

AU PROFIT DE LA FONDATION DES MALADIES DU COEUR

Une chevauchée de deux jours jusqu'à Bromont

VALÉRIE LEGAULT
valerie.legault@tc.tc

Passionnée d'équitation, Stéphanie Guiot rêve de se rendre un jour à Québec à dos de cheval. Elle réalisera une première étape de son défi cet automne. Les 21 et 22 septembre, la cavalière de Sainte-Anne-de-Sabrevois parcourra avec son fidèle Orion les quelque 60 kilomètres qui les séparent de Bromont pour la cause de la Fondation des maladies du cœur.

Stéphanie Guiot ne s'est pas demandé bien longtemps à qui elle voudrait faire profiter sa randonnée. La Fondation des maladies du cœur est venue tout naturellement en tête de liste, car elle souffre elle-même du syndrome de Wolff-Parkinson-White. Il s'agit d'une sorte d'arythmie qui fait que son cœur s'emballer à plus de 100 pulsations par minute.

«Mes crises peuvent durer de quelques secondes à 15 minutes. Je sens ma poitrine se serrer et mes dents s'engourdir», témoigne-t-elle. La jeune mère de 34 ans a déjà subi deux opérations pour tenter de corriger sa malformation. Chaque fois, les chirurgiens se sont heurtés à des complications qui rendaient la manœuvre périlleuse.

On lui a donc proposé deux choix: ou bien elle se fait installer un défibrillateur cardiaque, ou bien elle accepte de prendre des comprimés pour régulariser son rythme... tant que ceux-ci feront effet.

Elle est consciente qu'elle devra un jour ou l'autre se résigner à porter un petit boîtier métallique dans sa poitrine. «Les médicaments fonctionnent, sauf que j'ai encore des crises passagères. Le *pacemaker* me fait peur, avoue Stéphanie Guiot. En plus, j'ai de la difficulté à concevoir que mon fils écouterait une batterie à la place de mon cœur.»

RANDONNÉE

La Randonnée du cœur de Stéphanie Guiot prendra son départ de l'écurie où son cheval se trouve en pension, à Henryville. En deux jours, elle traversera les villages de Sainte-Anne-de-Sabrevois, Saint-Alexandre, Sainte-Sabine, East Farnham, Brigham, puis Bromont.

À raison de six ou sept heures de randonnée par jour, la cavalière empruntera les routes secondaires pour se rendre jusqu'à destination. Elle prévoit faire halte à Sainte-Sabine pour la nuit. «Je lance un appel à tous pour nous héberger, Orion et moi. J'aurai ma propre tente ainsi que la nourriture pour mon cheval», indique Mme Guiot.



Stéphanie Guiot planifie de se rendre éventuellement jusqu'à Québec avec son cheval Orion.

D'ici au jour du grand départ, elle espère récolter 1000\$ qu'elle remettra à la Fondation des maladies du cœur. Elle invite la population à déposer un don dans l'une des tirelignes à son effigie chez plusieurs marchands locaux. On peut aussi faire un don en ligne pour

sa Randonnée du cœur, à l'adresse <http://lesexploitsducoeur.ca/exploits/randonnee-du-coeur>. Enfin, Stéphanie Guiot tiendra un blogue jusqu'au Jour J qu'il est possible de consulter à l'adresse <http://randonnee-ducoeur.blogspot.ca>.



Retrouvailles à l'Adothèque

La maison des jeunes l'Adothèque de Saint-Luc a souligné ses 20 ans sous forme de retrouvailles, le 2 août dernier, dans ses locaux de la rue Clermont. Plusieurs personnes y ont assisté. Dans la première rangée: Fernande Lévesque, Patrick Régner, Lilianne L. Loiseau et Maxime Leblanc. Dans la deuxième rangée: Carlo Cantave, Raymonde Théorêt, Martin Després, Sylvie Léger, Jean Dubé, Mario Léger, Yves Guimond, Suzy Karel Morin, Mario Chainey, Manon Léger, et Yvon Choquette.

**Allez-y mollo
avec l'eau!**

Remplacez un repas
de viande par un
substitut végétal.
Épargnez jusqu'à
5 000 litres d'eau
par kilo de viande
remplacée.



4177396

4532011

JUS 100% NATUREL

Double
Pasteurisation
Pas filtré

Jus de pomme
100% naturel

Double
Pasteurisation
Pas filtré

1 Litre

POMOLOGIE PARADIS
100, 8e rang, Saint-Alexandre
Québec, JOJ-150 450 296-8240
Peut se conserver plusieurs années. Agitez avant d'utiliser.
Si vous utilisez des glaçons vous pouvez doubler ce volume.
Une fois ouvert garder au réfrigérateur.

Jus de pomme et poire
100% naturel

Double
Pasteurisation
Pas filtré

1 Litre

POMOLOGIE PARADIS
100, 8e rang, Saint-Alexandre
Québec, JOJ-150 450 296-8240
Peut se conserver plusieurs années. Agitez avant d'utiliser.
Utilisez des glaçons pour le boire froid.
Peut se boire chaud comme un thé à 75° Celsius.
Une fois ouvert garder au réfrigérateur.

**POMOLOGIE
Paradis**

1977-A, rang Kempt
Saint-Alexandre
450 296-4403

Peut se conserver plusieurs années. Agitez avant d'utiliser. Utilisez des glaçons pour le boire froid. Peut se boire chaud comme un thé à 75° Celsius.

Disponibles chez ces bons marchands:

145, boul. Saint-Joseph
Saint-Jean-sur-Richelieu

Marchés LAPLANTE
420, 2^e avenue
435, 9^e avenue
St-Jean (secteur Iberville)

87-A, boul. Saint-Luc
Saint-Jean-sur-Richelieu

485, route 133
Sainte-Anne de Sabrevois

Marché PERREAU et GÉLINAS
318, boul. Saint-Luc
St-Jean (secteur Saint-Luc)

**Vous voulez
être distributeur?
450 542-2192**

4253739

