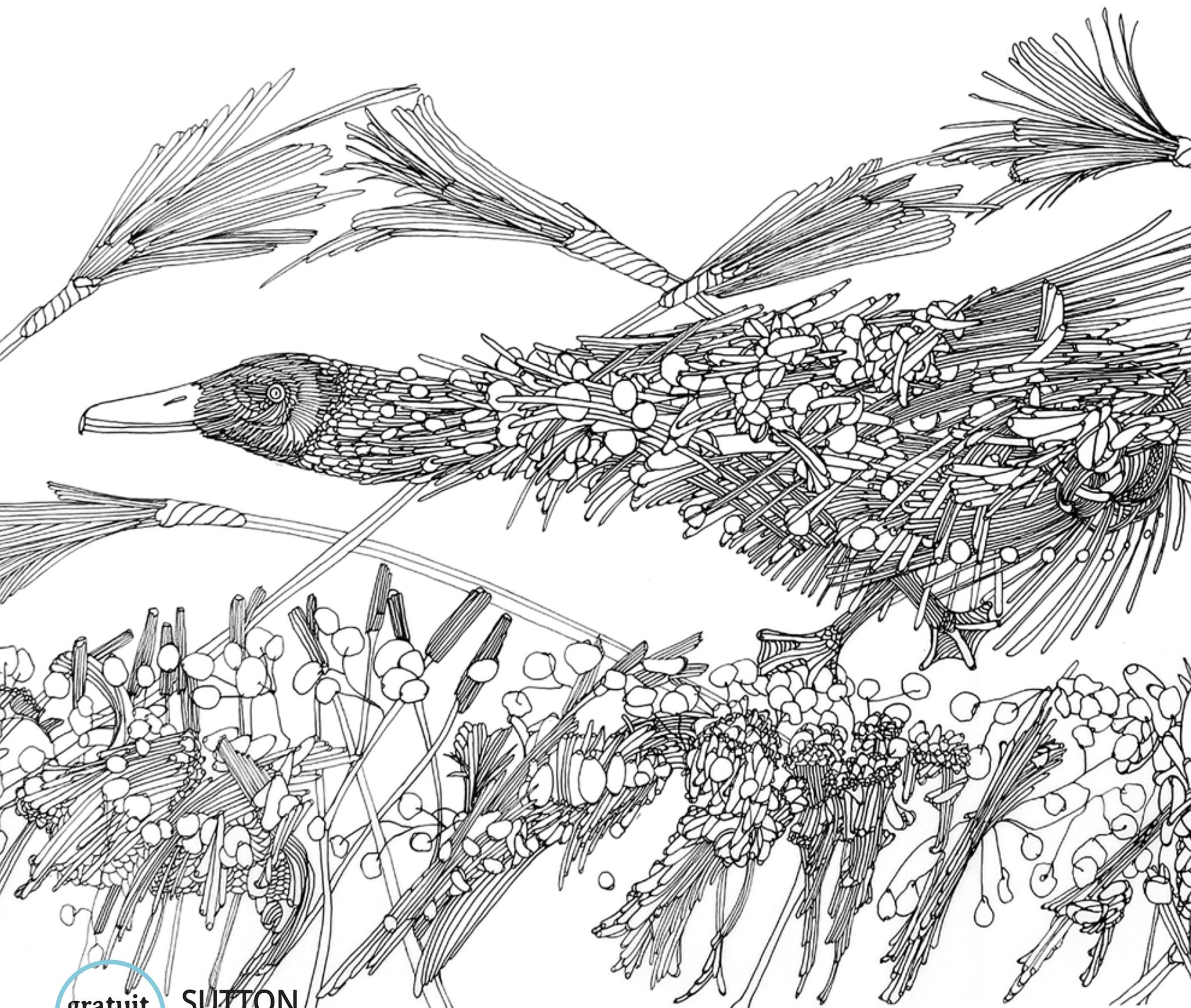


# LE TOUR

v 37•3  
PRINTEMPS/SPRING  
2020

CALENDRIER  
DES ÉVÈNEMENTS  
JOURNALLETOUR.COM

PIERRE AUGER  
À LA UNE



gratuit  
free

SUTTON  
& RÉGION

# ADVERTISER'S INDEX DES ANNONCEURS

## ACTIVITÉS/ACTIVITIES

Club Nautique du Lac Brome (camps de jour, etc) 8  
 Club Vélo Sutton (inscription saison 2018) 12  
 Jason Campbell (observation des oiseaux) 6  
 Mont SUTTON station de montagne 9  
 Wow Freli Alpagas (visite guidée, boutique) 8

## ALIMENTATION/ FOOD

Alban Houle (grossiste fruits & légumes) 21  
 Au Naturel (aliments naturels) 21  
 Boulangerie Abercorn Bakery 14  
 Canards Lac Brome (boutique gourmet) 33  
 Cuisinière de famille (Marie-France Herbuté) 21  
 Dépanneur Boni-Soir (Sutton) 15  
 Érablière De Winter 14  
 Érablière Papy-Pierre 14  
 Ferme Selby Farm (viandes de pâturage et transport) 14  
 Fraîche (Prêt-à-manger & ateliers par Dana Cooper) 21  
 IGA Després Sutton (épicerie) 40  
 La Rumeur Affamée Sutton 21  
 La Valse des Pains (boulangerie artisanale Sutton) 21  
 Les Jardins de la Colline 21  
 Pur Animal (alimentation pour animaux, etc.) 27  
 Simon Riel (apiculteur) 14

## ART & DESIGN

Atelier Bouffe (cadeaux et articles de cuisine) 10  
 Atelier-boutique Poterie Pluriel Singulier (Pigeon Hill) 15  
 Atelier Théberge Design (produits exclusifs) 16  
 Havre Distorsionné (café, atelier, boutique) 22  
 Les Stores Inc 39  
 Le Local Design (studio design et architecture) 22  
 Maison Bergeron (antiquités et objets remarquables) 16  
 Mont-Tricot (tout pour le tricot) 41  
 Susan Keays Kreation (sacs artisanaux, etc.) 15  
 Vert Partout (objets, déco) 15

## BED & BREAKFAST

Les Caprices de Victoria (Sutton) 3

## CONSTRUCTION

Construction/rénovation Aluminium Cardinal 38  
 Courvoisier Construction 35  
 Denicourt arpenteurs 45  
 DGE Électrique (maître électricien) 34  
 GPS Construction 35  
 Maître d'escalier balancé 38  
 Migué et Fournier Arpenteurs 45  
 Plomberie Goyer 38  
 ProConstruc (toitures d'acier sur mesure) 36

## FLEURS/FLOWERS

Dominique Houle Créations florales et décor 15  
 Fleurissima (créations florales) 26

## IMMOBILIER/ REAL ESTATE

Céline Charbonneau (Agence immobilière Sutton) 37  
 Coldbrook 47  
 Jessica Brown (Coldbrook) 37  
 Johanne Bourgoïn (Royal LePage) 44  
 John Boudreau (Coldbrook) 37  
 Mélanie Legault (Agence immobilière Sutton) 37  
 Nadja-Maria Daveluy (Remax) 44  
 Royal LePage Au Sommet 48  
 Sébastien Kaempf (Remax) 45  
 Sotheby's International 46  
 Sylvie Houde (Remax) 45  
 Todd Chabot (Remax) 45

## PAYSAGEMENT/ LANDSCAPING

Dubois Aménagement (aménagement paysager) 16  
 GraminiForme (paysagiste, consultante horticole) 33  
 La Roche Posée (réalisation de jardins de A à Z) 17  
 KO Paysages 26  
 Pépinières Bernier (Stanbridge East) 26  
 Pépinières SG 39

## POLITIQUE

Isabelle Charest, députée de BM 28

## PROFESSIONS/PROFESSIONALS

AGIR Assurances & Investissements (Jean Marineau) 34  
 Annie Racicot (CPA) 5  
 Anouk de Coninck (agente de développement rural) 33  
 ArchitectesAtelier A. Bellavance 35  
 Atelier Johanne Béland 37  
 Couturière d'idées (Isabelle Baron) 3  
 Dwayne McKenney (plomberie) 35  
 EBA Architectes 35  
 For.Éco (ingénieur forestier) 35  
 Juricompas (Josée Carpentier, avocate fiscaliste) 44  
 Louis Langelier Assurances 13  
 Marc Amendola (Financière Banque Nationale) 5  
 Monique Verreault (CPA) 5  
 Mont Minou (auberge pour chats) 27  
 Notaires Benjamin, Mercier et Tétreault 45  
 Paul Santerre (bois de chauffage) 34  
 Vétérinaires Mountainview 27

## RESTAURANTS

À L'Abordage (microbrasserie) 10  
 Aux 2 Clochers 14  
 Érablière Hilltop (menu traditionnel) 10  
 La Galette (crêperie bretonne) 23  
 Le Cafetier 19  
 Le Comptoir du marchand de thé 7  
 Pub Mocador (microbrasserie) 15  
 Tartin'izza 11  
 Vignoble du Ruisseau (repas cabane à sucre) 6

## RESTAURANTS AVEC HÉBERGEMENT/ WITH LODGING

Auberge des Appalaches (Sutton) 11  
 Auberge des Trois Érables (Pigeon Hill) 11  
 Auberge Sutton Brouère 11  
 Auberge West Brome (bistro ouvert 7 jours sur 7) 32  
 Hôtel-Bistro Horizon (Sutton) 9  
 Le Pleasant Hotel & Café (Sutton) 20

## SOINS/CARE

Concept Touche Finale (manucure, pédicure) 30  
 Mieux-Être Sutton (groupe de professionnels) 42  
 Oneka (produits pour le corps et les cheveux) 4  
 Pharmacie Brunet Samuel Desjardins Inc. 40  
 Santé dentaire Lac-Brome (Dr Julie Tremblay) 41  
 Sport Physio Plus Inc. (clinique de physiothérapie) 29  
 Studio Zone Coiffure (Nancy et Jean-François) 3

## VÉHICULES/VEHICLES

Atelier Motosports 30  
 Auto-Place (entretien, pneus) 34  
 André Marois & Fils (débosselage, peinture) 34  
 Granby Volkswagen (concessionnaire) 30  
 Groupe Guy St-Louis (concessionnaire Cowansville) 31  
 Mécaniciens Famille Morse (entretien) 34

## VÊTEMENTS, ETC./ CLOTHING, ETC.

Boutique Nath'Elle 2  
 Escapade (chaussures, etc.) 18  
 Urbaine des Champs (designers québécois et plus) 18

*Boutique*  
**Nath'Elle**

**Vêtements mode pour la femme active, jeune ou plus âgée**  
 2 à 20 ans, extra small à XXL large

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

Ouvert du mercredi au vendredi de 10 h à 17 h 30, samedi de 10 h à 17 h et dimanche de 12 h à 17 h

**50% de rabais** sur la collection automne-hiver 2019-2020

**50% de rabais** sur la collection été 2019

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

# L'ENVOLÉE

Depuis que je m'implique dans ma communauté, le terme de « projets rassembleurs » revient constamment sur la table. Lors de consultations publiques, au sein de conseils d'administration d'organismes culturels, communautaires et économiques. Récemment, l'espace laissé par la démolition de la Filtex, en plein cœur du village, laisse inévitablement place au rêve. Pourquoi pas celui d'un projet collectif et, espérons-le, rassembleur? On a encore le droit de rêver, non?

Notons que plusieurs petits et grands projets à Sutton sont issus de cette quête du projet rassembleur. Je pense au marché de Noël, entre autres, au sentier village-montagne, au circuit des galeries d'art (aujourd'hui plus restreint depuis la fermeture de 4 galeries sur 7 dans la dernière année). D'autres ont souvent été évoqués : un centre communautaire, un centre culturel, un espace de coworking multifonctionnel, davantage d'espaces verts.

Il peut être inspirant de regarder ce qui se fait autour de nous comme projets fédérateurs. Du côté de la ville de Lac-Brome, une place publique en plein cœur du village commencera à prendre forme dès cet été (voir en page 44). Dans la dernière année, l'organisme Vitalité Frelighsburg a inauguré un nouveau sentier pédestre de 17 km à distance du village (p. 11). À Dunham, plusieurs projets semblent vouloir émerger suite à une étude en 2018 visant à revitaliser son cœur villageois.

À Arts Sutton, des étudiants en architecture de l'Université de Montréal ont d'ailleurs exposé leurs idées pour le cœur villageois de Sutton. Des espaces verts et piétons, des lieux pour la culture et la communauté. « Un point de départ pour une démarche plus large », concluait le maire. En effet, en 2020, Sutton devrait proposer plusieurs consultations publiques sur le futur aménagement du cœur du village.

Le projet a davantage de chance d'être rassembleur si nous nous impliquons de façon constructive dans le processus. Posons-nous la question : que voulons mettre au centre de notre communauté? Ces consultations pourraient être, après tout, l'envolée de notre rêve citoyen!

Bon printemps!

**GENEVÈVE HÉBERT**

# TAKING FLIGHT

Being involved in the community, I often hear the term “projet rassembleur” (unifying project?). It keeps on popping up at every meeting whether a town meeting or a governing board meeting. The recently demolished Filtex has left a vacant lot right in the town centre. I'd like to think that the use of this empty space at the very heart of Sutton could be one of those unifying projects. Let's dream on.

The quest for a unifying project resulted in many realizations in Sutton. The Christmas Market is one of them, as well as the village-mountain trail and the Plein'Art Circuit (which is now less extensive since four out of seven art galleries have closed in the past year). Others have often been brought to the table: a community centre, a cultural centre, a multifunctional co-working space or more green spaces.

Projects that our neighbouring towns chose to work on can prove to be inspiring. The town of Lac-Brome announced in January the creation of a dynamic public space right in the middle of town (p. 44). In the last year, Vitalité Frelighsburg has inaugurated a new 17 km hiking trails accessible from the village (p. 11). In Dunham, a study was done in 2018 on the revitalization of the centre of town and a number of projects should unfold in the years to come.

Recently, students from the architecture department at Université de Montréal made four scale models of what they imagined to be the heart of Sutton. There were lots of pedestrian areas, green spaces and places dedicated to culture and community. Comments were unanimous; it was inspiring. “This exhibit is a starting point for the steps to come,” concluded the mayor. In 2020, there will be public consultations on the future of downtown Sutton.

The project has more chances to be a unifying one if we take an active and constructive part in the process. Let's ask ourselves: what do we really want at the heart of our community? These consultations could be the opportunity for our citizen dreams to take flight...

Happy Spring!

**GENEVÈVE HÉBERT**



**COIFFURE**  
**STUDIO**  
**ZONE**

**NOUVEAU!**  
TEINTURE MINÉRALE  
NATURELLE À 95%!

58 PRINCIPALE N.  
SUTTON  
les salons  
greencircle 450.531.9244

**COUETTE & CAFE - BED & BREAKFAST**

**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

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

**Conception | Réalisation**

\*Broderie Réparations  
Coussins Rideaux  
Housses Stores  
\*Impression Vêtements  
Projets ...et plus!

\*nouveauités

34c, Principale Nord, Sutton  
450-577-5888  
idees@isabellebaron.com

## SOMMAIRE

SAGES PASSAGES.....	4
OF TREES. AND NEWBORNS .....	5
BROME-MISSISQUOI, ELDORADO DE L'AGROALIMENTAIRE.....	6
L'ÉRABLIÈRE DE WINTER.....	7
LA KNOWLTON CO. ....	8
MONT SUTTON POUR LES NON-SKIEURS .....	9
PLEIN AIR SUTTON .....	10
NOUVEAU SENTIER À FRELIGHSBURG!.....	11
CLUB VÉLO DE SUTTON, 6 <sup>e</sup> SAISON .....	12
PENS : ENTENTE HISTORIQUE .....	13
ATELIERS D'ÉCRITURE CRÉATIVE .....	14
MUSIQUE ET DANSE TRADITIONNELLE À SUTTON! .....	14
SALLE ALEC & GÉRARD PELLETIER • PRINTEMPS .....	15
LA JOIE AU BOUT DES DOIGTS .....	16
BALADE ET MÉLODIE .....	16
L'ÉCOLE D'ART DE SUTTON .....	17
D'ARTS ET DE RÊVES : QUAND LE CIRQUE DÉBARQUE .....	18
PINA MACKU EXHIBITS IN SWITZERLAND .....	18
DUNHAM : UN PRINTEMPS CULTUREL COLORÉ .....	19
ADÉLARD : IMMERSIONS-RÉSIDENCES .....	20
LE PRINTEMPS À ARTS SUTTON .....	22
L'ARTISTE À LA UNE : PIERRE AUGER .....	23
CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS .....	24
CHENIL LAC BROME KENNEL .....	26
PUR ANIMAL : LÂCHER LA BRIDE .....	27
MY INTRODUCTION TO BIRDS .....	28
UN OISEAU EN CONDO .....	28
HEAD ON OUTDOORS .....	29
JEU DES 7 ERREURS.....	29
CHAMP LIBRE.....	30
OFFSETTING CARBON.....	32
DU COMPOST À L'ÉCOLE DE SUTTON .....	32
RESTER DE MÈCHE AVEC LA PLANÈTE .....	33
THE LAUNDRYMAN .....	34
VOYAGER DANS LE TEMPS AVEC HÉRITAGE SUTTON .....	35
HOWARD AND THE NURSES .....	36
THE VIEW THROUGH THE TREES.....	37
SHIRLEY LEITHAM AND MACCOO'S ADVENTURES.....	38
MANAGING KNEE OSTEOARTHRITIS PROACTIVELY.....	39
MY KIDNEY TRANSPLANT, A YEAR LATER .....	40
LA RUCHE .....	41
LAC-BROME SE REFAIT UNE BEAUTÉ .....	44
SUTTON : CHANGEMENT DE GARDE CHEZ LE NOTAIRE .....	45

# LE TOUR

Éditrice et rédactrice en chef **Geneviève Hébert**

Collaboration

Jessica Adams, Nico Beaudoin, Zola Beaudoin, Maité Boily-Lefebvre, Sébastien Béragé, Danny Boulanger, Laïa-Maori Corboz, Jason Campbell, Leslie Carbonneau, Gabrielle Charbonneau, Sarah Cobb, Andrea Conway, Micheline Côté, Jonathan Harnois, Heather A. Darch, Ghislaine Delisle, Marie-Pier Desgens, Dashiele Haskin, Olivia Enns, Simon Fauteux, Chloé Grégoire, Lynda Graham, Geneviève Hébert, Anik Kelly, Daniel Laguitton, Doris Lajoie, Judith Lauriault-Lagacé, Lawrence Lefcort, Denise Ligneaut, Bob Lussier, Mariah McKenney, Anne Mergault, Jeanne Morazain, Monique Picard, Sanders Pinault, Daphnée Poirier, Marie-Eve Poulin, Benoît Quessy, Nathalie Rivard, Amy Rogerson, Annie Rouleau, Jay Sames, Ève Sano-Gélinas, Rebecca Soulis, Karine Tcholkayan, Peter Turner

Administration **Geneviève Hébert**

Correctrices d'épreuves **Geneviève Hébert, Paule Lorin, Sandra Prévost, Gussy Turner**

Vente publicitaire **Geneviève Hébert**

Production graphique **Mathilde Hébert**

Impression **Transcontinental**

Publié par 9315-5513 Québec inc.  
C.P. 810, Sutton QC J0E 2K0 450 204-6219  
info@journalletour.com | journalletour.com  
Abonnement annuel / yearly subscription  
20 \$ pour 4 numéros expédiés par la poste



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

# SAGES PASSAGES

Il faudrait d'urgence inventer une machine à laver le vocabulaire pour redonner à certains mots, sinon leur virginité, tout au moins le sens qu'ils avaient lorsqu'ils ont été créés pour tenter de communiquer l'expérience que l'étymologie retrouve dans leurs racines. Les noms dits « propres » ne font pas exception et sont même parfois les plus encrassés, à commencer par celui de « Dieu » qui mériterait un long prétrempage. « Spirituel » et « spiritualité » pourraient bénéficier d'une bonne lessive; « religion », synonyme de reliure avant les guerres faites en son nom, est presque irrécupérable; quant à « amour », le plus malmené de tous, mais aussi le plus délicat, c'est à la main qu'il faudrait le laver, en veillant à être soi-même préalablement détaché. Attention aux impostures, quand on le dit « propre », il ne l'est généralement pas.

Un autre candidat au lavage est le mot « initiation ». Dérivé du latin *in-ire*, il signifie, à la lettre, « action d'entrer ». L'initié est simplement celui qui a franchi une porte et non l'espèce de savant magicien qu'on imagine parfois.

Depuis la nuit des temps, l'humanité a développé des rites de passage pour faciliter les grandes transitions que sont la naissance, la puberté, le mariage et la mort. Dans un rite de passage traditionnel, la communauté aide le candidat à en passer la porte et l'accueille en initié de l'autre côté, jouant un rôle qui rappelle celui de la sage-femme. La forme traditionnelle de ces rites a presque disparu des sociétés industrielles où elle ne subsiste que dans des vestiges parfois méconnaissables, souvent qualifiés péjorativement de « folklore », autre mot usé qui vient de *Folk Lore*, c'est-à-dire « leçon apprise par le peuple », une forme de savoir qu'il est grave d'oublier et, pire encore, de mépriser.

Est-ce à dire que, sans la forme traditionnelle de ces rites, les portes des grandes étapes de la vie nous sont devenues infranchissables? Pas vraiment. Un jeune qui part à l'aventure avec son sac à dos reproduit la « quête de vision » des sociétés traditionnelles sans nécessairement le savoir. Spontanément, nous changeons radicalement de coiffure, de vêtements ou partons en voyage après un coup dur du destin, une séparation, une maladie, un deuil.

Outre les modalités de ces rites, l'âge auquel on y a recours a parfois changé. Ainsi, du point de vue spirituel et même psychologique, l'être humain

« moderne » reste souvent adolescent jusqu'au « mitan de sa vie ». Certains attendront même la retraite pour remettre en question le personnage auquel ils se sont identifiés dans leur rôle professionnel ou familial. Plus on remet le passage, plus il est difficile à négocier.

La crise du milieu de vie constitue un des grands rites de passage de l'humanité d'aujourd'hui. Comme le faisait remarquer le mythologue Joseph Campbell: « Il n'y a peut-être rien de pire que d'atteindre le haut de l'échelle et de s'apercevoir qu'on s'est trompé de mur ». Dans une culture où l'ascension sociale et matérielle est l'obsession la plus répandue, le quadragénaire se pose donc la question du haut des échelles qu'il a fièrement gravies: « Et si je m'étais trompé de mur? » S'amorce alors un rite de passage qui ne requiert aucun silex pour tailler les chairs et montrer qu'on a

corrects et en faire un adulte « normal », c'est-à-dire qui répond aux normes? Yves Duteil fait écho à ces amputations de manière touchante dans une de ses chansons: « On ne sait pas toujours à quel point les enfants gardent de leurs blessures le souvenir longtemps... ».

L'enfance et l'éducation ne sont pas nos seules périodes de dépeçage. Les aléas de la vie nous entaillent aussi de multiples façons et la liste est longue des blessures que nous ne savons pas toujours traverser pour les rendre « initiatiques », c'est-à-dire pour en faire les passages salutaires qu'elles peuvent devenir. Louis Lavelle résume ainsi cette mystérieuse transmutation: « Chacun de nous, sans doute, ne songe qu'à rejeter la douleur au moment où

## Suis le chemin et ne t'y couche que pour mourir. – Colette

« payé le prix ». Il consiste à descendre de son perchoir pour se mettre à la recherche du moi véritable auquel on a faussé compagnie en passant l'âge dit « de raison », vers cinq ou six ans.



© Daniel Laguitton

Les anciennes blessures, comme des abcès au cœur de la psyché avec séquelles dans le corps physique, datent en effet, le plus souvent, de la période appelée « éducation ». « Amputation » conviendrait généralement mieux. Comment, en effet, désigner autrement l'élagage systématique des rameaux de l'enfant pour y insérer des greffons idéologiquement

elle l'assaille; mais quand il fait un retour sur sa vie passée, alors il s'aperçoit que ce sont les douleurs qu'il a éprouvées qui ont exercé sur lui l'action la plus grande; elles l'ont marqué: elles ont aussi donné à sa vie son sérieux et sa profondeur; c'est d'elles aussi qu'il a tiré sur le monde où il est appelé à vivre et sur la signification de sa destinée les enseignements les plus essentiels ». Khalil Gibran le dit de manière plus lyrique dans « Le Prophète »: « Plus profondément le chagrin creusera votre être, plus vous pourrez contenir de joie. »

Pour faire de toute crise existentielle un rite de passage, il est bon de se poser à soi-même la question que le chevalier Perceval pose au vieux roi malade dans la légende du Graal: « Qu'est-ce qui te trouble? » Autrement dit, « quelle blessure en moi demande à être transformée en passage? » Le Graal n'est pas seulement une coupe, il est aussi une porte à franchir qui s'ouvre sur un nouveau chemin. On aura remarqué que cette question ne porte pas sur l'arme de la blessure, encore moins sur l'agresseur qui a porté les coups, mais sur la blessure elle-même et sur celui qui saigne. Le passage amorcé dans la question du Graal commence par un abandon du blâme au profit de la compassion qui, bien ordonnée, comme sa sœur la charité, commence par soi-même.

Par une mystérieuse alchimie, le cœur brisé devient alors cœur ouvert, l'ennemi devient professeur, et l'initié se met en marche avec l'esprit du débutant.

**DANIEL LAGUITTON**  
Abercorn

# ONEKA®

LA LIGNE DE SOINS CHEVEUX ET CORPS  
NATURELLEMENT EFFICACES

Fabriqué avec des ingrédients végétaux certifiés  
et des plantes de la plus haute qualité

23 Rue Principale, Frelighsburg (QC) J0J 1C0 - CANADA - [www.onekaelements.com](http://www.onekaelements.com)

PH

PH ÉQUILIBRÉ

FOURRAGE

BIOCOUVRABLE

PLANTES

SALVAGES 90

Certified

Corporation

SANS PARABÈNE

NI SULFATE

NON TESTÉ SUR

LES ANIMAUX

V

VÉGÉTALISME

# OF TREES. AND NEWBORNS



A black walnut tree. © Lynda Graham

Trees. Don't you just love them? Individual trees can come to feel like an old friend—a friendly face that one sees daily. Opposite my house is a large oak, even now in mid-January it hangs on to some of its leaves as if to remind me throughout the winter that new fresh green ones will appear in due course. Just down the road, in front of the former church that now houses Galerie Art Plus, is a black walnut tree. In autumn it produces quantities of fruits whose flesh contains compounds that dye the sidewalk as well as hands that try to break the notoriously hard to crack husk. And of course, there is the magnificent maple just opposite the Sutton Town Hall which is a barometer for the arrival of autumn. But who, if anyone, planted these trees? Did they self seed or was it a conscious act of someone planting a tree knowing that it would be primarily future generations who would enjoy it?

Sleep, creep, leap is an old gardening adage that reminds us that most plants may at first appear to be sleeping whilst in fact they are busy underground sending out roots to establish a strong foundation; next they begin to creep with tentative new growth but only finally do they leap into life once they are

truly well established below ground. In the case of shrubs, this process is typically three years but for many tree species it can be much longer. I planted some oak saplings just 18 inches tall about ten years ago and for at least five years they most definitely seemed to be asleep with, at best, a tiny bit of tentative new growth. I had almost given up on them and then one year suddenly realized that they were now five feet tall and are now double that! The point is that planting most of the slower growing hardwood trees must be considered as a gift for the future. And this gift is becoming more and more important in the fight against the climate crisis that confronts us.

Trees alone are not enough to solve the problem of global heating but there seems to be a lot of scientific evidence that tree planting is both a simple and an inexpensive way to combat global heating. Trees help clean the air, they slow down rainwater to reduce the threat of flooding, they can increase biodiversity if we are thoughtful about what we plant and,

crucially, they store carbon. So, every tree counts. Let me repeat that: EVERY tree counts. Living as we do in Quebec, and especially here in Sutton in the crook of the mountains, it is easy to think as we look around that we have plenty of trees but every tree that we add contributes to the global tree mass. Look for a space that could welcome a tree, or two, or three, and of different sorts. Plant it knowing that you may not be around to enjoy it but that you are doing your part to ensure future generations can.

A great time to do this is in May, which just happens to be the official Tree and Forest Month here in Quebec. To celebrate this month the provincial government's *Mon arbre à moi* program provides every child born or adopted in Quebec with a seedling tree that they can grow up with. This year every child born or adopted between April 16, 2019, and April 15, 2020, has the right to receive a tree in May 2020. All it takes is a simple online form completed by April 15, 2020. For all the details just search the internet for *Mon arbre à moi*. And if you don't have a place to plant it just let me know and we will find one together.

LYNDA GRAHAM

Société de Comptable  
professionnelle agréée

États financiers  
Déclaration d'impôts  
Services de consultation  
Tenue de livres

  
Annie Racicot CPA inc.

34, RUE PRINCIPALE NORD, BUR. 5,  
SUTTON, QC, J0E 2K0  
(450)-538-0097  
annie@annieracicotcpa.com  
www.annieracicotcpa.com



SERVICES DE  
COMPTABILITÉ  
ET FINANCE

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

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

Expérience:

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

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



 **FINANCIÈRE  
BANQUE NATIONALE**  
GESTION DE PATRIMOINE

 **GROUPE FINANCIER  
MARC  
AMENDOLA**

Financière Banque Nationale – Gestion de patrimoine (FBNGP) est une division de la Financière Banque Nationale inc. (FBN) et une marque de commerce appartenant à la Banque Nationale du Canada (BNC) utilisée sous licence par la FBN. FBN est membre de l'organisme canadien de réglementation du commerce des valeurs mobilières (OCRCVM) et du Fonds canadien de protection des épargnants (FCPE) et est une filiale en propriété exclusive de la BNC, qui est une société ouverte inscrite à la cote de la Bourse de Toronto (NA : TSX).

Tout au long de votre vie,  
vos besoins financiers évoluent.

Pour bâtir le patrimoine financier qui vous permettra de mener à bien tous les projets qui vous tiennent à cœur, le GROUPE FINANCIER MARC AMENDOLA est là pour vous offrir des solutions adaptées.

- Résident de la région
- Service hautement personnalisé
- Gestion structurée et disciplinée

Marc Amendola, CIM, CPA, CA  
Gestionnaire de portefeuille, Vice-président  
Tél. : 514 871-4497 | marc.amendola@bnc.ca

# BROME-MISSISQUOI, ELDORADO DE L'AGROALIMENTAIRE

Berceau de la vitiviniculture au Québec, Brome-Missisquoi se démarque par un secteur agroalimentaire fort, diversifié et innovant. Au cœur de l'identité de la région, l'agroalimentaire est l'un des principaux moteurs économiques de Brome-Missisquoi. Avec plus de 1100 entreprises réparties dans les secteurs de la production agricole, de la transformation, de la distribution et de la restauration, ce secteur compte pour 20 % des emplois de la région.

