

LE TOUR

V35#1
AUTOMNE/FALL
2017

CALENDRIER
DES ÉVÈNEMENTS
WWW.JOURNALETOUR.COM

RACHEL DENNIS
À LA UNE



gratuit
free

SUTTON
DUNHAM
FRELIGHSBURG

Advertisers' INDEX des annonceurs

Rubrique/Category	Entreprise/Business	Tél.	Page	Rubrique/Category	Entreprise/Business	Tél.	Page		
Activités, sports, loisirs, attrait	Alpagas Sutton (visite, boutique, sentiers, etc.)	538-1538	14	Métiers, services professionnels	DGE Électrique (maître électricien)	538-9999	35		
	Au Diable Vert (VéloVolant, kayak, etc.)	538-5639	18		Dwayne McKenney (plomberie)	260-5655	35		
	Brome Fair (foire agricole)	242-3976	7		For.Éco (ingénieur forestier)	242-1366	32		
	Celtic Harmonies Celtiques (festival musique)	292-3456	12		Informatique C.B. (vente, réparation, installation)	263-2384	40		
	Centre L'Arc-en-Ciel (ressourcement)	538-0333	7		Isabelle Baron, couturière d'idées	577-5888	31		
	École Ballet Classique Sutton	531-3315	8		La Forge D'Oil	538-0891	36		
	École d'art de Sutton	514-690-2972	9		Léon Coupal (peinture, plâtre, entretien, etc.)	777-8227	36		
	Festival Jazz Sutton		16		Migué et Fournier Arpentiers	263-5252	39		
	Golf Les Rochers Bleus	538-2324	11		Monique Picard (professeure de chant)	538-0045	18		
	Mont SUTTON (Festival d'automne, etc.)	538-2545	9		Mont Minou (auberge pour chats)	538-0718	35		
	Studio Qita (atelier de poterie adulte & enfant)	538-6651	10		Paul Santerre (bois de chauffage)	204-3574	34		
	Union Libre Cidre & Vins (vendanges)	295-2223	5		R3 Production (transfert sur DVD)	266-4548	34		
	Vignoble Bresee (vendanges)	538-3303	5		Vétérinaires Mountainview	263-6460	35		
	Vignoble Clos Ste-Agnès (visites, événements, etc.)	538-0303	5		Vicki Tansey (mentorat personnel et créatif)	538-6060	20		
	Wow Frelé Alpacas (visites guidées et boutique)	514-232-6021	13		Virginie Catenne (design d'intérieur)	538-0922	39		
	Alimentation/Food	Au cœur de la pomme (autocueillette et boutique)	298-5319		26	Services funéraires	Désourdy salons funéraires	263-1212	44
		Au Naturel (aliments naturels)	538-3720		41	Construction/rénovation	Côté & frères Excavation	525-0940	36
		Bernard Le Boulanger	295-2068		26		Courvoisier Construction	521-7405	29
		Boulangerie Abercorn Bakery	538-6453		7		Duchesne & Frères	522-1573	35
		Canards Lac Brome (boutique gourmet)	242-3825		17		GPS Construction	1-866-477-6940	35
		Chez Matis (traiteur)	538-6444		40		KYO Habitations	1-855-768-8737	30
Cuisinière de famille (Marie-France Herbuté)			26	La Charpenterie	775-0982		36		
Domaine de Dunham (verger, cidrerie & vinaigrierie)		295-1155	26	Les entreprises Guitim (mini-excavation)	538-3210		36		
IGA Després Sutton (épicerie)		538-2211	40	Plomberie Gaétan Goyette	538-3210		36		
La Goutte d'Or (éco-épicerie en vrac)		955-0804	26	Plomberie Goyer	263-2226		6		
La Valse des Pains		538-2323	41	Légal	Juricompas (Josée Carpentier, avocate fiscaliste)		306-1316	45	
Le Comptoir du marchand de thé		538-2002	31		LB Avocats (droit corporatif, civil, familial)	266-1700	6		
Les Jardins de la Colline		263-5997	26		Marcel Tétrault (notaire)	538-3577	29		
Pierre Pettigrew (miel, sirops, légumes, etc.)		298-5451	26	Architectes	Atelier A. Bellavance	534-1616	39		
Simon Riel (apiculteur)		538-2970	11		Atelier Johanne Béland	538-0605	36		
Viande Highland (Au Diable Vert)		538-5639	18		EBA Architectes	579-436-8868	39		
					Eden Greig Muir	298-1256	39		
					Ted Yudelson	579-438-8800	39		
Assurances, services financiers		Alexandre Hamel-Lesieur (RBC)	266-3857	15	Immobilier/ Real estate	Céline Charbonneau (Agence immobilière Sutton)	538-1881	30	
		Annie Racicot (CPA)	538-0097	15		Coldbrook	242-1166	47	
		Monique Verreault (CPA)	538-3239	15		Immeubles Dwyer	298-5341	29	
				Jean Lacroix (Remax)		578-4008	29		
				Jessica Brown (Coldbrook)		522-4755	22		
				Johanne Bourgoin (Royal LePage)		357-4789	45		
				John Boudreau (Coldbrook)		531-5252	22		
				Luc Giguère (Remax)		531-5886	30		
				Mélanie Legault (Agence immobilière Sutton)		538-1881	30		
				Nadja-Maria Daveluy (Remax)		525-3914	29		
				Pierre Seynnett (Remax)		284-1110	15		
				Royal LePage Action		538-3800	48		
				Sébastien Kaempf (Remax)		522-6125	29		
				Sotheby's International		577-0272	46		
				Sylvie Houde (Remax)	298-1111	15			
				Villa des Monts (résidence pour personnes âgées)	538-1291	40			
	Boutiques Artisanat, art, déco	Atelier d'art Constantin	538-3758	20	Restaurants avec licence	Aux 2 Clochers	298-5086	14	
		Atelier de Mosaïque de Dunham	204-7429	4		Le Cafetier	538-7333	10	
		Atelier Pluriel Singulier (atelier-boutique poterie)	248-3527	20		Lyvano	298-1119	22	
		Au cœur des saisons (objets déco, fleurs, etc.)	538-0388	21		Tartin'izza Café	538-5067	22	
		Les Stores Sutton	538-5151	21		avec licence de bar	À La Fontaine	538-3045	41
Encadrement Sutton		330-3529	21	Pub Mocador	538-2426		40		
Espace Mosaik (mobilier exclusif)		522-0844	11	Santé, soins personnels/ Health care	Catherine Ferron (acupuncture)	538-6371	31		
Galerie Art Libre		538-6660	19		Concept Touche Finale (manucure)	538-2222	28		
Galerie Art Plus		521-3189	20		Diane Blais (coach de vie et de santé)	514-703-2067	34		
Les Imagiers (galerie d'art)		538-1771	23		Dre Snezana Stanojlovic (omnipraticienne)	243-0005	34		
Michel Dupont (cours d'estampe et atelier d'artiste)		438-823-9562	23		Expertdent	538-1767	16		
Mont Tricot (tout pour le tricot)		538-8040	27		Passion Herbale (produits corporels naturels)	204-5917	28		
Normand Bleau (art et bijoux)		538-3870	19		Mieux-Être Sutton (groupe de professionnels)	voir annonce	42-43		
Susan Keays Créations (sacs artisanaux)		295-2792	19		Pharmacie Brunet	538-0055	28		
Vert Partout (objets, déco)		538-8378	19		Coiffure/ Hairdressers	Lise Gervais coiffure	538-3853	3	
						Studio Zone coiffure	531-9244	31	
Fleuristes, jardins, paysagement		Au cœur des saisons (fleuriste & déco)	538-0388	27	Véhicules, accessoires	André Marois & Fils (débosselage, peinture)	539-3433	35	
	Dubois Aménagement (aménagement paysager)	242-1992	37	Groupe Guy St-Louis (Occasion Cowansville)		263-8888	38		
	GraminiForme (paysagiste, consultante horticole)	522-0650	36	Mécaniciens Famille Morse (entretien)	538-2308	35			
	KO Paysages	266-4466	32						
	Pépinière S.G.	578-1411	37						
Livres et Musique	Plantation des frontières	248-3575	34						
	Jean-Bruno Gagnon (musique)	330-2402	4						
	Librairie Frelix	298-1011	14						
Vêtements, mode/Fashion, etc.	No Bar Code (reliure, etc.)	514-570-8913	18						
	Boutique Nath'Elle	538-0292	3						
	Urbaine des Champs (designers québécois et plus)	538-2573	31						
Hébergement/ Lodging	Woolrich	243-0058	34						
	Gîte Vert le Mont	538-3227	3						
Avec/ With restauration	Les Caprices de Victoria	538-1551	3						
	Auberge des Appalaches	538-5799	17						
	Auberge Le Havre Sutton/Sutton Haven Inn	538-5417	8						
	Auberge Sutton Brouère	538-0005	19						
Métiers, services professionnels	Auberge West Brome	266-7552	33						
	Bruno Poulin (spécialiste en chauffage d'appoint)	531-4742	34						
	Chenil Lac Brome Kennel	243-5587	41						

Boutique Nath'Elle

Vêtements mode pour la femme
active, jeune ou plus âgée

• 2 à 20 ans, extra small à XXlarge

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

Les collections
de l'automne 2017
arrivent!



50% de rabais
sur la collection
printemps-été 2017

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

- Service de retouche
- Dépôt de nettoyage à sec

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

Faire Le Tour

Si vous regardez bien la page couverture, sous le titre, à gauche, se trouve un chiffre : 35#1. Ce chiffre indique que vous avez en main le 1er numéro de la 35^e année d'édition. Le tout premier Tour étant sorti en septembre 1983, nous soufflerons officiellement les bougies à l'automne 2018!

Depuis ses premiers pas, bien des choses ont changé. Notamment dans le processus de production du journal : autrefois, il y avait beaucoup plus de manipulations. Aujourd'hui, presque tout se fait à distance. En plongeant dans les anciennes copies du Tour, il est pourtant étonnant de remarquer à quel point les grands thèmes du journal et les enjeux de la région sont restés sensiblement les mêmes.

Aussi, il est important de souligner que depuis le début, ce sont les annonceurs et les collaborateurs qui font le journal. Sans eux, Le Tour n'existerait pas. À l'ère où certains médias bien établis crient la perte croissante de revenus publicitaires dans l'imprimé et des revenus numériques insuffisants pour compenser, il ne sera pas anodin de célébrer les 35 ans de votre journal local indépendant. Et si ça peut vous rassurer, à l'heure actuelle, la santé du Tour est bonne : les tirages ont augmenté prudemment dans les 2 dernières années et augmenteront encore l'an prochain pour répondre à la demande. Mais comme dans toute chose, rien n'est acquis! On travaille fort pour rester pertinent!

Le début de cette 35^e année commence, entre autres, par le lancement du livre d'un de nos fidèles collaborateurs, Peter Turner. Le vendredi 29 septembre à 19 h, dans le cadre des Journées de la culture, ce dernier lancera à la Salle Alec & Gérard Pelletier un recueil de ses nouvelles, illustré par Stéphane Lemardelé, artiste local. Si vous aimez les versions courtes des histoires de Peter que vous trouvez dans Le Tour, vous serez assurément conquis par les versions originales, ainsi que d'autres histoires inédites, toutes aussi colorées les unes que les autres. Ce sera une belle occasion pour les lecteurs de rencontrer ou de retrouver l'homme d'esprit derrière l'oeuvre.

Autrement, tout au long de l'année, vous trouverez toutes les semaines sur la page Facebook du journal, une découverte faite dans les anciennes copies du Tour. Avis aux âmes nostalgiques, aux amateurs d'histoire et de perspective! Nous y rendrons certainement hommage à plusieurs annonceurs et collaborateurs qui sont là depuis les premières années.

Mais revenons au présent numéro! Celui-ci devrait vous aider à profiter de la magnifique saison de l'automne. N'hésitez pas à sortir de votre confort en optant pour des activités nouvelles : vendanges, vélo de montagne, randonnée, ballade en télésiège ou VéloVolant, cours de poterie parent/enfant, spectacles de musique et visites des galeries. Et pourquoi ne pas vous inscrire à un cours ou à un atelier cet automne? Surveillez notre page Facebook pour les rappels et les activités de dernière minute. Beaucoup de temps y est investi pour vous garder à jour!

Merci de faire Le Tour!

Geneviève Hébert

Making Le Tour

On the front page of Le Tour, under the title on the left, you'll see the number 35#1. This number tells you that you're holding the first edition of the 35th year of Le Tour. The first Tour was published in September 1983 which means that the official anniversary will be celebrated in the fall of 2018.

Since the beginning, some things have changed and others have stayed the same. The production of the paper has undergone drastic changes: practically everything can now be done electronically and then sent to the press. On the other hand, the actual topics and issues addressed in the paper have hardly changed at all. Heather Darch elaborates on that in her article on page...

To this day, it is the advertisers and the contributors who make the paper. Without their support, Le Tour would not exist. At a time when established newspapers are suffering from decreasing advertising revenues in their print media and with insufficient digital revenues to offset the losses, we can proudly celebrate the 35th anniversary of our independent local paper. At this time, Le Tour is doing well, experiencing a slow and steady increase in its circulation over the past two years. Nothing is permanent however! We work hard to stay afloat and remain pertinent!

Our 35th year starts with the launch of a book by Peter Turner, one of our steadfast and much-appreciated contributors. On Friday, September 29th at 7 p.m., during Les Journées de la Culture, Peter will launch a collection of his short stories, illustrated by local artist Stéphane Lemardelé, at the Salle Alec & Gérard Pelletier. If you liked his stories in the paper, you'll certainly enjoy fuller versions of the originals, vivid illustrations and a new story, yet unpublished.

During the rest of our anniversary year, we will share excerpts from old copies of Le Tour every week, on our Facebook page. Nostalgics and history buffs should be satisfied.

The present edition will help you take full advantage of the colourful season coming up. I invite you to step out of your comfort zone and try new activities whether its grape harvest, mountain biking, hiking, riding the chairlift out-of-season or VéloVolant, trying a parent/child pottery class, or going out to a place you've never been to take in a musical venue. And why not sign up to a new class or workshop for a change. It is back-to-school season after all. Stay connected with our Facebook page for reminders and last-minute activities. We do our best, trying to keep you up to date!

Thanks for making Le Tour!

Geneviève Hébert

SOMMAIRE

Comme un château de cartes...	4
Les vendanges sur la Route des vins Brome-Missisquoi	5
NOUVEAU! Des paniers d'hiver à Sutton!	6
L'Arc-en-ciel fête ses 10 ans!	7
Expo Brome Fair 2017	7
Les Arts à la Montagne	8
Savourer les plaisirs automnaux en famille	9
Du vélo de montagne tout en couleurs!	10
Sutton en santé 2017!	10
Le parc Godue : une nouvelle oasis dans le village	11
Brome-Missisquoi et le Net	12
Le SLOW-FASHION : La Fibre et Moi	13
E.L.A.N. : Espace Libre d'Apprentissages Naturels	14
Mais pourquoi donc restaurer ces sentiers?	15
Sutton Jazz, du 16 septembre au 8 octobre	16
Connaissez-vous la Salle Alec et Gérard Pelletier?	16
Sutton en Blues, 16 ^e édition	17
Le Journal Créatif, c'est quoi?	18
Tap Dancing classes for all!	18
Objectif Photo Cantons-de-l'Est	19
L'automne à la Galerie Art Plus	20
Dunham : un automne dynamique qui vaut le détour	21
Arts Sutton, espaces et lumière	22
Rachel Dennis : polyvalence et spontanéité	23
Calendrier régional	24
La Ferme du Haut-Vallon	27
Le frigo d'la voisine	28
Sutton se dote d'un frigo communautaire	29
Wonder Woman	30
La Compagnie Robinson, produits héritage	31
It's About Us - Looking Back at Le Tour's 34 years	32
Héritage Sutton : 35 ans bientôt	33
I scream, you scream, we all scream for...Chocolate!	33
Nos bâtisseurs	34
Reading Ulysses	35
Rewilding	37
Accessible Design	39
Pollution environnementale	40
Joan Matthews, yoga et spiritualité	41
First Love	44

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

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

Éditrice et rédactrice en chef
Geneviève Hébert

Collaborateurs

Isabelle Bergeron, France Blanchet, Christine-Émael Boudrias, Denis Bouvier, Liane Bruneau, Isabelle Capmas, Nathalie Carey, Gabrielle Charbonneau, Andrea Conway, Chloé Chagnon, Sarah Cobb, Micheline Côté, Alain Desjean, Christine Doyon, Heather A. Darch, Olivia Enns, Diana Frizzle, Julie Galipeau, Martin Gendron, Katherine Godbout, Michel Guibord, Geneviève Hébert, Mathilde Hébert, Janna Hubacek, Daniel Laguitton, Stanley Lake, Christina Laterreur, Patricia Lefèvre, Stéphane Lemardelé, Michèle Lepage, Denis Lord, Mariah Mckenney, Anne Mergault, Jeanne Morazain, Brigitte Normandin, Dominique Parent, Annie Rouleau, Jay Sames, Ève Sano-Gélinas, Jean Sicotte, Peter Turner, Ted Yudelton.

Administration

Geneviève Hébert

Correctrices d'épreuves

Geneviève Hébert, Paule Lorin,
Sandra Prévost, Gussy Turner

Ventes

Geneviève Hébert
Louise Charbonneau

Graphisme et montage

Louise Charbonneau

Impression

Transcontinental

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



Coiffure Lise Gervais

Coupe, teinture, balayage, reflets.
Produits naturels sans odeur, sans ammoniaque.
Méthode chevauchée.

Lise et Carmelle Gervais vous accueilleront
du mercredi au samedi
Sur rendez-vous seulement
450 538 3853 ou 450 246 2226

19, promenade Sutton
(en haut du Bistro Beaux Lieux)

LES CAPRICES de Victoria
BED & BREAKFAST

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

Pour nos forfaits ou autres,
consultez notre site Internet

63, Principale Nord,
Sutton

450 538-1551

b.b@capricesdevictoria.qc.ca
www.capricesdevictoria.qc.ca

Gîte Vert Le Mont B&B

"Séjour vraiment magnifique."
Trip Advisor

"Warm welcome, great rooms,
delicious breakfast."
Trip Advisor

*Cinq chambres,
salle de bain privée attenante
* Idéal pour voyageurs, petits groupes
et amis en visite
* Accueil chaleureux
* Forfaits plein air, vélo, randonnée
et kayak

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

Comme un château de cartes...

« Ils ne mouraient pas tous, mais tous étaient frappés », un des vers les mieux connus de Jean de La Fontaine, est tiré de la fable « Les animaux malades de la peste », écrite à la fin du XVII^e siècle. Il fait écho aux terrifiantes épidémies de peste qui ont marqué l'imaginaire collectif depuis l'Antiquité. La « peste noire » ou « grande peste », la plus terrible de ces pandémies, eut, au XIV^e siècle, un impact démographique mondial inégalé depuis. Entre 1347 et 1352, le nombre de morts en Europe fut de 25 à 30 millions, soit plus de 30 % des 85 millions d'habitants que comptait alors ce continent. À l'échelle mondiale, la grande peste fit de 75 à 100 millions de victimes, ce qui équivaldrait à plus d'un milliard de morts aujourd'hui ! La pandémie de grippe espagnole de 1918, parfois citée comme la plus meurtrière de l'histoire, fit environ 75 millions de morts en un an dans le monde, mais la population mondiale dépassait alors le milliard et demi d'habitants, plus de trois fois les 430 millions de 1300. Le SIDA, avec ses 25 millions de morts en 25 ans dans une population mondiale dépassant les 6 milliards, et le cancer avec ses 8 à 10 millions de décès annuels ne sont pas comparables à la peste noire. Seules s'en approchent en termes de virulence et d'impact psychologique collectif, bien que de manière très localisée, les épidémies de choléra et la flambée récente d'Ebola

en Afrique de l'Ouest, avec leur taux extrême de contagion et de létalité.

Le schéma aujourd'hui mieux compris de propagation de la peste noire en situe la source dans le système digestif des puces, obstrué par la bactérie *Yersinia pestis*, ce qui les affame et les incite à mordre davantage. Les puces sautent sur des mammifères, notamment les rats, leur transmettant la bactérie, les rats sautent sur les navires où l'équipage est vite contaminé, et la peste saute ainsi de port en port pour se répandre dans le monde entier. L'épidémie amorcée en Extrême-Orient en 1334 est arrivée aux portes de l'Europe par la route de la soie lorsque les Mongols vinrent, en 1346, assiéger la ville portuaire de Caffa, en Crimée, alors aux mains des marchands génois. Pratiquant un des premiers exemples connus de guerre bactériologique, les assaillants y catapultent les cadavres de leurs pestiférés par-dessus les remparts de la ville, si bien que, quand le siège est levé, faute de combattants, les navires génois quittent le port avec leur cargaison mortelle... Constantinople, Messine, Alexandrie, Venise, Marseille, Bordeaux sont bientôt touchés et, un saut de puce à la fois, le « mal qui répand la terreur » déferle des ports vers les terres pour atteindre l'ensemble des pays du Levant, puis l'Italie, le Maghreb, le Portugal, l'Espagne, la France, l'Angleterre, le Danemark, l'Allemagne, la Scandinavie, la Russie, etc.

D'aucuns diront peut-être « Dieu merci, c'est du passé, nous sommes aujourd'hui à l'abri de telles catastrophes... »

En réalité, une catastrophe plus mortelle encore que la peste noire est en cours à l'échelle mondiale dans les océans où le phytoplancton, une population très diversifiée de bactéries et d'algues invisibles à l'œil nu, constitue la base de la chaîne alimentaire et produit une grande partie de l'oxygène atmosphérique. Or, des études scientifiques récentes montrent que la biomasse de phytoplancton a connu un déclin d'environ 1 % par an depuis un demi-siècle, ce qui, compte tenu du fait qu'il s'agit du premier maillon de la chaîne alimentaire océanique, répand dans les océans une famine plus mortelle encore qu'autrefois la peste sur les continents. Les causes en sont le réchauffement climatique, la pollution et l'acidification des océans, toutes découlant de l'activité humaine. Par effet domino, la disparition de la moitié de l'aliment de base de la vie marine, combinée à une surpêche soutenue par des technologies de plus en plus intrusives et sans cadre juridique efficace, produit un effondrement en série des espèces marines à un rythme tel que l'on prévoit la disparition des espèces exploitées commercialement avant le milieu de ce siècle.



La biodiversité mondiale s'effondre sous nos yeux indifférents comme un château de cartes, car sur les continents la situation n'est pas plus reluisante et la perte d'habitats sauvages sous la poussée du « progrès » est telle qu'une espèce végétale ou animale disparaît aujourd'hui toutes les quinze minutes ! Les scientifiques d'universités prestigieuses annoncent, données à l'appui, que la sixième extinction de masse est en cours à l'échelle planétaire, mais cela ne semble pas particulièrement troubler l'alpha-prédateur.

D'aucuns, pour se donner bonne conscience, vont jusqu'à invoquer certains passages de la Bible, comme ce verset souvent cité de la Genèse dont on a perdu le sens : « Puis Dieu dit : Faisons l'homme à notre image, selon notre ressemblance, et qu'il domine sur les poissons de la mer, sur les oiseaux du ciel, sur le bétail, sur toute la terre, et sur tous les reptiles qui rampent sur la terre » [Gen. 1-26].

Dans *Alliance de feu*, Annick de Souzenelle, écrit à ce sujet que le verbe hébreu traduit par « dominer sur » exprime la notion de « descente ». « Nul ne pourra dominer sur... qui ne sera descendu dans... Il ne s'agit nullement ici de la domination telle que nous l'entendons en projetant sur l'ordre divin notre mental primaire, non purifié; il s'agit d'une intégration des énergies (poissons - oiseau - bétail, etc.) préalablement pénétrées, "épousées", et "nommées" [...]. Ceci implique un rapport d'épousailles, et non de force, selon une qualité d'amour... » Pour mémoire, le verbe « dominer » a pour racine « domus », la maison; « domicile » et « domestiquer » en sont dérivés. Dominer, c'est habiter la maison commune, et non la vandaliser.

Réapprendre à conjuguer le verbe « dominer » en descendant humblement de manière conviviale dans la maison commune serait une bien belle manière de redéfinir le progrès.

Daniel Laguitton

Atelier de
MOSAÏQUE
de Dunham

UN LIEU:
Pour découvrir
le monde de
la mosaïque
&
Pour exercer
vos talents
artistiques.

www.ateliermosaiquedunham.com
450.204.7429

Native Ocean
Jean-Bruno Gagnon
Ève Sano-Gélinas

70 minutes dans un
murmure d'océan

www.musicdream.sitew.com

CD - Maintenant disponible

Les vendanges sur la Route des vins Brome-Missisquoi

Le sens de l'hospitalité représente bien les 22 vignobles qui bordent la Route des vins Brome-Missisquoi. Vous y serez toujours bien accueillis et pourrez même participer aux vendanges chez certains d'entre eux. Voici deux parcours et quelques arrêts à faire durant votre tournée automnale.

À partir de Shefford

Parcours 1. De Shefford à Brigham. Environ 30 km. À Shefford, le dernier-né des vignobles, La Belle alliance, a ouvert ses portes cet été. Entre autres, des cépages de Chardonnay, de Vidal, et de Frontenac blanc, noir et gris. À découvrir. Un peu au sud, à Lac-Brome, allez passer une heure chez Léon Courville, vigneron. Vous tomberez en amour avec leurs produits. Si vous avez réservé, vous pourrez aussi participer aux vendanges durant l'unique journée organisée pour cette activité. Non loin de là, à Sutton, un crochet au Domaine Bresee vous permettra de prendre part aux activités liées aux vendanges, incluant un souper Méchoui.

Selon votre rythme et votre humeur, nous vous encourageons à continuer jusqu'à Brigham où se trouve le Vignoble de la Bauge, où les vendanges seront également à l'honneur et où vous pourrez même faire de l'équitation grâce à la collaboration du Ranch Au gré du vent. Au vignoble de la Grenouille, à 10 minutes de là, à Cowansville, la cueillette des raisins constitue également une activité à laquelle est convié le public. En prime : d'excellents produits à déguster!

À partir de Dunham

Parcours 2. De Dunham à Saint-Armand. Environ 30 km. À Dunham, qui accueille à elle seule une dizaine de vignobles, vous vous trouvez au cœur même de la région viticole. Vous aurez donc l'embarras du choix quant aux endroits et aux produits à découvrir. Par exemple, le vignoble Val Caudalies, le seul à offrir un vermouth doux, où vous pourrez profiter des 5 km de sentiers pédestres et admirer le mont Pinacle. À découvrir aussi, le Vignoble de l'Orpailleur et son excellent restaurant Le Tire-Bouchon ainsi qu'UNION LIBRE cidre et vin et son fameux cidre de feu. À noter qu'en faisant un détour au Vignoble du Ruisseau, vous trouverez des cépages que vous ne trouverez pas ailleurs au Québec, en raison notamment de la façon unique qu'ils ont de cultiver les raisins, et où la géothermie joue un rôle important.



Photo du Domaine du Ridge

Enfin, si vous avez envie de contribuer aux prochaines mises en bouteille de façon originale, vous êtes invités à aller fouler de vos pieds nus les raisins, dans un fouloir traditionnel au Domaine du Ridge, à Saint-Armand.

Quels que soient le parcours que vous choisirez d'emprunter et les vignobles dans lesquels vous vous arrêterez, vous êtes assurés de croiser des paysages exceptionnels, des artisans à découvrir, de délicieux restaurants et de nombreuses boutiques gourmandes où vous concocter un pique-nique digne de ce nom. À noter d'ailleurs que la plupart des vignobles disposent de tables

extérieures. Bref, votre aventure oenotouristique sera assurément mémorable!

À noter : les horaires et les coûts des activités dans chacun des vignobles peuvent varier, aussi nous vous conseillons de consulter leur site Web respectif ou de téléphoner pour planifier votre visite.

Dégustations durant le Festival d'automne

Vous manquez de temps pour faire le tour de tous les vignobles qui composent la Route des vins? Qu'à cela ne tienne, rendez-vous au Festival d'automne Mont SUTTON, tous les week-ends, du 16 septembre au 15 octobre. Un kiosque de la Route des vins sera là pour vous faire déguster leurs produits. Ne manquez pas non plus l'occasion d'emprunter le télé-siège pour une perspective unique et chaudement colorée des paysages automnaux. Pour plus d'info : montsutton.com/activite/festival-dautomne.

Devenez vigneron d'un jour!

Si vous préférez confier l'organisation de vos visites à des gens qui s'y connaissent, Kava Tours est passé maître dans les excursions guidées sur la Route des vins. De plus, l'entreprise propose, durant toute la période des vendanges, une excursion intitulée « Vigneron d'un jour » durant laquelle vous serez invité à découvrir et à participer à tout le processus des vendanges dans un des trois vignobles participants. Informez-vous!

Pour plus de renseignements, consultez le site laroutedesvins.ca.

Isabelle Bergeron, rédactrice pour Tourisme Cantons-de-l'Est

VIGNOBLE
Chapelle Ste Agnès

Visites • Événements • Hébergement
2565 ch. SCENIC, SUTTON, QC 450-538-0303
WWW.VINDEGLACE.COM

DB
VIGNOBLE DOMAINE BRESEE

Participez aux vendanges!
Samedis 16, 23 et 30 septembre, à partir de 10h
(Formation, repas, verre de vin, musiciens, tirage et feux de camp en soirée)
Réservez au 450 538-3303

Come harvest with us!
Saturdays September 16, 23 and 30, starting at 10 am
(Training, meal, glass of wine, live musicians, prizes, and camp fire in the evening)
Please reserve at 450 538-3303

**UNION
LIBRE**
CIDRE & VIN
DUNHAM

Venez vivre une expérience enrichissante!

VENDANGES 2017 CHEZ UNION LIBRE CIDRE & VIN

Une journée complète de vendange entrecoupé d'un lunch offert.

**REPARTEZ AVEC UNE BOUTEILLE DE VIN
À LA FIN DE LA JOURNÉE!**

Weekend fin septembre & début octobre : dates à confirmer.

RÉSERVATION REQUISE

T. 450 295.2223 • info@unionlibre.com

unionlibre.com

LB

Avocats inc.

À LA RECHERCHE DE
SPÉCIALISTES
EN DROIT FAMILIAL?



MAÎTRE EMMANUELLE FLEURY, LL.B.
MAÎTRE ROBERT D. BRISEBOIS, LL.B.
MAÎTRE CAROLINE ROSA, LL.B.

VOUS VENEZ DE TROUVER
VOTRE ÉQUIPE

LB Avocats inc.

