

par Nathalie de Grandmont
et l'équipe de Coup de pouce

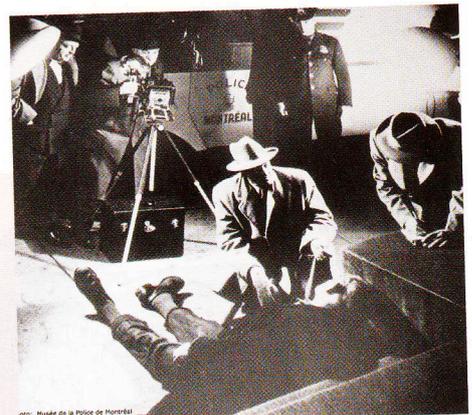
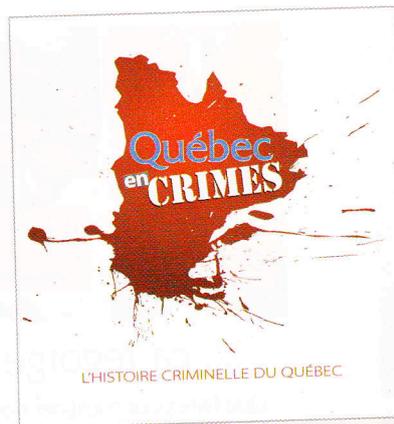
... C'est parce que...

... PÉDALER
SANS SOUCIS,
ça nous réjouit



Voyant qu'ils accueillent de plus en plus de cyclistes, huit gîtes de la Mauricie se sont regroupés pour proposer de plaisants circuits de cyclotourisme de deux, trois ou plusieurs jours autour de Saint-Paulin, Grand-Mère, Saint-Alexis-des-Monts, Saint-Léon-le-Grand et Saint-Cuthbert. Lorsqu'on réserve, les aubergistes nous suggèrent des trajets en fonction de la distance et du nombre de chambres qu'on souhaite (ils varient entre 12 et 60 km). Les circuits, qui empruntent surtout de petites routes secondaires et des rangs de campagne bordés par ces fameux champs de sarrasin dont la région tire son surnom, nous indiquent les haltes pour un pique-nique et différents endroits où se procurer des spécialités régionales. De 65 \$ à 115 \$/nuit pour deux, selon les gîtes, incluant de copieux petits-déjeuners. Offert en option: le transport de notre voiture (5 \$) ou de nos bagages (à partir de 15 \$, pour deux). Infos: ☎ 1-877-707-3455, www.bbsarrasin.com. NG

Photo: istockphoto (femme dehors).



... LE CRIME ne paie pas

Mais il nous fascine, au point que le Musée québécois de culture populaire de Trois-Rivières y consacre une exposition. Le meurtre d'Aurore l'enfant martyre, les vols de Monica la mitraille, les attentats du FLQ... *Québec en crimes* en retrace l'histoire, du crime organisé à la cybercriminalité, abondant au passage

les étonnantes techniques médico-légales utilisées pour épinglez les coupables. Sinistre? Au contraire: édifiant et instructif! Les enfants pourront même tester leurs talents de détectives. À compter du 24 juin 2009 (jusqu'en 2012). Infos: ☎ 819-372-0406, www.culturepop.qc.ca.

... LA CAUSE nous touche

Dans la mythologie égyptienne, Maât symbolise l'équilibre du monde, la paix et la justice. Au Québec, c'est un organisme à but non lucratif qui cherche à améliorer la vie de jeunes défavorisées et à enrayer le cycle de la pauvreté. Pour amasser des fonds, Maât met en vente d'élégants porte-bonheur, créations de la joaillière Mireille Boucher, de Harakiri Design. Un beau bijou significatif qu'on offre ou qu'on s'offre (69 \$ et 89 \$, dans quelques boutiques et en ligne au www.maatworld.org).



