



### Énergie de vie

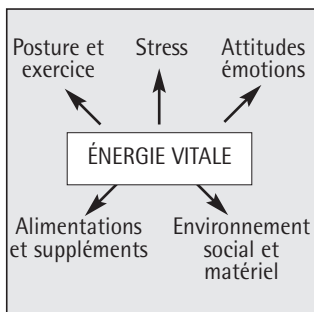
Quand nous voyons un animal qui ne se tient pas droit, fier et plein de vitalité, nous pensons immédiatement qu'il a quelque chose qui ne va pas. Pourtant nous ne nous sentons pas concernés par les personnes épuisées, tendues et découragées que nous voyons passer dans la rue tous les jours.

Notre énergie vitale est la source de notre bien-être physique et mental, d'une santé resplendissante et de notre joie de vivre. Au fil de l'histoire, elle a porté de nombreux nous. Hippocrate l'appelait vix medicatrix naturae (pouvoir de guérison de la nature). Les chinois la nommait Chi; les égyptiens Ka; les indous Prana; les Hawaïens Mana. Il s'agit toujours de la même chose.

J'en suis arrivé à penser qu'une maladie qui débute n'est qu'un problème d'énergie, problème qui peut durer des années avant de se manifester sous forme de symptômes physiques. Il apparaît qu'une réduction généralisée de l'énergie physique conduit à un déséquilibre énergétique dans certaines parties du corps. Si nous prenons conscience de ces déséquilibres énergétiques dès leur première apparition, nous disposons d'une période de grâce pendant laquelle nous pouvons les corriger. C'est alors que nous pratiquons la prévention primaire.

La majeure partie de la prévention qui se pratique de nos jours est une prévention secondaire. «J'ai eu une crise cardiaque, empêchez-moi d'en avoir une autre.» «J'ai un ulcère, empêchez-le de s'aggraver.» Dans la prévention primaire, les problèmes se situent encore au niveau de l'énergie. Il n'y a pas d'évolution pathologique importante. Nous pouvons donc espérer un retour à la normale lorsque le déséquilibre énergétique est corrigé. Si nous pratiquons la prévention primaire, nous vivons comme nous sommes supposés vieillir, au lieu de traverser la vie de maladie en maladie, perdant vitalité et appétit de vivre, et mourant de l'ignoble sorte de mort dont nous mourons maintenant dans des hôpitaux glacés.

Il existe beaucoup de méthodes auxquelles on peut avoir recours aujourd'hui pour détecter et traiter les problèmes d'énergie et prévenir les maladies. La détente, l'élimination du stress et l'harmonie intérieure sont les principaux objectifs des médecines douces. Le concept de base de ces méthodes repose sur une prise en considération du patient dans sa globalité, car le corps et l'esprit sont inséparables. Entre autres, la kinésiologie est un outil merveilleux qui permet d'encourager le développement des capacités physiques, spirituelles ainsi que l'équilibre émotionnelle d'un être humain, afin de favoriser le plein épanouissement de la personnalité.



Christian Gagné  
Essentiellement... pour vous  
www.esspv.com



Photo: L'œil de Prévost

## Un garde-fou bienvenu sur le Versant-du-Ruisseau

En raison des dangers que constituaient un hiver les profonds fossés de la rue Versant-du-Ruisseau, une firme spécialisée a procédé à l'installation d'un garde fou sur une distance d'environ 200 pieds. Mais l'érosion causée par les fortes pluies a fait en sorte que l'eau a miné les bords de l'asphalte à plusieurs endroits.

Le tracage de lignes sur toute la longueur aura lieu prochainement.

## La ville écologique

### La cueillette des bacs bleus

Roxane Fortier

**La collecte sélective se fait à tous les mercredis depuis le mois de mai. Voici un changement à Prévost qui a mérité qu'on s'y intéresse.**

On a pu remarquer récemment une augmentation du nombre des collectes pour les matières recyclables (deux fois plus qu'avant), contre une diminution du nombre de passages pour les déchets (deux fois moins qu'avant).

Une première question qui nous vient à l'esprit est à savoir s'il y a réellement eu deux fois plus d'engagement pour le recyclage réduisant ainsi le nombre de collecte de déchets nécessaire à une seule fois par semaine. Ayant communiqué

avec la ville de Prévost, on apprend que, bien entendu, les chiffres ne peuvent révéler aussi clairement cette proportion de l'engagement pour la collecte sélective face à la quantité de déchets recueillis. On reconnaît toutefois qu'il y a bien eu une augmentation de recyclage à Prévost créant ainsi plus de demande pour cette collecte. Ainsi, sans que la quantité d'ordures ait diminué de moitié, on remarque qu'il y a une différence de 30 tonnes de moins sur approximativement 4000 tonnes entre les années 2001 et

2002. Vu l'augmentation de la population de Prévost et les facteurs économiques, Christian Viau-Souliny, inspecteur à l'environnement à la ville de Prévost, soutient que cette diminution est donc appréciable.

Également, il est bon de savoir que la ville de Prévost a un penchant pro-actif qui fait en sorte que le respect de l'environnement est primordial. De plus, en 1998, le gouvernement du Québec a émis la Politique québécoise de gestion des matières résiduelles 1998-2008 qui veut entre autres que chaque municipalité aient réduit sa quantité de matières recyclables et de matières putrescibles, entre autres, de 60 % en 2008. C'est un défi de

taille et l'on comprend dès lors un peu plus pourquoi le recyclage est ainsi encouragé.

Un autre point qui a fait pencher la balance pour que la collecte de matières recyclables se fasse toutes les semaines est simplement la confusion causée par ces fameuses 2e et 4e semaines de chaque mois. Cela faisait en sorte que ce n'était pas toutes les deux semaines automatiquement puisqu'il y avait parfois plus de quatre mercredis dans certains mois.

Ainsi, il y a de quoi être fier de ce penchant environnemental que prend de plus en plus la ville, il ne reste qu'à espérer que la population suive la même voie.

**AMEUBLEMENT COMPLET**

**MEUBLES & Cie**

• MATELAS • LIT D'EAU • FUTON

**10 ANS de garantie**

**APPAREILS MÉNAGERS**

CROSLEY de MAYTAG

**LIVRAISON GRATUITE\***

\* CERTAINES CONDITIONS S'APPLIQUENT

**2140-2, BOUL. LABELLE, LAFONTAINE (ST-JÉRÔME) • (450) 438-6660**

## Rogaine Laurentides

### La troisième édition du raid d'orientation à Montfort

Francis Falardeau, directeur d'événement

La 3<sup>e</sup> Rogaine devrait attirer à Prévost plus de 200 équipes américaines le 6 et 7 septembre prochain.

L'inscription doit être effectuée avant le 30 août 2003. Il ne sera pas possible de la faire sur place le matin de l'événement afin de faciliter la gestion du raid. Le centre de compétition, le départ et l'arrivée de l'épreuve sont situés à l'église de Montfort.

Les détails de l'événement sont sur le site web suivant: <http://www3.sympatico.ca/montbleu>

Au plaisir de vous compter au nombre des participants.