

# LE TOUR

V35#2  
HIVER/WINTER  
2017

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

VICKI TANSEY  
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, attraits	Club Vélo Sutton (inscription saison 2018)	(514) 880-7704	8	Métiers, services professionnels	Léon Coupal (peinture, plâtre, entretien, etc.)	777-8227	32	
	Concert de Noël pour la Maison Diapason	263-1212	15		Migué et Fournier Arpenteurs	263-5252	32	
	Marché de Noël de Saint-Alphonse-de-Granby	777-1222	10		Mont Minou (auberge pour chats)	538-0718	16	
	Mont SUTTON	538-2545	5		Paul Santerre (bois de chauffage)	204-3574	9	
	Satya Yoga Sutton	(579) 589-0162	7		R3 Production (transfert sur DVD)	266-4548	31	
	Wow Frelé Alpacas (visites guidées et boutique)	(514) 232-6021	11	Vétérinaires Mountainview	263-6460	16		
Alimentation/Food	Au Diable Vert (viande Highland)	538-5639	6	Vicki Tansey (mentorat personnel et créatif)	538-6060	23		
	Au Naturel (aliments naturels)	538-3720	33	Virginie Catenne (design d'intérieur)	538-0922	32		
	Boni-soir (dépanneur)	538-2337	27	Services funéraires	Désourdy salons funéraires	263-1212	15	
	Boulangerie Abercorn Bakery	538-6453	6		Construction/rénovation	Côté & frères Excavation	525-0940	34
	Canards Lac Brome (boutique gourmet)	242-3825	10			Courvoisier Construction	521-7405	32
	Chez Matis (traiteur)	538-6444	6	GPS Construction		1-866-477-6940	32	
	Cuisinière de famille (Marie-France Herbuté)	Internet	28	KYO Habitations		1-855-768-8737	30	
	Ferme Selby Farm (viandes de pâturage)	204-2530	6	La Charpenterie		775-0982	34	
	IGA Després Sutton (épicerie)	538-2211	20	Plomberie Goyer	263-2226	18		
	La Goutte d'Or (éco-épicerie en vrac)	955-0804	28	Légal	Édith Chaput (notaire)	306-1269	37	
	La Mîe Bretonne (boulangerie artisanale)	955-1500	28		Juricompas (Josée Carpentier, avocate fiscaliste)	306-1316	27	
	La Rumeur Affamée Sutton (fromages, épicerie fine)	538-1888	14		LB Avocats (droit corporatif, civil, familial)	266-1700	18	
	La Valse des Pains (boulangerie artisanale)	538-2323	20	Marcel Tétreault (notaire)	538-3577	37		
	Le Comptoir du marchand de thé	538-2002	13	Architectes	Atelier A. Bellavance	534-1616	35	
	Les Jardins de la Colline	263-5997	28		Atelier Johanne Béland	538-0605	30	
	Pur Animal (alimentation pour animaux, etc.)	263-3030	16		EBA Architectes	(579) 436-8868	35	
	Simon Riel (apiculteur)	538-2970	6		Eden Greig Muir	298-1256	35	
	Assurances, services financiers	Jean Marineau (AGIR assurances et invest.)	538-0511	23	Ted Yudelson	(579) 438-8800	35	
		Alexandre Hamel-Le Sieur (RBC)	266-3857	17	Immobilier/ Real estate	Céline Charbonneau (Agence immobilière Sutton)	538-1881	30
Annie Racicot (CPA)		538-0097	17	Coldbrook		242-1166	42	
Monique Verreault (CPA)		538-3239	17	Francine Champagne (Remax)	538-4000	36		
Boutiques Artisanat, art, déco	Alpagas Sutton (vêtements, objets maison, etc.)	538-1538	12	Immeubles Dwyer	298-5341	36		
	Atelier Bouffé (objets maison et déco)	538-2766	13	Jean Lacroix (Remax)	578-4008	41		
	Atelier Pluriel Singulier (atelier-boutique poterie)	248-3527	33	Jessica Brown (Coldbrook)	522-4755	35		
	Encadrement Sutton	330-3529	29	Johanne Bourgoin (Royal LePage)	357-4789	40		
	Galerie Art Dépôt	(579) 436-8585	22	John Boudreau (Coldbrook)	531-5252	35		
	Galerie Art Libre	538-6660	22	Luc Giguère (Remax)	531-5886	36		
	Les Imagiers (galerie d'art)	538-1771	22	Mélanie Legault (Agence immobilière Sutton)	538-1881	30		
	Les Stores Sutton	538-5151	29	Nadja-Maria Daveluy (Remax)	525-3914	41		
	Michel Dupont (cours d'estampe et atelier d'artiste)	(438) 823-9562	20	Pierre Seynnett (Remax)	284-1110	11		
	Mont Tricot (tout pour le tricot)	538-8040	31	Royal LePage Action	538-3800	44		
	Normand Bleau (art et bijoux)	538-3870	27	Sébastien Kaempf (Remax)	522-6125	36		
	Susan Keays Créations (sacs artisanaux)	295-2792	22	Sotheby's International	577-0272	43		
	Tapis Nouraié	(514) 879-9176	41	Sylvie Houde (Remax)	298-1111	11		
	Vert Partout (objets, déco)	538-8378	27	Todd Chabot (Remax)	577-1737	36		
	Fleuristes, jardins, paysagement	Au coeur des saisons (fleuriste & déco)	538-0388	21	Villa des Monts (résidence pour personnes âgées)	538-1291	36	
		Fleurissima (créations florales)	776-0899	40	Restaurants avec licence	Aux 2 Clochers	298-5086	6
		GraminiForme (paysagiste, consultante horticole)	522-0650	34		Le Cafetier	538-7333	7
Livres et Musique	Librairie Frelix	298-1011	37	Lyvano		298-1119	14	
	No Bar Code (reliure, etc.)	(514) 570-8913	22	Tartin'izza Café		538-5067	14	
Vêtements, mode/Fashion, etc.	Boutique Nath'Elle	538-0292	3	avec licence de bar	À L'Abordage Microbrasserie	538-8338	19	
	Urbaine des Champs (designers québécois et plus)	538-2573	13		À La Fontaine	538-3045	14	
	Woolrich	243-0058	41		Pub Mocador	538-2426	37	
Hébergement/ Lodging	Gîte Vert le Mont	538-3227	3	Santé, soins personnels/ Health care	Catherine Ferron (acupuncture)	538-6371	27	
	Les Caprices de Victoria	538-1551	3		Concept Touche Finale (manucure)	538-2222	16	
Avec/ With restauration	Auberge des Appalaches	538 5799	14		Dre Snezana Stanojlovic (omnipraticienne)	243-0005	37	
	Auberge Sutton Brouërie	538-0005	19		Marie Poirier (massothérapeute)	538-8304	37	
	Auberge West Brome	266-7552	4		Oneka (produits de soins corporels naturels)	298-5352	31	
	Hotel Horizon	538-3212	14		Passion Herbale (produits corporels naturels)	204-5917	16	
	Le Pleasant Hotel & Café	538-6188	12		Mieux-Être Sutton (groupe de professionnels)	voir annonce	38-39	
Métiers, services professionnels	Bruno Poulin (spécialiste en chauffage d'appoint)	531-4742	9		Pharmacie Brunet	538-0055	14	
	Chenil Lac Brome Kennel	243-5587	33		Coiffure/ Hairdressers	Lise Gervais coiffure	538-3853	3
	Couturière d'idées (Isabelle Baron)	577-5888	27			Studio Zone coiffure	531-9244	13
	DGE Électrique (maître électricien)	538-9999	9	Véhicules, accessoires	André Marois & Fils (débosselage, peinture)	539-3433	9	
	Dwayne McKenney (plomberie)	260-5655	9		Granby Volkswagen	372-4763	27	
	For.Éco (ingénieur forestier)	242-1366	32		Groupe Guy St-Louis (Occasion Cowansville)	263-8888	26	
		Informatique C.B. (vente, réparation, installation)	263-2384	36				

## 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  
du printemps/été 2018  
bientôt en boutique!



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

# Un édito sans électricité

30 octobre 2017. Cette nuit, des vents violents ont arraché des branches et fait tomber des arbres. Il n'y a plus d'électricité. On entend des sirènes au loin. Notre petit monde a été secoué juste ce qu'il faut pour nous inciter à prendre le pouls de la vie autour de nous. Le trampoline est chez les voisins. Un arbre gise sur le terrain. Les poubelles ont pris le clos. Peu importe, tout le monde est sain et sauf.

Même constat au Cafetier où les propriétaires ont pris le temps de sortir la génératrice pour servir du café aux sinistrés. Presque tout le monde a été touché par la tempête, mais le sourire et les bons mots sont sur toutes les lèvres. Je suis rassurée. Les miens sont en sécurité et la communauté ne semble pas trop déstabilisée. Je peux maintenant me remettre au travail. Il me faudra bien sûr ressortir papier et crayons. Revenir à la base. Quelque part, dans mon cœur, la certitude que je trouverai bien le temps de tout faire. Le genre de certitude qui permet aux coups de vent de ne pas nous jeter à terre.

Je ne peux m'empêcher de penser à tous ces gens qui ont tout perdu ou presque cette année à la suite d'actes terroristes, de tempêtes, de guerres, de glissements de terrain, etc. Des vies, des maisons, arrachées. Toutes leurs certitudes, envolées. Un bouleversement total. Comment alors garder le moral? S'accrocher à la vie et trouver l'énergie de survivre et de rebâtir?

Bien sûr, la tempête de cette nuit n'était rien en comparaison. Un petit imprévu qui aura à peine secoué nos habitudes. Demain, nos enfants feront le porte-à-porte pour l'Halloween. Les élections municipales auront lieu. Le journal atterrira dans vos boîtes aux lettres tout comme les flocons sur vos pelouses. À peine le temps de cligner des yeux, l'hiver aura pris sa place. Ce sera le temps des Fêtes, la nouvelle année. L'hiver enfin bien entamé.

Dans les moments difficiles, ce sont les petits gestes qui font la différence. De l'aide pour ramasser les branches cassées, votre nourriture préférée dans la boîte de la guignolée, une main forte prêtée à celle ou celui qui peine à se relever. C'est ça le pouvoir d'une communauté.

Pour la nouvelle année, je vous souhaite à toutes et à tous de revenir à l'essentiel. De prendre le temps de relever la tête et de porter un regard aimant sur vos proches et tout ce qui vous entoure. Nous sommes de grands privilégiés de ce monde. Ayons la bonté de remettre un peu de lumière autour de nous.

Un hiver lumineux à toutes et à tous!

Geneviève Hébert

# Bring back the Light

October 30, 2017. Last night, violent winds tore down branches and uprooted trees. It even put the power out. There are sirens in the distance. Everyone needs to take a good look around at their little world which has been shaken up. The trampoline has tumbled into the neighbour's backyard, a tree is lying on the ground, and garbage bins have been spilled onto the lawn. It doesn't matter though. There is work ahead but everybody is safe and sound.

At the Cafetier, the owners have managed to make coffee for the power outage victims. Every customer has a story to tell about last night but, all in all, smiles and good words are on everybody's lips. I am reassured as we will rise above this event. I can now get back to work. Of course, I will need to write my editorial with pen on paper - back to basics. Fundamentally, I believe that everything will be okay and that I will somehow find the time and energy to do everything on time. This is the type of certainty that keeps us from falling apart when the wind decides to blow us over.

I cannot help from thinking of all the people who have lost everything to terrorism, storms, war or other this year. Lives and houses have been ripped apart. Certitude has been shattered - total upheaval. What do these people cling to and where do they find the energy to survive and start over?

Last night's storm can't even compare. Tomorrow, our children will be trick-or-treating in the village, municipal elections will come and go, the paper will land in your mailbox and so will snowflakes on your lawn. In the blink of an eye, winter will be upon us and so will Christmas and then the New Year will begin.

During hard times, it is the little gestures that make a difference. Picking up branches on your neighbour's lawn, dropping a can of your favourite food into the food drive box at the supermarket, lending a strong hand to the one in need. That is the power of the community.

For the New Year, I encourage everyone to come back to the basics. Take time to share your love with everyone and everything around us. We are a very privileged populace on this earth. Let's have the generosity and kindness to shed some light on all around us.

A luminous winter to all of you!

Geneviève Hébert

## SOMMAIRE

Vue sur la montagne	4
Mont SUTTON 2017-2018	5
Plein air Sutton 2017-2018	6
Pour que durent les sentiers... (suite)	6
Des activités originales pour sortir dehors cet hiver	7
Déjà la saison 2018 pour le Club Vélo Sutton!	8
Quoi faire cet hiver	8
Le Camp Garagona, plus de 40 ans dans la région	9
Un marché de Noël, c'est bien, mais deux, c'est mieux!	10
« Oh! Quand j'entends chanter Noël... »	11
Bijoux d'ici qui brillent ailleurs	12
Jean-Pierre	15
La retraite de Rémi	15
CDÉS : au revoir Liane, bienvenue Heidi	16
Le pouvoir de la musique!	16
New Life for the Old Mill	17
Ça bouge à Dunham!	18
Bières de chez vous	19
Des cartes et des papillons	20
Arts Sutton	21
Le Centre d'art de Dunham	21
Art Libre cet hiver	22
La galerie de la rue Dépôt	22
Vicki Tansey	23
Calendrier régional	24
Généreuse communauté de Sutton, merci!	27
La géosophie à Frelighsburg	28
Bande-dessinée	29
Raising kids in the country	30
Se préparer à l'hiver avec l'acupuncture	30
Avis de recherche	31
Christmas Pudding	32
Concern mounting over potentially fewer doctors in Sutton	34
ACCESSIBLE DESIGN: Creating a Functional Kitchen	35
Make your own	36
Recette secrète	37
Mortelle destinée de Luce Fontaine	40
Three Pines, a local attraction	41

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

Philippe Beauchemin, Danny Boulanger, Céline Brault, Marie Braeuner, Liane Bruneau, Alex Chabot, Chloé Chagnon, Sarah Cobb, Micheline Côté, Heather A. Darch, Christine Doyon, Corine Duchesne, Benoît Duquette, Olivia Enns, Diane Ferland, Claude-Lucie Gagnon, Mathieu Gallant, Simon Gaudreault, Michel Guibord, Geneviève Hébert, Janna Hubacek, Rémi Jacques, Anick Jobin, Daniel Laguitton, Anne Lauber, Anne Lecours, Louis Lefebvre, Patricia Lefèvre, Denis Lord, Dominique Parent, Annie Rouleau, Ève Sano-Gélinas, Karina Sasseville, Sheryl Taylor, Peter Turner, Katy Warnock, Kate Williams, Ted Yudelson.

### 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



**Gîte Vert Le Mont B&B**

*"Séjour vraiment magnifique."*  
Trip Advisor

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

\*Cinq chambres, salle de bains privée attenante  
\* Idéal pour voyageurs, petits groupes et amis en visite  
\* Accueil chaleureux  
\* Forfaits d'hiver à partir de 115 \$ pp pour deux nuits

[www.bbsutton.com](http://www.bbsutton.com)  
18, rue Maple, Sutton, 450 538-3227

**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 restaurant le Sultan)

**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

## Vue sur la montagne

Nous passons la plus grande partie de notre vie à travailler pour gagner l'argent avec lequel nous achetons les objets que nous fabriquons en travaillant. La valeur marchande des objets fabriqués prime leur utilité et sert à calculer le produit intérieur brut (PIB) des nations industrielles dont les économies reposent sur le dogme de la croissance nécessaire du PIB. Ce que nous appelons « une économie prospère » comporte donc deux grandes composantes : 1) la fabrication du plus grand nombre possible d'objets répondant à des besoins réels ou imaginaires ; 2) la stimulation de besoins imaginaires par le biais de la publicité et par l'obsolescence programmée des produits de consommation. Le raisonnement sous-jacent est que plus on consomme, plus on doit travailler pour produire, et plus on doit travailler pour produire, plus on gagne l'argent qui permettra de consommer ce que l'on produit. Ce raisonnement est fallacieux dans la mesure où nous fabriquons aussi des robots et des procédés automatisés qui remplacent systématiquement le travailleur-consommateur dans ce cercle vicieux qui n'enrichit que ceux qui « possèdent » les moyens de production en fabriquant de plus en plus d'objets inutiles ou dont l'utilité se mesure en minutes avant de rejoindre la montagne de déchets qui caractérise l'ère industrielle. Bilan global : chômage endémique et croissant, et épuisement des ressources non renouvelables de la planète.

La production annuelle de déchets non récupérés est en moyenne de 720 kg par personne au Canada. Environ 40 % de ces déchets non récupérés sont d'origine résidentielle, le reste provient de diverses institutions et entreprises publiques ou privées. À l'échelle mondiale, la montagne de déchets produite annuellement est estimée à environ 4 milliards de tonnes. Entassés sur les 59 kilomètres carrés de l'île de Manhattan, ces déchets formeraient une couche annuelle de plus de 65 mètres d'épaisseur et la plus haute tour de New York, le *One World Trade Center*, avec ses 541 mètres, disparaîtrait sous ce dépotoir en moins de 10 ans.

L'augmentation de la production de déchets est directement liée au mode de vie et donc au taux d'urbanisation croissant, à la culture de consommation et au revenu. Consumérisme et culture du déchet vont de pair, et notre époque passera à l'histoire

comme celle du vandale « homo consumeris », alias « homo poubellus » ou « homo detritus ». Les déchets produits par un végétal ou par un animal, y compris son corps lorsqu'il meurt, nourrissent d'autres végétaux ou d'autres animaux, les nôtres, au contraire, les tuent et, pendant que les barons de l'industrie et de la finance comptent leurs profits au sommet de tours d'acier et de verre, plus de soixante-dix espèces végétales ou animales disparaissent chaque jour de la biosphère.



Image du film MIDWAY de Chris Jordan (Youtube PLkTTJW4xZs)

Un des aspects les plus aberrants de notre culture du déchet est la disproportion entre le cycle de vie des biens que nous consommons et celui de leur élimination dans les dépotoirs. Le gobelet en polystyrène encore utilisé dans les assemblées où l'on sert des boissons rafraîchissantes ou du café sert une demi-heure tout au plus ; il part ensuite vers un site d'enfouissement où, selon le type de polystyrène utilisé, il faudra de 50 à 1000 ans pour qu'il se dégrade. Même chose pour les quelque 130 000 mégots de cigarette à bout filtre jetés à terre chaque seconde dans le monde : ils « servent » au fumeur pendant un maximum de 10 minutes, mais ils prendront plusieurs années pour se dégrader, à supposer qu'entre temps ils n'aient pas été ingurgités par des oiseaux ou des poissons qui mourront d'occlusion intestinale ou d'empoisonnement par les résidus toxiques de tabac qui y sont accumulés. Le nombre de bouteilles en plastique et de cannettes de boissons gazeuses consommées dans le monde se chiffre annuellement en centaines de milliards. Quatre bouteilles sur cinq et une cannette

sur deux ne sont pas recyclées : la dégradation des cannettes en aluminium prendra de 10 à 100 ans, celle des bouteilles en plastique de 100 à 1000 ans. La dégradation d'une pile, d'une couche jetable ou d'un filet de pêche moderne prend environ 500 ans. On change aujourd'hui, en moyenne, plus souvent de téléphone portable que de chemise, il y en a plus que d'humains sur la planète et chaque année il en est vendu plus d'un milliard qui sont utilisés en moyenne moins de deux ans ; on en jette plus de 150 millions par an dont moins de 20 % sont recyclés. La fabrication d'un ordinateur et de son écran exige l'équivalent du carburant utilisé pour conduire 500 km en voiture, 22 kg de produits chimiques (incluant des métaux précieux et des terres rares dont les réserves mondiales seront épuisées dans 10 à 15 ans), et 1500 litres d'eau ; plus de 80 % de l'énergie utilisée par un ordinateur l'est non pas pendant ses trois années d'utilisation moyenne (18 mois pour un portable), mais pour sa fabrication ! Cette énergie « grise » requise pour la fabrication de tout objet de consommation est souvent telle qu'elle rend absurde l'achat de remplacements « plus efficace énergétiquement » dans la mesure où l'économie d'énergie durant le cycle d'utilisation ne compense pas l'énergie de la fabrication.

Autres secteurs, même montagne : aux États-Unis, près de 40 % des aliments destinés à la consommation humaine vont à la poubelle. Les textiles sont produits chaque année à l'échelle mondiale au rythme d'une centaine de millions de tonnes : grands oubliés de l'industrie du recyclage, 80 % finiront dans des sites d'enfouissement où les deux tiers composés de fibres synthétiques seront peu dégradables. Le record revient au nucléaire dont certains déchets ne retrouvent le niveau de radioactivité de l'uranium naturel qu'après plusieurs millions d'années.

Toute solution passe par une prise de conscience que notre mode de vie est insoutenable : le consumérisme tue la biosphère, sa montagne de déchets nous ensevelira. Malheureusement, il en va de l'« homo consumeris » comme de tout « homo addictus » : le changement ne devient possible que lorsqu'il est plus douloureux de ne pas changer que de changer.

Daniel Laguitton

**AUBERGE WEST BROME**

*Vivez des moments inoubliables!*

**Gâtez-vous en offrant un cadeau!**

D'ici le temps des fêtes, achetez une carte cadeau à l'Auberge West Brome et obtenez une valeur ajoutée!

**Achat d'une carte cadeau de 100\$**  
Lors de votre achat, choisissez un crédit de **25\$** au Bistro West Brome ou au Spa West Brome

**Achat d'une carte cadeau de 200\$**  
Recevez un crédit au Bistro West Brome de **25\$** et un crédit au Spa West Brome de **25\$**

**Achat d'une carte cadeau de 300\$**  
Recevez un crédit au Bistro West Brome de **25\$** et un crédit au Spa West Brome de **25\$**.  
De plus, choisissez un crédit supplémentaire de **25\$** au Bistro ou au Spa West Brome

\* Certaines conditions s'appliquent

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

**Bistro WEST BROME**

# Mont SUTTON 2017-2018

Le Mont SUTTON termine un été et un automne remplis d'évènements et de nouveautés. Xman, Xtrail, Call of Valhalla, Fête nationale Suisse, démos de vélo de montagne, Festival d'automne... avec l'ajout des sentiers de vélo de montagne de Plein air Sutton/MTB, on peut dire que les derniers mois ont été bien occupés et que les prochains le seront encore plus!

## Une foule de nouveautés pour 2017-2018

Cet hiver, le Mont SUTTON servira encore mieux sa clientèle grâce à l'ajout de nouveaux canons, de bornes pour voitures électriques, de sculptures et plus! En effet, près d'un million sera investi dans le système d'enneigement, portant le total à 1,5 million pour les deux dernières années. L'Alouette et la Cascade seront bordées de 39 nouveaux canons fixes. Un deuxième enneigeur à turbine T40 sera ajouté dans la Zone Famille. La saison 2017-2018 marque le début d'un programme à long terme de changement de la tuyauterie pour l'alimentation en air et en eau. Ces changements permettront un gain énergétique majeur, une fiabilité et une productivité augmentées ainsi qu'une production de neige de meilleure qualité à des températures plus élevées.

## Stations de recharge pour voitures électriques

Si vous ou vos amis avez une voiture électrique, vous pouvez maintenant recharger votre véhicule lors de votre visite au Mont SUTTON grâce à cinq bornes Tesla et cinq bornes universelles 240 V ClipperCreek.



Bornes électriques

## Deux nouvelles sculptures en montagne

Une sculpture de chouette s'ajoute à celles du pic, de l'ours et des deux porcs-épics qui faisaient déjà du Mont SUTTON un musée à ciel ouvert. Créée par l'artiste de Sutton Marek Latzmann, la chouette est faite de pneus, de métal et de bois. Vous pourrez maintenant repérer toutes les sculptures des Arts à la montagne sur la nouvelle carte des pistes!

La deuxième sculpture, créée par Daniel Haché, aussi d'ici, représente une vache sur un ski de cèdre, un clin d'œil aux origines de l'entreprise. La sculpture a

été offerte en hommage à la famille Boulanger pour son implication dans le développement économique et touristique de la région, une initiative du Centre local de développement (CLD) de Brome-Missisquoi en collaboration avec la Ville de Sutton.

## Retour de la planche à neige à la Boutique Expérience SUTTON

Amateurs de planche à neige? Vous serez heureux d'apprendre que la Boutique Expérience SUTTON aura une toute nouvelle section Concept K2 avec planches, fixations, bottes et *splitboards* sélectionnés spécifiquement pour s'adapter au terrain varié du Mont SUTTON.



Chouette d'automne

## Un travail de réflexion pour le futur

Le travail de réflexion amorcé l'année dernière à travers le plan stratégique de développement se continue en se concentrant sur la diversification des activités du Mont SUTTON à long terme. Le plan, fait de concert avec *Ecosign* (qui a travaillé, entre autres, avec Whistler) et Raymond Chabot Grant Thornton, permettra de faire la planification à long terme du développement du secteur montagne et de la diversification des produits sur quatre saisons, ainsi que la priorisation des activités dans le temps, tout en prenant en compte l'ADN actuel de la station et de la communauté.



Travaux d'enneigement

Abonnez-vous à l'infolettre du Mont SUTTON pour être toujours à l'affût des dernières nouvelles!

**SUTTON**  
 montsutton.com

## POUR DU SKI SUR SEMAINE

<h3>PASSE DU LUNDI</h3> <p>Skiez tous les lundis de la saison 2017-2018.</p> <p><b>171 \$</b> +t. /personne, toute catégorie</p>	<h3>PASSE DU VENDREDI</h3> <p>Skiez tous les vendredis de la saison 2017-2018.</p> <p><b>171 \$</b> +t. /personne, toute catégorie</p>	<h3>PASSE 5 JOURS</h3> <p>Skiez du lundi au vendredi durant toute la saison 2017-2018.</p> <p><b>420 \$</b> +t. /personne, toute catégorie</p>	<h3>PASSE PÉDAGOGIQUE</h3> <p>Skiez lors des congés pédagogiques présélectionnés par le Mont SUTTON.</p> <p><b>99 \$</b> +t. /personne, toute catégorie</p>
--	--	--	---

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



**Viandes de pâturage**  
Free range meats

Boutique à la ferme  
ouverte le samedi et le dimanche de 12h à 18h

Information :  
fermeselbyfarm.com  
4546, rue Principale,  
Dunham, Qc JOE 1M0



**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 JOE 2K0

DISPONIBLE SUR PLACE

**Viande Highland**



**AU DIABLE VERT**  
Association de Montagne

Glen Sutton | (450) 538-5639 | www.audiablevert.com



**Traiteur / Catering**

Plats cuisinés, petites bouchées et desserts (tarte tatin, religieuse, éclair, tarte 100% sirop d'érable, tarte au citron, Paris Brest, millefeuille), pizza napoletana, tourtière traditionnelle, au canard ou à la dinde, gâteau aux fruits, bûche de Noël, galette des rois.

