fidèles amis de chez nous que le projet a pu voir le jour. Marjolaine Fabre a prêté ses talents d'illustratrice pour donner un visage à Monsieur Plantain. Colin Hébert-Paquette, monteur vidéo, a mis en images la petite aventure de Violette qui se déroule entièrement dans des endroits magnifiques de Sutton. Il faut dire que les paysages majestueux de la région m'inspirent beaucoup et me donnent des idées pour les prochains tournages. Julie Blondin, traductrice, a traduit Monsieur Plantain en



première ligne. Si tout le monde savait un peu quoi faire pour se soigner à la maison, le système de santé serait moins engorgé. Il suffit de chercher un peu et pas si loin que ça puisqu'on trouve du plantain jusque dans les craques de trottoirs...

Catherine Lalonde
www.herboristesdupeuple.com

Mister Plantain, pour que le cahier soit accessible autant à la communauté anglophone que francophone. Moi, j'ai mis sur papier ce savoir que j'apprécie tant et j'ai prêté mon visage à Violette.

Je constate que les enfants aiment bien le projet et ils adorent apprendre sur les plantes médicinales. Lorsqu'ils sont impliqués dans la fabrication de remèdes maison, ils ont une meilleure relation avec le remède. Ils en sont fiers et comprennent davantage le processus de la guérison. Leur perspective change puisqu'ils deviennent acteurs de leur guérison. Le plantain est tellement utile! Vraiment, il mérite d'être connu dès le plus jeune âge. Pour moi, l'herboristerie est la médecine de

PRO | DESIGN
Gestion et développement de projets
travaux d'excavation
aménagement paysagers
450-521-6731
pro.design@hotmail.ca

Plantation des Frontières
depuis 1980

- ◆ Vente de conifères et feuillus
- ◆ Cèdres cultivés
- ◆ Arbres de Noël en gros et détail
- ◆ Transplantation d'arbres (Tree Spades)
- ◆ Mini excavatrice
- ◆ Tél. et Fax: 450 248-3575
cell: 514 774-0532

295, chemin des Érables, St-Armand, Qc J0J 1T0

Production
Renouer • Remémorer • Revivre
Vos Souvenirs sur DVD
VHS • Hi 8 • 8mm • Betamax • Digital 8 • DVC • MiniDV • DVCAM
Films 8mm & S-8mm • Photos • Diapositives • Négatifs

Gérard P. Poulin Jr.
Tel.: 450 266-4548 • www.codesi.net
production.codesi@codesi.net • 375 Ch. Miltimore, Brigham (Qc)

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
tiboje1958@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

Le vide et le plein...

Chaque année, juste avant la chute des feuilles, l'homo urbanus prend les montagnes d'assaut... Est-ce pour se vider la tête qu'il s'en met plein les bottines, ou pour faire le plein d'oxygène qu'il se dévide dans les bois?

Chaque automne, pendant que la faune sauvage finit de faire le plein d'énergie pour passer l'hiver, les quelques belvédères émaillant nos sommets débordent de bipèdes en mal d'espace qui s'en vont sans remord, au nom d'une vue plongeante sur le vide flamboyant de la vallée, piétiner les tendres mousses garnissant l'habitat menacé d'un petit oiseau presque éteint...

Chaque jour, la nature se vide un peu plus pour nous permettre de faire le plein de bébelles censées nous remplir de bonheur... À l'ombre de la crise économique et du réchauffement climatique, le déclin foudroyant de la biodiversité terrestre passe bien loin de l'écran radar des pilotes (s'il en existe) d'une société dont le gouffre existentiel augmente au rythme de sa prodigieuse productivité...

Est-ce vraiment impossible de faire le plein sans faire le vide? Peut-être, surtout si on ne considère que l'aspect matériel des choses. Mais si on essayait de faire le plein autrement, ça nous laisserait peut-être un peu plus de temps avant de finir de vider la planète de tout ce qu'elle avait à nous offrir pour passer plus facilement à travers la vie.