D'ailleurs, saviez-vous que Brome-Missisquoi se classe au 1<sup>er</sup> rang en agrotourisme au Québec? Qu'environ le tiers des entreprises agroalimentaires d'ici font de la vente directe? Qu'il y a près d'une centaine de kiosques à la ferme? Et que 25 % de toute la production biologique de la Montérégie se trouve ici?\*

Alors que la période hivernale peut nous faire croire que l'alimentation locale est moins présente ou plus difficile, rien n'est plus faux! De plus en plus de maillages se font entre restaurateurs, épiceries et producteurs locaux. Je pense à quelques histoires à succès tels que le projet «Épicier complice» et «Restaurant complice» de la marque *Créateurs de saveurs des Cantons-de-l'Est*. Cette marque regroupe plus de 150 producteurs locaux dont 40 sont de Brome-Missisquoi. Dans la région, les cinq magasins IGA sont désormais impliqués dans le projet. Et ce, sans parler des épiceries indépendantes telles qu'Au Naturel à Sutton, La Goutte d'Or à Cowansville, l'Épicerie Futée à Bromont et Vrac dans l'sac à Bedford qui privilégient l'achat local. Et que dire des trente restaurants de la région dont seize à Sutton qui ont relevé le Défi 100 % local en septembre dernier en proposant une assiette à base d'ingrédients locaux pendant tout le mois?

Certes, il y a encore beaucoup de place à gagner pour l'achat local vous me direz. C'est vrai. Toutefois, il est bon de souligner ces petites victoires et de célébrer les bons coups. Donc, continuons à encourager l'alimentation locale, le terroir et le gourmand dans nos six marchés publics d'été, dans l'une des dix boulangeries de la région, auprès de l'un des vingt-deux vignobles de La Route des Vins ou encore lors de l'un des événements gourmands tels que la Clé des

**Le Centre Local de Développement (CLD) de Brome-Missisquoi** est un organisme à but non lucratif qui, depuis 1998, aide les entrepreneurs et dirigeants d'entreprise à relever leurs défis et à avoir du succès. Notre mission est de stimuler la croissance économique et de développer l'entrepreneuriat dans une perspective de développement durable. Forts d'une équipe de 18 personnes, nos experts en entrepreneuriat offrent des conseils gratuits et personnalisés à chaque étape de développement des entreprises. Nous sommes un véritable partenaire d'affaires qui s'investit dans la réussite des projets. Concrètement, nous donnons accès à du mentorat, des formations, du financement, un réseau, ainsi que des outils performants qui font économiser temps et argent aux entrepreneurs. Développement durable, touristique, agroalimentaire, industriel, en entrepreneuriat et en économie sociale, sont les secteurs pour lesquels les entrepreneurs et les entreprises peuvent recevoir un accompagnement personnalisé.

## OBSERVATION DES OISEAUX BIRDING WALKS

Réservez un guide privé pour observer les oiseaux ce printemps ou rejoignez un groupe chaque samedi matin à Sutton.

Reserve a private guide for birding this spring or join a group every Saturday morning in Sutton.



Guide bilingue / Bilingual guide  
Jason Campbell  
514-266-9229  
oiseauxsutton.com  
suttonbirds.com



Boulangerie La Mie Bretonne à Cowansville. © Marie-Jade Côté

Champs à Dunham, Canards et Gourmandises à Lac-Brome, et La Shop Culinaire à Bedford!

Devant cette abondance d'entreprises et la qualité de leurs produits locaux, le Centre Local de Développement (CLD) de Brome-Missisquoi s'est doté il y a deux ans d'un poste permanent de conseillère en développement agroalimentaire pour accompagner les entreprises. Nul doute que 2019 fut une année importante pour l'achat local dans Brome-Missisquoi. Tous les ingrédients

sont en place: terroir, entrepreneurs passionnés, demande locale, il ne nous reste donc plus qu'à en profiter... à l'année!

### LESLIE CARBONNEAU

Conseillère en développement agroalimentaire  
CLD de Brome-Missisquoi

\* [mapaq.gouv.qc.ca/fr/Regions/monteregie/lamonteregie/MRCBromeMissisquoi/Pages/mrcdebromemissisquoilamiseen-marche.aspx](http://mapaq.gouv.qc.ca/fr/Regions/monteregie/lamonteregie/MRCBromeMissisquoi/Pages/mrcdebromemissisquoilamiseen-marche.aspx)

# CABANE À SUCRE

DU 26 FÉVRIER AU 3 MAI  
Menus de 3 et 6 services



LE VIGNOBLE DU RUISSEAU

LEVIGNOBLEDURUISSEAU.COM

4500 Strobl, Dunham 450 538-3782  
Réservation requise

# L'ÉRABLIÈRE DE WINTER

**N**é sur une ferme en France de parents hollandais, Roger de Winter a fait ses études en Alberta et au Québec pour devenir agronome. Il a été consultant en agroéconomie à travers le monde jusqu'à l'an dernier. Lorsque leur fille est née lors d'un contrat de plusieurs années au Costa Rica, les de Winter ont voulu trouver un port d'attache. Roger de Winter pensait qu'une érablière au Québec était une conjoncture intéressante. Exportant dans plus de 45 pays aujourd'hui, la province de Québec assure toujours la plus grande part de l'offre mondiale du produit de niche qu'est le sirop d'érable.

C'est en visitant des amis suttonnais en 1996 que les de Winter ont déniché leur ferme sise entre Sutton et Brome. Par la suite, Roger a continué de prendre des contrats de courte durée à l'étranger. Cette façon de faire lui permettait d'exploiter son érablière quelques mois par année. À l'heure actuelle, son érablière compte environ 8 000 entailles, exploitées avec un système de tubulures, l'osmose inversée, le système de *vacuum* et un évaporateur performant.

## LE CHOIX DE LA CERTIFICATION BIOLOGIQUE

À ce jour au Québec, 40 % de la production de sirop d'érable est certifiée biologique. Ainsi, c'est une des plus importantes productions agricoles biologiques au Canada.<sup>1</sup> Pour obtenir une certification biologique, l'acériculteur doit répondre à plusieurs exigences relatives à l'aménagement, la gestion de l'érablière, la diversité végétale, les normes d'entailage, la collecte et la transformation de l'eau d'érable, l'équipement et les produits d'entretien. Comme pour toutes certifications biologiques, les étapes de la fabrication doivent être consignées dans le cahier de charge du producteur, allant de l'entretien à l'entreposage des produits de l'érable.<sup>2</sup>

Ayant été consultant en agronomie à travers la planète, Roger a une bonne vue d'ensemble du paysage agricole mondial. Pourquoi a-t-il choisi la

certification biologique? « On ne peut pas aller contre la vertu. À la base, je crois à une saine gestion des forêts et des ressources. Les producteurs bio ne peuvent pas faire de monocultures, entailler les arbres trop jeunes, ou pratiquer des entailles précoces ou multiples, » répond monsieur de Winter.

Pour des raisons économiques, certains producteurs optent pour une gestion court terme pour obtenir de meilleurs rendements. Les changements climatiques perturbent considérablement les façons de produire. Ainsi, les producteurs entaillent de plus en plus tôt pour ne pas manquer les premières coulées. Des pompes *vacuum* de plus en plus performantes sont utilisées pour retarder la cicatrisation des entailles et ainsi prolonger la période de production. Pour sa part, le regroupement des producteurs et productrices acéricoles du Québec (PPAQ) doit s'assurer de la qualité des sirops, certifiés ou non, en vérifiant les taux de formaldéhyde dans les entailles, ainsi que la qualité des équipements qui doivent être sans plomb et sans cuivre. Ce regroupement est aussi celui qui régit la commercialisation du sirop assurant une stabilité et une régularisation des prix pour les producteurs.

## LES PRODUITS DE L'ÉRABLIÈRE DE WINTER

Monsieur de Winter produit du sirop d'érable, qu'il exporte et vend en vrac à des grossistes, des restaurants, des épiceries et des particuliers. En 2019, son sirop a obtenu pour une deuxième année consécutive la médaille de bronze au concours La Grande Sève de la Commanderie de l'érable.

Lors de ma rencontre avec Roger de Winter, j'en ai profité pour poser à cet érudit de nombreuses questions sur l'univers acéricole, plus complexe qu'il n'y paraît. J'en ai appris beaucoup, entre autres, sur la santé des érables, ses variétés, la couleur et l'origine



© Roger de Winter

du sirop et même sur divers équivalents à travers le monde. J'y ai entre autres appris que la Corée fabrique du sirop d'érable et que la légende amérindienne de Nokomis aborde la découverte de ce merveilleux liquide à la saveur unique qui fait partie de l'identité gastronomique et culturelle des Québécois.

Comme l'espace manque pour condenser toutes ses informations, je vous rappelle qu'il n'y a rien comme l'expérience! Roger de Winter est ouvert à ce que les gens visitent son érablière pour comprendre comment ça fonctionne. Quant à son sirop d'érable, vous le trouverez à la boutique Au Naturel et chez Alban Houle à Sutton, à la Boulangerie Abercorn et au IGA de Cowansville. Son vinaigre d'érable, lui, se détaille à la Rumeur Affamée de Sutton. Comme la plupart des producteurs de notre région, il vend également directement aux particuliers.

Visitez [dewinter.qc.ca](http://dewinter.qc.ca) pour plus de détails.

## GENEVÈVE HÉBERT

1. [ppaq.ca/revision-de-la-norme-biologique-du-canada/](http://ppaq.ca/revision-de-la-norme-biologique-du-canada/)  
2. [mapaq.gouv.qc.ca/SiteCollectionDocuments/Regions/ChaudiereAppalaches/Espaceconferences/Ecocert-DoccomplemJA17.pdf](http://mapaq.gouv.qc.ca/SiteCollectionDocuments/Regions/ChaudiereAppalaches/Espaceconferences/Ecocert-DoccomplemJA17.pdf)

**ESPACE DE TRAVAIL + ATELIERS THÉMATIQUES**  
Suivez-nous sur notre page Facebook pour les ateliers à venir.

**+100** thés et tisanes

**10h à 17h** 7 jours

**Soupe + desserts**

**Le comptoir DU MARCHAND DE THÉ**

4, rue du Dépôt à Sutton  
450.538.2002  
[lecomptoir dumarchanddethe@gmail.com](mailto:lecomptoir dumarchanddethe@gmail.com)



**CLUB NAUTIQUE DU LAC BROME**

**Camps de voile été 2020**

L'équipe de course du CNLB fut récipiendaire de la bannière du **Meilleur Esprit Sportif** lors de la 49<sup>e</sup> Finale des Jeux du Québec et lauréat du prix du **Club/École de l'Année** par la Fédération de Voile du Québec en 2014.



**Jardin Nautique** (ENFANTS DE 5 À 7 ANS)  
**Voile débutante** (ENFANTS DE 8 ANS ET PLUS)  
**Voile intermédiaire** (ENFANTS DÉTENANT UN NIVEAU VOILECAN2)  
**Apprentissage de la régata** (ENFANTS DE 8 ANS ET PLUS)

**SESSIONS D'ÉTÉ 2020 - 9 SEMAINES**

DU 22 AU 26 JUIN	DU 13 AU 17 JUILLET	DU 3 AU 7 AOÛT
DU 29 JUIN AU 3 JUILLET	DU 20 AU 24 JUILLET	DU 10 AU 14 AOÛT
DU 6 AU 10 JUILLET	DU 27 AU 31 JUILLET	DU 17 AU 21 AOÛT

---

**Camps de tennis été 2020**

Enfants de 7 à 10 ans, de 9 h à midi  
 Enfants de 11 à 14 ans, de 13 h à 16 h  
 (les plus jeunes, évalués et jugés à un niveau de compétence avancé, peuvent participer avec les plus vieux)

Option camp de jour avec demi-journée d'activités générales offerte pour les 7 à 10 ans, de 12 h à 16 h, et pour les 11 à 14 ans, de 9 h à 13 h

**SESSIONS D'ÉTÉ 2020 - 3 SEMAINES**

DU 22 AU 26 JUIN	DU 10 AU 14 AOÛT	DU 17 AU 21 AOÛT
------------------	------------------	------------------

Informations : [clublabcrome.com](http://clublabcrome.com)

## LA KNOWLTON CO. A NEW ADDITION TO THE TOWNSHIPS!

The tree is taken down, the decorations are packed away and the holiday celebrations are over for another Christmas. While these winter days can feel long and endless, there are fun things to do and great places to visit in the Townships—no matter what the weather is like!

Visiting local establishments in the area is a great way to spend your time, especially when there's new places to discover. My family and I visited La Knowlton Co., a new microbrewery in Knowlton owned by father and son duo Jim and Nick Allen. One of the first things that caught my attention when I walked in was the pizza oven; followed by the enormous windows overlooking the terrace, followed by the smell of delicious food coming from the kitchen. You immediately notice the large horseshoe-shaped bar with dark green stools around it in the centre of the restaurant. Even the smallest accents, such as the horseshoe coat hangers and the pendant lights hanging over the bar, stand out.

La Knowlton Co.'s menu is filled with local ingredients from farms in the area, and the brewery even has a partnership with the cooperative Le Terroir Solidaire. From the beer to the food, the microbrewery focuses on using local ingredients as much as possible. In fact, one of the brewery's specialties is its handmade pizza dough, cooked in the wood-burning pizza oven. There are a variety of pizzas on the menu, as well as a handful of pub-style dishes such as burgers, fish and chips—and even chili!

If you're looking for a beer to top off your meal, you can choose from the brewery's selection of craft beers. All beers are brewed on site, in the same building as the restaurant. The list of beers includes a Traditional Cream Ale, a West Coast IPA,



an English Porter and a Wheat Ale, and the list continues to grow. Each beer even has its own unique label printed on the can, you also find some of these labels displayed on the walls of the restaurant.

For those who want to take La Knowlton Co. beer home, no problem, you can bring home cans of La Knowlton Co. craft beer right from the fridge at the brewery. You can also buy select La Knowlton Co. beers off site at various locations such as Tite Frette in Granby, St-Jean-sur-Richelieu and Cowansville.

The Townships are full of exciting, new places to be discovered. If you are looking for a place where the ambiance is warm, the food is comforting and the beer is craft, La Knowlton Co. should be on your list of places to visit in the area.

MARIAH MCKENNEY



### GRANDE BOUTIQUE pour toute la famille

- Collection bébé et enfant
- Fourrure et fibre d'alpaga
- Créations québécoises
- Importation privée



### VISITE GUIDÉE ET BOUTIQUE À LA FERME

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

*Oui... je le veux!*

L'ÉLÉGANCE DE L'ALPAGA...  
 POUR LES JOURS MÉMORABLES  
 DE VOTRE VIE!

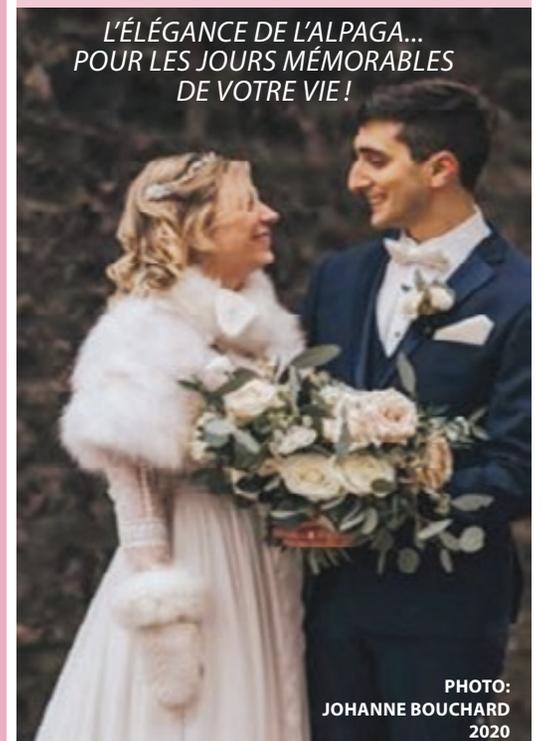


PHOTO:  
 JOHANNE BOUCHARD  
 2020

117, chemin des Érables, Frelighsburg J0J 1C0  
 514 232 6021

De mars à juin : samedi et dimanche de 10h à 17h  
 à compter du 24 juin 2020 : tous les jours de 10h à 17h

# MONT SUTTON POUR LES NON-SKIEURS

**V**ous accompagnez des skieurs, mais vous ne skiez pas? Qu'à cela ne tienne! Voici une liste d'activités pour que vous puissiez également profiter de la montagne!

**BOUGER** Essayez le *Yooner*! À mi-chemin entre un 3 skis et une planche à neige, ce *kart* des neiges vous permet de vivre des sensations fortes à seulement 20 cm du sol. Vous pouvez également louer un *snowscot*. Entre BMX et planche à neige, cet engin est facile à maîtriser et permet de dévaler les pistes comme les skieurs (dans les pistes du télésiège II seulement). Autrement, faites votre cardio en bravant l'ascension du sentier de randonnée alpine en « peaux de phoque, » que vous trouverez au centre de location.

**SE DIVERTIR** Bougez au son des après-ski musique les jeudis et vendredis soir. Chansonnier jazz, rétro, rock, blues ou pop, il y a certainement un style qui vous plaira! Voir la programmation complète en ligne.

Magasinez à la Boutique Expérience SUTTON pour des vêtements à l'effigie de la montagne et des articles de plein air. Informez-vous des rabais



Mademoiselle au Bar Le Tucker. Photo fournie

en vigueur! Vous pouvez aussi utiliser la navette entre le village et la station toutes les fins de semaine.

Durant les semaines de relâche, profitez avec votre famille de la programmation spéciale affichée sur notre site. Vous pourrez notamment saluer les animateurs de CTV qui seront au pied des pistes le 7 mars. Musique, chocolat chaud et animation seront au rendez-vous!

Le 28 mars, il y aura un visionnement des vidéos gagnantes du concours iF3 lors d'une soirée spéciale. Sortez le *popcorn* et écoutez ces chefs-d'œuvre filmés au Mont SUTTON! Le 4 avril, éclatez-vous lors du fameux *Snow on the Beach*: les participants, vêtus d'un déguisement loufoque, doivent traverser le lac en ski ou en planche. Il y aura un DJ, un BBQ et même des prix pour les spectateurs! Puis, pendant la fin de semaine de Pâques, profitez des activités organisées au pied des pistes: BBQ, tire sur neige, et plus encore!

**MANGER** Au Mont SUTTON, vous pouvez vous détendre avec un bon café devant le foyer sur la terrasse du Bar Le Tucker. Découvrez le menu du jour fait maison du restaurant au chalet principal: choix variés tous les jours. Goûtez les paninis et appréciez les viennoiseries locales du Petit Tucker avec vue sur les pistes. Ou encore, déguster les ailes de poulet à 40 cents le jeudi au Bar Le Tucker avec une bonne pinte de Carlsberg ou une bière locale!

Assurément, vous tomberez en amour avec le paysage et l'atmosphère féérique des pistes enneigées. Qui sait? Vous finirez peut-être par réserver un forfait d'initiation au ski, à la planche à neige ou au télémark! Une fois amoureux de la montagne, vous y reviendrez certainement toutes les saisons! Vélo de montagne, randonnée pédestre, camping au sommet et festival d'automne deviendront des coups de cœur. Suivez les actualités de la station sur les réseaux sociaux!

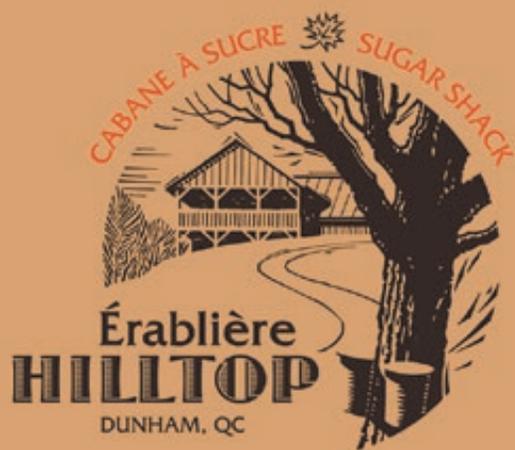
**JUDITH LAURIAULT-LAGACÉ**  
Assistante marketing au Mont SUTTON

**SUTTON**  
montsutton.com

## PARFAITS POUR LA FAMILLE

<p><b>CARTE FAMILIFLEX</b></p> <p>Carte multigénérationnelle et transférable comprenant 6 billets adultes et 6 billets enfants (17 ans et moins) valables du lundi au vendredi.</p> <p><b>434 \$ + t.</b></p>	<p><b>CARTE SUTTON 5</b></p> <p>Skiez 5 journées au choix durant la saison 2019-2020. Un seul utilisateur par carte.</p> <p><b>160 \$ + t. /6-13 ans</b> <b>270 \$ + t. /adulte</b></p>	<p><b>BILLET ZONE FAMILLE</b></p> <p>Donne accès au télésiège Ilo ou III au choix.</p> <p><b>17 \$ + t. /6-13 ans</b> <b>20 \$ + t. /adulte, étudiant ou 65 ans +</b></p>	<p><b>FORFAITS TOUT INCLUS</b></p> <p>BILLET + LEÇON + LOCATION Pour renouer avec les sports d'hiver, pour vous initier ou initier quelqu'un.</p> <p>À PARTIR DE <b>54 \$ + t.</b> Prix par personne, minimum de 2 participants.</p>
---	---	---	--

**Purement Sutton**  
montsutton.com/promotions



Ouvert du 22 février au 26 avril  
2020

Vendredi au dimanche  
Réservation de groupe: mercredi et jeudi

- Dégustation de tire et sirop d'érable
- Location de salle disponible pour événements spéciaux et mariages
- Nouveau: sentier pédestre

Tarifs réguliers:  
Enfants: 1 à 4 ans 9,57\$ 5 à 12 ans 19,13\$  
Adultes: 32,18\$

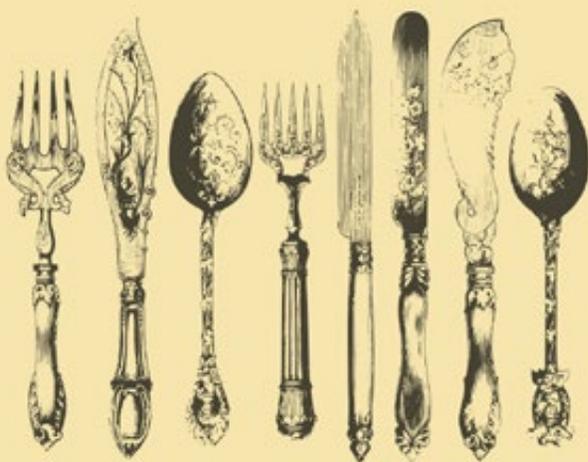
Taxes et service en sus

**Spécial vendredi soir**  
**26,10\$ (sauf Vendredi saint)**

Sur réservation seulement

4329A, Ch. Symington, Dunham, Québec  
info@erablierehilltop.com 450 295-2270

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



BESOIN D'ACTUALISER LA COUTELLERIE DU CHALET?

atelier  bouffe

BOUTIQUE POUR LA CUISINE ET LA MAISON  
PRODUITS FINS

14, RUE PRINCIPALE SUD, SUTTON, QUÉBEC 450 538 2766  
ATELIERBOUFFE.CA

## POUR TOUTES LES GÉNÉRATIONS !

Tout le monde aime profiter de plein air, de mise en forme et d'une douce aventure sur des sentiers de ski de fond et de randonnée pédestre hivernale.

### JEUNES FAMILLES

Durant la période des Fêtes, un nombre record de familles incluant des enfants de 3, 4 et 5 ans ont loué nos crampons! Malgré la neige compactée, quelques familles ont insisté pour louer nos raquettes. Ils avaient promis à leurs jeunes une expérience digne du Yéti des neiges. Un succès! Les parents re-venaient sourire aux lèvres, fiers de la réussite, en promettant à leurs jeunes de revenir et de peut-être faire du ski de fond. De notre côté, nous leur deman-dions, au retour à la maison, de faire la danse de la neige pour s'assurer d'en avoir toute la saison!

### ENFANTS DE 12 ANS ET MOINS

Partenaires de la Petite Expé du Grand Défi Pierre Lavoie, nous offrons gratui-tement à ces enfants l'accès au réseau de ski de fond et la location de l'équi-pement de ski de fond. Pour bonifier cette offre, nous avons ajouté, pour eux, l'accès gratuit au réseau de randonnée pédestre dont vous pourrez notamment profiter ce printemps.

### ÉTUDIANTS DE L'ÉCOLE SECONDAIRE MASSEY-VANIER

Depuis quatre ans, nous accueillons des étudiants de Massey-Vanier, de 11 à 21 ans. Ces jeunes suivent un programme spécial conçu pour les personnes pré-sentant une déficience intellectuelle

Heures d'ouverture, tarifs,  
conditions et plan des pistes :  
[pleinairsutton.ca](http://pleinairsutton.ca)

modérée, dont l'autisme, les troubles d'élocution, les troubles d'apprentis-sage, les inadaptations sociales, etc.

Le programme les aide à acquérir les compétences professionnelles et sociales nécessaires pour le marché du travail après avoir obtenu leur diplôme secondaire. Selon les professeurs qui les accompagnent, leur implication à Plein Air Sutton représente l'occasion de combiner leur amour de la nature avec l'activité physique, les interactions so-ciales et un peu l'expérience de travail sur les sentiers. Deux d'entre eux y par-ticipent depuis quatre ans, dont celui de 21 ans qui obtiendra son diplôme au mois de juin.

### 50 ANS ET PLUS

En semaine, les membres du Club FADOQ Deux-Monts (Sutton-Aber-corn) bénéficient d'un rabais de 25 % sur l'accès au réseau de ski de fond de Plein Air Sutton. Dans notre région, non seulement les personnes de 50 ans et plus sont actives, mais elles apprécient le plein air, la mise en forme et les acti-vités sociales.

C'est un plaisir de les accueillir tous sur nos sentiers!

MICHELINE CÔTÉ

plein  
air  
sutton 



## À L'ABORDAGE

microbrasserie

10 PRINCIPALE SUD, SUTTON

OUVERT DU MARDI AU DIMANCHE DÈS 11H30

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

# NOUVEAU SENTIER À FRELIGHSBURG !

Vitalité Frelighsburg, un organisme à but non lucratif local qui a pour mandat de regrouper les forces vives citoyennes, a inauguré le nouveau sentier pédestre FR1 (pour Frelighsburg Randonnée 1) à l'été dernier. Ce sentier de 17 km se déroule le long de la rivière aux brochets, en forêt et le long de chemins de terre municipaux. Pour un total d'environ 7 km en milieu naturel et 10 km sur chemins de terre.

Ce projet est une initiative d'une vingtaine de bénévoles qui se sont réunis à plusieurs reprises pour établir le trajet et les travaux à faire. Des ententes de passage ont été signées entre les propriétaires terriens et Vitalité Frelighsburg. Vitalité Frelighsburg s'est engagé à patrouiller dans les sentiers et à assurer la quiétude des lieux.

Le sentier est fermé durant le temps de la chasse au chevreuil. Des cartes et des pancartes identifiant le sentier ont été installées aux intersections majeures. De petits carrés jaunes sont présents tout le long du sentier, permettant au randonneur de marcher en toute quiétude.

Vous pouvez commencer votre marche en partant du village et en vous dirigeant sur le chemin St-Armand. Après environ 0,4 km, tourner à droite pour vous diriger le long de la rivière aux Brochets. Le sentier bifurque alors à gauche vers une belle forêt de conifères et serpente par la suite jusqu'au chemin du Moulin à scie. Une fois traversé ce chemin, vous vous engagez dans une belle érablière avec plusieurs dénivelés.



Pancarte située sur le chemin St-Armand, au début du sentier

Plus loin, vous rejoignez le chemin des Bouleaux, puis le chemin Eccles Hill jusqu'au chemin du Diable. Pour retourner au village, vous devez parcourir 3,6 km sur ce chemin pour accéder au chemin Verger Modèle, puis marcher encore 2,4 km.

Ce premier sentier répond à un besoin de la part de la population locale et touristique. Quoi de plus agréable que de pouvoir circuler en forêt ou le long de chemins municipaux bordés d'arbres matures? Vous trouverez également la carte du sentier sur le site web de la municipalité : [frelighsburg.com/tourisme/marcher](http://frelighsburg.com/tourisme/marcher).

Avant de vous engager sur les sentiers, assurez-vous qu'il n'y a pas de fermeture des dit sentiers comme il y en a souvent au printemps pour prévenir l'érosion. Merci et bonne marche!

**BOB LUSSIER**



**SUTTON**  
CLUB DE VÉLO

SANTÉ • RENCONTRES • GASTRONOMIE



**LA SAISON DÉBUTE LE 23 MAI 2020**

Inscription: [clubvelosutton.com](http://clubvelosutton.com)

4 NIVEAUX  
VÉLOS ASSISTÉS ACCEPTÉS  
VISITEURS BIENVENUS



Photo fournie

## CLUB VÉLO DE SUTTON 6<sup>e</sup> SAISON

**S**ans contredit, le Club vélo de Sutton a atteint une belle maturité. Le vélo est une belle excuse pour créer des rencontres, partager la passion de la région et du terroir de Brome-Missisquoi et fraterniser autour d'une bonne table.

Avec près de 20 bénévoles, il est certain que nos membres sont traités aux petits oignons. Planification gastronomique, sécurité, formation, voyage vélo annuel, party de Noël, encadrement par des capitaines chevronnés... Aucun détail n'échappe à nos bénévoles afin de rendre l'expérience des membres inoubliable.

J'aimerais souligner le travail exceptionnel de notre comité de direction qui chapeaute nos précieux collaborateurs: Marie-Hélène Simard (exploitation), Guy Hamel (tracé des routes), Alexandre Émond (Responsable des capitaines de route), Mary Chapman (responsable de la gastronomie) et Philippe Saint-Jacques (voyage vélo et toute autre tâche connexe).

Comme l'an dernier, de multiples niveaux d'habiletés vous sont offerts. Les vélos assistés et électriques sont bienvenus! Un partenariat avec le Club Estricycle, ainsi qu'avec le Club Ravito,

vous permettra de participer aux sorties en semaine. Une formation pour les membres sera donnée avant le début de la saison par le Centre National de Cycliste de Bromont. Elle portera sur l'entretien de base d'un vélo, ainsi que sur la sécurité et la réparation de crevaisons. Un voyage de vélo en Espagne est prévu en mai 2020 pour une trentaine de membres, dans le but de se remettre en forme, ainsi que 3 grandes sorties durant l'été afin de découvrir les Cantons-de-l'Est.