... IL NOUS
LE FAUT cet été

Fini les lèvres asséchées par le soleil: on glisse dans notre sac le nouveau *Sun Smart lèvres FPS 15*, de Lise Watier, un baume léger qui protège et hydrate en laissant tout juste une fine couche soyeuse et un brin lustrée. Pour de doux bisous tout l'été! (19 \$ les 3,5 g, www.lisewatier.com.) ▶

par Nathalie de Grandmont
et l'équipe de Coup de pouce

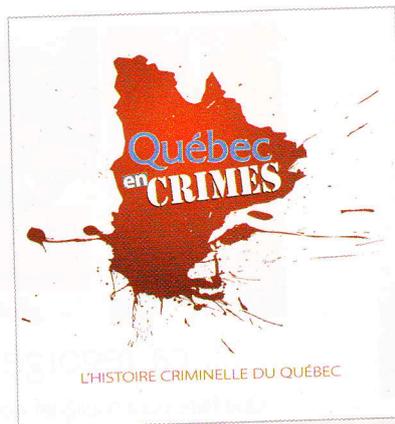
... C'est parce que...

... PÉDALER
SANS SOUCIS,
ça nous réjouit



Voyant qu'ils accueillent de plus en plus de cyclistes, huit gîtes de la Mauricie se sont regroupés pour proposer de plaisants circuits de cyclotourisme de deux, trois ou plusieurs jours autour de Saint-Paulin, Grand-Mère, Saint-Alexis-des-Monts, Saint-Léon-le-Grand et Saint-Cuthbert. Lorsqu'on réserve, les aubergistes nous suggèrent des trajets en fonction de la distance et du nombre de chambres qu'on souhaite (ils varient entre 12 et 60 km). Les circuits, qui empruntent surtout de petites routes secondaires et des rangs de campagne bordés par ces fameux champs de sarrasin dont la région tire son surnom, nous indiquent les haltes pour un pique-nique et différents endroits où se procurer des spécialités régionales. De 65 \$ à 115 \$/nuit pour deux, selon les gîtes, incluant de copieux petits-déjeuners. Offert en option: le transport de notre voiture (5 \$) ou de nos bagages (à partir de 15 \$, pour deux). Infos: ☎ 1-877-707-3455, www.bbsarrasin.com. NG

Photo: istockphoto (femme déhors).



... LE CRIME ne paie pas

Mais il nous fascine, au point que le Musée québécois de culture populaire de Trois-Rivières y consacre une exposition. Le meurtre d'Aurore l'enfant martyre, les vols de Monica la mitraille, les attentats du FLQ... *Québec en crimes* en retrace l'histoire, du crime organisé à la cybercriminalité, abordant au passage

les étonnantes techniques médico-légales utilisées pour épinglez les coupables. Sinistre? Au contraire: édifiant et instructif! Les enfants pourront même tester leurs talents de détectives. À compter du 24 juin 2009 (jusqu'en 2012). Infos: ☎ 819-372-0406, www.culturepop.qc.ca.

... LA CAUSE nous touche

Dans la mythologie égyptienne, Maât symbolise l'équilibre du monde, la paix et la justice. Au Québec, c'est un organisme à but non lucratif qui cherche à améliorer la vie de jeunes mamans défavorisées et à enrayer le cycle de la pauvreté. Pour amasser des fonds, Maât met en vente d'élégants porte-bonheur, créations de la joaillière Mireille Boucher, de Harakiri Design. Un beau bijou significatif qu'on offre ou qu'on s'offre (69 \$ et 89 \$, dans quelques boutiques et en ligne au www.maatworld.org).



... IL NOUS
LE FAUT cet été

Fini les lèvres asséchées par le soleil: on glisse dans notre sac le nouveau *Sun Smart lèvres FPS 15*, de Lise Watier, un baume léger qui protège et hydrate en laissant tout juste une fine couche soyeuse et un brin lustrée. Pour de doux bisous tout l'été! (19 \$ les 3,5 g, www.lisewatier.com.) ▶

