

Cyclisme sur piste

En route vers les Olympiques

AUDREY LABRIE

Voici un court bilan de ma saison 2012. J'ai vécu les plus belles expériences sportives et les plus beaux résultats jusqu'à maintenant. Deux médailles aux Championnats panaméricains, un titre de championne canadienne junior. J'ai remporté le classement de la meilleure sprinteuse au Tour international de la relève de Rimouski.

Mes championnats du monde junior sur piste en Nouvelle-Zélande se sont très bien déroulés. J'ai obtenu une 6^e place au sprint par équipe, une 7^e place à la course de scratch et une 8^e place à la course aux points. Après ce séjour en



Audrey Labrie en action

VITRERIE FIJON LEMIEUX ENR.
2632 - 8138 Québec Inc.

Spécialité - Murs de miroir
Verre & miroirs décoratifs
Portes & fenêtres
Moustiquaires

(450) 438-2023
Fax: (450) 438-9125

Résidentiel - Commercial
RBQ#: 8100-0994-71

Douche en verre

2489, boul. du Curé Labelle, Prévost

Simplicité, honnêteté et professionnalisme

- Succession
- Immobilier
- Curatelle
- 1^{re} maison
- Tutelle
- Copropriété
- Incorporation
- Testament
- Mise à jour livre de compagnie
- Mandat
- Homologation

Me. Marie-Eve Harvey, notaire

M^e Paul GERMAIN Notaire et conseiller juridique

861, rue de l'École, Prévost
450-224-5080
www.paulgermainnotaire.com

CLINIQUE PHYSIOTHÉRAPIE DES MONTS

Jasmine Perreault physiothérapeute
Caroline Perreault physiothérapeute
Anaïs Delvaux-Derome physiothérapeute
Philippe Leblanc-Roy physiothérapeute
Chantale Lauzon ostéopathe
France Pineault acupunctrice
Nathalie Dupré massothérapeute
Suzanne Gauvin infirmière (prélèvements sanguins)

2955, boul. Curé-Labelle bureau 103, Prévost
Téléphone **450 224-2322**
www.physiodesmots.com

SPÉCIALITÉS
Thérapie manuelle – Ostéopathie – Massothérapie
– Acupuncture – Prélèvements sanguins

PRINCIPAUX PROBLÈMES TRAITÉS
Blessure sportive – Maux de dos et de cou – Tendinite
– Capsulite – Bursite – Fracture – Entorse

Il existe de nombreuses raisons pour consulter en chiropratique :
Mal de dos, mal de cou, torticolis, migraine ou mal de tête, douleurs dans les bras, engourdissements, otite à répétition, sciatique : sont des exemples...

Consultez pour un examen approfondi, un diagnostic et des conseils sur les traitements.

D^{re} Isabelle Cazeaux, Chiropraticienne D.C.

• Technique douce et de précision •

Centre chiropratique Vitalité

Sur rendez-vous : 450-224-4402
781, Montée-des-Sources, Prévost (Domaine des Patriarches)

Océanie, j'ai passé le mois de septembre en sol européen où j'ai participé aux Championnats du monde junior sur route où j'ai pris le 43^e rang, à 30 secondes de la gagnante, le meilleur résultat canadien.

À mon retour au pays, j'ai reçu plusieurs honneurs sportifs dont celui de l'athlète féminine en cyclisme sur route et piste chez les moins de 23 ans au Québec, en plus d'être nommée la meilleure cycliste junior au pays, selon le *PedalMagazine*. La plus grande nou-

velle de mon automne fut ma signature avec l'équipe professionnelle GSD Gestion Kallisto Specialized pour la saison 2013.

De plus, avec mes résultats de la saison 2012, je suis maintenant athlète breveté par Sport Canada, en plus d'être sur le programme national canadien de développement en vue des Jeux olympiques de 2016.

Bref, ce fut une année bien remplie et j'appréhende avec beaucoup d'enthousiasme 2013!

MANON CHALIFOUX – SOMMELIÈRE ET CONSEILLÈRE EN VINS, SAQ SÉLECTION SAINTE-ADÈLE



Quelles sont les résolutions que vous avez prises pour 2013? Arrêter de fumer? Vous remettre en forme? Moi, j'ai pris comme résolution de continuer à être bien, de continuer à faire de mon mieux pour que ma famille, mes amis, les gens que je rencontre soient bien en ma présence, car on ne le dira jamais assez, le bonheur, le vrai, se construit une seconde à la fois et tout comme le bon vin, il faut l'apprécier en toute simplicité.

Et pour bien débiter, un petit plaisir en provenance du Sud-Ouest de la France, plus précisément de la région de Cahors. Le Château Les Bouysses est élaboré à 85% de malbec et 15% de merlot. Un magnifique vin à la robe rubis franc, limpide et brillante. Des arômes de fruits rouges avec une touche de vanille amenée par un passage en fût de chêne. En bouche, le vin présente de beaux tanins soutenus par une acidité bien droite. Nous avons la cerise noire en rétro-olfaction. Les Bouysses affiche un taux d'alcool de seulement 12,5%, ce qui permet de garder ce vin tout en fraîcheur sans lourdeur. Un vin qui fait bon déguster avec un gibier à plumes (faisan, pintade), un mijoté de bœuf ou tout simplement un bon «spag». **Château Les Bouysses 2008, Cahors à 17,40\$ (972649)**

Et pour continuer tout en douceur, un vin de soleil en provenance de la Californie, de la vallée de Sonoma. Cline Cashmere 2011. Le Cashmere est élaboré à partir des cépages mourvèdre, grenache et syrah qui poussent sur des vignes de plus de trente ans sur des sols sablonneux

dans la région de Oakley. Cette région aux journées chaudes et aux nuits fraîches permet de conserver toute la fraîcheur et la puissance des tanins. Après macération et fermentation, le vin est mis en élevage. Seulement un quart de la cuvée est mise en barrique de chêne français fortement brûlée pour une période de huit mois. Le résultat : un vin soyeux, élégant et persistant. Un vin qui porte très bien son nom! La robe est intense, les arômes sont envoûtants avec des effluves de fruits rouges, de cacao, de poivre. En bouche, les tanins sont présents, mais très fins, l'acidité bien équilibrée et la finale est complexe : on a juste le goût de prendre une autre gorgée pour valider... À savourer avec un poisson grillé, une côtelette de veau, fondue chinoise ou raclette et pierrade. **Cashmere 2011, California à 21,50\$ (11091825)** (un petit plus pour le Cashmere, Cline Cellars supporte la Fondation «Living Beyond Breast Cancer» et a contribué au cours des dernières années pour un montant de plus de 200000\$ à la recherche contre le cancer du sein)