Pour la saison 2020, le Club Vélo Sutton affiche déjà plusieurs nouveautés. Mais il y a deux dates à retenir pour l'instant. La rencontre officielle des membres aura lieu le samedi 16 mai, ainsi que l'atelier de changement de pneus, les rappels de sécurité, etc. Le samedi suivant, 23 mai, auront lieu la première sortie et le lancement de la saison. Dans la perspective d'une splendide saison de vélo, vous avez donc plusieurs bonnes raisons de devenir membre du Club Vélo Sutton et d'aller sans tarder vous inscrire sur: [clubvelosutton.com](http://clubvelosutton.com).

Au plaisir de rouler avec vous en 2020!

**DANNY BOULANGER**  
président du Club Vélo Sutton

Au nom de ses membres, le Club Vélo Sutton remercie chaleureusement nos partenaires 2020: À L'Abordage Microbrasserie, Sport aux Pucés Vélo Gare, UBAC, Mont Sutton, Le Cafetier, Auberge West Brome, Cycles St-Onge et Les Immeubles Coldbrook.

### APPEL À LA COMMUNAUTÉ

L'an dernier, il y avait eu un article dans *Le Tour* au sujet d'une marche genre Compostelle qui s'appelle Monts et Vignobles de l'Estrie qui passe dans la région de Brome-Missisquoi.

Pour plus de confort sur la route en 2020, les marcheurs pèlerins font un appel à la population afin de pouvoir s'abreuver et/ou avoir accès à des toilettes lors de leur marche dans nos campagnes. Voici donc les dates lors desquelles ils seront par chez vous:

**Dunham** (chemin Godbout et la rte 237): 24 mai, 14 juin et 13 septembre

**Frelighsburg** (chemin Pinnacle, des 3 Paroisses, Perkins et Alderbrooke):

25 mai, 15 juin et 14 septembre

**Sutton** (rue Academy et Élie jusqu'à Mont Echo, Jackson, Stagecoach et Springhill):

126 mai, 16 juin et 15 septembre

**Lac-Brome** (rues Bondville et Mill et chemin Picard): 27 mai, 17 juin et 16 septembre

Si jamais vous voulez faciliter leur marche et offrir de l'eau et/ou accès à vos toilettes, ce serait grandement apprécié! L'accès à l'eau peut provenir d'un boyau ou robinet à l'extérieur si vous ne pensez pas être à la maison.

Merci de contacter l'organisateur, Doris Lajoie à [dorislelajoie@hotmail.com](mailto:dorislelajoie@hotmail.com).

# PENS : ENTENTE HISTORIQUE

Bonne nouvelle en ce début d'année! Le Parc d'environnement naturel de Sutton (PENS) vient de signer une entente de droits de passage de 10 ans avec Conservation de la nature Canada (CNC). Cette entente remplace le renouvellement annuel en vigueur depuis mars 2011. CNC vient de conclure des ententes similaires et de même durée avec Sentiers de l'Estrie et Corridor Appalachienn, ceux-ci étant les deux autres gestionnaires de sentiers de la Réserve naturelle des montagnes vertes.

Cette entente signifie la reconnaissance de la qualité du travail accompli par les gestionnaires de sentiers, dont le PENS. Surtout, elle garantit l'accès public à des milieux sauvages bien conservés, pour au moins 10 ans.

## HISTORIQUE

La tenure privée des terres dans les Cantons de l'Est est une caractéristique particulière à notre milieu. C'est donc grâce à des initiatives privées que la conservation et l'accès aux milieux sauvages du massif des monts Sutton se sont mis en place.

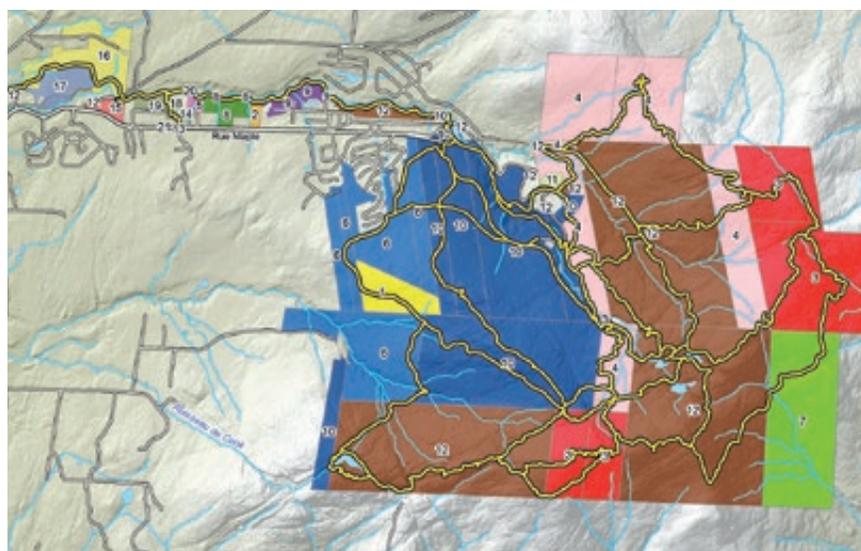
Marie-Josée Auclair dans le numéro 31 des cahiers Héritage Sutton).

Ces efforts vont être appuyés et reconnus par la Loi sur les réserves naturelles en milieu privé, adoptée en 2002, qui va offrir aux propriétaires privés des incitatifs fiscaux favorisant la conservation des milieux sensibles (sans toutefois traiter de la délicate notion des accès publics).

Cette loi va stimuler la conservation privée, particulièrement dans notre région pionnière. Avec l'aide du Corridor Appalachienn, CNC poursuit les acquisitions qui vont aboutir en 2009 à la création de la Réserve naturelle des montagnes vertes. Actuellement, plus de 70 km<sup>2</sup> de nature sauvage sont ainsi protégés à perpétuité par ce qui est devenu la plus grande aire de conservation privée au Québec.

Du côté du PENS, les acquisitions de CNC sont majeures : Round Top (2004), Dos d'Orignal et approche du Round Top (2016), assortis d'une servitude de conservation autour des lacs Spruce, Vogel et Mud Pond (2015).

La majorité des sentiers du PENS est donc aujourd'hui située sur des terrains



Propriétés parcourues par les sentiers du Parc d'Environnement Naturel de Sutton (PENS). Carte préparée par ACA, légende sur le site internet du Tour : journalletour.com

Le PENS et Sentiers de l'Estrie sont nés à la fin des années 1970 pour ouvrir des sentiers publics en terres privées. Il s'agit alors de répondre à une demande croissante pour le plein air, mais aussi de favoriser la conservation des milieux concernés. Car si la protection des milieux naturels est inscrite dans la charte du PENS, l'acquisition de terrains est hors de sa portée, faute de moyens financiers. C'est donc sur la base d'ententes de droits de passage renouvelées annuellement que les sentiers vont se développer sur des terrains privés et municipaux.

Durant la même période, des efforts de conservation privée émergent et se multiplient dans la région, avec la création notamment de la Fiducie foncière de la vallée Ruitier et de la Fiducie foncière du Mont Pinnacle, qui vont se dédier à cette cause (voir l'article de

appartenant à CNC ou sur lesquels cet organisme détient des servitudes de conservation. Cette situation devrait aider le PENS à maintenir le fragile équilibre entre accès public et conservation auquel il travaille depuis 40 ans.

Nous n'avons pas d'autre choix, en 2020, que de réfléchir à la place des humains dans les milieux sauvages. Une éducation à la nature est indispensable pour accompagner l'accessibilité à la nature, afin de protéger ce qu'il en reste.

L'organisme se réjouit donc du merveilleux cadeau que vient de lui faire CNC, en signant pour son 40<sup>e</sup> anniversaire une entente de 10 ans qui va lui permettre de poursuivre les aspects complémentaires de sa mission avec plus d'efficacité.

**DENISE LIGNEAUT**



# ASSURANCE DES PARTICULIERS

Ce qui nous distingue chez Langelier Assurances au niveau de l'assurance des particuliers? L'expertise et le service personnalisé!

Les clients ont la chance de traiter avec le même courtier en assurance des particuliers, année après année. L'assurance de parler à la même personne à chaque appel.

Nos courtiers de grande expérience sont notamment spécialisés dans les résidences hautes valeurs :

- Résidences principales ou secondaires haut de gamme
- Caves à vin
- Œuvres d'arts
- Collections de toutes sortes
- Bijoux
- Véhicules récréatifs (motorisé, VTT, motocyclette, motoneige)
- Véhicules de collection/modifiés
- Véhicules de tourisme de haute valeur

Grâce à nos nombreux assureurs et à notre connaissance du marché, nous avons la capacité de vous offrir les protections adaptées à votre situation.

Une approche humaine, des réponses claires et un langage simple vous permettant de comprendre votre assurance!

Pour que rien ne soit laissé au hasard!

Pour une soumission personnalisée :

1 800 773-8435 # 0 [info@langelierassurances.com](mailto:info@langelierassurances.com)

- |                           |                                      |                              |
|---------------------------|--------------------------------------|------------------------------|
| Habitation                | Automobile                           | Véhicule récréatif           |
| Assurance des entreprises |                                      |                              |
| Fabricants & usines       | Distributeurs & grossistes           | Construction & cautionnement |
| Propriétaires immobiliers | Détaillants & entreprises de service | Agricole                     |
| Professionnels            | Restauration & hôtellerie            | Spécialisés                  |



**Langelier | assurances**

CABINET EN ASSURANCE DE DOMMAGES ET SERVICES FINANCIERS

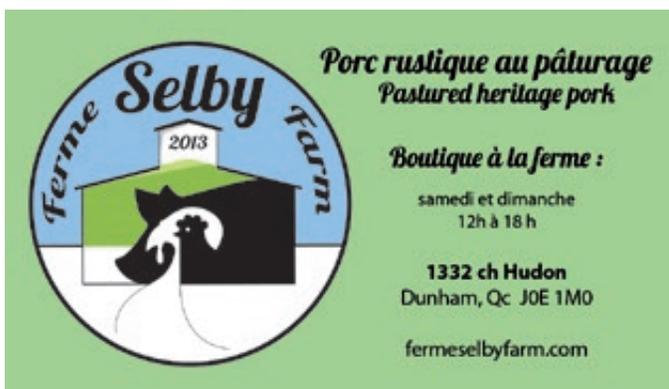
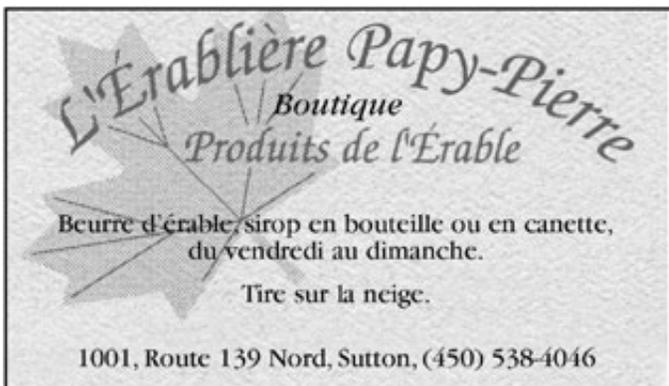
[www.LangelierAssurances.com](http://www.LangelierAssurances.com)

Information et soumission :

450 773-8435

[info@langelierassurances.com](mailto:info@langelierassurances.com)

LAVAL | SAINT-HYACINTHE | LONGUEUIL | SUTTON



## ATELIERS D'ÉCRITURE CRÉATIVE AVEC JONATHAN HARNOIS

En mars et avril prochain, Jonathan Harnois, l'auteur de *Je voudrais me déposer la tête* et parolier de Dumas et Alex Nevsky sera de retour à Sutton pour y animer des ateliers d'écriture créative.

Pour participer, le désir d'écrire et la passion pour les mots suffisent. L'auteur-formateur guidera les participants de tous âges et de tous niveaux à travers des exercices d'écriture diversifiés. Ils acquièrent ainsi des outils précieux afin de s'engager avec confiance dans la pratique littéraire dans un climat de bienveillance et de non-jugement. Au fil des rencontres, les participants renouent avec leur créativité, dépassent leurs blocages et acquièrent une autonomie créatrice. Ceux qui ont vécu l'expérience des ateliers s'entendent pour dire qu'il s'agit d'une expérience humaine marquante.

Estrien d'adoption, Jonathan Harnois offre, depuis 2006, des ateliers de création littéraire partout dans la province. « Mon intention est de faire découvrir l'espace de liberté qui existe dans l'écriture, ainsi que ce



Atelier d'écriture à Sutton, automne 2019.

singulier espace de partage que crée l'atelier d'écriture. Une expérience qui fait battre différemment le cœur de nos villes et de nos villages, » écrit Jonathan.

Les ateliers d'écriture créative auront lieu 5 mardis consécutifs dans une salle intime chez Le Comptoir du marchand de thé à Sutton. Les dates prévues sont les 17, 24 et 31 mars, 7 et 14 avril, de 9 h 30 à 12 h 30.

N'attendez pas trop pour réserver, car les places sont limitées. Consultez [jonathanharnois.com/ateliers](http://jonathanharnois.com/ateliers) pour tous les détails.

## MUSIQUE ET DANSE TRADITIONNELLE À SUTTON!

L'organisme à but non lucratif, Ballet-Théâtre Sutton, est une nouvelle entité qui prend la relève de l'École de ballet classique de Sutton. Créée à la demande de la fondatrice de l'École de ballet, Anastasia Usenko, cet organisme a pour mission de soutenir les arts de la scène à travers l'éducation, la production de spectacles et autres activités de rayonnement dans la communauté de Sutton et de ses environs.

de plusieurs disciplines, en collaboration avec l'équipe artistique et les bénévoles de l'organisme, présenteront ce spectacle au public les 30 et 31 mai à la Salle Alec & Gérard Pelletier.

Donc, le 22 mars prochain, de 13 h à 17 h, à l'église Grace Church, la « calleuse » renommée Marie-Soleil Pilette, animera un atelier d'initiation à la danse traditionnelle à 13 h. Ce dernier sera suivi d'un « après-midi dansant » pour tous. Marie-Soleil Pilette sera

accompagnée par les musiciens Karen Iny, Willy LeMaistre, Steve Jones et Isabelle Doucet.

« Cette expérience est bénéfique pour nos enfants. Elle sert à rassembler les gens autour d'un plaisir accessible à tous, à encourager les retrouvailles ou la découverte d'une partie de nos traditions québécoises, » précise Karen Iny.

Les billets, au coût de 8 \$ pour les enfants de 6 à 12 ans et de 15 \$ pour les plus vieux, seront offerts à partir du 10 mars au Ballet-Théâtre Sutton (50, rue Principale Nord). Vous pourrez également vous les procurer à la porte de la

salle Grace Church au 52 rue Principale Sud, à Sutton, lors de la représentation.

Pour plus de renseignements, appelez au 438-738-2558 ou visitez [balletsutton.com](http://balletsutton.com).

DASHIELE HASKIN



De gauche à droite : Steve Jones, David Papazian et Karen Iny.

En mars prochain, vous êtes conviés à partager le plaisir d'un après-midi de musique et de danse traditionnelle québécoise, afin de soutenir l'organisme. Les profits de l'événement contribueront à la production du spectacle « Pierre et le loup, » organisé par Ballet-Théâtre Sutton. Les élèves

# SALLE ALEC & GÉRARD PELLETIER PROGRAMMATION PRINTEMPS

L'équipe de la Salle Alec & Gérard Pelletier de Sutton est heureuse d'annoncer sa programmation hiver/printemps 2020 où de grands noms de la musique d'ici monteront sur les planches de cette magnifique salle située au cœur du village. Également au programme, le retour de la toujours très attendue et appréciée soirée de financement Star d'un soir qui aura lieu le 28 mars, des soirées cinéma, des soirées Groove mensuelles, de l'humour, et plus!

## TROIS OCCASIONS DE DANSER !

Des soirées Groove mensuelles avec DJ Neerav + invités : des sons vibrants et des rythmes ethno-transe, pour l'extase de danser ! Trois dates encore à retenir : 27 mars, 24 avril et 22 mai.



## DOMINIQUE FILS-AIMÉ

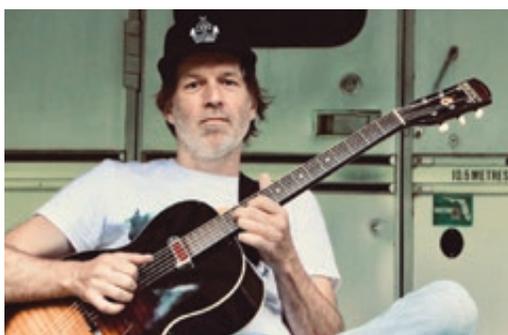
Nommée Révélation Radio-Canada en jazz 2019-2020, Dominique Fils-Aimé dévoile *Stay Tuned*, deuxième album de sa trilogie, après avoir fait paraître un premier tome applaudi par la critique en février 2018. Du bleu de *Nameless* teinté de silences historiques et de blues, au rouge brûlant du jazz, *Stay Tuned* est un appel, ainsi qu'un rappel à la révolution. Voulant se détacher des standards de compositions traditionnelles, Dominique et ses musiciens nous présentent sur scène une œuvre axée sur des formes musicales libérées et libératrices le 20 mars prochain.

## STAR D'UN SOIR

Déjà une quinzième édition de ces découvertes riches en émotions lors de ces soirées au bénéfice de la Salle. *Happening* de village toujours très couru... L'occasion parfaite pour les artistes en herbe de montrer de quel bois ils se chauffent ! Les 28 et 30 mars seulement !

## FRED FORTIN

Fred Fortin fait suite à près de 100 concerts de la tournée Ultramar avec un nouveau spectacle en solo. Le 10 avril prochain, il réinvestit une formule qui lui est chère : celle du *One Man Band* afin d'offrir des versions



minimalistes de chansons provenant de chacun de ses albums. Un spectacle de jeu ferré et de ressources brutes (batterie, harmonica, guitare), un parcours intime et magnifié de plus de 20 ans de carrière par l'un des plus importants auteurs-compositeurs québécois des dernières décennies.



© Steve Webster

## EMILIE-CLAIRE BARLOW

Acclamée par la critique, Emilie-Claire Barlow cumule déjà six nominations et deux prix Juno, sans oublier un Félix à l'ADISQ, ainsi qu'une impressionnante discographie comptant 12 albums. C'est précisément ce riche parcours que la plus québécoise des chanteuses canadiennes se propose de célébrer lors de son retour à Sutton le 18 avril. Pour cette tournée 20<sup>e</sup> anniversaire, Emilie-Claire Barlow demande aux fans de choisir le répertoire en lui soumettant les demandes et suggestions par l'entremise de sa page Facebook.



© André Chevrier

## GUY BÉLANGER

Instrumentiste prodigieux, compositeur d'ambiances et d'émotions, Guy Bélanger est un créateur vrai et entier. Après la parution de cinq albums solos, l'harmoniciste-chanteur continue sur sa lancée avec *Eldorado* qui propose un voyage à la croisée des nombreux chemins du blues et du folk, mais puise aussi dans les rythmes funk et rock. Au fil du spectacle du 16 mai, pièces instrumentales et chansons, compositions originales et réinterprétations défilent en alternance.

Pour toutes informations, ou pour acheter vos billets, visitez [salleagpelletier.com](http://salleagpelletier.com).

## SIMON FAUTEUX

**SALLE**  
ALEC & GÉRARD  
**PELLETIER**

DOMINIQUE HOULE  
CRÉATIONS FLORALES  
dominiquehoule.com 514 233 6886

**POTERIE PLURIEL SINGULIER**  
Sara Mills & Michel Viala  
Poteries utilitaires & décoratives  
Cours: tournage & ateliers raku  
[poterieplurielsingulier.com](http://poterieplurielsingulier.com)  
450-248-3527  
atelierplurielsingulier@gmail.com  
1906 chemin St Armand Pigeon Hill

susan keays  
KRÉATIONS  
sacs artisanaux fabriqués à la main  
artisanal handmade bags  
[susankeays.kreations@gmail.com](mailto:susankeays.kreations@gmail.com) · 450 295-2792

VERT PARTOUT  
Ouvert du lundi au dimanche  
JOUETS  
CURIOSITÉS  
OBJETS ORIGINAUX  
ACCESSOIRES MODE  
450 538 8378  
19 Principale Nord SUTTON  
[vertpartout.com](http://vertpartout.com)

**BONISOIR**  
Grande sélection de bières de microbrasseries québécoises dont celles de l'Auberge Sutton Brouërie et de la Brasserie Dunham.  
7, rue Principale Sud, Sutton 450.538.2337

Pub food · Pool tables  
Spécialité : smoked meat de chez Schwartz's  
Un bâtiment au cœur de la vie de Sutton depuis 1837  
17, Principale Nord, Sutton 450.538.2426



ATELIER  
**THEBERGE**  
DESIGN

**PRODUITS EXCLUSIFS**

Plateaux de service | Cabarets de baignoire  
Bancs | Tables | Objets corporatifs

**MATÉRIAUX D'ICI**

Bois de grange | Bois de drave repêché  
Larges planches « Live Edge » | Ardoise noire

**ENGAGEMENT ÉCOLOGIQUE**

Soucieux de laisser une empreinte écologique  
la plus saine possible, nous tenons compte du  
cycle de vie des produits dans notre conception  
et leur réalisation.

**ÉCODESIGN  
POUR LA  
BEAUTÉ DANS  
NOS VIES.**



**RÉMI THÉBERGE**

514 592-5870

156 ch. Asa Frary, Sutton, QC  
theberge\_design@hotmail.com  
www.thebergedesign.com

# MAISON BERGERON

Objets remarquables et antiquités  
Art canadien important

Sutton

La maison jaune au coeur du village  
devant l'hôtel de ville

maison-bergeron.com  
514.293.5828  
instagram: maison\_bergeron

## LA JOIE AU BOUT DES DOIGTS

« **C**e sont elles qui m'ont choisi », clame  
candidement la fondatrice du Théâtre  
La Simagrée. Les marionnettes l'ont  
trouvé et depuis, elles ne l'ont pas quitté.

Que ce soit devant des enfants, des grands, des  
aînés ou des gens « différents », Isabelle fait valser  
ses marionnettes depuis plus de 25 ans. C'est sur  
le bord du fleuve, lors d'un emploi d'été, qu'elles  
se sont rencontrées. Les unes cherchaient l'autre  
pour les faire vivre dans un spectacle rappelant  
aux enfants, petits et grands, que l'eau, c'était plus  
qu'important. Isabelle les essaya et les adopta. La  
Simagrée commençait à jouer.

De marionnettes à fils à marionnettes à gaine,  
elle découvrit que cet art d'animer les objets lui  
offrait toute la liberté créative dont elle avait besoin.  
Inventer, fabriquer, jouer devinrent l'aventure dans  
laquelle elle décida de plonger. Même si au fil du  
temps, elle se questionna parfois sur le sérieux de  
cette aventure, un éclat de rire enfantin avait tôt  
fait de lui rappeler que cette place, derrière ses per-  
sonnages, était bel et bien la sienne. Un diplôme en  
graphisme et un bac en enseignement des arts plas-  
tiques ne vinrent pas à bout de séparer Isabelle de  
ses marionnettes. Elles finissaient toujours par  
se retrouver, peu importe le temps qui les avait  
éloignées une de l'autre. À une certaine époque,  
elle était la seule fière représentante féminine  
marionnettiste du Québec à déambuler dans la  
province pour faire des spectacles en solo.

Les spectacles qu'elle présente maintenant sont  
parfois animés par d'autres magiciens des mains qui  
se sont joints à l'équipe « Simagrée ». Que ce soit  
à Sherbrooke, Montréal, Québec ou dans la région,  
lorsque la créatrice du projet voit la joie qu'éveille  
le passage du théâtre sur les petits et les grands,  
qu'elle voit la magie portée par tous un chacun se



Isabelle de la Simagrée. © Nikola von Merveldt

réveiller au contact des personnages qu'elle rend  
vivant, elle s'avoue chanceuse. Chanceuse que la  
vie lui ait fait ce cadeau. Toucher le cœur des gens  
est grand et elle a le bonheur d'en faire un métier.

Le parcours d'Isabelle est atypique, car qui a  
soif de liberté ne peut se contenter de chemins déjà  
tracés. Elle a fait le sien, à coups de pinceaux et de  
papier mâché, de fils parfois emmêlés et de petites  
mains de bois à réparer. Elle a su honorer son au-  
thenticité et oser vivre de façon créative. Isabelle  
cultive encore et toujours « l'œil du merveilleux ».  
Ça se voit chez elle, dans ses yeux, son sourire. Ça  
s'entend dans sa voix et pas seulement lorsqu'elle  
devient Rosario ou Fricadelle.

Et si on replongeait notre cœur dans le monde  
de l'enfance et qu'on décidait que toute cette  
magie devienne un ingrédient-clé de cette  
fameuse recette-bonheur aux secrets tant convoi-  
tés. Allez-y, laissez-vous tenter! Au mieux, vous  
aimerez!

Je vous invite donc, qui que vous soyez et peu  
importe votre âge, à vous asseoir devant son théâtre  
de marionnettes d'ombres pour une représentation  
du classique Petit chaperon rouge, le 29 février pro-  
chain à 10h30 au Centre d'art de Dunham.

**GABRIELLE CHARBONNEAU**

## BALADE ET MÉLODIE 2020

**U**ne expérience inédite d'harmonie entre  
la nature et le chant classique! Pour une  
deuxième année consécutive, Espace  
Sutton propose des récitals de chant a cappella  
dans les sous-bois de Sutton. Au cours de  
balades en petit groupe, les marcheurs auront  
l'occasion d'écouter un chanteur professionnel  
reconnu et de participer à des jeux de stimu-  
lation sensorielle en lien avec la voix chantée.

Sur le sentier Village-Montagne, ils vivront des  
moments magiques dans une ambiance intime,  
ludique et détendue. En mai, quatre balades  
sont programmées, chacune mettant en vedette  
un chanteur différent.

Informations et inscriptions : 450 538-0045  
ou espacesutton@gmail.com.

**MONIQUE PICARD**



**DUBOIS**  
AMÉNAGEMENT PAYSAGER  
LANDSCAPING

RBQ: 5765-7157-01

**Denis Dubois**

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

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

www.duboisamenagement.com

# L'ÉCOLE D'ART DE SUTTON FAIRE CONFIANCE AUX ENFANTS POUR NOUS DESSINER UN AVENIR

**M**ixer sur une même palette, la créativité des artistes aux couleurs de l'enfance, voilà ce que propose une résidente de Sutton avec son projet audacieux.

Anne-Marie Lavigne a les yeux remplis d'étoiles quand elle parle de l'École d'art de Sutton, un projet novateur qui prend tranquillement forme dans l'ancienne Laiterie Boulanger de la rue Principale.

À l'époque, la famille Boulanger s'est inscrite dans l'histoire de Sutton en créant une laiterie. Grâce à sa prospérité, elle a pu lancer ensuite le projet un peu fou d'ouvrir un centre de ski, malgré le fait qu'il n'y avait pas de route principale pour s'y rendre. Anne-Marie a aussi de grands plans pour l'École d'art de Sutton. Son concept unique au monde devrait permettre à la ville de continuer de se démarquer, tout en ayant un impact positif sur les familles de la région et d'ailleurs. Pourquoi avoir choisi Sutton? Entre autres, parce que selon un sondage datant de 2006, Sutton était considéré comme la ville la plus artistique au Québec et que les artistes, le village et la région sont donc un terreau fertile aux échanges et aux partages entre les artistes et les enfants. C'est sans oublier la vue des montagnes et la proximité avec la nature, la forêt et la rivière pour se ressourcer, et ce, à distance de marche du village.



Ce projet, Anne-Marie en rêvait. Elle raconte que la chanson de Bob Dylan *Gotta serve somebody* en a même été un point de départ, car elle s'est posé la question, *qui* devait-elle «servir». C'est devenu très clair dans sa tête que c'était les enfants. Œuvrant déjà dans le milieu des arts et maman de deux enfants, Henri et Charlotte, elle croit que dans une société où on investit beaucoup d'argent dans le militaire et l'armement, il faut aussi investir dans des solutions pour le mieux-vivre ensemble. L'École d'art va donc se pencher sur le monde de l'enfance comme un terrain de jeu immense pour trouver des solutions et innover. Sans les contraintes familiales et financières qu'ont les adultes, qui parfois sont des freins à la créativité, les enfants arrivent souvent avec des solutions rafraîchissantes à des problèmes auxquels on en trouve peu. À l'École d'art, les artistes seront donc au service

des idées des enfants et non l'inverse. Le travail se fera en dialogue, en co-création et en co-design. «Il n'y a rien de plus gratifiant pour un enfant que de voir son projet se réaliser par des mains expertes, des matériaux professionnels et exposé de façon «muséale» nous explique Anne-Marie. Cette tendance s'inscrit bien dans celle du Lab-École, piloté entre autres par l'architecte Pierre Thibault, où les enfants font partie intégrante de la conversation. L'été dernier, les jeunes ont d'ailleurs été invités à créer des pavillons dont un projet a été choisi et réalisé par l'équipe de M. Thibault.



Camp d'art culinaire 2019 à l'École d'art de Sutton.  
© Anne-Marie Lavigne

Avec son camp d'été à la laiterie, son camp d'architecture où les jeunes ont conçu des maquettes de leur vision de ce à quoi pourrait ressembler l'École d'art, on sent déjà que le projet a un potentiel immense autant pour les artistes, les enfants, leurs parents, que pour tous les résidents. Dès ce printemps, on y trouvera une programmation trois saisons, dont un camp d'architecture du paysage qui s'ajoutera au camp de jour d'art pendant d'été, ainsi que des activités pendant les fins de semaine pour les résidents et les villégiateurs. Anne-Marie veut créer un milieu

vivant où les enfants, les artistes et les visiteurs pourront explorer plusieurs formes d'art. Cela inclura les arts de la table, car dans le cadre du camp d'été, tous les midis sont ponctués d'un lunch commun avec des paniers fermiers. Les enfants peuvent donc profiter de cette pause structurante pour participer aux tâches et comprendre le lien entre ce que l'on mange et ce qui est cultivé localement. Alors, pas de boîtes à lunch avec des sandwiches tristounets préparés à la va-vite! Chaque repas est préparé par un chef sur place qui s'assure que la nourriture soit aussi bonne qu'appétissante. Si l'art est la nourriture de l'âme, les arts de la table et ce que l'on mange alimentent notre créativité. En plus des activités d'art, des sentiers seront aussi développés pour permettre la mobilité durable et créer plus de liens avec la nature. Ceux-ci pourront être utilisés autant par les enfants que par les grands. Des pourparlers à cet effet sont en cours avec la ville de Sutton pour explorer les différentes options.