UNE ÉQUIPE
UN PARTENAIRE

AIDE JURIDIQUE ACCEPTÉE ■ SERVICE BILINGUE

201-170, rue de Sherbrooke, Cowansville | 450 266-1700

www.lbaavocats.com

NOUVEAU! Des paniers d'hiver à Sutton!



mai. En vous abonnant aux Bio Locaux, vous avez la possibilité :

- de choisir le format de votre panier (petit ou gros);
- de modifier votre calendrier de livraison en fonction de vos vacances;
- d'échanger un légume que vous aimez moins contre un autre légume qui se trouve dans le panier d'échange;
- de vous procurer des aliments complémentaires biologiques et locaux (viande, farine, pain et huile).

Quel plaisir que le temps estival! C'est le temps des vacances, de la chaleur, les platebandes sont remplies de fleurs et c'est aussi le temps des marchés! Avec les producteurs locaux qui y vendent des produits biologiques, frais et savoureux. Alors, on se régale, on invite nos amis à manger. C'est la fête! Puis tranquillement, l'hiver arrive, avec le froid et la neige. Et vient le temps de manger... des légumes de la Californie? Non! Bien sûr que non! Manger des légumes biologiques, locaux et savoureux c'est possible, même l'hiver, grâce aux Bio Locaux.

Les Bio Locaux sont un regroupement de fermiers de famille qui, ensemble, réussissent à fournir toutes les deux semaines des paniers de légumes biologiques, locaux et savoureux, de la mi-novembre au début du mois de

Ces deux derniers hivers, les Bio Locaux ont desservi plus de 1000 familles sur l'île de Montréal et ses périphéries (Longueuil et Saint-Hubert).

Afin de favoriser l'accès aux légumes biologiques et locaux en saison hivernale, les Potagers des nues mains, une des fermes fondatrices des Bio Locaux, vous offrent la livraison ici à Sutton moyennant un frais de 2 \$ à 3 \$/livraison (selon le nombre de participants). Pour que ce projet fonctionne, il faut avoir au moins 50 inscriptions. Si vous souhaitez recevoir un panier de légumes biologiques cet hiver, écrivez à : coordination@biolocaux.coop.

Pour plus d'information, consultez hiver.biolocaux.coop/paniers-d-hiver

Christina Laterreur

**Acheter un chauffe-eau
pour la dernière fois...**

Ça vous intéresse?

**Buy a water heater
for the last time...**

Does that make sense to you?



**Recevez 125\$* pour l'installation
de votre chauffe-eau Marathon
de 60 gallons.**

La garantie à vie** et la conception des chauffe-eau Marathon font une différence.

* Détails disponibles en magasin. La promotion se termine le 15 septembre 2017.

** Communiquer avec Paul - Ext. 239 pour information

**Offer of 125\$* rebate for
the installation of your 60 gallons
Marathon water heater.**

The lifetime warranty** and design of Marathon water heater make a difference.

* Details available in store. Promotion ends on September 15th, 2017

** Call Paul - Ext. 239 for information

**PLOMBERIE
Goyer
PLUMBING INC.**

**75
ANS / YEARS**

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

150, rue Sherbrooke, Cowansville, QC • 450 263-2226 • plomberiegoyer.com



L'Arc-en-ciel fête ses 10 ans!

On y vient seul, à deux, en couple, en groupe, peu importe, du moment que l'on recherche le calme et la nature. « Les bénéfices des espaces verts sur la santé sont nombreux, connus et documentés (...). Au Japon, les "bains de forêt" (shinrin-yoku) sont considérés comme une activité majeure de relaxation. »¹ « Vous partez dans la forêt, vous marchez, vous ne pensez à rien (...) Et il y a quelque chose qui se passe » témoigne Hubert Reeves.²

Le centre offre plusieurs ateliers, retraites ou séminaires tout au long de l'année, mais aussi des séjours de repos en tout temps, pour refaire le plein d'énergie grâce à la nature. L'été, c'est l'observation des oiseaux aux mangeoires sur la terrasse, la sieste dans un hamac ou encore le séjour en camping sauvage si l'on préfère vivre plus près de la nature. L'automne, c'est une vue imprenable sur les montagnes dans les tons d'orange, de jaune, de vert, afin de faire d'incroyablement belles photos. L'hiver, ce sont les balades en raquettes dans

les grands espaces blancs et silencieux, la piscine intérieure chauffée et le feu dans la cheminée. De plus, le centre loue aussi ses lieux à des groupes qui cherchent le calme, la beauté, la rencontre avec soi et avec l'autre.

Le dimanche 27 août prochain, l'équipe de L'Arc-en-ciel vous invite à venir fêter ses 10 ans lors d'une épiluchette de blé d'Inde sous le grand chapiteau. Des activités se dérouleront de 10 h à 16 h (marches guidées en forêt, courtes animations sur les rêves et sur le chamanisme). **Et c'est gratuit!** Vous n'avez qu'à confirmer votre présence au 450 538-0333. Pour en connaître davantage, visitez larcenciel.org.

1 Sophie Allard. *Shinrin-yoku, prendre un bain de forêt*. La Presse, 10 mai 2016.
2 Pascal Leygoutte. *Hubert Reeves. La Puisaye sous une bonne étoile*. Passion Rando. Automne 2014.

Michèle Lepage

Le 27 août prochain, le Centre de ressourcement L'Arc-en-ciel fêtera ses 10 ans d'existence au 567 chemin McCullough à Sutton; 185 acres de paradis en pleine nature dédiés à toutes celles et ceux qui recherchent la tranquillité.

En balade sur le chemin McCullough, vous pouvez apercevoir une petite auberge nichée sur le flan d'une colline. Un écriteau vous accueille : **L'Arc-en-ciel, centre de ressourcement**, et un chemin sinueux vous amène tout en haut de la côte. Là, le silence et la nature vous attendent, sitôt que vous descendez de l'auto.

EXPO BROME FAIR 2017

Le weekend de la fête du Travail arrive à grands pas et les administrateurs de la Société d'agriculture du Comté de Brome sont déjà en pleine préparation pour Expo Brome Fair.

Quelques nouvelles activités sont prévues pour célébrer le 150^e anniversaire du Canada. Notre secteur horticole vous en mettra plein la vue avec son nouveau concours de jardins de fleurs extérieurs. Des photographies seront en exposition afin de bien illustrer le travail de nos jardiniers amateurs. Il ne faut surtout pas oublier le secteur « artisanat » auquel s'ajoute une classe spéciale de courtépintes pour le 150^e du Canada.

Encore cette année, notre petite

estrade mettra en valeur les talents locaux. Le *Barn Dance* qui connaît un grand succès sera de retour vendredi soir, avec nul autre que le BOUTY HUNTERS BAND. Samedi soir, nous aurons les « tirs de camions et de tracteurs modifiés ». Dimanche soir, le populaire COLD CREEK COUNTY BAND sera à l'affiche sur la grande estrade. Lundi, les courses de chevaux Pari-Mutuel seront de retour.

Venez contempler le travail extraordinaire du sculpteur de sable Stéphane Robert, sur place vendredi et samedi afin de perfectionner son œuvre qui sera en exposition dimanche et lundi! Les concours provinciaux de chèvres, moutons, bovins et chevaux seront encore présen-

tés. Les plus beaux animaux seront là!

Nos directeurs travaillent d'arrache-pied afin de vous offrir une grande variété culinaire. Nous ajouterons cette année des mets mexicains et vietnamiens à notre liste. Notez que le plancher de l'édifice d'horticulture sera neuf et sécuritaire et qu'il y aura une exposition de nos photos et objets historiques dans une bâtisse en bois rond. Beauce Carnaval sera encore de la partie avec 21 manèges plus excitants les uns que les autres!

À la fête du Travail, tous les chemins mènent à l'Expo Brome Fair : bromefair.com.

Diana Frizzle

L'Arc-en-Ciel fête ses 10 ans à Sutton

Venez fêter avec nous!

Épiluchette et activités gratuites

Le 27 août de 10 h à 16 h

Confirmer avant le 24 août votre présence

CENTRE DE RESSOURCEMENT EN PLEINE NATURE

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

Abercorn

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

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

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

Boulangerie Croissanterie

450.538.6453

15 rue Thibeault N. Abercorn QC J0E 2K0

Sept. 1, 2, 3 & 4 2017

Fun for all the Family! Plaisir pour tous!

EXPO BROME FAIR DEPUIS - SINCE 1856

FREE GRANDSTAND SHOWS SPECTACLES GRATUITS

1, 2, 3 et 4 sept. 2017

Barn Dance Friday at 8pm
Courses de chevaux Lundi 13h

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

axion Canadian Heritage Patrimoine canadien MAX GAGNÉ Agri-Transports agricoles Canada Budweiser ASSOCIATION DES EXPOSITIONS AGRICOLES DU QUÉBEC Agriculture, Pêcheries et Alimentation Québec M105 FM 104.1 pepsi

Les Arts à la Montagne

L'École de Ballet Classique Sutton

INSCRIPTION
2017-2018



Inscription en ligne
[fb.com/BalletClassiqueSutton](https://www.facebook.com/BalletClassiqueSutton)

Information : (450) 531-3315

balletsutton@gmail.com

En tant que skieurs, randonneurs et maintenant cyclistes, vous avez sûrement déjà croisé sur votre parcours la famille de porcs-épics, œuvre collective de Daniel Haché, Nicole Côté et Denis Boulanger. Ces sculptures sont présentes grâce à l'organisme « Les Arts à la Montagne » et à la collaboration de la direction du Mont SUTTON. Les Arts à la montagne réalise des collectes de fonds afin de promouvoir et de soutenir le travail des sculpteurs de la région. L'organisme voit Sutton comme une destination où la nature et la culture s'entrecroisent. Dans leur idéal, la montagne deviendrait un musée à ciel ouvert, attrait incontournable pour les visiteurs de la station et ce, les quatre saisons durant. Notez que l'installation des œuvres est exécutée en préservant le caractère particulier des sites et de l'environnement.

D'ailleurs, les artistes-sculpteurs de Brome-Missisquoi seront invités cet automne à soumettre leur projet afin de trouver la prochaine œuvre qui viendra nicher dans la montagne. La toute dernière, une magnifique chouette lapone créée et réalisée par Marek Latzmann, a pris place près de la remontée mécanique no 2 en juillet dernier. La chouette est constituée de dix pneus recyclés. Perchée sur la branche d'un magnifique *Betula Alleghaniensis*, communément appelé bouleau jaune ou merisier, elle est splendide!

Parmi les œuvres déjà existantes, vous remarquerez un beau grand pic positionné le long de la remontée no 7, au milieu d'un arbre. L'œuvre en bois est la création du duo Anik Kelly et Daniel Haché. Ce fut la première à voir le jour. Ces deux artistes sont aussi à l'origine de l'ourson situé à la croisée des pistes Alouette et Sous-Bois II. Celui-ci est bien agrippé au tronc d'un arbre, feignant une ascension.



Chouette Lapone de Marek Latzmann

Sarah, la maman porc-épic en bois de Daniel Haché et son rejeton Cédrique en céramique de Nicole Côté sont situés dans le haut d'un arbre à l'entrée des sous-bois Youppe-Youppe et Challenge. Les épines de la maman porc-épic étaient à l'origine des bâtons de ski. Le bébé, quant à lui, est lové dans un utérus d'aluminium réalisé par un artisan d'Abercorn. Rock le porc-épic fait de pierre (Denis Boulanger) et Rick le bébé porc-épic en céramique (Nicole Côté) mangent des skis rouges. Ils sont juchés dans un escarpement rocheux à gauche du corridor Youppe-Youppe en descendant.

La chasse aux sculptures rehausse l'expérience en montagne et amuse autant les tout-petits que les grands. Elle permet de surcroît de faire découvrir l'entité du domaine montagneux aux personnes n'ayant jamais fréquenté la station.

Prenez bien note que la prochaine collecte de fonds de l'organisme « Les Arts à la Montagne » aura lieu le samedi 27 janvier 2018. L'évènement se déroulera au chalet principal du Mont SUTTON. La formule qui sera retenue est encore à déterminer; mais je vous annonce la présence de Mademoiselle et de son groupe au Bar Le Tucker situé à l'étage supérieur du chalet principal. Ce dernier est reconnu pour attirer des foules record un vendredi par mois pour les 5 à 7. Son ambiance électrisante donne le diable au corps. Un évènement à ne pas manquer! Restez à l'affût pour les détails de la soirée sur la page **Facebook Les Arts à la Montagne**.

Au plaisir de vous y rencontrer!

Nathalie Carey

NOUVEAU RESTAURANT

Auberge Le Havre Sutton • Restaurant & Bar



Auberge, restaurant familial & bar
chaleureux & accueillant!

*Inn, Family style Restaurant & Bar
Warm and Welcoming!*

Heures d'ouvertures / *Opening Hours:*
jeudi, vendredi, samedi 17h à 21h30
Thursday, Friday & Saturday 5:00pm to 9:30pm
dimanche & lundi 17h à 20h
Sunday & Monday 5:00pm to 8:00pm

Débutera au mois d'août / Starting in August:
Brunch chaque troisième dimanche du mois! 11h à 13h
Brunch every third Sunday! 11:00am to 1:00pm

435 rue Maple, Sutton Qc J0E 2K0
450-538-7417

Regardez en ligne pour notre menu de la semaine!
Check out our weekly menu online!

aubergelehavresutton.com

NEW RESTAURANT

Sutton' Haven Inn • Restaurant & Bar

Savourer les plaisirs automnaux en famille



Le Festival d'automne 2017 promet de vous faire découvrir les plaisirs automnaux en famille au grand air. Pendant cinq week-ends, **du 16 septembre au 15 octobre**, le Mont SUTTON se met une fois de plus en mode automne afin de célébrer les couleurs avec une tonne d'activités gratuites pour tous. En famille, entre amis ou en couple, c'est le rendez-vous de ceux qui souhaitent flâner au pied des pistes en bricolant au son d'un chansonnier et des amateurs de plein air qui souhaitent redécouvrir la montagne d'une autre façon avant les premiers flocons.

La programmation promet des activités variées parfaites pour toute la famille! Découvrez les saveurs des vins locaux avec la Route des vins, laissez vos enfants devenir aventuriers sur nos parcours d'hébertisme, profitez d'une randonnée guidée dans les sentiers du Parc d'environnement naturel de Sutton, regardez vos tout-petits faire des bricolages... et beaucoup plus!

En empruntant le télésiège pour voir les magnifiques panoramas automnaux des Cantons-de-l'Est, vous aurez le plaisir d'apercevoir la toute nouvelle addition de les Arts à la Montagne. En effet, une superbe chouette, création de l'artiste sculpteur Marek Latzmann, se cache quelque part dans les arbres de la Sutton-Ik. Serez-vous la repérer?

De leur côté, les nouveaux sentiers de vélo de montagne de Plein Air Sutton promettent de vous faire découvrir les couleurs de l'automne d'une toute nouvelle façon. En plus de cette grande nouveauté de l'été, essayez le tout nouveau parc d'habiletés. Si vous n'avez pas votre vélo, la Boutique Expérience SUTTON a une flotte de plusieurs modèles, même des vélos électriques, pour vous permettre de savourer cette nouveauté comme il se doit.

Le Festival d'automne, c'est également le moment parfait pour commencer à préparer la saison de ski. Renouvelez votre équipement à la grande vente d'entrepôt de la Boutique Expérience SUTTON et jetez un coup d'œil aux nouveaux arrivages 2017-2018. Passez au comptoir de l'École de glisse afin de regarder les programmes de la prochaine saison et de réserver votre plage horaire idéale.

Quelles activités choisirez-vous... faire une randonnée pour admirer les couleurs d'automne, manger une pomme fraîchement cueillie de la région, écouter un spectacle de musique en plein air, faire une balade en télésiège? Venez vous amuser au Festival d'automne du Mont SUTTON!

Vous trouverez la programmation complète à montsutton.com/automne.



École
d'art de
Sutton

Sutton
School
of Art

Autumn/Winter Program
Programme Automne/Hiver

514.690.2972

[Facebook.com/coleartsutton/](https://www.facebook.com/coleartsutton/)



FESTIVAL D'AUTOMNE

Couleurs et activités en plein air

Une présentation de



Tous les week-ends
du 16 septembre
au 15 octobre

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



Café Terrasse

Le Cafetier
SUTTON

Ouvert tous les jours
de 7h à 19h

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

Du vélo de montagne tout en couleurs!

Pédaler dans la forêt, loin de la route, c'est «cool», mais encore plus quand la toile de fond revêt ses couleurs d'automne.

Pour l'été et l'automne, l'accueil et le départ de ce nouveau réseau sont au Mont SUTTON à la Boutique Expérience, de 10 h à 16 h tous les jours jusqu'au 4 septembre, suivi des week-ends jusqu'au 29 octobre. Tout y est : la stationnement, la billetterie, la carte des sentiers, les toilettes, la station de lavage de vélo et un petit coin casse-croûte. Pour cette première saison, le prix d'accès quotidien est de 10 \$.
(pleinairsutton.ca/p/tarifs.html)

Situé dans une forêt centenaire sur le massif des monts Sutton, le réseau totalise 25 km de sentiers *cross-country*, familial à expert, *double track* et *single track*. Des sentiers d'action et de défis, en montagne et non sur la route. On monte, on descend, on tourne, on s'attend, on s'amuse et surtout on en parle aux amis et on s'organise pour revenir! D'ailleurs, tout au long de la journée d'ouverture, le 17 juin dernier, plus de 300 personnes (dont plusieurs de l'extérieur de la région) ont pédalé les nouveaux sentiers.

Pour ceux qui n'ont pas de vélos de montagne, il est possible d'en louer à la Boutique Expérience au Mont SUTTON (montsutton.com/location-de-velos-de-montagne). Une occasion unique, facile et peu coûteuse pour l'essayer.

Au programme des activités, il ne faut pas manquer la tenue du *Marin Wildside Enduro* à Plein Air Sutton/MTB les 23-



Photo Martin Bouvier

24 septembre prochain : wildsideenduro.com/race6_mtsutton_fr.php.

Les bénévoles de l'équipe « Les Têtes de pioches » ne ménagent pas leurs efforts. Le travail de création et de préparation des sentiers a débuté dès la fonte des neiges et se poursuit encore aujourd'hui avec l'entretien, principalement pour contrer l'accumulation d'eau due aux nombreuses pluies abondantes depuis le début de l'été.

Comme dans tous les autres réseaux de vélo de montagne, que ce soit au Québec, dans l'Ouest canadien, aux États-Unis et ailleurs, il est très important de ne jamais emprunter les sentiers boueux afin de les protéger et de leur permettre de sécher sans créer d'érosion. En cas de doute, il est recommandé de s'informer au (450) 538-2545, #4. Merci de respecter cette consigne fondamentale.

Au plaisir de vous croiser sur nos sentiers!

L'équipe de Plein air Sutton/MTB

Poterie Studio Qita Pottery

Ateliers de poterie ADULTE & ENFANT ADULT & CHILD pottery workshops

30\$ par projet tout compris (atelier, argile, glaçure et cuisson)
30\$ per project all included (workshop, clay, glaze and firing)

Samedi/Saturday 30 Sept, 1:30pm-3pm
Dimanche/Sunday 29 Oct, 1:30pm-3pm
Dimanche/Sunday 12 Nov, 1:30pm-3pm
Dimanche/Sunday 10 Dec, 1:30pm-3pm

Cours de poterie de groupe pour adulte Group pottery courses for Adults

5 SEMAINES/WEEKS

*tournage et façonnage/wheel-throwing and hand-building
125\$ + (70\$ pour les matériaux/ for materials)

Jeudis/Thursdays, 28 Sept - 26 Oct
A) 9:30am-12pm B) 6pm-8:30pm

Jeudis/Thursdays, 2 Nov - 5 Dec
A) 9:30am-12pm B) 6pm-8:30pm

*pour plus d'infos: qitare@gmail.com ou **STUDIO QITA** sur Facebook
*for more info: qitare@gmail.com or Facebook **STUDIO QITA**



Sutton en santé 2017!

Nous vous invitons pour la 2^e édition de *Sutton en santé!*, le **samedi 30 septembre à partir de 9 h** à la Coop Gym Santé Sutton au 50, Principale Nord. Activités de découverte et de familiarisation pour adultes et enfants. Rencontrez nos thérapeutes et entraîneurs. Essayez différents types d'entraînement (Spinning, TRX), de cours (Zumba) et d'étirements (E.L.D.O.A.). Découvrez l'école Shaolin Wuji. Participez à la marche/course de 1 km ou 2 km avec les élèves de 5^e année de l'École de Sutton. Mini conférences santé, repas santé sur place et kiosques d'information. *Une belle journée pour s'occuper de soi! En famille et entre amis!*



Lyne Bessette

Man/Woman Lac-Mégantic Xtrême Triathlon et se méritait la première place chez les femmes et la 10^e place «overall»: 3,8 km de nage dans le lac Mégantic, 180 km de vélo avec un dénivelé de 2500 mètres, 42,2 km de course en sentiers avec un dénivelé de 1200 mètres et arrivée à l'observatoire au sommet du mont Mégantic! En septembre prochain, Lyne participera

pour la 4^e année au Raid international Gaspésie, course à étapes et en équipe: 300 km sur 3 jours, orientation, vélo de montagne, canot, nage en mer et en rivière, épreuves de cordes, bref, tout un exploit!

En soirée, ne manquez pas la conférence de notre *Lyne Bessette* nationale à 19 h à l'École de Sutton. Lyne, native de Knowlton, est plus de dix fois championne canadienne toutes disciplines confondues. Elle a représenté le Canada aux Jeux olympiques de 2000 et 2004 à vélo. En 2012, elle gagne la médaille d'or en tandem lors des Jeux paralympiques de Londres. Le 9 juillet dernier, Lyne participait au premier Canada

Plus près de chez nous, le dimanche 1^{er} octobre, plus de 300 cyclistes participeront à la cyclosportive « Les cent à B-7 », à la découverte des routes d'entraînement de Lyne. Venez entendre ce qui motive cette athlète accomplie dans plusieurs disciplines. Billets 20 \$ en vente à la Coop Gym Santé Sutton. 450 538-0313.

Liane Bruneau

Le parc Godue : une nouvelle oasis dans le village de Sutton



Le parc Godue est situé sur la rue Maple, sur la gauche, juste avant la rue Highland en montant vers la station de ski. À première vue, ce n'est qu'un petit espace vert agrémenté d'une table à pique-nique qui jouxte l'ancien moulin récemment repeint. Mais lorsqu'on regarde de plus près, on y découvre un belvédère d'observation qui surplombe une superbe gorge d'une profondeur d'environ 15 mètres. Ce milieu est peu accessible en raison des sols peu profonds et des escarpements rocheux abritant une végétation précaire. Mais c'est cet environnement que l'ancien Bureau du tourisme et de congrès de Sutton (BTCS) voulait initialement mettre en valeur au bénéfice de la population locale et touristique tout en le protégeant adéquatement pour les générations futures.

De 1985 à 1987, le BTCS a exploré diverses avenues pour le développement du site. On a d'abord effectué la réfection de l'ancien bureau du moulin, démolit les petits bâtiments secondaires et construit le belvédère d'observation. La Ville de Sutton a ensuite établi l'embryon du parc Godue constitué d'un modeste stationnement et d'une table à pique-nique. En 2002, le BTCS a intégré une partie de ses terrains qui a engendré le parc Godue actuel.

Le projet a récemment été relancé par Denis Boulanger, éditeur du journal Le Tour maintenant à la retraite. Il y a 2 ans, Denis a donc entamé les démarches pour désenclaver le côté nord du parc Godue afin d'obtenir un droit de passage pour y accéder. L'accès au parc, à partir de la rue Hill Top (à laquelle on accède par la rue Highland), a été octroyé par la commission scolaire Eastern Townships à la fin du mois d'avril 2017. Puis, le 17 mai dernier, la municipalité de Sutton a accordé son autorisation pour le nettoyage de la forêt du côté nord du parc, l'aménagement d'un sentier en lacet dans l'escarpement, etc. Denis Boulanger, Yvon Fleury, Normand Goulet, Daniel Desjardins, Pierre Bigeault, André Forest, Réal Michon, Jean-Marc Lareau ont bénévolement entrepris les travaux le 1^{er} juin et le résultat vaut le détour.

Grâce à eux, vous pouvez désormais accéder aux nouveaux aménagements à partir de l'extrémité de la rue Hill Top et de la cour des grands de l'École de Sutton. En plus de rendre les lieux propres et sécuritaires et de créer un sentier qui permet aux visiteurs de se rendre à proximité de la rivière Sutton, l'accès

ouvre la voie à un espace tranquille et à un amphithéâtre naturel où on a installé deux tables à pique-nique et cinq premiers bancs commémoratifs (d'autres sont à venir). D'ailleurs, les personnes ou entreprises qui voudraient commanditer un banc peuvent communiquer avec les responsables afin de déterminer l'emplacement, l'inscription, etc. Le coût actuel est de 350 \$ le banc, installation comprise (taxes en sus).

Ce côté nord du parc offre donc maintenant un endroit paisible d'une grande beauté pour la contemplation, la méditation, la lecture ou la conversation.

Un groupe de personnes se penche actuellement sur un plan de développement global du site pour en proposer la réalisation à la Ville. Entre autres, on envisage un sentier du côté sud de la rivière pour accéder à la gorge, l'installation d'une passerelle à même la paroi et un pont suspendu pour joindre directement le côté sud au côté nord (voir croquis de Stéphane Lemardelé).

Pour en savoir davantage sur l'historique du site, le projet et sa progression, visitez parcgodue.org ou communiquez avec Denis Boulanger à info@parcgodue.org.

Geneviève Hébert

Simon Riel
A P I C U L T E U R
450 538-2970
32 ch. Schweizer, Sutton, QC J0E 2K0

TARIFS MEMBERSHIP 2018			
INDIVIDUEL			
7 JOURS			1,286.25 \$
5 JOURS + Fériés + dimanche après 14 h			1,107.75 \$
5 JOURS (semaine)			997.50 \$
7 JOURS avant 8 h et après 14 h			599.00 \$
Membre après 14 h			529.00 \$
COUPLE			
7 JOURS			2,415.00 \$
5 JOURS + Fériés + dimanche après 14 h			2,157.75 \$
5 JOURS (semaine)			1,942.50 \$
RELÈVE			
19-25 ans			500.00 \$
26-32 ans			625.00 \$
Junior			150.00 \$
VOITURETTE			
Demi-voiturette illimité : 550\$		10 demi-voiturettes : 100\$	
VISITEUR			
18 TROUS	LUNDI AU VENDREDI	SAM-DIM + FÉRIÉS	
AVANT 14 h	29.00 \$	39.00 \$	
APRÈS 14 h	24.00 \$	29.00 \$	
APRÈS 16 h	19.00 \$	19.00 \$	
18 TROUS avec voiturette	LUNDI AU VENDREDI	SAM-DIM + FÉRIÉS	
AVANT 14 h	39.00 \$	49.00 \$	
APRÈS 14 h	29.00 \$	35.00 \$	
APRÈS 16 h	25.00 \$	29.00 \$	
9 trous lundi au dimanche + Fériés		22.00 \$	
Voiturette : 18 trous : 15\$/personne		9 trous : 9\$/personne	
<small>Taxes en sus sur tous les prix. Sujet à changement sans préavis.</small>			

Payez votre membership 2018 maintenant et jouez le reste de la saison 2017 gratuitement!

ESPACE mosaik MOBILIER EXCLUSIF

Vente d'inventaire Jusqu'à 50% de réduction

2, 3 et 4 septembre
365A, Route 139 Nord, Sutton

Ébénisterie sur mesure à Sutton
Vente de bois "live edge"
www.espacemosaik.com
RBQ # 8242-8798-55

Jean Prud'homme
tel. 450.522.0844
jean@espacemosaik.com

Brome-Missisquoi et le Net

Aucun autre média n'offre des délais de diffusion aussi courts et un mode de production aussi démocratique qu'Internet. Brome-Missisquoi possède son lot de ressources dans ce créneau, ressources qui donnent accès à des infos de tous poils, de l'achat d'un support à vélo usagé jusqu'aux soins de fin de vie en passant par le jour des vidanges et les meilleurs plans « danse » de la fin de semaine. Brome-Missisquoi sur le Net donc, un tour d'horizon non exhaustif.

Les infolettres

Le chic avec elles, c'est qu'une fois qu'on s'y est inscrit, elles entrent automatiquement dans nos courriels. Celle du Centre d'action bénévole de Sutton s'appelle Ressource Famille Sutton. Elle est bilingue, hebdomadaire et foisonnante : sofa gratuit, emploi, atelier sur le rire et tutti quanti. Pour s'inscrire : ressource.famille.sutton@gmail.com.

Tourisme Brome-Missisquoi (tourismebrome-missisquoi.ca/) possède également une infolettre qui vous informe sur les activités et lieux de sortie. Maintes localités de notre municipalité régionale de comté (MRC) utilisent également l'infolettre pour informer les citoyens sur les assemblées générales, les permis et les services municipaux. C'est le cas de Dunham (ville.dunham.qc.ca/fr/infolettre) et de Lac-Brome (ville.lac-brome.qc.ca/fr/infolettre-3). Le Centre local de développement de Brome-Missisquoi (brome-missisquoi.ca) est aussi une bonne source d'infos économiques, entrepreneuriales, environnementales et communautaires. Quant aux entrepreneurs, ils ne manqueront pas de suivre la Chambre de commerce de Brome-Missisquoi (cccr.quebec/inscription-a-linfolettre).

Facebook

Que dire de Facebook qui n'ait déjà été dit, redit et dédit? Beaucoup de ressources, ici mon ami! À elle seule, la page Sutton Ami compte 2120 membres. C'est la meilleure buanderie pour laver son linge sale en famille, et elle vaut d'ailleurs bien des soaps américains. Nonobstant, vous y trouverez toujours quelqu'un qui arrosera vos plantes pendant votre voyage aux Galapagos, un accordeur de viole de gambe ou des références pour un hygiéniste dentaire. Un incontournable médium et miroir de la communauté. Sutton a aussi un groupe de covoiturage, un groupe pour le logement, et le fameux *Évènements granos, spirit, alternatifs de Sutton et environs*.



D'autres communautés de notre MRC sont également représentées sur Facebook, c'est le cas de Frelighsburg et de Bedford, de Lac-Brome et de son Brome County Crier, plus anglophone. La page Facebook régionale *Troc-moi ça s'adresse à l'ensemble de la MRC*.