Alors, cet automne, soyez gentils avec les tendres mousses des sommets et essayez donc de vous ressourcer un peu plus loin. Tout comme l'an dernier, tous les sentiers du Parc d'environnement naturel de Sutton ne faisant pas partie du territoire sous bail du club de chasse resteront ouverts aux marcheurs durant la période de chasse. Les seuls sentiers qui demeureront fermés durant ce laps de temps sont le sentier de l'Estrée entre le Round-Top et le Mont-Écho, ainsi que la section située en aval du lac Mohawk (entre l'altitude 680 et la vallée Missisquoi) et le sentier du PENS situé entre la passe de l'Ours et le Nombriil.

Pour faire le plein de nature, vous pouvez nous accompagner lors des deux traversées du massif qui auront lieu les samedis 13 septembre (à partir du mont Echo) et 11 octobre (à partir de la vallée Missisquoi), ou encore, jeter un œil sur notre site internet pour prendre connaissance de l'ensemble de nos activités...

Patricia Lefèvre
Le Parc d'environnement naturel de Sutton
www.parc Sutton.com





CALENDRIER des activités pour septembre, octobre et novembre 2014 Calendar of events for September, October, November 2014

Tout l'automne/ Throughout the fall

- **Salle Alec et Gérard Pelletier**, Carrefour culturel de Sutton
Spectacles et Cinéma à toutes les semaines, 4-C, rue Maple, Sutton.
Info et réservations : 538-0486 www.salleagpelletier.com

- **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

- **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** www.theatrelacbrome.ca Info: 242-2270

- **Auto-cueillette des pommes et vendanges Dunham et Frelighsburg**
De la mi-septembre à la mi-octobre. Info 298-5630

- **Jusqu'au 30 août**, Le Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham, « **Ma ville, mon village** », 16e exposition collective des artistes de Dunham. Info : 295-2621 www.ville.dunham.qc.ca.

- **Jusqu'au 31 août**, jeudi au dimanche de 13h à 17h Galerie Art Plus, 8, rue Maple, Sutton, présente Jean-Pierre Rivet Rens : 450 521-3189

- **jusqu'au 28 sept.**, Galerie Arts Sutton, Exposition Raoul Duguay, Muriel Faille et Winston McQuade : Trois natures, trois manières de donner à voir. Vernissage, 24 août, de 14 h à 16 h. Info : 450 538-2563 ou www.artssutton.com

- **Until October**, Paige Knight Gallery at the Missisquoi Museum exhibits, 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

- **jusqu'au 11 oct.**, Marché du samedi, rue Curley à Sutton : produits cuisinés, légumes, plantes, produits de l'étable, artisanat et marché aux puces.
Info : 450 538-6748

- **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 souvenant bio). Rens : 514 992-8705 ou mjfferron67@gmail.com

- **jusqu'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

- **Jusqu'au 26 oct.**, les samedis et dimanches, de midi à 16h. Musée d'histoire et de la communication 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 : museedesutton.com ou 450 538-2883

AOÛT et septembre 2014

- **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 comic 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!
Info : 298-5558 www.festivart.org

- **29, 30 et 31 août, 1 sept.** Exposition Agricole de Brome/ Brome Fair.
Info : www.bromefair.com ou 242-3976

- **4 sept.**, Soirée d'inscription aux cours de l'UTA. Bibliothèque municipale de Bromont et Cowansville, 14 h à 16 h; Centre John-Sleeth à Sutton, 19 h à 21 h 30, au 7, rue Academy à Sutton. Rens : 450 955-1164 www.usherbrooke.ca/uta/prog/cantons/brm/

- **5 au 28 sept.**, jeudi au dimanche de 13h à 17h Galerie Art Plus, 8, rue Maple, Sutton, présente La famille Surette. Rens : 450 521-3189

- **6 au 30 sept.**, (vernissage 6 sept.). Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham. « Vers l'au-delà », une première pour Paul-Émile Racine, un artiste-chercheur de sens, inspiré par la nature et la « rêverie contemplative ».
Info : 295-2621 www.ville.dunham.qc.ca

- **Sept 8 at 2 pm.** Auberge West Brome, Canadian Club of the Yamaska Valley. Luncheon. All are invited at no charge. Pat Hickey : HOCKEY. Info: 450 266-7552