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



**Simon Riel**  
APICULTEUR

**450 538-2970**

32 ch. Schweizer, Sutton, QC JOE 2K0

**AUX 2 CLOCHERS**  
BISTRO / RESTAURANT

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

Fermé du 31 décembre au 12 février inclusivement  
2, rue de l'Église  
Frelighsburg, Qc, JOJ 1C0  
Tél: (450) 298-5086



"André et Martine"

## plein air sutton

PLEIN AIR SUTTON, plus entreprenant que jamais! À la saison hivernale s'est ajouté un volet estival avec l'ouverture de notre réseau de vélo de montagne. 23 km de sentiers ont été aménagés et entretenus grâce au travail musclé d'une équipe de bénévoles, les « Têtes de pioches ». Un franc succès qui a permis à plusieurs adeptes hors Sutton de découvrir notre région et d'améliorer les infrastructures hivernales.

Le réseau de ski de fond amorce sa 45<sup>e</sup> saison. La neige est déjà « commandée », ainsi qu'un temps raisonnablement froid, bien sûr!

Les pistes sont de calibre facile, intermédiaire et avancé. Les sentiers de randonnée pédestre sont faciles et intermédiaires, accessibles aux jeunes familles et aux traîneaux pour bébé. Le réseau de fatbike s'adresse aux intermédiaires et avancés. Un petit refuge rustique en forêt permet de prendre une pause et de se réchauffer.

Le chalet d'accueil et le départ de tous les sentiers demeurent au 429 rue Maple. Des breuvages chauds et collations sont au menu. Une salle de fartage chauffée est à votre disposition, ainsi que la location d'équipement : skis de fond, raquettes, crampons et fatbike (réservation requise).

En réservant au préalable, de petits groupes de 6 à 12 personnes peuvent dormir dans le refuge rustique accessible par le sentier de randonnée, à environ 1 km de l'accueil.

## Hiver 2017-18



Crédit : Micheline Côté

Voici un aperçu des nouveautés :

- Ski de fond : ajout de 1 km pour un total de 22 km de sentiers balisés et entretenus.

- Randonnée pédestre : ajout de 2 km pour un total de 17 km de sentiers balisés.

- Travaux d'infrastructure : révision importante de tous les ponceaux et barres d'eau.

- Acquisition d'un deuxième VTT pour faciliter l'entretien.

- Restructuration complète de la signalisation sur les trois réseaux.

- Conception d'une nouvelle carte des sentiers intégrant les trois réseaux soit le ski de fond, la randonnée pédestre et le fatbike sur la même carte.

- Accueil : ajout d'un système de paiement supplémentaire (sur internet ou en ligne) avec PayPal.

Les journées/heures d'ouverture, tarifs, activités, promotions, conditions des sentiers, plan des pistes et autres sont mis à jour régulièrement sur notre site web. **Un escompte de 10 % est accordé aux abonnements payés avant le 30 novembre.** L'abonnement de ski fond inclut l'accès aux réseaux de randonnée et de fatbike.

Au plaisir de partager le pur PLEIN AIR avec vous!

L'équipe de PLEIN AIR SUTTON · pleinairsutton.ca

## Pour que durent les sentiers... (suite)

Restaurer un réseau de sentiers, c'est comme retaper une vieille maison. Pour que ça dure, il faut parfois refaire les fondations. Et on n'échappe jamais au drainage.

Souvent, c'est plus compliqué de restaurer que de construire à neuf. Une restauration doit en effet composer avec un tracé existant dont les déficiences sont souvent la cause principale de la dégradation constatée. Parfois, ça ne vaut même plus la peine de restaurer : la pente du sentier est si importante qu'elle générera forcément un ruissellement dévastateur et/ou son emprise est tellement érodée qu'il n'y a plus de drainage possible.

Dans ces cas-là — les pires — il faut dévier le sentier et le refaire à neuf, suivant un tracé plus favorable à sa pérennité. Celle-ci dépend en majeure partie de la pente du sentier et de son alignement par rapport à la pente naturelle du terrain, qui conditionnent le drainage latéral essentiel à l'évacuation rapide de l'eau, principal facteur d'érosion de tout type de chemin. Une pente de moins de 10 % (et plus de 2 %) et un angle d'alignement du sentier d'au moins 30 % sont les normes reconnues pour un sentier durable.

Quand l'érosion n'est pas trop avancée, les surfaces de marche peuvent être consolidées par des travaux de drainage ou de remblayage appuyés par des infrastructures telles que des marches, escaliers, ponts et ponceaux. Sauf rares exceptions, les sentiers du PENS ne sont pas accessibles aux pelles mécaniques. Tous ces travaux doivent donc être faits à l'aide d'équipement manuel tel que des pics, pioches, pelles, barres à mine, pulaski (pioche et hache combinées en un outil), houe tout-terrain, râteau, etc. Ça prend donc beaucoup de temps et d'énergie humaine, surtout quand il faut marcher une heure pour se rendre sur le chantier...

Et comme c'est à la fois complexe, hautement énergivore et moins glorieux de restaurer un vieux

réseau que d'en développer un de toutes pièces, ça ne peut pas se faire sur une base bénévole. À la base du programme de remise à niveau des sentiers du PENS, on trouve donc :

- un plan quinquennal basé sur un diagnostic complet de l'état des sentiers qui a permis de prioriser, chiffrer et justifier les interventions requises en fonction des risques projetés;

- un budget d'investissement de plus de 400 000 \$ sur cinq ans, financé en majeure partie par deux programmes successifs de Développement Économique Canada, complétés par des subventions d'Emploi-Québec et de la défunte Conférence régionale des élus de Montérégie-Est, avec une mise de fonds de près de 150 000 \$ du PENS (provenant des droits d'accès et cotisations des randonneurs) et de 75 000 \$ de la Ville de Sutton (principalement pour le sentier Village-Montagne);

- une équipe incluant une architecte-paysagiste et un chef aménagiste de plus de vingt ans d'expérience, ainsi que 4 à 10 aménagistes hautement motivés, généralement formés à l'interne faute de programme public adéquat.

La revalorisation du réseau de sentiers qui fait la renommée du PENS est la clé de voute de son succès. L'organisme souhaite sensibiliser ses membres et partenaires à cette réalité. Une petite vidéo mettant ses aménagistes en vedette a donc été produite dans ce but. Rendez-vous à la salle Alec et Gérard Pelletier, le 1er décembre prochain pour en apprendre plus sur ces travaux titanesques et célébrer leurs artisans!

Détails à venir sur facebook.com/PENSutton et parcutton.com.

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

## Des activités originales pour sortir dehors cet hiver

L'hiver est toujours plus agréable quand on prend le temps de sortir à l'extérieur pour profiter de ses merveilles. Comme vous connaissez déjà le ski alpin, la raquette et le patin, je me permets de vous partager quelques suggestions d'activités à faire entre amis ou en famille pour voir l'hiver autrement.

### Visiter un élevage d'alpagas

Activité familiale par excellence, on compte un grand nombre d'élevages d'alpagas dans notre région. Par contre, on ne pense pas nécessairement à visiter ces mignonnes créatures en hiver. Sachez que la majorité des domaines de Brome-Missisquoi sont ouverts à l'année et ces derniers sont encore plus majestueux à visiter en hiver!



### Pêcher sur le lac Champlain

Chaque hiver, le village de Saint-Armand s'agrandit de dizaines de charmantes cabanes qui se stationnent sur l'épaisse croûte de glace du lac Champlain. Il est possible de louer une cabane et tout l'attirail pour une belle journée de pêche en famille chez Activités Plein Air Philipsburg. Il y a même un poêle à l'intérieur pour s'y réchauffer entre deux prises.

Vous pourrez même y faire chauffer votre chocolat chaud ou votre vin épicé. On y pêche principalement de la perchaude, parfois du brochet et plus rarement de l'achigan. Les plus chanceux mettront la main sur du doré!

### À vos peaux de phoque

Aussi appelées peaux d'ascension, elles sont apposées sous les skis afin de pouvoir pratiquer la randonnée alpine, car elles ne glissent que dans un sens. Bien qu'on utilise encore le terme « peaux de phoque », celles-ci ont été remplacées par des matières synthétiques depuis plusieurs années. Bref, sachiez-vous qu'il est possible de pratiquer la randonnée alpine au Mont SUTTON? En effet, la montagne propose depuis peu des sentiers pour ce sport. Il n'en coûte que 10 \$ pour accéder aux pistes et l'accès se fait à partir du chalet principal (Alt. 400). Sachez qu'il est également possible de louer tout l'équipement nécessaire sur place et/ou de suivre un guide-moniteur.

Au plaisir de se croiser dehors cet hiver!

Rémi Jacques  
Conseiller en développement touristique  
CLD de Brome-Missisquoi

Le Cafetier  
SUTTON

Café Terrasse

Le Cafetier  
SUTTON

Ouvert tous les jours  
de 7h à 19h

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

**C'EST NOTRE ANNIVERSAIRE!**  
VENEZ CÉLÉBRER LE DÉBUT DE NOTRE 7E ANNÉE AVEC NOUS



**PORTES OUVERTES SATYA YOGA SUTTON**  
34-A PRINCIPALE NORD, SUTTON

**23 AU 29 NOVEMBRE**

SATYA YOGA STUDIOS



EN TOUT TEMPS

OFFRE D'INTRODUCTION NOUVEAUX MEMBRES  
30\$ POUR 30 JOURS DE YOGA ILLIMITÉ!



# Déjà la saison 2018 pour le Club Vélo Sutton!



Nous avons eu un été 2017 extraordinaire avec nos 96 membres! Malgré la température toujours incertaine, nous avons réalisé nos 22 sorties telles que planifiées. Toutes mémorables!

Les circuits ont été adaptés à chacun des niveaux et nos capitaines de route

ont su bien encadrer les groupes tout en leur donnant le maximum de conseils de sécurité. Certains cyclistes ont pu se joindre à nous grâce à leurs vélos assistés et ainsi profiter de toutes nos belles sorties. Nous avons aussi découvert de nouveaux trésors gastronomiques de la région.

Pour la saison 2018, le Club Vélo Sutton nous réserve encore de nombreuses nouveautés et découvertes :

- Quatre niveaux d'habiletés sont offerts ;
- Les vélos assistés et électriques sont bienvenus ;
- Un partenariat avec le Club Estricycle vous permet de participer aux sorties en semaine ;
- Une formation pour nos membres sera donnée avant le début de la saison par le Centre National de Cyclisme de Bromont (CNCB). Elle portera sur l'entretien de base d'un vélo, ainsi que sur la sécurité et la réparation de crevaisons ;
- Un week-end intensif de formation pour nos capitaines de route (CDR) sera organisé sur la sécurité, la mécanique de base, les techniques d'entraînement, la signalisation, la nutrition, etc. ;
- Le Club organisera 3 grandes sorties durant l'été 2018 afin de découvrir la région des Cantons-de-l'Est ;

- Un voyage de vélo en Italie est prévu en avril 2018 pour une trentaine de membres, dans le but de se remettre en forme ;
- Des ateliers de *spinning* pour les membres seront offerts tous les dimanches, de novembre à avril, à la Coop Gym Santé Sutton.

Dans la perspective d'une splendide saison de vélo, vous avez donc plusieurs bonnes raisons de devenir membre du Club Vélo Sutton en allant sans tarder vous inscrire : [clubvelosutton.com](http://clubvelosutton.com). Le **15 décembre est la date limite pour vous inscrire** si vous voulez recevoir votre nouveau maillot édition 2018 à temps pour le début de la saison.

Au plaisir de rouler avec vous en 2018!

Danny Boulanger, président du Club Vélo Sutton

## Quoi faire cet hiver

### Sentiers de raquette de Dunham

Saviez-vous qu'il se cache derrière l'hôtel de ville de Dunham une dizaine de kilomètres de sentiers de raquette entretenus amoureusement par des bénévoles depuis 4 ans? Dans le stationnement se trouve un chalet équipé de tables de billard et de ping-pong où on peut emprunter gratuitement des raquettes lorsque la patinoire extérieure est ouverte.

Une fois que vous aurez parcouru les diverses boucles, n'oubliez pas de faire le plein de bières à la Brasserie Dunham ou dans la nouvelle section microbrasserie du Dépanneur chez Ben. Vous trouverez également de délicieux produits locaux comme des cretons maison dans les frigos de l'Épicerie-Café Dunham. Pour les conditions des sentiers, consultez la page [facebook.com/sentiersdunham](https://facebook.com/sentiersdunham).

### Patin sur le lac Brome

L'an dernier, la Ville de Lac-Brome s'est engagée à entretenir un anneau de glace pour les patineurs à la hauteur de la plage Douglas. J'ai beaucoup regretté de ne pas y avoir amené mes enfants. Comble de bonheur, la municipalité reprend l'initiative cette année.

Je ne raterai donc pas l'occasion d'aller donner quelques coups de patin au lac Brome. Peut-être même à l'occasion de la Fête Polaire à la plage ou *PolarFest*, le samedi 3 février, de 13 h à 17 h. En plus des activités plein air pour toute la famille, du chocolat chaud et du feu de camp extérieur, il sera possible de faire l'essai de trottinettes des neiges. Pour rester au courant, consultez [ville.lac-brome.qc.ca/loisirs](http://ville.lac-brome.qc.ca/loisirs) ou [facebook.com/LSCLB](https://facebook.com/LSCLB) (loisirs et services communautaires Lac-Brome).

### Parade du Père Noël de Cowansville

Ok, je l'avoue, je ne suis jamais allée à la fameuse parade du Père Noël de Cowansville. Comme ma plus vieille se pose déjà de sérieuses questions quant au Père Noël, je crois que cette année sera ma dernière chance. Je me pointerai donc le **25 novembre** prochain quelque part sur la rue du Sud pour voir défiler les chars allégoriques. Ces derniers partiront de la rue Miner vers 16 h 30 pour terminer leur parade sur la Principale. Bien sûr, mes 2 plus jeunes seront heureux s'ils pouvaient glisser quelques mots en direct dans l'oreille de Saint-Nicolas.

Site web : [cccq.quebec/defile-de-noel](http://cccq.quebec/defile-de-noel)



Sentier de raquette de Dunham

### Soirée des Possibles

Puisque la température ne nous permet pas toujours de jouer dehors, il faut parfois se rabattre sur des activités intérieures. L'an dernier, ma fille et moi avons bravé les chemins de campagne entre Sutton et Frelighsburg pour voir le film *Le goût d'un pays*. L'aventure fut mémorable, d'abord parce qu'on sortait « entre filles » un soir de semaine, qu'il faisait tempête et que l'ambiance au Beat & Betterave était chaleureuse à souhait. À refaire, sans l'ombre d'un doute.

Site web : [montpinacle.ca/activites](http://montpinacle.ca/activites)

### Casse-Noisette

Avez-vous vu la Casse-Noisette de l'École de Ballet Classique de Sutton l'an dernier à la Salle Alec & Gérard

Pelletier? L'entreprise avait été un véritable tour de force puisqu'en cette première année, tout était à faire : mise en scène, décors, costumes, chorégraphies et logistique. Parents et bénévoles ont grandement contribué à l'énorme succès du spectacle.

Cette année, ce dernier sera présenté sur la scène du Theatre Lac-Brome les **16 et 17 décembre** avec plus de danseurs, de nouveaux costumes, décors et numéros, etc. Sur la musique de Tchaïkovsky, ce ballet en un acte, interprété par des jeunes de la région, vous fera revivre ce grand classique du temps des Fêtes. Vous pouvez dès maintenant acheter vos billets en ligne à [balletsutton.com/nutcracker](http://balletsutton.com/nutcracker). Ne tardez pas trop, l'an dernier ils se sont envolés très vite!

### Bain libre au Centre aquatique de Cowansville

Quand on voyage l'hiver, on choisit toujours des hôtels avec piscine intérieure pour le plus grand bonheur des enfants. À moindre prix, il y a le centre aquatique de Cowansville où faire saucette. Tant qu'à faire son sac, pourquoi ne pas amener vos patins? En effet, l'hiver, la piste de course de 400 mètres de Massey-Vanier se transforme en anneau de glace. Ils y aménagent même un abri fermé et chauffé. S'il ne fait pas beau, il y a toujours l'aréna du Pavillon des sports pour se dégourdir. Vous trouverez aux 2 endroits des stabilisateurs d'apprentissage pour les débutants. Pour les heures d'activités libres de Cowansville, consultez la section Loisirs et sports à [ville.cowansville.qc.ca/fr/citoyen](http://ville.cowansville.qc.ca/fr/citoyen).

Geneviève Hébert



## LES INSCRIPTIONS SONT OUVERTES POUR 2018

Inscrivez-vous avant le 15 décembre pour recevoir votre maillot à temps pour le début de la saison.



SUTTON CLUB DE VÉLO  
SANTÉ • RENCONTRES • GASTRONOMIE

[WWW.CLUBVELOSUTTON.COM](http://WWW.CLUBVELOSUTTON.COM)

4 NIVEAUX • VÉLOS ÉLECTRIQUES ADMIS  
SANTÉ • RENCONTRES • GASTRONOMIE



# Le Camp Garagona, plus de 40 ans dans la région



Bâtiment principal

Depuis plus de 40 ans, le Camp Garagona offre des séjours bilingues à des adultes atteints d'une déficience intellectuelle et/ou ayant un trouble du spectre de l'autisme. Fondé en 1969, il est l'œuvre d'un groupe de citoyens qui avait à cœur d'offrir un lieu de rassemblement et de répit à une clientèle souvent mise de côté.

Situé à quelques minutes du village de Frelighsburg, l'endroit est perché en haut de la colline du chemin Garagona sur un terrain de 14 acres qui appartenait autrefois à l'église anglicane Bishop Stewart Memorial. De là, la descente jusqu'au village donne une vue imprenable sur l'église et son cimetière; on se croirait en campagne anglaise.

Dans les dernières années, l'établissement a connu de grandes rénovations grâce à un financement de près de 3 millions de dollars de la Fondation Butters. Le directeur général du Camp, Nicholas Brien, en poste depuis 7 ans, a de quoi être fier du progrès réalisé ces dernières années. Cet homme chaleureux accueille les visiteurs à bras ouverts; passionné dédié à la cause, il a pour mission d'intégrer l'entreprise au paysage culturel de la région. Six personnes y travaillent à temps plein à l'année, une quarantaine l'été. Les nouvelles installations permettent de répondre aux besoins d'une large clientèle, qu'elle soit autonome ou non, grâce à ses chambres, ses dortoirs ou encore ses yourtes.

L'été, l'endroit accueille près de 75 campeurs à la fois. Durant leur séjour, une chimie hors du commun s'installe entre les individus. « Ici, ce sont nous, les neurotypiques, qui sommes différents. On vit au rythme de notre clientèle et notre but c'est qu'elle se sente bien et libre. Certains viennent retrouver leurs amis chaque été; ils ont leur "gang". Notre aînée a 77 ans et ça fait 43 ans qu'elle fréquente le camp! Le sentiment d'appartenance est très fort! » nous confie Nicholas.

Le Camp Garagona est un endroit qui respire le bonheur et la joie de vivre. On y organise une panoplie d'activités artistiques en plus d'initier les campeurs à la vie de campagne avec des activités de jardinage, l'entretien du poulailler et une magnifique piste d'hébertisme récemment aménagée.

Marthe Paquet, coordonnatrice et Annick Gamache, intervenante, animent un service d'activités de jour du lundi au jeudi à l'année avec brio. On propose notamment du yoga, du théâtre, de l'art culinaire, des arts plastiques et

des sorties récréatives afin de permettre aux adultes de 21 ans et plus de s'intégrer à un groupe et de maintenir leurs acquis. Il s'agit d'un service essentiel pour les familles qui ont la charge à temps plein de ces individus aux besoins particuliers.

Bélinda, une adulte autiste avec une déficience intellectuelle, a une cinquantaine d'années et habite encore avec ses parents. À ses débuts dans le groupe, elle ne parlait pratiquement pas; les activités de théâtre lui ont permis de sortir de sa coquille. Elle adore se déguiser et dès qu'elle enfle une perruque, elle se transforme et incarne son personnage. Il est fascinant de l'observer, de la voir prendre contact avec la réalité grâce au jeu. Annick, qui est comédienne de formation, travaille très fort à amener chacun des participants à se familiariser avec le théâtre. Chacun d'eux effectue son numéro d'improvisation avec enthousiasme. Les arts permettent une liberté essentielle à ces adultes différents et malheureusement souvent ostracisés.

En plus des week-ends de répit à sa clientèle adulte pendant l'année, l'organisation en offre maintenant pour les enfants et les adolescents. Une nouveauté que le directeur espère standardiser.

Le Camp Garagona tente de sensibiliser la communauté à sa clientèle atypique en leur faisant faire des activités dans la région. Par exemple, l'été dernier, certains campeurs ont tenu un kiosque au marché fermier de Frelighsburg. De son côté, Annick a amené son groupe de jour dans une classe de 2e année de l'école Saint-François-d'Assise à Frelighsburg pour faire des jeux d'improvisations. « Tout le monde s'est mélangé et s'est amusé! Pour la plupart des enfants, c'était la première fois qu'ils rencontraient des adultes comme ça! » Nicholas Brien veut briser l'inconfort des citoyens face au Camp et à ses usagers et offrir de plus en plus de services pour la communauté. Pendant l'été, le public est invité aux spectacles du camp et pendant les congés pédagogiques, des journées d'activités sont offertes à tous; de belles initiatives qui permettent de découvrir cet endroit magnifique.

Les inscriptions sont encore ouvertes pour les répits 2017-2018 pour adultes et pour enfants. Vous trouverez les dates à [campgaragona.qc.ca](http://campgaragona.qc.ca) et l'actualité du camp sur : [facebook.com/CampGaragona](https://facebook.com/CampGaragona).

Christine Doyon

**Bois de chauffage à vendre**  
**Fire wood for sale**

450 204-3574  
pssanterre@gmail.com

**DGE**  
ÉLECTRIQUE

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

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

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

450 531-4742  
bpexpertconseils@hotmail.com

RBO 8239-5310-46

PLUMBING • HEATING  
ALL TYPES OF PUMPS  
WATER TREATMENT

PLOMBERIE • CHAUFFAGE  
TOUS GENRES DE POMPES  
TRAITEMENT D'EAU

**Plomberie Dwayne McKenney**  
RINQ: 5716-2521-01 9334-2129 Qc Inc.

MASTER PLUMBER • MAITRE EN PLOMBERIE  
Cell: 450-260-5655  
RESIDENTIEL - 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
- Free estimates
- Fin de semaine sur rendez-vous
- Week-end by appointment

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

**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

## Un marché de Noël, c'est bien, mais deux, c'est mieux !

Pour une deuxième année, le Marché de Noël des Pas Pressés de Dunham — organisé par la coop La Factrie — et le Marché de Noël de Frelighsburg unissent leurs forces pour créer un événement à grandeur régionale les 16 et 17 décembre.



Les deux comités organisateurs s'entendent en effet pour dire que des partenariats locaux forts contribuent au rayonnement de la région et favorisent le succès des événements.

La complémentarité des deux marchés est évidente : Frelighsburg donne une grande place aux produc-

teurs agroalimentaires et Dunham présente davantage d'artisans et de créateurs. Chacun veillera par ailleurs à inviter ses visiteurs à se promener d'un endroit à l'autre. Les campagnes de promotion sont pensées en harmonie avec cette démarche collaborative, même si les deux événements gardent leur propre signature.

Alors, prenez la route des deux marchés et lancez les festivités avec vos artisans locaux !

### Les Pas Pressés de Dunham : coloré et loufoque !

Fort du succès des quatre éditions précédentes, La Factrie, coop écocreative, double le plaisir cette année en proposant les activités sur deux jours. Toujours installé au Relais de la Diligence au cœur de Dunham, le Marché de Noël des Pas Pressés est plus qu'un marché, c'est un véritable événement villageois et familial. Vous êtes invité à une déambulation joyeuse d'un étage à l'autre de ce magnifique bâtiment historique où une trentaine d'exposants vous accueillent sur un parcours bien organisé, inspiré des souks orientaux où les étals débordent de couleurs et d'odeurs inspirantes !

Une variété de produits originaux à prix abordable est proposée : céramique, littérature, produits gourmands et cosmétiques ; tout le monde y trouve son compte. La Factrie poursuit aussi sa mission de valorisation de la création écoresponsable en regroupant des artisans qui fabriquent des vêtements, bijoux et autres objets à partir de matériaux recyclés.

Comme chaque année, le marché se déclinera aussi dans sa version festive et conviviale, avec musique de choix, chocolat chaud, dégustation de bières à la Brasserie Dunham et diverses activités pour vos chérubins, coin animaux, maquillage, etc. Sans

oublier les chèques-cadeaux distribués au hasard et autres petites surprises à découvrir lors de votre venue.

Le Marché de Noël des Pas Pressés de Dunham, c'est un beau mélange de rencontres, de trouvailles uniques et de plaisir ! Venez y goûter les 16 et 17 décembre de

10 h à 17 h au Relais de la Diligence à Dunham, au 3809, rue Principale à Dunham.

