

Une skieuse qui ne lâche pas

## Une persévérance payante pour Maxandre Choquette

Jacinthe Laliberté jacinthe.laliberté@journaldescitoyens.ca

**Le but ultime des athlètes de haut niveau est de monter sur une des trois marches d'un podium, peu importe le type de compétition. Maxandre Choquette est une jeune skieuse de 15 ans, résidente de Sainte-Anne-des-Lacs qui a cumulé nombre de podiums durant sa saison 2023 et qui poursuit, toujours, sa quête de victoire.**

Lors de la séance du Conseil municipal de novembre de Sainte-Anne-des-Lacs, les élus ont tenu à souligner les efforts et le travail de la jeune skieuse, dans le cadre de sa politique de soutien à l'excellence sportive pour la jeunesse, en lui remettant deux bourses.

La première, de 500 \$, lui a été attribuée pour sa deuxième position lors de sa participation au championnat international Super-G féminin de l'Est Mackenzie U16 (14-15 ans). La deuxième bourse, d'un montant de 300 \$, soulignait sa troisième position à une compétition régionale de descente en slalom.

Maxandre Choquette a terminé l'année 2023 avec de nombreux podiums qui lui ont valu un très bon cumul de points. «Le plus impres-

sionnant fut celui de la deuxième place au Super Géant aux Jeux de l'Est au mont Sainte-Anne», de préciser le père de la jeune skieuse qui la suit dans la plupart de ses déplacements.

Du fait d'une mauvaise chute, Maxandre n'a pu monter sur le plus haut podium, lors de cette course aux Jeux de l'Est en Géant slalom. Elle a tout de même ravi la deuxième place. Pour mieux comprendre l'importance de cette compétition, Sébastien Choquette, père de Maxandre, tient à préciser que ces Jeux de l'Est Mackenzie rassemblent toutes les skieuses U16 de l'Est du Canada et des États-Unis. Lors de la sélection pour les Jeux du Canada au régional, Maxandre, détenant un treizième rang pour la catégorie U16, n'a pu être sélectionnée, car seulement les

douze premières places pouvaient accéder à ces Jeux.

Le père de Maxandre a commenté, ainsi, ce résultat: «C'est un mal pour un bien parce que cette participation l'aurait épuisée. Elle pousse fort,

elle s'entraîne beaucoup. Il faut qu'elle se donne du temps. Ma fille est très fière de son cumulatif de sa saison 2023».

### À l'assaut de nombreuses compétitions et des études

Pour les skieuses, la séquence des compétitions est complexe et exigeante. En voici la preuve. Pour pouvoir participer aux compétitions provinciales, elles doivent réussir au Régional. Un classement exceptionnel aux Provinciaux est une porte



Maxandre Choquette démontre, en contournant cette porte, qu'elle maîtrise très bien sa technique ce qui lui permet d'accéder à une des trois marches du podium lors des différentes compétitions auxquelles elle participe.

national. Elle veut se donner du temps pour acquérir force et puissance.

Il y a la compétition, mais aussi l'école. La jeune étudiante de secondaire 4, inscrite dans un programme Ski-Études, à l'école secondaire Augustin-Norbert-Morin de Sainte-Adèle, peut manquer jusqu'à 50 jours de classe. C'est donc dire qu'elle doit pallier ce manque pour faire face aux exigences scolaires, ce qu'elle réussit très bien.

Pour réaliser les défis que Maxandre s'est fixés, celle-ci participe à des camps d'entraînement, dont celui du mont Édouard où elle s'est entraînée tout récemment.

Les élus de la Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs, souhaitent, au nom des citoyens, à la jeune skieuse, de poursuivre son magnifique parcours vers les plus hauts sommets et que ses rêves se réalisent tous autant les uns que les autres.

d'entrée aux Jeux de l'Est ce qui permet, ainsi, d'avoir accès à la Whistler Cup. Finalement, cette dernière compétition ouvre sur le Mondial junior en Italie. Et, fait à retenir, toutes ces compétitions se déroulent dans la même année d'où le danger d'épuisement chez les athlètes.

Faisant partie de l'équipe de compétition de ski de Saint-Sauveur, Maxandre bénéficie des conseils d'entraîneurs chevronnés. Or, cette dernière ambitionne cette année, de se rendre aux compétitions de niveau



Créez une oasis pour les monarches

## L'hiver au Mexique, pas seulement pour les snowbirds

Diane Barriault

**La Société d'horticulture et d'écologie de Prévost souhaite développer un projet d'implantation d'une oasis pour favoriser la reproduction du papillon monarche.**

Les monarches du Québec migrent vers le Mexique à l'automne. En mars, mâles et femelles sexuellement matures s'accouplent. La plupart des mâles meurent, alors que la majorité des femelles s'envolent vers le nord. En cours de route, elles pondent sur les pousses printanières de l'asclépiade et meurent à leur tour. Plusieurs générations de monarches se succèdent ainsi avant que les papillons atteignent nos régions, en juin. Malheureusement, le monarche, espèce unique par son cycle de vie, est en danger d'extinction en raison notamment de la perte d'habitats et de nourriture. En effet, le papillon adulte s'alimente du nectar des fleurs, mais la chenille se nourrit exclusivement de feuilles d'asclépiade, une plante indigène considérée à tort comme une «mauvaise herbe».