Pour Anne-Marie Lavigne, l'École d'art de Sutton n'a pas à être confinée à un seul endroit, mais l'ancienne Laiterie Boulanger en sera son camp de base où on viendra autant en résidence d'artiste, que pour faire de l'art ou l'admirer. Grâce à de grands espaces aménagés en galeries, on pourra y exposer les créations et les co-créations des enfants. D'autres activités comme des projections extérieures, des cours de cuisine et même des espaces de *coworking* devraient éventuellement y être offerts.

L'atelier d'architecture In Situ qui a réalisé l'étude préliminaire des espaces en concevra les plans finaux. Un projet qui les anime au plus haut point. Comme la réalisation de l'École d'art nécessitera un apport financier important, elle sera réalisée en plusieurs étapes qui seront échelonnées sur une période de quelques années. Bien entendu, les lieux seront actualisés et non complètement détruits pour qu'il y ait un pont avec le passé. Anne-Marie croit que la métamorphose de l'endroit doit garder la trace du passage de la laiterie qui a été un moteur économique pour la région et qui fait partie intégrante de l'histoire de Sutton. Elle espère aussi que l'École d'art de Sutton s'inscrive dans l'histoire de la région et qu'elle devienne une source d'inspiration pour d'autres villes et régions. Un projet porteur de sens qui redonne ses lettres de noblesse à l'enfance et qui permet aux plus vieux de s'en inspirer. Laissons les enfants nous dessiner un avenir.

**NATHALIE RIVARD**

## La roche posée Paysagiste



Réalisation de jardins de A à Z

- service de plan
- muret et patio en pierre naturelle
- lac
- rocaille
- jardin japonais et autres projets sur mesure
- arboretum nourricier
- cuisine d'été et mobilier extérieur

12a rue Principale nord, Sutton  
[www.larocheposeepaysagiste.com](http://www.larocheposeepaysagiste.com)  
 514-244-4277



## D'ARTS ET DE RÊVES QUAND LE CIRQUE DÉBARQUE

Notre résidence d'artistes va vibrer aux performances de trois troupes de cirque contemporain ce printemps. En effet, Cirqu'Avélo, La Croustade et Jimmy Gonzales se succéderont dans nos locaux à partir de la mi-avril, et ce, jusqu'à la fin mai.

Si la littérature a été bien présente en ce début d'année avec la résidence de la poétesse américaine Suzanne Eules et de l'écrivaine québécoise Diane Landry, ce sont les arts du cirque qui prendront la relève avant le début de nos travaux de rénovation de la grange, au mois de juin.

**Cirque'Avélo** est une jeune troupe de cirque formée de Pauline Baud, Dominique Bouchard et Frédéric Lemieux-Cormier. La recherche artistique du collectif gravite autour du thème du renouvellement (de l'énergie, des matériaux, des disciplines du cirque). Ils proposent de créer une œuvre de cirque autosuffisante en énergie et participative sous la forme d'un spectacle de rue pour tous.

« Des vélos générateurs d'électricité sont employés comme bases et moteurs dans la création d'un univers onirique. Ensemble, nous découvrons des solutions créatives, ludiques et inspirantes de réutilisation des matériaux et de transformation des déchets. »

**La Croustade** est une jeune compagnie de cirque formée de Vincent Jutras et Éline Guélat. Ils ont envie de s'amuser dans ce monde de fous. Ils entreprennent d'utiliser le cirque, leur capacité physique et leur poésie pour créer des moments précieux de rencontre avec le public, se questionnant sur le futur, en acceptant le passé et profitant du moment présent.



Jimmy

Laissons-les se décrire eux-mêmes : « Un goût sucré pour la vie, explosion de saveur et d'émotion. Jeunesse pétillante, l'effervescence de la rencontre entre un petit flocon d'avoine et son sucre caramélisé. Un dessert entre l'enfance et l'adulte, nouvelle recette originalement secrète, fraîchement sortie du four. Dégustez à volonté! »

En collaboration avec sa partenaire **Erika Nguyen, Jimmy Gonzales** poursuivra ce printemps un travail amorcé à D'Arts et de rêves en mai 2018.

Voici son parcours : l'âge de huit ans, il commence à jongler dans la rue et présente ses premiers spectacles. Diplômé de l'École nationale de cirque de Montréal, il obtient en 2015 la prestigieuse médaille d'or au Festival mondial du cirque de demain à Paris. Attiré par la coexistence des genres artistiques, Jimmy explore différentes formes de création à travers ses voyages et ses rencontres.

Les artistes en résidence à D'Arts et de rêves s'engagent à offrir un moment de performance et d'échange avec la population de Sutton et de ses environs. Suivez notre page Facebook pour ne rien rater de ces rencontres qui s'annoncent riches en rebondissements et poésie!

**BENOÎT QUESSY**

## PINA MACKU EXHIBITS IN SWITZERLAND

Pina Macku a Sutton resident and artist, has been invited to do a solo show at a gallery in Basel, Switzerland called KUNST.part. She was so excited she immediately jumped into production. Now that the creative part is complete, she is losing sleep over all the logistical details of shipping sculptures made of recycled wood and old tools.

She dreamt her sculptures, mostly migrating birds, might fly over on their own instead of giving her a headache over transportation. That would still however leave behind the cows and other creatures.,



While there, she hopes to sell all her sculptures and intends to promote Sutton as the place where the "Fête nationale suisse" takes place every August. It is the largest celebration outside of Switzerland, attracting thousands of people from all of Canada as well as Switzerland. The owner of a B&B here in Sutton, she will have her brochures ready.

We wish her good luck on this adventure!

# DUNHAM UN PRINTEMPS CULTUREL COLORÉ

29 FÉVRIER, 10 H 30  
**LE PETIT CHAPERON ROUGE**  
THÉÂTRE DE MARIONNETTES D'OMBRES  
POUR LES 3 À 8 ANS

Ce spectacle intimiste met en vedette le conte classique avec un théâtre d'ombres... le tout animé par la maman du petit chaperon rouge en personne! Sans dénaturer le conte, le théâtre La Simagrée lui donne une couleur tout à fait originale qui séduit les enfants... et même les adultes. Le spectacle suscite la participation des enfants et plusieurs comptines seront chantées en cœur. Une production du Théâtre La Simagrée interprétée par Isabelle Gingras!



Théâtre de La Simagrée

14 MARS, 20 H  
**AU BOUT DU BOUT IL Y A L'INFINI** (THÉÂTRE)

Une pièce de théâtre hors du temps et de l'espace, un dialogue philosophico-initiatique. Une invitation hypnotique à explorer notre potentiel infini. Pièce créée, entre autre, à partir des recherches de Bruce Bigot sur la transe et ses effets et sur les travaux de Nassim Haramein en physique. Le spectacle est suivi d'une période de questions-réponses. Texte et mise en scène de Bruce Bigot, jeu et aide à l'écriture d'Audrée Balthazar, musique de Antoine Bellemare Pépin.

EXPOSITION DU 21 MARS AU 15 AVRIL  
VERNISSAGE, 21 MARS, 14 H - 16 H  
**FRÉNÉSIE, MILLE ET UN ÉCLATS**  
FRANCE LAMONTAGNE

**F**rénésie, mille et un éclats est un corpus composé de 12 à 15 tableaux inspirés des fonds marins et de la flore terrestre, additionnés d'une influence japonaise. Artiste autodidacte, France Lamontagne cherche, dans ses créations, à révéler les mouvements et les sentiments qui transcendent en nous. Avec l'acrylique, à laquelle s'ajoutent souvent d'autres matières, elle exprime les expériences, les sentiments et cette humanité intime qui a besoin d'être partagée.

28 MARS, 10 H 30  
**HEURE DU CONTE : MÉLI MÉLO**

**P**our les 3 à 8 ans. C'est l'histoire de M. Méli qui cherche son chien Mélo. À l'aide d'un tableau qui se révèle progressivement image par image, les enfants de 3 à 8 ans entreront dans l'univers ensoleillé de Méli et Mélo. Formes et couleurs, aventures et péripéties se mettent alors de la partie pour donner forme à ce conte visuel de Marc Tanguay. Gratuit et pour tous!

EXPOSITION DU 18 AVRIL AU 13 MAI  
VERNISSAGE, 18 AVRIL, 14 H À 16 H  
**LITTORAL — BEAUTÉS CACHÉES DU SAINT-LAURENT ET PLUS GRAND QUE NATURE!**  
JEAN-THOMAS BÉDARD & SANDRA VEILLETTE

**L**ui est photographe. Il nous propose une série de tableaux photographiques de plans rapprochés, représentant des structures naturelles, captées sur les battures du fleuve Saint-Laurent à marée basse. Si elles nous rappellent parfois des tableaux abstraits, des grands espaces ou des vues aériennes, ces images tendent à extraire la beauté des battures, ces espaces tampons entre terre et mer. Elles racontent une histoire géologique. Celle des bouleversements, des métamorphoses et cataclysmes, celle du passage du temps qui les a polies et modelées. Celle de cette vie marine fragile et multiforme qui s'y accroche.



© Jean-Thomas Bédard

Elle est une artiste plasticienne multidisciplinaire. Elle nous propose ses Dames nature, des petits bouts de femmes aussi déterminées, qu'élégantes et féériques. Créées à partir d'ossements, de plumes, d'écorces de bois, de branches, de feuilles, de fleurs, de champignons et d'ailes de papillon, elles prennent la pose fièrement. Chacune a son histoire! Dans sa création, Sandra Veillette cherche à révéler la nature en l'altérant le moins possible et ainsi faire apparaître sa complexité et sa perfection à travers ses irrégularités et ses imperfections.

25 AVRIL, 10 H 30  
**LE PETIT MONDE DE FLONFLON** (CONTE MUSICAL)

**D**écouvrez l'univers de Flonflon, le petit galago! Accompagné de son amie Lili, ce petit animal irrésistible vous fera chanter avec lui ses chansons entraînantes. Pour les enfants de 2 à 8 ans. Gratuit

25 AVRIL ET 2 MAI  
**INCRUSTATIONS DE MOSAÏQUE DE VERRE SUR BOIS** (ATELIER)

**A**telier pour les 12 ans et plus. Cet atelier vous propose de créer à partir de deux matériaux; le bois et le verre. Les deux séances de 3 heures se dérouleront alternativement dans l'atelier d'ébénisterie de Julie Langlois et de celui du mosaïste Jacques Landesque. Au cours des deux ateliers, vous réaliserez une petite mosaïque sur une tranche de cèdre. Vous y apprendrez les notions essentielles pour réaliser par vous-même une incrustation de mosaïque sur un plateau de table, un cadre de porte où toute autre surface de bois. Vous pourriez aussi utiliser cette technique pour créer une pancarte personnalisée.

EXPOSITION DU 16 MAI AU 10 JUIN  
VERNISSAGE, 16 MAI, 14 H À 16 H  
**DE LA PLAQUE AU PAPIER : L'IMPRESSION ORIGINALE**  
COLLECTIF ENCREGUENILLE/INKRAG

**P**our cette exposition, durant le mois de l'estampe, le collectif Encreguenille-Inkrag et ses amis exposeront leurs estampes accompagnées des plaques originales, ainsi qu'un petit carnet de croquis décrivant chacune des étapes d'une impression. Chaque impression sera exposée à côté de sa plaque. L'accent de cette exposition sera mis sur l'histoire de la gravure et de l'estampe et, très certainement, celle de la gravure à Dunham.

*Encreguenille-Inkrag* est un collectif de graveurs affiliés au Studio Sorge à Dunham. Il a été fondé en 2013 par Bernice Sorge et compte aujourd'hui douze membres. La pratique de ses membres est en constante évolution. Ceci, grâce à une multitude d'ateliers et de formations sur diverses techniques d'estampe, telles que le monotype, la gravure sur bois, la sérigraphie et les approches contemporaines telles que la collagraphie, où la plaque est créée à l'aide d'articles collés.

**ÈVE SNO-GÉLINAS**

Information/billetterie : 450 295-2621 ou 450 521-8025  
art@ville.dunham.qc.ca



# ADÉLARD IMMERSIONS- RÉSIDENCES 2020

**A**délard a annoncé en janvier la sélection des trois artistes qui participeront à la deuxième saison, qui se tiendra à Frelighsburg du 16 mai au 4 octobre 2020. Il s'agit d'Alain Lefort, d'Émilie Bernard et de Michel Huneault. Répondant à l'appel de projets lancé l'automne dernier, 35 artistes ont envoyé leur proposition et Adélard tient à remercier toutes celles et tous ceux qui ont soumis leur dossier pour cette nouvelle saison de résidences-immersions à Frelighsburg.

« Nous avons été impressionnés par la qualité des dossiers présentés par des artistes du Québec, de l'Ontario, de France, de Belgique, d'Italie, d'Israël et du Mali, preuve qu'Adélard est maintenant bien connu des artistes qui souhaitent profiter de ce lieu et des moyens offerts pour la création et la recherche. Les artistes ont clairement démontré qu'ils partagent notre vision qui est celle de rapprocher les artistes et les citoyens grâce à des activités de médiation culturelle en particulier avec les plus jeunes », affirme Sébastien Barangé, président du conseil d'administration d'Adélard.

Chaque résidence-immersion est d'une durée de 6 semaines durant lesquelles les artistes ont accès, en tout temps, à la grange-atelier d'Adélard à Frelighsburg. Les artistes sont également logés au cœur du village et touchent un cachet pour l'ensemble du séjour et pour chacune des activités de médiation.

Pour une deuxième année, Adélard présentera également des œuvres de grands artistes québécois sélectionnés par des commissaires invités de la Collection Loto-Québec, partenaire de la résidence Adélard. À noter que l'ouverture d'Adélard pour sa saison 02 aura lieu le samedi 16 mai avec des belles surprises, de la musique, de la bière etc.

## ALAIN LEFORT

Alain Lefort, photographe, sera en immersion chez Adélard du 16 mai au 28 juin 2020. Montréalais, il s'intéresse à la représentation photographique du

territoire et de différents phénomènes naturels que l'on peut y retrouver. Il représente l'idée d'une nature autant sauvage et inquiétante que bucolique et onirique. En quête d'une certaine simplification formelle de la représentation du paysage, ses compositions photographiques recèlent des tensions et des antinomies, des images qui ont un potentiel dramatique, parfois angoissant. Les recherches récentes l'ont mené à s'intéresser à la transformation et la disparition du territoire provoquées soit par l'activité humaine ou par les cycles et les phénomènes naturels particuliers.



Alain Lefort. *La voie du bruand*

À Frelighsburg, il souhaite sensibiliser le public aux transformations du paysage et au temps qui passe en faisant appel à des méthodes photographiques traditionnelles, le sténopé, le cyanotype et les photogrammes. « La Rivière aux Brochets qui traverse la communauté, dit-il, la circulation continue des eaux et l'évolution de la flore sur un lieu donné m'apparaissent comme

les changements dans le temps et la lente transformation des choses. »

## ÉMILIE BERNARD

Émilie Bernard sera en immersion à Frelighsburg du 4 juillet au 16 août 2020. Artiste visuelle qui habite à Québec, son travail est multiple. Elle privilégie le dessin, explore la sérigraphie, le livre, le texte et s'intéresse particulièrement à la nature et au paysage comme sujets de recherche. Elle aime travailler sur de grand déploiement de pièces, des successions de variantes et des énumérations continues pour concevoir des installations intimistes chargées de détails. Cette pratique se manifeste par des représentations décalées d'éléments de la nature et du paysage.



Émilie Bernard. *Sans-titre 2*

À Frelighsburg, elle entend poursuivre ses recherches en nature afin de pister des objets naturels (branches, cônes de conifères, plantes et fleurs sauvages, rochers, etc.) ayant un intérêt esthétique. De ces excursions découleront des dessins de divers formats, des objets d'argile et de plâtre inspirés d'objets naturels de ses découvertes. Émilie Bernard crée également des livres entièrement conçus à la main, un exercice qu'elle souhaite partager avec les citoyens qui visitent Adélard. « Réalisant depuis plusieurs années des séjours de création, dit-elle, je sais à quel point ces moments privilégiés dédiés à la recherche peuvent être riches et prolifiques puisque toute l'attention est centrée sur la réflexion, l'exploration et la production. Et habiter Frelighsburg pendant six semaines est une idée qui m'enthousiasme énormément. »

## MICHEL HUNEULT

Michel Huneault sera en immersion à Frelighsburg du 22 août au 4 octobre 2020. Photographe et artiste visuel, il habite Montréal. Sa pratique conjugue la photographie documentaire et les arts visuels contemporains. Avant de se consacrer entièrement à la photographie en 2008, il a travaillé plus d'une dizaine d'années en développement international,



Michel Huneault. Embarquement et départ de Budapest Hongrie vers l'Allemagne. Série Occident Express

ce qui l'a mené dans une vingtaine de pays, notamment en Afghanistan, où il a passé une année entière à Kandahar.

Après avoir présenté la série Roxham sur les migrants qui arrivent au Québec et après avoir documenté le mouvement migratoire en Europe dans sa série Occident Express, Michel Huneault propose de poursuivre cette investigation avec la communauté de Frelighsburg afin d'explorer comment un lieu de frontière est aussi fondamentalement un lieu de rencontres.

## SÉBASTIEN BÉRANGER

Pour plus d'informations, visitez [adelard.org](http://adelard.org) ou contactez [info@adelard.org](mailto:info@adelard.org).



la valse des pains inc.



**La seule boulangerie locale à Sutton qui fait et cuit ses produits sur place!**

**The only bakery in Sutton who makes and bakes its products on site!**

*Joyeuses Pâques!*

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

**PRÊT-À-MANGER  
ATELIERS CULINAIRES**

Livraison disponible  
Now delivering



34, RUE PRINCIPALE SUD, SUTTON  
fraichefood.com  
@fraichefoodsutton  
450 204-2151

Produits naturels et biologiques



Health Food Store

1, rue Principale N. à Sutton depuis 1972

Plus de 150 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**



**Alban Houle & fils**  
Produits biologiques

PRODUITS DE L'ÉRABLE  
CONFITURES MAISON  
PRODUITS DE LA POMME  
MIEL

**TOUS DE PRODUCTEURS LOCAUX**

Ouvert du lundi au samedi,  
de 8h30 à 18h à partir du 1<sup>er</sup> juin  
6, RUE WESTERN, SUTTON

Tél.: (450) 538-2634 YANIK HOULE, PROP.  
Suivez-nous sur Facebook

Ici on ne vend que du bonheur!



**Les Jardins de la Colline**

**Nous cuisinons pour vous de bons petits plats maison!**

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

**Aller au Jardins de la Colline, c'est manger local!**

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.

**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



**LA RUMEUR AFFAMÉE**  
**ÉPICERIE FINE**

**La Rumeur Affamée Sutton**

15 rue Principale Nord  
450.538.1888

Mercredi : 9h à 17h  
Jeudi : 9h à 17h  
Vendredi : 9h à 19h  
Samedi : 9h à 18h  
Dimanche : 9h à 17h

Suivez-nous sur  
Facebook et Instagram :  
facebook.com/rumeursutton  
instagram.com/rumeursutton

# LE PRINTEMPS

## artsutton.com

GALERIE D'ART GALLERY

**APPARANCES DE BRIGITTE DAHAN**  
SCULPTURES, MURALES ET INSTALLATIONS  
DU 13 FÉVRIER AU 15 MARS  
VERNISSAGE DIMANCHE 16 FÉVRIER  
DE 14 H À 16 H

Dans un monde de plus en plus dominé par le numérique, Brigitte Dahan s'intéresse aux effets des nouvelles technologies sur notre psychologie, notre évolution en tant qu'espèce et notre rapport à la nature. Le passage du temps, la transformation et la mutation habitent ses œuvres dans lesquelles se mêlent références organiques et technologiques.

Dans l'exposition *Apparances*, l'artiste présente des œuvres qui explorent le thème de la communication et de l'image. À une époque où les médias sociaux exacerbent le désir d'un soi



Brigitte Dahan, *Mainmise 1*

idéalisé, l'image virtuelle est parfois très éloignée de la vie intérieure et les apparences souvent trompeuses.

À travers une production de sculptures, de murales et d'installations d'argile, l'artiste nourrit son attachement à la matière, garante pour elle d'authenticité et d'enracinement dans le monde réel. Ses œuvres sont chargées d'une

symbolique forte, souvent révélée par un travail poussé des surfaces (empreintes, sillons, trous). Ces traces, vestiges d'un temps passé ou expression d'un monde intérieur, constituent un vocabulaire plastique qui raconte une histoire.

**RELÂCHE : ACTIVITÉS ET ATELIERS**  
DU 16 AU 22 MARS

Après la relâche scolaire, trois ateliers seront donnés au centre d'art Arts Sutton : Atelier Technique mixte/acrylique avec Melanie Matthews, Geste libre avec Michel Beaucage et Monotype/estampe avec Sanders Pinault. Pour plus d'informations, veuillez consulter notre site.

**EXPO-CONCOURS PRINTEMPS 2020**  
COLLECTIF DES MEMBRES-ARTISTES  
DU 26 MARS AU 26 AVRIL  
VERNISSAGE DIMANCHE 29 MARS  
DE 14 H À 16 H

Pour une troisième année consécutive, Arts Sutton présentera son expo-concours. Cette exposition collective s'adresse à tous les artistes, membres en règle de la galerie, s'adonnant à toutes disciplines artistiques. Un comité composé de professionnels du milieu des arts évaluera les œuvres afin de récompenser les artistes qui, à leurs yeux, se seront démarqués. Parmi ces derniers, le récipiendaire du premier prix méritera une exposition solo au Centre d'art Arts Sutton au cours de l'année 2020. Le gagnant de l'an dernier, M. Pierre Auger, présentera son exposition solo dès le 30 avril prochain.

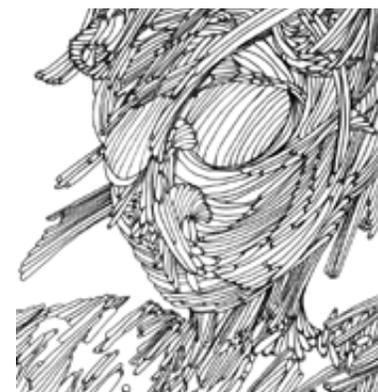
**FILIGRANE DE PIERRE AUGER**  
DESSINS, IMPRESSIONS  
SUR FILM DE MYLAR  
DU 30 AVRIL AU 31 MAI  
VERNISSAGE DIMANCHE 3 MAI  
DE 14 H À 16 H

L'imaginaire est au cœur du travail de Pierre E. Auger. Ayant évolué pendant plus de 40 ans entre gravure, installation et dessin, Auger propose aujourd'hui une œuvre de maturité où la symbolique, toujours très présente, se révèle plus fluide.

Ses dessins, à main levée, empruntent tous les formats, allant jusqu'à de réelles murales. Travaillant d'abord au crayon, puis à la plume, il donne libre cours à des mouvements qui créent l'énergie de ses personnages. Les lignes fines et minces tracent des formes répétitives, donnant lieu à une tridimensionnalité interactive. C'est grâce à un travail de minutie que l'artiste a réussi à concrétiser son approche visionnaire des œuvres de la présente production.

Ses formes, mi-humaines, mi-animales revêtent un caractère à la fois contemporain et surnaturel. Elles sont la représentation dense de figures enchevêtrées dans un environnement surréaliste, générateur d'illusions et d'émotions brutes.

Pierre E. Auger utilise sciemment la reprographie pour aller au bout de sa démarche picturale. La création dans sa finalité est un défi de la technique utilisée



Pierre Auger, *De gauche à droite*

pour embrasser l'effet recherché. Auger flirte avec la gravure et crée des œuvres uniques, mais à tirage limité, ce qui leur confère une authenticité indéniable. Par quelle ligne entrer dans cet univers, par quelle ligne en sortir? Quels personnages, quels animaux fantastiques y découvrir? Et si vous cherchiez d'abord les yeux...

**ANDRÉE PELLETIER**  
Coordonnatrice

**SANDERS PINAULT**  
Directrice artistique responsable des expositions

### ARTS SUTTON

Heures d'ouverture : de 13 h à 17 h, les jeudis, vendredis, samedis et dimanches [artsutton.com](http://artsutton.com)

3740 rue Principale  
Dunham, Qc

# Havre Distorsionne

Artisans sur place  
verre, cuir et tissus

Venez vivre la magie de notre Café/Atelier/Boutique  
Dégustez nos délicieuses soupes à saveur local  
dans un milieu artistique inspirant

Come live the magic of our Café/Workshop/Boutique  
Taste our delicious soups (local ingredients)  
in an inspirational artistic setting

**Heures d'Ouverture :** jeudi au lundi : 10h à 17h30  
mardi & mercredi sur rendez-vous: 514 232-7366

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

# le local design

pour vos projets de maisons neuves, agrandissements ou rénovations  
services de plans et de design.

studio de design · galerie · boutique · librairie

lundi au jeudi sur rendez vous  
vendredi, samedi midi à 16hr et plus ou selon...

12a rue Principale nord, Sutton  
surveillez le calendrier des événements  
au [www.lelocaldesign.com](http://www.lelocaldesign.com)

## L'ARTISTE À LA UNE PIERRE AUGER

En tant qu'artiste, il est souvent difficile, voire impossible, d'avoir le courage de repousser ses propres limites et de basculer dans d'autres domaines. De toute évidence, Pierre Auger a réussi à maîtriser ces enjeux.

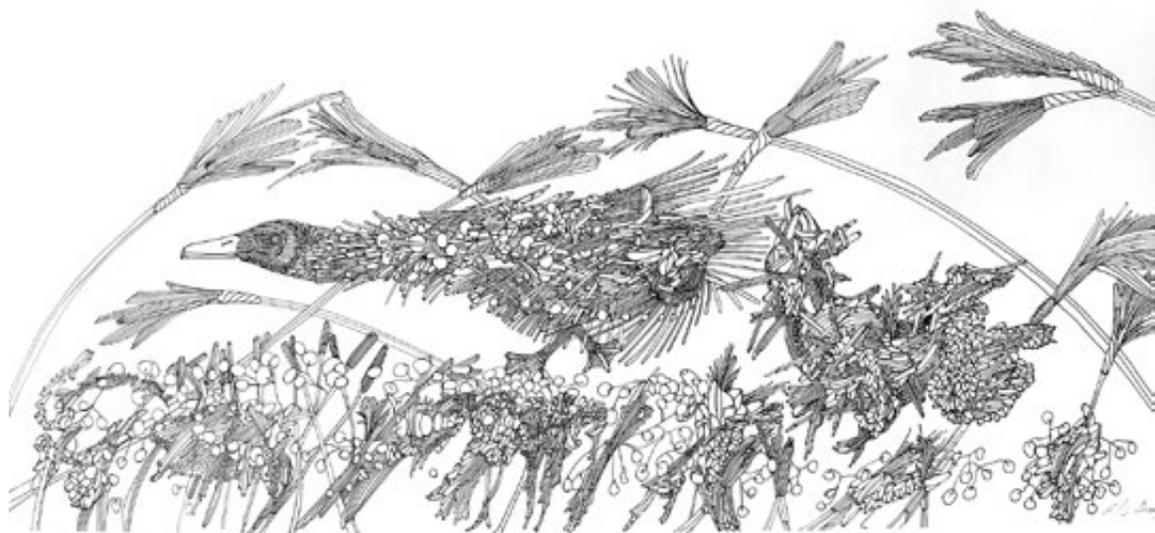
Pierre exerce depuis ces 40 dernières années d'abord comme graveur, puis comme dessinateur professionnel. Pierre aime agencer des détails inédits : ainsi, il dessine souvent des pieds et des mains entremêlés. Il a le don d'inviter la personne qui regarde son œuvre à porter une plus grande attention au travail, au sujet, à la forme qui n'est pas révélée d'emblée.



Au fil des ans, Pierre est passé du modèle vivant à ses dernières réalisations : des images gigantesques composées d'un nombre incalculable de formes minuscules. On y retrouve des cloisons qui s'agrippent les unes aux autres et composent une image qui prend forme avec le temps. « Il faut aller de l'avant pour ne pas tourner en rond », affirme-t-il. Certes, ce n'est guère facile, mais Pierre a surmonté les obstacles.

Audacieux, Pierre aime relever plusieurs défis. Il travaille de grandes formes. Ainsi, un dessin intitulé « *La guerre des punks contre les straights* » mesure 28 pieds de long à l'horizontale. Armé d'un simple crayon à mine, Pierre trace ses cloisons de manière méticuleuse, le geste étant fluide et spontané. « Les gens doivent se questionner en explorant l'identité de mon sujet. Est-ce qu'on y décerne une *bibitte*? Un jardin? Ou une maison? L'interprétation est laissée à l'interlocuteur », affirme-t-il.

Un peu hypnotisant, le style de Pierre s'est aiguisé au fil du temps. « Ces jours-ci, tout le monde peut identifier une œuvre signée Auger », déclare le dessinateur. Dans un petit atelier à Sutton Junction, les dessins de Pierre sont étalés sur plusieurs tables et chaises. En somme, ses dessins sont partout. Il est



Œuvre de la couverture non rognée

fascinant d'observer l'évolution de son style. Pierre ne craint pas d'expérimenter avec divers médiums pour saisir et soutenir l'intérêt. Il passe du crayon à mine au crayon feutre et de la gouache au fusain. Le but, c'est de nous faire apprécier un univers riche en textures et un imaginaire hallucinant.

Sa maison, qui est également son studio, est nichée dans un paysage rural et paisible. « Des fois, j'ai l'impression d'habiter l'Abbaye

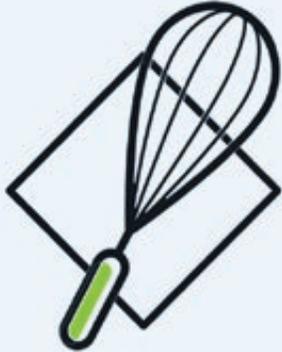
Saint-Benoît-du-Lac », dit-il à la blague, faisant allusion au peu de distractions qui l'entoure. Cet environnement déconnecté et son grand pouvoir de concentration lui permettent de travailler et de retravailler des formes qui nécessitent une opération de décodage.

Un écho japonais habite toutes ses œuvres, car un voyage à Kyoto et à Tokyo a fortement modelé l'artiste. « L'influence japonaise me tient fort à cœur », affirme-t-il. « C'est tout un autre monde. La taille des routes, les portions des repas, la figure japonaise traditionnelle. Tout est petit, surtout en comparaison avec le monde occidental. Il faut applaudir l'intelligence de ce peuple, » renchérit cet homme qui aime surprendre pour changer le regard.