Pour plus d'informations, visitez : [facebook.com/LaFactrieDunham/](https://facebook.com/LaFactrieDunham/)  
**Un cadre enchanteur pour le marché de Noël à Frelighsburg!**

Pour une deuxième année, l'église anglicane de Frelighsburg accueillera plus de 40 exposants sous le thème bouffe et style. Les producteurs, artistes, artisans et commerçants sont heureux de se réunir pour vous présenter une foule de produits gastronomiques et d'objets de décoration majoritairement orientés autour des arts de la table.

Cette année, l'exposition de photos, une initiative soutenue par les commerçants de la région, mettra en vedette la mère Noël. À la fois ludique et humoristique, cette expo fort populaire l'an dernier présente des situations cocasses faisant la joie des enfants et des plus grands.

Le père Noël viendra évidemment faire son tour, une chorale fera revivre les chants traditionnels des fêtes et un feu extérieur réchauffera les cœurs des plus téméraires.

Mettez un brin de magie dans votre vie et venez découvrir les nombreuses surprises du marché de Noël de Frelighsburg ! Exposants, lutins et père Noël vous attendent les samedi 16 et dimanche 17 décembre, de 10 h à 17 h, à l'église anglicane de Frelighsburg.

Pour plus d'informations, visitez : [marchefrelighsburg.com](http://marchefrelighsburg.com) et [facebook.com/Marche-de-Noel-Frelighsburg](https://facebook.com/Marche-de-Noel-Frelighsburg).

**Marché de Noël de Saint-Alphonse-de-Granby**  
**SAMEDI 2 DÉCEMBRE 2017**  
de 9 h 30 à 17 h

Venez faire votre magasinage des Fêtes au 2<sup>e</sup> Marché de Noël de la municipalité. Artistes et artisans de la région vous offrent des idées-cadeaux uniques et originales.

À la mairie :  
360, rue Principale, Saint-Alphonse-de-Granby  
Entrée gratuite (Achat par argent comptant)  
Infos : Louise Charbonneau 450 777-1222

Tirages de certificats-cadeaux tout au long de la journée, à dépenser parmi les exposants!

Cuisinez nos délicieuses cuisses de **canard**

**5 \$**

de rabais / format vrac (sac de 10 cuisses)  
à la boutique en novembre 2017

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

**BOUTIQUE LAC BROME**  
40, chemin du Centre, Knowlton QC J0E 1V0 450.242.3825 # 221

CANARDS LAC BROME LAKE DUCKS

## « Oh ! Quand j'entends chanter Noël... »



Tout le monde connaît maintenant le marché de Noël de Sutton pour l'avoir fréquenté chaque année ou occasionnellement depuis sept ans. Il sera de retour en 2017 avec

ses fidèles exposants, mais aussi avec de nouveaux visages et produits comme des enseignes de bois peintes à la main, des bracelets diffuseurs d'huiles essentielles, des objets à peindre, des pochettes de tissus, des tricots et sarouels pour les enfants, des boules de Noël en bois, de belles photos avec intentions, des bijoux en argent et cuir, etc.

Ceux qui voudront manger sur le pouce vont trouver une offre alimentaire intéressante sur le site. Les mets préparés de Fumé par Florian, le ragoût de la Brouerie et les crêpes au sirop du Pic-Bois sont toujours présents. SOS Fondue devrait nous servir son pain baguette rempli de fromage et les Produits Jorick vont apprêter leur lapin en petite portion. Pour terminer votre repas ou pour collationner, vous trouverez aussi des viennoiseries, pâtisseries, beignes et le réputé gâteau cuit à la broche. Nous offrons du cidre et jus de pomme chaud, il y aura du café et du chocolat chaud et Ungava Spiritueux servira ses fameux cocktails.

Un chapiteau sera aménagé en halte-détente chauffée et abritera nos exposants commanditaires, Fumé par Florian et Les Produits Jorick. Ce sera un bel espace pour relaxer confortablement après s'être procuré à boire au camion de rue « Chic-Choc » de notre commanditaire principal.

Cette année, le marché de Noël comptera deux igloos regroupant chacun douze tables d'exposants, les trois tentes de l'armée et l'église avec chacune neuf tables. De petits chapiteaux extérieurs faciliteront les dégustations de produits évitant ainsi la congestion créée par les files d'attente pour goûter.



La musique d'ambiance, le train électrique, le père Noël, Bouboule et les autres personnages animés seront au rendez-vous! Venez magasiner et vous amuser, venez y rencontrer la parenté et les amis la dernière fin de semaine de novembre et la première de décembre. Vous pouvez consulter la liste complète des exposants sur le site [tourismesutton.ca/repertoire/marche-de-noel-de-sutton](http://tourismesutton.ca/repertoire/marche-de-noel-de-sutton).

### Et les autres...

Grâce au regroupement des marchés de Noël du Québec, vous pouvez maintenant en dénicher plusieurs un peu partout au Québec. Leur site recommande la route des marchés de Noël extérieurs avec une carte pour situer chacun d'entre eux. Ils présentent à leur façon les meilleurs produits artisanaux issus des terroirs régionaux; une occasion de faire de belles découvertes.

De son côté, Tourisme Brome-Missisquoi propose une virée à travers les sept marchés de Noël de la région. Ainsi, vous pourrez faire estamper votre passeport et courir la chance de gagner des prix. Voir [tourismebrome-missisquoi.ca/noel](http://tourismebrome-missisquoi.ca/noel).

Céline Brault

**L'ÉQUIPE**  
**SYLVIE HOUDE**

**RE/MAX**

RE/MAX PROFESSIONNEL S.H.  
Agence immobilière

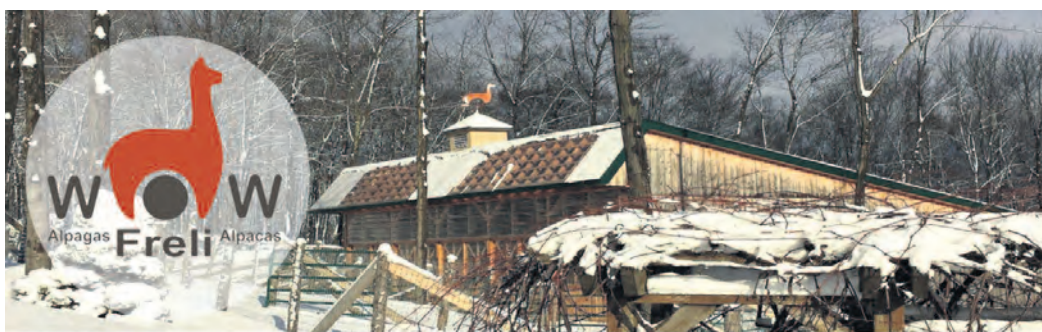
**Expertise vous garantissant le meilleur accompagnement lors de la vente d'une propriété dans Brome-Missisquoi**

- *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](http://sylviehoude.com)



### BOUTIQUE À LA FERME



**Tricots**  
**Fourrures**  
**Peluches**  
**Fibres**



**Bienvenue à la ferme dans le décor enchanteur de Frelighsburg!**

**En décembre :  
ouverture tous les jours de 10h à 17h**

[www.wowfrelialpagas.com](http://www.wowfrelialpagas.com) @wowfrelialpagas · @wowfrelialpagas  
117, Chemin des Érables, Frelighsburg J0J 1C0 · 514 232-6021

Ouverture pendant la saison hivernale :  
samedi et dimanche de 10h à 17h  
Et sur rendez-vous en tout temps

## Bijoux d'ici qui brillent ailleurs

### Ariane Marois : Sur les ailes de l'épuration

Est-ce possible d'expliquer ton style, de résumer ton esthétique? « Sans aucun doute a répondu Ariane Marois, mais ce sont les gens qui m'entourent qui pourraient vous l'exprimer mieux que moi puisque c'est avant tout ce que je suis qui transparaît dans mes œuvres. »

Les mots qu'elle emploiera, tout de même, ce sont perle et épuration. Pour en savoir davantage, il faudra interroger, du regard, ses bijoux : bracelets, boucles d'oreille, bagues et pendentifs.

Ariane Marois a terminé sa formation à l'École de joaillerie de Québec en 2003. Après avoir exercé divers métiers, elle ouvre à Sutton la boutique qui porte son nom en 2011. Hormis une autre boutique, celle du Musée des Beaux-Arts de Québec, c'est le seul endroit où on peut retrouver sa production, distillée avec soin et sans hâte excessive. On parle ici de petites séries ou de pièces uniques, des commandes d'alliance par exemple, ou des remodelages de bijoux anciens.

Lenteur, méticulosité, amour du processus. « Je suis devenue joaillière parce que j'aime les outils et la préparation du matériel, la concentration et la minutie des opérations. » Au final jaillissent des créations « soignées et pures, avec des finis impeccables sans ornementation. » Et des perles souvent. « La rondeur des perles permettent à la pièce d'être intéressante sous tous ses angles, explique la joaillière.

Je suis tombée en amour avec les perles il y a longtemps et cet intérêt ne m'a jamais quittée. »

Les bijoux d'Ariane sont sans âge, dit-elle, puisqu'ils sont un bout de vie à porter sur soi.

Boutique-Atelier Ariane Marois  
3, rue Principale Nord, Sutton  
arianemarois.com



Pendentif argent sterling et perle d'eau douce. Crédit photo Louis-Michel Major

### Johanne Ratté : Perles de musée

La joaillerie de Johanne Ratté s'enrichit de la pratique d'une gamme variée d'arts plastiques.

L'artiste de Frelighsburg a notamment touché au dessin, à la peinture et au textile. Son mémoire de maîtrise — une clé de sa démarche actuelle — porte sur le rappel de la peinture dans le vêtement contemporain. En effet, Johanne adopte avec un grand succès ce rapport transversal dans sa création de bijoux, initiée dans les années 2000 et inspirée par sa grande admiration pour l'œuvre de sa consœur Myriam Bardoul. Elle fabrique donc et propose dans des musées des bijoux présentant un rappel d'œuvres peintes. Ça démarre à la boutique du Musée des beaux-arts de Montréal lors de l'exposition Révolution, sa joaillerie puisant aux couleurs des années 60 et 70; la démarche se poursuit avec Chagall et bien d'autres courants artistiques, au MBA de Montréal et de Québec.

Du bijou contemporain, toujours. « C'est ce qui me démarque, souligne Johanne Ratté. J'explore l'argent, mais ça déborde vers le bois, le laiton, le cuivre et le textile. »

Plusieurs expositions à venir présenteront ce défi d'arrimer l'esthétique de bijoux — surtout des colliers et des boucles d'oreille — à celle d'autres médiums. En octobre, toujours au Musée des beaux-arts de Montréal, débutait Il était une fois... le western, pour laquelle Johanne Ratté s'est inspiré du travail de la Première Nation Winnebago, avec une généreuse utilisation du textile. Elle sera aussi aux MBA de Montréal et Québec pour les expositions consacrées à Picasso et Giacometti.



Vogue - les algues, 2017  
Billes de bois et billes de verre brodées

Fin 2017, l'artiste sera présente au marché de Noël de Frelighsburg et à Roche, Papier Ciseaux à Bromont. Elle y présentera surtout des boucles d'oreille, mais aussi une nouvelle création dans laquelle elle fonde de grands espoirs et qu'elle fera d'ailleurs breveter. Tout ce que Johanne Ratté veut révéler est qu'il s'agit d'une broche pour homme dont les motifs s'inspirent notamment du peintre Basquiat.

Vous pouvez également trouver les bijoux de Johanne au Centre d'art de Frelighsburg l'été et à l'année chez Atelier Bouffe, au 4 rue Principale Sud à Sutton.

lesjoaneries.com



Déjeuners - Brunchs - Pâtisseries - Antipasti - 5 à 7 Jazz

**Le Pleasant**  
Hôtel & Café

1 Pleasant, Sutton  
450 538-6188  
lepleasant.com

alpagas Sutton alpacas

Laine
Fricots
Certificats-cadeaux
Accessoires
Déco







1474 ch. Macey, Sutton, QC
450 538-1538
www.alpagassutton.com

### Matthieu Cheminée : Stampclastic!

Stampclastic. C'était un mot marqué sur le site de Matthieu Cheminée. Stampclastic, ça sonne cool, je trouve, percutant et dynamique. C'est un mot plein d'enthousiasme, comme « fantastique »! C'est, en fait, un terme inventé par Matthieu Cheminée, aux confluences de deux techniques, le stamping – poinçonnage, en français – et l'anticlating, le pliage de métal. On parle donc ici de textures et de formes.

Matthieu Cheminée a fait son apprentissage de la bijouterie et de l'orfèvrerie dans plusieurs pays. Aux États-Unis d'abord, chez les Navajos, les Hopis et les Zuñis, puis au Mali, avec les Bambaras et les Touaregs.



Bracelet argent sterling et or 18 carats opales de feu diamants saphirs - Collection Stampclastic - Matthieu Cheminée

Son esthétique est-elle tributaire de ces tribus? Non, affirme Matthieu Cheminée, quoiqu'un œil avisé puisse reconnaître certaines influences ténues. Ça ne l'a pas empêché de reconnaître le rôle essentiel de ses peuples dans sa formation, notamment par le partage de ses revenus d'enseignement. Et le stampclastic, écrit-il, est un hommage aux bijoutiers du monde entier qui transforment n'importe quel morceau de métal en magnifique bijou.

Techniques et esthétique toujours en évolution, le bijoutier d'Abercorn crée des bagues, des boucles d'oreille et des bracelets, privilégiant l'argent, l'or 18 carats, les pierres précieuses ou semi-

précieuses comme le diamant et le quartz. Début novembre, il était au Sculpture Objects Functional Art and Design (SOFA) Fair de Chicago. En décembre, on pourra le rencontrer au Salon des métiers d'arts de Montréal. À New York, ses œuvres sont disponibles chez le bijoutier Aaron Faber. Ici, vous pouvez le rencontrer dans son atelier pendant le Tour des Arts en juillet.

matthieucheminee.com

### Normand Bleau : Les dialogues fertiles

Sculpteur, peintre et bijoutier, Normand Bleau permet à ces disciplines de dialoguer entre elles dans une dynamique de régénération créative perpétuelle. C'est à l'âge de 22 ans, après ses études en arts plastiques, que Normand Bleau s'initie à la joaillerie, à la bijouterie de la famille Sabourin, à Montréal. « Il y avait beaucoup de bijoutiers à l'époque, se souvient Normand. Le propriétaire avait été en Europe apprendre la technique de la cire perdue, ce n'était pas connu ici. » Normand Bleau et ses amis maîtrisent très rapidement les techniques et en viennent à fournir d'autres bijoutiers; encore aujourd'hui, il gagne sa vie en créant anonymement des bijoux pour d'autres compagnies.

Normand commence à créer officiellement ses propres bijoux en 2004. En partant de la technique de la cire perdue, il multiplie les avenues, œuvrant dans le figuratif et son opposé, inventant des modèles. Ainsi, ce pendentif en argent où différentes parties mobiles peuvent s'assembler pour former un corbeau, un

poisson ou une figure abstraite.

Normand Bleau a récemment commencé à expérimenter avec l'enveloppe du concombre sauvage pour reproduire sa texture dans ses bagues, ses boucles d'oreille, qui sont ensuite serties de perles ou de pierres précieuses. La matière organique s'est aussi immiscée dans ses peintures qui jouent parfois dans la tridimensionnalité. Toutes formes se rejoignant dans l'art, Normand considère ses bijoux comme de « petites sculptures ». Les bijoux de Normand Bleau sont disponibles à son atelier d'Abercorn, à la galerie Art Libre et, depuis bientôt cinq ans, au Tour des Arts.



2 bagues sertie perle 1 sertie opale avec or et argent sterling. Photo Normand Bleau

normandbleaubijoux.com

Denis Lord

Objets de cuisine et de maison. Épicerie fine.

**atelier bouffe**

14, rue Principale Sud, Sutton, Québec 450 538 2766 atelierbouffe.ca

**URBAINE**  
des Champs

VÊTEMENTS DE CRÉATEURS QUÉBÉCOIS  
HOMME . FEMME . ENFANT . CHAUSSURES . ACCESSOIRES  
2 PRINCIPALE SUD . SUTTON . 450 . 538 . 2573  
URBAINEDSCHAMPS@GMAIL.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

**TARTIN PIZZA**



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

**Ambiance conviviale!**

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

 19A rue principale N.  
450-538-5067

**HORIZON**  
CUISINE BISTROT



**RÉOUVERTURE  
LE 15 DÉCEMBRE**

Ambiance Chaleureuse - Vue Panoramique  
297 Chemin Maple, Sutton - 450 538-3212



Restaurant  
**Lyvano**  
Pâtes & Grillades

[www.restaurantlyvano.com](http://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 dimanche de 11h30 à 21h  
Brunch du dimanche de 9h à 14h  
Fermé du 18 février au 22 mars 2018

  
**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](http://www.auberge-appalaches.com)

**SAISON RACLETTE!**  
Ouvrez un compte maison et épargnez 10%!

Plus de 10 choix de fromage à raclette  
Plus de 20 choix de viandes d'accompagnement  
Le tout fraîchement tranché!

Pour éviter l'attente en boutique, appelez pour faire  
trancher votre fromage et vos viandes à raclette à l'avance.

Louez une de nos 4 machines à raclette pour 10\$/jour.



**Fromagerie La Rumeur Affamée**  
15, rue Principale N, Sutton 450.538.1888

**AUBERGE  
A LA FONTAINE**

**RESTAURANT BAR  
CUISINE FRANÇAISE**  
FERMÉ DU 7 JANVIER AU 1<sup>ER</sup> FÉVRIER  
SPÉCIAUX DU MIDI 11<sup>95</sup>\$

**EN SOIRÉE**

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

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

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

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

**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 

## Jean-Pierre



Premier salon funéraire Désourdy à Henryville encore en fonction aujourd'hui.

Un homme roule à belle allure sur sa moto. Il ne se grise pas de vitesse, il sait respecter les limites; il se grise plutôt d'air frais et de paysages. Il a juste quelques heures pour lui : il doit impérativement mettre son travail de côté un moment et se libérer l'esprit.

Tout à l'heure, il retirera casque et veste de moto, et réintégrera ses bureaux. Vêtu d'un complet gris, il accueillera ses clients avec un mélange de respect et de compassion. Sa carrure d'athlète et son attitude rassurante réchaufferont le cœur de ceux à qui il serrera la main. Certains l'appelleront Jean-Pierre, d'autres diront plutôt : monsieur Désourdy.

Fils de Jean-Marc et petit-fils d'Ernest, qui avait ouvert le premier des salons funéraires Désourdy en mai 1928 à Henryville, Jean-Pierre est le propriétaire des sept salons qui portent le nom de sa famille (ils sont situés à Sutton, Cowansville, Farnham, Henryville, Knowlton, Mansonville et Ange-Gardien).

Il n'avait pas encore 17 ans lorsqu'il a accueilli « sa » première famille endeuillée. Un bien jeune âge pour un travail si important, mais il savait de quoi il retournait : depuis tout petit, s'il voulait voir son père, c'était au salon qu'il devait aller. Pas dans un salon comme chez vous et moi, non ! Au salon où se faisaient les embaumements, les expositions et les célébrations des morts. Cela dit, il n'avait pas trop de chemin à faire : la famille, pendant quelque temps, a vécu dans la bâtisse même où se déroulaient toutes ces activités. C'est là qu'il a appris l'essentiel de son métier.

Jean-Pierre a toujours su qu'il suivrait les traces de son père et de son grand-père. Son frère en a fait de même, jusqu'à il y a quelques années, ainsi que d'autres membres de la famille. La motivation sous-jacente des Désourdy et de leurs équipes a toujours été d'offrir le meilleur accompagnement possible aux clients endeuillés, à tous les niveaux et à toutes les étapes, et ce, quelles que soient leurs croyances ou leur Foi. Et Dieu, Allah et les autres, savent à quel point la mort d'un proche apporte avec elle son lot d'émotions, mais aussi de décisions à prendre à un niveau très concret pour organiser les funérailles et tout ce qui tourne autour de l'événement.

Les mœurs ont changé au fil du temps. De nos jours,

les clients cherchent des formules « tout compris » : ils sont heureux de pouvoir commander au même endroit l'urne ou le cercueil, la pierre tombale, les fleurs, les cartes, l'encadrement des photos, etc. Il faut de plus que le « point de services funéraires » se trouve près de l'épicerie, de la pharmacie et de la banque ! Le temps manque et le magasinage funéraire doit pouvoir se faire en même temps que le reste des courses. La durée des périodes de visites dans les salons a d'ailleurs presque diminué de moitié : il n'est pas si rare que tout se déroule en une seule journée, de l'exposition à l'inhumation. Malgré cela, les rencontres des familles au salon, autour du corps du défunt, demeurent une activité sociale importante : elles restent une occasion de se revoir et d'échanger. Les cérémonies funéraires,



La plus récente installation des salons Désourdy à Cowansville

tout comme les mariages et les baptêmes, désertent peu à peu les églises : aux chapelles des salons Désourdy, les familles peuvent commémorer la mémoire de leurs proches d'une manière personnalisée, selon leurs désirs, croyances et besoins.

C'est dans le but d'offrir le meilleur soutien possible que Caroline Blais, directrice administrative, a mis sur pied un service d'accompagnement en art-thérapie avec Bénédicte Deschamps, art-thérapeute de Frelighsburg. Grâce à elle, 90 personnes sont venues en juillet dernier honorer la mémoire de leurs chers disparus dans le cadre de « la cérémonie des papillons ». Jean-Pierre était présent. Il a beaucoup pensé à son père, décédé en 2016, peu de temps après l'inauguration du magnifique complexe funéraire de Cowansville. La libération des émotions enfouies a été bénéfique pour lui comme pour les autres participants. Il a décidé de donner son accord pour le démarrage d'ateliers d'art-thérapie réguliers, un mercredi soir par mois.

Jean-Pierre est dédié à son travail, c'est évident. Il reste que côtoyer la mort au quotidien est parfois difficile. S'occuper des funérailles d'une personne jeune, voire d'un enfant, ou carrément des funérailles d'un proche, lui demande une force intérieure peu commune. À mon avis, dans ce temps-là, il faut que la moto ne soit pas rangée trop loin. J'imagine que ça doit être plus difficile en hiver !

Anne Lecours

desourdy.ca 450-263-1212

## La retraite de Rémi

Rémi achevait d'emballer les effets de sa mère. Trois sacs verts de vieux vêtements, quatre boîtes de livres et vieux bibelots qui retrouveraient peut-être vie par l'entremise du comptoir paroissial. Il ne garderait que le collier de perles qui lui semblait d'une certaine valeur, mais qu'il n'avait jamais vu au cou de sa mère. Le cœur gros, il s'empressait d'en finir et prévoyait de libérer l'appartement dans un peu moins de trois jours. Un brocanteur viendrait demain prendre les quelques meubles qu'elle possédait encore. Il ne resterait alors qu'à procéder au grand ménage.

Ça s'était fait très vite. Depuis 6 mois à peine qu'il était à la retraite, il avait pris l'habitude de visiter sa mère régulièrement, jamais moins de 4 fois la semaine. Par attachement bien sûr, mais aussi un peu pour occuper son temps. La retraite l'ayant laissé désemparé, il avait accueilli avec un certain empressement cette responsabilité nouvelle. Et il avait pu, au jour le jour, constater la rapide dégradation qu'avait connue sa vieille mère. « Sénilité, » avait diagnostiqué son médecin avant de l'hospitaliser, deux mois avant la fin.

Il n'avait trouvé aucun souvenir, ni lettre, ni journal, ni photo qui lui ferait connaître un peu mieux cette femme qu'il avait côtoyée de près sans jamais vraiment la connaître. Rien sur son père non plus. Ce père dont il ne portait pas le nom, dont il n'avait jamais rien su et dont sa mère refusait de parler. « Il est parti ton père, » c'est tout ce qu'elle trouvait à dire quand il risquait une question à son propos. Ce père resterait la grande tristesse de sa vie. Chaque jour, il avait ressenti son absence. Jamais il n'avait dit « papa » et jamais sa mère ne s'était émue de sa détresse. Elle ne s'était jamais départie de son mutisme, de son mystère. Il ne lui en gardait cependant aucune rancune, ayant compris très jeune que sa peine à lui ne se comparait nullement à sa douleur à elle.

En quittant l'appartement, une pensée lui revint à l'esprit : « il faudrait me trouver un hobby ». Il descendait les trois marches qui donnaient sur le trottoir quand il remarqua le vieillard assis sur le banc du petit parc de l'autre côté de la rue. Il ne lui était pas tout à fait inconnu. Il l'avait vu souvent, toujours assis à la même place en biais avec la porte de l'appartement. Un voisin qui s'ennuyait sans doute. Mais aujourd'hui, le vieil homme lui faisait de grands signes en s'engageant dans sa direction. « Je suis ton père, » lui lança-t-il.

Rémi venait de trouver de quoi occuper sa retraite.

Une tranche de vie racontée par Michel Guibord

Pour plus d'informations  
450 263-1212

CONCERT de Noël

Dimanche, 3 décembre 2017 | 15h00 | 25\$ sans taxes par billet  
101, rue Jean-Besré, Cowansville (Québec) J2K 0L3

Présenté par Désourdy's salons funéraires funeral homes Fleuriste Antique

90 minutes de spectacle au profit de LA MAISON AU DIAPASON

## CDES : au revoir Liane, bienvenue Heidi

Après plus de 9 ans à la barre de la Corporation de développement économique de Sutton (CDES), Liane Bruneau prenait en octobre dernier, une retraite bien méritée. Nous lui souhaitons un grand succès dans cette nouvelle étape de sa vie. Nous souhaitons la bienvenue à madame Heidi Vanha, suttonnaise d'origine qui nous arrive avec une belle expérience de service à la clientèle et un beau défi à relever.

Liane a été la première directrice générale de la CDES. Elle a structuré le bureau d'accueil touristique, intégré les nouvelles technologies et amené Sutton sur la place publique québécoise en collaborant, entre autres, avec le CLD Brome-Missisquoi et Tourisme Cantons-de-l'Est.



Heidi Vanha

et Coop Gym Santé Sutton pour ne nommer que ceux-là.