Les ressources sont là aussi du côté de l'emploi, avec *Place aux jeunes Brome-Missisquoi*, et *Job Emploi-Brome-Missisquoi*.

En fait, à peu près tout existe sur Facebook, que ce soit commercial, sportif ou communautaire, privé ou institutionnel. Évidemment, si vous cherchez un groupe de sapiophiles à Saint-Pierre-de-Véronne-à-Pike-River, il y a des chances que vous fassiez patate. Qu'à cela ne tienne, vous n'avez qu'à l'inventer.

Blogues

Il y a une certaine confusion lorsqu'on parle de blogue. Le blogue tient du carnet, de l'expression personnelle diffusée cycliquement (quotidienne, hebdomadaire, etc.) et ouverte aux commentaires. Mais certains utilisent pour monter un simple site Internet l'outil de mise en page nommé blogspot. Par ailleurs, on appellera plutôt *publiblogs* ces textes promotionnels utilisant un ton personnel.

Première catégorie, l'artiste de Sutton Liz Davidson tient depuis 2010 un blogue en anglais (lizdavidsonartist.blogspot.ca) principalement consacré à ses peintures et photographies. Quant au décoiffant Patrice Berthiaume (lametropole.com/blog/patrice-berthiaume), il réfléchit, dans *Les clichés se meurent*, sur la sexualité, l'égalitarisme, la propagande... Dans Les journées de travail (lesjournéesdetravail.com), le charpentier artisan Antoine La Mothe aborde son métier sous les angles technique, sociologique et même philosophique.

Encore des blogues!

Vous ne jurez que par le pesto d'orties, les micro-brasseries et les voyages épicuriens? Les découvertes de Janna Hubacek (mescantonsdelest.com/) vous raviront sans doute.

Sarah Cobb est la Paganini de la scie à ruban et la Tal Wilkenfeld du marteau pneumatique. Mais la patronne de Rocket Construction s'avère aussi douée pour les récits. Avec *Abercorn Gold* (abercorngold.blogspot.ca), on peut la suivre sur les routes du monde, de Mexico à Nanyuki en passant par Lac-Mégantic et Marrakech.

Côté *publiblog*, Tourisme Brome-Missisquoi (tourismebrome-missisquoi.ca/blogue) offre à boire et à manger, et même à s'instruire, avec des textes portant sur l'histoire, l'architecture et les arts visuels.

Calendriers

Comme la MRC Haute-Yamaska, Brome-Missisquoi a la singularité d'être situé géographiquement dans les Cantons de l'Est, mais relié à la Montérégie du point de vue administratif. Cette double appartenance peut susciter un certain écartèlement quand vient le temps de choisir des activités dans la région. Faites appel au calendrier du Tour (journalletour.com/calendrier-des-evenements), qui énumère les événements sur plusieurs mois. Tourisme Sutton (tourismesutton.ca/calendrier-dactivites) et Carrément Culture (carrementculture.ca) sont deux autres bonnes sources d'informations.

On le devinera, il s'avère hautement improbable de présenter ici toutes les sources d'informations concernant la région sur Internet. Et encore, on n'a même pas abordé Twitter et Instagram. Mais lorsque vous êtes en quête d'infos sur un moteur de recherche, dites-vous qu'à peu près tout ce qui existe est sur Internet et que plus une organisation est officielle, plus sont élevées les chances qu'elle se retrouve sur différentes plateformes. Enfin, n'oubliez pas que les moteurs de recherche vous offrent en plus l'opportunité de créer des alertes pour vous avertir de la diffusion d'une nouvelle information.

Si vous désirez avoir les liens des infolettres, blogues et calendriers abordés plus hauts, allez consulter la version Internet de cet article sur journalletour.com.

Denis Lord

Le SLOW FASHION : La Fibre et Moi

La Fibre et Moi, situé sur le chemin principal dans le village de Frelighsburg, a été créé par Sophie Marino il y a trois ans. Jeune femme d'affaires inspirante et maman à temps plein, Sophie est la preuve que l'on peut créer la vie que l'on veut.

Sophie quitte Montréal et s'installe dans la région de Brome-Missisquoi en 2010. Fraîchement séparée et accompagnée de ses deux garçons, elle y rejoint sa mère pour travailler dans sa boutique de prêt-à-porter à Cowansville. « J'étais loin de m'imaginer ce qui m'attendait. » Elle rencontre par la suite son amoureux, avec qui elle s'installe à Frelighsburg pour avoir son troisième enfant.



Sophie Marino avec foulard Léo

Après la naissance de sa fille, elle prend une pause du « monde de la guenille » et se trouve un emploi comme secrétaire médicale. À ce moment-là, elle tricote pour le plaisir et vend ses créations, principalement des foulards, à des amis et connaissances. Un jour, sa tante lui offre sa machine à tricoter cachée sous son lit depuis 25 ans. Cet événement va changer sa vie. « La machine avait l'air d'un dinosaure, mais je suis quand même partie avec sous le bras. Je n'avais aucune idée comment ça fonctionnait! »

Déterminée à démystifier cette machine, elle met une annonce sur Kijiji et deux jours plus tard, une dame du nom de Philippa l'invite à la Guilde des tisserands de Sutton. C'est le coup de cœur pour cette femme qui lui enseignera pendant plus de cinq mois les possibilités infinies de cette machine à tricot. Plus tard, Sophie baptisera sa première écharpe de La Fibre et Moi en l'honneur de son mentor.

Peu de temps après, son plan devient parfaitement clair : elle veut créer une ligne de foulards haut de gamme et faire découvrir aux gens différentes façons de les porter. « Quand je travaillais en boutique à Montréal, les gens me disaient toujours : c'est beau un foulard, mais je ne sais pas quoi faire avec! »

Elle quitte son emploi et se lance en affaires grâce au soutien du CLD de Brome-Missisquoi. Elle et son conjoint transforment leur duplex afin que le rez-de-chaussée devienne l'atelier-boutique, où Sophie confectionne et vend ses créations. Sa plus jeune n'est alors qu'agée d'un an ; elle tricote le soir pendant que la petite dort à ses côtés. « Je n'ai jamais été aussi créative que quand mes enfants sont nés! » Elle désire être un modèle pour eux, comme l'ont été sa mère et sa grand-mère. Cette dernière avait trois boutiques haut de gamme à Montréal dans les années 60-70. « C'était avant-gardiste à cette époque, elle dessinait des collections de haute couture, du prêt-à-porter et des chapeaux. »



Sophie mène tout de front, de la création à la distribution. Toutes les étoffes sont faites artisanalement. « Je prends le temps de faire chaque pièce dans les règles de l'art. » C'est le côté tactile de la matière qui l'inspire et elle crée ses pièces spontanément, sans patron, tel un peintre avec son pinceau. Sa fibre de prédilection est l'alpaga pour sa souplesse, mais aussi pour ses vertus antimicrobiennes et hypoallergènes.

Sophie se catégorise elle-même dans la mouvance du *Slow Fashion* : une mode intemporelle où le lien affectif se transcende sur l'objet. On achète moins et on garde plus longtemps. « Si tu as acheté un foulard il y a dix ans et que tu en veux un autre, tu sais que je l'ai encore en boutique. » Elle offre une vingtaine de modèles, pour hommes et femmes, déclinés dans un large éventail de couleurs, de texture et de motifs.

La collection est disponible sur le Web, mais l'achat en boutique est une expérience en soi. Sophie nous fait découvrir les possibilités multiples de ses étoffes avec passion et enthousiasme. « J'aime le contact avec les gens, les accessoriser et les surprendre. » Peu importe l'âge ou le style, on y trouve assurément son compte. Ce sont des œuvres uniques et versatiles qui se portent pendant les quatre saisons.

Le développement de La Fibre et Moi est fulgurant. Les pièces sont distribuées dans plusieurs boutiques au Québec et Sophie compte ouvrir les marchés américains et européens d'ici quelques années...

La Fibre et Moi
77 rue Principale, Frelighsburg
www.lafibreetmoi.com

WOW
Alpagas Frelighsburg Alpagas

Bienvenue à la ferme dans le décor enchanteur de Frelighsburg!

Tricots
Fourrures
Peluches
Fibres

VISITE GUIDÉE ET BOUTIQUE À LA FERME
Saison automnale : samedi et dimanche de 10h à 17h
Ouverture privée sur rendez-vous

www.wowfrelialpagas.com @wowfrelialpagas · @wowfrelialpagas
117, Chemin des Érables, Frelighsburg J0J 1C0 · 514 232-6021

E.L.A.N. : Espace Libre d'Apprentissages Naturels

« Apprendre n'est pas le fruit de l'enseignement. Apprendre est le résultat de l'action de l'apprenant. » John Holt

Le projet E.L.A.N. est porté par un collectif bilingue de la région de Brome-Missisquoi, composé de six parents (dont l'un d'entre eux enseigne au primaire) et d'une enseignante retraitée. Il s'agit d'une alternative éducative inspirée de nombreux travaux de recherches en neurosciences, psychologie cognitive et sciences de l'éducation. La proposition repose sur une confiance indéfectible vouée aux lois fondamentales d'apprentissage de l'être humain, permettant, lorsqu'elles sont respectées, son plein épanouissement socioaffectif, cognitif, créatif et émotionnel.

La visite de l'établissement de Sudbury Valley (MA), en septembre 2016, a permis au collectif d'affiner sa vision et sa mission. Cette école américaine favorise depuis plus de 50 ans l'épanouissement d'enfants et d'adolescents, qui ont la possibilité d'évoluer comme ils le souhaitent dans leur apprentissage, à

leur rythme, suivant leur curiosité naturelle, leur motivation intrinsèque, les champs d'intérêt et passions qui les habitent. En somme, ils y apprennent à découvrir et à cultiver ce qui les rend heureux, en prenant soin du bien commun. Il est à noter que cette approche éducative rejoint un public grandissant, puisque ce type de centres d'apprentissage libre connaît une véritable éclosion à travers le monde (notamment ailleurs au Canada).

Pour les membres initiateurs du projet, il est fascinant de constater combien les enfants sont des apprentis en puissance. Sans relâche, les enfants transforment l'expérience en apprentissage, et ce, dès la naissance. C'est d'ailleurs de cette façon qu'ils apprennent à maîtriser des compétences aussi complexes que parler et marcher, sans qu'aucune forme d'intention pédagogique soit nécessaire (bien au contraire!). Nombre d'experts en sont arrivés à la conclusion que lorsque les enfants sont libres de temps, de mouvement et d'espace, lorsqu'ils sont libres d'observer, d'imiter, de participer activement, d'interagir et d'explorer, ils rencontrent passionnément la vie qui les entoure, se lie à leur environnement, se l'approprient pour en comprendre le sens. Il s'agit là d'un élan vital à poursuivre, dans l'intérêt tout légitime de façonner leur place dans leur milieu. Pour l'équipe derrière E.L.A.N., ces prédispositions naturelles et spontanées forment un appel à l'humilité et à la confiance dans la relation éducative.

Alors qu'il est clairement démontré qu'en présence de stress et en l'absence d'enthousiasme, le cerveau se bloque et ne peut retenir d'information, il convient de se pencher sur le dispositif d'apprentissage le plus efficace que la nature ait sélectionné chez tous les mammifères, à savoir, le jeu. Et c'est du jeu libre dont il est question,



c'est-à-dire initié par l'enfant. En effet, au risque d'ébranler certains conditionnements pédagogiques, plusieurs chercheurs en neurosciences ont prouvé que l'apprentissage n'est pas un acte en soi, mais plutôt un effet secondaire du jeu!

Déterminé à honorer ces grands principes du vivant, E.L.A.N., qui prévoit lancer ses activités dès septembre 2017 dans la région de Bromont, sera donc un environnement favorisant les

autoapprentissage accompagnés, sans enseignement compulsif, soutenu par une communauté d'enfants, d'adolescents et d'adultes de toutes générations confondues (incluant les « aînés », trop souvent laissés pour compte et qui ont tant à transmettre). Les adultes facilitateurs qui y œuvreront seront disponibles pour servir de ressources éducatives, relationnelles et artistiques, engagés à faire évoluer autour des jeunes un environnement riche, inspirant, nourrissant leurs aspirations. Géré en sociocratie par une communauté sécurisante et épanouissante, dénué de toute confession religieuse, E.L.A.N. sera une véritable ruche de partage de connaissances, de savoir-faire et de savoir-être, libérée des classes d'âge et du stress lié à l'évaluation et au rendement.

Près de la moitié de l'effectif prévu pour la première année (25 jeunes de 5 à 17 ans évoluant déjà dans la sphère de l'éducation en famille) attend avec joie que le lieu propice soit déniché!

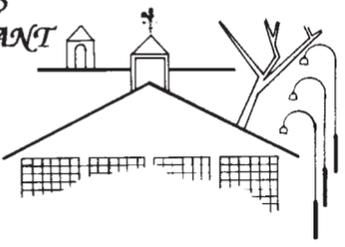
Ne croyez-vous pas qu'une démocratie véritable devrait pouvoir se féliciter de la diversité de ses paysages éducatifs? L'équipe d'E.L.A.N. en est convaincue.

Anne Mergault

annemergault@gmail.com 450.295.1470
kathbourdeau@hotmail.com 450.578.2071
[facebook.com/espacelibredapprentissagenaturels](https://www.facebook.com/espacelibredapprentissagenaturels)

**LIBRAIRIE
FRELIX**
BEAUX BOUQUINS & LIVRES ANCIENS
FINE USED & ANTIQUARIAN BOOKS
2 chemin Garagona, Frelighsburg (Qc) 450-298-1011

**AUX 2 CLOCHERS
BISTRO / RESTAURANT**
Cuisine saisonnière
Spécialité grillades
Terrasse sur la rivière
Fermé le lundi
2, rue de l'Église
Frelighsburg, Qc, J0J 1C0
Tél: (450) 298-5086
www.restaux2clochers.ca



"André et Martine"



alpagas Sutton alpacas

BOUTIQUE

-Ouvert les samedis et dimanches de 10h à 16h-

1474 ch. Macey, Sutton (450) 538-1538 alpagassutton.com

Mais pourquoi donc restaurer ces sentiers ?

Six mois à patauger dans la boue, à s'échiner au pic et à la pioche, au *pulaski* et à la houe, neuf heures par jour, quatre jours par semaine, sous la pluie et avec les mouches, à tester les limites de résistance de ses muscles et tendons — et celle de son imperméable. Tout ça pour redonner forme à quelques kilomètres de vieux sentiers fatigués.

Que sont-ils donc venus faire dans cette galère, les motivés aménagistes du Parc d'environnement naturel de Sutton (PENS)? Pourquoi dépenser autant d'énergie, de temps et d'argent à retravailler des sentiers ouverts il y a plus de trente ans par une poignée de bénévoles passionnés?



Avant : état du sentier le plus fréquenté



Après : effet d'une remise à niveau

Parce que ces sentiers sont tout simplement usés jusqu'à la corde. Victimes de leur âge et de leur succès, ils se sont érodés jour après jour, sous l'effet cumulatif des centaines de milliers de paires de bottes et des tonnes d'eau qui ont arraché et transporté leur sol de surface, exhibant au passage des roches et racines autrefois enfouies sous le sol forestier. Le tracé inadéquat de nombreuses sections de sentiers a empiré le problème, que les caprices météorologiques découlant d'une indigestion de gaz à effet de serre semblent aussi avoir aggravé.

Bien que certains disent encore apprécier le caractère accidenté des sentiers, une majorité toujours croissante de randonneurs aspire plutôt à y marcher sans risquer de trébucher à chaque détour. Quant aux salamandres et rares truites encore présentes dans les ruisseaux avoisinants, leur survie dépend du fait que chaque nouvelle averse ne soit pas synonyme d'une asphyxie découlant des sédiments issus des sentiers.

Pour la santé, la sécurité et l'agrément des ruisseaux, des marcheurs, des coureurs, des truites et des salamandres — entre autres —, il était donc urgent d'agir. Mais le PENS n'aurait pu y arriver sans l'aide du gouvernement fédéral, qui a contribué à financer quatre des cinq années de son plan de remise à niveau des sentiers (2013-2017).

Au nom des multiples bénéficiaires de ces travaux — incluant l'ensemble de la communauté de Sutton —, l'organisme se devait donc d'offrir ses sincères remerciements à l'Agence de développement économique du Canada pour la contribution de 119 000 \$ octroyée dans le cadre du Programme d'investissement communautaire du 150^e

anniversaire du Canada (PIC 150), qui aura permis de financer 44 % des travaux de remise à niveau réalisés entre juin 2015 et décembre 2017.

Patricia Lefèvre, directrice générale
Pour le Parc d'environnement naturel de Sutton

Après le pourquoi, le comment... suite dans la version internet du Tour.

L'ÉQUIPE
SYLVIE HOUDE
RE/MAX 
RE/MAX PROFESSIONNEL S.H.
Agence immobilière

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

- Évaluation gratuite sur demande
- Outils de mise en marché novateurs incluant la visite virtuelle 3D
- Plusieurs forfaits de commission
- Courtiers d'expérience, reconnus pour leur professionnalisme



Pierre Seynett
Courtier immobilier
450 **284-1110**

Sylvie Houde
Courtier immobilier agréé, B.A.
450 **298-1111**

Voir les propriétés sur le site Web | sylviehoude.com

Déjà ou bientôt à la retraite ? Je peux vous aider à définir votre retraite à votre façon.



Alexandre Hamel-Lesieur
450 266-3857
alexandre.hamel-lesieur@rbc.com

Réalisons les moments qui comptent pour vous.  Planification financière

RBC Planification financière est un nom commercial utilisé par Fonds d'investissement Royal Inc. (FIRI). Les services de planification financière et les conseils en placement sont fournis par FIRI, FIRI, RBC Gestion mondiale d'actifs Inc., Banque Royale du Canada, Société Trust Royal du Canada et Compagnie Trust Royal sont des entités juridiques distinctes et affiliées. FIRI est inscrit au Québec en tant que cabinet de services financiers. © / SM Marque(s) de commerce de Banque Royale du Canada. © Banque Royale du Canada, 2016.
36425 (10/2015)

À LA RECHERCHE D'UNE COMPTABLE?



Annie Racicot CPA
Comptable professionnelle agréée

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

27-B rue Principale Nord
Sutton, Qc, JOE 2K0
(450) 538-0097
annie@annieracicotcpa.com
www.annieracicotcpa.com



SERVICES DE COMPTABILITÉ ET FINANCE

Monique Verreault CPA Inc.
Société de comptable professionnel agréé

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

Expérience:

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

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

SUTTON JAZZ.COM
ACHETEZ EN LIGNE!

SALLE ALEC ET GÉRARD PELLETIER

Bourassa Vanasse
16 SEPT. 20 h • 25 \$

23 SEPT. 20 h
25 \$
DAVE TURNER & EARTH TONES

30 SEPT. 20 h • 30 \$
RÉMI BOLDUC JAZZ ENSEMBLE SWINGIN' WITH OSCAR

7 OCT. 20 h • 30 \$
MARIANNE TRUDEL
+ 23 SPECTACLES GRATUITS

Canada Desjardins Caisse populaire de Brome-Missisquoi COLD BROOK axion

ExpertDent
Centres dentaires et d'implantologie

Notre équipe s'agrandit !

L'équipe d'ExpertDent est fière d'accueillir au sein de ses cliniques **Dr Jérémie Lamothe**, dentiste généraliste.

Son approche, sa grande écoute et son professionnalisme font de lui un dentiste fort apprécié de ses patients.

Venez le rencontrer...

SUTTON
20, rue Principale N. **450 538.1767**

COWANSVILLE
1180, rue du Sud **450 266.0455**

BROMONT
97, boul. de Bromont **450 534.2626**

Notre expertise. Votre bien-être.
...depuis plus de 25 ans!
www.expertdent.ca

Sutton JAZZ, du 16 septembre au 8 octobre

Pour sa 16^e édition, le Festival de jazz de Sutton présente 4 concerts en salle et plus de 20 spectacles gratuits. Il propose un éventail incomparable de styles et de talents musicaux qui sauront conquérir tant le grand public que les férus de jazz.

Parmi les têtes d'affiche, les organisateurs sont fiers de recevoir le vibraphoniste Jean Vanasse, les excellents saxophonistes Rémi Bolduc et Dave Turner et les pianistes réputés Taurey Butler, François Bourassa et Marianne Trudel. Ces grands noms du jazz participeront aux événements payants présentés à la Salle Alec et Gérard Pelletier, située au 4 C, rue Maple à Sutton.

Programmation en salle

Le 16 septembre, le « **Jean Vanasse Quartet** » vous offre ses superbes compositions, accompagné du pianiste invité **François Bourassa**. Vous aurez l'occasion de voir à Sutton ce grand vibraphoniste qui s'est produit à maintes reprises au Festival de Jazz de Montréal et à d'autres lieux prestigieux d'Europe.

Le 23 septembre, laissez-vous enivrer par l'ensemble du légendaire saxophoniste baryton montréalais « **Dave Turner & The Earthtones** ». Ce quintette réunit Dave Grott au trombone, Vanessa Rodrigue à l'orgue Hammond B-3, Kenny Bibace à la guitare, ainsi que Jim Hillman à la batterie.

Le 30 septembre, le saxophoniste **Rémi Bolduc** vous convie à un vibrant hommage à Oscar Petterson, intitulé « *Swingin' with Oscar* ». Attendez-vous à de l'émotion pure avec les performances de Taurey Butler au piano, Fraser Hollins à la contrebasse et Dave Laing aux percussions.

La série de concerts se termine en grand le 8 octobre, avec la présentation de « *Trifolia* », la création tant applaudie du **Marianne Trudel Trio**. Ce fabuleux concert, en nomination pour un Juno en 2014 et lauréat du prix Opus en 2012-2013 dans la catégorie « Meilleur CD Jazz de l'année », réunit la talentueuse Marianne Trudel (Wurlitzer, accordéon, voix, piano, composition), le contrebassiste et compositeur



Rémi Bolduc - *Swingin' With Oscar*
Hommage à Oscar Peterson

Étienne Lafrance et Patrick Graham aux percussions et à la composition.

Spectacles gratuits !

Mont SUTTON réitère son indéfectible appui au festival et présente 5 spectacles de jazz gratuits, lesquels auront lieu tous les dimanches de 13 h à 15 h à la montagne.

En déambulant au village, arrêtez-vous à la Rumeur Affamée de Sutton pour y découvrir ou redécouvrir l'ensemble festif « The Homebrew Dixieland band » tous les samedis matins de 11 h à 13 h.

Pour compléter cette programmation diversifiée, les restaurants À La Fontaine, Tartinzza, l'Auberge Le Havre Sutton, Le Pleasant, la Brouërie, Le Cafetier et Hutttopia offriront des concerts gratuits.

Les Amis du Festival

Plusieurs spectacles vous intéressent ? Profitez de rabais intéressants en devenant un Ami du Festival ! Pour la programmation complète et l'achat de billets, consultez notre site web au suttonjazz.com.

Pour plus d'informations : Stanley Lake (450) 292-3835 ou s.lake@granby.net.



Connaissez-vous la Salle Alec et Gérard Pelletier?

La SAGP a pour mission de doter la communauté de Sutton d'un lieu physique de rencontres et de créations culturelles, en particulier les arts de la scène. La salle présente une grande variété d'événements, professionnels et amateurs, de tous les genres et pour tous les âges : spectacle, cinéma, théâtre, danse, conférences...

Elle est munie d'un équipement de son et d'éclairage de qualité professionnelle et peut recevoir 120 personnes en formule cabaret, avec bar. La SAGP est un organisme sans but lucratif, autonome et indépendant. La salle est ouverte toute l'année !

Nous commencerons l'automne en lion. Soucieuse des relations avec la communauté tant artistique, touristique que commerçante, la salle Alec et Gérard Pelletier s'associera à votre journal régional préféré – ce cher TOUR que vous tenez entre vos mains – qui fêtera sa 35^e année d'édition en 2017, de toutes sortes de manières. Par exemple nous sommes à organiser avec le Tour le lancement du recueil des *short stories* de Peter Turner. Restez informés ; d'autres surprises se préparent !

Puis, comme depuis plusieurs années déjà, le Festival Sutton JAZZ nous présentera pendant 4 samedis de suite, des spectacles de qualité (voir l'article de Stanley Lake ci-haut).

À la demande générale, il y aura : une soirée Saturnies (ces soirées thématiques de conteurs d'histoires, touchantes et rassembleuses), le Labo d'impro (ligue d'improvisation de Granby), un gros party avec le Random Chance Band, du bluegrass et j'en passe. Ici et là à l'automne, des films seront présentés régulièrement et des conférences se préparent.

Un conseil, pour ne rien manquer ; **devenez membre**, c'est gratuit ! Abonnez-vous à l'infolettre vous tenant ainsi hebdomadairement au courant des activités et des événements, ou aimez notre page Facebook et profitez des mises à jours et précisions sur les spectacles.

Votre lieu d'activités culturelles de village a besoin de votre présence, de votre imagination, de votre énergie... de vous ! Il y a plusieurs façons de vous impliquer, peu importe votre âge ou votre culture : vous avez un projet de musique (quel qu'il soit) ? De jeu ? De rencontres ? De jour comme de soir ? Amenez vos idées ! Sutton bouillonne de talents !

salleagpelletier.com

facebook.com/salleagpelletiersutton, ou 450.538.0486

Mathilde Hébert

Sutton en Blues, 16^e édition

Le samedi 14 octobre, Sutton en Blues entame la saison avec un nom digne d'une levée de rideau : **Breen Leboeuf**. Sur scène avec son trio à l'Auberge des Appalaches, ce fier compagnon du légendaire groupe « Offenbach » reste un des grands musiciens de blues à voir et revoir.



Breen Leboeuf

Le samedi suivant, les frères **Blackburn** s'amènent avec leur son *R & B* et *soul* qui leur a valu le prix du meilleur artiste de la relève au *Blues Music Award*. Brooke, le guitariste, confie : « Avoir un parent musicien explique que mes frères et moi avons appris tôt à jouer d'un instrument. Le *soul* nous habite. C'est là que nous vivons. »

Dernier samedi d'octobre, au tour du **Paul DesLauriers Band** qui a remporté lors de la 20^e édition des *Maple Blues Awards* les trophées « Artiste de l'année » et « Performance électrique de l'année ». Le groupe multiplie ses succès depuis sa victoire dans le cadre du concours Québec à Memphis, parrainé par la *Société Blues de Montréal*. Il a notamment décroché une deuxième place au *International Blues Challenge 2016* derrière **Dawn Tyler Watson** qui vient nous voir le 4 novembre. Dawn et ses 6 musiciens y ont remporté la première place,



Dawn Taylor Watson

devançant plus de 260 groupes des États-Unis, du Canada et de l'Europe. Elle a aussi gagné 3 *Maple Blues Awards* et 9 *Lys Blues*, un *Screaming Jay Hawkins Award* pour la meilleure performance en direct, ainsi qu'un trophée *France Blues* dans la catégorie Artiste internationale de l'année.

Attendue par plusieurs fans, **Shakura S'Aida** fait un retour le 11 novembre. Née à New York, élevée en Suisse et maintenant résidente de Toronto, Shakura, a ébloui les juges et musiciens de l'*International Blues Challenge* à Memphis où elle s'est mérité une 2^e place en 2008.

Cette dernière se démarque par son style de *R & B* classique, sa voix saisissante et une personnalité dotée d'une énergie sans limites.

Le 18 novembre, on reverra enfin **Monkey Junk**. Le son du groupe m'a tout simplement renversé au dernier *Blues Summit* de Toronto. Depuis 2008, Monkey Junk représente l'émergence d'un nouveau genre de blues sur la scène canadienne et internationale. Repoussant inlassablement les frontières et mélangeant les genres, le



Shakura S'Aida

trio d'Ottawa crée un blues marécageux teinté de rock et accompagné de textes sentis.

En finale, le 25 novembre : **Digging Roots**. Je suis ce groupe depuis 3 ans et il ne cesse de s'améliorer. Dirigé par le couple ShoShona Kish et Raven Kanatakta, le groupe a réussi un tour de force en trouvant un juste mélange de blues qui donne un son typique et envoûtant.

Tous les détails sur suttonenblues.com.

Jean Sicotte

Auberge des Appalaches
RESTAURANT
Menu saisonnier

RÉSERVATION APPRÉCIÉE
Lundi 17h à 20h | Vendredi-samedi à partir de 18h

À 2 MIN. DU VILLAGE - DIRECTION MONT SUTTON

234 Maple, Sutton • 450.538.5799
www.auberge-appalaches.com

Servez nos délicieux

pilons de

canard

miel et ail

2\$

de rabais par emballage de 650 g
à la boutique en août 2017



BOUTIQUE
LAC BROME

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

Le Journal Créatif, c'est quoi ?

Le Journal Créatif est un journal intime non conventionnel et confidentiel dans lequel on utilise trois langages qui s'entremêlent : l'écriture, le dessin et le collage. On y joue avec des techniques créatives (stimulation du côté droit du cerveau, déclencheurs, gribouillis, jeux, hasard, plaisir, etc.).

À quoi ça sert ? L'objectif de base est de créer des ponts avec notre monde intérieur ; jeter l'ancre en soi. C'est un outil concret, flexible, facile à utiliser et accessible à tous. Il permet de clarifier ses pensées, d'exprimer ses émotions, de ventiler, de gérer son stress, de mieux se connaître, de réfléchir à ses projets. C'est un travail qui stimule beaucoup la créativité et qui aide à s'aligner avec ce qui nous tient vraiment à cœur dans la vie concrète.

Pour qui sont ces ateliers ? Enfants, ados, adultes, femmes, hommes ; chacun peut y trouver son compte. Il est important de retenir qu'il n'est pas nécessaire d'être bon en art ou en écriture pour en profiter pleinement. On ne cherche pas à « faire beau », mais plutôt à créer à partir de son cœur et de son intuition.

La méthode, mise au point par Anne-Marie Jobin, s'appuie sur des notions de psychologie, d'art-thérapie, de créativité et d'écriture créative. Anne-Marie a une formation en travail social et en art-thérapie ; elle donne des ateliers depuis 1998 et a fondé l'École Jet d'Ancre à Granby en 2004. Pour découvrir plus amplement ce qui en est du Journal et de l'École : journalcreatif.com.

Résidente de Sutton, je détiens la certification en Journal Créatif après une formation de 150 heures. J'ai récemment effectué un stage auprès de membres de la Bibliothèque Sutton Library que je tiens d'ailleurs ici à remercier (l'organisation et les participant(e)s).