par Nathalie de Grandmont
et l'équipe de Coup de pouce

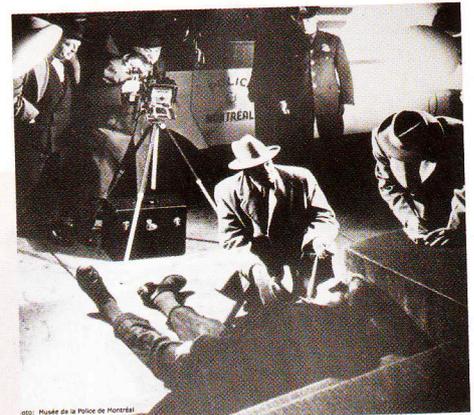
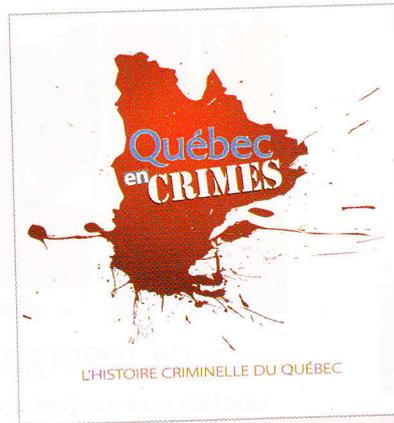
... C'est parce que...

... PÉDALER
SANS SOUCIS,
ça nous réjouit



Voyant qu'ils accueillent de plus en plus de cyclistes, huit gîtes de la Mauricie se sont regroupés pour proposer de plaisants circuits de cyclotourisme de deux, trois ou plusieurs jours autour de Saint-Paulin, Grand-Mère, Saint-Alexis-des-Monts, Saint-Léon-le-Grand et Saint-Cuthbert. Lorsqu'on réserve, les aubergistes nous suggèrent des trajets en fonction de la distance et du nombre de chambres qu'on souhaite (ils varient entre 12 et 60 km). Les circuits, qui empruntent surtout de petites routes secondaires et des rangs de campagne bordés par ces fameux champs de sarrasin dont la région tire son surnom, nous indiquent les haltes pour un pique-nique et différents endroits où se procurer des spécialités régionales. De 65 \$ à 115 \$/nuit pour deux, selon les gîtes, incluant de copieux petits-déjeuners. Offert en option: le transport de notre voiture (5 \$) ou de nos bagages (à partir de 15 \$, pour deux). Infos: ☎ 1-877-707-3455, www.bbsarrasin.com. NG

Photo: istockphoto (femme déhors).



... LE CRIME ne paie pas

Mais il nous fascine, au point que le Musée québécois de culture populaire de Trois-Rivières y consacre une exposition. Le meurtre d'Aurore l'enfant martyre, les vols de Monica la mitraille, les attentats du FLQ... *Québec en crimes* en retrace l'histoire, du crime organisé à la cybercriminalité, abordant au passage

les étonnantes techniques médico-légales utilisées pour épinglez les coupables. Sinistre? Au contraire: édifiant et instructif! Les enfants pourront même tester leurs talents de détectives. À compter du 24 juin 2009 (jusqu'en 2012). Infos: ☎ 819-372-0406, www.culturepop.qc.ca.

... LA CAUSE nous touche

Dans la mythologie égyptienne, Maât symbolise l'équilibre du monde, la paix et la justice. Au Québec, c'est un organisme à but non lucratif qui cherche à améliorer la vie de jeunes mamans défavorisées et à enrayer le cycle de la pauvreté. Pour amasser des fonds, Maât met en vente d'élégants porte-bonheur, créations de la joaillière Mireille Boucher, de Harakiri Design. Un beau bijou significatif qu'on offre ou qu'on s'offre (69 \$ et 89 \$, dans quelques boutiques et en ligne au www.maatworld.org).



... IL NOUS
LE FAUT cet été

Fini les lèvres asséchées par le soleil: on glisse dans notre sac le nouveau *Sun Smart lèvres FPS 15*, de Lise Watier, un baume léger qui protège et hydrate en laissant tout juste une fine couche soyeuse et un brin lustrée. Pour de doux bisous tout l'été! (19 \$ les 3,5 g, www.lisewatier.com.) ▶