J'ai côtoyé Liane pour la première fois lors de l'émission La Petite Séduction de Noël. J'ai découvert ses qualités de leader et de négociatrice, sa ténacité, sa patience, son humour et son sens de l'organisation. Pour moi, notre plus belle réalisation commune demeure le Marché de Noël qui en est à sa septième édition cette année.

Liane est littéralement une coureuse; elle a couru après tout le monde pour participer à ses projets, puis elle a couru après son temps pour les

réaliser. Désormais libre, elle va se faire courir après par tous les organismes de Sutton à la recherche de bénévoles. Ceux qui sauront la convaincre d'embarquer avec eux vont être bien gâtés et auront toute une collaboratrice!

Bonne retraite Liane et merci pour ton dévouement!

Céline Brault



Pendant près de dix ans, Liane a été l'âme du développement économique et touristique de notre petite ville. Elle croit au travail d'équipe et amène les différents partenaires à collaborer. Elle visite le nouveau commerce qui vient de s'établir, fait ses achats chez l'un, puis chez l'autre afin d'encourager tout le monde.

Elle a notamment pris part à d'importants projets comme Fondation Rues principales, Cœurs villageois et Sutton 2035, tout en s'impliquant au quotidien avec des organismes comme Défi Côte Sutton, Plein air Sutton Coop, la Coupe des Amériques, la Fête Suisse

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

Toujours des nouveautés!

**OUVERT  
OPEN  
7/7**

NOURRITURE ET ACCESSOIRES • EVERYTHING PET

**PUR ANIMAL**

MANGEOIRES & SUPPORTS • FEEDERS & POLES

1108, ch. Knowlton, West Brome, Lac-Brome  
450 263-3030 • [www.puranimal.com](http://www.puranimal.com)

**SERVICES  
VÉTÉRINAIRES  
MOUNTAINVIEW**

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

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

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

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

## Le pouvoir de la musique!

Elle apaise, sensibilise, stimule l'imagination, ranime les souvenirs, réconforte, avive les émotions. Où, quand, comment? À notre prochain concert à Sutton!

Cette année, l'orchestre Les cordes à vent s'est donné deux objectifs: l'éducation et une cause sociale. Quand le talent et la science s'unissent dans un but commun, il est possible de faire avancer la recherche. Cette année, nous donnons un concert-bénéfice pour Parkinson Québec. Ce concert est dédié à Christine Beaudoin, une de nos violonistes. S'il est devenu difficile pour elle d'accorder son violon aux nôtres, nous pouvons tous ensemble nous rassembler dans un but commun: aider la recherche médicale.

Venez encourager notre cause! Vous entendrez nos soprani bien connues, Nathalie Bédard et

Lyne Genest, ainsi que les solistes de l'orchestre: Françoise Turcotte, Stéphanie Néron, Jean-François Vaillancourt, Loraine Vilder et autres sous la direction d'Anne Lauber. Œuvres de Barber, Bach, Schubert, Schumann, Pergolesi et autres grands compositeurs.

Le Concert Parkinson Québec aura lieu à l'église Saint-André de Sutton le dimanche 26 novembre à 14 h. BILLETS disponibles à l'entrée et en prévente à la boutique Nath'Elle, 20, rue Principale Nord. Vous pouvez également faire un don en ligne et un reçu fiscal vous sera remis: [defis-parkinson.ca/concert-benefice-parkinson-quebec-99/accueil](http://defis-parkinson.ca/concert-benefice-parkinson-quebec-99/accueil).

Anne Lauber

**COIFFURE  
STUDIO  
ZONE**

Joyeuses Fêtes!

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

Green Circle Salons  
Certified SALON

58 PRINCIPALE N.  
SUTTON  
450.531.9244

**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**

Le confort de l'hiver  
avec nos produits  
plein d'amour...

579 436-8814  
10-3, rue Principale N., Sutton  
[www.passionherbale.ca](http://www.passionherbale.ca)



# New Life for the Old Mill



Cecil House circa 1930 MHS collections



Le Old Mill

Decades ago, places like *The Old Mill Bar* located in the community of Stanbridge East, Québec, were a mainstay of rural village life. The local bars in the small communities that dotted the Eastern Townships had unique qualities all their own and were a home away from home for some. Citizens convened there to shoot the breeze, swap advice and pass on town gossip over drinks. Along with the general store, the bar was a place where people could mingle and establish community.

*The Old Mill Bar* sat conveniently at the entrance to the village and next to the Rivière-aux-Brochets. It was originally a private residence built in 1849 by tanner Ebenezer Martin. Later the fine red-brick home was owned by the Eaton family and then by Walter and Gladys Corrigan. In 1924, the home was sold to local entrepreneur Ernest Hungerford who turned the residence into a hotel and bar called *The Cecil House*. The photograph of the building dating from that era shows an ivy-covered establishment with a front porch where patrons sat out on warm summer nights and a gas pump out in front for the increasingly popular Model T cars that passed by its front door.

*The Cecil House* was sold again in 1926 to Albert Audette and one year later to Achille Gariépy. By 1931, Charles E. Deschamps owned the business and operated it for over 20 years. Under his watch, bedrooms were added to the south end of the building to accommodate the increasing numbers of holiday travellers through the region.

In the 1950s, *The Cecil House* changed hands again and Roger Gladu became the new proprietor who changed its name to the *Old Mill Hotel* to reflect the fact that the building overlooked the Cornell grist mill (now the Missisquoi Museum).

By the 1960s, the name changed once again to *The Old Mill Bar* as the business had by then, ceased to be a hotel. Before the bar closed in 2014, the last proprietors included Guy Laflamme, Steven Broeckaert, and finally Jeanne-D'Arc Paquette and James Greenwood.

Waxing eloquent in his recollections of *The Old Mill Bar*, village resident Guy Martindale reminisced that "the old Hotel witnessed many pleasant events of socializing, card games, euchre, 500, poker, wedding and shower parties, and dances. It also saw "a bit of "rowdyism" to liven up the monotony," and looked kindly on those who just liked to "sit and quaff a few beers while enjoying a visit with a long forgotten friend."

While local taverns still exist in the Townships, their numbers have dwindled. Perhaps it's due to the fact that people no longer work in the same community as their local bar and they socialize with work colleagues before returning to the community where they live. Theorists muse that bars require users and watchers or a balance of stable regulars and newcomers. A bar with longevity will have people who just sit and watch, who are there all the time, and folks who just pass through as tourists and visitors.

Without that balance, bar culture diminishes and ultimately, the bar shuts its doors.

*The Old Mill Bar* certainly created a community over the years. It also created its own gossip, heroes and villains, love stories, fights, celebrations and beer-soaked memories. When it closed, the community lamented. As one

person said, "When a bar shuts, and its history ends, it hurts."

People worried about the fate of the heritage building itself. In 2015, Denis Paradis, Christophe Limoges and Marie-Florence Crevier-Paradis purchased the bar with a vision of turning it into an auberge, bar and bistro that would serve food, wine and beer exclusively produced in the Brome-Missisquoi region. Staying true to the historic nature of the building, the structure was renovated inside and out giving *Le Old Mill 1849* not only a new name, but a new energy and a different kind of charm.

As its 100<sup>th</sup> anniversary approaches, there is a measure of comfort knowing that business at *The Old Mill* carries on, albeit changed but still with the same goal of creating community within its walls. As Mr. Martindale once said, "God forbid that we are ever denied at least one "watering hole" in Stanbridge East!"

Heather Darch  
Musée Missisquoi Museum

Sources:  
Foster Wightman, *The Earliest Settlements and Settlers; Stanbridge 1890-1990*; Centennial Album; Claude Hébert, *laveniret-desrivieres.com/actualites/2017/7/25/le-old-mill-converti-en-bistro-pub-gastronomique.html*; Isabel Authier, *lavoixdelest.ca/actualites/un-bijou-historique-entierement-restaure*, Drew Anderson, *Bar philosophy*; *cbc.ca/news/canada/calgary/significance-of-bars-calgary*.



**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

**À LA  
RECHERCHE  
D'UNE  
COMPTABLE?**

AR

**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**

**Besoin de conseils  
financiers ? Donnez-vous  
tous les avantages, dont  
la commodité**



**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. ® / ™ Marque(s) de commerce de Banque Royale du Canada. © Banque Royale du Canada, 2016.

36425 (10/2015)

# 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](http://www.lbaavocats.com)

## Ça bouge à Dunham !

Au cœur du village de Dunham, le Relais de la Diligence connaît un nouveau souffle depuis que Sébastien Gagnon, fondateur de la brasserie Dunham, s'en est porté acquéreur au printemps. Le bâtiment abritant entre autres la Brasserie, la Table Fermière, un salon de coiffure, la Rumeur Affamée, l'atelier créatif La Factrie, les Sucreries de l'érable et une pharmacie a vu arriver de nouveaux occupants dynamiques, comme un atelier d'art piloté par Simon Bossé, et depuis peu, BOHO, ou la Boutique Hostel offrant de l'hébergement.



L'idée venait tout simplement de la vocation d'origine de l'endroit, un relais de poste où les diligences s'arrêtaient entre le Canada et les États-Unis. De plus, lorsque les célébrations se rendent en prolongation à la brasserie, l'option d'y rester dormir représente un choix responsable, plutôt que de reprendre la route. Martin Delisle du groupe Kabin était la personne toute désignée pour ce projet original et convivial, avec le succès de projets comme Kabin Sutton et la Route des bières. Sa vision? Une atmosphère moderne, avec des touches

rétro pour rendre hommage à l'histoire de la bâtisse.

Du côté de la Brasserie, ça bouge aussi! Avec l'arrivée de deux foudres de 11 000 litres en provenance de la Californie, il sera désormais possible de produire davantage de bières uniques, créatives et complexes qui ont fait la renommée de l'endroit. Quelques bières issues de ces foudres devraient voir le jour aussi tôt que cet hiver, seules ou en assemblage avec des bières fraîches, ou encore issues d'une refermentation avec des fruits locaux. Une ligne permettant de produire des cannettes est également en commande et permettra de livrer des bières houblonnées encore plus fraîches et éclatantes en 2018. La Brasserie possède maintenant une boutique où il est possible d'acheter la bière pour emporter à deux pas de ces fameux foudres, ouverte de midi à 18 h, du mercredi au dimanche pendant la saison froide, et 7 jours par semaine en haute saison.

Le restaurant la Table Fermière, de son côté, se prépare à recevoir plusieurs groupes pour les festivités de fin d'année. Le chef Luc Pinard continue de travailler avec une vingtaine de producteurs du coin pour offrir une cuisine fraîche, locale, bio évoluant au gré des saisons.

Le pub de la Brasserie continue d'être un lieu de rendez-vous pour les gens du coin, sous la direction d'Éric Beaulac. Il offre entre autres une programmation musicale variée, mettant de l'avant des groupes locaux et d'ailleurs.

Passez voir le Relais de la Diligence et ses occupants! Vous risquez d'y faire des rencontres passionnantes, instructives, et gourmandes!

Simon Gaudreault



**ÉNERGIE**  
**Goyer**  
ENERGY  
une division de Plomberie Goyer Inc.

CMMTQ  
Compagnie des maîtres  
plombiers en Gaspésie  
R.S.Q. 1160-2692-85

GazMétro  
PARTENAIRE CERTIFIÉ

GazMétro PLUS  
SERVICES ET ENTRETIEN

Supérieur  
PROPANE  
PARTENAIRE CERTIFIÉ



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

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

**ÉQUIPEMENTS AU GAZ, HUILE, ÉLECTRIQUE ET BOIS.**  
**GAZ, OIL, ELECTRIC AND WOOD EQUIPMENTS.**

Service et installations par des techniciens qualifiés.  
*Services and installation made by certified technicians.*

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

## Bières de chez vous

Ah! L'hiver! Saison de froid et de beauté. Le temps idéal pour s'emmitoufler au bord d'un feu de foyer avec une bonne bière à la main et regarder le paysage se transformer. Je vous propose donc ici trois classiques réconfortants.

### Auberge Sutton Brouerie

**Sutton-Ik**: Première sur la grande liste de bières de la microbrasserie Auberge Sutton Brouerie, la Sutton-Ik, a tout de suite capté mon attention. Légèrement voilée, de couleur dorée et présentant d'envoûtants effluves d'agrumes, elle semble complètement inoffensive. Toutefois, tirant sur les sept degrés d'alcool, elle est véritablement une bombe de fruits. On peut y déceler de délicieux arômes de pamplemousse, de citron, d'orange et une tranche d'amertume. Le tout s'harmonise à merveille et laisse dégager une belle sécheresse malgré le haut taux d'alcool. C'est une bière parfaite pour se réchauffer durant les froids après-midis d'hiver.



(photo fournie)



Black IPA Brasserie Dunham  
Crédit : Alex Chabot

### Brasserie Dunham

**Black IPA**: La réputation de l'établissement n'est dorénavant plus à faire. Proposant des bières particulièrement éclatées et ne cessant d'innover, cette microbrasserie est indéniablement un chef de file dans le monde brassicole québécois depuis plusieurs années. Je vous suggère donc ici de redécouvrir l'un de leurs grands classiques, la Black IPA. Elle impose d'abord le respect par sa couleur noire opaque. À l'instar d'une porter « classique », on y détecte au nez des odeurs de chocolat et de café légèrement grillé. Mais c'est véritablement lors de la première gorgée qu'on ressent toute la complexité de cette bière. En effet, une fois les notes de torrification et de chocolat bien noir discernées, les différents houblons agissent de concert et expriment leur magie.

Ceux-ci viennent donner un nouveau sens au produit en apportant sécheresse et amertume, créant ainsi un équilibre parfait. Cette classique offerte à l'année en fût et en bouteille ne doit être en aucun cas oubliée.

### À L'Abordage

**Hoppy Family**: La Hoppy Family est une American Pale Ale (APA) festive et charmante à l'image du *brewpub* et de ses employés. J'ai d'abord été conquis par l'énergie de l'équipe derrière le bar qui, en parlant de la bière, utilisait le rythme de la célèbre chanson *We are Family* des années 1970, créant une ambiance ô combien chaleureuse. Cependant, la vedette fut volée par la bière elle-même. Aux premiers abords, on remarque son côté voilé, voire opaque, et son doux parfum de fruits. La présence d'avoine lui confère un corps soyeux et envoûtant qui nous transporte dans un univers où des notes de tangerine et de melon miel valent pour le plus grand plaisir de nos papilles. Atteignant les 5,5 %, on ne peut que redemander cette APA tout en équilibre, un parfait tremplin vers le monde des IPA.



Hoppy (photo fournie)

Philippe Beauchemin

**À L'ABORDAGE**  
microbrasserie

---

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

BRETT aux FRUITS  
**LA SARAH**  
Bière 500 mL  
ALC. 4% VOL  
IBU 17

AUBERGE  
**SUTTON  
BROUËRIE**

### DES NOUVEAUTÉS AU GRÉ DES SAISONS

MERCREDI MOULES ET FRITES À VOLONTÉ  
2 POUR 1 JEUDI 5 À 7  
SPÉCIAUX DU MIDI  
FORFAIT SKI-DODO-SKI

BIÈRES UNIQUES BRASSÉES SUR PLACE,  
OFFERTES AU RESTAURANT ET EN MAGASIN



[www.aubergesuttonbrouerie.com](http://www.aubergesuttonbrouerie.com)  
27, rue Principale sud, Sutton, Qc. J0E 2K0  
Ouvert du mercredi au lundi de 11h à 23h  
450.538.0005

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

*la valse des pains inc.*



Le propriétaire et toute son équipe remercient leur clientèle, ainsi que celle de la Rumeur Affamée de Dunham pour la confiance qu'elle leur accorde.

L'entreprise souhaite à toutes et à tous de Joyeuses Fêtes en anticipant le plaisir de vous servir en l'an 2018.

Ouverte du mercredi au dimanche, de 6h à 16h  
12, rue Dépôt, Sutton  
450 538-2323  
Suivez-nous sur Facebook!

**La seule boulangerie artisanale à Sutton!**

**Réservez votre galette des rois pour le 1er weekend de janvier!**

## Des cartes et des papillons



Procurez-vous des cartes de Noël et accueillez des monarques dans votre jardin! C'est possible avec les cartes de vœux D'Arts et de rêves produites exclusivement pour le temps des Fêtes en édition limitée.

Nous vous offrons, au coût de 20 \$, trois cartes de Noël dessinées par des artistes de Sutton. À l'intérieur de chaque carte, vous trouverez des semences d'asclépiade, une plante indispensable à la sauvegarde du papillon monarque, malheureusement en voie de disparition. En plantant ces semences, vous contribuerez à la survie de cette espèce et pourrez même les voir virevolter dans votre jardin! Vous trouverez, à l'intérieur de chaque carte, les consignes pour la plantation des semences.

Comme vous l'avez peut-être déjà constaté, le parc culturel D'Arts et de rêves est un joyau en termes d'écosystème et possède un milieu humide où vivent plusieurs variétés d'asclépiade. Nous souhaitons de tout cœur protéger cet environnement et nous planterons nous aussi ces semences.

Lier l'art à la nature? C'est ce que souhaite D'Arts et de rêves en offrant à ses visiteurs une sculpture vivante en saule qui servira de «cocon d'observation» des oiseaux et papillons. Les profits réalisés avec la vente des cartes serviront à concrétiser ce projet.

### Les artistes derrière les cartes

Les cartes ont été créées par Isabelle D'Hauterive et Brigitte Normandin qui ont chaleureusement accepté de participer à cette campagne.

Vous pouvez vous les procurer en suivant le lien sécurisé PayPal sur le site D'Arts et de rêves. Les cartes seront mises à la poste dans les jours suivant votre achat en ligne. Nous vous invitons également à visiter notre page Facebook où nous partageons des lectures intéressantes sur le monarque et l'asclépiade.



[dartsetdereves.org](http://dartsetdereves.org)  
[facebook.com/dartetdereves](https://facebook.com/dartetdereves)

Miryam St-Pierre & Karina Sasseville

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

**IGA** *vive la bouffe*  
food is everything

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



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

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

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



## COURS D'ESTAMPE

POUR DÉBUTANT OU PROFESSIONNEL  
Atelier ouvert aux artistes

30, rue Principale  
Frelighsburg, Qc 438 823-9562

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

**JULIE ST-AMANT**

*Territoire habité* - Peinture à l'encaustique

**Du 9 novembre au 3 décembre 2017**

Vernissage dimanche 12 novembre, 14h à 16h

Native de Moncton, mais citoyenne du Québec depuis 20 ans, Julie St-Amand raffine sa technique de peinture à l'encaustique depuis 15 ans. Elle travaille la surface du tableau imitant l'usure en superposant des couches de peinture et de cire colorée ou translucide.

Dans *Territoire habité*, l'artiste expose une quinzaine de tableaux ronds représentant sa vision personnelle de la ville. Ses tableaux nous montrent des structures construites dans des environnements qui ont laissé des traces, porteuses de sensations.

Les œuvres de Julie St-Amand font partie de plusieurs collections privées et publiques, dont celle de Loto-Québec et Desjardins.



Crédit photo : Julie St-Amand

**AUTOUR D'UNE EXPOSITION**

**Enfants de l'école primaire de Sutton**

Fedir Kourkchi et Alexandra Kulinenko

Céramiste artistique

**Du 11 au 26 janvier 2018**

Vernissage dimanche 14 janvier, 14h à 16h

Autour d'une exposition, un programme unique au Québec, est offert à plus de 7000 élèves du préscolaire et du primaire de notre région. Cette année, les œuvres en céramique des sculpteurs ukrainiens Alexandra Kulinenko et Fedir Kourkchi seront présentées aux élèves des différents niveaux afin de reproduire des œuvres inspirées du patrimoine culturel de l'Ukraine. Les jeunes anglophones et francophones de l'École de Sutton, en partenariat avec la Commission scolaire du Val-des-Cerfs, participeront sur place, à la galerie Arts Sutton, à un atelier de création animé par cet artiste. Les œuvres des élèves seront présentées pendant l'exposition.



Crédit photo : Alexandra Kulinenko

**COLLECTIF DES MEMBRES ARTISTES**

*Noël 2017* - Techniques diverses

**Du 7 décembre au 7 janvier**

Vernissage dimanche 10 décembre, de 14 h à 16 h

Pour saluer la saison hivernale, Arts Sutton présente à nouveau les œuvres d'artistes et d'artisans membres de la Galerie. Une chance extraordinaire d'acheter des cadeaux de Noël originaux à prix abordables. Notez que la Galerie sera exceptionnellement ouverte tous les jours du 7 décembre 2017 au 7 janvier 2018, de 13 h à 17 h. Elle sera cependant fermée le 25 décembre 2017 et le 1<sup>er</sup> janvier 2018.

**MARC-ANDRÉ ROY**

*Paysages médiatisés*

- Estampe numérique

**Du 1er février au 18 mars 2018**

Vernissage dimanche 4 février 2018, de 14 h à 16 h

Artiste multidisciplinaire et sculpteur, Marc-André Roy est connu pour ses performances et ses livres-objets. Depuis 1986, à partir de sculptures et d'autres réalités reliées à la nature et l'environnement urbain, il représente le réel par la caméra numérique.

Sa production actuelle s'articule autour de photos retouchées à l'aide de différents logiciels. La caméra numérique couplée à l'ordinateur orchestre différentes mises en scène qui sont enregistrées, puis imprimées au jet d'encre sur papier photo pour devenir des poèmes électroniques sous forme d'estampes numériques numérotées selon le tirage.



Crédit photo : Marc-André Roy

## Le Centre d'art de Dunham vous réchauffe les yeux du cœur!



*Paysages imaginés*

**Hélène Messier**

**20 janvier au 15 février 2018**

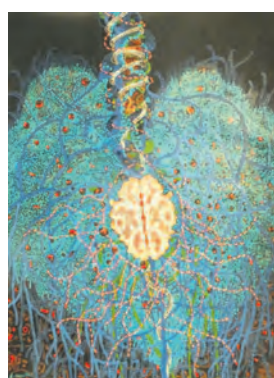
Vernissage : 20 janvier, 14 h

Empruntant à la nature généreuse de Brome-Missisquoi, ses formes et ses couleurs changeantes et nuancées, Hélène Messier nous convie à une randonnée au cœur de ses *Paysages imaginés*.

Fortement inspirées par les teintes et la structure du paysage, ses

œuvres racontent une recherche d'équilibre dans un monde changeant à une vitesse affolante, un monde où tant de conflits nous assaillent, où peindre devient un geste apaisant et les paysages, un havre de réconfort.

*Paysages imaginés* est une invitation à cultiver l'imaginaire et la créativité.



*Conversation, de fil en aiguille*

**Françoise LaMothe & Anne-Marie Dupont**

**17 février au 15 mars** - Vernissage : 17 février, 14 h

Utilisant toutes deux des fibres naturelles et des objets trouvés dans la nature, Françoise LaMothe et Anne-Marie Dupont nous offrent une exposition en duo où leurs œuvres se font écho, se nourrissent les unes les autres.

Anne-Marie Dupont travaille principalement à partir de papier fait main, parfois transparent, fragile et vulnérable comme une dentelle; parfois épais et opaque devenant matière fibreuse, organique. Les fibres naturelles utilisées dans ses œuvres donnent naissance à une poésie sensible et délicate.

Françoise LaMothe, quant à elle, nous offre une interprétation fantaisiste d'éléments provenant de la forêt, dont elle observe les moindres détails pour en faire naître une image réinventée où le réalisme, l'abstraction et l'imagination se côtoient.

Que ce soit par le dessin, la broderie, le tissage ou l'assemblage, *Conversation, de fil en aiguille* est un dialogue entre la notion de nature et celle de culture.

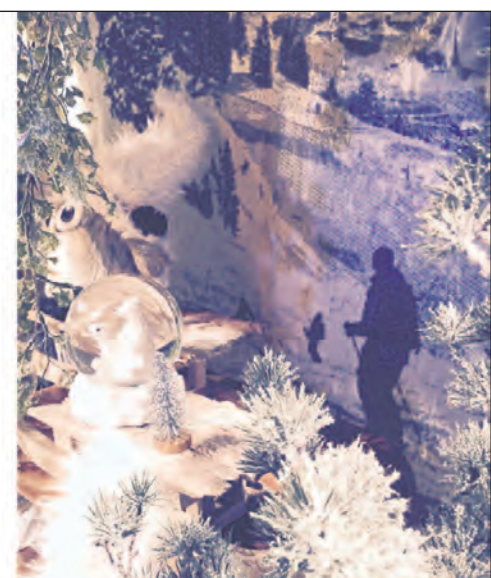
Ève Sano-Gélinas



AU COEUR DES  
SAISONS

OBJETS DE MAISON  
+  
FLEURISTE

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



Galerie **ART** libre  
ART CONTEMPORAIN

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



**Galerie d'Art LES IMAGIERS**

19, rue Principale Nord, Sutton (450) 538-1771

NORMAND BLEAU  
ART & BIJOUX

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

**art DÉPÔT**

MAURICE FERLAND / MADO ST-CYR  
4 rue du Dépôt, Sutton  
artdepotsutton.com  
facebook: artdepotsutton  
579.436.8585 / infos@artdepotsutton.com

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

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

**NO BAR CODE**

**Fran Sendbuehler**  
info@nobarcodepress.com  
facebook.com/nobarcode/  
SUR RENDEZ-VOUS · BY APPOINTMENT  
1 THIBAUT SUD, ABERCORN QC  
1. 514. 570. 8913

BOOKBINDING  
RESTORATION  
RELIURE  
BOÏTIERS  
RÉPARATIONS  
REPAIRS  
BOXES

## Art Libre cet hiver

Jusqu'au 25 février, la Galerie Art Libre présente l'exposition « *Détours* ». Deux artistes qui sont déjà passées par chez nous, Catherine Panchaud et Edith Dora Rey, nous reviennent avec des œuvres lumineuses et ludiques. Deux nouvelles artistes sont également au programme : la sculptrice Robin Bloom dont les pièces polies à la main sont des caresses pour les yeux et Marie-Noël Bouillé dont la délicatesse et la richesse des images vous enchantera.