À partir de l'automne, j'offrirai des ateliers sous forme de jeu, dans le respect, la spontanéité, la bienveillance. Comme le dit Anne-Marie Jobin dans son livre « Créez la vie qui vous ressemble » : « *Le jeu rétablit et stimule l'énergie créatrice. C'est ça l'incroyable cadeau du jeu. Il crée une ambiance d'exploration confiante qui, non seulement dégèle l'énergie, mais qui permet aussi de s'engager dans le processus pleinement et sans retenue, d'être ouvert aux surprises, aux intuitions soudaines, aux cadeaux qui apparaissent* ».

J'ouvre également la porte aux organismes qui souhaiteraient aborder un thème spécifique avec leurs membres. Quelques exemples : l'intuition, la nature, les rêves, la gratitude, le soin de soi, la créativité, la poésie.



Geneviève Sabourin de Dunham, est aussi animatrice certifiée en Journal Créatif. Elle a d'ailleurs déjà donné plus d'un atelier à des adultes et des enfants au Centre d'art de Dunham. Je vous invite à consulter son site internet pour connaître ses activités : geneviesesabourin.com.

Pour toute information, vous pouvez me rejoindre au 450 263-9248 (cellulaire) ou à france.blanchet@yahoo.ca.

France Blanchet, animatrice certifiée

Cours de chant

Leçons individuelles

Éducation à l'art vocal

Écoute active en groupe

Monique Picard

Enseignante expérimentée
et animatrice certifiée

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

BOOKBINDING
RESTORATION
RELIURE
BOÏTIERS
RÉPARATIONS
REPAIRS
BOXES

NO BAR CODE

Fran Sendbuehler

info@nobarcodpress.com
facebook.com/nobarcodpress

SUR RENDEZ-VOUS · BY APPOINTMENT
1 THIBAUT SUD, ABERCORN QC
1. 514. 570. 8913

Tap Dancing classes for all! Cours de claquette pour tous!

After years of people asking, we are finally ready to share the art and joy of tap dancing and hope to start classes at the beginning of November. Depending on the demand, we would like to offer one class for students aged 7-16 and an adult class for students aged 17 and over.

What we love about tap dance is that it provides a good workout, while having fun and making music. We will start with a good warm up, learn the rudiments of tap and work towards a choreography that we will present to friends and family at the end of the 10-week course.

If all goes well and people enjoy it, the classes will continue... our intention is to have it become the Sutton Tap ensemble!



Andrea and Wayne a.k.a. Dik & Mitzi and performers in Tap 'n' Tell

For more information please call: 450 538-1816

Andrea Conway

DISPONIBLE SUR PLACE

Viande Highland

169 Staines, Glen Sutton, QC, J0E 2K0 | audiabilevert.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.

LES GRANDS PRIX 2014

Hauteur minimale 55"/140cm

45 MINUTES
temps estimé pour un circuit complet

20 VÉLOS à la fois

Vélovolant
Plusieurs de 1KM

www.velovolant.com

VéloVolant →

Au Diable Vert →

suivez les panneaux bleus

Objectif Photo | Cantons-de-l'Est

Objectif Photo | Cantons-de-l'Est est un événement né de l'intérêt pour la photographie et de la volonté de douze diffuseurs répartis dans cinq villes des Cantons-de-l'Est de créer des alliances afin de présenter, aux publics, autant d'expositions de photographies. Ces expositions sont présentées, en simultané pour les unes, en alternance pour les autres, **de mai à décembre 2017**. Trois de ces expositions sont présentées à Sutton.

Société d'Histoire Héritage Sutton du 7 septembre au 15 octobre

Vitrines sur le passé est une exposition qui s'affichera dans les vitrines des commerces de la rue Principale de Sutton. Des photos d'archives de ces mêmes commerces et des photos prises cet été révéleront les changements du temps.

D'Arts et de Rêves

exposition permanente à partir du 29 juillet

Souhaitant aborder l'histoire de Sutton avec les outils de l'art, le Parc culturel D'Arts et de rêves s'est joint à Héritage Sutton et à l'artiste Louis Lefebvre pour réaliser un sentier balisé par des œuvres créées à partir de photos d'archives de la région, retravaillées avec une perspective contemporaine.

Galerie Arts Sutton Gallery du 21 septembre au 21 octobre

Les artistes membres qui sont photographes ou qui travaillent à partir de photographies exposent leur travail au sein de cette exposition thématique Mois de la photo dans la galerie-boutique.

Katherine Godbout



Anne-Marie Lavigne et Jean-Sébastien Bernard, Boston City Hall, 2008. De la série La poétique de l'espace Film positif Kodak 120 mm. Giclée sur papier sans acide, 33 x 48 cm. Édition limitée de 4 coffrets d'art.

Galerie **ART libre**
ART CONTEMPORAIN

6, rue Principale Sud
Sutton, Qc.
JOE 2K0
450-538-6660
galerieartlibre@gmail.com

DÉCO - JEUX - PAPETERIES

vertpartout@hotmail.com

VERT PARTOUT

19 Principale Nord
Sutton, Qué. JOE 2K0
Tél.: 450 538 8378
vertpartout.com
Ouvert du lundi au dimanche

 NORMAND BLEAU
ART & BIJOUX

Atelier ouvert samedi et dimanche de 11 h à 16 h
545, Route 139, Abercorn 450 538-3870
normandbleaubijoux.com

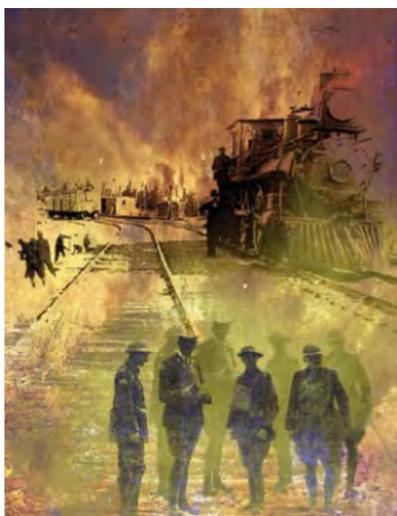
 **SUSAN KEAYS KRÉATIONS**
sacs artisanaux fabriqués à la main
artisanal handmade bags



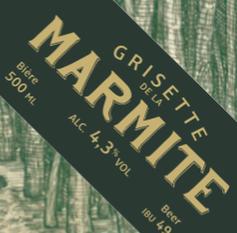
susankeays.kreations@gmail.com · 450 295-2792



Reconnaissez-vous ces bâtisses?



Louis Lefebvre, Fog of war, 2017.
Assemblage de photos d'archives sur papier photo métallique, 102 x 76 cm.

 GRISSETTES DE LA MARMITE
Bière 500 mL ALC. 4,3% VOL. IBU 49

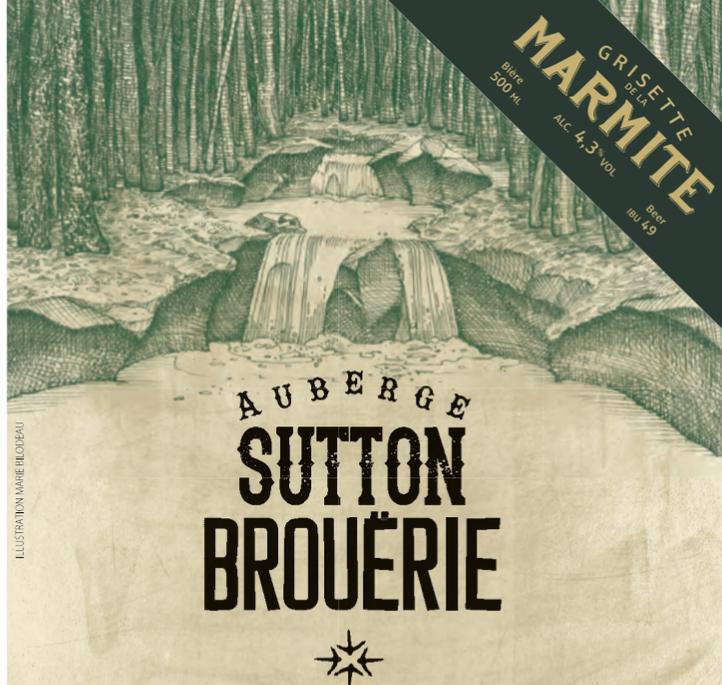
 AUBERGE
SUTTON
BROUËRIE

ILLUSTRATION MAREE BLOUËAU

DES NOUVEAUTÉS AU GRÉ DES SAISONS

2 POUR 1 JEUDI 5 À 7
SPÉCIAUX DU MIDI

NOUVELLE ÉQUIPE DE CUISINE Dirigée par Christian Beaulieu

MENU SAISONNIER

BIÈRES UNIQUES BRASSÉES SUR PLACE,
EN VENTE ICI ET AILLEURS.



www.aubergesuttonbrouerie.com
27, rue Principale sud, Sutton, Qc. JOE 2K0
Ouvert du mercredi au lundi de 11h à 23h
450 . 538 . 0005

BOIRE · MANGER · DORMIR
L'Auberge Sutton Brouerie offre une expérience épiscopurienne dans une ambiance chaleureuse et conviviale, au cœur du pittoresque village de Sutton, au Québec.



Michel Dupont
Louise Bellier
 31 août au 1^{er} octobre

Vicki Tansey
 5 octobre au 29 octobre

Rebelles/Rebelles
 2 novembre au 24 décembre

8, rue Maple, Sutton, QC

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

www.galerieartplus.blogspot.com
 Facebook : Galerie Art Plus
 galerieartplussutton@gmail.com

L'automne à la Galerie Art Plus

Il vous reste encore quelques jours pour voir l'exposition de sculptures de Christina MacEwen qui se poursuit jusqu'au 27 août.

Du 31 août au 1^{er} octobre, Michel Dupont et Louise Bellier vont vous éblouir avec leur exposition *Tandem Papier*.

La série d'estampes intitulée *Le bruit de la soie* de Michel Dupont est une suite d'œuvres dans lesquelles l'élément clé est le blanc du papier. La plus grande partie des pièces sont uniques et ont été réalisées avec différentes techniques d'imprimerie : pointe sèche, collagraphie et assemblage de différentes parties d'estampes.

Louise Bellier met en scène *L'univers de nos errances*, une série d'œuvres urbaines représentant nos désirs et nos états d'âme où le papier est à la fois le lieu de la sculpture et de l'écriture.



Michel Dupont



L'île aux oiseaux



Vicki Tansey

En octobre, Vicki Tansey présente *Impermanence*, une série d'œuvres accumulées au cours des 6 à 8 dernières années qui furent un temps de grand changement pour l'artiste. Ce changement a trouvé son miroir dans les nuages qui continuellement apparaissent, changent et disparaissent du ciel.

Encres, bâtonnets, suie, plumes, branchages, pinceaux, pluies, vents... papiers délicats dans la paume de la main... panneaux qui s'envolent et s'étalent sur un champ de verdure... carreaux de fenêtre, toiles brutes... caresses intimes, attaques fulgurantes... tout et rien du tout. Corps de danseur, corps de nuages. Dessins et peintures sont une sorte de reconnaissance et d'alliance des énergies qui vivent en nous et au-delà de nous. La galerie Art Plus accueille avec joie Vicki Tansey de Frelighsburg.

En novembre et décembre, les *Rebelles Rebelles* sont de retour. Cette fois encore, la multitude est au rendez-vous. C'est le temps de faire le plein d'essentiel à la Galerie Art Plus où une quarantaine d'artistes exposent leurs plus récentes œuvres petits formats. Ce happening de la saison des Fêtes clôture notre 3^e année de diffusion d'art contemporain.

Un grand merci à tous nos visiteurs, collectionneurs et amoureux d'art qui ont permis que 2017 soit un succès sans précédent. Et 2018 promet de vous en mettre plein la vue et le cœur.

Brigitte Normandin



Rebelles Rebelles

STUDIO D'ART
CONSTANTIN
 ARTISTE - PEINTRE

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

Céramique
 d'automne

EXPO VENTE
 3 fins de semaine
 23 & 24 septembre
 30 septembre & 1 octobre
 6, 7, 8, 9 octobre

Poterie Pluriel Singulier
 1906, Chemin St Armand
 Pigeon Hill, JOJ 1T0
 michelviala@gmail.com
 poterieplurielsingulier.com
 450 248-3527

Vicki Tansey
 Mentorat personnel et créatif
 Mentoring in Personal & Creative Process

Danseuse, écrivaine et artiste en arts visuels, Vicki Tansey enseigne le processus créatif au Canada et aux États-Unis depuis 45 ans. Quelle que soit votre passion, votre rêve ou votre expérience, Vicki peut vous aider à clarifier et à approfondir votre démarche personnelle et créative.

Rencontres individuelles ou de groupe
 & artiste en résidence
 Private sessions, group workshops
 & artist residencies

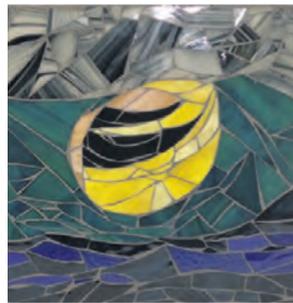
450 538-6060 / vickitansey@gmail.com

DUNHAM : un automne dynamique qui vaut le détour !

9 septembre 2017, 14 h-16 h : vernissage de Constance Morgan de Kinder et Caroline Brousseau
Exposition du 9 septembre au 5 octobre

Dans son travail entre la matière et la création, Constance Morgan de Kinder est toujours guidée par une vision. À partir de celle-ci, avec des formes, des couleurs, l'émotion d'un paysage ou d'un moment vécu, elle travaille à l'élaboration de l'œuvre avec un maximum de liberté. Naturellement rébarbative aux contraintes, elle accueille les surprises que lui réserve l'expérience créatrice. Dans cette exposition en duo, elle nous offre son plus récent travail en peinture et en mosaïque.

L'art est pour Caroline Brousseau une façon mystique de s'exprimer. La liberté avec laquelle elle peint lui permet de créer des œuvres originales et énergiques. Animée d'une émotion vraie et vivante, inspirée par son ressenti quotidien, elle crée des toiles uniques où la richesse des couleurs et des textures est librement exploitée par l'abstrait, sans délaissier pour autant le style figuratif qui permet d'exprimer des ambiances et des émotions avec une touche de réalisme. À ses yeux, la liberté de l'homme existe réellement quand il crée sans contraintes, ce qui est l'objectif de chacune de ses toiles.



Constance Morgan de Kinder



Caroline Brousseau



7 octobre 2017, 14-16 h : vernissage du Collectif Dunham, 19e édition
Exposition du 7 octobre au 2 novembre

Pour une 19e année, venez admirer le travail des artistes de Dunham. Cette année, la thématique est libre!

4 novembre 2017, 14-16 h : vernissage de Véronique Hamel
Exposition du 4 novembre au 3 décembre

Fascinée par le voyage et la découverte, Véronique Hamel réalise toujours des carnets de croquis au gré de ses explorations. Son plus grand rêve? Créer des images de voyage aux quatre coins du monde de façon à immortaliser ses impressions. De retour dans l'atelier, Véronique puise l'inspiration dans ses carnets de croquis précieusement réalisés d'après observation. Dans l'idée d'immortaliser un souvenir ou un moment par le dessin, elle crée des images figuratives auxquelles s'intègrent certains éléments irréels faisant référence aux rêves et au fantastique.



Calendrier des activités automne 2017

16 et 23 septembre, 10 h 30-12 h 00

Fabrication d'oiseaux imaginaires avec Lucie Champoux. Atelier pour tous!

30 septembre, 10 h 30

Drôle d'oiseau avec Ariane Labonté

Contes, guitare, flûte et marionnette seront au rendez-vous pour nous parler de paix et de liberté avec Ariane Labonté. Gratuit. Pour tous.

1er octobre, 13 h-16 h, Journées de la culture

Studio Sorge et les Faux-monnayeurs

Rencontre et discussion avec l'artiste Bernice Sorge autour du projet Dollars Dunham et de l'histoire véritable qui l'inspira; celle des faux-monnayeurs du

chemin Hudon suivi d'une expérimentation de l'estampe pour tous au Studio Sorge. Le point de rendez-vous est à la Bibliothèque de Dunham.

28 octobre, 10 h 30

Science en folie : la science de la fluorescence. Pour tous.

11 novembre, 10 h 30

Création de cartes de Noël à l'aquarelle avec Lucie Champoux. Pour tous.

18 novembre, 10 h 30

Heure du conte et bricolage avec Isabelle Dupras.

Info/réservation : art@ville.dunham.qc.ca - 450.295.2621

Eve Sano Gélinas

SPÉCIAL
45%
RABAIS

LES Stores Sutton.com

VOS EXPERTS DEPUIS 35 ANS
450.538-5151 LES STORES SUTTON 34 Rue Principale N, Sutton, QC JOE 2K0
www.storessutton.com

SERVICE À DOMICILE
GRATUIT

ET OBTENEZ EN
PRIME
L'INSTALLATION
* À l'achat de 3 stores
DIMANCHE : MIDI - 15h30
LUNDI-SAMEDI : 10:30-16h30
450.538-5151

ENCADREMENT SUTTON

450.330.3529

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**

Restaurant Lyvano
Pâtes & Grillades

www.restaurantlyvano.com

Créez votre propre table d'hôte 4 services

Bières et vins vendus sur place





Réservation 450 298-1119
4, rue Principale, Frelighsburg

Ouvert du jeudi au lundi
Fermé du 29 octobre au 22 novembre inclusivement.

Arts Sutton, espaces et lumière

Lisanne Binette - Jardins bigarrés & Eva Richardson - Passages

Du 10 août au 3 septembre

Vernissage dimanche 13 août, de 14 h à 16 h

Les Jardins bigarrés de Lisanne Binette s'inspirent de la nature et du travail de la terre. Par une esthétique minimaliste, l'artiste tente de présenter les éléments des jardins naturels ou cultivés, à une autre échelle que celle de la réalité observée. « À chacun de voir dans ces toiles, ses propres exubérances et d'en multiplier les interprétations. »

L'œuvre d'Eva Richardson explore l'interaction du hasard et du contrôle. En ajoutant et en soustrayant des couches de peinture, elle travaille la surface de ses toiles et cherche à créer une aire de mouvement et de mystère autour de ce qui est caché et de ce qui est révélé. Eva Richardson a étudié la peinture et le dessin à l'Université Concordia et à l'École des Beaux-Arts de Glasgow en Écosse. Elle vit et travaille à Montréal.



Lisanne Binette
Sur les battures, deux oiseaux...
Acrylique sur toile
Photo : Lisanne Binette



Eva Richardson
Bleu I
Acrylique sur toile
Photo : Paul Litherland



Pommier-Bleu, 2014 - Impression numérique avec des encres pigments sur canevas, et acrylique
Photo : François LaFrance

Suzanne Ferland - Espaces perçus

Du 7 septembre au 1^{er} octobre

Vernissage dimanche 10 septembre, de 14 h à 16 h

Par la photographie, Suzanne Ferland capte certains points de vue de paysages qu'elle recadre afin d'en proposer une nouvelle lecture. Elle recompose un espace pictural où elle intervient ensuite en peinture, inventant un univers inédit situé entre le réel et l'imaginaire.

Espaces perçus propose sa vision de lieux symbolisant de fragiles jardins de vie et de renouveau, tels le verger et le marais, tout en proposant une représentation plastique de la réalité où notre regard perd ses assises archétypales du paysage.

Deborah Chapman - Écho de la lumière

Du 5 octobre au 5 novembre

Vernissage dimanche 8 octobre, de 14 h à 16 h

Dans Écho de la lumière, Deborah Chapman choisit de présenter un ensemble d'œuvres à partir d'une technique particulière : la manière noire (ou mezzotinte). Un procédé de gravure en taille douce qui magnifie la lumière et l'ombre tout en intensifiant la vibration du blanc, à travers la fugitive beauté des sombres mouvances du noir. En sculptant l'ombre et la lumière en plans dynamiques, l'artiste construit ainsi un monde utopique ou idéaliste.

Dominique Parent



Rêve et mémoire, 2013
Mezzotinte
Photo : Deborah Chapman

LES IMMEUBLES COLDBROOK
AGENCE IMMOBILIÈRE

Avec nous, vos rêves deviennent réalité dans les Cantons-de-l'Est!
Making dreams a reality in the beautiful Eastern Townships!



JOHN BOUDREAU, c.i.r. / C.R.E.B.
450-531-5252 jboudreau@coldbrook.ca
www.brownboudreau.com 
SUTTON - 2 PRINCIPALE N.



JESSICA BROWN, c.i.r. / R.R.E.B.
jessicabrowncoldbrook@gmail.com **450-522-4755**
   www.brownboudreau.com
LAC-BROME - 123 LAKESIDE

On est à votre disposition pour vous aider à acheter et à vendre votre propriété! Call us to help you list or buy your property!

Rachel Dennis : polyvalence et spontanéité



Parmi maints attributs, l'artiste-peintre et paysagiste de renom Rachel Dennis est douée pour l'auto-évaluation. On l'entend souvent dire « ça, je n'aime pas », ou « alors ceci, c'est une petite réussite » en penchant la tête légèrement d'un côté ou de l'autre. Dans son studio, Rachel est à l'aise : elle peint à l'huile ou à l'acrylique d'un geste spontané et naturel que l'on admire... et que l'on envie, admettons-le.



En s'inspirant du paysage québécois, elle aime taquiner la muse. Ses brouillons lui sont utiles car ils lui font entrevoir ses sujets sous un nouvel angle qui se veut rafraîchissant avant tout. En peignant sur le vif, elle ameublit son tableau petit à petit en dessinant une simple ligne d'horizon avant d'y ajouter un peu de ciel, un peu de poids. Après avoir garni sa toile de couleurs, Rachel redéfinit parfois les contours en noir avec un pinceau fin. Le tout rappelle les mosaïques. « C'est une période que j'appelle la fragmentation », explique Rachel. Ses œuvres nous démontrent son talent d'illustratrice. En jetant un coup d'œil d'une toile à une autre, on frôle soit le naïf absolu, soit le classique pur. Les sujets sont vraisemblablement illimités : Rachel dessine des vendeuses de fleurs tout en s'intéressant à la nature morte, aux montagnes et aux ruisseaux. Elle tombe parfois même dans l'abstrait. Difficile de cerner un tableau qui représente le style « Rachel » puisque l'artiste repousse constamment ses limites. Une « cabane au Canada » qui flotte dans un nuage de neige, un pic magnifique qui semble planer au-dessus d'une petite maison familiale, un champ de blé dorloté par le soleil... voilà les images que nous propose Rachel.

Née à Québec dans une famille de sept enfants, Rachel s'est vite démarquée comme une artiste. Inspirée par son père, caricaturiste au journal *L'Action catholique*, Rachel a également été encouragée à pratiquer les beaux-arts par sa mère, à qui l'on a décerné l'honneur de meilleure mère artiste-peintre de

Québec. « J'ai toujours vécu de mon art », affirme Rachel. Après avoir obtenu son diplôme à l'École des Beaux-Arts de l'Université Laval, l'artiste-peintre, alors âgée de 24 ans, a enseigné les arts plastiques à des étudiants du secondaire. Cette expérience était aussi stimulante qu'épuisante. À titre de spécialiste itinérante des arts plastiques, elle naviguait entre 4 écoles et enseignait à 600 élèves. L'amour des beaux-arts s'est manifesté le plus clairement à Noël lorsque les étudiants de Rachel ont demandé à leurs parents du matériel d'artiste comme étrennes. « C'est là que j'ai vu que j'avais réussi à leur transmettre ma passion », dit Rachel.



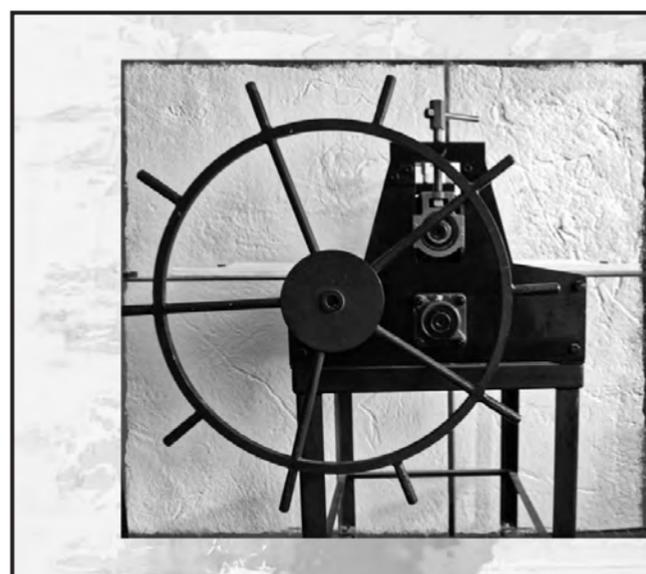
Durant ses études, elle a exposé sur la rue du Trésor à Québec. C'est à cet endroit qu'elle a été découverte par un producteur de films pour raconter la vie de John Diefenbaker en peignant de grandes aquarelles qui illustraient la vie de l'homme politique canadien de Saskatoon. C'est ce qui l'a amenée à déménager à Ottawa pour y poursuivre sa carrière.

Expérience supplémentaire, Rachel a travaillé comme coloriste-illustratrice chez Crawley Films dans le département d'animation. Plusieurs

projets intéressants lui ont été proposés. Pendant trois ans, Rachel a œuvré sur des épisodes de *Sesame Street*, puis elle a produit des films instructifs pour Postes Canada et l'Association de patinage artistique du Canada. Entre autres, Rachel a créé et construit des maquettes en carton et était chargée de la création de figurines dans le contexte du film d'animation. Par la suite, elle s'est jointe à la fonction publique pour illustrer *Dialogue Canada*, une méthode d'apprentissage des langues officielles du pays. Rachel a également œuvré au sein du Secrétariat d'État en tant que chef des publications et ensuite comme directrice artistique du Commissariat aux langues officielles à Ottawa pendant huit ans pour la revue *Langues et Société*.

Pourtant, sa table à dessin lui manquait. Il lui restait encore une voie à explorer : se lancer à son compte. À sa retraite, Rachel a déménagé à Sutton pour y ouvrir en 2000 la galerie d'art Les Imagiers. S'associant avec trois autres artistes, Rachel a créé une institution qui a enraciné les beaux-arts dans la région. De plus, Rachel a tenu avec fierté son propre atelier comme graphiste-illustrateur pendant une période de 16 ans. Aujourd'hui, elle peint des toiles pour son plaisir et continue d'y exposer, même si elle appartient à François Brisson depuis cinq ans. La galerie d'art est sise au 19, rue Principale Nord. Pour de plus amples informations, veuillez composer le 450 538-1771.

