



Un présent

Le temps des fêtes permet aux enfants de recevoir et partager des cadeaux avec les gens aimés. Cette année ne sera pas différente des autres car nous aurons nous les parents, le devoir, l'obligation et ou le privilège d'aller magasiner ces fameux cadeaux. Nous aurons à choisir de le faire avec résistance ou sans résistance, c'est-à-dire avec agressivité ou avec joie de vivre ou avec impatience ou avec sagesse. Quelque soit notre choix, les personnes qui recevront ce cadeau auront aussi à faire des choix soit de vivre l'appréciation ou la déception.

Nous ne pouvons pas contrôler les émotions des personnes qui recevront ces présents, mais nous devons profiter de ce merveilleux moment des fêtes pour apprendre à mieux maîtriser les nôtres.

Voici une suggestion de cadeaux que nous pourrions donner à nos enfants en ce beau temps de Noël. Être présent!

Et oui, être présent dans la vie de nos enfants, quel beau cadeau.

Il est certain que vous pouvez dire que vous êtes présent dans la vie de vos enfants, mais si l'on regarde bien ce mot vous verrez que :

- Souvent nous sommes présent physiquement, mais nos pensées sont ailleurs.

- Nous sommes présent physiquement, mais nos émotions sont tellement présentes que nous ne sommes pas présent pour ressentir les émotions de nos enfants.

- Nous sommes présent physiquement, mais notre énergie est tellement trouée de partout que nous perturbons celle de nos enfants.

Alors imaginons qu'un père pour quelque raison que ce soit, ne soit pas présent dans la vie de ses enfants. Qu'il le fasse consciemment ou inconsciemment fait preuve d'un grand manque de discernement et de sens des responsabilités. Il le fera suite à une séparation, soit en fuyant dans le travail, la boisson, le jeu, la sexualité, la drogue ou toutes autres formes de fuite. Pour un enfant qui doit s'adapter à cela c'est la confusion totale car il doit vivre sans ce guide qui représente la présence de cet homme «phare». La femme demeurant au côté de ses enfants devra à ce moment devenir hy «père» responsable. Elle devient la maman, la mère et aussi le père et c'est surtout là que l'enfant se perd. Alors, il se révolte contre le père dans sa mère et c'est à ce moment que la mère perd une grande partie de sa toute puissance. C'est à ce moment que nous les hommes pouvons intervenir et reprendre notre responsabilité d'être le père. Un père, c'est un présent, c'est un cadeau dans la vie des enfants, alors même si nous ne sommes que de brefs moments en contact avec nos enfants durant le temps des fêtes, soyons PRÉSENT.

Normand Brisson, n.d.
Essentiellement... pour vous
www.esspv.com

Recommandation de la Société de la faune et des parcs du Québec

Les falaises de Prévost et de Piedmont doivent être protégées

Luc Lefebvre, Comité régional pour la protection des falaises

La Société de la Faune et des Parcs du Québec, dans un rapport publié le 29 octobre dernier, recommande la mise en valeur et la protection des falaises de Prévost et de Piedmont, magnifiques escarpements que l'on peut observer depuis l'autoroute 15 ou la route 117 ou encore depuis la piste cyclable du P'tit train du nord.

Dans ce rapport, on note que «par ses dimensions et sa situation géographique en bordure de la vallée de la rivière du Nord, ce site se distingue des autres falaises de la région des Laurentides. Élément exceptionnel du paysage, il tire son intérêt écologique de la diversité et de l'agencement des habitats qu'on y retrouve favorisant ainsi la présence de plusieurs espèces d'oiseaux de proie. La Société de la Faune et des Parcs (FAPAQ) reconnaît l'intérêt de protéger un tel site.»

Cette évaluation de la FAPAQ fait suite aux démarches du Comité de Protection des Falaises (CRPF) qui tente de faire reconnaître depuis plus d'un an la valeur exceptionnelle du site. Au cours des deux dernières années, on y a observé 26 espèces différentes d'oiseaux de proie dont le faucon émerillon, la buse à queue rousse, l'autour, l'urubu à tête rouge et la chouette rayée. De plus la falaise constitue un site de nidification exceptionnel pour ces espèces.

L'auteur du rapport souligne la présence de pins majestueux plus que tricentenaires qui atteignent des tailles impressionnantes et plusieurs autres essences dont le tilleul, le

noyer cendré et le chêne rouge.

Les éboulis au pied des falaises constituent un refuge pour quelques plantes rares dont l'une, l'arabette de Holboell, est une espèce menacée. La FAPAQ y soupçonne aussi la présence d'un petit mammifère, le campagnol des rochers, une espèce susceptible d'être désignée menacée ou vulnérable. On note que les lieux sont fréquentés par le cerf de Virginie, l'ours noir, le coyote, le castor, l'écureuil noir, le porc-épic, le raton laveur, le pékan.