À partir du 2 décembre et pendant tout le temps des Fêtes, la Galerie présente aussi une exposition spéciale d'œuvres à prix abordables, les *Petits Formats*. Nous aurons des œuvres de Louise-Andrée Roberge, Vicki Tansey, Lise Létourneau, Andrée Larivière, Yolande Castonguay, Daniel Lalonde, Diane Guilbault, Donna Casa, Josée Barrette, Anke Vanginhoven, en plus de celles de nos artistes invitées et des quatre associés de la Galerie.

Notre prochaine exposition, *Terres*, commencera le 1<sup>er</sup> mars 2018 et vous fera découvrir, entre autres, Geneviève Duplessis, Kate O'Brien et Tanya McIntyre.

Louis Lefebvre

## La galerie de la rue Dépôt



La galerie *Art Dépôt* a officiellement ouvert ses portes début septembre, juste derrière Le Cafetier. Depuis, touristes, Suttonnais et amateurs d'art viennent admirer les œuvres d'une quinzaine d'artistes contemporains. Tour à tour, ces œuvres coupent le souffle, font pouffer de rire ou invitent à la contemplation.

Le sculpteur Maurice Ferland et la peintre Mado sont les propriétaires de la galerie. Ensemble, ils ont converti l'ancienne brocante en un lieu spacieux et lumineux qui se veut rassembleur. L'ambiance feutrée met en valeur les multiples tableaux, sculptures, bijoux, céramiques et photographies. Entre autres, on y trouve des nœuds papillon faits de bois, conçus par BOM Design et des colliers ingénieux de la designer contemporaine Vanessa Yanow.

Amis depuis 1971, Maurice et Mado font belle équipe. Ensemble, ils parcourent régulièrement la région pour dénicher des coups de cœur. « Nous sommes toujours en quête d'artistes qui nous fournissent une qualité constante », précise Mado.

Pour cette artiste, la qualité de l'œuvre est primordiale. Ses peintures abstraites sont de grands blocs de couleurs vives. Ces jours-ci, Mado peint avec abandon et son travail est empreint d'une joie de vivre. « Depuis le mois de novembre dernier, on dirait que je n'arrête pas de créer. Alors, je me suis lancée. Je me suis dit : *si ce n'est pas maintenant, ce sera quand ?* »

Le geste spontané et libre est nouveau pour elle, car auparavant, Mado s'adonnait au photo-réalisme et optait principalement pour les huiles. « On dirait que je suis virée à l'envers », de rire Mado. « J'ai dû changer de médium pour me déstabiliser. »

Pour sa part, Maurice nous présente des sculptures avant-gardistes d'inspiration asiatique qui nous interpellent par leurs titres loufoques et l'assemblage créatif des matériaux : acier inoxydable, bois, verre et métal. Ainsi, « Le Notaire Le Potiron » semble se moquer des formes classiques, car le sculpteur pose un regard interrogateur sur la convention.

Avant, Maurice était couturier et a travaillé dans le domaine de la mode pendant 23 ans. Pour lui, ce milieu présentait maints défis à surmonter. « Pour le designer, la mode implique un décalage entre le design et le produit fini », explique Maurice. « On dessine un an d'avance et quand les vêtements sont offerts en boutique, on est déjà en train de penser à une autre saison. » En 2003, il se lance en affaires avec son chum pour diriger l'entreprise *Atelier Bouffe*, boutique d'accessoires haut de gamme axée sur la maison et la cuisine. Après, le cœur n'y est plus. C'est alors qu'il se tourne vers la sculpture et le land art, technique qu'il perfectionne depuis 1999. Habile de ses mains depuis l'enfance, Maurice privilégie dorénavant la sculpture parce qu'elle ne lui impose aucune contrainte. « À un moment donné, la sculpture est terminée. Elle a pris vie. J'ai fait ce que j'avais à faire. »

À Sutton, où on compte déjà sept galeries, le duo dynamique que forment Maurice et Mado nous offre des pièces uniques et modernes, accessibles à tous les portefeuilles. Aussi, vous pourrez bientôt vous y procurer des impressions ou une œuvre numérique à offrir en cadeau. N'hésitez plus ! Maurice et Mado vous attendent à bras ouverts.

Olivia Enns

# Vicki Tansey

Get out of your comfort zone. Embrace the unknown. Sabotage knowledge.

These ideals are core to multi-disciplinary artist Vicki Tansey. A performer and teacher for over 45 years, Tansey is first and foremost an explorer. Her passion for adventure coupled with her defiant stance on convention has earned her praise among meditation teachers, dance critics, and fellow artists.

Tansey has always been attracted to movement. At the age of nine, she convinced her mother to allow her to take dance classes. Trained in classical and modern ballet, Tansey began testing boundaries when she moved to New York in the late sixties. "I felt that movement was so restricted and that every gesture was too finely designed and void of emotion," said Tansey. "Something was missing."

She gave birth to the first of her three children in July 1969 before moving to Vancouver, where she joined a modern dance company and toured the province with her two-month-old. Upon her return to Montreal, Tansey distanced herself from choreography. She and her husband purchased the house of multi-media artist Roy Kiyooka. She converted his painting studio into a space designed for dance and movement exploration.



The work was tough and challenging. Initially, due to an accumulated dance technique, the artist found it difficult to improvise without constraint. One day, she keenly felt the need to break the pattern. "I went to the dance shed, put on some Beethoven, and began moving around the room,"

said Tansey. "My husband was standing quietly in the corner. When I stopped, there were tears in my eyes. The patterns had broken - a door had opened."

From that moment on, the dancer began teaching improvisation. "It was both exciting and terrifying because I knew that I was on my own," said Tansey. Nevertheless, she was convinced that she had to follow through with her project.

Her Buddhist practice helped her fight the odds and tackle her ambitions. Raised a Catholic, Tansey took refuge with meditation master Chögyam Trungpa Rinpoche and embraced the Buddhist philosophy in 1972. "In many respects, being awakened and aware of the moment helped me," said Tansey. "Taking



refuge means that you take a vow to pay attention to everything that you cling to and to slowly break all ties with security. That's when opportunities open up."

Over the years, the artist has taken up impressive projects. Teaching at Concordia's Dance, Fine Arts and Theatre departments, Tansey also worked at the forefront of the Saidye Bronfman and Visual Arts Centres. Upon receiving her bachelor's degree in Fine Arts from Concordia University, Tansey obtained a grant from the Canada Council for the Arts. With the money, Tansey rented a studio and shared it with an old friend, herself an established artist. "Together, we practiced improvisation every day," said Tansey. "It was fabulous."

Since 2010, Tansey has impressed audiences with her non-conventional art installations and performances. In order to make her performances easier to follow, Tansey uses one clear reference point per scene or scenario. For example, her production titled *Women and War* made a strong feminist point with cacophonous, shrill sounds made by women which helped recreate war scenes, referencing planes and bombs without actually naming them.

Running along a similar vein, Tansey invited her spectators to yell out random words at her. The dancer offered her physical interpretation of politically charged terms such as "revolution", ambiguous concepts such as "careless abandon" and even company labels such as "Ketchup".

She recalls her experience in residencies in Newfoundland, Slovakia and Cuba with special fondness. In Newfoundland, she was housed in a tiny, rustic-looking fish cabin where she used many delicately-constructed sculptures made of locally-found materials to scribble random phrases on the walls in chalk, all of which tended towards disappearance. In Cuba, she had to set up camp for weeks in a grimy

room with peeling paint, a humming fridge and a crumbling staircase. As always, Tansey accepted each situation, perceiving the difficulties as challenges to be overcome.

In November 2017, Tansey's work titled *Impermanence* was on display at Galerie Art Plus. The gallery hosted about 350 small panels featuring cloud formations. Abstract in nature, each artwork was created in a fluid, languid manner that subtly parallels Tansey's dance movements. Tansey began painting clouds on tiny slips of paper from her home on Pinnacle Mountain, where she continues to marvel at the changing sky landscape every day. "I have always been attracted to clouds because they belong to no one," said Tansey. "They are not influenced, determined or defined by country, politics or beliefs. They are not a human construction. Like us, they come and go, appear and disappear, and are in continuous transformation."

It is tempting to argue that Tansey always operates at an edge. "I was rebel in the sixties, always having to go where no one else had gone before," concluded the artist. "It's just who I am. I love encountering the unexpected."

Olivia Ranger-Enns



**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



**AGYR**  
ASSURANCES INVESTISSEMENTS

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

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

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

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

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

# 2017

## REGIONAL CALENDAR | CALENDRIER RÉGIONAL

### ÉVÈNEMENTS RÉCURRENTS OU DE LONGUE DURÉE

- 3 nov au 27 avril Auberge Sutton Brouère **Vendredi concert « live »**
- 4 nov au 24 déc Art Plus **Rebelles/Rebelles : petits formats d'artistes d'ici et d'ailleurs**
- 9 nov au 3 déc Arts Sutton **Expo de Julie St-Amant** vernis 12 nov. 14h p.21
- 15 nov au 21 fév Pub Mocador **Mercredi Open Mic**
- 23 au 29 novembre Satya Yoga Sutton **Semaine portes ouvertes** p.7
- 2 déc au 7 janvier Art Libre **Exposition les Petits Formats** p.22
- 3 au 9 décembre CAB Sutton **Guignolée 2017 de Sutton** p.27
- 5 déc au 1 avril Plein Air Sutton **Randonnée pédestre, ski de fond et fatbike** p.6
- 7 déc au 7 janvier Arts Sutton **Collectif des membres artistes** vernis 10 déc 14 h p.21
- 15 déc au 21 avril 15h Mont SUTTON **Judis Open Mic**
- 15 déc au 21 avril 16h Mont SUTTON **Vendredis Musique**
- 23 déc au 8 janvier Mont SUTTON **Temps des fêtes à la montagne**
- 27 au 31 décembre Mont SUTTON **Camp de Noël pour enfants 3 à 5 ans et 6-13 ans**
- 2 au 6 janvier Mont SUTTON **Camp de Noël pour enfants 3 à 5 ans et 6-13 ans**
- 7 au 12 janvier Mont SUTTON **Semaine à 25\$ résidents permanents Sutton/Abercorn**
- 9 janvier au 13 février Mont SUTTON **Mardis Club 50+**
- 10 janvier au 14 février Mont SUTTON **Mercredis Cravates en ski**
- 11 au 26 janvier Arts Sutton **Autour d'une expo École de Sutton** vernis 14, 14h p.21
- 11 janvier au 15 février Mont SUTTON **Judis Divas en ski**
- 15 au 19 janvier Mont SUTTON **Semaine à 25\$ pour les 50 ans et plus**
- 20 janvier au 15 février Biblio Dunham **Expo de Hélène Messier** vernis 20 jan 14 h p.21
- 1 février au 18 mars Arts Sutton **Expo de Marc-André Roy** vernis 4 fév 14 h p.21
- 9 au 14 février Mont SUTTON **St-Valentin à la montagne : activités thématiques**
- 17 au 25 février Mont SUTTON **Relâche des Américains : activités diverses**
- 17 février au 15 mars Biblio Dunham **Expo LaMothe et Dupont** vernis 17 fév 14 h p.21
- 22 au 24 février Mont SUTTON **Week-end anniversaire du Bar Le Tucker**
- Jusqu'au 25 février Art Libre **Exposition « Détours »** p.22



MAZ au Beat & Betterave



Casse-Noisette, Theatre Lac-Brome

## NOVEMBRE

- 15 19h Désourdy Salon funéraire **Atelier d'art thérapie** p.15
- 16 19h Beat & Betterave **Film Qu'est-ce qu'on attend ?** de Marie-Monique Morin
- 16 19h L'Archipel **Perfect Perfect**
- 16 19h30 SAGP **En 67 tout était beau (soirée film et conférence)**
- 17 20h Le Old Mill 1849 **Mood Swing en formule duo**
- 17 21h Beat & Betterave **Keith Kouna**
- 18 17h Le Pleasant **Almut Ellinghaus Trio**
- 18 20h30 Auberge des Appalaches **Sutton en Blues : Monkey Junk**
- 19 11 h Musée Bruck **Musique au salon : Un voyage, une voix, une guitare** WEB
- 23 19h L'Archipel **Léo Chansigaud Live**
- 24 20h Auditorium Massey-Vanier **Ingénu d'Adib Alkhalidey humoriste**
- 24 20h Le Old Mill 1849 **Billy Lidstone en solo acoustique**
- 25 16h30 CCBM **Parade du Père Noël**
- 25 20h Auditorium Massey-Vanier **Vincent Vallières**
- 25 20h30 Auberge des Appalaches **Sutton en Blues : Digging Roots**
- 25 21h Beat & Betterave **Les Poules à Colin**
- 25 21h Brasserie Dunham **Rock reggae avec Les Dindons d'Trécaré**
- 25 9h Foyer Sutton **Vente de pâtisseries et de sucreries pour Noël**
- 25 & 26 10h Centre Communautaire St-Armand **Salon des métiers d'art de Saint-Armand**
- 25 & 26 Parc des Vétérans **Marché de Noël de Sutton** p.11
- 26 14h Église St-André Sutton **Concert Parkinson Québec** p.16
- 30 Plein Air Sutton **Dernière journée escompte 10 % sur abonnement de ski fond** p.6
- 30 19h L'Archipel **Paroles & Poésie**
- 30 20h SAGP **Documentaire L'arbre de l'enfance de Anne Barth**

## DÉCEMBRE

- 1 SAGP **Vidéo sur les artisans des sentiers du PENS** p.6
- 2 9h30 Mairie Saint-Alphonse-de-Granby **Marché de Noël** p.10
- 2 20h SAGP **Spectacle de danse de Josianne Latreille & Amélie Murdock**
- 2 21h Beat & Betterave **Soirée Trad/Jazz avec MAZ**
- 2 & 3 Parc des Vétérans **Marché de Noël de Sutton** p.11
- 3 15h Grace Church **Chorale Pot-Pourri**
- 3 15h Désourdy **Concert de Noël au profit de La Maison au Diapason**
- 8 20h Theatre Lac-Brome **Harry Manx**
- 9 10h Fiducie du Mont Pinnacle **Randonnée pour la journée mondiale du climat**
- 9 10h Wow Frelé Alpagas **Journée Portes Ouvertes**
- 9 10h Musée Brome **Christmas Bake Sale**
- 9 17h Knowlton **La Folie de Minuit/Midnight Madness**
- 9 20h SAGP **The HoneySuckles Sisters chantent Noël**



- 9 20h Theatre Lac-Brome **Emilie Claire Barlow, Lumières d'hiver**
- 9 21h Beat & Betterave **Les Soeurs Boulay**
- 9 21h Brasserie Dunham **Les Pics à Flore**
- 13 20h Auditorium Massey-Vanier **Spectacle de Noël avec Marc Hervieux**
- 14 19h Beat & Betterave **Film Quelques raisons d'espérer de Fernand Dansereau**
- 14 19h30 SAGP **Film Solange et les vivants**
- 15 Club Vélo Sutton **Date limite d'inscription saison 2018 avec maillot** p.8
- 16 17h Le Pleasant **Almut Ellinghaus Trio**
- 16 16h Theatre Lac-Brome **Casse-Noisettes/Nutcracker (première)** p.8
- 16 21h Beat & Betterave **Spectacle d'adieu des Never Tête Enough**
- 16 & 17 10h La Factrie **Marché de Noël des Pas Pressés** p.10
- 16 & 17 10 h Église anglicane de Frelighsburg **Marché de Noël Frelighsburg**
- 17 Mont SUTTON **Journée anniversaire : billet de ski à 5 \$ (tarif de 1960)**
- 17 14h Centre Lac-Brome **"Lavender outside of the Mediterranean" by Alison Marks**
- 17 11h et 15h Theatre Lac-Brome **Casse-Noisettes/Nutcracker**
- 22 17h Cafetier **Party de Noël du village (travailleurs autonomes & autres)**
- 22 19h30 Brasserie Dunham **Tournoi de Babyfoot de Noël**
- 23 21h Beat & Betterave **Noël avec Les Thérapistes**
- 29 21h Beat & Betterave **Lancelot de la lune**



Folie de Minuit - Lac-Brome (Crédit : Michel St-Jean)

## JANVIER

- 1 12h Mont SUTTON **Cocktail du jour de l'an midi sonnant**
- 6 Mont SUTTON **Début des programmes de l'École de glisse**
- 6 13h Musée Brome **Lecture w/ Jimmy Manson & opening of children's museum**
- 6 20h SAGP **Revue de l'année par Garnotte**
- 8 9h Musée Brome **Opening of new bilingual special exhibit "Stitches in Time"**
- 13 13h Musée Brome **Lecture w/ Jimmy Manson & opening of children's museum**
- 17 19h Désourdy Salon funéraire **Atelier d'art thérapie** p.15
- 20 10h Fiducie du Mont Pinnacle **Pistage de la faune avec Isabelle Grégoire**
- 20 10h30 Biblio Dunham **Conte et bricolage avec Annie Brisebois**
- 20 13h Musée Brome **Lecture w/ Jimmy Manson & opening of children's museum**
- 20 14h Centre Lac-Brome **"Perennials to grow before you die" by Larry Hodgson**
- 20 17h Le Pleasant **Almut Ellinghaus Trio**
- 25 19h Beat & Betterave **Trou Story de Richard Desjardins et Robert Monderie**
- 27 Mont SUTTON **Cocktail d'anniversaire Les Arts à la Montagne**
- 27 20h Auditorium Massey-Vanier **Philippe Bond**

## FÉVRIER

- 2 20h Église Emmanuel **Alexandre Poulin**
- 3 13h Plage Douglas **Polar Fest** p.8
- 10 11h Parc Goyette-Hill Sutton **Journée Plaisirs d'hiver**
- 10 13h Musée Brome **Lecture w/ Jimmy Manson & opening of children's museum**
- 14 9h Mont SUTTON **Billets 2 pour 1 pour la St-Valentin**

- 15 19h Beat & Betterave **Salt of the Earth de Juliano Ribeiro Salgado & Wim Wenders**
- 16 21h Beat & Betterave **Fred Fortin en duo**
- 17 10h Fiducie du Mont Pinnacle **Pistage de la faune avec Isabelle Grégoire**
- 17 10h30 Biblio Dunham **Conte pour toute la famille avec Arielle Prince-Ferron**
- 17 13h Musée Brome **Lecture w/ Jimmy Manson & opening of children's museum**
- 20 17h Le Pleasant **Almut Ellinghaus Trio**
- 21 19h Désourdy Salon funéraire **Atelier d'art thérapie** p.15
- 24 20h Église Emmanuel **Kroy & Geoffroy**
- 24 20h Theatre Lac-Brome **Kevin Parent**

## CONTACTS

- Art Libre** (Sutton) 538-6660 facebook.com/Galerie-Art-Libre
- Art Plus** (Sutton) 521-3189 galerieartplus.blogspot.ca
- Arts Sutton** 538-2563 artssutton.com
- Auberge des Appalaches** 538-0037 auberge-appalaches.com/forfaits
- Auberge Sutton Brouère** 538-0005 aubergesuttonbrouerie.com
- Auditorium Massey-Vanier** (Cowansville) 263-6666 surlascenedavignon.com
- 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 brasserieidunham.com
- CAB Sutton** (Guignolée) 538-1919 cabsutton.com
- CCBM** (Chambre de commerce de Brome-Missisquoi) 266-1665 cccr.quebec/defile-de-quebec
- Centre communautaire de St-Armand** facebook.com/salonsaintarmand
- Centre Lac-Brome** 242-2020 bromelakegc.org
- Club Vélo Sutton** clubvelosutton.com
- Désourdy Salon funéraire** (Cowansville) 263-1212 desourdy.ca
- Église anglicane de Frelighsburg** (Marché de Noël) facebook.com/vitalitéFrelighsburg
- Église Emmanuel** (Cowansville) 263-6666 surlascenedavignon.com
- Église St-André de Sutton** 538-0292
- Fiducie du Mont Pinnacle** (Frelighsburg) montpinacle.ca/activites
- Foyer Sutton** Irène 538-3408
- Grace Church** (Sutton) 538-8108 facebook.com/GraceChurchSutton
- La Factrie** (Marché Noël des Pas Pressés) facebook.com/LaFactrieDunham
- L'Archipel** (Cowansville) facebook.com/archipelcowansville/
- Le Cafetier** (Sutton) 538-7333 facebook.com/lecafetier
- Le Old Mill 1849** (Stanbridge East) 248-2470 oldmill1849.com
- Le Pleasant** (Sutton) 538-6188 lepleasant.com
- Les Arts à la Montagne** (Sutton) facebook.com/Les-Arts-à-la-Montagne
- Mairie St-Alphonse-de-Granby** (Marché de Noël) Louise 777-1222
- Mont SUTTON** 538-3214 montsutton.com
- Musée Brome** (Lac-Brome) 243-6782 bromemuseum.com
- Musée Bruck** (Cowansville) 263-6666 surlascenedavignon.com
- Parc des Vétérans** (Marché de Noël de Sutton) 538-8455 tourismesutton.ca
- Parc Goyette-Hill** (Sutton) 538-2290 sutton.ca
- PENS** (Parc d'environnement naturel de Sutton) 538-4085 parcsutton.com
- Plage Douglas** ville.lac-brome.qc.ca facebook/LoisirsServicesCommunautairesLac-Brome
- Plein Air Sutton** 538-6464 pleinairsutton.ca
- Pub Mocador** (Sutton) 538-2426 facebook.com/pubmocador
- SAGP** (Salle Alec et Gérard Pelletier, Sutton) 538-0486 salleagpelletier.com
- Satya Yoga Sutton** 579 589-0162 satya-yoga-sutton.com
- Theatre Lac-Brome** (Casse-Noisette/Nutcracker) 531-3315 balletsutton.com
- Wow Frelialpagas** 514 232-6021 wowfrelialpagas.com

## HORAIRE des MESSES de NOËL

- |  |   |
|--|---|
| <b>24 décembre</b>   | Chalet du Mont SUTTON, 21 h<br>Grace Anglican Church, Sutton 7 h 30 pm<br>St-André, Sutton 17 h, 23 h<br>St-Simon d'Abercorn 21h<br>Ste-Croix Dunham/Frelighsburg 19h |
| <b>25 décembre</b>   | St-André, Sutton 10h30<br>Grace Anglican Church, Sutton 10h30 am  |
| <b>31 décembre</b>   | Ste-Croix Dunham/Frelighsburg 9h<br>St-Simon d'Abercorn 9h<br>Grace Anglican Church, Sutton 5 pm<br>St-André, Sutton 16 h 30  |
| <b>1<sup>er</sup> janvier</b>  | St-André, Sutton 10h30  |
| <b>Unité des vignes</b> 263-1616 / <b>Grace Anglican Church, Sutton</b> 538-8108 |   |

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](http://groupeguystlouis.com)



RUE DE SALABERRY 450 263-8888

## Généreuse communauté de Sutton, merci!



chez l'enfant, deuils, postpartum, etc.  
Ressource Famille à l'écoute

Le CAB Sutton est fier de vous présenter votre nouvelle intervenante famille, Émilie Bélanger! On ne peut vous cacher l'enthousiasme avec lequel on l'accueille dans l'équipe. Dans les mots d'un de nos partenaires : «Elle est sympathique, intéressée et elle a de super bonnes idées!» Venez la rencontrer, elle se fait une joie d'être à l'écoute des besoins des familles.

### Besoin de vous

Malgré l'épanouissement des services ces dernières années, Ressource Famille fait aussi face à son lot de défis. Sous-financé et occupant un espace inadéquat pour ses activités, l'organisme travaille fort pour continuer d'offrir ses services. Déjà, quelques individus ont formé une équipe qui prépare un plan pour bonifier le financement. Le groupe convoite notamment des personnes qui ont des compétences pour venir en appui à la recherche de subvention, à l'élaboration d'outils de marketing et au déploiement de différentes activités de financement. Le CAB Sutton a grandement besoin de vous!

### Ensemble : CAB Sutton et Ressource Famille

En 2009, quand la Ressource Famille s'est retrouvée orpheline, sans organisme pour assurer sa gouvernance et sans local, le CAB Sutton l'a pris sous son aile. Après tout, la famille — les enfants, les parents, les grands-parents — c'est le microcosme d'une communauté. Depuis, le volet Ressource Famille n'a cessé d'évoluer pour répondre aux besoins de sa clientèle cible. Il y a eu la diffusion de l'infolettre communautaire, le début des *Baby Drop-in* et l'arrivée à Sutton de la clinique du nourrisson et de vaccination du Centre de santé et de services sociaux La Pommeraie. La Ressource famille a aussi touché la vie de nombreuses familles qui, on le sait, font face à mille et une difficultés : retour aux études pour une mère monoparentale, troubles langagiers

### «Notre» Guignolée

Chaque année, l'appui de nombreux donateurs, bénévoles et partenaires donne au CAB Sutton le courage d'affronter les défis afin de réaliser sa mission. Merci à tous nos donateurs et bénévoles, trop nombreux à nommer ici!

La Guignolée 2017 de Sutton sera encore rassembleuse cette année! Elle se tiendra du 3 au 9 décembre. Pour des suggestions de dons ou pour faire un don en ligne, visitez [cabsutton.com](http://cabsutton.com). NOUVEAU cette année : vous nous trouverez aussi au marché de Noël de Sutton!