Les œuvres de Pierre Auger sont exposées à la galerie Arts Sutton du 30 avril au 31 mai. Un vernissage aura lieu le 3 mai (voir en page 22). Intitulée *Filigrane*, l'exposition saura sans nul doute susciter un intérêt varié. Quelques-unes de ses œuvres sont également en vente à Le Local Design sur la rue Principale à Sutton. Pour de plus amples informations, veuillez communiquer avec Sanders Pinault au (450) 538-2563 ou consultez artsutton.com.

OLIVIA ENNS





**LA GALETTE**  
19 PRINCIPALE NORD, SUTTON

# CRÊPERIE SUTTON

RÉSERVATION 450.538.3000

CRÊPES BRETONNES  
DÉJEÛNER, DU JOUR, CRÊPES DESSERT.  
SOUPE À L'OIGNON GRATINÉE  
CAFÉ ESPRESSO  
LOCATION DE SALLE POUR GROUPES

VEND, SAM, DIM, LUN. 9H À 16H

# LE TOUR

CALENDRIER | REGIONAL  
DES ÉVÉNEMENTS | CALENDAR  
PRINTEMPS 2020



Atelier culinaire L'Inde et ses épices chez Fraîche

## Récurrents ou de longue durée

- Jusqu'au 15 mars Arts Sutton *Apparences* de Brigitte Dahan p22  
Jusqu'au 19 mars Biblio Dunham Expo Mylène O'Reilly et Jean-Loup Roy  
Jusqu'au 2 mai 9h Marché couvert de Sutton Marché du samedi  
Jusqu'au 29 mai Auberge Sutton Brouërie Vendredi concert « live » p11  
Jusqu'au 29 mai 9h CAB Sutton Vendredi Atelier d'éveil  
22 février au 26 avril Érablière Hilltop Repas traditionnel du temps des sucres p10  
26 février au 3 mai Vignoble du Ruisseau Cabane à sucre revisité (merc. au dim.) p6  
26 février au 3 juin 14h30 CAB Sutton Mercredi Café 50+  
27 février au 16 avril 15h Mont SUTTON Jeudi Open Mic au Bar Le Tucker p9  
28 février, 13 et 27 mars Auberge des Appalaches Vendredi Musique p11  
29 février au 8 mars Mont SUTTON Relâche du Québec p9  
28 février au 29 mars Star Café Vendredi et samedi musique  
28 février au 17 avril Mont SUTTON Vendredi musique au Tucker p9  
28 février au 26 juin 9h CAB Sutton Vendredi *Baby Drop-In*  
1<sup>er</sup> 4, 5, 6, 29 mars, 13, 26 avril, 17, 24 mai 8h30 Spa Bolton Doux matin parents-enfants  
2 mars, 6 avril, 4 mai et 1<sup>er</sup> juin 9h CAB Sutton Cuisine Collective  
4 mars, 1<sup>er</sup> avril, 6 mai Round Top Bagels Rencontres avec Coop Le Terroir Solidaire  
6 mars, 17 avril, 8 mai, 12 juin 19h30 Hotel de Ville Sutton Soirée Spirit Dance  
14 mars au 22 mars Mont SUTTON Relâche de l'Ontario p9  
17, 18, 19 et 20 mars Arts Sutton Ateliers de création p22  
17, 24 et 31 mars, 7 et 14 avril 9h30 Marchand de Thé Ateliers d'écriture créative p14  
21 mars au 3 avril Chez Tutti Gould Atelier Zhineng Qi Gong Training  
21 mars au 15 avril Biblio Dunham Expo de France Lamontagne vernis 21 mars 14h p21  
21 mars, 18 avril, 23 mai 20h SAGP Sutton Comédie Club p15  
26 mars au 26 avril Arts Sutton Expo-concours membres artistes vernis 29 mars 14h p22  
27 mars, 24 avril et 22 mai 20h SAGP Soirées Groove avec DJ Neerav + invités p15  
28 mars au 23 mai 10h30 Espace Sutton Samedi Chorale intergénérationnelle p16  
18 avril au 13 mai Biblio Dunham Expo J.-T. Bédard & S. Veillette vernis 18 avril 14h p21  
19 avril et 10 mai 9h BALNÉA Matins petits balnéens (enfants 7 à 13 ans accompagnés)  
30 avril au 31 mai Arts Sutton Expo de Pierre Auger vernis 3 mai 14h p23  
1<sup>er</sup> au 31 mai Art Plus Expo de Laurel Sprengelmeyer vernis 2 mai 14h  
9 mai au 13 juin 7h Sutton Birds Excursions ornithologiques du samedi p28  
16 mai au 10 juin Biblio Dunham Expo Collectif Encreguenille vernis 16 mai 14h p21  
16 mai au 28 juin Adéland Expo-résidence du photographe Alain Lefort p20



Grand défi Oiseaux Québec.  
Hirondelle noire. © Bertrand Hamel



Repas cabane à sucre  
au Vignoble du Ruisseau

## FÉVRIER

- 25 18h Brasserie Dunham Winston Band  
+ Gypsykumbia et Mononc' Serge  
26 18h30 Centre Lac-Brome Conférence  
«Protéger la planète, ça commence dans l'assiette»  
28 19h Grace Church Boîte à chanson acoustique  
28 19h30 Brasserie Dunham Tournoi de babyfoot amical  
29 10h30 Biblio Dunham Théâtre marionnettes d'ombre : Le petit chaperon rouge p21  
29 12h Derrière Hôtel de Ville Dunham Journée Plaisirs d'hiver  
29 13h Mont-Tricot Tricoton de l'année bissextile p41  
29 20h Red's Kitchen Emily Rockarts  
29 21h Beat & Betterave Lancement de la bière du Beat avec Papagroove

## MARS

- 1 10h30 Musée Bruck Musique au salon : Vincent Boilard  
1 13h Fraîche Atelier culinaire : L'Inde et ses épices p21  
2 14h AWB Lecture *Naming the Townships* by Gail Klinck  
7 8h30 Mont SUTTON Animation de CTV Ski Team : musique, plaisir, jeux, etc. p9  
7 9h Brûlerie Virgin Hill Dégustation gratuite de miels de la région  
7 19h PENS Randonnée au clair de lune au Round Top  
7 19h SAGP Soirée festive avec DJ Vain vain (et son orchestre) p15  
7 20h Brasserie Dunham Tunnel Vision 4 : projections Joël Vaudreuil et Scorpion Dagger  
7 20h SAGP Cadavrexquis présente Fly In Fly Out  
7 20h Theatre Lac Brome Jonas Tomalty  
7 21h Beat & Betterave Émile Bilodeau  
13 18h30 Round Top Bagels Lancement du collectif Mamel Label  
13 20h Église Emmanuel Philippe-Audrey Larrue-St-Jacques  
13 21h Beat & Betterave Maude Audet  
14 20h Biblio Dunham Théâtre Au bout du bout il y a l'infini p21  
14 20h Église Emmanuel Nicolas Pellerin et les Grands Hurlleurs  
14 21h Beat & Betterave Fred Fortin Solo (spectacle du 7 février reporté)  
15 14h30 SAGP Conte historique avec Claude Hamel p35  
16 13h30 Centre Lac-Brome Conférence UTA : vins québécois et canadiens  
19 19h Beat & Betterave Soirée des possibles : film «Une femme en guerre»  
20 20h Église Emmanuel Saratoga  
20 20h SAGP Dominique Fils-Aimé p15  
22 8h30 Mont SUTTON Cours d'initiation à 25\$ (inscription 36h à l'avance)  
22 13h Grace Church Atelier initiation danse traditionnelle et après-midi dansant p14  
22 13h30 Studio Qita Atelier céramique parent/enfant  
25 16h Brouërie Vernis de l'art végétal et de l'art brut (Patrick Morency et Éliisa) p11  
27 20h Theatre Lac Brome Marie-Pierre Arthur  
27 21h Beat & Betterave Les Hay Babies  
28 10h30 Biblio Dunham Heure du conte : Méli Mélo p21  
28 18h Mont SUTTON Visionnement des vidéos gagnantes du concours iF3 p9  
28 20h Église St-André Nathalie Bédard et ses musiciens  
28 & 30 20h SAGP Star d'un soir p15  
29 10h30 Musée Bruck Magali Simard-Galdès soprano et David Jacques guitariste

# AVRIL

- 3 20h Théâtre des Tournesols Ludovick Bourgeois
- 4 9h Mont SUTTON *Snow on the beach* : party de printemps p9
- 4 12h Brasserie Dunham Mini-salon de la bande dessinée de Dunham
- 4 12h Brasserie Dunham Lancement de la 4<sup>e</sup> édition du journal L'Étiquette
- 4 20h Auditorium Massey-Vanier Louis-Jean Cormier
- 4 20h Biblio Dunham Cabaret avec Philippe Routhier
- 6 14h AWB Lecture on the *Adaptive Sports Foundation* by Steve Charbonneau
- 10 20h SAGP Fred Fortin p15
- 10 21h Beat & Betterave We Are Wolves
- 11 20h Theatre Lac Brome De Temps Antan
- 12 10h30 Auberge West Brome Brunch de Pâques p32
- 12 11h Auberge Auberge des Appalaches Brunch de Pâques p11
- 14 13h30 Biblio Cowansville Conférence UTA : Afrique : enjeux pour le 3<sup>e</sup> millénaire
- 15 23h59 Mon arbre à moi Dernière journée pour l'inscription à Mon Arbre à Moi p5
- 16 19h Beat & Betterave Soirée des possibles : film *Wild Relatives*
- 18 20h SAGP Emilie-Claire Barlow p15
- 18 20h Theatre Lac Brome Hommage à Bob Walsh
- 19 14h30 Église Abercorn Héritage Sutton : infos et échanges sur la frontière p35
- 24 20h Église Emmanuel Craig Cardiff
- 25 10h30 Biblio Dunham Le petit monde de Flonflon (conte musical) p21
- 25 13h Biblio Dunham Atelier d'incrustations de mosaïque de verre sur bois p21
- 25 20h Église Emmanuel Monsieur Raph & Mehdi Cayenne
- 26 13h30 Studio Qita Atelier céramique parent/enfant



Le printemps au Mont SUTTON

# MAI

- 2 13h Biblio Dunham Atelier d'incrustations de mosaïque de verre sur bois p21
- 2 20h Théâtre des Tournesols Jean-Pierre Ferland
- 2 21h Beat & Betterave Mon Doux Saigneur
- 3 10h30 Biblio Cowansville Musique au salon : Les athlètes de la flûte à bec (JMC)
- 4 14h AWB Lecture on *Wildlife conservation work at the Granby Zoo* by researchers
- 9 20h Biblio Dunham Cabaret Salade de fruits p21
- 10 10h30 Auberge West Brome Brunch de Fête des mères p32
- 16 9h AWB Rencontre officielle des membres du Club Vélo Sutton et ateliers divers p12
- 16 14h Espace Sutton Balade & Mélodie Sentier Village-Montagne p16
- 16 16h Adélarde Ouverture de la 2<sup>e</sup> saison : surprises, musique, bière, etc. p20
- 16 20h Auditorium Massey-Vanier Matt Holubowski
- 16 20h SAGP Guy Bélanger p15
- 16 20h Theatre Lac Brome Mike Goudreau (Acoustic Sessions)
- 17 7h Lac Larivière Journée de la pêche
- 17 10h30 Espace Sutton Balade & Mélodie Sentier Village-Montagne p16
- 23 8h30 À L'Abordage Première sortie vélo et lancement de la saison p12
- 23 10h Centre nature Sornberger Grand Défi Oiseaux Québec p28
- 23 11h Brasserie Dunham *Bottle Release* et 9<sup>e</sup> anniversaire de la Brasserie
- 29 21h Beat & Betterave Mononc' Serge



Expo de Laurel Sprengelmeyer chez Art Plus



Louis-Jean Cormier à l'auditorium Massey-Vanier



Atelier d'incrustation de mosaïque avec Jacques Landesque

# CONTACTS

ART PLUS • Sutton | 521-3189 | [galerieartplus.blogspot.ca](http://galerieartplus.blogspot.ca)  
 AUDITORIUM MASSEY-VANIER • Cowansville | 263-6666 | [surlascenedavignon.com](http://surlascenedavignon.com)  
 AWB (Auberge West Brome) | 266-7552 | [facebook.com/canadianclubyamaskavalley](https://facebook.com/canadianclubyamaskavalley)  
 BALNÉA • Bromont | 534-0604 | [balnea.ca](http://balnea.ca)  
 BEAT & BETTERAVE • Frelighsburg | 579-440-8600 | [facebook.com/Beatetbetterave](https://facebook.com/Beatetbetterave)  
 BIBLIO COWANSVILLE | 263-4071  
 BRASSERIE DUNHAM | 295-1500 | [brasserieidunham.com](http://brasserieidunham.com)  
 BRÛLERIE VIRGIN HILL • Lac-Brome | [virginhillcoffee.com](http://virginhillcoffee.com)  
 CAB SUTTON (Baby Drop-In, Cuisine Collective, Café 50+) | 538-1919 | [cabsutton.com](http://cabsutton.com)  
 CENTRE LAC-BROME | 242-2020 | [ville.lac-brome.qc.ca/loisirs](http://ville.lac-brome.qc.ca/loisirs)  
 CENTRE NATURE SORNBERGER • Bedford | 100, rue Champagnat  
 CHEZ TUTTI GOULD • Sutton | 538-4041  
 ÉGLISE ABERCORN | [facebook.com/heritagesutton](https://facebook.com/heritagesutton)  
 ÉGLISE EMMANUEL • Cowansville | [surlascenedavignon.com](http://surlascenedavignon.com)  
 ÉGLISE ST-ANDRÉ • Sutton | 538-0292  
 GRACE CHURCH • Sutton | [facebook.com/GraceChurchSutton](https://facebook.com/GraceChurchSutton)  
 LAC LARIVIÈRE • Sutton | 538-0141  
 MARCHÉ COUVERT DE SUTTON | [facebook.com/Sutton-marché-couvert](https://facebook.com/Sutton-marché-couvert)  
 MON ARBRE À MOI | [mffp.gouv.qc.ca/forets/maf/mon-arbre/index.aspx](http://mffp.gouv.qc.ca/forets/maf/mon-arbre/index.aspx)  
 MUSÉE BRUCK • Cowansville | 263-6666 | [surlascenedavignon.com](http://surlascenedavignon.com)  
 PENS (Parc d'environnement naturel de Sutton) | 538-4085 | [parcsutton.com](http://parcsutton.com)  
 RED'S KITCHEN • Cowansville | [eventbrite.com/o/reds-kitchen](https://eventbrite.com/o/reds-kitchen) | 1 461 505-1199  
 ROUND TOP BAGELS • Sutton | 522-4518 | [facebook.com/roundtopbagels](https://facebook.com/roundtopbagels)  
 SAGP (Salle Alec et Gérard Pelletier) • Sutton | 538-0486 | [salleagpelletier.com](http://salleagpelletier.com)  
 SPA BOLTON | 292-4772 | [spabolton.com](http://spabolton.com)  
 STAR CAFÉ • Lac-Brome | 243-5222 | [facebook.com/starcafelacbrome](https://facebook.com/starcafelacbrome)  
 STUDIO QITA • Sutton | [qitare@gmail.com](mailto:qitare@gmail.com) | [facebook.com/StudioQita](https://facebook.com/StudioQita)  
 THÉÂTRE DES TOURNESOLS • Cowansville | [theatredestournesols.com](http://theatredestournesols.com)  
 THÉÂTRE LAC BROME | 242-2270 | [theatrelacbrome.ca](http://theatrelacbrome.ca)

# CHENIL LAC BROME KENNEL

Sandra Shaicovitch travaillait dans le milieu de l'événementiel à Montréal. Elle était d'ailleurs derrière Bêtes de Mode, une grande soirée-bénéfice pour la SPCA. Il y a un peu moins de 3 ans, l'annonce d'un chenil à vendre sur un blogue canin est venue chambouler sa vie urbaine. En visitant le chenil de Lac-Brome que Jamie Lawson tenait depuis 17 ans, elle a eu un coup de cœur. « J'ai tout vendu ! » Il va sans dire, Sandra est une grandeoureuse des chiens ! Du plus loin qu'elle se souvienne, elle en a toujours eu ! Son compagnon actuel, Guapo, est d'un caractère très enthousiaste. Il nous accompagnera d'ailleurs tout au long de la visite du chenil. À l'entrée, la chatte Misty nous accueille dans le sas. Guapo se poste devant la porte, excité d'aller rejoindre ses amis.

## INSTALLATIONS

J'avoue d'emblée, je ne suis jamais entrée dans un chenil. La porte s'ouvre sur un long corridor bordé d'espaces fermés de diverses grandeurs appelés condos. Chacun d'entre eux est relié par une porte coulissante à un enclos extérieur individuel (deux grandeurs d'enclos sont offertes). L'été, cette porte reste ouverte tout le jour. Les chiens peuvent ainsi prendre l'air et s'intéresser doucement à leurs

voisins sous une toiture-solarium qui les protège de la pluie et du soleil. L'hiver, comme l'intérieur est chauffé, Sandra doit passer de façon régulière pour ouvrir les portes. Un plus grand espace, au fond, peut recevoir plusieurs chiens d'une même famille. Sa grande cour privée peut aussi accommoder les chiens plus territoriaux, ceux en chaleur ou en convalescence par exemple.

## VACANCES

« Il y a quelques mois, j'ai tout repeint avec des couleurs tropicales. J'avais envie qu'on sente que les chiens aussi sont en vacances, comme leurs maîtres, » explique Sandra. De toute évidence, les vacances, les chiens les goûtent lorsqu'ils sortent jouer avec leurs amis dans un des espaces communs extérieurs. Sandra tient à les y sortir au minimum 4 fois par jour. Elle précise : « Plusieurs de mes pensionnaires sont des réguliers que je connais bien. Je ne laisse rien au hasard. Pour leur trouver des partenaires de jeu, j'observe beaucoup les chiens et leur niveau d'énergie... »



Le chenil de Sandra Shaicovitch



rendez-vous seulement. Cette formule est parfaite pour les résidents, les retraités et les professionnels qui veulent s'assurer du bien-être de leur toutou lorsqu'ils doivent s'absenter une journée. Elle accomode également les visiteurs qui ne peuvent laisser leur animal sans surveillance dans la chambre d'hôtel. « C'est

aussi une bonne façon pour les chiens de se familiariser avec l'endroit afin de ne pas se sentir abandonnés lorsqu'ils viennent ici pour un séjour de plus longue durée, » précise Sandra.

## SOCIALISATION

En ville, les chiens ont plusieurs occasions de socialiser avec d'autres canidés, sur le trottoir ou dans les parcs à chiens. En campagne, ils font beaucoup d'exercice, mais ils n'ont pas toujours l'occasion de socialiser et de jouer avec d'autres animaux. Pour pallier cette réalité, les propriétaires de chien peuvent amener leur animal au chenil de temps en temps.

Deux ans et demi plus tard, Sandra ne regrette pas d'avoir fait le grand saut. On sent qu'elle a vraiment à cœur le bien-être de ses pensionnaires. Et de leurs propriétaires ! D'ailleurs, elle est très à l'écoute et complètement bilingue ! Une visite sur sa page Facebook vous prouvera qu'elle ne manque ni d'humour ni de solidarité envers la communauté canine et leurs propriétaires. N'hésitez pas à consulter son site pour les tarifs et autres spécifications!

**GENEVIÈVE HÉBERT**

**Pépinière Bernier**  
 Arbustes conifères, vivaces et arbres  
 Plus de 300 variétés en production  
 100 000 végétaux en inventaire

Heures d'ouverture du lundi au samedi :  
 Mai et juin : de 8 h à 17 h De juillet à octobre : de 8 h à 11 h ou sur rendez-vous

155, CHEMIN RIDGE, STANBRIDGE EAST  
 450 248-3091 ou 450 542-2061 pepinierebernier.com

**kō**  
 PAYSAGES

VIVEZ VOTRE VRAI NATURE  
 450 266-4466 | kopaysages.com



**FLEURISSIMA**  
 CRÉATIONS FLORALES

Mariages · Événements · Sympathies  
 Décor Floral · Commercial et Personnel

info@fleurissima.ca

Debbie Hornig  
 450 776-0899

Alison Marks  
 514 236-6887

# PUR ANIMAL LÂCHER LA BRIDE



Marc et son toutou, Liza et Olive, Sylvie et Litchy, et Yanik

Avez-vous remarqué le cheval grandeur nature devant la boutique Pur Animal à West Brome? Non, le propriétaire à l'accent acadien que tous appellent Marco ne s'est pas trouvé une nouvelle passion. Il a plutôt passé les rênes de son entreprise de 22 ans à une équipe bien ferrée. En effet, deux des trois nouveaux acquéreurs, Liza et Yanik, sont les 3<sup>e</sup> et 2<sup>e</sup> générations de propriétaires de l'entreprise familiale A.S.C. sur la rue Wellington Sud à Sherbrooke. Sylvie, la conjointe de Yanik, s'est jointe à l'aventure il y a quelques années. « A.S.C., Au Service du Cultivateur, était à l'origine un magasin à vocation agricole. Aujourd'hui, c'est également un magasin d'alimentation et d'accessoires pour animaux comme Pur Animal, mais à plus grande échelle. On a aussi un volet équestre, » explique Liza. Cette institution a ouvert ses portes en 1968. Comme le marché a beaucoup évolué depuis, l'entreprise a su diversifier son offre. D'ailleurs, les lettres A.S.C. désignent la vocation originelle de l'entreprise, mais aussi celles plus récentes; Au Service du Cavalier et Au Service de vos Compagnons. Liza et Sylvie ont énormément d'expérience dans le domaine animal. Elles ont suivi des formations de toutes sortes, entre autres, sur l'alimentation équine.

moment, ainsi que sa fidèle acolyte depuis 18 ans, Marie-Josée. D'ailleurs, les nouveaux proprios ont à cœur de garder l'essence de la boutique; le service à la clientèle personnalisé. « Dès qu'on est entrés dans la boutique de Marco, on a eu un coup de foudre. Sa boutique a le même esprit que la nôtre. Comme lui, on connaît nos clients et on peut compter sur une équipe solide. » Outre le volet équin, d'autres marques de nourriture et accessoires pour animaux domestiques viendront étoffer l'offre déjà établie de Pur Animal.

Lorsque je suis passée, j'ai été accueillie par Olive, un coquet pinscher « au service à la clientèle depuis 12 ans. » Durant ma visite, elle a discrètement charmé tout le monde; hommes, femmes et enfants s'arrêtaient pour lui parler, la caresser et la prendre dans leurs bras. Pas étonnant, comme la boutique ne fait pas office d'animalerie, Olive a toute l'attention! Ainsi que les clients! Sous mes yeux, Liza et Marco ont pris le temps d'informer les clients des changements à venir, de donner des conseils d'élevage, de vulgariser la différence

entre une gamme de nourriture et une autre et d'échanger des fous rires entre eux. Pas de doute, la synergie fonctionne.

Lorsque questionné sur la suite des choses, Marco répond, sourire en coin, qu'il est en transition vers une nouvelle aventure. Pour la première fois depuis longtemps, il n'a plus d'animaux et plus d'entreprise! Pour lui qui a ouvert 4 restos et une boutique et qui, à un moment de sa vie, a eu simultanément 5 aquariums, 1 chien, 4 chats et des oiseaux, le sentiment de liberté doit être grisant. Mais il semble garder les pieds sur le plancher des vaches. Il va continuer de s'occuper de son jardin (que des clubs d'horticulture visitent chaque été), voyager et méditer.

En tout cas, grâce à l'expérience des nouveaux propriétaires, il pourra certainement lâcher la bride l'esprit tranquille. Liza, que j'ai rencontrée, semblait déjà être bien en selle. « Pour l'instant, nous sommes encore en démarrage. Aussi, nous sommes très ouverts aux demandes. On sonde le terrain pour connaître les besoins spécifiques des gens d'ici et beaucoup de choses sont à venir. »

Pour connaître les nouveautés de Pur Animal, visitez la page Facebook!

GENEVIÈVE HÉBERT



**GO! SOLUTIONS  
SKIN + COAT CARE**

Disponible pour l'essai au prix spécial de **9.99\$**

Maintenant sous un même toit!

**A.S.C.**  
BOUTIQUE ÉQUESTRE  
1968 50 2018  
TAGG SHOP

**DISPONIBLE CHEZ**

**PUR ANIMAL**

1108, ch. Knowlton  
West Brome (QC) J0E 2P0  
(450) 263-3030 | puranimal.com

petcurean.com

Élément canadienne

# MY INTRODUCTION TO BIRDS



Jason Campbell and the chebec or least flycatcher

**M**y appreciation of birds began when sitting in a park in Dorval waiting for a ride. I noticed a repeating bird song in a nearby tree. I followed the sound out of curiosity and discovered a bright red cardinal singing on a high branch. Until then I had never even wondered what a cardinal sounded like. I watched and listened to it sing as I waited. This cardinal was my introduction to birding.

After that day, I started recognizing other cardinals singing. It turns out that the cardinal has a very loud and easily recognizable song.

A few years later at about the age of 29 I spent some time working outdoors in Morin-Heights. I began listening to pick out individual songs and learned the robin and chickadee's familiar songs. In the late afternoons a flute-like song caught my interest. It was beautiful, ethereal and mysterious – the perfect soundtrack for a forest on a lazy summer evening. Like chimes sounding from the magic of forest fairies! I followed the sound and discovered a small brown bird with a pale spotted breast walking among fallen branches and rustling the leaves. It did its best to keep away from me but did not take flight. I bought a Peterson's field guide of birds to investigate further. I searched through the illustrations for my evening singer and decided that it looked closest to a thrush. After a few more times listening to the bird in the forest and comparing it to thrush songs on the internet I decided that it must be a hermit thrush!

## THAT PROCESS OF DISCOVERY GOT ME HOOKED

The next summer while travelling to Ecuador and Peru I signed up for a birding tour. I was amazed that the guide knew how to recognize hundreds of bird songs and calls! He could spot birds and identify them before I even suspected their presence. Inspired by the bird guide I bought CDs of bird songs. I learned to be able to distinguish the song of a downy woodpecker from that of the hairy woodpecker, a great horned owl from a barred owl! This is before I

knew about phone apps. I was using books and CDs to learn more.

Next I bought a decent pair of binoculars. I soon discovered that spring is an intense period of bird activity. Birds sing more, are more active and easier to spot in the spring. The very best time is around Mother's Day when migrating birds have returned from the south and are singing to attract a mate before the leaves fully open. I almost always hear the bird before spotting it and then observe it through binoculars.

I started to notice that whenever I was outdoors and heard birds, they caught my attention. I went

on walks to see what birds I could hear and identify. I literally had dreams of hundreds of colourful and exotic birds flying along riverbanks. I wanted to know what birds lived around me in Sutton and what the best spots were for seeing birds within walking distance. Sometimes in the early morning there is an overwhelming variety of species. With practice I learned to recognize more bird songs and can now recognize most songbirds that I encounter in this area by ear. There is always more to learn. I feel that this interest has enriched my life by providing a connection to nature and a hobby that I can enjoy anytime!

**JASON CAMPBELL**  
Suttonbirds.com

## UN OISEAU EN CONDO

**A**vez-vous déjà remarqué un nichoir à plusieurs entrées, juché sur un poteau en hauteur? Vous vous êtes peut-être demandé quel oiseau pouvait bien utiliser un tel hébergement? Eh bien, c'est l'hirondelle noire, qui aime vivre en colonie, chacune dans son appartement.

L'hirondelle noire, aussi appelée hirondelle pourprée, est la plus grosse de nos hirondelles. Son vol splendide, son chant agréable et son rôle d'insectivore expliquent pourquoi on veut installer des condos pour les attirer. Comme les autres hirondelles, l'hirondelle noire est une acrobate du ciel qui change souvent de direction en poursuivant les insectes ailés.

Bien que sa population ait diminué drastiquement depuis une décennie, l'hirondelle noire ne fait l'objet d'aucun statut mondial, fédéral ou provincial d'espèce en situation précaire. Voilà pourquoi le Regroupement Québec Oiseau a fait de son rétablissement l'objet d'un de ses projets de conservation.

Le Club des ornithologues de Brome-Missisquoi (COBM) a voulu contribuer en installant un condo à hirondelles noires. Le site que nous avons choisi est le Centre nature Sornberger de Bedford. Avec la rivière proche et les bassins de sédimentation, assurant une grande quantité d'insectes volants, ce parc nous semblait un bon habitat. C'est pourquoi nous avons installé un de ces condos à l'automne dernier près du stationnement. Nous avons eu l'aide de la municipalité de Bedford dont les employés ont installé le manchon



© Bertrand Hamel

dans lequel on glisse le poteau. Même si une installation à l'automne semble un peu tard en saison, il faut savoir que les hirondelles font du repérage de bons sites de nidification avant de partir. Il a été retiré pour l'hiver et sera réinstallé au printemps.

Il y aura d'ailleurs une inauguration le jour du Grand Défi Québec Oiseau, le samedi 23 mai (remis au dimanche 24 en cas de pluie) vers 10 h et vous êtes tous invités.

Le Grand défi Québec Oiseau est une levée de fonds annuelle. Des équipes d'ornithologues tentent de compter le plus grand nombre d'oiseaux dans une journée et récoltent des dons. La moitié de ces dons va au Regroupement Québec Oiseau pour des projets de conservation et l'autre moitié peut être utilisée par le Club pour ses propres projets ou donné à un organisme de conservation.

Cette année encore, l'équipe des Intrigants Volatiles, composée de Bertrand Hamel et de Philippe Blain, du COBM, tentera de relever le Grand Défi Québec Oiseaux, le 23 mai prochain.

Le Centre nature Sornberger est un très bel endroit pour une promenade ou un pique-nique en famille. Comme il y a beaucoup de parulines, il y a aussi beaucoup de maringouins dont elles se nourrissent. Munissez-vous de chasse-moustique!

Au plaisir vous y rencontrer le 23 mai prochain.

**GHISLAINE DELISLE**

Pour devenir membre du Club des ornithologues de Brome-Missisquoi : [cobm.ca](http://cobm.ca).