- **13 septembre au 13 octobre** Festival d'automne du Mont Sutton, TOUTES LES FINS DE SEMAINE À LA MONTAGNE
10 h à 16 h : Télésiège # 2 en service, 10 \$ aller-retour, enfants moins de 7 ans, ratuit! Tarifs de groupes et réduction pour les membres 2013/2014.
- 82 km de sentiers pédestres. Randonnées avec guides.
- Activités et ateliers divers, programmation : www.montsutton.com
Information : 1 800 565-8455

- **13 sept., Relais Bromont** - Sutton JESF. Une course à relais en partance de Bromont jusqu'au Mont SUTTON. Relevez le défi d'une course de 34.5 km, seul ou en équipe de 2 à 6 coureurs! Plus une panoplie d'activités pour toute la famille.
Rens : www.montsutton.com

- **13, 19, 20, 26, 27 sept. et 3 et 4 oct.**, 20 h, Salle Alec et Gérard Pelletier, Sutton. Le Festival de Jazz avec une programmation de spectacles gratuits et payants. Ouverture le vendredi 13 sept. 20 h (30 \$) avec un hommage à Dave Brubeck par Rémi Bolduc Jazz Ensemble; le 19 sept. 20 h (15 \$), La Canção présente un voyage de jazz entre le bossa nova brésilien and la chanson française; 20 sept. 20 h (20 \$), le festin Homebrew Cajun feast, une tradition annuelle, qui offre un buffet inspiré de la Louisiane accompagné du jazz du Homebrew Dixieland Band; 26 sept. 20 h (25 \$), Nat and Julian "Cannonball" Adderley, reconnus comme les fondateurs « Soul Jazz » seront en primeur avec le quintet Marc Bolduc; 27 sept. 20 h (15 \$). Kaval présentera son nouveau disque de concert jazz, un mélange de manouche, pop et reggae; 3 oct. 20 h 30 (20 \$), l'étiquette Effendi fête ses 15 ans à Sutton avec le JazzLab Orchestra; 4 oct. 20 h (20 \$), Jean Vanasse et son Quatuor+1 un invité spécial de France, Thierry Gomar.
Info : 538-5636 ou www.salleagpelletier.com

- **13 sept.**, Parc d'environnement naturel de Sutton, La Traversée du massif à partir du mont Echo. Info : 450 538-4085 ou info@parcsutton.com www.parcsutton.com.

- **17 sept.**, 13 h 30, UTA, Bibliothèque de Cowansville, 608, rue Sud. Conférence : Les pièges de l'Internet et comment les éviter avec Roger Demers. Gratuit.
Rens : 450 538-3135 www.usherbrooke.ca/uta/prog/cantons/brm

- **19 septembre au 12 octobre**, 9 h à 17 h, Centre d'Art de Frelighsburg. Où est Three Pines?, une exposition collective réunissant des oeuvres d'artistes et d'artisans s'inspirant de scènes des romans de Louise Penny dont l'action se passe souvent dans les Cantons-de-l'Est. Info : 450 298-5630

- **20 et 21 septembre**, Écosphère : foire environnementale sur le site d'exposition de Brome. Plus de 200 exposants œuvrant dans les domaines de l'environnement, 40 conférences, ateliers et animation pour toute la famille. Info : 450 538-5005 ou 888 811-4928 www.projetecosphere.org

- **20, 21, 27 et 28 sept.** de 10 h à 17 h. Le Canard en Fête au Lac-Brome, démonstrations culinaires au parc Coldbrook et ailleurs dans le village, marché champêtre par une trentaine de producteurs agroalimentaires et vinicoles et activités.
Rens : www.canardenfete.ca ou 450 243-6246

- **21 sept.**, de 13 h à 16 h. 32e Festival annuel de la tarte aux pommes. Fête familiale; on sert tarte aux pommes, crème glacée et breuvages, en plus d'offrir une visite du musée Missisquoi. Musique, maquillage pour les enfants. 9 \$ - Adultes; 3 \$ - Enfants 12 ans et moins. Info : 450 248-3153

- **22, 21, 27, 28 sept., 4, 5, 11, 12 et 13 oct.** La Tournée des 20, Dunham et région. Un parcours d'enchantement où découvrir des oeuvres magnifiques de vingt artistes et dialoguer avec ces créateurs dans leurs ateliers et dans leurs galeries.
Info : 1-888 811-4928