Pour l'auteur du rapport, «ces falaises se montrent effectivement comme un site très intéressant qui mérite une attention particulière en matière de mise en valeur et de protection aussi bien sur le plan faunique qu'à titre d'élément exceptionnel du patrimoine naturel de la région des Laurentides.»



Photo: L'œil de Prévost

Le CRPF demande un appui ferme aux élus municipaux et provinciaux

Pour Claude Bourque, biologiste membre du CRPF, cette reconnaissance officielle arrive à point nommé : «Nous travaillons depuis un an à conscientiser la population et les élus municipaux de Prévost, Saint-Hippolyte et Piedmont à l'importance de protéger cet écosystème. Les falaises et les territoires naturels environnants constituent un massif fréquenté depuis des décennies sans trop de perturbation par les randonneurs (ski, vélo, escalade). Il est bordé par la piste cyclable et présente à ses utilisateurs un magnifique paysage». «Nous observons partout dans les Laurentides, ajoute Denis Bergeron membre du CRPF, un phénomène d'urbanisation envahissante où la destruction de la nature élimine à

toute fin pratique toute option de développement durable.»

Le CRPF lance un cri du cœur aux élus municipaux et provinciaux de même qu'à la population de Prévost, Saint-Hippolyte et Piedmont pour protéger ce territoire et en garantir l'accès communautaire. Une pétition en ce sens, signée par plus de 700 personnes, a d'ailleurs été remise à la municipalité de Prévost et à monsieur Thomas J. Mulcair, ministre de l'Environnement du Québec. La protection de ce territoire est sans aucun doute d'une portée cruciale pour notre qualité de vie.

Note: Le mont Shaw, le mont Belvédère et le mont Pinacle font partie d'un massif sillonné par un réseau de pistes, héritage de Herman S. Johansen dit Jack Rabbit. Ce patrimoine naturel constitue un joyau que des citoyens de Prévost, Saint-Hippolyte et Piedmont veulent protéger. Les bénévoles poursuivent leur action sous l'égide du Comité régional pour la protection des falaises (CRPF), organisme sans but lucratif.



**Institut de Formation
Essentiellement...pour vous**

Formation 2003 – 2004
500 heures
Lundi, le 12 janvier 2004, 19 h
et/ou Lundi, le 26 janvier 2004, 19h

- PRATICIEN EN RELATION D'ENTRE – ÊTRE
- NATUROTHÉRAPIE
- MASSAGE ESSÉNIEN
- RÉFLEXOLOGIE
- MASSOTHÉRAPIE
- ÊTRE PARENT
- ÊTRE MAÎTRE
- ALIMENTATION SANTÉ
- RADIESTHÉSIE
- LES SENS DES MAÎTRES
- DIGITO MÉRIDIEUX

Reconnu par les associations suivantes: C.I.M.A. et A.N.N.



Normand Brisson n.d.

- Relation Entre-Être - Guidance par la radiesthésie - Réflexologie
- Massage Essénien - Maître Reiki - Radiesthésie - Phytothérapie
- Herboristerie et Aromathérapie



Centre de santé **Essentiellement pour vous**
2899 boulevard Curé-Labelle, Suite 102, Prévost
1-800-661-9036
(450) 224-7776

esspv.com

CINÉmom
Gfille

Le chat dans le chapeau

cinéfile - Ce film est mignon, les décors sont très Looney Toon, si vous voyez ce que je veux dire! Les personnages sont très «p'tits bonhommes». La maman super gentille, la petite fille sage, le petit garçon turbulent et évidemment, le voisin fou amoureux de la maman, qui est méchant parce qu'il veut envoyer le bambin dans une école militaire! Et voilà que le chat entre en jeu pour faire basculer la vie entière des enfants. J'ai bien aimé ce film, mais j'ai trouvé plate qu'il y ait toujours place à la morale...
8.5/10

NDLR: Deux collaboratrices, Johanne Gendron et sa fille Charlotte Frenza offrent aux lecteurs du journal leurs commentaires sur un film ou un spectacle à l'affiche. Le lecteur pourra apprécier la différence ou la convergence de point de vue.



cinémom - Le chat dans le chapeau est un film qui amusera petits et grands et deviendra assurément un classique pour enfants. Mike Myers est vraiment délirant dans ce personnage du Dr. Seuss. Une famille monoparentale héberge pour une journée un chat malicieux qui fera faire des folies et des bêtises aux deux enfants de la maison. Heureusement tout est bien qui finit bien!
Joyeux Noël et bonne année
7/10