

Elle lance son album *Rock & Road*

Annie Dufresne: entre la ville et la campagne

Même si elle apprécie beaucoup le calme de la nature et vit en permanence dans les Laurentides, il y a une rockeuse en elle. C'est d'ailleurs aux Foutounes électriques que la comédienne chanteuse Annie Dufresne

ne nous avait donné rendez-vous. Entre les rénovations de sa nouvelle maison, des tournages (*Music Hall* notamment) et la préparation de son album, elle a eu un été bien rempli. Avec Steve Scala, son partenaire

dans la vie depuis 10 ans, Annie a écrit et enregistré de nouvelles chansons et lancera son album *Rock & Road* officiellement avec un mini-spectacle le 8 octobre au Liquor Store de Québec, et le 9 aux Foutounes électriques de Montréal. «Je suis inspirée par les relations humaines, dit-elle, des faits vécus ou des choses que je connais. J'écris de façon spontanée et je me nourris de films, de livres, de musique et de la nature. Et je peux vous dire qu'on n'aurait pas écrit cet album de la même façon si on ne vivait pas à la campagne. En tout cas, on peut faire tout le bruit qu'on veut quand on répète, on ne dérange personne!»

«Je n'ai le meilleur des deux mondes.» Installée avec son amoureux dans une grande maison sur une montagne avec une vue magnifique, elle songe à avoir un enfant. «Mon disque c'est mon bébé pour l'instant, mais j'y pense de plus en plus, avoue-t-elle, ça s'en vient... mais chaque chose en son temps! Toutes mes amies et plein de gens autour de moi ont des bébés. Sur le plateau de *Music Hall* cet été, c'était un vrai baby-boom. Et puis il y a Marina avec qui je reprends les enregistrements de *Cauchemar d'amour* très bientôt. Je ne sais pas quand ça va passer en ondes mais on enregistre jusqu'en novembre.»



Ici aux Foutounes électriques, où aura lieu son lancement montréalais, Annie Dufresne avec sa petite chienne Kutchka.

DICTIONNAIRE DES MOTS CROISÉS **Nouveau**

Use Beaudry
265 000 mots

EN VENTE
DANS LES LIBRAIRIES
ET LES BONS MAGASINS

LES ÉDITIONS
Quebecor

7, chemin Bates, Outremont (Québec) H2V 4V7
Tél. (514) 270-1746

Publireportage
CHRONIQUE

Vie de Velours

LE FOIE

Savez-vous quel est le plus gros organe du corps? Il traite tous les aliments qui passent dans le système digestif: c'est le FOIE.

Ce merveilleux organe est situé à votre droite, en dessous de vos côtes abdominales. C'est un organe qui occupe une place capitale dans la santé des individus. On n'a qu'à penser aux personnes qui souffrent de jaunisse, d'hépatite A, B ou C et même de cirrhose ou, tout simplement, de petits symptômes comme les nausées matinales, l'œdème, les problèmes de peau, les taches cutanées, etc.

Le rôle du foie est de régénérer les substances matérielles du corps et d'approvisionnement constant nos cellules grâce au sang dont il renouvelle en permanence les substances organiques. Lorsque le corps est privé de nourriture, le foie livre au sang une quantité suffisante de sucre à partir de ses réserves en glycogène (c'est du sucre = énergie emmagasinée pour un usage futur).

Or, si le corps a besoin d'énergie, c'est le foie qui survient au besoin du sang pour empêcher une hypoglycémie, c'est-à-dire une baisse du sucre dans le sang, soit un déséquilibre. De même, il contient des réserves de nombreuses substances métaboliques nécessaires aux diverses fonctions organiques du corps comme le fer et le zinc, ainsi que d'autres substances importantes emmagasinées pour demande future et en fonction des besoins physiologiques du corps.

Le foie se compare très bien à un hangar de stockage, à une gare de triage ou encore à une usine de

filtration de matières destinées aux autres fonctions vitales du corps. Et enfin, le foie est une usine d'épuration, sorte de déchetterie, d'usine d'incinération. Donc, toutes ces fonctions sont plus ou moins simultanées.