Olivia Enns



COURS D'ESTAMPE

POUR DÉBUTANT OU PROFESSIONNEL
Atelier ouvert aux artistes

30, rue Principale
Frelighsburg, Qc 438 823-9562

micheldupont.com

2017

REGIONAL | CALENDRIER CALENDAR | RÉGIONAL

EXPOSITIONS, FESTIVALS & ACTIVITÉS RÉCURRENTES

- Depuis juillet D'Arts et de Rêves Expo permanente dans les sentiers p.19
- 22 août au 17 octobre PENS Randonnée guidée 1h à 2h tous les mardis
- 24 août - 17 sept Centre d'art de Frelighsburg Exposition collective sur le portrait
- 26 août, 9 & 23 sept, 7 oct 9h30 PENS Ateliers champignons avec Paul Dorion
- 31 août au 1er octobre Art Plus Expo Michel Dupont et Louise Bellier vernis. 2 sept 14h p.20
- 1er au 4 septembre Brome Exposition agricole de Brome/BROME FAIR p.7
- Jusqu'au 3 sept Arts Sutton Expo de Lianne Binette & Eva Richardson p.22
- Jusqu'au 4 sept 10h-16h Mont SUTTON Vélo de montagne tous les jours p.10
- 4 sept au 29 octobre 10 h à 16 h Mont SUTTON Vélo de montagne les weekends p.10
- 6 et 13 septembre PENS Randonnée au Mont Echo
- Jusqu'au 7 septembre Musée Missisquoi Expo de Sue Gerson Galusha
- 7 sept au 15 oct Héritage Sutton Expo Société d'Histoire dans les commerces de Sutton p.19
- 7 septembre au 1er octobre Arts Sutton Expo de Suzanne Ferland vernis. 10 sept 14 h p.22
- 8, 9 et 10 septembre PENS Formation accompagnateur niveau 1 (3 jours)
- 9 sept au 5 oct Biblio Dunham Expo en duo de Kinder et Brousseau vernis. 9 sept 14h p.21
- 10 septembre au 8 octobre Musée Missisquoi Expo de Francine Potvin
- 15 et 16 septembre Cowansville Communauté nourricière Fête des récoltes
- 16 et 23 sept 10h30 Biblio Dunham Fabrication d'oiseaux avec Lucie Champoux p.21
- 16, 23 et 30 septembre 10h Vignoble Domaine Bresee Vendanges p.5
- 16 septembre au 15 octobre Mont SUTTON Festival d'automne les weekends p.9
- 21 septembre au 9 octobre Centre d'art de Frelighsburg Expo de Thali
- 21 septembre au 21 octobre Arts Sutton Expo des artistes membres photographes p.19
- 23 et 24 septembre Mont SUTTON Marin Wildside Enduro avec Plein Air/MTB Sutton p.10
- 23 et 24 septembre Lac-Brome Canards en fête : activités, kiosques, etc.
- 23, 24, 30 septembre, 1, 6, 7, 8, 9 octobre Poterie Pluriel Singulier EXPO VENTE p.20
- 30 septembre au 8 octobre Lac-Brome Celtic Harmonies Celtiques p.12
- 5 au 29 octobre Art Plus Expo Impermanence de Vicki Tansey vernis. 7 oct 14h p.20
- 5 octobre au 5 novembre Arts Sutton Expo de Deborah Chapman vernis. 8 oct 14 h p.22
- 7 octobre au 2 novembre Biblio Dunham Expo du Collectif Dunham vernis. 7 oct 14h p.21
- 12, 13, 14 & 15 octobre Lac-Brome Festival Littéraire Knowlton Literary Festival



Vendanges au Domaine Ridge



Guillaume Wagner et Yann Perreau au Beat & Betterave

Martha Wainwright, Église Emmanuel

- 14-15 octobre Golf Rochers Bleus Salon de l'artisanat de Sutton
- Jusqu'à la mi-octobre Au Diable Vert Descente de rivière et Vélo-Volant
- Jusqu'à la mi-octobre Canoe & Co Descente de rivière en canot, kayak ou SUP
- Jusqu'au 22 octobre Vignoble Côtes d'Ardoise Expo sculptures Nature & Création
- 28 au 29 octobre 13h à 17h Musée de Sutton Expo Citrouill'Art
- 2 nov au 24 déc Art Plus Rebelles/Rebelles : expo collective vernis. 4 nov 14h p.20
- 4 nov au 3 décembre Biblio Dunham Expo de Véronique Hamel vernis. 4 nov 14 h p.21

AOÛT

- 24 20h SAGP À la prochaine chicane du Théâtre du Portage
- 26 9h30 PENS Grande tournée des crêtes
- 26 20h Theatre Lac Brome Orlando Le Trio : chansons surnaturelles
- 26 20h30 Beat & Betterave Pierre Flynn
- 26 21h Brasserie Dunham Le Tarantino Show de The Mighty Swells
- 27 10h-16h Centre l'Arc-en-ciel Activités et épluchette pour fêter 10 ans d'existence p.7



Atelier champignons avec Paul Dorion

SEPTEMBRE

- 1 19h30 Brasserie Dunham Tournoi de Babyfoot
- 2 13h Art Dépôt Inauguration de la nouvelle galerie rue Dépôt
- 2 18h30 Theatre Lac Brome Historical Re-enactement of Bowser and Blue
- 2 Canoë & co Kayak à la pleine lune
- 3 Expo Bedford 20^e Auto-Fest: véhicules, motos antiques, classiques et modifiés
- 6 Au Diable Vert Kayak à la pleine lune
- 7 20h Brasserie Dunham Soirée roots reggae avec DJ Blaireau
- 8 15h Épicerie-Café Dunham Dernier marché fermier de la saison
- 9 9h30 Club de golf Cowansville 15^e édition du tournoi de golf de la Ville de Dunham
- 9 17h Le Pleasant Vin & Vinyes Mambo rétro
- 9 21h Brasserie Dunham Brise-Glace : chants maritimes
- 9 21h Beat & Betterave Arseniq 33
- 10 9h Musée Brome Marché d'antiquités et d'artisanat
- 11 2pm AWB Staying healthy while away conference by Dr. Robert Pincott

- 16 9h30 Fiducie du Mont Pinnacle **Sortie aux champignons avec Paul Dorion**
- 16 17h Le Pleasant **Sutton Jazz : Frida Vincent**
- 16 Auberge des Appalaches **Atelier de champignons** (forfaits avec lunch ou hébergement)
- 16 20h SAGP **Sutton Jazz : Jean Vanasse Quartet & François Bourassa** p.16
- 17 Musée Missisquoi **35^e Festival de la tarte aux pommes**
- 17 10h Ferme Abbondanza **Atelier sur les préservations de semences (bilingue)**
- 20 Centre Yoga Sutton **Célébration de 30 ans d'existence** p.41
- 22 21h Beat & Betterave **Guillaume Wagner, humoriste**
- 23 10h École Ballet Classique Sutton **Auditions Casse-Noisette 2017** p.8
- 23 20h SAGP **Sutton Jazz : Dave Turner & The Earthtones** p.16
- 23 21h Brasserie Dunham **Santosh Lalonde (Bad Uncle)**
- 24 11 h Musée Bruck **Musique au salon : Duo de violoncelles WEB**
- 27 19h Yoga Salamandre **Accompagnement méditatif par Jean-Bruno Gagnon** p.4
- 29 19h SAGP **Lancement du recueil d'histoires de Peter Turner** p.3
- 29 21h Beat & Betterave **Yann Perreau**
- 30 9h Coop Gym Santé Sutton **Sutton en santé** : promotion de l'activité physique p.10
- 30 10h30 Biblio Dunham **Contes et musique pour tous avec Ariane Labonté** p.21
- 30 13h30 Studio Qita **Cours poterie parent/enfant** p.10
- 30 17h Le Pleasant **Sutton Jazz : Almut Ellinghers**
- 30 20h SAGP **Sutton Jazz : Rémi Bolduc** p.16



Festival de la tarte aux pommes - Musée Missisquoi

OCTOBRE

- 1 12h Mont Pinnacle **Déjeuner-bénéfice**
- 1 13 h Biblio Dunham **Studio Sorge et les Faux-monnayeurs** p.21
- 2 2pm AWB **Wildlife and Woodlore** conference by environmentalist Jim Ferrier
- 6 19h30 Brasserie Dunham **Tournoi de babyfoot**
- 6 20h Église Emmanuel de Cowansville **Gabriella & Caroline Savoie**
- 6 21h Beat & Betterave **Tire le coyote folk rock**
- 7 8h-15h Marché du samedi de Sutton **Dernier marché de la saison**
- 7 9h-12h30 Marché fermier de Frelighsburg **Dernier marché fermier de la saison**
- 7 17h Le Pleasant **Sutton Jazz : Madmoiselle**
- 8 20h SAGP **Sutton Jazz : Marianne Trudel Trio** p.16
- 14 10h Mont Pinnacle **Le monde merveilleux du sol avec Isabelle Grégoire**
- 14 11h Brasserie Dunham **Bottle Release : sortie de nouvelles bières en quantités limitées**
- 14 20h30 Auberge des Appalaches **Sutton en Blues : Breen Leboeuf Trio** p.17
- 20 21h Beat & Betterave **Caya (Vilain Pingouin) & Dubé (Noir Silence)**
- 21 20 h Église St-André **Nathalie Bédard, choristes et musiciens**
- 21 20h Église Emmanuel de Cowansville **Gabrielle Shonk & Berries**
- 21 20h30 Auberge des Appalaches **Sutton en Blues : Frères Blackburn** p.17
- 22 11 h Musée Bruck **Musique au salon : Flûte alors ! WEB**
- 22 15h30 Yoga Salamandre **Chant des Âmes avec Jean-Bruno Gagnon et Ève Sano-Gélinas**
- 25 PENS **Randonnée au Mont Singer à partir du chemin de la Falaise**
- 28 10h30 Biblio Dunham **La science de la fluorescence atelier pour tous** p.21
- 28 20h Église Ste-Croix Dunham **Nathalie Bédard, choristes et musiciens**
- 28 20h30 Auberge des Appalaches **Sutton en Blues : Paul DesLauriers Band** p.17
- 29 13h30 Studio Qita **Cours poterie parent/enfant** p.10

NOVEMBRE

- 4 20h Église Emmanuel de Cowansville **Martha Wainwright**
- 6 2pm AWB **The Battle of Passchendaele** conference by museum coordinator Joanne Croghan
- 11 10h30 Biblio Dunham **Cartes de Noël à l'aquarelle avec Lucie Champoux, pour tous** p.21
- 11 20h30 Auberge des Appalaches **Sutton en Blues : Shakura S'Aida** p.17
- 12 PENS **Atelier sur l'orientation**
- 12 Musée Missisquoi **Encan muet**
- 12 13h30 Studio Qita **Cours poterie parent/enfant** p.10
- 18 10 h 30 Biblio Dunham **Conte et bricolage avec Isabelle Dupras** p.21
- 18 20h30 Auberge des Appalaches **Sutton en Blues : Monkey Junk** p.17

CONTACTS

Art Dépôt (Sutton) 204-0370
 Art Plus (Sutton) 521-3189 galerieartplus.blogspot.ca
 Arts Sutton 538-2563 artssutton.com
 Auberge Appalaches 538-0037 suttonenblues.com/auberge-appalaches.com/forfaits
 Au Diable Vert (VéloVolant et sports de rivière, Sutton) 538-5639 audiablevert.com
 AWB (Auberge West Brome) 266-7552 facebook.com/canadianclubyamaskavalley
 Beat & Betterave (Frelighsburg) (579) 440-8600 facebook.com/Beatetbetterave
 Biblio Dunham 521-8025 facebook.com/Bibliothèque-et-Centre-dart-de-Dunham
 Brasserie Dunham 295-1500 brassriedunham.com
 Brome Fair (Expo agricole de Brome) 242-3976 ou bromefair.com
 Canoë & co (Glen Sutton) 538-4052 canoecosutton.com
 Celtic Harmonies Celtiques 292-3456 harmoniesceltiques.ca
 Centre d'art de Frelighsburg 298-5630 facebook.com/centredartfrelighsburg
 Centre l'Arc-en-Ciel 538-0333 larcenciel.org
 Centre Yoga Sutton 538-2829 yoga.sutton@yahoo.ca
 Coop Gym Santé Sutton 538-0313 facebook.com/coopgymsantesutton
 Cowansville Communauté nourricière facebook.com/cowansville.nourriciere
 Club de golf de Cowansville (Tournoi Ville de Dunham) 295-2182
 D'Arts et de rêves 531-5707 dartsetdereves.org
 École de ballet classique de Sutton facebook.com/BalletClassiqueSutton
 Église Emmanuel de Cowansville surlascenedavignon.com
 Église St-André (Sutton) 538-0292
 Église Ste-Croix (Dunham) 295-2294
 Épicerie-Café Dunham 295-2323 facebook.com/petitmarchefermierdedunham
 Expo Bedford 248-2817 expobedford.com
 Ferme Abbondanza 292-0732 facebook.com/abbondanzafarm
 Fiducie du Mont Pinnacle (Frelighsburg) montpinacle.ca/activites
 Héritage Sutton 538-3513 heritagesutton@gmail.com
 Lac-Brome (Canards en Fête) 330-3838
 Lac-Brome (Festival Littéraire Knowlton) 242-2491 knowltonliteraryfestival.ca
 Le Pleasant (Sutton) 538-6188 lepleasant.com
 Marché fermier de Frelighsburg marchefrelighsburg.com
 Marché du Samedi de Sutton 292-4618
 Mont SUTTON 538-2545 montsutton.com
 Musée Brome 243-6782 bromemuseum.com
 Musée Bruck (Cowansville) surlascenedavignon.com/musique-au-salon
 Musée de Sutton 538-2883 museedesutton.com
 Musée Missisquoi (Stanbridge East) 248-3153 museemissisquoi.ca
 Paul Dorion (Sutton) 538-3469 paulion153mail.com
 PENS (Parc d'environnement naturel de Sutton) 538-4085 parcsutton.com
 Poterie Pluriel Singulier (Pigeon Hill) 248-3527 poterieplurielsingulier.com
 SAGP (Salle Alec et Gérard Pelletier, Sutton) 538-0486 salleagpelletier.com
 Salon de l'artisanat de Sutton 534-3258 facebook.com/artisansutton
 Studio Qita facebook.com/StudioQita studioqita.ca
 Theatre Lac Brome (Knowlton) 242-2270 theatrelacbrome.ca
 Vélo de montagne Sutton 538-6464 plainairsutton.blogspot.ca
 Vignoble Côtes d'Ardoise 295-2222 facebook.com/natureetcreation
 Vignoble Domaine Bresee 538-3303 vignobledomainebresee.com
 Yoga Salamandre 514-659-7213 yogasalamandre.com



**Verger écologique
et vinaigrerie artisanale**

Auto-cueillette

Boutique

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

Démonstration de tressage de paniers avec "Deux sœurs dans le même panier"!

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

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

Pas le temps de cuisiner ?

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



cuisinieredefamille.com
f cuisinière de famille



Bernard le boulanger

Pains au levain et autres gâteries

Heures d'ouverture
Jusqu'au 8 octobre, du mardi au dim., 8h à 17h
Du 9 octobre à la fin décembre:
du mercredi au dimanche, de 8h à 17h

Nos produits sont également offerts en ligne aux abonnés du Marché de solidarité de Cowansville. Livraison dans leurs divers points de chute (Cowansville, Sutton, Bromont et Frelighsburg).

3746 rue Principale, Dunham • 450 295-2068



RAPPORTEZ ET REMPLISSEZ
ZÉRO DÉCHET
VOS CONTENANTS

La goutte d'or
éco-épicerie en vrac

507B rue du Sud, Cowansville
La Goutte d'Or éco-épicerie en vrac

450. 955. 0804
www.lagouttedor.com

Saviez-vous que vous épargnez
JUSQU'À 20% DU COÛT
lorsque vous choisissez le vrac?

HUILES • VINAIGRES • FARINES • GRAINS • NOIX
CAFÉ • ÉPICES • PLANTES MÉDICINALES • THÉS
SAVONS • PRODUITS D'ENTRETIEN • COSMÉTIQUES



DOMAINE DE DUNHAM
VERGER, CIDRERIE ET VINAIGRERIE

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

Dégustations gratuites, cueillette de pommes, poires, prunes et pommets. Boutique, kiosque, salle de réception et deux aires à pique-nique. À partir du 19 août. Ouvert du mercredi au dimanche et congés fériés : 9 h 30 à 17 h 30.

Les Jardins de la Colline

Ici on ne vend que du bonheur...

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

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

- Pâtés à l'agneau, au boeuf braisé, indien, mexicain, au poulet, à la dinde, aux lentilles, et au saumon
- Marinades (37 variétés)
- Confitures (28 variétés)
- Variété de vinaigres et vinaigrettes
- Produits du Saucisson Vaudois
- Producteurs locaux (agneau, boeuf, porc, saucisses de porc sans gluten, dinde, veau, poulet de grain, lapin et truite)

• Paniers cadeaux pour toutes occasions

• Produits du terroir

• Gâteaux variés

• Tartes et autres pâtisseries

• Quiches (plusieurs variétés)

• Tourtières à la viande, au canard et au millet

Tapis natté comme autrefois

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



Miel de la Ferme Pettigrew
Pierre Pettigrew, apiculteur

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

Nous serons à
L'EXPOSITION DE BROME les 1, 2, 3 et 4 septembre
et au **MARCHÉ de SUTTON**
tous les samedis.

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

La Ferme du Haut-Vallon : Pommes et ail bio, agneau d'herbe et innovation

La Ferme du Haut-Vallon se situe en haut de la côte du chemin Dunham sur une terre de 125 acres qui inclut un verger, des pâturages et beaucoup de forêts. C'est l'entreprise familiale de Denise Bélanger et de Pierre Jobin, épaulés principalement par leur fille Jasmine, mais aussi par leur fils Nicholas, plusieurs membres de la famille et amis. Cette ferme, élément rassembleur sans équivoque, est un petit laboratoire de recherche et d'expérimentation pour les idées qui foisonnent dans cette famille hors du commun.

Après des études en agronomie à McGill, quelques années à enseigner la pomiculture à l'ITA de Saint-Hyacinthe et à travailler au développement de l'agriculture biologique au Québec, Pierre est revenu au bercaïl avec l'envie de faire les choses autrement. Mais il précise d'emblée : « Peu importe le type d'agriculture, année après année, les défis se renouvellent. Le seul fait de gagner sa vie en agriculture demande le respect. » Pierre en sait quelque chose puisque sa famille cultive la pomme à Frelighsburg depuis les années 30.

Donc, en 2005, lui et sa conjointe, Denise, médecin vétérinaire (aujourd'hui encore professeure à la faculté de médecine vétérinaire de l'Université de Montréal), avaient la même envie de revenir à la terre, mais d'y revenir de la façon la plus écologique possible. Ils y ont mis et y mettent encore beaucoup de cœur, de temps, de patience et de réflexion. Car faire les choses autrement implique, entre autres, d'avoir à trouver de nouvelles solutions à de vieux problèmes.

Denise explique : « Souvent, les gens pensent que de faire du biologique, c'est de laisser la nature aller. Mais les productions biologiques nécessitent quand même des interventions. La prévention est toujours prioritaire. Lorsque des traitements s'avèrent nécessaires, les produits permis dans le cadre de la certification biologique tendent à avoir le moindre impact sur le milieu (ex : argile, bicarbonate de potassium, etc.). Faire du bio pose ses difficultés, mais il existe aujourd'hui de plus en plus d'outils qui rendent la production possible avec une bonne efficacité. Cependant, des défis restent à être relevés; il faut constamment innover. »

Même son de cloche du côté de l'élevage de l'agneau d'herbe. Il ne s'agit pas seulement de laisser les animaux vaquer à leur gré dans les pâturages. L'horaire est réglé au quart de tour : introduction des béliers, gestation, agnelage, préparation des pâturages, déplacement des clôtures. L'entretien des prairies est judicieux, car la variété des plantes doit être diversifiée et de qualité afin d'apporter tous les nutriments nécessaires à la santé des bêtes, à l'allaitement et à la croissance des agneaux. L'espace de pâturage alloué aux animaux est soigneusement délimité et doit être redéfini régulièrement afin d'assurer notamment une croissance optimale des fourrages. La viande de l'agneau d'herbe a tendance à être moins grasse, mais ce mode d'élevage prend plus de temps que le conventionnel. Par contre, c'est une excellente façon de valoriser le milieu; une terre agricole sur un cap de roche, moins propice aux grandes cultures. De plus, le



Famille Bélanger-Jobin (crédit Alain Desjeau)

fumier des animaux permet de maintenir la fertilité du sol avec un faible apport d'intrants.

L'innovation, pour la famille Bélanger-Jobin, est un mode de vie, voire une « déformation professionnelle » ; tous ont fait ou font encore de la recherche dans leur domaine respectif. Sur la ferme, Denise et Pierre participent à toutes sortes de projets de recherche, notamment avec l'IRDA¹, le CETAB² et le CEPOQ³. Champignons entomopathogènes, bandes de fleurs pour la biodiversité fonctionnelle en verger, huiles essentielles pour la gestion de l'herbe sous les pommiers, gestion intégrée du parasitisme chez les moutons : la ferme du Haut-Vallon contribue activement à l'innovation en matière d'agriculture biologique. Je dirais même qu'ils sont une référence pour ce type d'agriculture au Québec et ailleurs, car Pierre Jobin est consultant en agroécologie avec l'Union des producteurs agricoles en développement international (UPA DI).

Au niveau local, la famille aussi est bien impliquée. Pierre fut co-fondateur de Vitalité Frelighsburg, organisme sans but lucratif qui aide à la réalisation de projets citoyens mobilisateurs. Il a, entre autres, contribué à la mise en place du label Le Goût de Frelighsburg, auquel la Ferme du Haut-Vallon adhère (legoutdefrelighsburg.com). Denise est membre du conseil d'administration de la Fiducie du Pinnacle. Jasmine, leur fille de 27 ans (revenue à la ferme après des études en sciences politiques à l'université de Waterloo, Ontario), est co-présidente de Vitalité Frelighsburg. Comme ses parents, l'hiver, Jasmine retourne à ses autres moutons : la recherche universitaire. Quand on dit que la pomme ne tombe jamais loin de l'arbre...

Nicholas, le fils, est diplômé en arboriculture-élagage et passionné des arbres. Je suis certaine qu'il saura bientôt mettre à profit son expertise au sein de la ferme, car Pierre et Denise aimeraient valoriser le bois de niche local tout en conservant la diversité faunique et floristique de la forêt. Avec d'autres collaborateurs, ils tentent de créer un réseau local comprenant propriétaires de boisés, ingénieurs, travailleurs forestiers et artisans

menuisiers afin de promouvoir une foresterie écosystémique. Pas étonnant quand on apprend qu'à Frelighsburg, la forêt représente autour de 75% du territoire! Comme vous pouvez le constater, à la Ferme du Haut-Vallon, ce n'est pas les projets qui manquent!

Ainsi, si vous passez au kiosque de la Ferme du Haut-Vallon, situé au 37 chemin Dunham à Frelighsburg, vous y trouverez toutes sortes de produits, selon la saison : pommes, jus de pommes frais, fleur d'ail, ail et moût de pommes certifiés biologiques, agneau d'herbe, œufs, sirop d'érable et bois de chauffage. Parmi les variétés de pommes bios offertes au kilo ou au minot (35 lbs), on y trouve les célèbres Honey Crisp, Paulared et Spartan, mais aussi des variétés moins connues, telles que Pitchounette, Belmac, Topaz, Ariane et Rubinola, toutes de bonnes pommes à croquer.

Leurs produits sous certification biologique peuvent aussi être trouvés aux kiosques des Bio Locaux (marchés Atwater et Jean-Talon), au Marché Tradition de Frelighsburg et ponctuellement au marché fermier local. Pour plus d'informations, appelez au (450) 298-1157 ou écrivez à haut-vallon@hotmail.com.

¹ Institut de recherche et de développement en agroenvironnement (IRDA)

² Centre d'expertise et de transfert en agriculture biologique et de proximité (CETAB)

³ Centre d'expertise en production ovine du Québec (CEPOQ)

Geneviève Hébert

SUTTON
mont tricot
www.monttricot.com
20-k, rue Principale N, Sutton • 450-538-8040

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



au coeur des saisons
Boutique · Fleuriste

DU NOUVEAU ICI
pour votre petit nid

Ouvert 7 jours · Livraison à Sutton, Knowlton, Cowansville et les environs
4, rue Maple, Sutton · 450.538.0388



CONCEPT
Touche Finale
PROFESSIONNELLE DES PIEDS ET DES MAINS



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

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

Sur rendez-vous · Certificats-cadeaux

27 A, rue Pleasant, Sutton (450) 538-2222



PASSION HERBALE

Produits corporels
Faits dans notre laboratoire, en boutique

Frais et de qualité supérieure



579 436-8814
10-3, rue Principale N., Sutton
www.passionherbale.ca

Le frigo d'la voisine

Si je vous dis « boulevard J.-A. Deragon à Cowansville », quelle est la première image qui vous vient en tête? Si vous êtes comme moi, ce sera un quartier familial, tout ce qu'il y a de plus conventionnel. Mais si je vous disais que parmi ces rangées, entre deux jumelés, se loge une terre. Et que cette terre, une fois passée dans l'œil de celle qui deviendra « la Voisine » n'a plus eu d'autre choix que de se laisser aller au bon sort qui l'attendait.

Marie-Ève Lafond est technicienne en loisirs et hortultrice maraîchère de formation. Installée à Cowansville depuis 2015 avec sa marmaille et son complice, elle a su, de main de maître, donner à cette parcelle de terrain ce dont elle avait besoin pour devenir prospère. C'est que, voyez-vous, Marie-Ève-la-Voisine est une femme de conviction, d'action et de cœur. Dans son ancienne vie, cette travailleuse communautaire avait relevé le grand défi de nourrir 25 familles de connaissances et de légumes sur une petite parcelle de terre exploitée en jardins collectifs. Elle avait réussi haut la main, mais quelque chose manquait. Cette autonomie alimentaire. Pour elle. Pour les siens. Pour les autres. Cette femme de principe avait soif d'une plus grande liberté qui lui permettrait de nourrir plus de gens avec des produits frais facilement accessibles. Et c'est ce qu'elle fit. Le tout se présenta de façon tout à fait naturelle. Vous savez, cet alignement que l'on ressent parfois lorsque l'on fait ce que l'on doit faire, sans trop réfléchir? Et que tout se présente sur notre chemin, comme par enchantement? Le « Champ de la Voisine » est le résultat même de cette belle synchronicité.

À travers cette fluidité, de grands efforts ont bien évidemment été déployés. C'est donc à force de défrichage aussi bureaucratique que pratique que cet espace sauvage s'est transformé en un immense jardin principalement composé de framboises d'automne et d'ail, mais également de carottes, de laitue, de pois, de fines herbes et j'en passe. La beauté de ce potager qui pousse en plein cœur de Cowansville, outre la qualité de ses aliments, vient de la philosophie qui se cache derrière. Cette précieuse et grandissante philosophie qui se base sur la confiance et qui se traduit par un frigo libre-service, ou l'on va soi-même cueillir les aliments. L'idée est simple. Vous ouvrez le frigo, vous prenez vos légumes et vous payez à même une petite



boite installée au mur. Vous partez et vous dégustez. C'est le principe même de l'honnêteté. Ce potager respire l'humanité et cela se ressent lorsqu'on y va. Marie-Ève y a vraiment ajouté sa touche et même si on ne la croise pas en allant faire nos emplettes, des ardoises expliquant le pourquoi du comment nous mettent tout de suite à l'aise avec le principe du libre-service. La récolte à même le jardin est aussi offerte pour ceux qui aiment noyer leurs mains dans la terre fraîche pour en sortir eux-mêmes une partie de leur

soûper.

Cette maraîchère de cœur ne demande pas grand-chose. De l'aide, quelques fois, pour une petite corvée, ici et là, question de maintenir le ratio de « mauvaises herbes » à un niveau qui ne dépasse pas les récoltes et... du respect. Autant pour le travail fait par les mains que pour cette terre qui nous nourrit. Que cette philosophie puisse faire des petits et se répandre. Partout.

Encore merci « la Voisine » pour ta confiance!



Gabrielle Charbonneau

Pour plus d'informations :
Lechampdelavoisine.ca
Facebook : Le Champ de la Voisine

Pharmacie Samuel Desjardins inc.

Heures d'ouverture prolongées!

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

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

Heures d'ouverture :

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



SERVICES PROFESSIONNELS



SUIVI TENSION
ARTÉRIELLE



SUIVI GLYCÉMIE



TRANSFERT
DE DOSSIER



CONSULTATION
PERSONNALISÉE



LIVRAISON GRATUITE
de vos médicaments



ET PLUS ENCORE

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

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

Pharmacie Samuel Desjardins inc., pharmacien propriétaire

25, rue Principale Nord, Sutton 450 538-0055

Affilié à



Sutton se dote d'un frigo communautaire

Le Centre d'action bénévole (CAB) de Sutton, en partenariat avec un groupe de citoyens mobilisés par la sécurité alimentaire, expérimente cet été un projet-pilote de frigo communautaire, le FrigoDON. Sutton emboîte ainsi le pas aux différentes communautés déjà dotées de frigos communautaires anti-gaspillage, un phénomène qui se multiplie avec succès à travers le Québec.



Un projet rassembleur, ouvert à tous

Les frigos communautaires permettent de lutter contre le gaspillage en donnant l'occasion à chacun de partager gratuitement la nourriture. Il rassemble des citoyens de tous les horizons qui collaborent ensemble afin de promouvoir le partage et l'autonomie dans la communauté. Le frigo est ouvert à tous les résidents de Sutton et Abercorn, car il n'est pas uniquement destiné aux gens dans le besoin. Les usagers du frigo sont encouragés à participer à tous les volets de l'opération du frigo : l'utilisation des denrées, l'approvisionnement, l'entretien et la promotion du projet.

Une initiative citoyenne, par et pour la communauté

Un tel projet contribuera non seulement à la sécurité alimentaire locale, mais il favorise aussi la création de liens et une culture de partage au sein de la communauté. Le conseil d'administration du CAB de Sutton se réjouit d'une telle initiative. « La solidarité, l'inclusion sociale et la valorisation du pouvoir d'agir sont au cœur de la mission du CAB et l'un de nos grands axes d'intervention est la sécurité

alimentaire. Pour ces raisons, c'est avec plaisir que nous appuyons ce projet de frigo communautaire à titre de partenaire de l'initiative. »

Une équipe de bénévoles assurera l'inspection quotidienne et l'entretien rigoureux du frigo, la gestion des déchets, ainsi que l'approvisionnement auprès de fournisseurs écopartenaires. Les commerces, restaurants et agriculteurs locaux souhaitant devenir partenaires de l'initiative, tout comme les particuliers, sont donc invités à faire des dons localement. Ces écopartenaires commerciaux seront autorisés à déposer des aliments préparés au sein de leurs installations, répondant ainsi aux normes en matière d'alimentation, en inscrivant la date de fabrication et de péremption des aliments donnés.

Comment utiliser le FrigoDON

Qu'est-ce qu'on peut donner ? Des fruits et des légumes, des aliments commerciaux dont l'emballage est intact avec la liste d'ingrédients complète et la date de péremption présente sur l'emballage.

Quoi ne pas donner ? De la viande et du poisson, des repas maison ou entamés, des aliments dont l'emballage est ouvert et les aliments en vrac.

Chaque utilisateur se doit de vérifier l'intégrité des aliments et de leurs emballages avant de les consommer. Il est également fortement conseillé de bien nettoyer fruits et légumes. En cas d'allergies, l'utilisateur doit éviter de consommer des aliments sans liste d'ingrédients complète. Dans le cas d'allergies sévères, il n'est pas recommandé de consommer des aliments ne pouvant être certifiés sans allergènes.

Où se trouve le FrigoDON ?

Le FrigoDON est situé à l'intérieur du Centre John Sleeth, au rez-de-chaussée du 7 rue Academy et sera ouvert pour l'été, du lundi au vendredi, de 9 h à 16 h et le samedi de 10 h à midi.

Suivez le FrigoDON : facebook.com/FrigoDONsutton

Pour toute information ou pour s'impliquer, contactez Marilyn Moldvar au 450.204.8061.

Janna Hubacek

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

**COURVOISIER
 CONSTRUCTION**
 INC.

DUNHAM
 450 521-7405
courvoisierconstruction.com

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

Marcel Tétreault
 Notaire / Notary

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

Les Immeubles Dwyer Enrg.
 Courtier immobilier agréé
www.dwyer-realities.com
Laurette Dwyer
 Chartered Real Estate Broker
immdwyer@axion.ca (450) 298-5341

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

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

SÉBASTIEN KAEMPF B.A.A.

450 538-1555
www.sebastienk.com
 Évaluation gratuite
 Remax Professionnel
 Agence immobilière

Courtier Immobilier

**VOUS PENSEZ VENDRE ?
 ESTIMATION GRATUITE**

**THINKING OF SELLING ?
 FREE ESTIMATE**

Franchisé indépendant et autonome de RE/MAX Professionnel Inc.

VALORISATION RÉSIDENIELLE
 HOME STAGING

PHOTOGRAPHIE PROFESSIONNELLE
 PROFESSIONAL PHOTOGRAPHY

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

SERVICES BILINGUES / BILINGUAL SERVICES

SUTTON • ABERCORN • FRELIGHSBURG • DUNHAM

JEAN LACROIX
 COURTIER • IMMOBILIER AGRÉÉ
 CELL. : 450 578.4008
JEAN.LACROIX@REMAX-QUEBEC.COM
JEANLACROIX.CA

NADJA-MARIA DAVELUY
 COURTIER • IMMOBILIER RÉSIDENIEL
 CELL. : 450 525.3914
NADJAMARIA.DAVELUY@REMAX-QUEBEC.COM
DAVELUY.CA

BUR. : 450 538.4000

QSC
 TranquilliT
 IntégriT



RE/MAX
Le leader de l'immobilier
Franchisé indépendant et autonome
de RE/MAX Québec inc.

Luc Giguère
Courtier immobilier

luc.giguere@remax-quebec.com

Tranquilli-T
.com
Pour une protection unique et exclusive.
* Certaines conditions s'appliquent.