- **27 sept.**, de 13 h à 16 h. Musée d'histoire et de la communication de Sutton, Dessine et fabrique ta fusée au musée où les jeunes pourront concevoir leur propre fusée avec des produits recyclés (carton, papier plastique, etc.), accompagnés par des artistes en art visuel. Info : museedesutton.com ou 450 538-2883

- **27 septembre**, Auberge des Appalaches, Atelier (niveau I) cueillette de champignons sauvages avec Louise Fortin (atelier culinaire et dégustation, 28 sept).
Info et rés. : 538-5799

- **27 sept.**, FONDATION BOULANGER-BÉDARD : SOUPER BÉNÉFICE annuel au Chalet de Ski du Mont Sutton, thématique « la croisière méditerranéenne » avec un souper 4 services et soirée dansante au son de « Musicoman ». Réservation requise.
Info ou rés : France Boulanger 450 538-3158

- **28 sept.**, Randonnée à la croix Chevaliers de Colomb. Info : Serge Poirier 538-3176

Octobre 2014

- **1 au 18 oct.** Galerie Rouge art contemporain Cowansville : ORANGE : exposition collective des artistes de la galerie. Présentée dans le cadre de la Promenade des Arts de Cowansville. Info : 450 815-0551

- **2 oct. au 9 nov.**, Galerie Arts Sutton, Exposition Suzelle Levasseur : Suite. Les tableaux de Suzelle Levasseur décrivent l'indescriptible, rendent visible l'invisible. Vernissage : 5 octobre de 14 h à 16 h. Info : 450 538-2563 ou www.artssutton.com

- **3 au 31 oct.**, jeudi au dimanche de 13 h à 17 h Galerie Art Plus, 8, rue Maple, Sutton, présente Photographe Laurent Guérin. Rens : 450 521-3189

- **4 oct. au 1 nov.** Le Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham, : « De la couleur plein les bras ». Jean-Marc Deslauriers et Monique Bouchard : un duo attendu et une promesse de rebondissements, fantaisies et couleurs. (vernissage, 4 octobre).
Info : 295-2621 www.ville.dunham.qc.ca.

- **Oct 6** at 2pm, Auberge West Brome, Canadian Club of the Yamaska Valley. Bridget Wayland : LE SENTIER TRANS-CANADIEN. Members \$35 for the year, meeting only \$10. Info: 450 266-7552

- **10 oct.** Galerie Rouge art contemporain Cowansville, 5 @ 7 : Le regroupement des artistes en arts visuels (RAAV) invite les artistes de la région à une rencontre animée par Christian Bédard. Info : 450 815-0551

- **11 oct.** Parc d'environnement naturel de Sutton, La Traversée du massif à partir du mont Echo. Info : 450 538-4085 ou info@parcsutton.com www.parcsutton.com.

- **11 oct.** 16 h. Galerie Rouge art contemporain Cowansville. Panel autour du processus de création en art contemporain - modérateur : Christian Bédard (RAAV). Entrée 5\$ Info : 450 815-0551

- **18 oct.**, 20 h 30, Auberge des Appalaches, Sutton en blues : SUE FOLEY est l'une des meilleures artistes de blues et détient le record de 17 Maple Blues Awards. Info 538-0037 ou www.auberge-appalaches.com

- **18 oct.**, de 9 h à 17 h et 19 oct., 10 h à 16 h, Club de golf Les Rochers Bleus à Sutton, Exposition et vente d'artisanat « Quoi de neuf ». Une quarantaine d'exposants. Rens. : 450 243-0890 ou www.expoquoideneuf.com

- **22 oct au 22 nov.** Galerie Rouge art contemporain Cowansville. Seann O'Riordain L'Un canto sola...(Dante Alighieri, Divina Commedia Inferno : Canto X11)
Info : 450 815-0551

- **October 25th**, 5:00 - 7pm. Stanbridge East Embelishment Committee : Roast Pork, Beef & Lamb supper at the Georges Perron Centre - 14, rue Philippe Coté, Bedford. Adults - \$22, Child (6-10yrs) - \$10. Info: 450-248-1145