### Des oasis toujours plus nombreuses

Passionnée de biodiversité, Sylvie Fortin a mis en œuvre un projet visant à faciliter la reproduction de ce papillon ici, chez nous, en créant des aires spécifiquement conçues pour combler tous ses besoins. Parrainé par la Société d'horticulture et d'écologie de Prévost, et

avec l'appui des Villes de notre région et de la Fédération des sociétés d'horticulture du Québec, ce projet a permis de créer en 2022 des oasis à Prévost (au parc des Morilles et au Clos des Réas) et à Saint-Hippolyte (à la bibliothèque). Le projet a pris de l'expansion en 2023 avec l'agrandissement des espaces et l'ajout d'une oasis au centre récréatif du lac Écho. Une autre oasis verra par ailleurs le jour à Sainte-Anne-des-Lacs, en 2024.

### Travail et patience

Le succès de ce projet repose sur l'implication de bénévoles qui, dès le mois de mars, préparent des semis d'asclépiade pour planter dans les oasis. Ils s'emploient ensuite à préparer le terrain, à planter les annuelles et les vivaces sélectionnées, à arroser et désherber et, surtout, à observer et documenter toutes les étapes de transformation de l'insecte, de l'œuf à la chrysalide, puis au papillon adulte. Il faut un œil de lynx pour débusquer un œuf ou une petite chenille sur une feuille d'asclépiade, et il faut une bonne dose de patience pour assister en direct à l'émergence du papillon de sa chrysalide. Mais quelle satisfaction!

### Bilan prometteur

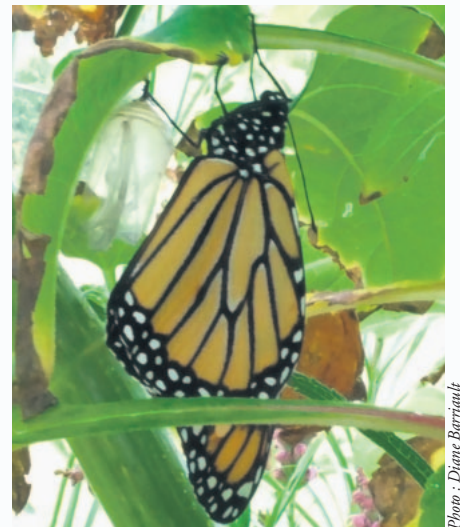
Satisfaction aussi de savoir que tout ce travail, bien qu'il ne soit qu'une goutte d'eau dans la préservation du monarche, porte tout de même ses fruits. En 2022, nos oasis ont hébergé 21 œufs, 14 chenilles, ainsi qu'une chrysalide de laquelle a émergé un papillon mâle. En 2023, nous avons observé 20 œufs et 17 chenilles. Bien qu'aucune chrysalide ne se soit développée dans nos oasis, plusieurs chenilles ont probablement migré dans la végétation environnante pour leur ultime transformation. Outre l'importance vitale des oasis pour la survie du monarche, les asclépiades et la grande variété de plantes nectarifères qui y poussent constituent une source de nourriture de choix pour plusieurs autres espèces de papillons et de pollinisateurs.

### Une oasis chez soi

Quelques oasis publiques contribuent évidemment à la préservation du papillon monarche, mais nous souhaitons que des citoyens mettent l'épaule à la roue en



Bénévoles au travail!



Papillon monarche



Chenilles et une chrysalide qui complète son cycle de vie!

implantant des oasis sur leur terrain, ce que certains ont déjà fait avec succès.

Les personnes intéressées trouveront sur le site Web de l'insectarium de Montréal l'information nécessaire à ces aménagements. (Certification Oasis pour les monarches|Espace pour la vie\*). De plus, chaque année, lors des journées de l'environnement de Prévost et de Saint-Hippolyte, la SHEP tient un kiosque d'information sur le papillon monarche et distribue des graines et des plants d'asclépiade que lui fournissent les

Municipalités. Le 13 avril prochain, Sylvie Fortin animera une conférence-causerie pour la SHEP. Vous découvrirez tout sur le monarche et apprendrez comment aménager des oasis. Pour vous inscrire à la conférence ou pour devenir bénévole dans le projet, consultez notre site internet au [shepqc.ca](http://shepqc.ca) ou écrivez-nous à l'adresse courriel [shep1@videotron.ca](mailto:shep1@videotron.ca) \*<https://espacepourlavie.ca/certification-oasis-pour-les-monarches>