



224-9964

Cellulaire:
565-7728

2947, boul Curé-Labelle, Prévost



Comptables généraux licenciés
du Québec

ANDRÉ MARTEL, CGA
EXPERT-COMPTABLE

1531, M^{te}e Sauvage,
Prévost
andre.martel@videotron.ca

Tél.: 450 224-4773
Télec.: 450 224-4773



Le massage Essénien

Vous vivez une époque de changements et de transformations profondes. L'Humanité s'éveille rapidement. Prenez un moment pour vous détendre et laissez votre âme vous parler des bienfaits apportés par les massages.

Recevez des réponses et des solutions à vos questions. Provenant du temps des temps, le massage Essénien fit son chemin de souvenirs en souvenirs. Il fut enseigné dans le temps durant le temps des Atlantes et des Lémuriens. Et, il fut enseigné dans les pyramides d'Égypte à tous ceux désireux de recevoir l'enseignement des Esséniens.

Par son ampleur et sa grandeur, le massage Essénien correspond au ciel et à la terre.

Cette technique de massage ancestrale permet la réunification de l'Être avec son moi divin. En nous servant des 12 méridiens principaux, des 2 merveilleux vaisseaux et des points réflexogènes, nous rééquilibrons et stabilisons le travail des glandes endocriniennes et des organes correspondants.

Cette méthode de massage par pression et glissée permet à la personne qui le reçoit d'être en fusion avec son énergie et ses émotions. En plus d'améliorer la circulation sanguine, de stimuler le système immunitaire, de calmer le système nerveux, il permet le rééquilibrage du Yin et du Yang.

Vous devenez un soleil qui réchauffe et nourrit.

Vous devenez une lumière qui éclaire la voie.

Vous devenez le silence qui ouvre les portes.

Vous devenez la douceur qui apaise

Votre amour libère des chaînes de la peur, des restrictions et du passé.

Peut-être est-ce vrai que derrière la douzaine de masques que nous portons tous les jours pour plaire ou ne pas déplaire aux autres, il y a vraiment un être Divin toujours prêt à servir.

Sentez votre unité avec toute vie.

Christian Gagné, D.C.
Essentiellement... pour vous
www.esspv.com

Les miscellanées d'un dilettante

Yves Deslauriers, collaboration spéciale



Un vide oppressant

Aujourd'hui, ma fièvre pour l'écriture affiche un degré inférieur à zéro. Mes idées bringuebalent et échouent dans le vide. Mon mentor, celui qui est à l'origine de mon implication au journal, celui qui a usé de diplomatie pour m'inviter à rejoindre l'équipe, n'est plus. Je suis désespéré, sonné. Je vivais une certaine complicité avec M. Laurin. Je lui demandais, à intervalles réguliers, si je justifiais la confiance qu'il avait mise en moi. Je lui répétais de ne pas hésiter à me signifier la fin de cette collaboration bénévole si elle se révélait trop timide ou trop « drabe » pour un journal aussi dynamique déservant une population riche en talents très variés. Quand je suis venu au journal, je souhaitais connaître le milieu prévostois davantage. Pour mieux saisir le pouls d'un milieu, il faut s'investir dans ses réalisations, s'intéresser à ce qui le dynamise : sa vie sociale, culturelle et politique et en comprendre l'alpha et l'oméga. De ce point de vue, mon objectif ne sera pas atteint et même si je profite de la liberté 55, je ne me permets pas les nombreuses heures d'une jeune recrue dédiée à une nouvelle passion.

J'écris et je suis conscient de ne pas posséder le vécu d'un journaliste rompu à cette profession. J'ai commis quelques textes dans le quotidien La Presse et c'est par le biais de ce média que M. Laurin m'a connu. Mon cheminement se traduit en termes très simples. Des études classiques au Séminaire de Nicolet devenu depuis l'Institut de police du Québec. Après deux ans passés à l'Université de Sherbrooke en option mathématique, j'ai enseigné les maths au secondaire pour la majorité de mes 33 années passées presque exclusivement à l'école Frenette dont je porte encore la cocarde dans mon cœur. J'ai vécu une interruption de quelques années quand les mathématiques modernes ou nouvelles ont fait le top du palmarès de la révolution de la logique mathématique de laquelle je me suis dissocié vivant en retrait, en observateur impatient et incrédule. À ce moment-là, j'ai enseigné l'anglais, un aboutissement à une spécialité concoctée à l'Université Concordia en langues secondes. J'ai aussi enseigné le français, fort de mes études classiques et des études en langue et littérature françaises à

l'Université de Montréal. J'arrive à me tirer d'affaire en tout, mais je ne suis exceptionnel en rien, ai-je besoin de préciser. J'aime les défis. Écrire au journal en est un. Est-ce de l'inconscience ou de la témérité ? Je ne saurais le dire, mais je lis deux journaux par jour et je m'intéresse à tout ce qui fait l'actualité, même à ce qui peut paraître secondaire et ce, pour me former une opinion bien à moi et avoir les arguments pour la défendre adéquatement et de façon convaincante.