Bilingual services

450.531.5886



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



Wonder Woman

Les gens qui choisissent de quitter la ville pour habiter la campagne ont sans doute une volonté de fuir un certain excès de stress, si insistant en milieu urbain. Les sollicitations sont quand même moins intenses en haut d'une butte, avec vue panoramique et petits oiseaux tout le jour durant, qu'au coin de St-Laurent et Des Pins. Nous choisissons de nous préserver, faisons du yoga, marchons en montagne, respirons un air plus pur et mangeons des légumes qui poussent tout près. Nombreuses sont aussi les personnes qui se créent des moyens d'être moins dépendantes de salaires importants pour venir à bout de régler tous les frais mensuels. Diminuer les besoins permet de réduire le stress d'avoir à les combler.

Malgré toutes ces techniques et en dépit de nos capacités personnelles à gérer le stress, nous sommes soumis à divers facteurs stressants s'immiscant dans nos vies, sournois ou non, connus ou pas. Moi la première et pourtant, je ne suis pas complètement nulle en la matière, mais parfois... L'impatience : faut vraiment que je ponde ce texte et on cogne à ma porte pour une demande ou une autre. La frustration : je n'y arriverai jamais, non de non ! Il ne me reste que deux heures pour écrire et on me parle, on me parle et je bouille en dedans ! Alors, je vais à mon armoire de plantes et je prends une bouteille, je m'en verse quinze gouttes dans un peu d'eau et je laisse la pression diminuer. Il est clair que la meilleure technique serait de dire que je suis pressée par le temps et de m'excuser poliment à mes interlocuteurs, mais bon, je n'y arrive pas tout le temps. Mon esprit s'égaré parfois du chemin pourtant connu du lâcher-prise.

Revenons sur les quinze gouttes de plante. J'ai besoin de me concentrer, de classer de l'information dans mon cerveau et de retenir ladite info pour éventuellement lui donner la forme d'un article cohérent et, idéalement, digne d'intérêt. Cette plante, c'est le rhodiola. *Rhodiola rosea* pour être spécifique, car il existe beaucoup d'espèces de rhodiola, mais la plus intéressante et aussi la plus étudiée est la *rosea*.

La plante est principalement originaire des régions nordiques, voir circumpolaires d'Asie, d'Europe et d'Amérique, ainsi que des hauteurs des Alpes, Pyrénées et montagnes des Carpates. Les anciens de Russie, de Chine et de Scandinavie l'utilisaient abondamment, tout comme nos grands-parents autochtones. Le rhodiola peut quand même pousser par chez nous, préférant un sol sableux sec, des températures froides et du soleil direct. On récolte les racines des plants après un minimum de trois ans d'implantation.

Comme le rhodiola a fait l'objet de nombreuses recherches cliniques et pharmacologiques, sur les animaux et sur les humains, une foule de renseignements expliquent ses actions médicinales².

Le rhodiola fait partie des plantes adaptogènes. J'ai déjà abordé le sujet dans des textes antérieurs¹. Les adaptogènes sont des plantes qui augmentent de façon non spécifique les résistances de l'organisme au stress. Le rhodiola est un adaptogène refroidissant, par opposi-

tion à ceux dits réchauffant comme le ginseng asiatique, ce dernier pouvant être surstimulant pour bien des gens. Le rhodiola stimule, donc, mais sans excès. Il augmente la concentration et le spectre d'attention sans exciter ni provoquer de nervosité ou d'insomnie. Il est tout indiqué pour les individus fatigués d'un trop-plein de travail ou de stress de vie active. Pour les étudiants en fin de session ou pour les shifts de nuit hyper exigeants côté concentration. Pour les mamans vidées par les grossesses et les années d'allaitement et pour les autres championnes olympiques officielles, bref, pour conserver son titre de *Wonder Woman* sans se crever à la tâche !



Rhodiola rosea

Le rhodiola protège les cellules et les organes des dommages causés par les radiations, les produits chimiques et les métaux lourds. Il prévient et traite l'épuisement immunitaire provoqué par le surmenage ou les traitements médicaux intenses. Il est bénéfique pour les gens aux nerfs compromis présentant des symptômes « Parkinsoniens » ; tremblements, raideurs musculaires, lenteur des mouvements et autres. Il stimule les fonctions reproductrices des hommes et des femmes et aide à prévenir les dommages cardiaques causés par le stress.

Ça semble toujours incroyable quand on énumère les actions des plantes médicinales, en plus, je n'ai fait qu'effleurer celles du rhodiola. Comment se fait-il alors que l'on puisse ne pas être en parfaite santé en tout temps si de telles merveilles poussent sous nos yeux ? ! Les guérisons sont multifactorielles comme je le dis souvent. Et puis, au départ, rien ne remplace quelques bonnes nuits de sommeil pour quiconque croule sous la fatigue ! Les miracles ne sont en fait que des gestes posés, conscients ou non.

Annie Rouleau, Herboriste praticienne
annieaire@gmail.com

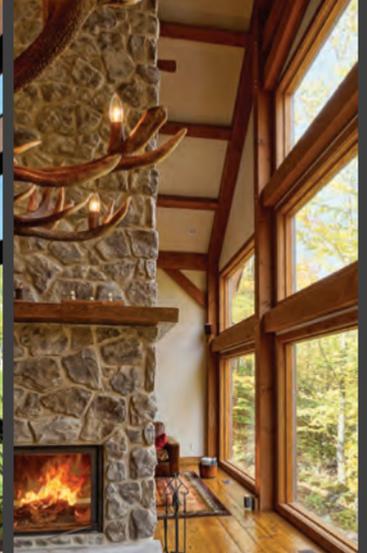
¹ <http://desplantesdesetresdesmots.blogspot.ca/2014/04/resilience-et-rebondissements.html>

² À lire pour bien comprendre même si c'est très scientifique : <http://cms.herbalgram.org/herbalgram/issue56/article2333.html?ts=1500402713&signature=bbbacc8da1efecbf1ee0c0ea543ecb5>

Adaptogens, Herbs for strength, stamina and stress relief, par David Winston et Steven Maimes, Healing Arts Press Rochester, Vermont © 2007

<http://www.herbwisdom.com/herb-rhodiola.html>

http://www.passeportsante.net/fr/Solutions/PlantesSupplements/Fiche.aspx?doc=rhodiola_ps



KYO
habitation

Architecture
Préfabrication
Construction

Auto-construction
Tâches partagées
Clé-en-main

www.habitationkyo.com
1 (855) 768-8737

RBG : 5569-1022-01

La Compagnie Robinson, produits héritage

La Compagnie Robinson est un projet artisan qui a vu le jour à Montréal dans le quartier Villeray et qui a migré vers la campagne à Brigham afin d'y trouver un nid pour la famille. On y fabrique des accessoires de cuir durables et intemporels entièrement faits à la main avec du cuir au tannage végétal acheté directement à la tannerie aux États-Unis.

Ce type de tannage a gagné en popularité à l'ère industrielle en partie grâce à son court temps de production (7 à 10 jours), à la flexibilité qu'il donne au cuir (car les minéraux brisent les fibres) et à la résistance à l'eau qu'il lui confère. Mais les rejets d'eau contaminée sont souvent négligés chez certains manufacturiers et les conditions pour les travailleurs dans ces usines ne sont pas toujours « humaines ».

Slow made ! C'est dans cet esprit qu'il travaille leurs gammes de produits et comme le *slow food* qui se trouve à l'opposé du *fast food*, le mouvement *slow made* prend tranquillement de l'ampleur en occident, mais l'industrie de la mode dicte tout de même le pouls allant jusqu'à créer des collections chaque semaine chez certaines grandes marques.



Pour trouver la tannerie qui correspondait à leurs valeurs, il a fallu près d'un an de recherche afin d'analyser des échantillons qu'ils recevaient de France, d'Italie, du Canada et des États-Unis. À leur grande surprise, ils ont constaté qu'il n'y avait presque plus de tannerie au Canada. Ce ne sont que des distributeurs essentiellement de cuir au chrome. Il y a certainement des avantages économiques à passer par un distributeur et ça leur arrive de le faire, mais ils préfèrent avoir une relation directe avec l'entreprise qui transforme leur produit.

Patrice est un fan des jeans Levi's où les coupes sont essentiellement les mêmes depuis plus de 100 ans. « Je ne sais pas pour vous, mais je ne lave presque jamais mes jeans. Je les achète bleu régulier et sans pré-lavage et à mesure qu'elles vieillissent, elles développent du caractère. C'est comme un sacrilège de les acheter pré-lavées, non? »

C'est un peu aussi le concept derrière le cuir au tannage végétal. Les propriétaires et fondateurs de La Compagnie Robinson le disent haut et fort : leurs produits sont « beaux avec le temps. » Finalement, c'est un peu comme nous, les humains. On finit par avoir de la maturité et de la sagesse avec le temps.

Le fondateur et directeur création, Patrice Didier, a commencé à faire des accessoires en cuir, car son étui à lunettes l'a lâché en plein hiver et il s'est dit que ça n'avait pas de sens de payer 190 \$ pour des lunettes et que l'étui soit en similicuir. Sérieusement, de la cuirette !?

Leur approche quant à la production d'objets est orientée vers un design simple, classique, et le plus souvent que possible destiné autant aux hommes qu'aux femmes. « Quand j'ai commencé à travailler le cuir, c'était une longue courbe d'apprentissage avec essais et erreurs, mais je crois que c'est de cette manière qu'on apprend le plus. On ne refait jamais la même erreur deux fois ! » ajoute Patrice.

Vous trouverez les produits de La Compagnie Robinson sur leur site Internet, ainsi qu'à la boutique de designers québécois Urbaine des Champs, à Sutton.

lacompagnierobinson.com
Instagram / Facebook / Pinterest @lacompagnierobinson

Martin Gendron

Le nom Robinson lui est venu naturellement après que son grand-père soit parti pour le long voyage. Disons qu'il a désiré le garder encore un peu à ses côtés. Il y a vraiment un esprit "héritage" autour de la marque et Patrice voulait que les gens puissent laisser à leurs enfants un objet qui leur a servi toute une vie. Comme un de ses amis lui avait dit une fois sur le bord d'un feu : "On peut voir, toucher et sentir parfois la vie d'une personne à travers un objet".

La Compagnie Robinson travaille uniquement avec du cuir au tannage végétal. Ce cuir est issu d'une méthode traditionnelle où l'on met des matières végétales (racines de chicorées, feuilles et morceaux d'écorces par exemple) dans de grands barils de bois. On parle de 30 à 60 jours pour que les tanins agissent. La Compagnie Robinson valorise ce type de tannage pour la rigidité de ses fibres (au début, le cuir est plus "stiff", mais il s'assouplit au bout d'un moment) et le développement d'une patine qui sera unique selon les habitudes de l'utilisateur.

Il existe une autre manière de tanner, avec des minéraux de sels de chrome. Cette méthode est utilisée pour 80 à 85% de l'ensemble du cuir produit mondialement.

ISABELLE BARON
couturière
d'idées

Conception | Réalisation
Coussins Réparations
Housses Rideaux
Literie Stores
Projets Vêtements particuliers ...et plus!

34c, Principale Nord
Sutton, Québec J0E 2K0
450-577-5888
idees@isabellebaron.com

COIFFURE
STUDIO
ZONE

58 RUE PRINCIPALE NORD
SUTTON
450.531.9244

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 «tout en douceur»
une alternative à la chirurgie et aux injections.*

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

URBAINE
des Champs

VÊTEMENTS DE CRÉATEURS QUÉBÉCOIS
HOMME . FEMME . ENFANT . CHAUSSURES . ACCESSOIRES
2 PRINCIPALE SUD . SUTTON . 450 . 538 . 2573
URBAINEDSCHAMPS@GMAIL.COM [f urbaine.d](https://www.facebook.com/urbaine.d)
OUVERT TOUS LES JOURS

Le comptoir
DU MARCHAND
DE THÉ

THÉS, ROOIBOS & TISANES EN VRAC . THÉIÈRES . ACCESSOIRES . DÉGUSTATION
2 PRINCIPALE SUD . SUTTON . 450 . 538 . 2002 [f](https://www.facebook.com/lecomptoirduMarchandDeThe)

It's About Us - Looking Back at Le Tour's 34 years

Le Tour first appeared in September 1983 with 16 pages of information and stories about our region. Its mission was clear right from the start - to bridge the communication gap. Those working in the tourism sector saw a rift between tourists and the local population. Visitors to the region were unaware of the region's history and the burgeoning arts and culture community and conversely, the work of artists and tourism-sector organizations like museums and the newly-established wineries, were unfamiliar to the local population.

To Denis Boulanger, the then-president of the Bureau du tourisme et de congrès de Sutton (BTCS), believed a newspaper would be the answer to joining the two. Le Tour was started for the community - to bring it closer together and at the same time, to incite tourists to discover our region, to utilize its resources and to come away with an understanding and an appreciation of our arts, heritage and culture.

The dynamic trio of Denis Boulanger, Daniel Paquette and Betsey Johnston published the paper in the early years. While its name hasn't changed, its format has, thickening, and then shrinking a bit before returning to its now familiar size. The all black-and-white format gave way to big photos and bursts of colour. The paper was first printed in Magog and then at the presses of the Sherbrooke Record until finally it could be created electronically. The years leading up to its desk-top publishing were labour intensive as the team had to write and edit their own work, paste-up and wax the layout for printing, spend a few days in Magog "putting the paper to bed" and then make the deliveries themselves.

The late 90's saw remarkable changes in the paper. In

1998, Daniel Paquette made the decision to resign as editor, Betsey Johnson had already moved on by then and the BTCS was diminishing. Denis Boulanger suggested a partnership with Daniel whereby they would purchase the paper together and breathe new life into its original concept. The offer was accepted and the new and improved Le Tour gained in importance and popularity.

The paper returned to its larger format and Denis invited people to submit articles about culture, history and country-living. Those eye-catching images too accompanied the well-crafted words of local writers whose interests now covered topics ranging from spirituality to astronomy, gastronomy to herbalism, history to literature, and health, sports and recreation. Some writers have been contributing to the paper since this transformative time.

The paper has always been bilingual because it reflects our community and it's always been free thanks to the devoted professionals, merchants and businesses that support its mission and vision. While the paper's distribution was initially just in Sutton, it now is mailed to 6000 residents in Abercorn, Dunham, Frelighsburg, Stanbridge East, Sutton and West Brome. Another 2500 to 3000 copies are delivered to drop-points such as visitor information centres and in strategic touristic areas and enterprises in the above-mentioned towns, as well as in Cowansville, Bromont, Knowlton, St-Armand, and sometimes as far as Bedford and Mystic.

Le Tour really helped to get things going for the winery and for the Route des vins as a whole. Promoting arts and culture events like the Tour des Arts and the Sutton Jazz Festival likewise, has created a new arts-and-culture vibe.

Daniel Paquette stepped back completely from the paper a few years ago but with the support of two professionals from the area, the paper continued to prosper. Denis Boulanger retired in 2015, but not before he invited Geneviève Hébert to accept the challenge of becoming the new owner and editor.

The paper was created so that people could learn about themselves, so that they could see themselves as others who visit this region see them. Le Tour has helped build a community and keeps us connected and informed. It leaves our welcome mats out and invites us to join and participate in each other's current events. It promotes our products and helps us to see what an amazing region we live in.

Thirty-four years multiplied by 4 issues per year going to press (plus a few extra special editions), and averaging between 16 to 52 pages per issue, means that there has been a lot of writing, a tremendous amount of volunteer time and immeasurable creativity and energy contributed to bridging the communication gap. Denis Boulanger recalls that "34 years ago people didn't believe the paper would get off the ground or that tourists or locals would read it; now people say, they can't live without it!" Happy Anniversary Le Tour!

Heather Darch

Sources: Conversation with founder and past owner and editor Denis Boulanger, June 13, 2017. Musée Missisquoi Museum
2 rue River, Stanbridge East QC J0J 2H0
450 248-3153 info@missisquويمuseum.ca
MissisquoiMuseum.ca



Justin Manasc
Ingénieur forestier
Forest Engineer

560-A CH. KNOWLTON,
LAC-BROME, QC J1E 1V0
tél.: 450 242-1366
Télé.: 450 242-1367
www.foreco.ca
courriel : justin@foreco.ca

Consultation
Aménagement des boisés privés
Aménagement de sentiers forestiers
Plans d'érablière
Private woodlot management
Forest trail development
Sugarbush plans

The change meant that Le Tour was more entertaining and became the source for information about the region, whether you were a visitor or a local. It helped to awaken the energy and enterprise of our fellow citizens and stimulate tourism. Just talking about hiking and biking in Sutton for example, now means that the region is known and used for its great trails. The same holds true for the success in agri-food enterprises, outdoor outfitters, boutiques and restaurants. The Domaine des Côtes d'Ardoise was just a fledgling operation 35 years ago, but reading about it in

Kō
PAYSAGES

ÉCOSYSTÈMES PAYSAGERS · ENTRETIEN MINIMAL

450 266-4466 | KOPAYSAGES.COM

Héritage Sutton : 35 ans bientôt

Le Tour aura bientôt 35 ans. Tout comme la Société d'histoire Héritage Sutton qui a reçu sa charte le 26 avril 1983. Les requérants avaient nom : Edmund Eberdt, Irene Page, Winston Bresee, Harry Chapman, Jean-Paul Deslières, lesquels ont formé le premier conseil d'administration de la nouvelle corporation.

En tête de l'énoncé de mission inscrit dans la charte, ce paragraphe : « Promouvoir l'étude et la connaissance des débuts et des périodes subséquentes de l'histoire des Cantons de l'Est et de la région de Sutton, en particulier, en recueillant de la documentation et en conservant et mettant à la disposition du public les collections d'objets et les documents d'intérêt historique ainsi recueillis... »

Cette mission n'a pas changé, sauf qu'il n'est plus question d'objets. En effet, à l'origine, Héritage Sutton chapeautait aussi le Musée. L'édifice, alors baptisé Centre Heritage, et une collection d'artefacts relatifs à l'histoire des communications avaient été donnés par Edmund Eberth. Au début des années 2000, le Musée a été pris en charge par la Ville de Sutton avec pour mandat la préservation d'une collection permanente d'objets témoignant du passé de Sutton et la présentation d'expositions temporaires. La société d'histoire

conservait la charte et le nom d'Héritage Sutton.

Depuis plus de 15 ans maintenant, Héritage Sutton documente l'histoire de Sutton et de la région. Lentement mais sûrement, les pièces du casse-tête se mettent en place grâce à l'exploration systématique des différentes sources d'information et aux dons d'archives photographiques et documentaires qui sont faits. Ces dons sont extrêmement importants. Merci à tous ces donateurs : les familles Boulanger, Boulay, Cook, Godue, Jenne, Ouimet ; Alain Camille, Catheryne Carr-Royea et Anita Carr – McFeeters, Jesse Chayer, Égide Dandenault, Jean-Paul Deslières, Nancy Douglas-Shepard, Darlene Inglis-Degens, Frederick J. Knights, Eva Major Marothy, Thérèse Lacasse-Santerre, Dominique Parent, Alexandrine et Pierrette Poissant, Wesley Larocque, Marlene Simmons, Patrick Watson ; la Légion royale canadienne – Filiale 158, la Salle communautaire de Sutton Junction, le Service d'incendie de la Ville de Sutton, la station de ski Mont SUTTON.

Alors, si vous avez des archives familiales ou personnelles qui témoignent de l'histoire de Sutton, nous aimerions vous rencontrer pour discuter du partage de cet héritage. Il y a deux façons de le faire : soit par la

donation des archives elles-mêmes afin qu'Héritage Sutton, qui dispose d'une voûte à cet effet, les conserve dans des conditions de conservation adéquates ; soit par la donation d'une version numérisée qui sera réalisée par la société d'histoire selon les règles de l'art. Si vous le désirez, un fonds sera créé à votre nom ou à celui de votre famille.

Un document d'archives a d'autant plus de valeur que nous connaissons le contexte : les noms des personnes et des lieux ; les dates et les circonstances, etc. Héritage Sutton vous aidera à organiser vos archives et à compléter l'information si nécessaire.

Nous vous invitons donc à nous contacter par courriel à heritagesutton@gmail.com. Vous pouvez aussi laisser un message dans notre boîte vocale au 579 380-9437. Si vous préférez parler à une de nos bénévoles, composer le 450 538-3513.

La mémoire collective s'enrichit de ce que chacun de nous y contribue!

Jeanne Morazain, présidente de la société d'histoire Héritage Sutton

I scream, you scream, we all scream for...Chocolate!



Alas, we have already made it to August, which means our summertime fun is coming to an end ever so quickly. From a sunny day to family gatherings, summer leaves us nostalgic. Something that makes me nostalgic is the taste of chocolate. Not the kind you get from grocery store stands, but homemade chocolate.

Every Easter, my grandmother and grandfather would treat my brother and me to a chocolate-shaped bunny or duck from the Chocolaterie Muriel in Sutton. My personal favourite, wrapped with a decorative ribbon, was the chocolate bunny.

Offering a lovely selection of homemade chocolate creations, the Chocolaterie Muriel is located in the heart of Sutton. The owner,

Muriel, makes homemade chocolates of all sorts, and even festive treats for special occasions such as Easter, Mother's Day, and Halloween. The themed chocolates offer great detail, precision, and deliciousness. From Easter bunny chocolate carvings to Mother's Day chocolate flower bouquets, there is plenty to choose from no matter what occasion, which makes for a heartfelt and, not to mention, yummy gift.

At Halloween, homemade chocolates are given to trick-or-treaters. Who can say 'No' to homemade chocolate? It is definitely worth stopping at the Chocolaterie Muriel on your trick-or-treat route this Hallows Eve.

Aside from holiday treats, there is a variety of assorted chocolates in-store, as well as ice

cream and sherbets. Muriel even makes her own waffle cones. For those of you who have kids or a kid's heart, know that Muriel can also bring chocolate making into your home for a birthday party so everyone goes home with their own delicious homemade chocolate treat.

As our summer days leave us ever so quickly and fall settles in the Townships, we will reminisce as we do every season. However, for every season, there is something to hold on to: chocolate. So, on your next visit or stroll through town, stop by the Chocolaterie Muriel to grab a few sweet treats or surprise someone with chocolate for any occasion.

Mariah McKenney

Bistro WEST BROME

Vivez des moments inoubliables!

25\$ de rabais sur présentation de cette annonce à l'achat de deux tables d'hôte au Bistro.

L'un des 11 restaurants à ne pas manquer dans les Cantons-de-l'Est! "Journal VOIR"
128, route 139, West Brome, Qc J0E 2P0 | 450 266-7552 | info@awb.ca | awb.ca

AUBERGE WEST BROME

Dre Snezana Stanojlovic
omnipraticienne



Traitement des rides du visage
Botox, Radiess, Teosyal, Sculptra, Juvéderm, Esthélys
Injections de plasma riche en plaquettes (PRP)
Traitement des varices
Épilation au laser : NdYag et Alexandrite pour tous types de peau
Traitement de relissage cutané (Endy-Med)
Traitement du décolleté et peelings faciaux
Mésothérapie
Taches, couperose, mélasma
Photo rajeunissement

www.docteurstan.com
Centre LuxAetre
450 243.0005 - 273, chemin Knowlton, Knowlton

Diane Blais - Coach de vie & de santé

FRÉQUENCE  SANTÉ

Bilan de santé / Herbes médicinales
Kinésiologie de reprogrammation
Essences de fleurs | Soins énergétiques | Gestion de poids
514 703-2067 · Dunham · shatawow@hotmail.com

Bois de chauffage à vendre
Fire wood for sale

450 204-3574
pssantere@gmail.com

Plantation des Frontières
Depuis 1980



MINI EXCAVATION

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

Sapins de Noël

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

450 248-3575
plantationdesfrontieres.com

Bruno Poulin
Spécialiste en chauffage d'appoint

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

450 531-4742
bexpertconseils@hotmail.com

RBQ 8239-5310-46

R3 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.
450 266-4548
production.codesi@gmail.com • 139, rue Barré, Cowansville, J2K 2H3



Nos bâtisseurs

On se soucie peu de ceux et celles qui nous ont précédés. Ce sont eux pourtant qui, sans faire l'Histoire, ont mis en place notre décor, notre organisation sociale et notre environnement. On pense encore moins à toutes les énergies qu'ils ont dû déployer pour parvenir à leurs fins. Philippe entretenait cette réflexion pendant que ses nouveaux voisins faisaient arracher la touffe de lilas et les plates-bandes de plantes rustiques qui ornaient leur nouvelle propriété. C'est leur droit, il le reconnaissait. Mais agiraient-ils ainsi s'ils avaient seulement connu la regrettée madame Déry et ses efforts persistants pour fleurir son dur paysage rocailleux? Lui, il l'aimait bien l'aménagement paysager de sa voisine. De plus, la voir si heureuse de désherber ses hémérocailles, ses phlox et ses monardes lui rendait ses propres tâches horticoles un peu moins insupportables.

Nous ne démontrons pas davantage de considération pour nos bâtisseurs qu'il se disait. Qui se rappelle les démarches de nos dirigeants d'hier pour doter leur région d'hôpitaux et de bureaux administratifs ou pour attirer les industries qui soutiennent nos économies locales? Qui donc connaît le nom des fondateurs de sa municipalité? Les divers comités de toponymie auraient beau proscrire à jamais les noms d'oiseaux, de fleurs et de vins, il n'est pas sûr que nous pourrions honorer la mémoire de tous ceux qui, au jour le jour et souvent dans l'adversité, ont modelé nos quartiers, nos villes, nos vies.

Bien sûr, des regroupements de toutes sortes se chargent de distribuer médailles et attestations à des gens qui ont « réussi ». Nos ordres nationaux et provinciaux, nos universités et grandes villes font pleuvoir sur des « citoyens modèles » des honneurs que leur renommée, leur fortune et/ou leurs généreuses charités leur auraient, semble-t-il, mérités. Ce sont la plupart du temps des gestes élitistes d'autogratification pensait-il.

Mais a-t-on seulement une pensée pour les monsieur-madame-tout-le-monde? Cette gentille madame Déry qui embellissait son quartier par exemple? On attribue trop souvent nos « reconnaissances » qu'à ceux que la vie a gâtés, se répétait-il.



Michel Guibord à l'oeuvre - Tableau de Rachel Dennis

C'est avec ces idées en tête que Philippe décida de planter un chêne. En plein centre de son petit terrain. Il s'en chargerait dès le lendemain. Il en ferait un monument à sa voisine et, pourquoi pas à tous ceux qui patiemment ont édifié sa communauté, dans l'anonymat, sans trop y penser et sans attendre de récompense en retour.

Post-scriptum :

Plantons un arbre, portons un toast, faisons quelques pas de danse en l'honneur de notre journal *Le Tour*, de ses fondateurs, de son actuelle editrice et de l'équipe de collaborateurs. Notre journal entame avec ce numéro, sa 35^e année d'existence comme témoin important des coutumes, des affaires et de la culture de notre communauté. Santé! Cheers! Tchîn-tchîn!

Une tranche de vie racontée par Michel Guibord

EST. 1830
Woolrich

17 LAKESIDE
Knowlton, Lac-Brome
450-243-0058

Reading Ulysses

Last spring, it was time. I was 60, and the book that topped my “read-someday” list mocked me from the bookshelf. I had sought companions to read Proust’s *Remembrance of Things Past*, to help me understand and finish it. But now I was going to tackle James Joyce’s *Ulysses*, about which so much had been researched and written. So I asked just one friend to read it with me, and I stayed in contact with another reader in Vermont. Essentially, though, I was on my own.

There are many reasons to read *Ulysses*, but its difficulty looms large. It’s the first book to use stream-of-consciousness well, to depict convincingly how the mind jumps around, how half-thoughts beget reminders or memories, and how fragments of speech or a sign or a person send the mind shuttling off in multifarious directions. We all experience this, but wouldn’t writing it mean putting it all into some sort of order, its essential disorder lost? Soon I’d form my own opinion.

In 1998, *The Modern Library* listed *Ulysses* as the most important novel of the 20th century. But its difficulty always stopped me. I wanted a concentrated read, thorough and unhurried. I wanted to “get it”. It’s a book to reread, it’s said, so I wanted my reread to not feel like my first read. Thus, over the years, I marshalled resources. In the mid ‘90s, at a Waterstones Bookstore in Boston, I bought Don Gifford’s notes, a book bigger and longer than the text itself. It’s keyed to a particular edition—page and line—so bought that too. Gifford is actually a condensation of a multi-volume and ongoing study, now continued on the internet. Around 2005, I found a 26-hour-long recording of *Ulysses* by acclaimed Irish actors Jim Norton and Marcella Riordan. This was a breakthrough! For the first time, as I read along, I could mentally hear it, and parse the largely un-delineated text into narrative, stream-of-consciousness, dialogue, and repartee, both mental and spoken. In group scenes, I actually could hear who was responding to whom. And once I could hear it, I COULD HEAR IT! That’s when I knew the book was brilliant, that Joyce was a verbal magician, and it would all be worth the effort. (My advice to you? Don’t attempt it without a recording in an Irish accent!)

I reread *Joyce’s Dubliners* and *Portrait of the Artist as a Young Man* in March and April, but my journey through *Ulysses* proper lasted from 4 May 2016 though 24 January 2017. Accounting for absences, I logged only 3.6 pages per day, and spent many more hours reading the history and geography of Dublin, Irish prejudices and sensibilities, and several books about *Ulysses*.

Firstly—you will explain this endlessly to others, hoping not to embarrass them—*Ulysses* is *not* about Odysseus, the Greek hero of Homer’s *The Odyssey*, though *Ulysses* is what the Romans called Odysseus. It is about Leopold Bloom, his wife Molly, and Stephen Dedalus, the 22-year-old son of an acquaintance. The entire novel takes place in Dublin, entirely on 16 June 1904, since called “Bloomsday” by readers. Why is it called *Ulysses*? It’s because the novel’s structure shares



Jay Sames in Trieste

that of *The Odyssey*, but as a modern story: Bloom, an ad salesman for the newspapers, spends the day treading Dublin, living the odyssey of his day to finally arrive home, to become reacquainted with his wife, and during the day finding a “son” to mentor, one Stephen Dedalus, whose real father is such a misfit that Stephen has run away to Paris, though he has returned because his mother is dying. That Molly Bloom, a singer, is having an affair with the onomatopoeic Blazes Boylen, her music director, Bloom well knows, and their scheduled 4 p.m. assignation—in Bloom’s own bed—haunts Bloom’s thoughts all day. As the son of an immigrant Hungarian

Jew—Bloom converted to Catholicism to marry Molly—he is, in most respects, an outsider, not least with the purebred Irish who dislike immigrants to the Emerald Isle, particularly the long-occupying English.