Les aliments deviennent des nutriments lorsqu'ils passent dans le foie. Le foie capte les nutriments qui deviendront l'alimentation des cellules pour notre peau, nos ongles et nos muscles, ainsi que toutes les cellules de notre corps. Sa fonction d'élimination entre en jeu avec les rejets métaboliques, c'est-à-dire les résidus alimentaires de nos aliments. Par exemple, lorsque l'acide urique, qui provient des protéines usées, est en excès en raison d'un apport trop problématique, il peut donner des calculs (des pierres) aux reins ou des dépôts d'acides dans les articulations.

Le cartilage de Wapiti pur de Vie de Velours vient en aide au point de vue nutritif, car à lui seul, il contient des vitamines, des minéraux, des substances comme du Gras essentiel, type Oméga 3, des substances actives comme la glucosamine, la chondroïtine et la pantocrine, ainsi que d'autres nutriments qui ajoutent une valeur au produit. C'est une substance nutritive très complexe qui, parmi ces nombreux éléments, travaille en synergie pour tonifier et aider le corps à rebâtir sa santé. Il aide à restaurer les cellules hépatiques, c'est-à-dire les cellules du foie et ainsi supporter l'ensemble du corps, soit le système immunitaire, le système cardiovasculaire et le système nerveux.

D'autres études montrent plusieurs réponses provisoires pour le cartilage de Wapiti, telles que des



Pierre Carrière, N.D. NATUROPATE DIPLÔMÉ

effets de guérison de blessures, des effets de diminution de graisses corporelles et des effets d'anti-âge. Le cartilage de Wapiti pur aide dans de nombreuses maladies. La recherche médicale scientifique est en mesure de prouver ce que la tradition orientale connaît depuis plus de 2000 ans les bienfaits de la consommation de cartilage de Wapiti chez l'être humain. Le cartilage de Wapiti pur a été un des toniques de santé les plus précieux dans la médecine traditionnelle orientale pendant plus de 2000 ans.

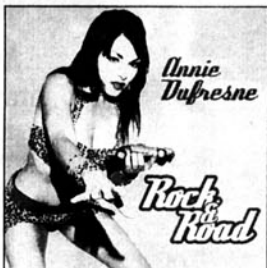
Dans la philosophie dite naturopathique, nous avons beaucoup plus de moyens de prévenir, d'éduquer les gens, les personnes traitées afin les responsabiliser face à la situation de leur santé.

Sur cette chronique, je vous laisse la joie de vivre en santé et de vivre une Vie de Velours.

Pierre Carrière, N.D. NATUROPATE DIPLÔMÉ
Tél.: 1 866 810-5757

LE MEILLEUR DES DEUX MONDES

«J'ai grandi sur une ferme, précise-t-elle, à Saint-Augustin près de Québec, et j'adore les animaux et la campagne. J'ai trois chiens, deux chats, 10 poissons et j'adore monter à cheval. L'hiver, je fais de la planche à neige, du patin sur le lac près de la maison et du ski de fond. Je viens en ville pour travailler, com-



Si la pochette de son disque est sexy, Annie dit toutefois ne pas miser sur cette image.

ELLE RÊVE DE CINÉMA

Loin de vouloir délaissier son travail de comédienne pour sa carrière de chanteuse, Annie se considère bien chanceuse de pouvoir faire les deux et rêve du grand écran. «J'ai hâte de faire du cinéma, affime-t-elle, j'aimerais bien avoir un beau rôle dans un bon film. Pour l'instant, ce sont des projets en développement, il y a des pourparlers là-dessus mais rien de définitif.»

On la verra aussi au *Grand Blond...* dans des sketches humoristiques aux côtés de Ghislain Taschereau. Récemment, elle apparaissait dans un épisode de la nouvelle comédie *Le Plateau*. «J'ai eu pas mal de réactions à ce sujet, dit-elle. L'émission portait sur la chirurgie pour

augmenter le volume des seins. Je ne juge pas les femmes qui choisissent de passer par là, mais je tiens à préciser que les miens, ce sont des vrais!» Et Annie ajoute: «Ma pochette de disque est assez sexy, mais je ne mise pas là-dessus. C'est moi qui ai tout fait, j'ai même confectionné ce que je porte sur la photo. Je crois qu'on peut être sexy sans être vulgaire, et je serai plus sobre sur scène... En tout cas, je suis bien fière de mon disque, même un peu baveuse», conclut-elle en riant. Maintenant, Annie a bien hâte de le présenter au public.

L. Jalbert

Photos: Jacques Grégorio



Annie Dufresne se considère très chanceuse de pouvoir mener deux carrières de front: chanteuse et comédienne.