Janna Hubacek

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

**7, rue Principale Sud, Sutton 450.538.2337**

**DÉCO - JEUX - PAPETERIES**

[vertpartout@hotmail.com](mailto:vertpartout@hotmail.com)

19 Principale Nord  
Sutton, Qué. J0E 2K0  
Tél.: 450 538 8378

[vertpartout.com](http://vertpartout.com)  
Ouvert du lundi au dimanche

**ISABELLE BARON**  
**couturière**  
**d'idées**

**Conception | Réalisation**

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

**34c, Principale Nord**  
Sutton, Québec J0E 2K0  
**450-577-5888**  
[idees@isabellebaron.com](mailto:idees@isabellebaron.com)

**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](http://www.cferronac.com)

**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](mailto: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](http://www.juricompas.com) **450 306-1316**

**Avec la traction intégrale 4MOTION<sup>MD</sup>, l'hiver devient un cadeau.**

Granby Volkswagen inc. (1998) - 1133, Principale, Granby, Qc - (450) 372-4763 - [www.granbyvw.ca](http://www.granbyvw.ca)

**Les Jardins de la Colline** Ouvert tout l'hiver

**ICI, ON NE VEND QUE DU BONHEUR!**

**Pâtés, tartes et gâteaux sans gluten**

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

- Paniers cadeaux pour toutes occasions
- Produits du terroir
- Gâteaux variés
- Tartes et autres pâtisseries
- Tourtières à la viande, au canard et au millet
- Pâtés à l'agneau, au boeuf braisé, indien, mexicain, au poulet, à la dinde, aux lentilles et au saumon
- Marinades (37 variétés)
- Confiture (28 variétés)
- Quiches (plusieurs 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)

**BÛCHES DE NOËL GÂTEAUX AUX FRUITS**

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

**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.

**RAPORTEZ ET REMPLISSEZ VOS CONTENANTS ZÉRO DÉCHET**

**La goutte d'or**  
 éco-épicerie en vrac

507B rue du Sud, Cowansville 450.955.0804  
 La Goutte d'Or éco-épicerie en vrac 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

## La géosophie à Frelighsburg

La Fondation de la Géosophie s'installe au pied du Mont Pinnacle!

### C'est quoi la géosophie?

La géosophie est un projet d'éducation spirituelle laïque. Une approche s'inspirant de la nature pour aider l'homme contemporain à se reconnecter au sacré, à sa nature profonde, à son environnement et à sa communauté.

Notre approche, convergence de plusieurs courants spirituels complémentaires, est toutefois libérée de dogmes, de traditions et de codes culturels contraignants. Nous avons constaté que l'appel spirituel est inné et naturel, voire viscéral. Chacun est intérieurement appelé à vivre avec plus d'amour dans ses relations, à s'ouvrir aux forces de la nature et à approfondir sa propre connexion avec son être supérieur.

La Fondation de la Géosophie donne des outils pratiques pour vivre cette proposition spirituelle, et ce, dans la vie quotidienne. Selon nous, il est temps d'ancrer cette philosophie universelle dans la terre et dans nos corps en passant par un art de vivre, une communauté consciente et des projets économiques communautaires.

Évidemment, vivre en cohésion totale avec notre voix intérieure est un puissant exercice d'authenticité qui remet rapidement en cause nos conditionnements sociaux et nos habitudes inconscientes. À vrai dire, vivre connecté à la sagesse du cœur remet en cause les fondements mêmes de notre société avide de divertissements et de consommation! C'est pourquoi nous avons humblement commencé le projet avec une école de conscience, où des ateliers et des formations nous permettent de naviguer vers l'essentiel.

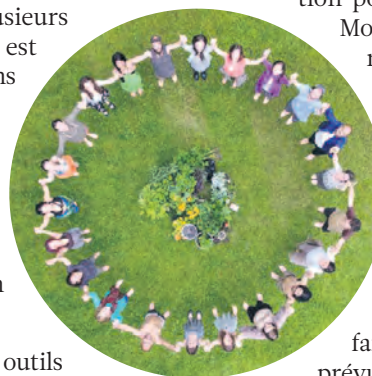
Depuis la création de la géosophie en 2012, nous avons surtout donné des formations à notre local de Montréal et en différents lieux de retraite. Mais depuis juin 2017, nous sommes heureux d'ouvrir un centre de retraite à Frelighsburg pour y accueillir l'expérience de vie communautaire, ainsi que nos différentes activités.

### Pour les jeunes...

Une de nos activités préférées au Domaine de la Géosophie est le Camp des jeunes géosophes : une retraite magique de 5 jours pour enfants de 6 à 12 ans. Les jeunes,

déjà si éveillés et sensibles, sont au cœur de notre mission. Nous continuerons dans les prochaines années à peaufiner cette offre. Notre vision est de devenir une sorte d'école de Harry Potter au Québec!

L'été prochain, le programme pour les jeunes offrira deux Camps des jeunes géosophes (6 à 12) et une formation pour adolescents (15-18), le « Monkey Monk » alliant méditation, arts martiaux, reconnexion avec la nature sauvage et gestion émotionnelle.



Le but de ces camps est de donner des outils aux jeunes pour qu'ils développent et apprennent à se servir de leurs dons innés et de leur hypersensibilité tout en canalisant leur énergie créatrice. Des rencontres d'information, ainsi que des rencontres familles et parents-enfants sont aussi prévues à l'horaire.

### ... et pour les adultes

Outre les activités pour les jeunes, nous offrons aux adultes des retraites de ressourcement, des méditations mensuelles, des soins thérapeutiques privés et différents programmes de développement spirituel.

Notre but est toujours d'aider l'individu à se reconnecter à l'essence de la vie et à en être touché au point qu'il ait l'impulsion intérieure de transformer sa vie pour goûter à une plus grande raison d'être et un bonheur plus profond.

Ma complice Marjorie et moi-même marchons sur ce chemin de découverte de soi depuis un certain temps. Nous en sommes venus à considérer qu'il est temps de créer des communautés où se vivent des valeurs d'amour, de santé holistique et de respect de la vie, ensemble, au quotidien. Nous sentons que la philosophie, la quête intérieure ou l'expérience spirituelle furtive ne sont plus suffisantes pour changer le monde et que les rêveurs comme nous doivent planter leur vision sur terre et la réaliser pour le bien de tous. La Géosophie émerge de cette impulsion, telle une sagesse de la terre...

Mathieu Gallant

Co-créateur de la Fondation de la Géosophie  
 Co-fondateur de Crudessence et Rise Kombucha  
 www.geosophie.com

**BOULANGERIE ARTISANALE**

**La Mie bretonne**

511 rue du Sud  
 Cowansville

**Pains blancs, levain et spéciaux  
 Viennoiseries  
 Épicerie fine  
 Fromages artisanaux québécois  
 Salades, Sandwichs & Pizzas**

**Réservez vos bûches de Noël avant le 17 décembre!**

**Venez nous voir aux marchés de Noël de Sutton & Frelighsburg**

**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**  
 cuisinière de famille

À la chute des feuilles a succédé celle des flocons de neige,



Transformant le paysage en une page blanche immaculée où l'on peut lire au matin, le récit des activités nocturnes.

Des chevreuils sont passés ici, laissant leurs lignes d'histoire sur la page.



Là, une bête moins chanceuse, après avoir tenté de sauver sa peau, y a laissé sa vie!



Mais peu importe que cette page relate des moments de bonheur ou des drames profonds, chaque nouvelle neige les ensevelit dans la froideur de l'oubli, pour couvrir l'horizon de pureté, afin de faire place à de nouvelles histoires pleines de promesses.



Scénario et illustrations de Benoît Duquette

**LES Stores Sutton.com**

**SPÉCIAL**  
**45% DE RABAIS** \*INSTALLATION GRATUITE

☎ 450 538.5151 LUNDI AU SAMEDI 10H30 - 16H30  
34, RUE PRINCIPALE NORD, SUTTON (QUÉBEC)  
\*OBTENEZ L'INSTALLATION GRATUITE À L'ACHAT DE 3 STORES ET PLUS

**ENCADREMENT SUTTON**

450.330.3529

**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

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



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

**KYO**  
habitation

Architecture | Construction  
819-560-7063 poste 201  
www.habitationkyo.com

RBO : 5569-1022-01

## Raising kids in the country

I so vividly remember sitting across from Vicki Tansey, watching her paint my three-year-old's face just a few weeks after my husband and I and our three kids had made the big move from Montreal to Abercorn. I was like a fish out of water, having spent the first 36 years of my life in the city — finding the village party quaint, in the condescending way city folk have mastered. I talked to Vicki, as she transformed Henri into a lion, about my misgivings — my doubts about the quality of the local schools, the foreign notion of them getting there and back on a school bus, their regrettably limited exposure to other cultures, having to ferry them everywhere because we were so isolated. At the time it seemed like an endless list of anxieties. She laid my worries to rest. She told me about what it was like when her three were teenagers and how having to drive them hither and yon to every social occasion had its perks. "You get to see them on their way to the party and you get to see them coming home. Those drives are the moments where you get to hear all about the dramas of their social lives. There's something so unthreatening about both of you sitting facing the road in a confined space and just talking. In the country, you have access." I can't count how many times I have taken comfort in her words since that day fourteen years ago.

The first time we took the kids to celebrate St-Jean in Sutton I knew we had made the right move. We wandered through the crowds, being greeted warmly by everyone, occasionally losing track of our kids (a freedom we would never have afforded ourselves in the city) and then being told by people "Oh, Henri is at the baseball diamond" or "I just saw Alice with Jill", messages that in essence meant "your kids are safe and we're watching out for them". Those occasions gave me a sense of belonging and community I hadn't felt since I was small. It brought me a peace of mind that I've never experienced anywhere else and that feeling, like my kids, has only grown.

Yes. Everyone knows your business and it can be annoying. But it can also be a spur to make your words



and actions count. Every little thing you do can make a big difference in a small community. You can see the dollars you raise helping people you know. You can watch kids you coach putting the lessons you taught them on the field to use in the rest of their life. It's true there is no anonymity. I can't count the times I have seen new transplants extricating their foot from their mouth as they fumble to recover from insulting the local mechanic to the cashier only to discover that the two are cousins. But the flipside is that when something goes wrong, you quickly find yourself inundated with heartfelt offers of help. The parents who told us where to find our wayward toddlers at the park are the same ones offering hugs when they hear about one of our kids going through a rough time.

I feel like I was just getting the hang of it. How come nobody prepared me for this? I thought the pain of my children leaving my body was intense but it doesn't even compare to this — the agony of a child leaving home. I finally understand what people meant when they said it goes by so fast. It doesn't. Until the moment it does and you find yourself with a bed that stays made, a room that stays tidy, a fridge that stays full and a heart with a big hole.

How I yearn for those days in the park.

Sarah Cobb

## Se préparer à l'hiver avec l'acupuncture



Bon nombre de personnes craignent la saison froide, car pour plusieurs, l'adaptation est difficile. En effet, les changements saisonniers ont un impact sur notre corps et notre santé et la baisse de luminosité, ainsi que l'arrivée du froid peuvent influencer notre humeur.

Dans cet article, je vais introduire quelques notions de médecine chinoise et aborder brièvement deux déséquilibres courants de la saison hivernale : la dépres-

sion saisonnière et les infections (rhumes et gripes).

### Les saisons associées aux organes du corps

Selon la médecine chinoise, les organes du corps humain suivent des marées énergétiques à travers les différentes périodes de l'année. Chaque organe est associé à une saison, une période de la journée, une couleur distincte, une émotion, un goût, une odeur et un mouvement énergétique.

La médecine chinoise définit la santé comme la recherche constante d'un équilibre précaire entre l'humain et la nature. La circulation fluide et correcte du Qi (énergie) et des fluides (sang, lymphe) à travers les méridiens est nécessaire pour éviter toute forme de déséquilibre.

(suite à la page suivante)



### L'hiver, saison associée au rein

Chaque saison représente un mouvement énergétique propre à lui-même. Le rein est associé à l'hiver, ainsi qu'à un mouvement d'intériorisation, de retour à soi et de mise en réserve (stockage). En médecine chinoise, les facteurs climatiques sont des causes importantes de déséquilibre et ils sont reliés aux organes yin du corps. Le rein est particulièrement affecté par le froid, prédominant durant la saison hivernale. Voilà pourquoi il est important de le protéger et de le tonifier avant l'hiver.

### Prévenir et traiter la dépression saisonnière avec l'acupuncture

L'acupuncture permet de rééquilibrer les différents systèmes du corps humain pour ainsi retrouver l'homéostasie. La stimulation de certains points d'acupuncture, majoritairement en lien avec le méridien du rein, a de nombreux bénéfices, notamment :

- Augmenter l'énergie vitale
- Assurer une bonne thermorégulation
- Améliorer l'humeur
- Augmenter la libido
- Redonner de la motivation

### Prévenir les rhumes, gripes et autres infections

Il existe plusieurs sortes de Qi dont le Qi défensif,

l'équivalent en médecine chinoise du système immunitaire. Un facteur climatique (froid, chaleur, sécheresse, humidité, etc.) peut devenir la cause d'une maladie lorsque celui-ci est excessif, inhabituel selon la saison ou bien lorsque le Qi est déficient. Deux organes principaux sont responsables de la mise en place du Qi défensif : le rein et le poumon. L'acupuncture préconise la prévention des rhumes et infections de toutes sortes en augmentant la production de Qi (tonifiant du même coup nos barrières immunitaires).

### Quelques trucs pour faciliter la transition vers l'hiver...

- Garder ses pieds, ses reins (bas du dos) et ses chevilles bien au chaud durant la saison froide
- Continuer de bouger afin de faire circuler le Qi proprement
- Consulter en acupuncture pour vous accompagner dans la prise en charge de votre santé
- Se reposer et respecter ses limites

Bonne intériorisation!

Corine Duchesne, Ac.

Membre de l'Ordre des acupuncteurs du Québec

corineduchesne.com

## Avis de recherche



Claude Gagnon, originaire de St-Prospère près de Québec, a commencé le ski avec son frère Roger à l'âge de 7 ans. Ils utilisaient des skis faits d'une planche de bois dur, grossièrement aplanie par les outils de l'époque. C'était l'hiver de 1944 et chaque jour après l'école, ils escaladaient le vallon voisin pour le descendre en skis!

Né en 1937 de George Gagnon et Thérèse Houde, Claude est l'aîné de sept garçons et maintenant grand-père de 6 petits-enfants. Ce grand enseignant, amoureux des humains, a trouvé une façon inusitée de combiner l'art de la représentation commerciale et le ski! Il a fondé une école en 1969, alors que peu de montagnes au Québec pouvaient se targuer d'en faire autant. Avec sa quarantaine d'élèves, il a visité le Mont Écho, le Mont Habitant, le Mont Gale et Owl's Head, puis, vers 1976, il a déménagé ses autobus au Mont SUTTON.

Moi, sa fille, je me souviens encore du grand stationnement et des 200 enfants de tous âges qui

étaient, en quelque sorte, notre famille à nous, ses 3 enfants! J'avais alors 5 ou 6 ans. Il faut dire que mon père a toujours eu le ski dans la peau. Il a débuté notre entraînement en nous faisant dévaler les pentes assis dans une chaise en bois qu'il avait fabriquée! C'était du jamais vu!

Ses exploits en ski ne sont pas d'ordre olympien, car Claude a plutôt dédié sa vie à l'art, celui des espaces intérieurs et extérieurs, comme designer d'intérieur. Aujourd'hui encore, il est toujours aussi féru de ski et de sculptures. Cet homme chaleureux recrute chaque année une bonne trentaine de contributeurs afin d'amasser des fonds pour un projet qu'il gère conjointement avec deux camarades skieurs, depuis 10 ans à Sutton : Les Arts à la Montagne. Vous avez déjà vu la famille de hérissons juchée sur les rochers et dans les arbres en haut de la Youppe-Youppe? Eh bien, ces sculptures sont là grâce à cet organisme, tout comme les 6 autres qui seront maintenant indiquées sur la carte des pistes. Aujourd'hui, du haut de ses 80 ans, il arpente encore la montagne du Mont SUTTON, veillant fièrement à ses sous-bois et à ses protégés.

Claude recherche les instructeurs qui ont enseigné avec lui de 1969 à 1990 à l'école de ski Kangourou. Si vous avez eu cette chance, retrouvez-le sur Facebook! En 2018, il serait heureux d'organiser une rencontre célébrant la création de cette école et de réunir son monde autour de souvenirs extraordinaires!

Claude-Lucie Gagnon



# ONEKA

Produits de soins corporels naturels fabriqués avec des plantes biologiques cultivés à Frelighsburg.

Boutique de Frelighsburg ouverte du mercredi au samedi  
23, rue Principale, Frelighsburg · 450 298-5352  
www.onekaelements.com

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!

R<sup>3</sup>  
Production  
Renouer · Remémorer · Revivre

Vos Souvenirs  
sur DVD

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

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



**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

**LÉON COUPAL**



PEINTURE  
PLÂTRE  
CÉRAMIQUE  
MÉNAGE  
LAVAGE À PRESSION  
ENTRETIEN

**450 777-8227** · coupalleon@hotmail.com



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

**COURVOISIER**  
CONSTRUCTION  
INC.  
DUNHAM  
450 521-7405  
courvoisierconstruction.com

**Justin Manasc**  
Ingénieur forestier  
Forest Engineer

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

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

**FOR-ÉCO**  
sylviculture



**MIGUÉ & FOURNIER**  
ARPENTEURS-GÉOMÈTRES INC.  
LAND SURVEYORS

www.migufournier.ca 450 263-5252

EXPERTS GÉOMÈTRES DEPUIS 1949  
UNE EXPÉRIENCE QUI FAIT LA DIFFÉRENCE

• COWANSVILLE • GRANBY  
• BROMONT • FARNHAM  
• MANSONVILLE

**interior design d'intérieur**



Virginie Catenne  
t: 450.538.0922  
virginie@designerinterieur.org  
www.designerinterieur.org

## Christmas Pudding

A short story by Peter Turner

"I'm sorry Charlie, I shall not make a Christmas pudding for the Dallaires. They're very nice, but they won't like it. The French simply don't understand English food, you know."

Agnes Rogers, Charlie's 9-year-old grandmother, was a war bride from Northern Ireland and had shed nothing of that flinty accent. She was looking forward to Christmas in the Beauce but was fretful about having to attend the "Papist" Midnight Mass. It was thanks to Charlie's wife France, that "Grandmother" had agreed to go to the Dallaire's place at all and, what's more, to bring her Christmas "piece of resistance." She adored France, while strongly disapproving her refusal to marry Charlie and thus legitimize his daughters, Maude and Anouk.

"And what the hell is a *conjointe* anyway," she would ask, "It's just the same as that common-law wife business indulged by the English in Ontario." Her daughter, Charlie's mother Ellie, quietly agreed. "How are we to understand that Catholics don't marry anymore, and still regularly go to Church; while we marry, and do Church once or twice a year?"

The daunting Christmas project arose out of Charlie's frequent and irritating praise of the Quebec way of doing Christmas. He, France and the girls had gone over there every second year for 15 years. Maude and Anouk, 13 and 11, were openly critical of the "boring" England family tradition. They couldn't go downstairs to their Christmas stockings until their parents were up. Then they had to wash the breakfast dishes, and go to 10:00 o'clock church service, before getting to the presents under the tree. Finally, they had to dress up again for a late afternoon Christmas dinner, wear silly paper hats and eat flaming, weird-tasting pudding.

How could that compete with a *réveillon* that featured Midnight Mass followed by presents, all night feasting, and music? Last year Grandmother Rogers laid down the gauntlet: "Oh, all right, if it's *that* great, next year we'd better go and see for ourselves."

Charlie's father Harold, a tall, angular 72-year old, was a typically laconic descendant of the United Empire Loyalists. His was the eighth generation to farm the hundred acres cleared by his ancestors 200 years ago. Their Guernsey herds had produced grand champions at the Royal Winter Fair in Toronto. In spite of crippling arthritis, he still milked some 20 cows on his own, with occasional help from his wife Ellie and his son Clifford, who was a full-time trucker.

Charlie lived next door but his law practice kept him out of the picture.

France's ancestors had settled on the Île d'Orléans from Normandy in the mid 1600s. Her *papa*, Claude, was of medium build, bowed legged like a hockey player, and had a bright, ruddy-faced, smile. He ran 120 Holsteins with a quick, restless energy. The two steel barns sat beneath three shiny blue silos. His crew included his son Robert, a hired hand and his wife Lise, who tended to the paper work. Dallaire bulls had provided for the artificial insemination of herds as far as China.

Lise arranged their sprawling old house to accommodate the entire England delegation. After Charlie's family, it included Harold and Ellie,

Clifford, who was recently separated and scared to death at having sole charge of Charlotte and Henry, his three-year-old twins, and, of course, the doughty and unpredictable Grandmother Rogers who, as a baby, Maude had dubbed "Gaga." She found that utterly charming until a few years later, when France felt obliged to tell her that in French *gaga* meant, "crazy." Gaga immediately decreed, and enforced, her change of name to "Grandmother."

She and France practised a little French for the occasion.

At one o'clock on Christmas Eve, the Englands set off for St-Odilon in two cars. Grandmother, who had never driven, imperiously directed Charlie from the shotgun seat. Ellie, anxious about keeping her mother in check for two days, refused to go in the same car.

The plan was that everyone would attend the midnight mass at *l'église* St-Gabriel. It would be celebrated by France's uncle, Father Jacques Dallaire. Every year he came home from his missionary work in Brazil for Christmas, His homilies, more filled with humorous anecdotes than religious finger wagging, were looked forward by all.

To the dismay the younger Dallaires, this year's *réveillon*, would be sacrificed for the England's Christmas Day routine—an afternoon gift exchange, followed by a five o'clock dinner produced by the Englands.

At four o'clock, 89-year-old Jeanne d'Arc Dallaire (aka *Mémère*), drove over from her bungalow in the village. She had also prepared a few words with the help of France. After wishing the Englands a Merry Christmas, she complemented "Agnès" on her "very pretty dress." Grandmother replied, "and a *Joyeux Noll* to you, my dear."

The old girls sat beside each other on a sofa. Charlie whispered to the twins, "Bet ya those ladies got candy," and soon there was a twin on each lap. He fetched a glass of champagne for *Mémère*, and a martini for Grandmother, who was wearing her white cotton "drinking glove," for insulation against the cold glass. The clucking grannies contently fussed with the "littles."

By 8:00 o'clock, 28 people were chatting contentedly at the long refectory table that was laden with a smoked ham, a roast of beef, *tourtières*, *cretons*, duck legs, warm bread from the oven, tomato aspic, pickled beets, salads, and several bottles of a distinguished Bordeaux offered by Robert. Harold and Clifford were soon happily engaged with vivacious Dallaire women on either side of them. Dessert included ice cream, sugar pie, *pets de soeurs*, an assortment of cakes and cookies and brandy.

All of a sudden, Claude burst through the front door in a cloud of steam. He announced his secret surprise—that a horse drawn two-seat *carriole* was awaiting the old girls at the steps. Giggling, the new best friends were tucked in fur robes before setting off, with bells jingling, through light falling snow. "*Féérique!*" pronounced *Mémère*, "It's a fairy tale" exclaimed Agnes, while patting Jeanne d'Arc's knees. The rest, in cars, followed along up the long hill to the graceful granite church at the top.

(continue on next page)



The entire congregation, standing along the sides and at the back, watched *la famille d'anglais* self-consciously make its way to a reserved pew, three rows from the front. The Englands were concerned that Grandmother, who was incapable of a whisper, might share her obsessive concern about crucifixes—"they are so explicit—much too much for the innocent eyes of children, and especially in a church!"

However, soon she was vigorously nodding her way through the Lord's Prayer, as she recognized that it was identical to her Anglican version. When Father Jacques approached the front of the chancel to preach his homily, he said, "Let us welcome our distinguished Protestant visitors from Derby County." Agnes caused some confusion by loudly exclaiming, "Why thank you *blessed* Father!" He acknowledged her with a kindly nod and commenced to preach about the importance of recognizing that all human beings were God's children and, then, to general amusement — "Even our dear Protestants neighbours, you know."

At that moment little Henry drew a cell phone out of his father's jacket, and triggered the loud barking ring that Clifford had set to signal a call from his mother. Everybody froze. In a panic, Clifford snatched the phone back. While he fumbled frantically with the ringer, a terrified Henry scampered into the aisle, up the three steps to Father Jacques's feet, and ducked under his cassock. "Indeed, I believe that I have never felt so close to a Protestant," Father Jacques declared to raucous hilarity. France dashed up, gathered her nephew from under a pirouetting Father Jacques, and carried him, kicking and screaming, out the side door.

On Christmas morning, the Englands were up early, peeling potatoes and making turkey dressing and cranberry sauce, while the Dallaires, true to their own tradition, slept until past noon—the only day of the year that could happen.

At four o'clock the clans gathered for drinks once again before moving, all 30 of them, to the table. When the turkey was brought in, Grandmother dutifully declared it to be, "a truly noble bird." And indeed it was, at 28 lbs. Harold carved at the sideboard and Lise and France did the serving, and, just like back home, the kids were up for seconds before Harold had served himself.

Grandmother had prepared the plum pudding following the recipe taught to her by her grandmother. It included dried fruits, brown sugar, beef suet, a handful of spices, and eggs, candied citron, and God knows what all. After being soured with the brandy (Grandmother doubled the dose this time, "just to be safe") it was steamed in a bowl wrapped with cloth for seven hours, and then set upside down on a plate. Grandmother passed it on to Charlie for six weeks of aging. Predictably, he added his own liberal dousing of brandy before delivering it to the Dallaires. Claude, in turn quietly spiked it before serving, "*pour être bien certain.*"



Prior to the pudding's entrance, everyone crossed hands, pulled crackers and donned the coloured paper hats inside them—not easy for the proud Dallaires. Charlie went out to the utility room to give his father-in-law a hand. Just to be sure, they gave the pudding another shot, and Claude struck the match. There was a loud POOF, like an underground explosion, and flames rose to the ceiling. Claude and Charlie were bent with laughter as Claude reached into the clothes washer behind him and blindly pulled out a thong. "*Tabouère,*" he choked through tears, and pulled out a large *bras-sière/corset* contraption that he pressed down over the flames saying, "*pardon, moman.*" They then pulled themselves together, patted the pudding back into shape, gave it another quick hit of brandy, and relit it.

Lise photographed Claude carrying in the pudding, followed by Charlie lustily singing, "We Wish You a Merry Christmas," and everyone singing along, whether they knew the words or not. Ellie served up the pudding with dollops of hard sauce, and everyone tucked in. The children enjoyed the *bûche de Noël*, which was being held in reserve.