- **25 oct.**, 20 h 30, Auberge des Appalaches, Sutton en blues : CHRIS ANTONIK est un des jeunes talents de Toronto qui livre son blues avec une passion sans retenue.
Info. 538 0037 ou www.auberge-appalaches.com

- **25 et 26 oct.**, de midi à 16h. Musée d'histoire et de la communication de Sutton, Les citrouilles de l'espace! Exposition des oeuvres des jeunes et moins jeunes.
Info : museedesutton.com ou 450 538-2883

Novembre 2014

- **1 nov.**, 20 h 30, Auberge des Appalaches, Sutton en blues : CAROLYN FE BLUES COLLECTIVE n'est pas un groupe de blues ordinaire : il juxtapose les éléments classiques du blues à un mélange encore plus éclectique de styles musicaux.
Info : 538-0037 ou www.auberge-appalaches.com

- **Nov 3** at 2 pm Auberge West Brome, Canadian Club of the Yamaska Valley. Nancy Lyon and Gordon Mooney: L'ÉCOSSE BIZARRE...UN MONDE CACHÉ. \$10 fee for non-members. Info: 450 266-7552

- **7 nov.**, 13 h 30, UTA, Bibliothèque de Cowansville, 608, rue Sud. Conférence : L'Ukraine avec Benoit Gascon. Gratuit.
Rens : 450 538-3135 www.usherbrooke.ca/uta/prog/cantons/brm

- **7 au 30 nov.**, jeudi au dimanche de 13h à 17h Galerie Art Plus, 8, rue Maple, Sutton, présente Louis Lefebvre . Rens : 450 521-3189

- **8 nov.**, 20 h 30, Auberge des Appalaches, Sutton en blues : THE 24TH STREET WAITERS et une musique qui s'inspire des années 40 et 50 lorsque le Blues donnait naissance au R & R dans les communautés noires des grandes villes américaines.
Info : 538-0037 ou www.auberge-appalaches.com

- **8 au 30 nov.**, Le Centre d'art de la Bibliothèque de Dunham, « À propos de nous! About us! » une première de Diana Dyer : une célébration de la nature, de la beauté des choses et des bêtes, des richesses de l'histoire, notre histoire .
Vernissage, 8 novembre. Info : 295-2621 www.ville.dunham.qc.ca.

- **15 nov.**, 20 h 30, Auberge des Appalaches, Sutton en blues, TONY D., un cocktail de blues, influencé par le son du Delta au Mississippi et le son cru et urbain du blues de Chicago.
Info : 538-0037 ou www.auberge-appalaches.com

- **22 nov.**, 20 h 30, Auberge des Appalaches, Sutton en blues, DAWN TYLER WATSON & le BEN RACINE BAND, du talent qui promet de devenir un des grands moments de Sutton en Blues. Info : 538-0037 ou www.auberge-appalaches.com

- **27 nov au 28 déc.**, tous les jours de de 11 h à 17 h. Galerie Arts Sutton, Marché de Noël : exposition des oeuvres d'artistes et artisans de la région, en arts visuels et en métiers d'arts. Vernissage : 7 décembre de 14 h à 16 h. Info : 450 538-2563 ou www.artssutton.com

- **29, 30 nov., 6 et 7 déc.**, de 10 h à 17 h, le marché de Noël de Sutton vente d'artisanat et de produits locaux, dégustations, activités et spectacles pour tous.
Rens : 450 538-8455 ou <http://marchedenoeldesutton.blogspot.ca/>

- **14 déc.**, 15 h à l'église Bishop Stewart Memorial de Frelighsburg. Chœur des Armand composé d'une vingtaine de choristes qui chantent a capella. 12 \$ par pers, gratuit pour les moins de 12 ans. Info : 450 295-2399



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: ski-in ski-out – 2 condos de 3 chambres avec vues sur le dos de l'Original vendus entièrement meublés et équipés. (9014458)

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: Au Mont Sutton, condo ski in ski out de 3 càc, plafond cathédrale, vues sur les montagnes. Nouveau prix 275 000 \$ (9755908)