## Ensemble, en action!

**Isabelle Charest**  
Députée de Brome-Missisquoi  
Ministre déléguée à l'Éducation  
Ministre responsable de la Condition féminine

[f](#) [t](#)



**ASSEMBLÉE NATIONALE  
DU QUÉBEC**

---

**Bureau de circonscription**  
170, rue de Sherbrooke, bureau 205  
Cowansville (Québec) J2K 3Y9  
Tél. 450 266-7410  
Sans-frais 1 833 257-7410  
[isabelle.charest.BRMI@assnat.qc.ca](mailto:isabelle.charest.BRMI@assnat.qc.ca)

# HEAD ON OUTDOORS

**H**ave you ever wondered how to learn more about nature and why some people are so passionate about it? We challenge you and your families to spend more time outside to feel content, healthier and awed by nature. Let us introduce ourselves, Jessica Adams and Rebecca Soulis, two bilingual self-proclaimed Nature Nerds. We have loads of field experience as nature educators and consultants with backgrounds in wildlife biology and recreation. We have a passion for learning and an even greater passion for sharing our knowledge with others.

We are nature enthusiasts and our goal is to:

- inspire nature exploration and encourage spending time outside
- highlight local celebrity species that we feel everyone should know more about
- foster a nature learning community

Spring is a time of new beginnings. Challenge yourself to spend 15 to 30 minutes per day outdoors in nature this spring. What do we mean by

spending time in nature? Observing birds at a feeder, working in a garden, going for a walk in the park or on your property, hiking... all of these activities can be considered nature-themed if done with the intention to be present and on the lookout for what is happening in the environment around you. Nature is fascinating as it is in constant flux and there is always more to learn - even in our own backyard. The Eastern Townships are full of nature learning opportunities. Here are a few inspirational suggestions to help you meet the challenge:

- The One Nature Challenge by the David Suzuki Foundation
- Birding with Jason Campbell Saturday mornings - see [suttonbirds.com](http://suttonbirds.com)
- Wonder Walks with Jessica Adams and Jamie Moar throughout the Eastern Townships

**Seasonal Tip**  
Birds are beautiful and at their most active and best in the spring. Males sing to attract a mate, their feathers are fresh, bright and ready to impress. Bird watching can be done by ear and by sight, using both techniques increases one's chances of



identification. If birds interest you, but you are not sure where to begin, choose one type of bird to learn about at a time. Listen to its call, learn to recognize its size, color, behavior and habitat, then head on outdoors. Both adults and children can participate in this activity.

By paying attention to the sounds and behaviors of birds, you can interpret your surroundings in a different way. A walk in the woods becomes a new experience. Drawing the bird or taking a picture can also bring new awareness and pleasure to the activity.

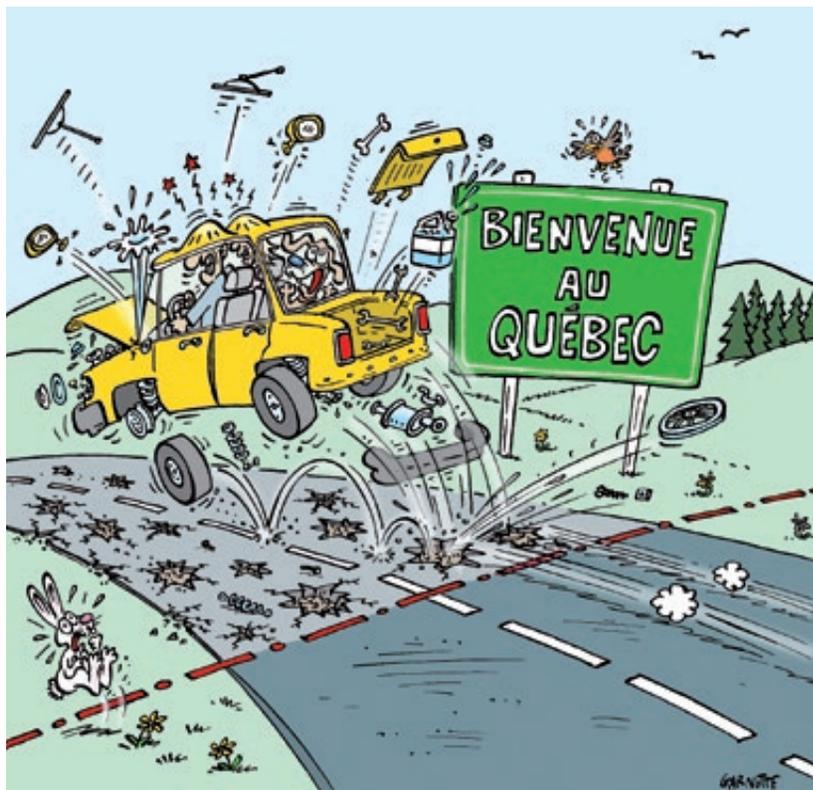
The Blue Jay is one of the more recognizable bird species of the area at about the size of a robin (slightly larger), with a vibrant blue covering its back and head. Hanging a bird feeder in your yard is a sure way to attract this beautiful bird. As you get better at recognizing the Blue Jay move on to another bird species.

For more nature inspiration send us an email. Happy Nature Nerving!

**JESSICA & REBECCA**

Nature Education Consultants  
[nature.nerding@gmail.com](mailto:nature.nerding@gmail.com)

## 7 ERREURS SE SONT GLISSÉES ENTRE CES DEUX IMAGES ; SAUREZ-VOUS LES TROUVER ?



SOLUTION PAGE 45



**Nouveau!**  
Cours de groupe pour l'arthrose du genou et de la hanche.  
Cours de groupe pour la douleur du cou et de l'épaule.  
Appellez-nous pour plus d'information!

**New!**  
Group courses for knee and hip arthritis.  
Group courses for neck and shoulder pain.  
Call us for more information!



Karine Tcholkayan pht, et Amy Rogerson pht



Julie Sicotte pht



Isabelle Dumont ttp

membres de/members of l'Ordre professionnel de la physiothérapie du Québec

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

2-550, Ch Knowlton. Lac-Brome, Qc J0E 1V0 · 579 438-8484 · [sportphysio.knowlton@gmail.com](mailto:sportphysio.knowlton@gmail.com)

# CHAMP LIBRE

Tout a commencé assez innocemment un matin d'hiver. Notre fils, « éduqué à la maison, » tout à fait spontanément, m'a demandé si je voulais jouer dehors avec lui.

Il y avait quelque chose dans la demande de Lou qui semblait spécial, car d'habitude il ne se jette pas dehors à la première heure pour aller jouer. Intuitivement, j'ai senti qu'il était important de sortir jouer avec lui. Nous avons donc enfilé pantalons de neige, bottes, mitaines et nous sommes partis.

Son plan initial était d'aller glisser. Nous vivons à flanc de colline, donc l'hiver transforme notre pente

en une belle et grande piste de glissade! Alors que nous commençons à monter au sommet de la colline, Lou a laissé tomber son traîneau et a dit: « Papa, je pense que je vois les traces de Tao (notre chat) dans la neige. Est-ce qu'on peut les suivre? »

Lorsque vous vous lancez dans le monde de l'apprentissage autonome, vous donnez à votre enfant le contrôle sur la façon dont il utilise son temps (dans les limites raisonnables du possible, bien entendu). Parfois, ces décisions peuvent sembler étranges, voire incompréhensibles à première vue.

L'apprentissage autodirigé nous amène en tant que parents à **faire confiance** à l'intuition de nos enfants, à respecter le fait qu'ils savent intrinsèquement ce dont ils ont besoin à tout moment. Cela nous invite à avoir confiance que leur désir inhérent d'apprendre, de grandir et de maîtriser leur environnement les guidera à faire exactement la bonne chose à tout moment. Ce que notre fils ne cesse de nous prouver depuis sa naissance...

Revenons à notre scénario sur la colline. Si j'avais été d'humeur différente, j'aurais peut-être essayé de contrôler la situation et dit à Lou: « on pourrait peut-être suivre les pistes de Tao *après* avoir glissé? » Ou « pourquoi pas plus tard dans la journée? » (autrement dit, éluder et remettre sa proposition à plus tard...). Cependant, j'ai décidé de suivre son élan et de participer à l'aventure qu'il me proposait.

Ainsi, suivre les empreintes du chat autour de la maison nous a conduits dans la forêt voisine, où les traces de notre félin domestique se sont rapidement transformées en une piste de lynx! Tout à coup, nous étions ainsi devenus des pisteurs à travers les bois! Près de deux heures plus tard, nous sommes rentrés chez nous après avoir respiré l'air pur de la forêt et nous être connectés à plusieurs essences d'arbres et espèces d'oiseaux bravant la rigueur de l'hiver, dans la joie de notre complicité. Une expérience éducative inestimable, mais aussi un voyage précieux vers la croissance personnelle, la confiance en soi et la connexion émotionnelle.

Le point principal ici est le suivant: les enfants n'apprennent pas en tournant un interrupteur ou avec des adultes qui leur font la leçon. Ils apprennent par le



© Anne Mergault

jeu. Ils apprennent à travers le chaos et le désordre de leur expérience quotidienne, avec le mouvement de la vie qui les entoure et les traverse, en s'y reliant.

André Stern, sans doute le plus connu des enfants « éduqués à la maison », a appris à jouer de la guitare et à en fabriquer, à concevoir des moteurs et à maîtriser la mécanique automobile à l'âge de 12 ans. Il y est parvenu parce qu'il avait le temps et la liberté de poursuivre tout ce qui l'intéressait. Bien sûr, André Stern a rencontré des guides et des mentors sur sa route, mais l'impulsion venait de lui-même, personne ne lui indiquait ce qu'il devait faire et encore moins ne l'y forçait.

Lorsque nous sommes vraiment passionnés par quelque chose et que nous avons le temps et la liberté de poursuivre cette passion sans relâche, nous apprenons rapidement et de façon durable. Comme le dit le professeur de psychologie du Boston College, Dr Peter Gray:

« Par le jeu, l'esprit se construit et l'âme s'élève. »

L'apprentissage n'est pas linéaire, mais circulaire. Comme la route que Lou et moi avons tracée dans la forêt ce matin-là. Pour nous, lui donner le pouvoir de faire ses propres choix d'apprentissage, à son rythme, est le plus beau cadeau que nous puissions lui offrir.

**LAWRENCE LEFCORT, TRADUCTION: ANNE MERGAULT**

Codirecteurs de Champ Libre, un centre d'apprentissage autodirigé de Dunham. Ils croient qu'en changeant la façon dont nous éduquons nos enfants, nous pouvons rendre le monde plus lumineux.

FB: Champ Libre | 450-295-1470 | [champlibre.org](http://champlibre.org)  
[info@champlibre.org](mailto:info@champlibre.org)

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  
 Plus de 15 ans d'expérience

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

Seulement jusqu'au 2 mars

100% de probabilités d'aubaines

ÉVÈNEMENT

RAFALES DE JETTA

FINANÇEMENT À PARTIR DE

0%

\*TAUX À 60 MOIS\*

+

OBTENEZ

1000\$

DE REMISE EN ARGENT

sur financement des mois de Juin 2022 inclusivement

La Jetta 2019

avec le cockpit numérique en option

Modèle Constante illustre

Granby Volkswagen

1133 Principale, Granby, QC | 450-372-4763 | [granbyvw.com](http://granbyvw.com)

Passion et plaisir depuis 1969

Projets, tuning et maintenance

40 ans DÉJÀ!

ATELIER

MOTOSPORT

1150, Ch. Knowlton  
 West Brome, Qc JOE 2P0  
 450-263-6902  
[info@ateliermotosport.com](mailto:info@ateliermotosport.com)



ICI CHAQUE CLIENT EST

*unique*



Alexandra  
Cliente de  
Cowansville



**OBTENEZ PLUS SANS PAYER PLUS**

SERVICE • NEUF • OCCASION



**NISSAN**  
COWANSVILLE

**TOYOTA**  
COWANSVILLE

**MAZDA**  
COWANSVILLE

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

# OFFSETTING CARBON

**Y**ou're doing your best. You're eating less meat, accumulating less stuff, buying local and organic, cutting down on plastics, you've made your house more energy-efficient and maybe even switched to an electric vehicle, but faced with the thought of not taking that trip you've been dreaming of is getting you down. I could say get over it or I could suggest that you

temper the damage by offsetting the carbon your portion of the flight produces.

My daughter and I recently went to the UK to visit my very aged aunties and to scatter my dad's ashes at some of his old stomping grounds. After purchasing the tickets, I visited Less.ca and the website performed a quick calculation of the carbon we were responsible for. Our two seats on a 747 from Montreal to London and back produced a whopping 4 tons of carbon. The offsets cost \$165. My money went to fund a chlorine dispenser program for rural Ugandan communities to provide safe water. No more burning wood to boil water means clean water for them and

cleaner air for their neighbours. Closer to home, some programs fund the capture and destruction of landfill gas in Windsor or Fredericton while others involve tree planting schemes across Canada. It isn't free but if those of us who are fortunate enough to travel can't afford it, who can?

Don't get me wrong. Buying offsets does nothing to eliminate the harm we do. And it's certainly not a reason to go flying off to the four corners of the earth thinking all is well but it is a tangible way to compensate. And it needn't be just for flights. There are a million calculators out there like carbonfootprint.com where you can calculate the energy you use to heat your home, the gas you burn to drive around, the energy that goes into growing your food. Offsetting can mean planting trees, financing carbon capture schemes, helping communities move away from fossil fuel dependent energies, providing seed money to alternative energy projects that are having trouble getting off the ground. Not all offsets are equal. It's important to pick ones that are verified by a third party and aim for ones that focus on shifting away from carbon toward renewables.

My goddaughter took part in a theatre day camp this summer. The culmination of their week together was a musical play written entirely by the kids. Their families and I sat quietly in the church hall and watched as the girls and boys sang and danced and performed little skits. An alarming amount of the show seemed to be about their collective sense of impending doom about the planet and its inhabitants. It was so heavy—in a way it just shouldn't be for happy, healthy ten-year-olds living in a community like ours. Instead of feeling buoyed by all their youthful creativity, I left in tears, completely disheartened by the legacy we are leaving the next generation.

We need to do better. We need to consume less—a great deal less—but if we have to fly, offsetting our carbon is the very least we can do.

**SARAH COBB**

## DU COMPOST À L'ÉCOLE DE SUTTON

**E**nfin! Le compost est arrivé à l'École de Sutton! Les élèves du comité écologique ont travaillé très fort pour que ce projet voie le jour. Certains élèves ont créé des affiches pendant que d'autres fabriquaient des banderoles et décoraient des chaudières à compost.

Ce projet a été lancé le 20 janvier 2020 au gymnase de l'école devant tous les élèves et les membres du personnel de l'école.

Avec le groupe d'élèves aux communications, plusieurs capsules vidéo liées à l'environnement seront réalisées et diffusées dans toutes les classes



de l'école afin de sensibiliser, d'informer et d'instruire les élèves de l'école, ainsi que le personnel. Ces capsules seront également présentées sur la page Facebook de l'école, ainsi que sur la chaîne YouTube.

« Grâce à ces actions concrètes, nous espérons réduire nos déchets au quotidien. Une partie du compost servira à redonner vie au beau jardin de l'école, une fois le printemps arrivé, » explique le comité.

Le comité écologique

**MAÏTÉ B.-L. (6<sup>e</sup> ANNÉE), NICO B. (6<sup>e</sup> ANNÉE), CHLOÉ G. (4<sup>e</sup> ANNÉE), ZOLA B. (3<sup>e</sup> ANNÉE) ET LAÏA-MAORI C. (3<sup>e</sup> ANNÉE)**



Les élèves de l'École de Sutton School sont fiers de faire leur part!



## AUBERGE WEST BROME

LE SPA • LE BISTRO

Ne manquez-pas les soirées table d'hôte,  
**4 services pour 40\$!**

*Connaissez-vous nos fabuleux Brunchs?*

Pâques: dimanche 12 avril  
Fête des mères: dimanche le 10 mai



**Mercredi bavette**



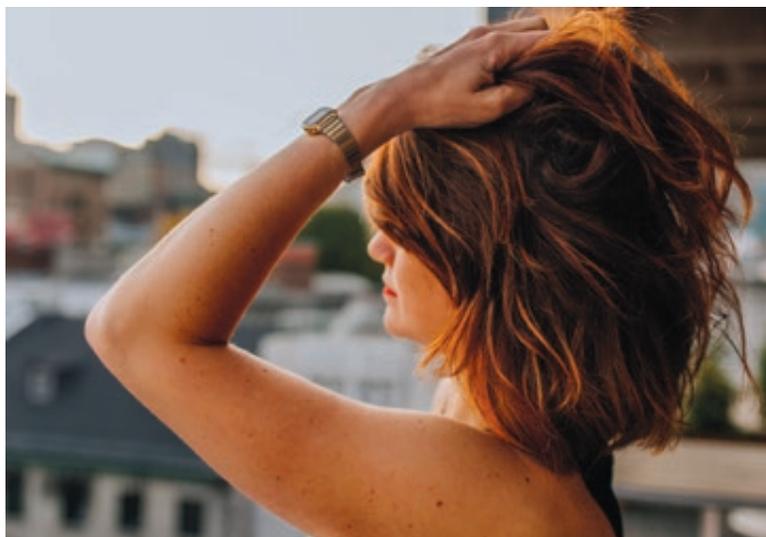
**Jeudi moules**

**BISTRO OUVERT 7/7**

128, route 139, West Brome Qc J0E 2P0  
450 266-7552 | info@awb.ca | awb.ca

# RESTER DE MÈCHE AVEC LA PLANÈTE

Depuis plusieurs années, plusieurs salons de coiffure déploient des efforts pour limiter leur empreinte environnementale. Certains réduisent leur consommation d'eau en installant des pommeaux de douche à débit réduit. D'autres, par l'entremise de l'entreprise canadienne Green Circle Salons, réutilisent les cheveux comme filets contre les déversements de pétrole dans l'océan, ainsi que les produits de coloration pour faire de l'asphalte.



Sylvie Boulet, résidente de Dunham, exerce le métier de coiffeuse et de coloriste depuis 34 ans. Depuis longtemps, cette mère de 4 enfants s'intéresse aux moyens plus écologiques d'exercer sa profession, notamment du côté des teintures. « Non seulement les teintures ne sont pas bonnes pour l'eau, mais les produits chimiques qu'elles contiennent irritent la peau des clients et des travailleurs du cheveu, » précise-t-elle.

Il y a 2 ans, sa recherche lui a fait découvrir les soins capillaires Rodolphe & Co. L'entreprise française fabrique des gammes de teintures naturelles pour tous types de cheveux. Leur gamme de 29 teintes pour les professionnels de la coiffure est fabriquée à base de minéraux. La nacre de perle en est l'ingrédient phare. Elle a le pouvoir de reminéraliser,

restructurer et est un régénérant cellulaire naturel. « Cette matière pratiquement inépuisable est récoltée le long des littoraux bretons près de Quiberon, » précise Sylvie. Leur gamme de 9 colorations végétales, elle, contient 60% de plantes tinctoriales, 40% de plantes ayurvédique et est certifiée Écocert.

Enthousiasmée par sa découverte, Sylvie s'est lancée en janvier 2019 dans l'importation de la marque. Avec son associée Julie Montreuil, elle a ouvert la maison<sup>i3</sup> distribution inc. Leurs bureaux, ainsi que leur boutique Espace Beauté, se trouvent depuis peu dans l'espacechez Destination Design à Cowansville (l'ancien Loblaws). La boutique tient, entre autres, les produits corporels à base de lait d'ânesse de Poussières d'étoiles, anciennement fabriqués à Dunham. Dans cet espace se tiendra également des ateliers beauté pour tous, ainsi que des formations pour les coiffeuses et coiffeurs.

Comme l'offre de teintures naturelles répond à une réelle demande, Sylvie Boulet voit grand. « Éventuellement, si le chiffre d'affaires augmente, il serait idéal de fabriquer ces teintures au Québec, afin de réduire davantage notre empreinte environnementale. Rodolphe est d'accord. Pour l'instant, nous faisons attention à commander les teintures une fois par trimestre. »

La maison distribue déjà la gamme de teintures végétales 100 % naturelle et certifiée Écocert, sous la marque Greenleaf Botanique, dans les magasins Avril de la province. La gamme professionnelle minérale Rodolphe & Co, elle, se retrouve dans plus de 45 salons de coiffure à travers le Québec. Pour celles et ceux qui tiennent à teindre leurs cheveux, tout en restant de mèche avec la planète, quelques salons dans la région offrent déjà les teintures Rodolphe & Co. Notamment Coifférie du coin à Frelighsburg, Bio-Coiffe à Cowansville et Studio Zone à Sutton.

**GENEVIÈVE HÉBERT**

20 ans à paysager votre paysage

**GRAMINIFORME**  
Nathalie Carey

Création et réalisation  
d'aménagements paysagers  
et d'espaces biophiliques  
favorisant la faune  
et la flore indigènes

Conception d'aménagements  
à entretien minimal  
Consultation horticole

450 522 0650  
careynath@gmail.com



**ANOUK DE CONINCK**

Agente en développement rural, *Master Agronome, B.Sc, Membre de l'OAQ*

Émergence de projets agro-écologiques,  
accompagnement agronomique et technique  
pour la mise en place de paysages nourriciers

Cell : (450) 558-0636  
Courriel : anoukdc@gmail.com

**Cuisinez nos délicieuses** côtelettes de **canard**

**4\$**

de rabais par emballage  
à la boutique en février 2020

Lundi - jeudi 8h à 17h  
Vendredi 8h à 18h  
Samedi 9h à 18h  
Dimanche 10h à 17h

**LAC BROME LAKE**

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



**DGE**  
ÉLECTRIQUE

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

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

450 204-3574  
pssanterre@gmail.com

**AGYR**  
ASSURANCES & INVESTISSEMENTS

**Jean Marineau**  
Conseiller en sécurité financière ■ Conseiller en assurance et rentes collectives  
450 638.0202 ■ jean@agyr.ca - www.agyr.ca

3-663 boul. Taschereau, La Prairie, QC J5R 1V7 - Sans frais : 1.877.638.0202

**Mécaniciens Famille Morse**

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

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



**DÉBOSELAGE ET PEINTURE**  
**BODY WORK AND PAINTING**

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

**Spécialité: peinture vernis**  
ESTIMATION POUR ASSURANCES

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

**Specialty: Clear coat**  
INSURANCE ESTIMATES

- Free estimates
- Week-end by appointment

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

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

**AUTOMOBILES SUTTON INC.**

**Auto PLACE**  
MAÎTRE MÉCANICIEN

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

Ouvert du lundi au vendredi de 8 h à 17 h (fermé entre midi et 13 h)  
Fermé les samedis

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

## THE LAUNDRYMAN

On August 16, 1896, a small classified ad in the *Bedford Times* stated that: “Mr. Wah Lee opens his laundry in the old cheese manufacturer, close to the covered bridge (61 rue du Pont).” This unassuming advertisement is easy to miss amidst the larger ads, but it is far more important because behind its simplicity, lies a story of hardship and sacrifice, endurance and survival. It represents a significant part of Quebec’s history and Canada’s story as a whole.

Fleeing the political instability and poverty of mainland China, the first wave of Chinese people, mostly young men, came to “Gold Mountain,” the Chinese name for Canada, beginning in the 1880s. Like other immigrants, they came to find a better life. Over 15,000 Chinese labourers built the western section of the Canadian Pacific Railway (CPR); over 1,000 of these men died in the process.

Shortly after the completion of the railway, the Federal government under Sir John A. Macdonald imposed a discriminatory head tax against all Chinese settlers to discourage immigration. In 1885, the tax was \$50; by 1903, it was an astonishing \$500. No other immigrants paid this tax yet people like Mr. Lee of Bedford were forced to comply. In 1923, Canada levied the *Chinese Exclusion Act* to prevent Chinese people from entering Canada. This effectively isolated the community and divided families. Known as “Gold Mountain widows,” women left behind in China had to look after the household, serve their extended families, raise the children and eke out a subsistence living, all the while hoping for little remittances from their husbands in Canada. In 1947, the exclusion law was repealed, but by then many families had been separated for over 20 years. Immigration for Chinese people remained controlled until 1967.

Socio-economic discrimination and racial intolerance forced Chinese people to earn a living in the lowest economic niches in society. Many found work in hand laundries; all work, from washing to ironing, pressing and packaging, was done by hand. In 1915, Quebec enforced a tax on Chinese laundries and laundrymen were fined or jailed for refusing to pay. Shockingly, it was only lifted in 1984.

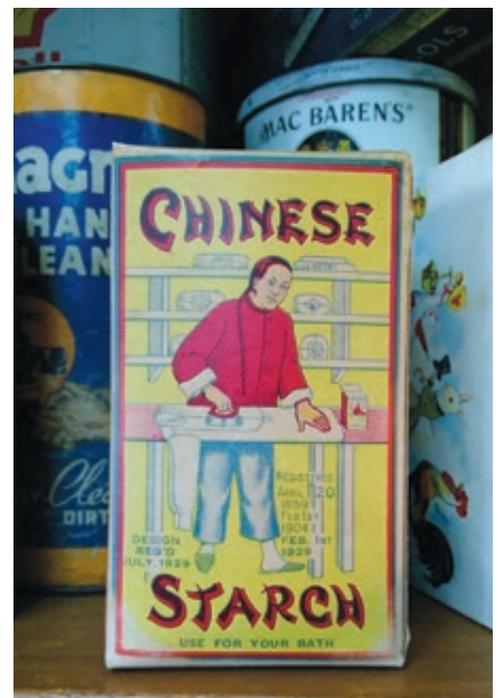
The exclusion years, 1923 to 1947, were a period of resistance and struggle for the Chinese community in Quebec, but they joined the war effort to raise money and many enlisted in the Canadian armed forces. After the war, they joined the grass roots campaigns across the country to demand citizenship and the right to vote.

With the passing of the Canadian Charter of Rights and Freedoms in 1982, Chinese Canadians felt that it was time for Canada to redress the 62 years of legislated discrimination. It took 22 more years for the redress campaign to overcome the government’s unsympathetic position of “no apology/no compensation,” but in 2006, Chinese people

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

finally won an apology and partial redress for the few hundred surviving head tax payers and their spouses. The apology did not extend to the children separated from their fathers even though some still suffer from the emotional consequences. Decades of state racism touched people in profound and lasting ways.

After 24 years, Mr. Lee’s laundry closed in 1920. An announcement in *Le Canada Français* stated that: “Charles-Edouard Dery of the house Monty & Jetté is pleased to announce that he has resumed all the old and new practices of our late Chinese man, who left us for China these last days.” The Canadian Census records fail to indicate the fate of Wah Lee and while many men share the same name in the records, it is impossible to know which one is Mr. Lee of Bedford. If he stayed in Quebec past 1923, he would have been separated from his family in China; perhaps for the rest of his life.



Promotional advertisements for laundry products often depicted stereotypical Chinese figures. Box courtesy of “Antiquités Au Fil du Temps,” Frelighsburg, QC. Circa 1930.

The Chinese brought their regional, cultural, culinary and historical traditions to Quebec society and Quebec’s Chinese community today is diverse in both regional and national backgrounds. At 100,000 people, Montreal’s community is the fourth largest in Canada.

**HEATHER DARCH**

Sources: The Bedford Times, August 16, 1896; Not Welcome Anymore, cbc.ca/archives/entry/chinese-immigration-not-welcome-anymore; William Ging Wee Dere, Being Chinese in Canada; The Struggle for Identity, Redress and Belonging; For further reading: bac-lac.gc.ca/eng/discover/immigration/history-ethnic-cultural/early-chinese-canadians/Pages/research-resources.aspx?wbdisable=true

# VOYAGER DANS LE TEMPS AVEC HÉRITAGE SUTTON



Photo de Marie-Rose Rouillard, enfant, nourrissant les poules.

Grâce au programme Québec ami des aînés (QADA), la société d'histoire Héritage Sutton a depuis deux ans transcrit, indexé et enrichi son Fonds d'histoire orale. Ainsi, la parole des aînés de Sutton, d'Abercorn et des anciens comtés de Brome et de Missisquoi est non seulement conservée, mais aussi accessible. L'aventure n'est pas terminée, Héritage Sutton entend ajouter une dizaine d'entrevues par année à ce patrimoine essentiel pour comprendre l'histoire de la région et son évolution.

Les anciens témoignages, enregistrés en 1977, nous ramènent au tournant des 19<sup>e</sup> et 20<sup>e</sup> siècles. Puis, au fil du temps, les récits de vie recueillis font revivre les décennies 1920, 1930, 1940 et 1950. Héritage Sutton a commencé à faire entendre ces voix du passé.

Les entrevues réalisées avec d'ex-travailleurs de la Filtext ont été à l'origine de rencontres publiques d'information et d'échanges en juin et en octobre 2019. Un dossier virtuel qui résume l'histoire de la Filtext et des travailleuses et travailleurs qui l'ont écrite a été mis en ligne sur [heritagesutton.ca](http://heritagesutton.ca).

Des aînés issus de l'immigration ont partagé leur expérience lors des Journées de la culture de septembre 2019. D'autres immigrantes, qui ont épousé outre-mer des soldats originaires de Sutton durant la guerre de 1939-1945, racontent leur aventure dans le cahier d'histoire no. 31 en vente dans plusieurs boutiques de Sutton et sur le site web d'Héritage Sutton.

Le projet *La parole des aînés* a permis aux bénévoles de la société d'histoire de documenter d'anciennes façons de vivre qu'on a de la

difficulté à imaginer aujourd'hui. Des élèves de l'École de Sutton ont remonté le temps jusqu'à l'époque des écoles de rang et ont pu se mettre dans la peau des écoliers d'hier grâce à d'anciennes enseignantes.

Certains thèmes reviennent dans les témoignages de tous ces aînés. Deux feront l'objet de présentations publiques dans les prochaines semaines. Avant les années 1960, l'agriculture était un secteur important de l'économie de sorte que nombre de Suttonnaises et de Suttonnais ont grandi sur une ferme. La vie à la ferme a inspiré la conteuse Claude Hamel qui interprétera en première, le dimanche 15 mars à 14 h 30 à la salle Alec & Gérard Pelletier, un conte historique sur ce thème. Une représentation en anglais sur la vie à la ferme au siècle dernier sera bientôt annoncée. Par ailleurs, le cahier 31 publie un portrait de Jean Naylor Gilbert qui, à 96 ans, exploite encore la ferme laitière que son père lui a laissée.

La frontière est omniprésente dans les récits des aînés. Une rencontre publique d'information et d'échanges explorera le fait de vivre à la frontière le dimanche 19 avril à 14 h 30 à l'église Saint-Simon d'Abercorn. Selon les politiques en vigueur au Canada ou aux États-Unis, la frontière impose plus ou moins de contraintes : droits de douanes, interdictions de commerce, exclusions de population qui engendrent de la contrebande et de l'immigration illégale. Les personnes menacées d'un côté tentent de trouver refuge et asile de l'autre. En revanche, en période d'ouverture, les résidents de chaque côté des lignes se visitent, se marient, fondent des familles, magasinent, fréquentent les mêmes lieux.