The great-grandmothers had seconds. Chairs were pushed back, smokers went outside and Ginette Reno's Christmas album lofted her rich contralto voice across the room. *Mémère* cried, "Agnès, *vient*, come on wit me, we will *dancez* at tis *toune*, *c'est* "*Promenade en traîneau*. It is for horses and the jingle bell." Grandmother joined her, "Why *Gene Dark*, I know that one. We call it, "A Sleigh Ride Together with You." Clutching each other, and still in their hats, they waltzed about easily, soon to be joined by others. As the wood stove pumped heat into the room, faces reddened, jackets and sweaters were shed, and dishes were cleared and washed, everybody, out of synch and out of tune, joined Ginette in singing "Jingle Bells" several times...

By eleven, Father Jacques was wailing away on his mouth organ, with *tante* Odette on the accordion and, a newly arrived uncle Clément, on the fiddle. Clifford who had not laughed since the departure of his wife was beaming broadly while being led around the floor by a fetching Dallaire cousin.

The Celtic reels were as familiar to the Englands with their Scots and Irish heritage as they were to the Dallaires, a 400 years out of Normandy. Harold England, still with his hat on, joyously step danced for the first time that anyone could remember.

Driving home on Boxing Day, Ellie and Harold enjoyed a happy postmortem, reviewing scene after scene, with chirpy interruptions here and there by the girls. Grandmother said quietly, "It's going to be quite a challenge for us next year."

Produits naturels et Biologiques

**Au Naturel**

Health food store

1, rue Principale N. à Sutton depuis 1972

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

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

**Poterie**

**Poterie Pluriel Singulier**

Poterie de grès utilitaire pour la cuisine et le jardin.

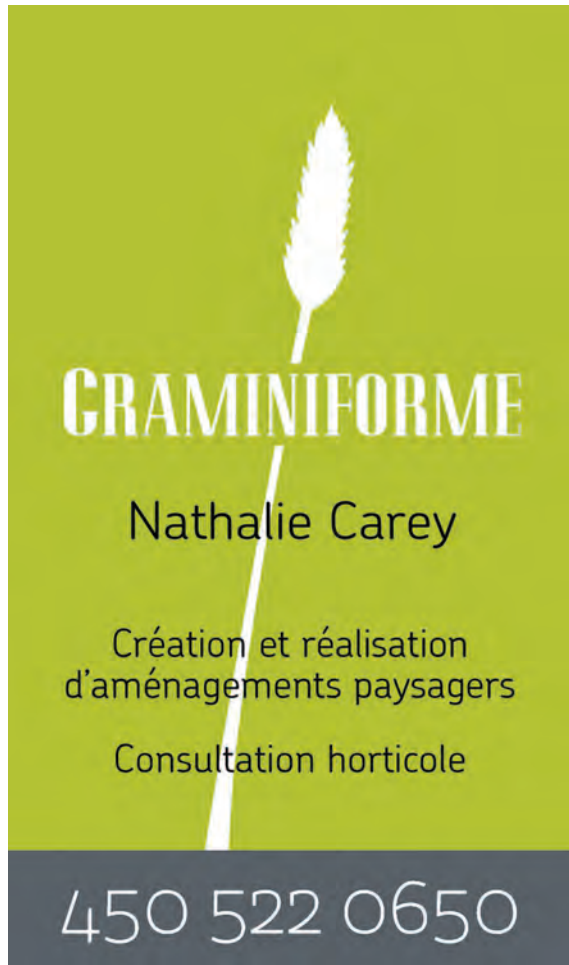
Pièces uniques en raku

poterieplurielsingulier.com  
viala@netc.net  
1906, Chemin St Armand, Pigeon Hill, J0J 1T0  
450-248-3527

**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



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



**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

## Concern mounting over potentially fewer doctors in Sutton

The Sutton healthcare surveillance committee remains active and committed to keeping the public informed of its initiatives.

This group of citizens came together in October 2016 when it was announced that the lease agreement between the CLSC and the Sutton Health Clinic (*Centre de santé GMF*) might not be renewed. The agreement was that Sutton would offer a blood clinic and a walk-in clinic (by appointment with a CLSC nurse for a variety of healthcare services).

Sutton faces several particular challenges in providing adequate healthcare to the community. For one thing, its population is among the oldest in Quebec (average age of 58.3). It is also a rural municipality that covers the largest territory in the MRC (246 square kilometres). This raises issues of distance, isolation and mobility.

Accordingly, the healthcare surveillance committee contacted the authorities in charge of the CIUSSS de l'Estrie-CHUS (the *Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie - Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke*) to draw attention to the needs of the population and to raise awareness of how important it is to maintain Sutton's health services. Fortunately, this action resulted in the lease being renewed for another five years.

During the past few months, the citizens committee has again mobilized to preserve and increase the number of doctors working at the Sutton family medical clinic (*clinique GMF privée / Groupe de médecine familiale*). In tandem with the Sutton clinic and the municipal administration, the group has been working closely with the overall authorities in charge of the CIUSSS de l'Estrie-CHUS.

It is important to know that across Quebec, it is the minister of health and social services, Gaétan Barrette, who makes the decision about filling doctors' positions. This is done through the regional program governing medical staff (the *Programme régional des effectifs médicaux* or PREM).



The Sutton family medicine clinic is staffed by a small team of four doctors. Given that one of the doctors will be retiring in the summer of 2018 and another is taking on administrative responsibilities at the CIUSSS de l'Estrie-CHUS in addition to his practice - making him less available to work at the clinic - the Sutton committee is anxious to ensure that the commu-

nity will continue to be served by four fulltime doctors.

Consequently, on September 21, 2017 the committee sent a letter to Minister Gaétan Barrette to explain the needs of the area and to underline the significant impact which a reduction in the number of doctors would have on a small rural family medicine clinic, potentially weakening and throwing into disarray the range of local services.

In its September letter, the group requested that all positions allocated for doctors be filled in order to ensure that medical services not be disrupted.

The Sutton healthcare surveillance committee will continue to keep the population of Sutton and Abercorn updated on future developments in this regard.

For any questions, please contact the committee chair, Diane Ferland, [diane.ferland@hotmail.com](mailto:diane.ferland@hotmail.com).

Diane Ferland (translation by Kate Williams)

Committee membership:  
Diana Ferland, retired nurse, chair of the Sutton healthcare surveillance committee  
Eva Major-Marothy, retired citizen  
Daphnée Poirier, responsible for the Family and Seniors policy and the Age-friendly Municipality designation (known as MADA)  
Janna Hubacek, director of the Sutton Volunteer Centre (CAB)  
Caroline Gosselin, Sutton Volunteer Centre Senior Outreach Worker for Sutton and Abercorn  
Michel Lafrance, chair of the users committee of the RLS La Pommeraie and vice-president of the Sutton *Corporation de développement économique*




**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**

# ACCESSIBLE DESIGN: Creating a Functional Kitchen

In the last issue, we got an overview of some home design issues you should consider to provide greater overall accessibility permitting, amongst other things, to gracefully “age 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’s something about the term “aging in place” that doesn’t quite sit well with me. Be that as it may, essentially it boils down to how you can design your home so you can stay there as long as possible. Planning for individuals’ changing needs and capabilities helps reduce the need for future costly renovations.



In this article, we’re going to look at the most multifunctional room in a home – the kitchen. Because of its multifaceted nature, it is the most difficult space in the home to make fully accessible. There are so many aspects of a kitchen which affect its functionality. Here are a variety of design considerations which contribute to an accessible kitchen:

## Kitchen layout

The key to effective kitchen design for all users, especially those who use wheelchairs, is a layout that provides the right balance between countertop area, manoeuvring space and storage space. The layout should avoid compromising working areas with cross routes, limit travel distances and reduce the need to lift items from one counter to another. Maximizing the range of operations from one location is key. A flexible residential kitchen must ensure ease of approach to and use of the sink, worktop, equipment, all appliances and their controls, and all storage essential to kitchen operation.

The best practice in a universal or fully accessible residential kitchen is to separate the stove cooktop and oven. The cooktop must be designed to be open underneath, so as to allow for a seated person’s legs. The wall oven and microwave should be positioned at a height accessible to all users.

## Kitchen size

A design for someone who uses a walker or wheelchair should allow manoeuvring space of 2’-6” x 4’-0” in front of controls, work areas and appliances. This work area can be part of the overall required minimum manoeuvring space of 5’-0” x 5’-0” in the work triangle. Power wheelchair and scooter users typically need a larger turning radius and thus a minimum manoeuvring space of 6’-0” x 6’-0”.

## Minimal effort

Designing for minimal effort is an important principle of universal kitchen design. Planning for efficiency considers the location and relationship of all major elements within the kitchen. This will result in the placement of similar or related items in the same location within the kitchen.

## Adaptability

Kitchens may be used by both a user in a wheelchair and others who are ambulant, so finding an effective countertop height for all users is difficult. A flexible kitchen design ideally offers an adjustable height sink, cooktop, worktop and upper cabinets.

Upper cabinets offer great storage space, but cannot be reached by individuals in wheelchairs or who are shorter in stature. Upper cabinets can be installed with hardware that allow shelves to be pulled down.

## Ease of cleaning

When making decisions about new appliances, floors and countertops, remember to consider surface finishes that are low maintenance.

## Safety

Safety in the kitchen deserves the highest consideration. Small rugs and mats in the kitchen should be avoided because they are a tripping hazard and an obstacle for many people who use mobility devices and persons with dementia.

## Specific design elements

In designing a universal kitchen, particular elements that should be considered include countertops, cupboards and drawers, sinks and clean-up areas, food preparation areas, switches and controls, interior finishes and lighting.

Clearly, there are numerous issues to consider in designing an accessible kitchen. In the next issue, we’ll look at bathroom design.

*Ted Yudelson is a Knowlton-based architect who brings his 30+ years of experience to bear in finding creative solutions to both commercial and residential design problems.*

**Architecte**  
Résidentiel | Commercial  
**TED YUDELSON OAQ**  
Lac-Brome, Qc 579-438-8800 [www.tyarchitect.com](http://www.tyarchitect.com)

**ATELIER A. BELLAVANCE**  
architecte  
450-534-1616  
[www.atanbellavance.com](http://www.atanbellavance.com)

**elisabeth bouchard architecte**  
**eric boucher architecte**  
SUTTON  
(579) 436-8868  
[ebarchitecte.com](http://ebarchitecte.com)

**Edén Greig Muir, architecte, OAQ**  
Frelighsburg 450-298-1256 [www.ateliermuir.ca](http://www.ateliermuir.ca)

**COLDBROOK**  
AGENCE IMMOBILIÈRE

**John Boudreau**  
Courtier Immobilier  
450.531.5252

**Jessica Brown**  
Courtier immobilier résidentiel  
450.522.4755



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

**Luc Giguère** Courtier immobilier

Bilingual services 

[luc.giguere@remax-quebec.com](mailto:luc.giguere@remax-quebec.com) 450.531.5886

**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



**RE/MAX PROFESSIONNEL INC.**  
Agence immobilière  
Franchisé indépendant et autonome  
de RE/MAX Québec inc.

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

**SÉBASTIEN KAEMPF B.A.A.**



450 538-1555  
[www.sebastienk.com](http://www.sebastienk.com)  
Évaluation gratuite  
Remax Professionnel  
Agence immobilière

**Courtier Immobilier**



**RE/MAX Professionnel inc.**  
Franchisé indépendant et autonome de RE/MAX Québec inc.  
10-1, Principale N  
Sutton, Qc JOE 2K0

**TODD CHABOT.COM**

450.577.1737  
450.538.4000  
[todd.chabot@remax-quebec.com](mailto:todd.chabot@remax-quebec.com) 



**Les Immeubles Dwyer Enrg.**  
Courtier immobilier agréé  
[www.dwyer-realties.com](http://www.dwyer-realties.com)  
**Laurette Dwyer**  
Chartered Real Estate Broker  
[immdwyer@axion.ca](mailto:immdwyer@axion.ca)

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

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

## Make your own

There is nothing quite like receiving a handmade gift. Here's an idea that can demonstrate how much you care with time taken as opposed to money spent - an atmospheric addition to a living space, work table or bedroom.

Here's what you need:

1. **A block of wood** - (shown is a 4" x 4" x 12" piece of hemlock (pruche). If you can't find anything in your backyard, ask a neighbour or our local lumber yards who have offcut bins they might let you dip into for a smile. A piece of firewood would work too with the split side facing down for stability.
2. **A 3' length of steel rod** - sold in this length. Mine cost \$2.09 at my local hardware store. 3/16" width is perfect - strong enough but not too tricky to bend.
3. **A pendant lightbulb cord** - Vert Partout in Sutton sells variations for about \$40. Mason jar as shown. Local hardware stores also have a range.
4. **Safety gear** - gloves and glasses

Start with a steel rod. Look around your house or your neighbour's garage for a large pipe to wrap it around (mine was a 5" PVC pipe). Otherwise, a very evenly cylindrical tree trunk will do the same job! With a pair of gloves and glasses, keep wrapping it around the pipe until it relaxes back into a U shape when not under tension.

Depending on the size of the pipe used for wrapping, you will get a different measurement. Hold the ends of the U over the wood base and mark where you would like the holes to go. Select a drill bit the same size of the steel rod (3/16") and drill in as deep as you can.



Because the hole is exactly the same size as the rod, you'll need a lot of pressure to force the wire into the holes where it will remain secure without any glue. If your drill bit is a bit bigger than the width of the wire, a tiny bit of superglue in the holes will hold the wire securely.

Your lampstand is complete. Now wrap the cord as you like it - the messier the better! A little bit of patience and you have organised chaos with the cord balanced in the centre. A little zip/cable tie discreetly added will help with a heavier lamp. Have fun. Paint the block of wood and sand it back for the look of salvaged boat lumber.

The greatest challenge with this gift is how to wrap it.



Katy Warnock

**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](mailto:charles@informatiquecb.com)  
[www.informatiquecb.com](http://www.informatiquecb.com)

## Recette secrète



Aussi magnifique puisse-t-il être, l'hiver apporte son lot de défis pour les humains que nous sommes et le froid est rude pour la peau. Les options hydratantes sont bien entendu multiples, des synthétiques aux super naturelles. Mais, si un jour il vous prenait l'envie de créer votre propre lait pour le corps, voici une petite recette.

La base est simple : il s'agit de mélanger des corps gras à des corps aqueux. Le choix des ingrédients est quant à lui matière de goût et de besoin.

### La recette

- 125 millilitres d'huile
- 20 grammes de cire émulsifiante ou 10 à 15 grammes de cire d'abeille râpée
- 125 millilitres d'eau florale
- 4 grammes de glycérine végétale

### L'huile

Pour préparer une crème nourrissante la moins grasse possible, il importe d'utiliser comme base une huile qui pénètre facilement dans la peau. Personnellement, j'utilise celle de pépins de raisins à laquelle j'en ajoute d'autres, plus spécifiques. Les huiles de noix ou de graines : argan, avocat, abricot, amande douce, bourrache, onagre, etc. Celles infusées de plantes : rose, calendula, camomille, trèfle rouge, lavande, etc. Ces dernières sont généralement à base d'huile d'olive, donc aussi facilement absorbées par la peau. Les huiles de noix ont tendance à être plus riches et grasses. Pour une crème douce bien équilibrée, simple et facile d'accès, je propose ceci : 75 ml d'huile de pépins de raisins, 35 ml d'huile de calendula et 15 ml d'huile d'abricot.

### La cire

La cire d'abeille pure agit comme agent de texture, en plus d'apporter ses propres éléments médicinaux. Tout ce que les abeilles produisent est extraordinairement bénéfique, antiseptique et délicieux. La râper permet de la faire fondre plus facilement. La cire émulsifiante est un produit cosmétique connu et naturel préparé à partir d'alcool cétyrylique, «un mélange composé essentiellement d'alcool cétylique et stéarylique»<sup>1</sup>. L'avantage de cette dernière est qu'elle facilite l'amalgame de l'huile et de l'eau, donc l'émulsion.

### L'eau florale

Encore une fois, le choix du corps aqueux est une question de goût. L'eau de rose est extra pour la peau, l'eau de fleur d'oranger également. L'eau de camomille est super top, mais son odeur est un peu particulière. Allez faire un tour chez Zayat Aroma à Bromont. Ils ont une superbe variété d'eaux florales et d'huiles et

pourront éclairer vos choix. Nicole et Daniel chez Au Naturel aussi, bien entendu, de même que l'équipe de Sandrine chez Verveine et cie.

### La glycérine végétale

Elle sert à faciliter l'émulsion. Elle n'est donc pas vraiment nécessaire si vous optez pour la cire émulsifiante, mais elle changera la donne lorsque combinée à la cire d'abeille. Elle peut donc être facultative et n'être ajoutée que si l'émulsion ne se fait pas convenablement. Personnellement, je n'attends pas de savoir si ça prend ou non, j'en mets d'emblée.

### Les outils

- Un malaxeur électrique, communément appelé « blender »
- Un petit chaudron à fond épais ou un bain-marie
- Une petite cuillère de bois et/ou un petit fouet
- Une spatule de plastique
- Une balance de cuisine
- Une tasse à mesurer
- Un bac d'eau froide pour le refroidissement

### La technique

Le point le plus important est que tous les ingrédients soient à la même température, idéalement à la température pièce. Préparez votre espace de travail. Mesurez vos ingrédients séparément.

Versez et réservez l'eau et la glycérine dans le malaxeur puis procédez à la liquéfaction de la cire. Pour ce faire, placez-la dans votre petit chaudron et chauffez doucement. Lorsqu'elle est bien fondue, retirez du feu, ajoutez les huiles et remuez. Si celles-ci sont trop figées, remettez à chauffer quelques instants en touillant et retirez dès que le mélange est homogène.

Refroidissez alors le tout dans le bac d'eau froide en continuant à remuer pour maintenir la consistance. Le mélange figera assez rapidement. Vérifiez la température et dès que celle-ci atteint le degré souhaité, procédez à l'émulsion : malaxez à faible vitesse le mélange d'eau et ajoutez rapidement la préparation d'huile. Il est important de malaxer le moins longtemps possible. Terminez à la spatule l'incorporation des ingrédients. Si tout s'est bien passé, vous devriez avoir obtenu une belle préparation onctueuse.

À ce stade, j'ajoute une dizaine de gouttes d'huiles essentielles (au choix) pour l'odeur, mais surtout pour la conservation. Quelques gouttes d'extraits de pépins d'agrumes peuvent aussi faire office d'agent de conservation. Mélangez comme il faut les derniers ingrédients, versez dans vos pots et voilà!

La réfrigération est de mise, idéalement, tout comme l'utilisation d'une petite cuillère pour piger dans le pot; les doigts étant souvent vecteurs de bactéries, ils peuvent contaminer la crème.

Bonne chance et bon hiver!

Annie Rouleau  
Herboriste praticienne  
annieaire@gmail.com

<sup>1</sup> La cire émulsifiante peut être achetée chez Zayat Aroma, notamment : zayataroma.com



**Massothérapie**  
**Marie Poirier**  
Membre FQM (reçus assurance)  
plus de 25 ans de pratique

Massage · Suédois  
· Shiatsu  
· Coquillages chauds  
· Lomi-Atsu


34c, rue Principale N., Sutton  
450 538-8304 · mariepoirier05@gmail.com



**Dre Snezana Stanojlovic**  
omnipraticienne

Traitement des rides du visage  
Botox, Radiess, Teosyal, Sculptra, Juvéderm, Esthélis  
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



**Edith Chaput**  
Notaire · Notary

Spécialiste dans la protection de VOTRE patrimoine

www.edithchaput.com  
450.306.1269

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



**Marcel Tétreault**  
Notaire / Notary

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

**LIBRAIRIE FRELIX**

BEAUX BOUQUINS & LIVRES ANCIENS  
FINE USED & ANTIQUARIAN BOOKS

2 chemin Garagona, Frelighsburg (Qc) 450-298-1011



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

7 jours  
par semaine

17, Principale Nord, Sutton 450.538.2426

# Mieux-être Sutton

## SUTTON WELLNESS

Professionnels de la santé naturelle | *Natural Health Professionals*



### NOLWENN FALQUET, D.C. Chiropraticienne

450 538-6868

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

Santé Chiropratique : 10, rue Curley

Passionnée par son métier, Dre 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](http://www.osteo-catherinefoisy.com)

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



### CATHERINE FERRON AC. Acupuncteur

450 538-6371

[www.cferronac.com](http://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.



### GINA CENCIOSE

#### Focusing de la relation intérieure

819 571-7286

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

#### Qu'est-ce que la pratique du Focusing?

La pratique du Focusing consiste à regarder ce qui se passe en nous, au moment présent. C'est un processus simple à apprendre qui permet de recréer une connexion à soi. On peut choisir de le faire parce que nous sommes devant un conflit, une réaction qui nous dérange, un symptôme physique mystérieux, ou pour toutes autres raisons.

Cette pratique implique d'être à l'écoute de ce qui peut être caché ou obscur en nous. On peut l'aborder avec ou sans partenaire, mais avoir quelqu'un qui témoigne de nos découvertes intérieures est une aide précieuse. Cette pratique peut nous aider à : maîtriser nos réactions émotionnelles, apprendre la motivation derrière nos choix, vivre la pleine conscience, comprendre des dynamiques relationnelles, aller à la source de nos symptômes, peurs et désirs, entre autres.

La première qualité à observer est ce qu'on appelle le ressenti corporel. Puis, on doit adopter une attitude particulière d'attention tournée vers l'intérieur, à la fois engagée et bienveillante.

Il s'agit de procéder à l'investigation des histoires négatives et des croyances qui se trouvent à la racine de nos souffrances. À mesure que la lumière de la conscience éclaire les structures (patterns) qui nous limitent, nous nous orientons naturellement vers davantage de conscience, d'ouverture, de clarté, de liberté et d'amour. Parmi les croyances et les histoires qui émergent de notre subconscient se révèlent souvent des émotions qui peuvent sembler menaçantes : peur, deuil, honte, rage, solitude, insécurité. En nous ouvrant à ces émotions avec douceur et compassion, dans l'intimité du partage, on apprend à se détendre peu à peu, libérant davantage d'énergie pour vivre joyeusement et spontanément.

Être présent à soi, se recevoir positivement, s'accepter inconditionnellement, avec une douceur attentionnée, est un processus graduel. Là est la clé d'un enracinement profond en nous-même, d'une relation à soi de plus en plus profonde.

Par ce processus, on peut suivre la trace de notre transformation, facilitant la cohésion et l'accès sécuritaire à une ouverture et à une conscience de plus en plus profonde. On y découvre un îlot de sécurité dans lequel on peut retourner à souhait, tel un espace de reconnexion avec cette partie de nous qui est notre essence et où l'on est en mesure d'être présent à d'autres parties blessées de nous-même.

#### La maison d'hôtes

L'être humain est une maison d'hôtes

Chaque matin, une nouvelle arrivée  
Une joie, une dépression, une méchanceté  
Une prise de conscience momentanée  
Émerge tel un visiteur inattendu.

Accueillez et choyez-les tous!

Même s'ils sont une foule de chagrins  
Qui vident avec violence

Votre maison de ses meubles,  
Traitez chaque invité honorablement.

Ils peuvent vous débarrasser du superflu  
Pour faire place à de nouveaux délices.

La pensée sombre, la honte, la malveillance...  
Accueillez-les à l'entrée en riant et invitez-les à l'intérieur.

Parce que chacun a été envoyé  
Comme un guide venant de l'au-delà

Jalal al-Din Rumi, poète perse (1207 – 1273)



### CORINE DUCHESNE Acupunctrice

#### Herboriste-thérapeute acc.

450 558-6362

[www.corineduchesne.com](http://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 une approche efficace adaptée à vos besoins? Vous désirez retrouver votre amplitude de mouvement ou simplement être bien dans votre corps? L'ostéopathie est basée sur une connaissance approfondie du corps humain. C'est une approche globale de l'être qui s'applique avec douceur et fermeté. Soyez bienvenu!



**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.



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

450 330-24021  
cboudrias98@gmail.com  
12-A, rue Principale Sud, bureau 333

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



**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  
29, rue Principale Nord

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



**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, rue Principale Sud

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

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

COURTIER IMMOBILIER | MAÎTRE VENDEUR



**JOHANNE**  
**BOURGOÏN**  
•COM



»» 450 248-7465 »» JOHANNEBOURGOIN.COM



**ST-ARMAND** - Sur 1 acre de terrain arboré, belle maison de style traditionnel, galerie sur 2 façades. Pièces de bonnes dimensions bien aménagées, 3 c.c., 1 s. d'eau/buanderie, 1 s.d.b. et terrasse à l'étage. Sur rte 235 près du Vermont, cette construction de qualité saura combler les besoins d'une famille ou de retraités.

225 000\$ | 200 000\$ | MLS 21008044



**SAINT-ARMAND** - Charmant village riverain, maison rénovée au goût du jour. Escalier central avec luminaire sculptural, immense salle de bain avec plancher chauffant et base de douche en 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 Pinacle. Actuellement exploitée (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, orientée sud-est!

IDÉAL POUR PROJET PERMACULTURE.  
330 000\$ | MLS 21456604



**BEDFORD / VILLE** - Magnifique duplex (2007) sur rue peu passante, bien loué 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\$ | 350 000\$ | 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 abritées des regards. **UN JOUJOU À DÉCOUVRIR!**

550 000\$ | MLS 18992458



**BEDFORD / VILLE** - Spacieux split-level (1999) offrant 4 c.c., 2 s.d.b. et 2 salons dont un avec plafond cathédral et foyer au propane. Le grand terrain, traversé par un ruisseau, est paysagé, arboré, muni de 2 terrasses et équipé d'une piscine chauffée de 21'. À 2 pas des CHSLD, CLSC, école primaire et parc. **ÇA VAUT LE DÉTOUR!**

290 000\$ | MLS 18636381

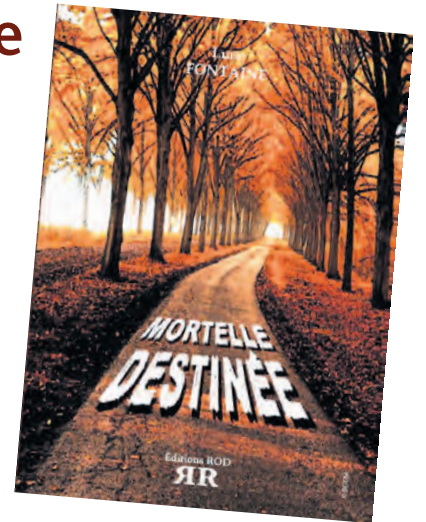


**BEDFORD / VILLE** - Superbe maison ancestrale, 2 solariums avec puits de lumière. 2 c.c., 2 s.d.b., armoires de cuisine en bois aux motifs exclusifs, planchers de chêne à grandeur et, unique à cette propriété, un prestigieux escalier aux rampes majestueuses, une beauté rare en plein centre. Cour arrière intime entourée de végétation.