Le décès de M. Laurin m'a amené à modifier mon texte de ce mois-ci dans lequel je jetais un regard sceptique sur la perspective avancée par le gouvernement d'inciter les 65 ans et plus à rester au travail. Bien sûr, il s'agit d'un choix personnel impliquant plusieurs considérations et modalités. À ce chapitre-là, j'utilise mon droit à la circonspection. Mais, je ne peux m'empêcher de m'étonner devant cette proposition étrange dans le contexte actuel, si jamais elle prend forme. Une société qui n'a jamais autant parlé de retraite et de LIBERTÉ 55 ! Une société de loisirs qui manque de temps, qui

court après et contre ce temps ! Une société qui grappille la vie à défaut de se l'approprier complètement, cette société, dis-je, va se taper quelques autres années supplémentaires de travail à 65 ans et plus ? « Il faut savoir quitter la table », chantait Aznavour. J'avale difficilement et je ne comprends pas. L'espérance de vie de l'homme a-t-elle augmenté à ce point ? Nos valeureux cultivateurs qui travaillaient dur physiquement de l'aube au crépuscule n'en demandaient pas tant. À 65 ans, la plupart d'entre eux s'occupaient à des tâches plus légères sur la ferme et moins exigeantes, laissant à la relève, la relève. Je cherche toujours les motifs et les motivations d'une telle mesure. L'expérience ? Dans un monde en constante transformation et évolution ? Le travail des années 2000 irait-il jusqu'à produire des travailleurs qui ne vieillissent plus, peut-être parce qu'ils manquent de temps pour ce faire ? Attendons voir ! Mais moi, je ne serai probablement pas un témoin vivant de cette révolution ou de cette métamorphose.

Mon aventure avec le Carrefour de Solidarité Internationale

I ni sogoma! (Bon matin)

Camille Bouillé

Je me nomme Camille Bouillé et je fais partie d'un groupe de 10 stagiaires qui se sont embarquées dans un projet de coopération internationale. Ce sera pour moi une première expérience qui me permettra de m'ouvrir sur le monde, de partager avec un autre peuple, de comprendre les réalités auxquelles ils doivent faire face et de participer activement à l'amélioration de leur qualité de vie.



C'est le 18 janvier que je m'envolerai pour la mystérieuse terre d'Afrique. Ces deux mois de stage, je les vivrai dans un petit village de la brousse malienne, ce qui signifie : pas d'eau courante, donc pas de douche, pas d'électricité, pas de toilette... Bref, c'est un mode de vie diamétralement opposé avec le mode de vie occidental. De plus, je partirai du Québec en plein hiver pour arriver dans la saison la plus chaude du Mali, ce qui représente en moyenne 45°C! Je sais que le choc culturel sera intense, je connais les conditions de vie des villageois avec qui je vais vivre mais en même temps, j'ai de la difficulté à anticiper ce qui m'attend... Je crois que ce ne sera qu'une fois là-bas que je pourrai vraiment en prendre conscience.

Là-bas, chaque stagiaire sera jumelée à une famille d'accueil, mais pour des raisons de santé, nous mangerons et dormirons tous ensemble dans une petite maison spécialement pour nous. L'eau ou le lait qu'ils boivent et utilisent pour faire les repas pourrait nous rendre très malades. Mon rôle en tant que stagiaire sera d'aider la communauté à construire un abri moulin et un système d'irrigation pour le champ de maïs. De plus, j'aiderai ma "mère d'accueil" dans ses tâches quotidiennes et je ferai des activités avec les enfants du village. Je prévois donc apporter dans mon sac à dos jouets, crayons de couleurs, livres à colorier, ballons de soccer...

Pour me préparer adéquatement et pour apprendre à connaître

l'équipe avec laquelle je vais vivre cette aventure, je participe à six fins de semaines de formation données par le Carrefour de Solidarité Internationale de Sherbrooke. De plus, pendant quatre vendredis soir, nous avons des cours de Bambara. Dans les villes maliennes, le français est couramment employé, mais puisque dans les villages les gens ne sont pas vraiment instruits, ils ne parlent pas tous français. Leur langue est très difficile à apprendre puisqu'elle ne ressemble en rien au français, mais je vais sans doute réussir à me dérouiller... enfin, je l'espère! Entre ces fins de semaines plutôt chargées, je prépare des activités de financement avec mes neuf coéquipières, puisque chaque stagiaire doit amasser un certain montant pour défrayer une partie des coûts. J'ai déjà contacté certains organismes et commerces de la région, mais il me reste encore beaucoup de travail à faire.

Je crois que ce que je m'apprete à vivre est une expérience inoubliable et j'aimerais beaucoup la partager avec vous. Je vous propose donc de me suivre à travers mon aventure en lisant mes articles. Je vous écrirai du Québec avant de partir, du Mali pendant mon stage et bien sûr, d'ici à mon retour. Si vous voulez m'écrire à votre tour, je vous laisse mon adresse internet. camilleaumali@hotmail.com

Ka an ben soni (À bientôt)

Le Massage Essénien

Le Massage Essénien agit à merveille pour stress, anxiété, maux de tête, insomnie, nerf sciatique, fatigue, lombalgie, peur et insécurité.

Vous n'avez jamais expérimenté une séance de Massage Essénien ?

ÉVALUATION + MASSAGE DE 1 HEURE POUR 40\$ POUR LES NOUVEAUX CLIENTS

AVEC PRÉSENTATION DE CE COUPON PRIX RÉGULIER 50\$

FORFAIT DISPONIBLE CERTIFICATS CADEAUX

Aussi disponible pour réflexologie, harmonisation des CHAKRAS

Centre de santé Essentiellement pour vous



Une équipe multidisciplinaire
Service de chiropratique, kinésiologie, homéopathie, Lumi-Energie, Massage essénien, Vie-Voir (pour les enfants), Centre de formation

2899 boulevard Curé-Labelle, Suite 102, Prévost
(450) 224-7776 **esspv.com**

AUSSI SERVICES :
RELATION D'ENTRE-ÊTRE
MASSAGE ESSÉNIEN
GUIDANCE EN RADIESTHÉSIE
AROMATHÉRAPIE
RÉFLEXOLOGIE
COURS OFFERTS EN GASTRONOMIE VÉGÉTARIENNE

Paul Nadeau n.d.
Naturopathe,
Relation d'Entre-Être,
chiropratie, hypnothérapie et naturothérapie,
Réflexologie