Des témoignages audios et vidéos enregistrés ou en direct d'aînés et de douaniers montreront l'importance et l'évolution du rapport à la frontière dans la vie des habitants de Sutton à différentes époques. Des documents d'archives vidéos et textuels illustreront les multiples facettes de « l'effet frontière » depuis deux siècles. Un dossier virtuel sera aussi produit à la suite de cette rencontre et mis en ligne sur le site d'Héritage Sutton.

**JEANNE MORAZAIN**  
présidente d'Héritage Sutton

**Justin Manasc**  
Ingénieur forestier  
Forest Engineer

560A, ch. de Knowlton  
Lac-Brome (QC) J0E 1V0  
T: 450 242-1366  
C: 450 776-5773  
justin@foreco.ca  
www.foreco.ca

Consultation  
Aménagement forestier durable  
Sustainable forest management

**FOR-ÉCO**  
sylviculture

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

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

**ATELIER A. BELLAVANCE**  
ARCHITECTE

450-534-1616  
www.alanbellavance.com

**GPS**  
CONSTRUCTION  
R.B.Q. 5700-024-01

ENTREPRENEUR  
GÉNÉRAL & SPÉCIALISÉ

CONSTRUCTION · RÉNOVATION  
EXCAVATION · AMÉNAGEMENT PAYSAGER

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

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

PLUMBING • HEATING  
ALL TYPES OF PUMPS  
WATER TREATMENT

PLOMBERIE • CHAUFFAGE  
TOUS GENRES DE POMPES  
TRAITEMENT D'EAU

**Plomberie Dwayne McKenney**  
R.B.Q. 5716-2521-01 9334-2129 Qc Inc.

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

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

**COURVOISIER**  
CONSTRUCTION  
INC.

DUNHAM  
450 521-7405  
courvoisierconstruction.com

Pour en savoir plus sur votre société d'histoire, visitez [heritagesutton.ca](http://heritagesutton.ca), un site entièrement bilingue. Héritage Sutton publie deux fois l'an un cahier sur l'histoire de Sutton et des environs que vous pouvez vous procurer en ligne sur notre site. Autres points de vente : Au Cafetier, les boutiques Farfelu et Nath'elle, la friperie On s'aimera encore, ainsi que le Bureau d'accueil touristique. Pour communiquer avec nous, envoyez un courriel à [heritagesutton@gmail.com](mailto:heritagesutton@gmail.com).

# HOWARD AND THE NURSES

For all of his fifty-five years, Howard Laporte was known as “The Walker.” At the age of eight months he’d surprised his mother by walking upright under the kitchen table while she was entertaining at tea. In the early mornings before breakfast, and in the evenings after supper, he would stride along slowly and always alone, on one or another of the roads surrounding Ellisburg. He might offer a shy toothy smile to one who might salute him, but he would never stop to chat.

When he was but three, his parents died in a car crash after which he lived with his only sibling, twenty-one-year-old Marie, in the old house they’d inherited. She looked after the food and laundry and stuff and diligently oversaw his schoolwork. French was his only grade below 80%.

At high school, the girls liked to bet on who could make Howard speak. “You’re the hottest guy in the class Howie,” or, “Come to my party on Friday. There’ll be kissing!” He was careful not to have an empty seat beside him on the school bus because he was terrified that a girl might take it. One day, though, Helen Santerre, one of the boldest of his classmates, grabbed the seat beside him. As he shrank away from her she whispered, “My Mom says that your real mother is Marie, not your dead Grandmother.”

He waited in his room for Marie to get back from shopping and she came up the stairs he crossed the hall and knocked on her door. “Come on in, bro,” she chirped. She had her back to him while looking at clothes in her cupboard.

“Helen Santerre told me that you are my real mother.”

Marie stood stock-still for what seemed forever, then spun around, and threw her arms around him. They fell back onto the bed and lay beside each other looking at the ceiling. She sobbed quietly. They were silent for a long time until she turned to him and said, “What does it matter Howard? We’ve all loved you so,” and ran downstairs. Howard sat alone in the dark until dawn. A month later, Marie married her boyfriend and disappeared.

After that, Howard was pretty much alone as he finished school and became an accounting clerk at the sawmill. That job afforded him the hours of silence that he needed. He only got out and about to go to the Post Office, and the IGA and so on.

One bright Saturday morning in January, Howard was walking along the Stanton Road beside an orchard. He stopped to watch some deer rooting about

in the snow for deadfall apples, when a pick-up truck came tearing around the corner behind him, skidded, and struck him, throwing him some seventy feet. When he regained consciousness two days later, he was told he that would remain a quadriplegic for life.

## Astonished by the obvious depth of the love between her son and his nurses she immediately saw the opportunity to help Howard realize his wish.

He was provided his own special room in the big hospital in Sherbrooke. Two nurses on his floor were especially trained to look after all his needs. Even breathing was problematic for Howard, for his chest muscles barely functioned. With difficulty, he could speak haltingly so long as his lungs were aspirated every few minutes.

The nurses, Yvette and Sharon, were in their forties and married with children. Their devotion to Howard grew every day as they admired his consistently good humour and his strong will to learn how to function in his limited state. Although he had never typed or worked with a computer, with the help of his new “family,” he learned to type on a laptop with a mouth stick and, to everyone’s amazement, to do it in French as well.

He had never in his life felt so close to a female—and now there were two of them. Yvette and Sharon were his mothers, his sisters and his teasingly flirtatious “girlfriends”—all at the same time. They watched Habs hockey games together, talked of the joys and tribulations of their children. They all went by special vehicles to the Granby Zoo and marvelled on seeing the elephants, and snow leopards and all. For the first time in his life Howard was feeling the embrace of family.

He was evaluated by his doctors to be well able to give instructions as to his business and legal matters. He retained Charlie to negotiate with the Quebec Insurance Board, the disposal of his apartment, the preparation of a will and other such affairs.

Both of Howard’s parents were only children and his only surviving family member was Marie. For years, he’d only heard from her through the Christmas and birthday cards that she sent without a return address.

Howard’s was determined to leave to Yvette and Sharon, in equal shares, his several hundred thousand dollar estate. Dreaming about their families

enjoying a trip to the Rockies, or a new car, or perhaps university for the kids made him smile—the same warm smile he’d had as a boy.

There was a serious problem with all this, however; these bequests would be counter to the common sense rule of Article 761 of the Quebec Civil Code:

“Art761: A legacy made to an employee of health or social service establishment who is neither the spouse or a close relative of the testator is without effect if it were made while the testator was receiving care or services from that establishment.”

After Charlie explained that, he said, “Oh come on Charlie. How would Marie could, or anybody else, ever know?”

“Maybe Howard, but that plan is not a viable plan for the long term.”

With the help of the Mormon Church, Charlie was able to track Marie down to a town in northern Alberta called Grande Prairie. Two days later, she was weeping by Howard’s bedside and a few days later she came to understand the legal dilemma. If she inherited money, she was committed to redirect it to her Church. Astonished by the obvious depth of the love between her son and his nurses she immediately saw the opportunity to help Howard realize his wish.

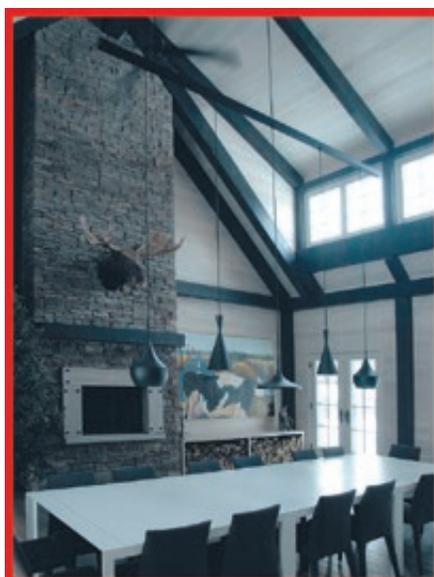
With legal and accounting assistance she set up a trust that would ensure that the money got securely into the hands of Yvette and Sharon.

Howard was fading now. Everyone knew that his fifty-sixth birthday, only two weeks away, was likely to be his last. Marie got involved in planning a full-on surprise party for him—cake, kids, paper hats and Yvan Cournoyer, who had volunteered to come from les Anciens Canadiens. Charlie and Howard, on the other hand, planned their own surprise.

At the party, which seemed to include every doctor, nurse and cleaner in the hospital, Howard was able with his computer voice to explain the arrangement to “His Girls.”

His room was flooded in tears that night. He died just twelve days later.

**A short story by PETER TURNER**



## PROCONSTRUC

450 242-4440

www.proconstruc.com

Entrepreneur Général  
General Contractor

Toiture métallique et architecturale  
Custom Metal & Artisanal Roof



RBO: 2524-0896-72

# THE VIEW THROUGH THE TREES

Enjoying spring hiking was an evolution for me. There are disadvantages, but there are a lot of things to like about it. Let me take you back 30 years to explain.

When I moved to New Hampshire, three decades ago, I soon began to climb the 4K-foot peaks of the White Mountains. It was nice, mapping loops encompassing several peaks, and ticking off peaks on the list. But there was one thing I didn't like: until you get above the tree line—about 4500 feet in the White Mountains—most of the peaks, let alone the trails, are tree-covered. There are sparse viewpoints along the way. Out of the 48 peaks validated by the Appalachian Mountain Club, only 17 reach or exceed 4500 feet. So, there is a lot of hiking in the trees.

But I stuck with it, eventually climbing 37 of the 48. I got accustomed to the White Mountains, the long slog through canopied and dappled trails. There's a lot of beauty—streams, birds, flowers—but not views. Before the age of hand-held GPS devices, I got pretty good at tracking my progress with a topographic map and an altimeter, trying to take account for weather that affected barometric pressure.

The game-changer came in 1997, when I walked Hadrian's Wall in northern England, east to west like it was built. This was the wall the Roman emperor Hadrian had built to keep the Picts—precursors to the Scots—out of the most-northern part of the Roman Empire. He began it in AD 122, and much of it is still there! Beyond the history, and the wonderful Alfred Wainwright-esque guidebook, there are expansive views! There was a practical reason for where the wall was built: this is a pinch-point of the island, so you can make a coast-to-coast barrier by building a wall only 76 miles long. It was also about the views north to the Pict enemy. As a hiker, you could see for miles, and all day—a rain storm over here, a sunbeam over there—and you could see miles ahead, where you were going, and miles back,

where you had been. You could even decide, by sight, whether the pub lunch was worth the effort of climbing down and up.

Frankly, when I got back to New Hampshire, I was bored with the White Mountains. Except for the Presidential Range, it seemed a lot of effort and much less reward. I eventually hiked two more long-distance trails in the UK—the *West Highland Way* and the *Coast-to-Coast Trail*—becoming less and less enamoured of tree-covered mountains, wherever I found them.

But back to spring hiking. I'm not a skier, so after a long winter, I really want to be outdoors! Hiking in the spring is about visibility: buds haven't turned into leaves, and the undergrowth is not yet developed. You can see not only out of the treetops, but you can see through the woods, whether on the level or up and down a slope. You might even see some far-off wildlife that hasn't seen you yet.

Yes, it might be wet, with little heaps of melting snow, muddy trails, and marshy patches of vernal melt, all with lots of matted leaves. But you can



see! As the season progresses, you can move up in elevation; when the bottom slopes are developing, the higher slopes are still bare. Eventually you lose the view out of the treetops, and you lose the view through the trees to undergrowth. But by then it's summer. I'm not as vigorous a hiker I once was, and I don't like too much heat or crowding. So spring hiking is the thing for me.

Always be sure you know the rules of whatever land you hike on. In spring, certain trails may be closed due to risk of erosion.

**JAY SAMES**

**Atelier Johanne Béland**  
**ARCHITECTE**  
[www.atelierarchitecture.com](http://www.atelierarchitecture.com)

29, rue Principale Nord, SUTTON  
 450 538-0605 [archfor@hotmail.ca](mailto:archfor@hotmail.ca)

**Céline Charbonneau**  
 Courtier immobilier Agréé  
 Cell: 450 260-5103  
[www.celinecharbonneau.com](http://www.celinecharbonneau.com)

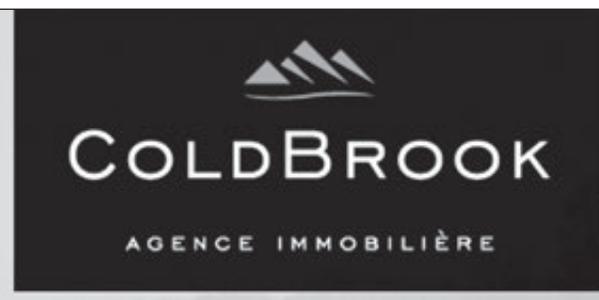
**Sutton**  
 L'immobilier nous habite

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](http://www.melanielegault.com)



**John Boudreau**  
 Courtier immobilier  
 450.531.5252



*Notre service est toujours professionnel*

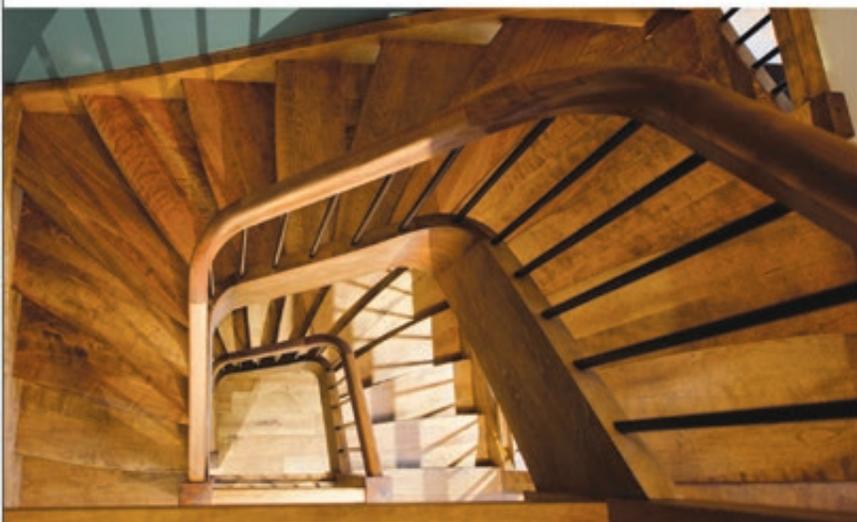
Service bilingue/Bilingual service  
[www.brownboudreau.com](http://www.brownboudreau.com)



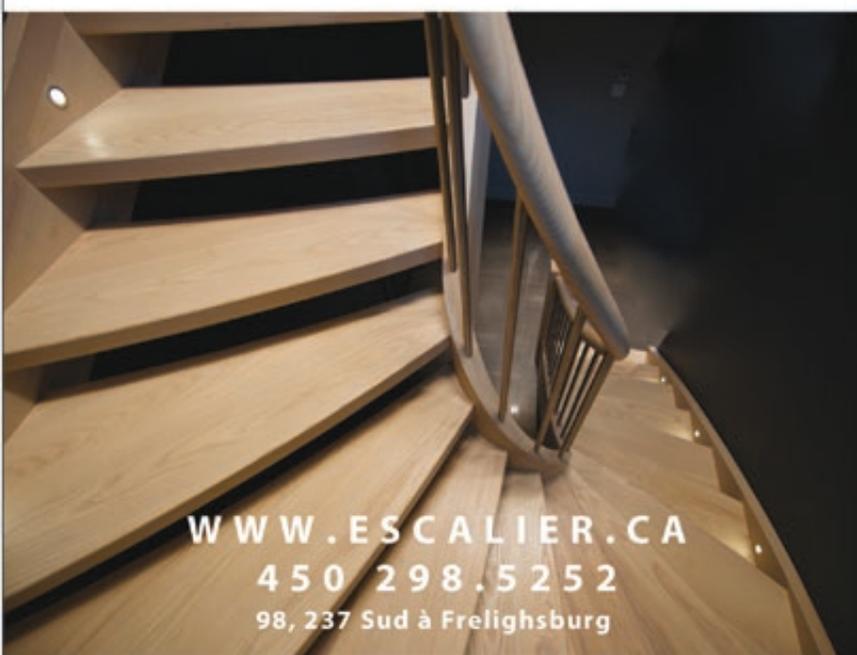
**Jessica Brown**  
 Courtier immobilier résidentiel  
 450.522.4755

## MAÎTRE D'ESCALIER BALANCÉ

*raffinement européen sous vos pieds*



Artisan professionnel membre du  
Conseil des métiers d'art du Québec  
Architecture et bâtiment



WWW.ESCALIER.CA  
450 298.5252  
98, 237 Sud à Frelighsburg

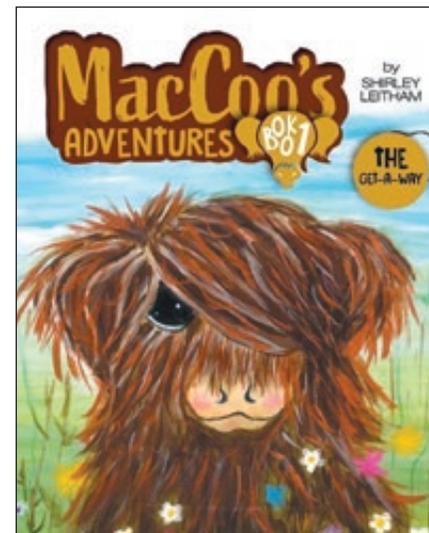
## SHIRLEY LEITHAM AND MACCOO'S ADVENTURES

Shirley Leitham and her husband have lived in Sutton since 1998. Her father was from Scotland and often spoke of his family's homeland in Perth but sadly never had the chance to return. She made a promise to him before he passed that she would one day go there to find her relatives. And she did! In 2018, she even had the pleasure of holding a family reunion here in Sutton with family from both sides of the Atlantic.

During one of her visits to Scotland, her family brought them to see the highland coos, who immediately caught her heart. She saw a calf in the pasture, and when she called to him, he started towards her, crossing the pasture, only to be stopped by the rambling brook. That's when she got the idea for her book *MacCoo's Adventures*.

Shortly after, she started volunteering at the Sutton School in the homework assistance program. These children and her three granddaughters experienced along with her the making of her book and her acrylic paintings of MacCoo.

Last year, she was invited by the school to read her book to Grade 1, 3 & 4 students and will return this spring to read to Grade 2. She exhibited her paintings and MacCoo stuffedies in classrooms. The Sutton School students even chose the painting that



For more information or if you would like to get the book, visit her web site [maccoosadventures.ca](http://maccoosadventures.ca). Her books are also available in the boutique at the BMP Hospital in Cowansville where she also volunteers.

would make the cover of her first book.

Shirley says the MacCoo Get-A-Way book is the first in a series. In this book, MacCoo learns many things: how to stand up to bullies; the importance of friendship; the unconditional love of family; the joy of competition; and how to say goodbye.

**GENEVÈVE HÉBERT**

**H<sub>2</sub>O Goyer**  
Traitement & Purification de l'eau

Que buvez-vous?  
What are you drinking?

**450 263-2226**  
Paul Chevalier, poste 239 | [pc@plomberiegoyer.com](mailto:pc@plomberiegoyer.com)  
Patrick Duriez, poste 230 | [pduriez@plomberiegoyer.com](mailto:pduriez@plomberiegoyer.com)

150, rue Sherbrooke, Cowansville  
[plomberiegoyer.com](http://plomberiegoyer.com)

**PLOMBERIE • POMPE • VENTILATION • CHAUFFAGE**

**Aluminium Cardinal inc.**

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

**GOUTTIÈRES SANS JOINT  
5" ET 6"**

**PROTÈGES FEUILLES  
ALU-REX**

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

**NOUVEAU PROPRIÉTAIRE!** **Rusty Padner 450 405-2472**  
**Service professionnel bilingue**

# MANAGING KNEE OSTEOARTHRITIS PROACTIVELY

**K**nee osteoarthritis (OA) affects more than one third of people over the age of 50. Although it is almost as common as hypertension in the ageing population, confusion remains surrounding the condition itself and how to best manage it. This column will provide you with an understanding of the condition as well as the recommended evidence-based guidelines for managing knee OA.

Similar to wrinkles in skin or graying hair, your body's joints undergo normal changes with time. In fact, a study showed that these degenerative changes are seen in knee x rays of 85% of asymptomatic, pain-free adults. This simply highlights the fact that many adults live comfortably and continue their activities regardless of having osteoarthritis in their knees.

OA affects the moveable joints of the body, most commonly the weight bearing knee and hip joints. Cell changes lead to mechanical and chemical wear of the smooth cartilage that lines the ends of the bones. The bones respond by producing bony spurs called osteophytes to stabilize the joint. In some cases, the progression of this condition may lead to important functional limitations that can affect walking capacity and cause pain and stiffness, particularly in the morning.

Some younger adults develop what is called secondary OA. In this case, joint changes occur following a trauma, metabolic disease, congenital malformations or hormonal shifts. Unlike other inflammatory arthritic conditions such as rheumatoid arthritis that is autoimmune in nature, the presence of inflammation is inconsistent and is not clearly a cause in knee OA.

Risk factors for developing knee OA have been well studied. Age, gender, previous injury, genetics and bony alignment all have an influence. However, none of these risk factors are easily modifiable! Since our

column focuses on proactive health, we will highlight the factors that you CAN readily influence through lifestyle changes.

The factors that you should consider if you experience pain and limitations are: excessive joint loading, strength and control of the muscles of the hip and knee and finally, excess body weight. Pain most often occurs if the load of your activity surpasses the tolerance of your joint tissue. In the case of OA changes, the joint tolerance level may be diminished so it may take less load than expected to cause pain.

For example, imagine spending several hours kneeling on your roof to empty the leaves in the gutter. This seemingly effortless activity may, for someone with knee OA, be just enough to create an inflammatory response in their knees.

## Many adults live comfortably and are able to continue their activities regardless of having osteoarthritis in their knees.

Abnormal loading of your joint surfaces can also come from poor joint stability either due to previous injury and/or normal OA progression. The good news: your tissues are adaptable and the ability to handle load can be improved through the right exercises. Keeping your joints in a stable position relies on the strength of the muscles (quadriceps, hamstring and gluteus muscles particularly) as well as efficient control of your limb movements. This is how exercise contributes to slowing down the disease progression.

The last factor to consider is weight gain. The studies consistently demonstrated being obese or overweight was a risk factor for the onset of knee OA. A study determined that obesity can contribute to a generalized inflamed state and signals chemical reaction that leads to joint degradation. Think of it this way, for every 1 lb increase in weight, the overall force across the knee when standing on one leg is 2-3 lbs!

Weight loss does not need to be major in order to decrease symptoms. A ten percent weight loss through diet and exercise in a year can lead to a fifty percent reduction in knee pain from OA!

Low-impact aerobic exercise is most recommended to people who suffer from knee OA. This keeps the joints moving and lubricated, to maintain strength and to help manage weight. Good examples of such physical activities include stationary cycling, water-based exercises and urban poling/nordic walking. Remember to progressively build up your capacity to tolerate load. It's best to start with a few short bouts as opposed to starting with 20 consecutive minutes if you have not been active in a long time.

The consensus for first-line treatments of patients suffering with OA are as follows; education and support about the condition and a personalised activity plan that targets strength, aerobic activity and weight loss. When pain management is not sufficiently met

with these recommendations, second-line treatments are considered. These treatments include appropriate pharmacotherapy, topical creams, bracing and walking aids.

We hope that the information presented clarifies some of the common misconceptions about osteoarthritic change and sheds some light on what is currently recommended to improve your pain management and overall function. Currently, the most limiting factor to helping people suffering from OA is the disconnect between the information contained in these guidelines and our ability to put them into practice.

### KARINE TCHOLKAYAN PHT AND AMY ROGERSON PHT

Amy and Karine are registered physiotherapists, both holding a Master's degree in Physiotherapy and Bachelor of Science in Exercise Science.

**LES Stores Sutton.com**

**SPÉCIAL 45% DE RABAIS**

**\*INSTALLATION GRATUITE**

shadeomatic

Aussi au 570, rue SHEFFORD BROMONT

450 538.5151 LUNDI AU SAMEDI 10H30 - 16H30

34, RUE PRINCIPALE NORD, SUTTON (QUÉBEC)

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

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

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

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

f /pepinierescg

# MY KIDNEY TRANSPLANT, A YEAR LATER

It is hard to believe that more than a year has gone by since my kidney transplant. Where do I start? Firstly by saying that I am doing very well. Having a transplant not only saved my life but has enriched it in ways I could never have imagined. I am also forever grateful.

The first few months of recovery involved many appointments in Sherbrooke during a particularly treacherous winter. My wonderful husband Wayne drove me 3 times a week for the first 2 weeks, then twice a week for a few months. Visits decreased slowly until finally, after a year, my check-ups are now once every 2 months.

Soon after I submitted my article to 'The Tour' last January, wondering who my donor had been, I received a call from Transplant Quebec who informed me that they had received a letter from my donor's mother. They needed my permission to send it to me. Transplant Quebec was very hesitant thinking that maybe it was a bit too soon. I had had the transplant only a month earlier and the success of the transplant can only be fully confirmed after one year. They also informed me that if I chose to continue the communication, all letters had to be approved by Transplant Quebec to ensure everything remained anonymous.



© Andrea Conway

I had no hesitation - I told them to send the letter. I felt that whether the transplant did or did not succeed, I still had to honor this generous person and thank the family. I was very nervous and excited at the same time. I would finally find out if this person was male or female, and possibly what kind of person he or she had been. I anxiously waited to see the flag up on our mailbox.

The letter finally arrived from my donor's mother - she had lost her only son. It was sad to read but at the same time I sensed that since her son had saved another life, it brought her some comfort.

We've been corresponding on a regular basis and in every letter there is always something that makes me laugh and something that makes me cry. It is beyond what I ever could have imagined especially that

receiving hand written letters in the mail does not happen often anymore. It is so special to be writing intimate feelings and thoughts to someone anonymously. We share this incredibly rare bond that is a result of this particular circumstance and I deeply cherish the relationship we have developed.

I have earned my living as an entertainer my whole life. This experience has made me want to create something more than just entertainment. I feel I have to create something that will honor organ donors, their families as well as strongly promote organ donation in a funny/sad theatrical way. This winter/spring I have been writing a play that will hopefully do just that.

**ANDREA CONWAY**

**H. Després Ltée**  
COMMERCE - DÉTAIL  
Depuis 1919

**IGA** vive la bouffe  
food is everything

**Nous avons maintenant plusieurs bières de microbrasserie!**

Transformez votre épicerie... en récompenses  
Turn your groceries... into rewards  
Ouvert 7 jours par semaine ! / Open 7 days a week !

**44, Principale Nord, SUTTON 538-2211**

Two articles by Andrea Conway have been published in *Le Tour* on the subject of the transplant. For reference:

Pre transplant

[journalletour.com/organ-donation-saves-improves-many-lives/](http://journalletour.com/organ-donation-saves-improves-many-lives/)

Transplant

[journalletour.com/my-transplant-experience/](http://journalletour.com/my-transplant-experience/)

**Pharmacie Samuel Desjardins inc.**

**Heures d'ouverture prolongées !**  
Jeudi et vendredi soirs jusqu'à 21 h.  
Ouvert le dimanche.

**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

# LA RUCHE

Depuis plus de cent millions d'années, les abeilles pollinisent cette extraordinaire planète et vivent en harmonie, au gré des saisons et des territoires, participant à la vie et produisant toute la gamme d'élixirs qui leur est propre. Les vertus médicinales des produits des apidés sont bien connues, et ce, depuis des millénaires. La propolis est l'une de ces merveilles. Cette mixture résineuse que les abeilles produisent à partir de substances végétales tirées de bourgeons, d'exsudats ou d'autres parties de plantes choisies, principalement des peupliers, sert à l'intégrité de la ruche. Les abeilles en enduisent les parois pour colmater toute fuite potentielle, intrusion animale ou infectieuse, champignon et autre fauteur de trouble pouvant nuire à la santé de l'essaim. L'utilisation que les abeilles font de cette substance est purement géniale. Seule la petite ouverture d'entrée en est exempte, mais ses pourtours en sont couverts et des ajustements réguliers y sont apportés pour la préserver ou pour en modifier la grandeur au besoin. Propolis, de l'ancien grec *pro* signifiant « à l'entrée de » et *polis*, cité ou communauté.

La propolis est particulièrement riche en polyphénols, une grande famille de composés phytochimiques dans laquelle on retrouve, entre autres, les anthocyanes, le kaempférol, les lignanes, le resvératrol, la curcumine, pour ne citer que les plus connus. Grâce à ces polyphénols, la propolis est antioxydante, antimicrobienne et antivirale. Autrement dit, ce qu'elle offre à la ruche se transpose à l'immunité.

L'histoire de l'utilisation de la propolis et du miel remonte à l'Égypte ancienne soit il y a près de quatre millénaires. Le miel était alors le remède de base le plus utilisé. De la même manière qu'aujourd'hui, c'est pour ses propriétés antimicrobiennes qu'il était connu, tant en usages internes qu'externes. La propolis, quant à elle, entrait dans les préparations d'embaumement pour ses propriétés antifongique et antioxydante. Les anciens vivaient une réelle histoire d'amour avec les abeilles. Ils doivent se retourner dans leurs tombes à voir le traitement que les modernes leur réservent. Les Grecs et les Romains aussi faisaient usage de la propolis pour ses propriétés antiseptique et cicatrisante. La famille Stradivari l'utilisait pour sa part dans le vernis de ses célèbres violons. Du 17<sup>e</sup> au 20<sup>e</sup> siècle, les qualités médicinales de la propolis connurent un essor considérable dans toute l'Europe, toujours pour les mêmes troubles, donc principalement respiratoires et cutanés, de la tuberculose aux blessures de guerre. Ensuite,

les choses se compliquent du fait de la montée de la science au firmament des connaissances. Elle conserve tout de même une bonne place dans les pharmacopées. Ses qualités ont été et continuent d'être, en majeure partie, étayer par des recherches, plus ou moins fiables selon les critères stricts, mais bon, vous devez savoir ce que j'en pense, alors passons.



© Liliane Morel, Les 3 Acres

De nos jours, la propolis entre dans plusieurs préparations et s'utilise pour les mêmes troubles que jadis. Pour le système respiratoire d'abord et le système immunitaire du même coup, la propolis aide à traiter les rhumes, états grippaux, maux de gorge même lorsqu'ils sont bien infectés. Quand je dis ceci, j'inclus les grosses infections donc tous les « coques » du système respiratoire, du strepto au pneumo. Bien entendu, il convient de savoir ce que l'on fait ou de consulter son herboriste pour quiconque choisit l'automédication lors de tels maux. Cela dit, elle est d'une extrême efficacité et se combine bien à des plantes spécifiques aux affections respiratoires.