Stephen Dedalus is modelled on James Joyce, who himself returned from Paris to his dying mother. Also, on that particular home-coming, James Joyce met one Nora Barnacle of Galway, with whom he fell in love and would spend the rest of his life. They left Ireland together, unmarried, in October 1904, ending up in Austrian Trieste, where Joyce taught English at a Berlitz school. Joyce would only ever return to Ireland briefly. *Ulysses* was begun in Trieste, and Bloom was modelled on Ettore Schmitz (the author Italo Svevo), one of Joyce’s English students. Bloomsday, 16 June 1904, was the date of Joyce’s first date with Miss Barnacle, the day Joyce memorializes in *Ulysses*.

Ulysses is a complex book; my two companions thought it *overly* complex. But I was smitten, so my love for it didn’t end there. I read Ellmann’s biography of Joyce, a history of *Ulysses*’ tortured publication, and many of the books mentioned in it. I even traveled to Trieste to wander the city where Joyce lived and drank, and where Svevo studied English with Joyce, and eventually wrote. It’s true, I haven’t yet set a date to reread *Ulysses*, but surely it will be soon!

Jay Sames
jay.sames@gmail.com

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

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

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

www.vet-mtv.ca

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

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

CONSTRUCTION • RÉNOVATION
EXCAVATION • AMÉNAGEMENT PAYSAGER
RÉSIDENTIEL | COMMERCIAL | INDUSTRIEL | AGRICOLE

1 866 477.6940
www.gpsconstruction.ca

CONSTRUCTION
DUCHESNE & FRÈRES

450 . 522 . 1573
RBQ: 5649-8116-01

DGE ÉLECTRIQUE

450 538-9999
info@dgeelectrique.com | www.dgeelectrique.com

PLUMBING • HEATING
ALL TYPES OF PUMPS
WATER TREATMENT

PLOMBERIE • CHAUFFAGE
TOUS GENRES DE POMPES
TRAITEMENT D'EAU

Plomberie Dwayne McKenney
1(811) 571-2521-01 9334-2129 Qc Inc.

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

DÉBOSELAGE ET PEINTURE
BODY WORK AND PAINTING

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

Spécialité: peinture vernis
ESTIMATION POUR ASSURANCES

Specialty: Clear coat
INSURANCE ESTIMATES

- Estimation gratuite en tout temps
- Fin de semaine sur rendez-vous
- Free estimates
- Week-end by appointment

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

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

Mécaniciens Famille Morse

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

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



**CÔTÉ
ET FRÈRES
EXCAVATION**
INC.
RBQ:5676-8427-01
450 525-0940



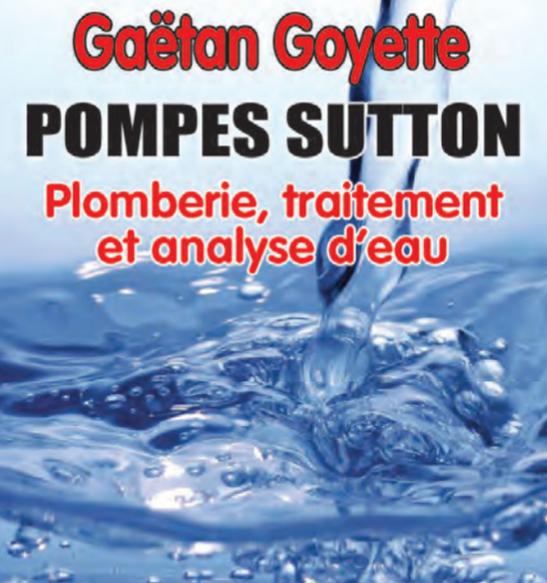
- Transport en vrac pierre - terre - sable
- Excavation de tout genre
- Lac artificiel - Mur de roche - Terrassement
- Drainage
- Champs d'épuration (Système Bionest Enviroseptique)
- Construction de chemins
- Marteau hydraulique (brise-roc) HH 2000



67, rue Sweet, Sutton, Qc JOE 2K0



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



Propriétaires : Patrick et Gaëtan | Membre cmmtq
450 538-3210



CRAMINIFORME
Nathalie Carey
Création et réalisation
d'aménagements paysagers
Consultation horticole
450 522 0650



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

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



LÉON COUPAL
menus travaux services
PEINTURE
PLÂTRE
CÉRAMIQUE
MÉNAGE
LAVAGE À PRESSION
ENTRETIEN
450 777-8227
coupalleon@hotmail.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
WWW.CHARPENTERIEDUQUEBEC.COM

Rewilding



My first real recollection of Susie Briscoe was standing beside her in the late day sunshine in the park in Sutton. I was watching this little guy, her Nathan, scale the basketball net. He was agile – uncommonly nimble – and seemed somehow suspended as he negotiated the structure on the tips of his fingers with no apparent fear. Susie watched very nonchalantly as I stood there biting my nails. My gaze swung from him to her and back again, sure that at any moment she would speak up and tell him to come down this instant but instead she grinned. She exuded this calm – what seemed a completely natural confidence that, despite the fact that her small son was a dozen feet in the air over what suddenly looked like an incredibly hard bit of asphalt, all was right with the world. I was gobsmacked.

Some time later I did a little repair work on her house and found myself pushing my way through her yard, finding incredible beauty in the savage way the plants crept over one another to carve out their spot in the sun. Susie stepped out into the middle of it, into what anal gardeners would deem a disaster and she fit right in. There were no empty apologies, no excuses for unweeded beds because she had no interest in taming her little piece of paradise. It was a wonderful wilderness and it obviously brought her immeasurable happiness.

After knowing her, if only a little, for a while, I bought her book of poems, *The Crow's Vow*. I devoured it. I savoured it. I read and reread each poem, now able to picture her standing by her window looking out on to the garden, enjoying the seasonal comings and goings of the birds, watching mother nature do her miraculous thing, all as her relationship dissolved. Her writing gave voice to so many unexpressed feelings – moments of dissatisfaction, moments of doubt, moments of pure joy. Again, it seemed, in the total absence of judgement. Examination without criticism. Appraisal without blame. Devoid of the mean-spirited recriminations that seem to permeate

our culture. It was, as they say, a breath of fresh air.

And now she's dying. Quickly. And she's chosen to bring all of us along with her on the bumpy ride, generously sharing the heartache and tribulations of her untimely end on her blog *The Death Project* (susanbriscoe.wordpress.com). When most would turn inward, jealously guarding every last minute and living in fear, she has laid it all bare, delving into the darkest places of

one's heart and bringing it out into the light for our edification and inspiration. What a gift.

She would undoubtedly scoff to hear it but I have learned so much from her. Her approach to raising her boys has made me realize that parenting isn't so much about ruling as it is about accompanying. Watching her watch her kids was a lesson in knowing one's place and relishing (almost) every minute of it. Reading her poetry taught me about loss and acceptance and finding beauty in moments of pain and I am sure her words brought not just pleasure but comfort to those who were mourning the end of their own relationships. I suppose it is only fitting for one who has taught us so much about living to also teach us about dying but it is also incredibly brave and it is kind.

It seems very, very wrong to imagine her face-splitting grin being extinguished but it does bring some comfort to see she is charting her own course. She is dying the way she lived – honestly, openly, with acceptance, with love.

And I know the wilderness has already found a place for her.

Sarah Cobb

Atelier Johanne Béland
ARCHITECTE
www.atelierarchitecture.com

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

PÉPINIÈRE S.G.
FEUILLUS ET CONIFÈRES

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

Éric Sauvageau
450-578-1411 • www.pepinieresg.ca

[f /pepinieresg](https://www.facebook.com/pepinieresg)

DUBOIS
AMÉNAGEMENT PAYSAGER
LANDSCAPING

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

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

GROUPE

ST-LOUIS

COWANVILLE

TOYOTA

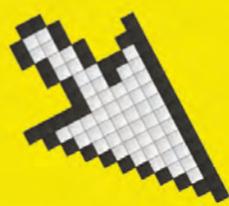
MAZDA

NISSAN



**QUALITÉ.
PROFESSIONNALISME.
RESPECT DE VOS BESOINS.**
VOILÀ POURQUOI ON REVIENT À COWANVILLE.

CONSULTEZ NOTRE
INVENTAIRE EN LIGNE



groupeguystlouis.com



RUE DE SALABERRY 450 263-8888

Accessible Design

As more and more people move into their so-called Golden Years, we increasingly hear about “Accessible Design” and “Aging in Place.”

According to the American Association of Retired Persons (AARP), current statistics show that upon retirement, 80% of seniors prefer to grow old in their own homes. This is referred to as “Aging in Place,” but successful “aging in place” demands that one’s home and household products not only provide continued enjoyment and stimulation, but also support one’s declining functional limitations and enhance one’s quality of life. Therefore, aging in place requires careful planning and home modifications may be necessary to accommodate physical, mental and psychological changes that may accompany aging.



ACCESSIBLE DESIGN

Accessible design is a design process in which the needs of people with disabilities are specifically considered such that facilities can be independently used by people with a variety of disabilities.

Some of the most common types of accessible house designs are:

1. **A visitable house** which includes basic accessibility features that allow most people to visit, even if they have limitations such as impaired mobility. Basic features include a level entry, wider doors throughout the entrance level and a washroom on the main floor.
2. **An adaptable house** which is designed to be adapted economically at a later date to accommodate someone with a disability. Features include removable cupboards in a kitchen, or a knock-out floor panel in a closet to allow installation of an elevator. This approach is also known as FlexHousing™.
3. **An accessible house** which includes features that meet the needs of a person with a disability. Most accessible houses feature open turning spaces within rooms, wheel-in shower stalls and kitchen work surfaces with knee space below.

AGING IN PLACE

Aging in place is the ability to remain in one’s home safely, independently and comfortably, regardless of age, income or ability level throughout one’s changing lifetime.

There are numerous elements of a home that must be considered and potentially adapted so one can effectively stay in their home longer. The design treatment of these elements must also be adapted for one’s level of mobility which could include walkers or wheelchairs. The list below is just a sampling of some of the many questions a designer must consider when pondering the notion of “aging in place”:

1. **General access:** How one can effectively get in and out of the home and circulate through it?
 - a. How can one best live on more than 1 level? Should a stair lift or elevator be considered?

- b. Is ramp access required?
- c. Are walking surfaces slip resistant?
- d. Are lighting levels appropriate?
- e. Are door widths wide enough and hardware easily managed?
- f. Can doors be easily opened?
- g. Might one need additional grab bars, handrails and guard rails to aid circulation?

2. Kitchen design:

- a. Are appliances and storage areas at an easily accessible height?
- b. Might knee-space be needed below work surfaces?
- c. Can one easily move around the kitchen area?

3. Bathroom design:

- a. Are fixtures (toilet, bath, shower, sink) easily accessible?
- b. Might knee-space be needed below the sink?
- c. Can faucets be easily used?
- d. Are mirrors at an appropriate height and angle?
- e. Are grab bars required?
- f. Are walking surfaces slip resistant?

4. Bedroom design:

- a. Can one easily get into and out of bed?
- b. Are storage areas easily accessible and reachable?
- c. Are light levels appropriate and switches easily accessible?

5. Laundry area design:

- a. Are fixtures easily accessible? Might front-loading versus top-loading machines be more appropriate?
- b. Are work areas easily manageable?

With all this in mind, one should also be aware that government financial assistance is available to help with costs that must be incurred to make a home more accessible. For more information on the government program called *Programme d’adaptation de domicile*, you can:

1. contact your local municipality, MRC, or CLSC
2. contact client services center of the SHQ clientele by calling Toll-free at 1-800-463-4315, or by e-mail at infoshq@shq.gouv.qc.ca
3. contact the Services Québec office nearest you
4. check out the following website: habitation.gouv.qc.ca/fileadmin/internet/documents/depliant_pad.pdf

In subsequent issues, we will take a more in-depth look into the accessible design of various areas of the house because there’s nothing like staying in your own home as you age.

Ted Yudelson

Pollution environnementale :

Un brouillard d'ondes de plus en plus dense

Dans de nombreuses villes canadiennes, Bell Mobilité procède à l'installation de nouvelles antennes (*Microcell*) de téléphonie cellulaire, plus petites, très puissantes et à proximité immédiate de nos habi-

tations (bâtiments, poteaux de téléphone, etc.). Plusieurs citoyens en sont inquiets.

Je tiens tout d'abord à remercier grandement le conseil de ville de Sutton d'avoir refusé l'offre de Bell de poser une antenne *Microcell* sur le bâtiment de l'hôtel de ville, ainsi que dans le parc municipal. J'aimerais remercier aussi tous les commerçants qui ont suivi cette voie.

Mais pourquoi des milliers de citoyens, de nombreux scientifiques, médecins et associations internationales sonnent-ils l'alarme concernant l'utilisation que nous faisons de tous nos appareils sans fil? Est-ce exagéré, non fondé? Difficile d'expliquer en quelques mots un sujet complexe où la pression et la désinformation provenant des lobbys de l'industrie des télécommunications sont gigantesques.

Depuis 15 ans, sans s'en rendre véritablement compte (parce que ces ondes sont invisibles), on assiste à une montée en flèche de l'intensité du rayonnement micro-ondes dû à l'utilisation de la technologie sans fil, et cela, à l'intérieur comme à l'extérieur de nos milieux de vie.

L'information des télécommunications (appels téléphoniques, courriels, téléchargements, recherche sur Internet, etc.) circulait habituellement à l'intérieur d'un fil. L'avènement de la technologie sans fil (tour et téléphone cellulaire, téléphone sans fil maison, routeur Wi Fi, tablette, compteur électrique de nouvelle génération, etc.) a semblé offrir plus de commodité, l'information électromagnétique invisible se propageant désormais dans l'air l'ambiant et circulant d'un émetteur à un autre avec une telle densité que cela constitue un véritable brouillard. C'est précisément ce brouillard d'ondes qui bombarde presque tous les matériaux, ce qui comprend le corps humain, ce qui serait à

long terme nocif pour la santé. La puissance de ces ondes dépasse des centaines de fois les limites d'exposition proposées par la baubiologie allemande ou autres associations internationales.

Des milliers d'études épidémiologiques démontrent aujourd'hui un lien clair entre l'exposition au sans-fil et différents types de cancer, de maladies neurologiques et génétiques¹. De plus, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a classifié en 2011 le rayonnement sans fil comme possiblement cancérogène². Le principe de prudence n'est donc pas un luxe, mais une nécessité.

Selon Industrie Canada, il y a environ une centaine d'émetteurs³ commerciaux à Sutton, principalement sur les trois tours de téléphonie cellulaire et environ 3993 compteurs électriques de nouvelle génération qui émettent un rayonnement micro-ondes dans notre environnement. Parce que nous ne souhaitons pas que le niveau d'électropollution de notre ville continue d'augmenter indéfiniment, nous avons proposé et fait circuler une pétition bilingue pendant tout l'été. Cette pétition demande au conseil de ville de Sutton de ne plus accepter aucun ajout d'antennes de téléphonie cellulaire ou de système Wi Fi sur quelque support que ce soit (bâtiments, poteaux de téléphone, tours, etc.).

Un merci chaleureux à tous ceux et celles qui ont signé et participé!

Julie Galipeau
(juliegaliupeau.com info@juliegaliupeau.com)
Consultante en hygiène électromagnétique
Institut international de baubiologie et d'écologie (hbelc.org)

1 www.bioinitiative.org
* Version française (résumé) : www.next-up.org/pdf/BioInitiativeRapportSynthese.pdf
<https://maisonsaine.ca/sante-et-securite/electrosmog/radiofrequences-cancer-evidences-mecanismes.html>
2 www.iarc.fr/fr/media-centre/pr/2011/pdfs/pr208_F.pdf
3 Industrie Canada : http://sms-sgs.ic.gc.ca/eic/site/sms-sgs-prod.nsf/fra/h_00010.html
www.lestourscellulaires.org/distance.php



Traiteur / Catering

Plats cuisinés, petites bouchées et desserts (tarte tatin, religieuse, éclair, tarte 100% sirop d'érable, tarte au citron, Paris Brest, millefeuille).

Meubles d'ailleurs, objets choisis, lampes exotiques et décor unique.

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



Pub food · Pool tables
Cuisine ouverte jusqu'à la fermeture

7 jours par semaine

17, Principale Nord, Sutton **450.538.2426**

Les Villas des Monts de Sutton

Résidence pour personnes âgées autonomes à quelques pas de tous les services

3½ et 4½

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

Et plus.

33, rue Western, Sutton **450 538-1291**

INFORMATIQUE

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

Spécialités :
Réseaux - Mac - Windows - Linux

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

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




IGA vive la bouffe
food is everything



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

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



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

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



Joan Matthews, yoga et spiritualité

Quiconque a la chance de connaître Joan Matthews ne peut rester indifférent. Cette femme a une aura particulière. Elle impose le respect sans même avoir à l'exiger, et pas seulement à cause de sa chevelure blanche. Joan a

eu 85 ans en mars dernier et c'est toute sa spiritualité et son énergie bienveillante qui irradient de sa gracieuse silhouette. Elle a épousé la vie avec un heureux mélange de curiosité, d'humour, d'humilité, d'empathie et, surtout, de foi. Il ne s'agit pas seulement de foi religieuse, mais de la conviction intime que quelque chose de plus grand que soi nous accompagne. Joan ne cherche pas à prêcher ses vertus, au contraire, elle n'hésite pas à parler de ses faiblesses et de ses doutes. Elle est pour beaucoup une guide spirituelle par la profondeur de son cheminement, marqué d'aventures singulières et de rencontres.

« J'aurais pu être une ermite ou une religieuse, mais j'aime trop la musique et la danse! », confie Joan qui ne pourrait se passer de chanter. Tous ses cours de yoga sont, de fait, bercés de douces musiques ou de chants traditionnels de toutes origines. « Mon contact avec les gens se fait à travers l'enseignement du yoga et mon activité de soutien psychologique. Sinon, je vois très peu de monde. J'ai choisi une vie simple et solitaire, pour trouver le calme et le silence, pour pouvoir lire aussi beaucoup, car les livres me guident sur mon chemin spirituel. Je vis avec trois chats et j'aime intimement la nature et les animaux dont on devrait tirer plus d'enseignements. »

Joan n'en est pas venue à se retirer du bruit du monde du jour au lendemain. Elle a vécu de nombreuses aventures, comme sauter en parachute, mais aussi la dépression. Toujours, elle a fait confiance à la vie et aux autres. Plusieurs personnes ont marqué son parcours, à commencer par ses parents dont elle est la fille unique. Son père Georges Cumine, descendant de la famille royale écossaise, et sa mère Glenna Curley, de la famille de fermiers d'Abercorn, lui ont donné la beauté et une grande sensibilité artistique en héritage. Ils l'ont poussée à faire des études d'institutrice et à être curieuse du monde. Avec son mari, Peter Matthews, elle a élevé avec bonheur trois enfants, Garry, Wendy et Glenn. Lorsqu'ils sont tous partis, très jeunes, Joan s'est séparée en douceur de Peter et a découvert le yoga, tout nouveau en Amérique du Nord. Nous sommes au début des années 70.

« Le yoga – le mot signifie union – était une pratique spirituelle venue d'Inde qui permettait d'unifier le corps, le mental et l'esprit. J'ai tout de suite été très intéressée. » Joan suit alors à Montréal les cours de Molly Lawson.

Parallèlement, sa rencontre avec le psychiatre Robert Shepherd lui fait découvrir son don naturel à aider les personnes en souffrance émotionnelle ou psychologique. Formée en psychothérapie, elle ouvre avec lui le Rüter Valley Center à Mansonville, qui accueille des gens en crise, et y travaillera six ans tout en commençant à enseigner le yoga.

« L'un des bienfaits de la pratique spirituelle du yoga est de prendre conscience graduellement de toutes les peurs que nous portons en nous : la peur du jugement des autres, la peur du silence intérieur, la peur du futur, la peur de la mort... J'essaie de guider les gens pour qu'ils transforment leur peur en confiance. »

En 1980, Joan part un an en Inde étudier plus profondément le Hatha Yoga dans l'ashram de Swami Shyam à Kulu. Au retour, elle poursuit sur sa voie du yoga et de la guérison spirituelle. Après un séjour marquant d'un an dans la communauté crie de Mistassini, elle se sent appelée à créer son propre centre de yoga. Son père vient de décéder et lui a légué sa maison de Sutton. « Je crois que c'était ma destinée. Je voulais rendre ce qui m'avait été donné et enseigné. » Avec l'aide de quelques amis et de sa famille, elle construit un bel espace clair, ouvert sur la nature et à tous. Le Centre Yoga, au 111, rue Principale Nord, fêtera ce 20 septembre 2017 ses 30 ans d'existence!

Depuis, Joan s'est ancrée dans la vie de Sutton, devenant l'une de ses figures discrète et lumineuse. Cela ne l'empêche pas de poursuivre sa quête : « J'enseigne ce que je dois apprendre. Je crois intérieurement qu'on ne peut comprendre que ce que l'on expérimente. » Elle apprend sans cesse et n'hésite pas à affronter sa propre vulnérabilité. Il faut lire son récit plein d'humour et de respect sur ses visites hebdomadaires à la prison pour enseigner le yoga à de solides gaillards incarcérés. Ou encore l'histoire poignante de sa retraite spirituelle, en 2000, dans le camp de concentration d'Auschwitz-Birkenau en Pologne : « L'une des expériences les plus intensément émotionnelles de ma vie. » La profonde spiritualité et la lenteur qui caractérisent les cours de yoga de Joan ne sont pas toujours au goût de tous. « Le yoga au Canada aujourd'hui insiste trop sur le corps. Aussi, nous sommes tous trop pressés, nous avons peur de ralentir à cause de ce qui pourrait surgir. »

Joan affirme qu'elle a freiné son rythme à cause de son âge bien qu'elle résiste à l'idée de vieillir. « J'aime tellement la vie! J'éprouve une immense gratitude pour tous les bienfaits que j'ai reçus dans mon existence. » Mais où trouve-t-elle sa vitalité? « Il faut explorer sa créativité, quelle qu'elle soit. Tout le monde a une énergie créative qui peut s'exprimer de n'importe quelle façon. Pour moi, c'est écrire des poèmes ou des histoires, dessiner ou peindre des mandalas. »

Joan a toujours considéré la vie comme une aventure offrant de multiples possibilités faites d'ombres et de lumières. Cette femme libre et inspirante cultive son bonheur avec sagesse : « Il faut arrêter de se poser la question du pourquoi et comment. Je crois fermement dans le moment présent et dans le mystère divin. »

Isabelle Capmas

Chenil Lac-Brome Kennel
PENSION BOARDING

SOINS DE QUALITÉ SUPÉRIEURE
PENSION POUR CHIENS ET CHATS

450.243.5587
ChenilLacBrome.ca 28 ch. Barnes, West Brome

la valse des pains inc.

Pour se conformer aux règlements de la Ville, la Valse des pains a fait refaire et déplacer son enseigne, mais la cuisson et les ventes se font toujours à la même adresse!

In order to conform to the Town's laws, we had to have our sign outside redone and repositioned. But don't worry, we still do the baking and sales at the same address!

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

12, rue Dépôt, Sutton
450 538-2323

Produits naturels et Biologiques

Au Naturel

Health food store

1, rue Principale N. à Sutton depuis 1972

Aliments biologiques en vrac
Café bio et équitable, épices
Suppléments and 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

A LA FONTAINE

RESTAURANT BAR
CUISINE FRANÇAISE
TERRASSE CHAUFFÉE

SPÉCIAUX DU MIDI 11^{95\$}

EN SOIRÉE

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

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

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

Lionel et Ninon Demontis
30 PRINCIPALE SUD, SUTTON 538-3045
lioneldemontis@hotmail.com
Restaurant à La Fontaine

Mieux-être Sutton

SUTTON WELLNESS

Professionnels de la santé naturelle | *Natural Health Professionals*



NOLWENN FALQUET, D.C. Chiropraticienne

450 538-6868

www.chiropratiquessutton.com

Santé Chiropratique : 10, rue Curley

Passionnée par son métier, 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. Safe and effective chiropractic care for all.



CATHERINE FOISY, D.O. Ostéopathe

450 558-3943

www.osteo-catherinefoisy.com

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



CATHERINE FERRON AC. Acupuncteur

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.



CHRISTINE-ÉMAËL BOUDRIAS

Massothérapeute

450 330-2402

Oser l'action : prendre soin de soi

Y penser, puis y repenser, le remettre à plus tard, y penser à nouveau et puis là, à ce moment précis, un mal de dos se manifeste. À cet instant, j'appelle enfin pour prendre mon rendez-vous ! Un masso, un chiro ou un ostéo. Celui qui me convient et dont, quelques fois par jour depuis deux semaines, le visage me vient en tête... Parce que mon corps crie, je prends enfin le temps de m'arrêter et d'appeler.

En tant que médaillée olympique, j'ai demandé à mon corps pendant des années de se surpasser en faisant parfois fi du fait qu'il criait de douleur. Par la souffrance, j'allais atteindre mes objectifs ! Cette croyance m'a servie pendant 17 ans. Aujourd'hui, en tant que femme, mère de deux magnifiques garçons et massothérapeute, cette croyance me sert-elle toujours ? Ou est-elle nuisible à mon épanouissement personnel ?

J'ai compris que la clef de mon bonheur était d'être à l'écoute de ce qui se passe à l'intérieur de moi. Être consciente de ce qui me fait souffrir, de ce qui me rend triste, de ce qui me met en colère. Être à l'écoute me permet de voir et d'entendre mes blessures non seulement physiques, mais aussi émotionnelles. Alors non, aujourd'hui je n'ai plus envie d'attendre que sonne le système d'alarme avant de passer à l'action.

J'ai pris conscience à quel point une seule croyance façonnait un grand pourcentage de qui je suis. L'importance que j'accordais à tout le reste (les enfants, le boulot, le ménage, les courses, les amies, les activités, etc.) prenait plus de place que celle que je m'accordais à moi-même ! J'ai constaté mon réflexe conditionné de me faire passer derrière d'autres priorités et d'attendre que le système d'alarme se fasse entendre pour agir. J'ai décidé de revisiter cette croyance et de CHOISIR autrement, car une fois conscientisée, je sais que j'ai le pouvoir de CHANGER.

J'ai compris qu'être au centre de MA VIE me donnait tout le pouvoir de choisir ce qui est BON pour moi ! Être celle qui gouverne sa vie plutôt que d'en être une simple passagère ! Comment une double médaillée peut-elle se sentir à côté de sa propre vie ? J'étais une fille qui accomplissait ce qu'on lui demandait : « Dites-moi et je ferai ! Je dois être à la patinoire à 7 heures du matin ? Eh bien, j'y serai. Je dois manger plus de protéines, OK ! Je dois faire 6 fois 4 tours en 10,5 secondes, parfait ! » Ouf ! Je peux vous dire que j'ai pris toute une débarque lorsque j'ai pris conscience de tous les mécanismes derrière mes réussites sportives. Mes choix se font désormais, non pas par culpabilité, mais par amour pour moi, donc en me mettant au centre de ma propre vie, en haut de la liste. Mes choix sont bien entendu plus sains et orientés vers un bonheur plus profond, en paix avec qui j'ai envie d'ÊTRE !

Dorénavant, je prends rendez-vous par amour pour MOI et parce que j'en ai envie plutôt que parce que je sens la réaction de mon corps. Ce simple geste me remplit de joie. Une joie que je consume à la seconde près où j'entends la date du rendez-vous. Parce que je ne suis plus à l'étape du : « Il faudrait que », mais plutôt à celle de goûter le bonheur de savoir que des mains et des oreilles m'accueilleront le cœur ouvert dans quelques jours parce que j'en ai simplement envie et besoin !



CORINE DUCHESNE Acupunctrice

Herboriste-thérapeute acc.

450 558-6362

www.corineduchesne.com

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



PASCAL ROESKE Ostéopathe

Naturopathe

Sutton et Granby

450 538-0593 et 450 994-4794

Vous souhaitez améliorer votre santé naturellement, grâce à des traitements efficaces adaptés à vos besoins ? Pour vivre sans douleur, pour retrouver votre amplitude de mouvement ou pour être tout simplement bien dans votre corps. Maux de dos, de cou, tendinites, sciatiques, problèmes de concentration et d'attention chez l'enfant, suivi de grossesse et du bébé, insomnie, anxiété, migraines, vertiges, douleurs à la mâchoire, problèmes digestifs et immunitaires.



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.



MARLÈNE JOHNSON
Massothérapeute
Thérapeute Core Energetics

450 538-5501
Sutton et Montréal
marleneangela@gmail.com

Plus de 16 ans d'expérience à votre service en massage thérapeutique musculo-squelettique, en balancement énergétique et en profonde détente. Une belle combinaison de présence, force, douceur, précision, rigueur et créativité. Le "Core Energetics" est une thérapie corporelle qui travaille l'énergie et la conscience du corps / émotions / mental / spiritualité. On vise à restaurer, à unifier toutes les dimensions de l'être afin qu'il puisse jouir pleinement de son potentiel humain.



ILIA KAVOUKIS
Massothérapeute
Guide en bien-être

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

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



GINA CENCIOSE
Focusing de la relation intérieure

819 571-7286
www.embodyingempathy.com

Gina intervient auprès de groupes tels que des équipes de travail, des familles, des regroupements à portée sociale ou spirituelle depuis 20 ans. Son but : les soutenir dans leur recherche de sens et de cohérence, bien orienter leurs actions et améliorer les outils de collaboration entre les personnes. Elle a réalisé plusieurs projets de communication et de transformation de la conscience en plus de former et d'accréditer des formateurs en Communication, en Focusing de l'âme et en « Cercles Restaurateurs ». Elle enseigne aussi le chant sacré et la méditation.



FRANÇOIS P. MÉNARD, M.A.
Psychologue

514 239-8664
frapimen@gmail.com

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



CATHERINE SELLIER
Infirmière en soin des pieds
Réflexologue

450 538-4091
34 C, rue Principale Nord

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



Mieux-être Sutton
SUTTON WELLNESS

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

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

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

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



LINDA BOISCLAIR
Massothérapeute

450 538-0765

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



YVES LANGLOIS
Coaching relationnel

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

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



SYLVIE MAILLOUX PHANEUF
Massothérapeute

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

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

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

Désourdys
salons funéraires —
funeral homes

Columbarium extérieur
maintenant completé!

Au design contemporain

Entouré par un jardin

Accessible en tout temps

Unités simples ou familiales

À partir de 850\$+txs

« Un lieu de dernier repos dans
la beauté et la sérénité »



450-263-1212

101 Jean-Besré, Cowansville, QC

First Love

Aunt Lilias had few happy days during her 58-year marriage to Delbert Wright. She'd often told Charlie, her favourite nephew, "In the back seat, on the way to the church, Daddy leaned over and whispered, 'It's not too late to turn this car around.' Oh I know it will hurt for a time, but it won't hurt for a lifetime."