195 000\$ | 175 000\$ | MLS 19171553

**BUREAU »» 71-B, RUE PRINCIPALE À BEDFORD**

## Mortelle destinée de Luce Fontaine



Après avoir étudié en éducation à l'Université de Sherbrooke, Luce Fontaine a enseigné pendant près de 25 ans aux niveaux préscolaire, primaire et collégial. Parallèlement, elle a entretenu sa passion des chevaux, jusqu'au jour où une vilaine chute la laissa avec des séquelles permanentes. À partir de ce moment, elle a dû réinventer sa vie. Heureusement, Luce avait une autre passion : l'écriture. Elle a donc ressorti de ses tiroirs des histoires qu'elle s'est réappropriées tranquillement, mais sûrement. L'exercice s'est avéré fécond, car durant les cinq dernières années, Luce a diligemment publié 3 séries de livres pour enfants, une nouvelle qui a été finaliste pour le prix Pauline Gill en 2016 et un roman policier.

Pas besoin de creuser loin pour réaliser qu'elle puise son inspiration de la région, de ses passions, ainsi que de l'actualité. Dans sa première série Mélo, publiée chez Guérin, la protagoniste est férue des chevaux. Le secret du Mont Pinacle est le titre d'un des tomes de sa deuxième série chez Guérin, les Max Malette. Aussi, les aventures mystérieuses de ce dernier ont toujours lieu autour d'un gîte des Cantons-de-l'Est qui pourrait très bien être le Domaine Fonberg, entreprise que tient Luce Fontaine à Pigeon Hill depuis plus de 25 ans.

Son dernier opus ne fait pas exception. Son roman policier, *Mortelle Destinée*, est campé dans le village de Rabbit Hole. Si les noms avaient un alter ego, Rabbit Hole pourrait, sans l'ombre d'un doute, être celui de Pigeon Hill. D'ailleurs, l'endroit se situe également à la frontière des États-Unis où traversent des immigrants illégaux. L'actualité internationale réussit même à s'immiscer dans cette campagne profonde où une policière tente de réinventer sa vie, car derrière les crimes perpétrés contre les résidents se dessine un complot terroriste.

Avec de l'amusement dans la voix, Luce avoue qu'elle s'est peut-être laissé « un peu emporter. » Elle poursuit : « Un texte, c'est vivant. Les histoires sont vivantes et continuent de vivre une fois sur papier dans l'imagination des gens. » Luce se laisse habituellement guider par les personnages. « Ils prennent vie, m'amènent ailleurs et me surprennent. »

Les gens d'ici pourraient facilement imaginer reconnaître l'inspiration derrière les lieux et les personnages, mais la réponse est la même chez les Français où le livre a été publié. Luce explique : « Les lecteurs m'écrivent pour me dire qu'ils croient reconnaître la bourgade d'à côté... »

Amateurs de romans policiers et amants de la région et de ses sources d'inspiration, le format papier de *Mortelle Destinée* est offert seulement en France, mais sa version numérique (e-book) est en ligne depuis la mi-octobre chez l'éditeur : [editions-rod.com/index.php/livres/product/33-mortelle-destinee](http://editions-rod.com/index.php/livres/product/33-mortelle-destinee).

Pour plus d'infos sur Luce et ses œuvres, contactez-la au (450) 248-3575 ou consultez [lucefontaine.com](http://lucefontaine.com). Restez à l'affût, car de toute évidence, Luce n'a pas encore écrit son dernier mot.

Geneviève Hébert



# FLEURISSIMA

NATUREL, CRÉATIF ET SOMPTUEUX

Décor et Créations Florales

Debbie Hornig  
450 776-0899



Alison Marks  
514 236-6887

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

Mariages • Événements • Sympathies  
Décor Floral • Commercial et Personnel



# Three Pines, a local attraction

I was "surprised by joy" when the opportunity arose for me to interview the lovely and gracious Louise Penny. Her 12 published books have already created quite the buzz internationally, let alone in the Eastern Townships, so it was only fitting that we meet at the Buzz Café to discuss her connection to this region and where she has found inspiration.



Louise Penny - CREDIT Jean-François Bérubé

Louise Penny is a best-selling New York Times author of 13 books written here in the Eastern Townships just a mere hour from the city of Montreal. I live minutes away from Louise Penny and her fictional village of "Three Pines." When I asked her if this hidden gem of a place to live had inspired her to write these wonderful mysteries she replied "it is like writing love letters to myself" and then she described how this area, this fabulous sense of place has sparked her imagination.

When she married her now-late husband Michael, they wanted to live in a place where they could create a new beginning, so they chose the Townships. Never could they have imagined what an unbelievable sense of community they had settled in and such a beautiful area on which she has based her "Three Pines" mysteries.

To write this article, I re-visited her books, "A Fatal Grace" and "The Long Way Home." What a gift to discover the richness of humour, how she uses all the senses, the tantalizing food from the Bistro, and to get to hang out with Gamache, his wonderful wife Reine-Marie, Jean Guy, Clara, Peter, Myrna, Ruth, Gabi and the Ruth's duck.

This trip led me into the inner lives of the characters where they bare their souls, their deepest fears of love, jealousy, addictions, and their irresistible friendships.

One of the questions that a writer often hears is with regards to their writing habits. Louise is pretty disciplined. "I always write in the mornings after I have taken my dog out, and complete my daily goal of writing 1,000 words. Some days I flow through this exercise and it takes a few hours. On these days I love the craft of writing. On other days, it might take me 8 or 9 hours to reach that goal and the craft of writing is more difficult but that is the nature of the beast."

Her strong friendship with Lucy and Danny McCauley, owners of Brome Lake Books, is quite amazing. Louise met Lucy before they bought the store, when Lucy was working for the previous owner. She had also met Danny but when they became the owners, their relationship just clicked and they were behind her all the way, even when only a few people showed up for book signings.

Whether it is Knowlton, Sutton, West Brome, Waterloo, Cowansville, North Hatley, Quebec City and Charlevoix, Louise with her maps and contests have attracted hundreds and hundreds of people to the region. As a matter of fact, the very night before I was to connect with Louise, I was paying my bill at Le Relais when I heard someone behind me talking about "Three Pines," so naturally I spoke to her and asked where she was from. She was from Perth, Ontario and "Three Pines" was the reason for their trip to Knowlton. When I told her I was interviewing Louise the next day at the Buzz Café, I told them they had a chance to meet her. So there they were waiting for us the next morning and Louise was delighted to sign one of her books.

Our tiny hamlet in the Eastern Townships is now the epicenter of all things related to "Three Pines." In August, Louise launched her thirteenth mystery novel "Glass Houses" at Brome Lake Books where 350 tickets sold out within an hour! Soon after, it hit #1 on the New York Times and Globe and Mail lists, making it the most popular book in North America! I suspect more people will flock to "Three Pines" now!

Sheryl Taylor

Visit: [bromelakebooks.ca](http://bromelakebooks.ca) to see The Three Pines Inspirations Map of the Eastern Townships.

**La Folie de Minuit**  
9 décembre, 17hrs à minuit!

**NOURAIÉ**

**Tapis Nouraié**  
107 Lakeside, Knowlton  
450 330 3880 - 514 879 9176  
Nous nettoisons vos tapis orientaux  
Professional cleaning of oriental carpets  
Ouvert  
Samedi et Dimanche  
10:30 - 17:00

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

Franchisé indépendant et autonome de RE/MAX Professionnel Inc.

**VOUS PENSEZ VENDRE ?**  
ESTIMATION GRATUITE

**THINKING OF SELLING ?**  
FREE ESTIMATE

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

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

**VALORISATION RÉSIDENTIELLE**  
HOME STAGING

**PHOTOGRAPHIE PROFESSIONNELLE**  
PROFESSIONAL PHOTOGRAPHY

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

**SERVICES BILINGUES / BILINGUAL SERVICES**

BUR. : 450 538.4000

SUTTON • ABERCORN • FRELIGHSBURG • DUNHAM





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



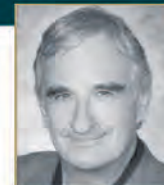
**JESSICA BROWN, C.I.R.**  
450 522-4755



**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

**À VENDRE • FOR SALE**



**SUTTON**

Cottage de style Nouvelle-Angleterre sur terrain d'env. 5 ac. aux portes du village. Aire ouverte au RDC, 4 ch. à l'étage, s-s aménagés. Allée bordée d'arbres menant à la maison, piscine creusée chauffée, garage double attaché, patio couvert. Vue saisonnière des monts. **495 000 \$** (2334438) **Pierre Leblond**



**SUTTON**

Superbe maison de campagne rénovée et très bien entretenue sur un terrain de +8,4 acres avec vues au sud sur les montagnes; à quelques minutes du golf, du village et du centre de ski. Terrain très privé avec étang et piscine creusée. **749 000 \$** (18398667) **Pierre Leblond**



**SUTTON**

Maison impeccable rénovée et agrandie dans le domaine Mon-Louis à Sutton. À distance de marche du cœur du village, terrain privé. R-D-C à aire ouverte, plafond cathédrale, belle fenestration. Sous-sol: 2 cdc et sdb, bureau avec sortie ext. **474 000 \$** (13540570) **Pierre Leblond**



**SUTTON**

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



**SUTTON**

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



**SUTTON**

Vous avez la conservation à coeur? Installez-vous dans cette maison historique de 5 cdc sise sur 212 ac. dont une portion dédiée en conservation. Vues de près, des collines et du mont Pinacle. **695 000 \$** (21215489) **Jessica Brown & John Boudreau**



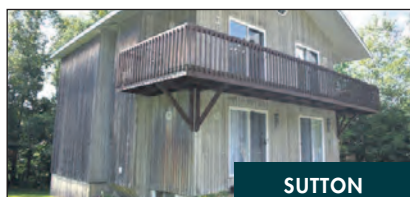
**SUTTON**

Cette propriété a tout ce qu'il faut : grand terrain, boisé, vue à 180 degrés du massif du mont Sutton. Espaces de vie ensoleillée, foyer et chambre principale au r-d-c. 5 cdc, 3 sdb, complètes. À quelques min. du village. **549 000 \$** (10790738) **Jessica Brown & John Boudreau**



**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 \$** (14838607) **Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

Recherchez-vous une propriété à revenus dans un bon emplacement? Près des pistes de ski et de randonnée du mont Sutton. Les 3 app. sont loués à plein temps sur une base régulière. Bâtiment bien entretenu avec foyers. **318 000 \$** (19731729) **Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

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 \$** (8157125) **Jessica Brown & John Boudreau**



**LAC-BROME**

173 ch. West Brome - Attention, amateurs de plein air! Cette maison de 3 cdc 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 pour comme atelier. **379 000 \$** (28651839) **Jessica Brown & John Boudreau**



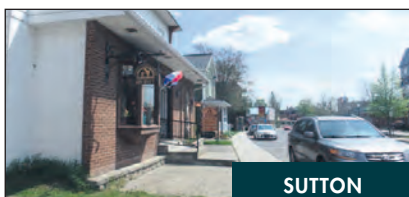
**SUTTON**

Occasion rare d'investir dans 342 ac. de boisés mixtes dans la vallée de Glen Sutton avec vues sur la rivière Missisquoi et les montagnes. Ancienne maison de ferme, atelier et petite grange. Près des centres de ski. **1 195 000 \$** (20608164) **Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

**VENDU**  
Terrains - 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. **525 000 \$ + tx** (19288491) **Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

Emplacement de choix très achalandé au centre-ville pour accueillir votre projet. Cette bâtisse vous offre énormément de possibilités avec ses 3 000 pi.ca. zoné rés./com. Revenus de 2 logements à l'étage. **325 000 \$ + tx** (28099076) **John Boudreau**



**SUTTON**

Maison contemporaine aux environs de Sutton, éloignée du chemin sise sur un terrain de 7,5 acres. Vue des montagnes depuis Jay Peak jusqu'à Stowe. De beaux volumes: mezzanine, galeries, pergola intime. **675 000 \$** (13968008) **Jessica Brown & John Boudreau**



**ABERCORN**

Une grande entrée bordée d'arbres mène vers cette retraite de campagne idyllique de 13 acres. Maison de style plain-pied avec 4 cdc, 3 sdb complètes, un grand espace salon-salle à manger avec foyer en pierres. **349 000 \$** (13111172) **Jessica Brown & John Boudreau**



**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**



**SUTTON**

Condo chaleureux situé près des pentes du Mont Sutton. Environnement naturel exceptionnel à distance de marche du télésiège 5 et des sentiers de randonnée. Piscine et 2 terrains de tennis. Emplacement idéal à l'année et abordable! **142 500 \$** (11936161) **Jessica Brown & John Boudreau**



**FRELIGHSBURG**

Vous rêvez à une vie auto-suffisante? Cette maison à deux niveaux est sise sur un terrain de 6,25 acres avec étang, gazebo, jardins, poulailler et atelier. À quelques minutes du village pittoresque de Frelighsburg et de tout ce qu'il offre. **365 000 \$** (19949269) **Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

Sutton - Maison villageoise parfaite! Cette maison de 5 cdc offre beaucoup d'espace pour la famille et les amis. Grandes salles de bains, sous-sol fini avec entrée séparée. Propriété paysagée avec grande terrasse, rivière et un grand garage! **425 000 \$** (27979212) **Jessica Brown & John Boudreau**



**LAC-BROME**

**RÉDUIT POUR VENDRE!** Propriété riveraine sur 1,3 acres de terrain avec plage sablée privée. Maison charmante de campagne avec beaucoup de son charme d'antan. Beaux jardins, étang décoratif, un atelier/remise. **265 000 \$** (22611880) **Beverly de Winter**



**WEST-BROME**

1,2 acre avec +/- 188 pieds de frontage sur la rivière, endroit de baignade privé, jardins, maison de 4 cdc, bien situé entre Sutton, Knowlton et Cowansville. **219 000 \$** (13142274) **Lilian Sharko et Reginald Gauthier**



**SUTTON**

Jolie maison au plan à aire ouverte offrant de belles vues des montagnes, d'accès facile, cour privée, en condition clés en main, 2 grandes terrasses pour profiter de l'extérieur. Idéal pour les amateurs de plein air ou de ski. **249 500 \$** (12382547) **Lilian Sharko et Reginald Gauthier**



**SUTTON**

Wow! Privée, 80 acres, vues depuis toutes les fenêtres, beaux jardins, boisé bien entretenu, maison lumineuse au design unique, étang, atelier, remise de machinerie, érablière, sentiers de randonnée, de ski de fond. **695 000 \$** (10838478) **Lilian Sharko et Reginald Gauthier**

# Sotheby's

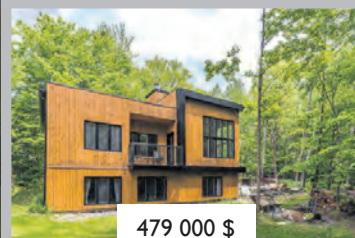
INTERNATIONAL REALTY

## 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 sur boisé. MLS : 10428946



524 900 \$

**Sutton**

Nichée en montagne, vue panoramique sur montagne & rivière Missisquoi. Intérieur chaleureux, aire ouverte. Terrasse. MLS : 21373137



**VENDU**

**Sutton**

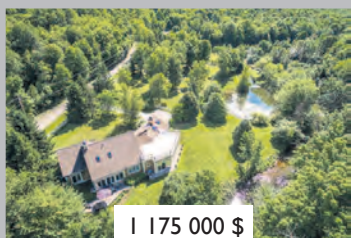
Site exceptionnel ! Domaine de 88 acres avec piscine, tennis & multiples garages. 4 càc, 3 sdb. Cuisine rénovée, 3 foyers, terrasses, vues! MLS : 9934061



975 000 \$

**Sutton**

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

385 000 \$

**Sutton**

Site unique de 117 acres. Terrain en partie boisé. Érablière, ruisseau & sentiers. Zonage agricole & résidentiel avec poss. subdivision. MLS : 22583397



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**

459 000 \$

**Eastman**

Parfaite résidence secondaire. Concept aire ouverte, lumineuse, vues sur nature. Grande terrasse couverte. 15 min. du Mont-Orford & 1 hre de Mtl. MLS : 24207632

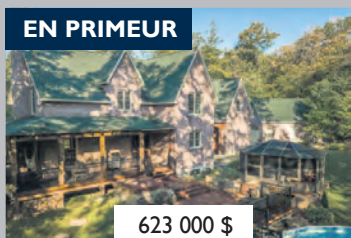


**EN PRIMEUR**

649 000 \$

**Saint-Étienne-de-Bolton**

Intérieur épuré. Lac & chute. Grande véranda grillagée. Quartier des maîtres en suite. Planchers chauffants. Terrain entièrement clôturé. Spa & piscine. MLS : 22976805



**EN PRIMEUR**

623 000 \$

**Shefford**

Majestueuse maison sur 4 acres. Boiseries riches & somptueuses, salon avec poêle au bois, cave à vin. Gazebo & lac. Chaleur, confort & quiétude. MLS : 20992761



**VENDU**

**Lac-Brome**

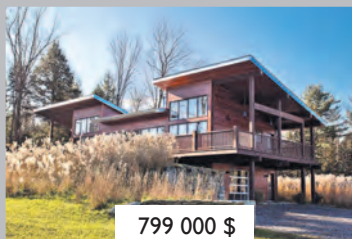
Superbe propriété de haut standard. Murs de béton, géothermie, dalle chauffante. Grande terrasse, piscine, parc, tennis, plage & marina. MLS : 12552642



1 599 000 \$

**Dunham**

Maison centenaire en pierres rénovée sur 40,5 acres avec étang et lac naturel. 5 càc, 3 sdb. Grande véranda grillagée. Grand pavillon. MLS : 26038942



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



**EN PRIMEUR**

475 000 \$

**Saint-Paul-d'Abbotsford**

Vaste propriété en pierres sur + d'une acre. Terrasse & piscine. Salon avec foyer & mur de pierres, poutres & boiseries apparentes. Garage. MLS : 14619892



539 000 \$

**Sutton**

B & B sur + 4 acres. Vues panoramiques sur mont Pinnacle. Proximité pistes de ski, cyclables & sentiers. Magnifique aménagement paysager et étang. MLS : 11717571



**EN VEDETTE**

1 099 000 \$

**Dunham**

Remarquable demeure en pierres sur site enchanteur de 36 acres. 4 càc. Plancher chauffant. Véranda grillagée. 2 lacs & piscine. Dépendances, garage. MLS : 15092148



**EN VEDETTE**

1 395 000 \$

**Abercorn**

Vaste domaine de 45 acres. Grande fenestration, planchers chauffants, 3 foyers & cave à vin. Maison d'invités de 3 càc. Piscine, tennis, lac & sentiers. Garage. MLS : 14008174



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



**PAULE DUCHARME**  
Courtier immobilier résidentiel  
514.402.7643



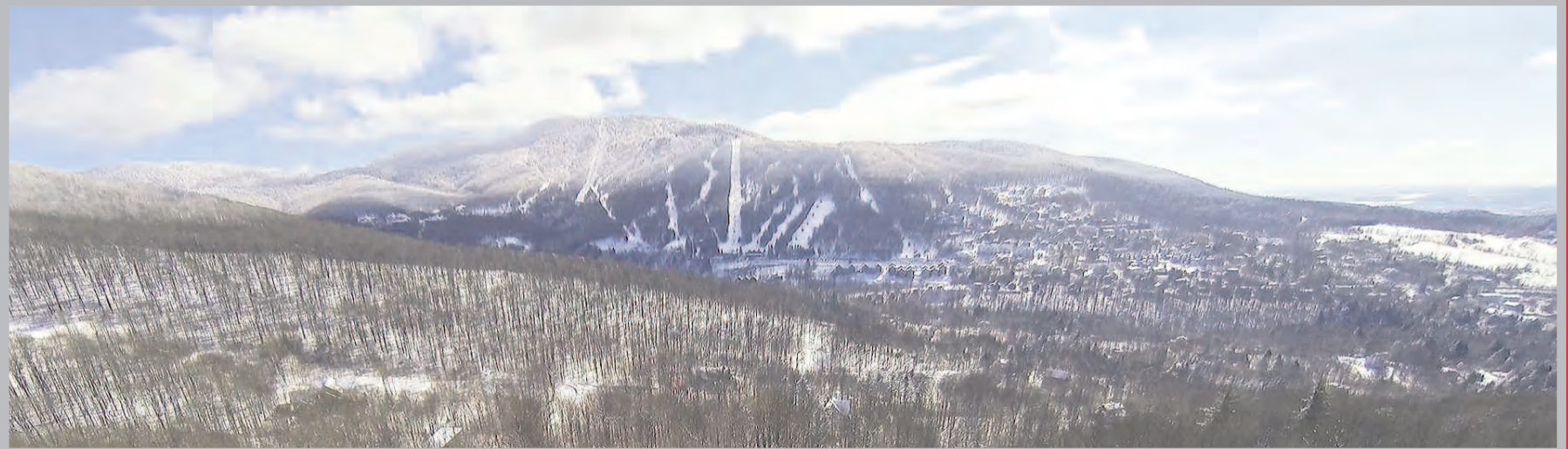
**SIMON-PIERRE VEILLETTE**  
Courtier immobilier résidentiel et commercial  
450.775.0504



**JOHANNE MEUNIER**  
Courtier immobilier  
514.926.5626

barsaloumeunier.com

299, ch. Knowlton, Knowlton J0E 1V0 · Agence immobilière. Entreprise indépendante et autonome.



1336 Scenic road : 35 acres zonés blanc servent d'écrin à un lac majestueux et profond. Grande maison de 5 ch. nécessitant certaines rénovations et située sur un promontoire avec vue du lac. Belle allée bordée d'arbres. **Prix révisé. 745 000 \$**

Sylvie Careau



291 Morgan : Chaleureuse maison à étages de 4 chambres située au cœur d'une forêt bien entretenue de 23 acres parcourues de sentiers. Superbe lac pour la baignade, vue du mont Pinnacle. 5 minutes du village. Offerte à 820 000 \$

Alexis Careau



170 Seigneurial : NOUVEAU. Au bord d'un magnifique ruisseau, cette belle maison de 4 chambres dont l'abondante fenestration ouverte sur la nature permet une luminosité exceptionnelle vous est offerte à 395 000 \$

Hermann Guérette



154 Boulanger : 1ère fois sur le marché, cette maison à étages jumelée de 3 chambres située à côté des télésièges 1 et 1 Ouest. comprend également un appartement pour vos invités ou revenu. Condition impeccable. 359 000 \$

Sylvie Careau



391 Parmenter : Grande maison d'inspiration alpine sise au cœur d'une belle forêt de feuillus de 2,4 acres sur un chemin peu fréquenté à 5 min. du village et du ski. Plafonds cathédrale, intérieur chaleureux, 3 ch. 2 s/b. 499 000 \$

Alexis Careau



99 chemin de la Vallée : Au bout d'une longue allée bordée d'arbres, ce cottage New England de 4 chambres sur 5 acres vous offre une vue saisonnière saisissante du massif. Vaste pièce de séjour à aire ouverte. 495 000 \$

Hermann Guérette



564 Maple : Au cœur du village alpin, à distance de marche de la station de ski, installez-vous dans cet impeccable condo de 3 chambres entièrement meublé et équipé. Situé à l'étage supérieur, vue agréable. 173 500 \$

Sylvie Careau



556 Réal #301 : Le summum du confort au Val Sutton. Cette unité agrandie et remodelée vous en met plein la vue. 2 salles de bains complètes et une salle d'eau. Salle de lavage et rangement. Planchers de pin. 279 700 \$

Alexis Careau



24 Laplante : Attention contemplatifs, cette maison de plain pied de 4 chambres vous offre le spectacle permanent et changeant de la vue des montagnes au gré des saisons. A distance de marche du village. 399 000 \$

Sylvie Careau



1080 Vallée : Cottage ancien rénové de 4 chambres située dans la vallée entre Sutton et Knowlton. Décor champêtre sans voisin arrière. Planchers de bois, garage, 5 minutes de Sutton. 179 000 \$

Hermann Guérette



201 de la Sablière : **Nouveau prix!** Superbe maison à étages 3 chambres, située face aux pistes. Pièces de séjour élégantes. 599 000 \$

Alexis Careau



11261567 – 254 Stagecoach **STUNNING VIEW!** Environmentally friendly home, 3 bedrooms, 3 bathrooms, scree-ned porch, garage/workshop, swimming pond and river, 16 acres. Lac Brome. \$680,000

Lois Hardacker



15538022 – 461 Parmenter **TRANQUILLITÉ** - Style et confort, 3 ch., 2 1/2 sdb, foyer, solarium, garage, 7 acres. Non loin du ski et du village de Sutton. 474 900\$ - Aussi à louer, hiver, minimum 3 mois : 2 000 \$/mois.

Lois Hardacker



23651823 – 237 Draper **PANORAMIC MOUNTAIN VIEW** – Distinctive European style residence with wrap-around decking on 3 sides, 3 bdrms, mezzanine, garage, barn, 3 acres. Better take a look! \$950,000

Lois Hardacker



9162046 – Montagnes Vertes **SUTTON** - Vous rêvez d'y construire votre nid d'amour? Voici l'occasion : site de choix 3,9 acres dans domaine privé limité à 11 maisons. 109 000 \$

lois@royallepage.ca  
Lois Hardacker



**SYLVIE CAREAU**

450.776.4511  
www.sylviecareau.com



**ALEXIS CAREAU**

514.233.4632  
www.alexiscareau.com



**HERMANN GUÉRETTE**

450.405.2106

**LOIS HARDACKER**

450.242.2000  
www.loishardacker.com