Pour la peau, toujours grâce aux propriétés susmentionnées, on utilise la propolis pour soigner l'acné, les blessures, les brûlures, les bobos. Elle est aussi spécifique pour traiter l'herpès simplex et génital. Pour les autres muqueuses de même, comme celle du vagin aux prises avec une vaginite infectieuse. Comme celle de la bouche, pour favoriser la guérison de plaies et d'infections : abcès, gingivite, blessures, champignons, aphtes. Pour prévenir la carie et diminuer l'hypersensibilité dentaire. Toujours pour les muqueuses et pour son action antimicrobienne, la propolis aide à éliminer les verrues vulgaires et planes.

La propolis est soluble dans l'eau, l'alcool, le miel bien sûr. Dans l'argile aussi. L'eau et l'alcool sont les meilleurs solvants pour extraire les polyphénols, une décoction ou une teinture sont donc parfaites. Sinon, broyée et mélangée à du miel ou de l'argile pour soigner la peau et les muqueuses.

Au Naturel propose plusieurs excellents produits. Les 3 Acres font un vaporisateur pour la gorge et une teinture de propolis. Verveine et Cie tient un dentifrice à la propolis. N'hésitez pas à faire appel à leurs connaissances.

Notez que tout ceci est proscrit pour les personnes allergiques au miel, idem pour celles allergiques aux peupliers, surtout au peuplier baumier.

Vous voulez aider les abeilles, plantez des fleurs ! Et le printemps, c'est parfait pour faire un plan de jardin mellifère.

## ANNIE ROULEAU

Herboriste praticienne  
annieaire@gmail.com

### Sources :

WebMD.com, Review Article Propolis: A Wonder Bees Product and Its Pharmacological Potentials Vijay D. Wagh (www.ncbi.nlm.nih.gov), Passeport Santé, La balance des 2 terres.info, Healthline.com

**Santé Dentaire**  
LAC-BROME

**Dre Julie Tremblay**  
450 243-5591

485, chemin Knowlton, Lac-Brome

Heures d'ouverture / Opening hours :

Lundi : 8h30 à 15h30    Jeudi : 8h30 à 16h  
Mardi : 11h à 19h        Vendredi : 8h30 à 15h30  
Mercredi : 8h30 à 16h

Cindy Pelletier, Samantha Swift,  
Véronique Bibeau, Stéphanie Catchpaugh,  
Dre Julie Tremblay,  
Sylvie Tremblay, Catherine Pelletier

info@santedentairelacbrome.ca  
www.santedentairelacbrome.ca

C'est avec grand plaisir et passion que nous vous accueillons au 485, chemin Knowlton à Ville de Lac-Brome toujours avec douceur, le sourire et dans le respect. Notre mission: vous faire vivre une expérience agréable en respectant vos besoins. Votre sourire nous tient à coeur!

It is with great pleasure and passion that we welcome you at 485, Chemin Knowlton in Knowlton with a smile, compassion and respect. Our mission: to make your experience pleasant and respect your needs. Your smile means everything to us!

# Mieux-être Sutton

## SUTTON WELLNESS

Professionnels de la santé naturelle | *Natural Health Professionals*



### NOLWENN FALQUET, D.C. Chiropraticienne

450 538-6868  
www.chiropratiquessutton.com  
Santé Chiropratique : 10, rue Curley

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



### BARBARA MUCKLE Massothérapeute Massothérapeute oncologique

450 531-1721

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



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

450 538-1234  
aubincatherine@hotmail.com  
www.gorendezvous.com/CatherineAubin

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



### ANIK KELLY

#### Masso-kinésithérapeute

450 538-0187 et 450 577-0166  
www.anikkelly.com  
18, rue Highland

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



### CATHERINE FOISY, D.O.

#### Ostéopathe

450 558-3943  
www.osteocatherinefoisy.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.



### MAUD JAPHET, B.SC. INF.

#### Thérapeute en développement personnel

514 754-6283  
liance.ca

L'approche de Maud unit les bienfaits de la thérapie parlée, du yoga et de l'expression artistique. Elle vous encourage à accueillir vos émotions pour approfondir la confiance et l'amour de vous-même. Par une écoute authentique, Maud vous aide à discerner vos besoins spécifiques, les obstacles à leur satisfaction et les leviers d'action en votre pouvoir. Elle vous accompagne vers le passage à l'action créatrice et vous guide vers l'expression libre, respectueuse et assumée de votre différence. Pour votre épanouissement au quotidien!



### MARIE-EVE POULIN

#### Ostéopathe

450 522-4947  
m.eve.poulin.osteohotmail.com  
34 C, Principale Nord

#### L'ostéopathie et le principe de globalité

Un des grands principes ostéopathiques mentionne que le corps est une unité. Premièrement, les organes, le squelette et les muscles sont interconnectés par les fascias, le système nerveux, la circulation sanguine et les vaisseaux lymphatiques. Deuxièmement, le cerveau régule inconsciemment les hormones, le rythme respiratoire, les battements cardiaques, et ce, en partie via nos émotions. Cet ensemble est en constante recherche d'homéostasie (équilibre des systèmes) et justifie que l'être humain doit être abordé dans sa globalité.

Lors d'une séance d'ostéopathie, il est possible de trouver des liens de tension loin de la zone lancinante. Par exemple, une douleur à l'épaule droite peut être signe d'une « irritation » du foie. Au même titre qu'un infarctus peut créer une sensibilité à la mâchoire. Ceci s'explique parce que les organes et viscères sont moins innervés. Exemple, les fibres nerveuses du foie peuvent passer par le trajet douloureux de l'épaule pour nous avertir d'une dysfonction hépatique. Ce même principe est vrai pour tous les viscères.

Durant une rencontre, la personne est observée dans son ensemble pour trouver des liens entre la posture, les adhérences, les blocages et les symptômes. C'est, entre autres, de cette façon que l'ostéopathe aide à retrouver la souplesse et la mobilité du corps dans le but de développer l'harmonie en soi.



### 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.



### MARLÈNE JOHNSON

**Massothérapeute  
Thérapeute en Cœur Énergétique**

450 538-5501  
Sutton  
marleneangela@gmail.com

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



**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.



### CHRISTINE-ÉMAËL BOUDRIAS

**Massothérapeute**

450 330-2402  
Sutton  
boudrias98@hotmail.com

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



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

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

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



### FRANÇOIS P. MÉNARD, M.A.

**Psychologue**

514 239-8664  
frapimen@gmail.com

« Honorer qui je suis » reflète bien l'approche de François Pierre. Il se définit d'abord comme « 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.



### CORINE DUCHESNE

**Acupuntrice  
Herboriste-thérapeute acc.**

450 558-6362  
www.corineduchesne.com

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



## Mieux-être Sutton SUTTON WELLNESS

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

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

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

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

Credited photo Tristan Corbeil Lapointe : S.M. Phaneuf, A. Kelly. Illustration « Arbre du mieux-être » par Anik Kelly

**LE SAVIEZ-VOUS?**  
Je remets une partie de mes commissions à cette fondation!

**Fondation un toit pour tous de royal lepage**  
www.royallepage.ca/untoitpourtous

**JOHANNE BOURGOIN**  
COURTIER IMMOBILIER | MAÎTRE VENDEUR  
ROYAL LEPAGE EXCELLENCE

450 248-7465 >>> JOHANNEBOURGOIN.COM

**3 CHAMBRES**

**FRELIGHSBURG** - Beau plain-pied de 3 c.c. sur grand terrain d'un acre privé. Cuisine, salon et salle à manger à aire ouverte avec poutres apparentes. Clé en main. **VENEZ VISITER!**  
224 000\$ | MLS 26753765

**ACCÈS AU LAC**

Plain-pied 4 c.c. sur terrain de 2 acres boisé, bien situé sur rue tranquille à proximité du Vermont, site recherché avec droit de passage et plage privée sur le **LAC CHAMPLAIN**.  
270 000\$ | MLS 9467953

**RIVER AINE**

**BEDFORD (VILLE)** - Luxueux cottage 4 c.c. sur la rivière aux Brochets. Garage double, 3 s.d.b., 2 salons. Immense terrain avec piscine creusée, chauffée avec filtration au sel. **UNE RARETÉ ET UNE OCCASION À SAISIR!**  
350 000\$ | MLS 25674862

**CENTENAIRE**

**SAINT-ARMAND** - Venez vivre à Saint-Armand dans cette belle centenaire rénovée (2004), vous serez charmé par la luminosité, les boiseries, 4 c.c., 2 s.d.b., la terrasse couverte et l'immense terrain bien aménagé.  
225 000\$ | MLS 25697938

>>> 71-B, RUE PRINCIPALE À BEDFORD



Vue aérienne de l'ensemble du projet

## LAC-BROME SE REFAIT UNE BEAUTÉ

Voilà déjà 3 ans que la Ville de Lac-Brome travaille à redynamiser son centre-ville. Après plusieurs consultations auprès des gens de différents milieux notamment, la ville s'est positionnée. « La création d'une place publique a constitué le premier volet de la démarche visant à obtenir la certification Cœur Villageois. Le tout pour mettre en valeur l'étang, notre patrimoine bâti, la chute, etc. », précise le responsable des communications, Ghislain Forcier.

Ainsi, en 2017 et en 2018, la Ville a acheté les bâtisses du 264 chemin Knowlton et du 30 chemin Lakeside pour les démolir afin de redonner accès au barrage Blackwood et à l'étang Mills. La bâtisse du chemin Lakeside a également pu servir de locaux temporaires pour le personnel pendant les rénovations de l'hôtel de ville.

En janvier dernier, la Ville de Lac-Brome a officiellement annoncé l'aménagement d'une place publique de 6000 m<sup>2</sup>, là où se trouve le parc Coldbrook. L'endroit, situé à l'angle des chemins Knowlton et Lakeside, devrait éventuellement

accueillir le marché public. Le futur aménagement comprend la réfection du barrage Blackwood et l'embellissement de l'étang Mill, ainsi que l'agrandissement de la bibliothèque commémorative Pettes qui offrira plusieurs espaces multifonctionnels.

Ce projet d'envergure sera divisé en différentes étapes qui devraient être réalisées dans les 3 prochaines années, selon le financement disponible. Cette année, la ville entamera la première étape du projet, celle de la réfection du barrage. À la suite de l'ouragan Irène en 2011, le barrage avait révélé des failles. La municipalité avait décidé d'abaisser le niveau de l'eau de l'étang du Moulin. L'étang, autrefois prisé des photographes, est ainsi devenu marécageux. La réfection du barrage devrait permettre de redonner à l'étang sa prestance.

Le maire de Lac-Brome, M. Richard Burcombe, est fier de cette proposition. « Ce projet s'harmonise avec certains des enjeux de notre plan stratégique. Il est l'un des plus ambitieux de la jeune histoire de notre ville. » Notons que la ville de Lac-Brome aura 50 ans en 2021, car c'est en 1971 qu'ont fusionné volontairement les sept municipalités et hameaux de Bondville, East Hill, Foster, Fulford, Iron Hill, Knowlton et West Brome.

**GENEVIÈVE HÉBERT**

**JE M'OCCUPE DE TOUT**

**RE/MAX**

Collection RE/MAX / propriétés de prestige  
Valorisation résidentielle («home staging»)  
Photographie professionnelle  
Photos aériennes

Estimation gratuite - Free estimate  
Bilingual services  
www.daveluy.ca

**Nadja-Maria Daveluy**  
Courtier immobilier et  
Valorisateur résidentiel certifié

bureau: 450-538-4000  
cell: 450-525-3914

Programmes de protection exclusifs à  
CSP CERTIFIED STAGING PROFESSIONALS  
Intégrité Sécurité Tranquillité  
RE/MAX Professionnel

**Juricompas inc.**  
droit et fiscalité - law and tax services  
Votre partenaire d'affaires juridiques et fiscales  
Your law and tax ally

215, PRINCIPALE, COWANSVILLE

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

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

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

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

# SUTTON CHANGEMENT DE GARDE CHEZ LE NOTAIRE

Après 36 ans de notariat à Sutton, M<sup>e</sup> Marcel Tétreault s'apprête à prendre sa retraite. Depuis janvier 2020, M<sup>e</sup> Francesca Mercier, travaille de concert avec lui puisqu'elle a fait l'acquisition de son étude. M<sup>e</sup> Mercier travaille au sein de la société Benjamin et Mercier, Notaires Inc, constitué en janvier dernier avec M<sup>e</sup> Émilie Benjamin. M<sup>e</sup> Tétreault envisage de prendre sa retraite en décembre 2020, mais il reste flexible. « Le marché s'est toujours maintenu à Sutton, mais cette année, nous n'avons pas soufflé beaucoup au retour des



Émilie Benjamin, Marcel Tétreault et Francesca Mercier

vacances d'été, » précise M<sup>e</sup> Tétreault. Il reste donc disponible pour s'assurer que la transition se fera toute en douceur. Aussi, son adjointe Marie-Chantale, restera pour assister les nouvelles venues.

Pour la petite histoire, Marcel Tétreault a commencé sa pratique à Waterloo à sa sortie universitaire en 1981. En 1984, il a racheté l'étude de M<sup>e</sup> Jean-Paul Vachon située au 1, rue Pleasant à Sutton. À la suite de deux déménagements, il acquiert en 1997 l'étude de M<sup>e</sup> Hélène Couture située au 29 Principale Nord où il pratique encore aujourd'hui. Il a notamment été impliqué dans l'administration de la Caisse Populaire, avec le Club Optimiste de Sutton et il a contribué à l'implantation des habitations à loyers modiques sur la Principale à Sutton.

Pour sa part, Francesca Mercier a terminé ses études en notariat à l'Université de Sherbrooke en 2017, après avoir songé au Barreau. S'étant très bien entendu avec M<sup>e</sup> Émilie Benjamin de Cowansville avec qui elle a effectué son stage, il fut tout naturel pour les deux mères de famille dans la trentaine de s'associer après avoir collaborer ensemble pendant plus de 2 ans. M<sup>e</sup> Émilie Benjamin pratique comme notaire à Cowansville depuis 2008 où elle a repris l'étude de M<sup>e</sup> Gendreau en 2010.

Sous la bannière Benjamin et Mercier, Notaires Inc, elles offrent toute une gamme de services aux particuliers et aux entreprises. À leurs bureaux de Sutton et de Cowansville, elles offriront des services notamment en droit immobilier, successoral et corporatif, ainsi que la rédaction de testament et de mandat d'incapacité.

M<sup>e</sup> Marcel Tétreault n'est pas inquiet pour la suite. « Comme elles ont des racines locales, il devrait être facile pour elles de s'intégrer. »

M<sup>es</sup> Benjamin et Mercier connaissent d'ailleurs bien Sutton et elles y ont déjà une clientèle. « Les notaires ont une vie longue à Sutton, » rappelle M<sup>e</sup> Tétreault.

Il fait ici référence à sa propre carrière de 36 ans, mais aussi à celle de M<sup>e</sup> Vachon et de M<sup>e</sup> Tartre. Ce dernier a même eu un parc inauguré en son nom à l'entrée du village. Lorsque questionné sur sa retraite, M<sup>e</sup> Tétreault réplique : « tout le monde me pose la question! Je vais prendre plus de temps pour faire des activités physiques, voyager un peu et prendre du temps pour moi... » On lui souhaite donc une retraite paisible et active et aux nouvelles recrues, un accueil chaleureux!

**GENEVIÈVE HÉBERT**

TÉTREAULT | BENJAMIN | MERCIER | NOTAIRES

M<sup>e</sup> MARCEL TÉTREAULT  
M<sup>e</sup> ÉMILIE BENJAMIN  
M<sup>e</sup> FRANCESCA MERCIER

205-145, RUE DE SHERBROOKE, COWANSVILLE  
29, RUE PRINCIPALE NORD, SUTTON

RE/MAX  
Professionnel

**Todd Chabot**  
COURTIER IMMOBILIER / REAL ESTATE BROKER  
450-577-1737

**SÉBASTIEN KAEMPF** B.A.A.

www.sebastienk.com

Évaluation gratuite  
**450 538.1555**

Remax Professionnel Inc.  
**Courtier immobilier**

**SYLVIE HOUDE**  
**RE/MAX**  
RE/MAX PROFESSIONNEL S.H.  
Agence immobilière

Mettre votre propriété en valeur est ma spécialité.  
La vendre est ma force.

Courtier immobilier agréé, B.A.  
**450 298-1111**  
sylviehoude.com

**migué & FOURNIER**  
ARPENTEURS-GÉOMÈTRES INC.  
LAND SURVEYORS  
Depuis 1949

www.migufournier.ca **450 263-5252**

EXPERTS GÉOMÈTRES DEPUIS 1949  
UNE EXPÉRIENCE QUI FAIT LA DIFFÉRENCE

• COWANSVILLE • GRANBY  
• BROMONT • FARNHAM  
• MANSONVILLE

**DENICOURT**  
ARPENTEURS | GÉOMÈTRES  
QUEBEC LAND SURVEYORS

AGRICOLE | COMMERCIAL  
INDUSTRIEL | RÉSIDENTIEL

www.denicourt.ca

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

Daniel Géllnas, a.g.  
Cowansville  
Tél.: 450 263-4051  
7 succursales pour mieux vous servir!  
1 877-882-3096

## SOLUTION DU JEU DE LA PAGE 29

1. Un nid de poule dans la route a été enlevé sous la voiture
2. Une poignée de porte a été enlevée
3. Un os a été changé pour une clé
4. Une fleur a été enlevée sous la pancarte
5. Le bouchon du lave glace a été enlevé
6. La queue du lapin a été enlevée
7. Un sapin a été enlevé



**Sotheby's**  
INTERNATIONAL REALTY

Québec

# VIVRE LES CANTONS-DE-L'EST

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

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

NOUVEAUTÉ



2 695 000 \$

20, ch. Lafayette, St-Armand  
MLS 11587530



NOUVEAUTÉ



1 735 000 \$

899, route 139 Sud, Sutton  
MLS 23597233



VENDU



34, ch. Dunham, Frelighsburg

OFFRE D'ACHAT ACCEPTÉE



Terrain ch. Wilson, Sutton  
MLS 20071611

VENDU



233, ch. du Mont-Écho, Lac-Brome

OFFRE D'ACHAT ACCEPTÉE



410-420, ch. Dyer, Sutton  
MLS 18737402



1 300 000 \$

117, rue du Domaine-Brome, Lac-Brome  
MLS 10644950



1 425 000 \$

11-13, ch. d'Eccles Hill, Frelighsburg  
MLS 11786972



1 069 000 \$

106, ch. du Verger-Modèle, Frelighsburg  
MLS 9348715



1 598 000 \$

501, rue des Églises Ouest, Abercorn  
MLS 11447957



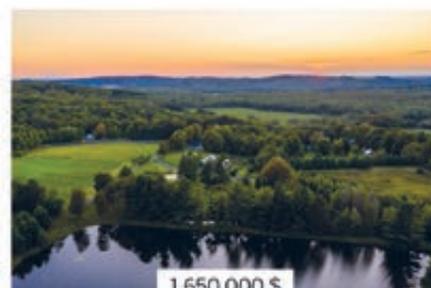
595 000 \$

186, rue de Sweetsburg, Cowansville  
MLS 12183715



529 000 \$

66, ch. des Cantons, Sutton  
MLS 13202573



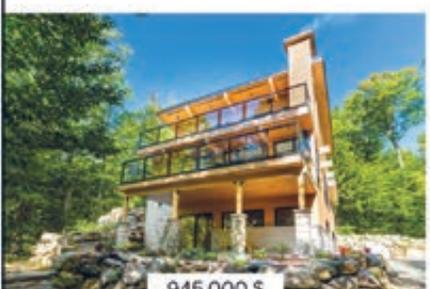
1 650 000 \$

1155-1157, ch. Dymond, Dunham  
MLS 27234654



1 099 000 \$

4762, ch. Godbout, Dunham  
MLS 20773023



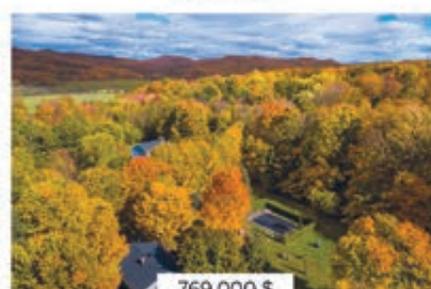
945 000 \$

175, ch. Simard, Orford  
MLS 12060662



499 000 \$

38, rue Stone Haven, Lac-Brome  
MLS 26274565



769 000 \$

70, rue Ayers, Cowansville  
MLS 23074046



225 000 \$

66, rue Ayers, Cowansville  
MLS 28433599



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



**JOHANNE MEUNIER**  
Courtier immobilier  
514.926.5626



**PAULE DUCHARME**  
Courtier immobilier résidentiel  
514.402.7643



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



**BOBBY LEE BEAUBIEN**  
Courtier immobilier résidentiel  
450.775.4333



**JEAN-PIERRE CARLOS**  
Courtier immobilier résidentiel  
579.594.4554

BUREAU DES CANTONS-DE-L'EST  
299, chemin Knowlton, Lac-Brome  
450.243.0808  
SOOTHEBYREALTY.CA  
Entreprise indépendante et autonome, Agence immobilière.



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



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



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



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



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



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



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

[coldbrook.ca](http://coldbrook.ca)



**SUTTON**

Magnifique résidence victorienne connue sous LES CAPRICES DE VICTORIA. Vous pouvez continuer d'opérer le B&B ou elle peut être une résidence privée. À distance de marche du village, cette résidence offre plusieurs possibilités. **899 000 \$ (1085828)**  
**Pierre Leblond**



**SUTTON**

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



**SUTTON**

À Sutton, dans le secteur Sutton Junction, bonne propriété avec possibilité de 4 chambres à coucher dont 2 au rez-de-chaussée. Maison idéale pour jeune famille ou couple à la retraite. Située à proximité du Centre communautaire. **280 000 \$ (23718867)**  
**Pierre Leblond**



**LAC-BROME**

Artiste, sculpteur, travailleur autonome... Vous pouvez avoir vos ateliers pour y travailler avec en prime, votre maison à l'étage! Utilisation commerciale permise. Endroit stratégique bien en vue. Lot assez grand pour y ajouter des bâtiments.  
**Véronique Boucher**



**NOUVEAU**

**LAC-BROME**

Profitez de la vie au bord du lac avec un entretien minime! Condo de 2 chambres avec foyer au bois et un grand balcon. 2 espaces de stationnement, accès au lac, piscine creusée et courts de tennis. **220 000 \$ (12381488)**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

Maison contemporaine sur 2 ac. Avec espaces de vie ensoleillés. Construite avec des matériaux tenant compte de l'écologie pour durer. Elle partage 42 ac. d'une propriété en copropriété divisée. **495 000 \$**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

L'emplacement vous charmera! Un joli bungalow sur 2,5 acres, entouré de forêts matures, avec un grand étang baignable et un joli ruisseau qui coule à l'année. 2 chambres à l'étage, un grand studio/loft au s-sol/rez-de-jardin. **415 000 \$**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**NOUVEAU**

**LAC-BROME**

Maison classique de Knowlton en condition clés en main. 2 chambres, foyer au gaz, cuisine ensoleillée.  
**Jessica Brown et John Boudreau**



**POTTON**

Cette maison perchée au haut du ruisseau Ruiter Brook et ses grosses pierres vous enchantera. Elle a été rénovée récemment et conserve son charme d'antan avec ses poutres aux plafonds et ses boiseries. À voir! **249 000 \$**  
**Jessica Brown et John Boudreau**



**LAC-BROME**

Très joli manoir au cœur du village de Knowlton! Cette propriété incroyable offre 6 chambres avec plafonds hauts, 3 sdb complètes avec planchers chauffants et une cuisine spacieuse. Admirez les couchers de soleil depuis votre galerie arrière! **645 000 \$ (10985633)**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

Maison spacieuse et ensoleillée avec toit cathédrale. Belle propriété retirée de 12 ac., près de Sutton, 3-4 càc, grande cuisine, salon avec foyer. Profitez des sentiers pédestres privés à l'année et d'un étang baignable. **498 000 \$**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**NOUVEAU**

**SUTTON**

55 acres sur un chemin tranquille avec vues des montagnes! Cette propriété vous charmera avec son petit lac, ses ruisseaux et ses pommiers ancestraux. Profitez de votre propriété en vous y promenant ou servez-vous en pour y faire pousser des légumes et plus. (25912980)  
**425 000 \$ Jessica Brown & John Boudreau**



**POTTON**

Tout ce qu'il vous faut en un seul endroit, 6 càc pour famille et amis, espaces de vie à aire ouverte, pl. chauffants! Des vues spectaculaires. 29 ac. de terrain: prés, étang, sentiers, la rivière Mississquoi et plus. **695 000 \$**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

La montagne vous accueille! Maison nouvellement construite et meublée, près du ski et des sentiers de randonnée. Semi-détachée avec un appartement pour la famille ou pour louer avec sa propre entrée. Des cuisines et sdb modernes. **429 000 \$**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

Semi-détachée, près des pistes et des sentiers de montagne. Elle a été rénovée et compte un 4 1/2 à l'étage inférieur avec sa propre entrée. Idéale à plusieurs niveaux. **345 000 \$**  
**Jessica Brown & John Boudreau**



**SUTTON**

61 acres boisés avec des ruisseaux les traversant. Presqu'au bout d'un cul-de-sac. Prés des sentiers menant vers lac Mohawk. Peut être divisé. (14408790)  
**489 000 \$ Beverly de Winter**  
dewinter@coldbrook.ca



**WEST-BROME**

**Le meilleur des deux mondes!** Maison campagnarde avec le charme du bon vieux temps. Mais construite en 2005 avec tous les attraits modernes. On y trouve des plafonds hauts, des planchers en pin aux lattes larges, suite des maîtres, foyer, grande véranda grillagée et chauffage, vaste galerie avant, privé mais près de tout. **549 000 \$**  
**Lilian Sharko & Reginald Gauthier**



**SUTTON**

**Ce domaine de 336 acres offre 3 maisons,** 3 lacs artificiels magnifiques, approx. 10 km de routes impeccables, sentiers en forêt et vues du Mont Sutton à couper le souffle. Privauté totale garantie. Maison principale de 5 càc, deux maisons d'invités additionnelles, grande grange et garage triple. **4 750 000 \$**  
**Lilian Sharko & Reginald Gauthier**



**LAC-BROME**

**Le Domaine des fougères** est un domaine de prestige niché au cœur des Cantons-de-l'Est. Jouissant d'un emplacement exceptionnel, ce sanctuaire privé de 45 acres offre un cadre intime d'une grande beauté et une vue époustouflante sur le lac et les montagnes, vous tomberez à coup sûr sous le charme de cette propriété unique. **4 200 000 \$**  
**Lilian Sharko & Reginald Gauthier**



**WEST-BROME**

**La campagne contemporaine!** Cette maison conçue sur mesure, spacieuse et en condition impeccable, offre un style et tous les extras que vous recherchez. Espace cuisine, salle à manger et salon aux plafonds hauts et à aire ouverte au rdc. Nouvelle construction sur 15 acres privés. Située stratégiquement entre Sutton, Knowlton, Cowansville et Bromont. **675 000 \$ Lilian Sharko & Reginald Gauthier**



**KNOWLTON 3, Victoria JOE 1V0 • SUTTON 35, Principale Nord JOE 2K0**



Superbe unité de 3 chambres de style contemporain. Ski-in/ski-out! 399,900\$ + TPS/TVQ  
 Alexis Careau equipecareau.com



Luxe et confort à distance de marche des services. Pièces de séjour élégantes, piscine creusée, cour intime. 695,000\$

Sylvie Careau 450.776.4511



Maison certifiée Novoclimat dans un environnement paisible avec vue saisonnière. Garage détaché. 573,500\$

Hermann Guénette 450.405.2106



Contemporaine haut-perchée offrant une vue imprenable vers l'Ouest. Maison unique pour amateurs d'art. 635,000\$

Sylvie Careau 450.776.4511



Retraite en montagne bordée par un ruisseau murmurant.

Alexis Careau 514.233.4632



Dans le secteur de la montagne, cette vaste propriété offre de multiples possibilités. Vue époustouflante. 449,000\$

Sylvie Careau 450.776.4511



Chaleureuse maison perchée sur une colline et offrant une vue saisonnière. Grandes pièces à aire ouverte. 339,000\$

Hermann Guénette equipecareau.com



Impeccable bungalow 2 chambres avec potentiel au s-s pour une 3<sup>ème</sup>. Garage détaché poss. d'atelier. 279,000\$

Alexis Careau equipecareau.com



Dans la zone agricole du prestigieux secteur "Sweetsburg". 1 heure de Montréal.

Sylvie Careau equipecareau.com



Beau cottage parfaitement entretenu; planchers de bois franc, garage attaché, à distance de marche des services. 399,000\$

Hermann Guénette 450.405.2106



Confortable et spacieux, situé en retrait sur rue paisible mais à courte distance de marche du 1 ouest. 399,000\$

Sylvie Careau 450.776.4511



Condo 2 chambres neuf de style contemporain. 4 unités disponibles. Foyer gaz. Faites votre choix! 265,000\$ + TPS/TVQ

Alexis Careau equipecareau.com



Emplacement exceptionnel avec vue sur la station de ski. Projet de rénovation. Chance unique. 295,000\$

Herman Guénette equipecareau.com



Condo 2 chambres à Val Sutton. Rénové en entier, grand balcon. Piscine et tennis. 165,000\$

Sylvie Careau 450.776.4511



Condo 3 chambres neuf contemporain sur 2 niveaux avec plafond cathédrale et vue vers Bromont. Ski-in/ski-out! 339,900\$ + TPS/TVQ

Alexis Careau 514.233.4632



Terrain boisé de 5 acres dans un secteur paisible près de la frontière américaine. Rue en cul-de-sac. 80,000\$ + TPS/TVQ

Sylvie Careau 450.405.2106



**EMPLACEMENT PAISIBLE** de 2,8 acres, maison à 2 niveaux bien entretenue, à quelques minutes du village de Sutton. 345 000\$

Lois Hardacker 450.242.2000



**1840s STONE HOUSE**, lovingly restored and expanded, pool, 9 acres, on a quiet country road. Dunham. \$1,125,000

www.loishardacker.com



**SUTTON** - Maison familiale spacieuse, terrasse, piscine, 3 acres. Accès rapide au village et au ski. Gâtez-vous! 740 000\$

Lois Hardacker 450.242.2000



**3.9-ACRE LOT** in a small private domain, perfect for building your country home, only minutes from Sutton village. \$95,000

www.loishardacker.com