Well, it did hurt very nearly for a lifetime. Lilias had no bank account of her own, Delbert undermined her every friendship, was persistently jealous of imagined boyfriends, and never trusted her driving. And there were no children.

"You didn't divorce then Charlie. In those days we just stuck it out. I confess I was not sad when he dropped dead in the shower." In fact, she had gone across to her neighbour's apartment, joyfully thrown her hands in the air, and exclaimed, "He's dead!"

Soon after she was widowed her long dormant sense of humour awakened. She was of medium height, fit, and remarkably well-preserved. In the old age home, Lilias had been able to afford to put two rooms together, to give her a sitting room. With a sheet of plywood over the bathtub, she converted the second bathroom into a well-stocked bar. She was easily the most popular girl in the place.

Around Christmas the name "Raymond Miller" started to pop up. "Oh, he was such fun Charlie." Months later, after two rye and gingers, she allowed that they had seen *Gone With the Wind* together. Another time, she glowed in a reminiscence of dancing to Guy Lombardo.

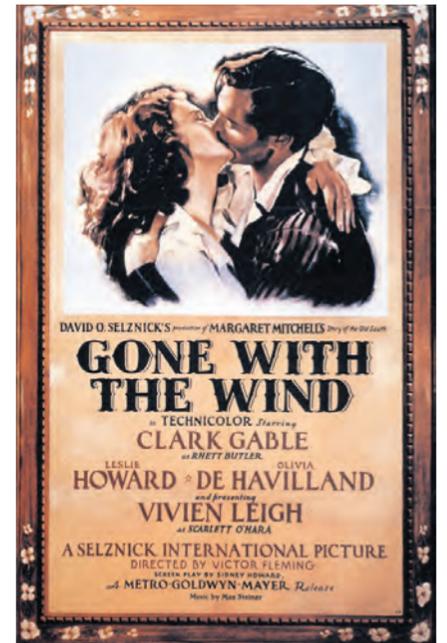
Finally, when he was driving her home after her 80th birthday champagne party, she spilled it all. She and Ray had been at Bishop's University after the war. He was a "Cardboard Box" Miller from Toronto. "Biggest cardboard box factory in the country, but Charlie, you'd never have guessed that he had any more do-re-mi than the rest of us."

He had been a year ahead of her. In her freshman year, he'd given her his Frothblowers drinking club pin at the Football Formal dance. They'd seen each other almost every day for two years when he started talking about the beautiful children they might have one day.

Back in Stanton, Lil's family loved Raymond Miller. He helped her father with the double windows, unloaded groceries for Mrs. Jones, and played crib with the family. He was ideal in every way. The Jones were anxious that she meet his family up in Ontario, but the time never seemed just right. In the year of Raymond's graduation it was arranged that she would take the train to Toronto and stay with the Millers through New Year's Day. She got a new valise, and spent money on clothes that her father could ill afford. As a house gift brought along a gallon of her family's best maple syrup.

Raymond met her at Union Station and they drove, through winding roads, to an imposing brick house in Rosedale. Mrs. Miller answered the door. She was tall, angular, and handsome in a severe grey suit, with a silk scarf, and a coloured wool band in her hair. Lil felt as if she should curtsy. Raymond gently took Lil's arm and led her in, "At last

Mother, here is my Lilias." Lil offered forth the can of maple syrup. Mrs. Miller said, "Why thank you dear, how charming." She was dismayed to observe that Raymond's familiar confident manner had vanished.



"I knew right then that we were done, Charlie. Mrs. Miller said all the nice things, but there was not a pinprick of warmth in that house. When Mr. Miller got home from work, a big fat bald man in a vest, he looked me over without a hint of a smile, and disappeared alone into his study for a drink. Dinner was a nightmare. There were different forks and spoons and all, clusters of water and wine glasses and all manner of odd silver objects; it was like a jigsaw puzzle. When Mrs. Miller asked, 'Would you like some applesauce, dear. I said, "No thank you." Then she said, "Well then could you please pass it along to me?" God, it was right smack dab in front of me Charlie. I couldn't talk. As for Raymond, he was just plain frozen. After dinner he was hangdog, not the same person. I was heartsick and couldn't hide it. Next day I said I was so sorry to feel so unwell, and took the bus home.'

'Back at school, we tried to pick up where we had left off, but, like father might say, "we were flatter than a plate of piss." Delbert, was a day boy from Sherbrooke. He was sweet and quiet and he'd been sniffing around since first year. We were married that October and he came to work here, as an assistant comptroller at the furniture factory.'

'That was a lovely party Charlie, please stay a bit.'

They sat side by side on her old love seat. 'Raymond has been mentioned in the Bishop's News. Last year there was a picture of him with his son, at his grandson's graduation. "Three Generations," it said. He's lived in Boston for years. A dentist. Oh damn it Charlie best tell you the truth. I phoned him last week, got the number from the Alumnae Directory. His wife answered. I must say she was not very congenial. She asked who I was. I panicked—said I was a doctor. Stupid, I know. She said, "No you are not. I know you are that "lovely" old Lilias woman up in Quebec. The one he's always talking about." And she hung up.'

(continue on next page)

‘Next day I got a call from his nurse. She said she’d overheard our conversation and said Raymond did indeed often mention me. She went on to tell me that this Rachel woman moved in last year and is determined to be his third wife. She won’t let anyone near him, not even his children.’

Lil put her hand on Charlie’s knee, ‘Oh how I’d like to talk to him Charlie. Would you try for me?’ She pointed to a number scrawled in pencil across a whole page in her address book. He dialled and turned on the speaker-phone.

‘Yes, Hello,’ came a harsh female voice. Lil grimaced and waved her hands.

‘Oh hello.’

‘Who are you?’

Well, I’m Charlie Owen, an old curling friend of Ray from Bishop’s days. Has he mentioned me? Just wanted to wish him well.”

Lil leaned forward.

“No sir, you are not an old Bishop’s friend. You’re phoning for her. I know. Raymond does not want to talk to her. He’s had another stroke, he’s been on a respirator for years and he’s diabetic. Would you please, for the love of God, leave us alone?”

A faint voice in the background said, “Whom did he say he was?”

“Oh just some makeup name Ray, Charlie Owens or something”

“Really, old Charlie! My goodness. Pass him over!”

“Hello Charlie, grand to hear from you, how have you been keeping?”

Lil grabbed the phone and turned towards the wall, she was blushing – “Oh Raymond dear, your voice hasn’t changed.”

Raymond responded, “Well yes Charlie, what a grand idea. I would love to come

to the homecoming in September... my nurse Jennifer will bring me. You could call her with the arrangements, ‘and he gave Jennifer’s cell number.

Charlie called the next day. ‘You know Mr. England, your aunt has given Mr. Jones new energy. He’s so alive this morning. Full of beans. And he stood up to her today.’

For Homecoming day, Lil was wearing new tan slacks, a white silk blouse and a fashionable purple cashmere cardigan with Ray’s Frothblower pin on it. When he saw her, Charlie said, “Aunt Lil you are hot.” As they drove over to the university, the bright blue sky stretched high above Mount Orford.

They met at noon, on the steps of the Old Library. That was where they had last seen each other. He was wearing his old curling sweater. They giggled when they saw each other, and then hugged for a long time. With damp eyes and self-conscious smiles, they toddled off towards the Homecoming lunch, through loud music, BBQ smoke, and crowds of noisy students with purple painted faces and beer cans in their hands. They forgot that they were pushing walkers. “They seem awfully rowdy Ray.” “Yes, my dear, those are called tailgate parties.” They were the oldest graduates present—he 62 years and Liliias, one year behind.

They said farewell, knee to knee in the old common room where they used to play bridge. At 5 PM they left for home—he to Boston, some five hours away, and Liliias, back to Stanton. As she got in the car, Lil said, “I think that was the happiest day of my life Charlie.” She was silent the rest of the way home.

Lil and Ray talked on the phone every day, until he died almost a year later. She sent flowers, “To dear Raymond, the love of my life.”

Peter Turner

COURTIER IMMOBILIER | MAÎTRE VENDEUR

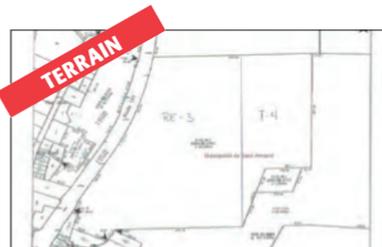


JOHANNE BOURGOÏN
COM



REJOIGNEZ-NOI SUR FACEBOOK

450 248-7465 JOHANNEBOURGOIN.COM



SAINT-ARMAND - Terrain de 39,02 hectares près de Philipsburg sur la route 133, adossé à une carrière de marbre en exploitation et à seulement quelques kilomètres de la frontière du Vermont. Le lot est zoné RE-3 (résidentiel) et I-4 (industriel) à la municipalité.
750 000 \$ + tx | MLS 15319351



SAINT-ARMAND - Charmant village riverain, maison rénovée au goût du jour. Escalier central avec luminaire sculptural, immense salle de bain avec plancher chauffant et douche à fond de cèdre. Magnifique cour dont l'intimité est assurée par une haie et de grands arbres.
ÇA VAUT LE DÉTOUR!
195 000 \$ | MLS 27526450



DUNHAM - Fermette 3,6 acres, vue sur le Mont Pinnacle. Actuellement exploité (élevage Porc Bio et boutique), bel emplacement sur route des Vins. Grande maison bi-génération de 4 c.c., éloignée de la route, très fenestrée, foyer au bois au salon, belle terrasse isolée, 2 lacs, orienté sud-est!
IDÉAL POUR PROJET PERMACULTURE.
330 000 \$ | MLS 21456604



BEDFORD - Magnifique Duplex (2007) sur rue peu passante, bien loués jusqu'en juin 2018. Grand stationnement et garage 20' x 30'. Très beau secteur en pleine effervescence, l'on y construit actuellement un nouvel édifice qui abritera le CLSC et une pharmacie.
295 000 \$ | MLS 14959051



SAINT-ARMAND - Belle centenaire sur le Lac Champlain. Que vous soyez amateur de sports nautiques ou de cocooning, cette propriété comblera vos attentes. Confortable et bien aménagée, elle allie charme et chaleur des résidences d'autrefois. Unique et magnifique terrain bordé par l'eau. **VENEZ VISITER!**
365 000 \$ | MLS 19357494



SAINT-ARMAND - Sur les rives du Lac Champlain, spacieuse maison en pierre de taille, 4 c.c., 2 s.d.b., 3 foyers, cuisine avec four à pain. Salle à manger et salon avec plafond cathédral, magnifique fenestration côté coucher de soleil (à couper le souffle), nombreuses terrasses abrités des regards. **UN JOYAU À DÉCOUVRIR!**
550 000 \$ | MLS 18992458



LAC BROME - Belle maison (2012) éloignée de la route (terrain 13 acres boisé, zone agricole). Plancher radiant, c.c. principale mezzanine, salle familiale + 2 c.c. au s.-s., grande cuisine sur terrasse. Étang pouvant être aménagé pour baignade. Terrain très privé, aucun voisin, poss. d'avoir des animaux. À 5 min. du Lac Brome et à 15 min. de Bromont.
VOUS RECHERCHER LE CALME? VOICI VOTRE CHANCE! 350 000 \$ | MLS 17864479



RECHERCHE

» TERRE » BOISÉ » FERME

dans les environs de Sutton, Dunham, Frelighsburg ou St-Armand.



BUREAU 71-B, RUE PRINCIPALE À BEDFORD



Juricompas inc.
AVOCATE FISCALISTE

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

215 Principale, Cowansville

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

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

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

www.juricompas.com

450 306-1316

Sotheby's
INTERNATIONAL REALTY

Québec

sothebysrealty.ca

Découvrez la beauté des Cantons-de-l'Est à travers nos propriétés.
Des relations locales. Une expertise mondiale.



479 000 \$

Sutton

En parfaite harmonie avec la nature, contemporaine à aire ouverte. Fenestration abondante, planchers radiants, foyer double face. Vue boisé. MLS : 10428946



890 000 \$

Lac-Brome

La Ferme Mont-Écho. Magnifique propriété ancestrale de pierres sur 140 acres, en partie boisé & prairie. Jardins, grange, étang. MLS : 14554781



950 000 \$

Sutton

Site exceptionnel ! Domaine de 88 acres avec piscine, tennis & multiples garages. 4 càc, 3 sdb. Cuisine rénoverée, 3 foyers, terrasses, vues! MLS : 9934061



975 000 \$

Sutton

Magnifique propriété de style Côte Est sur 10 acres. 5 càc. Très lumineuse. Superbe vue, piscine (25x50) au sel sous un dôme amovible. MLS : 13933133



1 175 000 \$

Sutton

Intime & lumineuse. Vaste aire ouverte avec foyer donnant sur la rivière. Piscine & jacuzzi intérieur. Étang & écurie/maison d'invités. Garage double. MLS : 11403118

EN PRIMEUR



728 000 \$

Bromont

Magnifique église au coeur du village sur 4 acres avec ruisseau. Entièrement rénoverée dans le respect de son caractère historique. MLS : 18025388

EN PRIMEUR



625 000 \$

Sutton

Vue exceptionnelle! Construction qualité sup, fenestration abondante. Quartiers des maîtres spacieux avec sdb & walk-in. Terrasses, vue, garage & étang. MLS : 22151010

EN PRIMEUR



648 000 \$

St-Paul-d'Abbotsford

Véritable petit domaine de 25 acres. Maison plain-pied & quelques bâtiments. 3 lacs. Intérieur spacieux, foyer 3 faces. Véranda 4 saisons. MLS : 23454775

EN PRIMEUR



874 000 \$

Shefford

Magnifique propriété sur 102 acres offrant un panorama exceptionnel sur les montagnes. Piscine, véranda grillagée. Garage double. Géothermie. MLS : 21723135

EN PRIMEUR



699 900 \$

Shefford

Authentique Timber Block avec vue époustouflante. Intérieur chaleureux & confortable. Concept aire ouverte, 3 étages. Planchers radiants. MLS : 121561649

EN PRIMEUR



695 000 \$

Lac-Brome

Superbe propriété de haut standard. Murs de béton, géothermie, dalle chauffante. Grande terrasse, piscine, parc, tennis, plage & marina. MLS : 12552642

VENDU



1 260 000 \$

Lac-Brome

Prestigieuse propriété sur le lac Brome. Clé en main. Plein sud. Matériaux haut de gamme. Abondante fenestration. Géothermie. MLS : 20408757

VENDU



719 000 \$

Lac-Brome

Magnifique propriété sur le lac Brome. Vues imprenables lac & montagnes. Vaste balcon, terrasse couverte. Quai avec emplacement pour bateau. MLS : 19639386

VENDU



479 000 \$

Cowansville

Élegante demeure de 16 pièces sur un terrain de 41,400 pi². À proximité d'écoles, d'un hôpital de renom et services. Ski, golf, pistes et sentiers. MLS : 16522958



549 900 \$

Sutton

Plus de 4 acres avec vues panoramiques sur le Mont Pinnacle. Proximité pistes de ski, vélo & sentiers. Magnifique aménagement paysager et étang. MLS : 11717571

EN VEDETTE

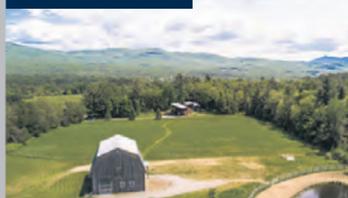


1 200 000 \$

Bromont

Vaste propriété sur 3 acres avec vue montagne de Bromont. Véranda grillagée 3 saisons avec vue sur lac privé. 4 càc, 4 sdb. Garage triple + loft. MLS : 19780724

EN VEDETTE



799 000 \$

Sutton

Maison unique de style contemporain sur terrain de + 8 acres. Grandes baies vitrées, terrasse panoramique couverte avec spa. Magnifique écurie. MLS : 27821173



MARIE-PIERS BARSALOU
Courtier immobilier agréé
450.577.0272



PAULE DUCHARME
Courtier immobilier résidentiel
514.402.7643



SIMON-PIERRE VEILLETTE
Courtier immobilier résidentiel et commercial
450.775.0504



JOHANNE MEUNIER
Courtier immobilier
514.926.5626

barsaloumeunier.com

299, ch. Knowlton, Knowlton JOE 1V0 · Agence immobilière. Entreprise indépendante et autonome.



John Boudreau, c.i.a.
(450) 531-5252



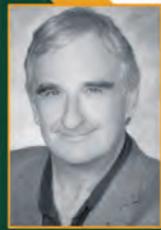
Jessica Brown, c.i.r.
(450) 522-4755



Beverly de Winter, c.i.
(450) 405-6866



Reginald Gauthier, c.i. a.
(450) 531-3652



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



Lilian Sharko, c.i.
(450) 405-7512

LES IMMEUBLES COLDBROOK

AGENCE IMMOBILIÈRE

www.coldbrook.ca



Chemin Richford, Frelighsburg: Maison de 2 chambres avec possibilité d'une 3e sur un terrain de près de 28 acres à un prix très attractif. **299 000 \$** (20112161)

Pierre Leblond, c.i.



Sutton: Charmante maison de campagne entre Sutton et Knowlton. Sise sur un terrain de 32 acres très privé avec cours d'eau et piscine creusée. C'est l'endroit idéal pour les rencontres familiales ou pour recevoir les amis. Prix demandé **545 000 \$**

Pierre Leblond, c.i.



Sutton: Maison impeccable rénovée et agrandie dans le domaine Mont Louis. À distance de marche du coeur du village, terrain privé. R-D-C à aire ouverte, plafond cathédrale, belle fenestration. Sous-sol: 2 càc et salle de bains, bureau. **474 000 \$** (13540570)

Pierre Leblond, c.i.



Sutton: - Charmant loft de 2 càc à louer face aux massifs du mont Sutton. Terrain de 40 acres pour les amateurs de plein air. Offert en location hivernale. **1600 \$/M** (11909922)

Pierre Leblond, c.i.



Sutton: Belle centenaire au coeur du village de Sutton. Construite en 1905 et bien restaurée, cette propriété peut devenir votre rêve de recevoir famille et amis ou même celui d'opérer un B&B avec ses 4 chambres à coucher et ses 3 salles de bains. **475 000 \$** (12947927)

Pierre Leblond, c.i.



Frelighsburg: Cette grande maison de ferme a tant de potentiel! Utilisez-la en weekend ou ramenez-la à sa brique d'origine. On y trouve également une grande maison d'invités! **Nouveau prix 249 500 \$** (11640899)

Jessica Brown, c.i.r. John Boudreau, c.i.a.



Sutton: La majesté des Montagnes Vertes! Cette beauté à tout : vues panoramiques des montagnes, 12 acres de boisés et une maison spectaculaire à colombages pour une vie de campagne luxueuse. **549 000 \$** (28986406)

Jessica Brown, c.i.r. John Boudreau, c.i.a.



Sutton: Maison loyaliste en brique sise sur 56 acres avec un ruisseau. Rallonge (1990) au rdc avec salon, chambre et salle de bains. Le meilleur des deux mondes. **495 000 \$**

Jessica Brown, c.i.r. John Boudreau, c.i.a.



Abercorn: Vous désirez être autonome et posséder votre propre entreprise ? Cette boulangerie réputée et son magasin desservant une clientèle fidèle depuis plus de 30 ans pourraient être la réponse à votre question. Bâtiment principal de 2 000 pc sur plus d'un 1/2 ac. de terrain.

John Boudreau, c.i.a.



Les montagnes, la nature. Terrain de 6,5 acres flanc sud avec vues des montagnes dans un secteur résidentiel. À environ 10 km de Sutton. **97 500 \$**

Jessica Brown, c.i.r. John Boudreau, c.i.a.



Lac-Brome: Attention, amateurs de plein air! Cette maison de 3 càc rénovée est près de tout : ski, randonnée, villages et plus! La rivière Yamaska à l'arrière vous éloigne du bruit. Maison d'invités pour la famille ou comme atelier. **379 000 \$** (20651839)

Jessica Brown, c.i.r. John Boudreau, c.i.a.



Sutton: Endroit paisible dans le petit hameau de Glen Sutton à quelques pas de la rivière Missisquoi. Cette maison de 3 ch. et 2 sdb. est équipée d'une cheminée pour un poêle à bois et d'une cuisine spacieuse. **124 900 \$**

John Boudreau, c.i.a.



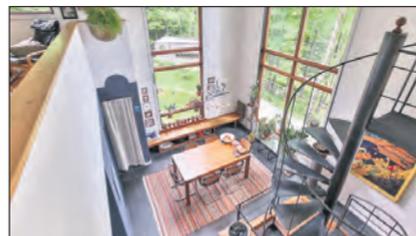
Terrains Sutton: Emplacement de choix pour cette propriété de 97.5 acres plein sud avec ses collines, sa forêt de bois franc et ses vues spectaculaires. Possibilité de subdivisions ou encore pour un domaine. **595 000 \$ + tx**

Jessica Brown, c.i.r. John Boudreau, c.i.a.



Abercorn: 102 acres dans un environnement spectaculaire : forêt appalachienne avec arbres à feuilles caduques, ruisseaux, eau de source. Possibilité d'usage multi-résidentiel. Occasion! **595 000 \$ + tx** (15364185)

Jessica Brown, c.i.r. John Boudreau, c.i.a.



Sutton: Maison contemporaine aux environs de Sutton, éloignée du chemin sise sur un terrain de 7,5 acres. Vue des montagnes depuis Jay Peak jusqu'à Stowe. De beaux volumes: mezzanine, galeries, pergola intime... **675 000 \$**

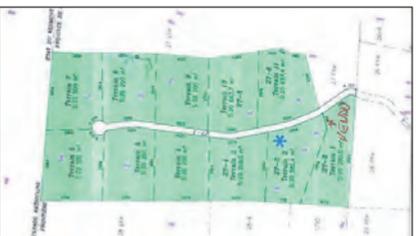
Jessica Brown, c.i.r. John Boudreau, c.i.a.



Sutton: La vie de village à son meilleur! Cette maison de 4 càc rénovée avec style: beaux planchers en bois, cuisine spacieuse, grande véranda. L'occasion parfaite! **235 000 \$** (23769787)

Jessica Brown, c.i.r.

John Boudreau, c.i.a.



Sutton: Terrains variant entre 5 et plus de 10 acres, zonés blanc, sur un plateau près de la frontière américaine. **74 000 \$ - 165 000 \$ + tx**

Beverly de Winter, c.i.



Sutton: Semi-détaché de 4 càc près du village. Planchers en bois franc, accents en bois, plafonds hauts, grande cour arrière et ceci à un prix incroyable! **149 500 \$** (13867650)

Jessica Brown, c.i.r. John Boudreau, c.i.a.



Abercorn: Maison villageoise au charme d'antan: plancher d'origine dans espaces de vie du r-d-c, 3 càc et salle de bains complète du 2e. Grande cour arrière avec jardin. Votre nouveau projet de rénovation. **169 000 \$** (18240021)

Jessica Brown, c.i.r. John Boudreau, c.i.a.



Sutton: Empruntez votre bicyclette vers le village depuis cette maison bien entretenue aux abords de Sutton. Cette maison de 4 càc offre une esthétique moderne avec pièces spacieuses et une cuisine conçue pour recevoir. Grande terrasse dans la cour et un spa. **265 000 \$**

Jessica Brown, c.i.r. John Boudreau, c.i.a.



Sutton: Vous voulez avoir votre propre commerce? La chocolaterie/musée dessert une clientèle fidèle depuis 30 années. Les 1400 pc au r-d-c offrent un café, le commerce et de l'espace pour la fabrication. Zoné com/rés. offrant plusieurs occasions d'investissement.

John Boudreau, c.i.a.



Vues spectaculaires des montagnes! Charmant plain-pied, Espace salle à manger/salon à aire ouverte spacieux tout en conservant une atmosphère douillette. À quelques minutes des services. **450 000 \$**

Lilian Sharko, c.i. Reginald Gauthier, c.i.a.



Vendu à Sutton! Chemin Rosenberry - La campagne à son meilleur! Superbe maison de ferme des années 1850 restaurée! Sise sur un chemin de campagne tranquille, grange authentique exposition plein sud, arbres fruitiers, étang, 76 acres.

Lilian Sharko, c.i. Reginald Gauthier, c.i.a.



Wow! Privée, 80 acres, vues depuis toutes les fenêtres, beaux jardins, boisé bien entretenu, maison lumineuse au design unique, étang, atelier, remise de machinerie, érabièrre, sentiers de randonnée, de ski de fond. **695 000 \$**

Lilian Sharko, c.i. Reginald Gauthier, c.i.a.



Abercorn - Retour en classe! Ancienne école de village 3 ch. 1 s/b + s/e. magnifique pièce à hauts plafonds avec foyer en briques. Adossée au parc avec sa patinoire. 239 000 \$

Hermann Guérette (450) 405-2106



Sutton - NOUVEAU! Irrésistible cottage d'époque restauré avec passion. 3 ch. 1 s/b + 2 s/e. Superbes pièces de séjour en enfilade, véranda 4-saisons, vue! 382 500 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Sutton - Vaste refuge en montagne pouvant accueillir la famille élargie ou votre groupe d'avidés sportifs. 6 ch. 4 salles de bains sur 5 acres boisées. 389 000 \$

www.alexiscareau.com (514) 233-4632



Sutton - Une vue à encadrer! Balayez du regard le village et la montagne à partir de ce spacieux plain-pied. 4 ch. 2 s/b salle familiale, aires ouvertes. 399 000 \$

www.hermannng.ca (450) 405-2106



Sutton - Envie de nature et de beauté sauvage? Propriété de 65 acres en zone blanche parcourue de sentiers balisés, traversée par deux ruisseaux avec cascades et couronnée d'un magnifique lac. Vaste maison aux lignes classiques comprenant 3 chambres, possibilité de 4, un loft aménagé au-dessus du garage double, 3 salles de bains et un sous-sol avec salle familiale.

www.alexiscareau.com (514) 233-4632



www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Sutton - Domaine de rêve sur 23 acres. Maison impeccable de 4 chambres, dont suite des maîtres au niveau principal. À 5 minutes du village, dans un secteur de villégiature recherché. Lac, sentiers balisés traversant une forêt mature entretenue. Garage détaché et solide grange sur deux niveaux avec boxes pour garder des animaux. 820 000 \$

Hermann Guérette (450) 405-2106



www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Sutton - Au Val Sutton. Unité dans l'immeuble reconstruit en 2001. Insonorisation et isolation supérieures, s/b et cuisine rénovées! 2ch. vue. Offert à 149 900 \$

Hermann Guérette (450) 405-2106



Sutton - Un immeuble, 2 versions. À distance de marche des télésièges #1 et #1 Ouest, Le Chamonix est situé sur un croissant tranquille. A) Condo très ensoleillé 2 càc. 200 000 \$ B) Penthouse 3 càc, 2 s/b, + de 2 000 pc de superficie habitable! 299 000 \$ Les 2 unités possèdent un garage intérieur.

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



www.alexiscareau.com (514) 233-4632



Sutton - Vaste condo 2 ch., 1 s/b + s/e rénové. Le nid familial par excellence avec entrée privative au rdc, installation laveuse-sécheuse et beaucoup de rangement. 164 500 \$

Hermann Guérette (450) 405-2106



Sutton - Plein la vue! Orientation sud vers les pistes. Superbe maison au style champêtre construite avec matériaux haut-de-gamme. 3 ch. 2 s/b, spa, cinéma maison. 615 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Sutton - Spacieux chalet de style alpin 3 ch. 2 s/b. Magnifiques plafonds cathédrale en lattes de bois, foyer en pierres, vaste cuisine avec îlot-bar. À 5 min. du ski. 499 000 \$

Hermann Guérette (450) 405-2106



Abercorn - Nouveau! Pied-à-terre abordable dans le charmant village d'Abercorn. 3 ch. 2 s/b luminosité et cachet. Foyer Dunbar au salon. Installez-vous. 185 000 \$

www.alexiscareau.com (514) 233-4632



Sutton - Nouveau! Domaine de 35 acres zoné blanc comprenant grande maison de 6 chambres 3 salles de bains, vaste lac privé, garage détaché 785 000 \$

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



Sutton - Superbes terrains de 5 et 10 acres dans beau secteur homogène. Certains possèdent des vues vers le sud et l'est. Renseignez-vous.

www.sylviecareau.com (450) 776-4511



VUE SPECTACULAIRE des monts Sutton. Maison luxueuse au cachet européen, matériaux haut de gamme. Mezzanine, 3 ch., 2 1/2 sdb, garage, grange, près de 3 acres. 950 000 \$

www.loishardacker.com



Cozy country home tucked away on 7.5 acres, a few minutes from the ski resort. 3 bdrms, 2 1/2 baths, fireplace with wood w/ater, solarium, terrace, workshop, garage. \$474,900

www.loishardacker.com



CARACTÈRE ET ÉLÉGANCE - Résidence de 5 cc, foyer, poêle à bois, piscine, garage. Tranquille à proximité du ski, des sentiers et du village. 3 acres. 750 000 \$

www.loishardacker.com



HILLSIDE BUILDING SITE - 3.9 acres, winding entrance road to this private domain with fewer than a dozen homesites. Access to acres of nature reserve. \$109,000

Lois Hardacker (450) 242-2000



À louer pour la saison de ski! Grande maison de 4 càc entourée de 87 acres de belle campagne à 8 minutes du village de Sutton. 1800 \$/mois/5 mois. MLS 18358405

Suzanne Daigle (450) 521-5991



Chenil Lac Brome et sa charmante maison plain-pied avec 3,3 acres de terrain offert pour 428 000 \$ (en partie taxable) est peut-être votre rêve devenu réalité! MLS 10093540

Suzanne Daigle (450) 521-5991



Terrain de 3 acres situé sur le ch. Schweizer. Près des services du village. 74 900 \$

Steve Breton (450) 531-1512, Peter Reindler (450) 260-5744



Beau terrain en montagne dans le domaine des Montagnes Vertes au bout du cul-de-sac.

Steve Breton (450) 531-1512, Peter Reindler (450) 260-5744



Découvrez le développement Mont Gauvin. Plusieurs lots résidentiels avec une vue panoramique.

Steve Breton (450) 531-1512, Peter Reindler (450) 260-5744



Lac-Brome. Plusieurs lots bien situés et près des services. Abordable!

Steve Breton (450) 531-1512, Peter Reindler (450) 260-5744



2 terrains seulement. Accès à une zone de conservation de votre balcon arrière et à 5 min. du village de Sutton.

Steve Breton (450) 531-1512, Peter Reindler (450) 260-5744