Pierre Leblond, c.i.
(450) 405-9501



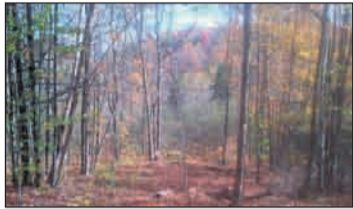
Dunkin: Maison de 3 càc à louer du 15 déc. au 15 avril, sur plus de 100 acres avec vues sur les montagnes. À mi-chemin entre les monts Sutton, Owl's Head et Jay Peak. 2 500 \$/M

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



Abercorn: Ferme ancestrale de 114 acres avec nouvelle grange 30 x 30 au sommet des massifs de Sutton et du Vermont. Rénovez la maison de ferme ou construisez votre maison de rêve. Option d'acheter la propriété voisine au 350 Pinnacle O. 750 000 \$ (11925391)

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 garçonnière. 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



Abercorn: Sise au sommet avec des vues spectaculaires des massifs du mont Sutton et du Vermont, maison de 3 càc avec garage double. Doit être vendue avec le 352 Pinnacle O. 295 000 \$ (26858900)

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. 269 000 \$ (1865357)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Sutton: Résidence centenaire sur 38 ac. de forêt. Cette maison de 4 càc 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. 425 000 \$ (15432836)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Sutton: Chalet spacieux sur le Mont Sutton avec accès direct et privé sur le lac Kelly. Maison de 3 càc, 2 foyers, 2 étages, terrasse plein sud. Grand lot privé de 1,58 acres. 335 000 \$ (14875539)

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 càc 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



Dunham: À quelques minutes de Sutton. Maison centenaire spacieuse de 4 càc sur 102 acres. Plan à aire ouverte au rdc, poutres apparentes, foyer en pierre et un bel étang. Une bonne valeur. 459 000 \$

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Sutton: Découvrez la vallée Glen Sutton! Terrain zôné blanc et boisé de 72 acres avec ruisseau, frontage sur la rivière et vue sur les monts Sutton. 265 000 \$ (9093453)

John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



Charmante centenaire: 113 acres, maison de prestige rénovée, les plafonds hauts, foyer en brique, forêts et prairies bordées par un ruisseau. Tranquille. 695 000 \$ (19566393)

Beverly de Winter, c.i.
(450) 405-6866



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 \$ (13483192)

Beverly de Winter, c.i. (450) 405-6866
Diana Timmins, c.i.



Entièrement rénové: en 1990+/-, ce confortable plain-pied est pour vous! Entretenu avec soin. Sous-sol complètement aménagé, garage détaché, appartement à l'étage, jardins de vivaces. Peut être acheté avec le 353 Darrah (9546801) ou seul. 349 000 \$

Lilian Sharko, c.i. (450) 405-7512
Reginald Gauthier, c.i.a.
(450) 531-3652



Une retraite de week-end ou votre résidence principale! Cette maison au haut de la colline vous assure la privauté avec de belles vues des montagnes. Trois paliers, des toits cathédraux, foyer en pierres sur deux niveaux, piscine creusée, etc. Idéal pour les amateurs du plein air! 689 000 \$ (10584055)

Lilian Sharko, c.i. (450) 405-7512
Reginald Gauthier, c.i.a.
(450) 531-3652



Une vraie campagnarde! Un environnement bucolique, 63,8 acres, des jardins anglais, piscine, sauna, grange, étang limpide, garage, atelier attaché, remise de jardin avec mur irlandais étagé, maison spacieuse entretenue, gazebo. 895 000 \$ (12118967)

Lilian Sharko, c.i. (450) 405-7512
Reginald Gauthier, c.i.a.
(450) 531-3652



Nouveau Prix!! Unique! Domaine privé et paisible! Spacieuse maison surplombant un étang baignable 100'x300' et un beau ruisseau. Plan à aire ouverte, chambre principale et sdb attenante au rdc. 849 000 \$ (9546801)

Lilian Sharko, c.i. (450) 405-7512
Reginald Gauthier, c.i.a.
(450) 531-3652



Une oeuvre d'art! Maison en bois rond à poutres et poteaux nichée sur 30 acres privés. Grandes pièces, plafonds hauts, foyer, 4 càc, 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