

Restaurant-Bar
Réception

Motel Universel

le supplément

DU ST-LAURENT-ECHO 5 janvier 1983

Distribué gratuitement

ATTENTION

Fourrures usagées. En plus du neuf, nous avons actuellement un bon choix de fourrures usagées de 100 à 1.000\$. C'est à voir chez:

Fourrure A.
Lebouthillier & Fils
Inc.
CACOUNA
TEL. 862-4558

La Maison des Femmes et la périnatalité

Par Lyne Chassé.

Les femmes pourront bientôt se renseigner sur tout ce qui touche la grossesse et l'accouchement et ce, dans des ateliers qui débiteront au mois de janvier.

En effet, la Maison des Femmes du Grand-Portage vient de se voir octroyer un projet Périnatalité présenté dans le cadre de subvention OVEP (organismes volontaires d'éducation populaire).

Le projet octroyé, nous a précisé une des deux personnes engagées, Claire Block, a débuté le 6 décembre pour se terminer à la fin mai. Des thèmes abordés, on songe à faire connaître les ressources locales, à parler de l'allaitement, de sexualité, de contraception, d'avortement. Les ateliers se tiendront à différents endroits et seront pour la femme et le couple. L'autre personne travaillant sur ce projet est Claire Racine.

D'autre part, un projet de développement communautaire Canada de 42 semaines ayant pour objectif d'informer et de promouvoir commencera au début de janvier, engagera trois personnes et permettra d'assurer une certaine permanence. Les responsables en profiteront, nous a-t-on appris, pour finaliser le dossier des femmes en instance de divorce et le dossier hébergement.

Concernant le service d'aide ou d'écoute téléphonique pour la première semaine d'opération, 23 appels ont été enregistrés, ce qui,

de l'avis de la Maison des Femmes, est excellent compte-tenu du bassin de population. Ce service est en opération 7 jours sur 7 de 21h00 à 3h00 du matin, est assuré par 14 bénévoles qui ont reçu des cours de formation et est entièrement confidentiel.

Lys d'or pour les produits laitiers

Les récipiendaires des premiers prix du concours du Lys d'Or 1982, organisé par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec, apparaissent ci-haut. De gauche à droite, MM. Luc Vachon, Les Moniales Bénédictines, de Joliette (fromage de lait de chèvre); Mario Talbot, Salvatore Borelli, Madame Nicole Robert et Frank Saputo, Les Fromages Saputo Ltée, de Montréal (mozzarella, fromages à pâte molle, à pâte ferme et à pâte semi-ferme); Gilles Trudeau, Dalpé & Frères & Cie, de Verchères (poudre de lait écrémé); Henri Couture,

Les Produits laitiers Aston Inc., de Saint-Léonard d'Aston, dans le comté de Nicolet (fromage cheddar); Marc Charland, Agropur, coopérative agro-alimentaire de Granby (yogourt à saveur naturelle); Bernard Leclerc, Coopérative agricole de la Côte sud, de Saint-Alexandre de Kamouraska (beurre); Bernard Aurouze, Aliements Delisle Ltée, de Boucherville, comté de Chambly (fromage cottage); Raymond Brunelle, Laiterie Mont Saint-Hilaire Ltée, de Saint-Hyacinthe (lait de consommation); Georges Béliveau, Agropur, coopérative agro-alimentaire,



de Montréal (crème glacée à la vanille) et enfin, Léo-Jacques Marquis, sous-mi-

nistre adjoint à la commercialisation au ministère de l'Agriculture, des Pé-

cheries et de l'Alimentation du Québec. [Photo M.A.P.A.Q.]

VOTRE DERNIÈRE CHANCE DE LE VOIR!!!

Souvenirs officiels de E.T. en vente au Théâtre Princesse

5e semaine.

UN FILM DE STEVEN SPIELBERG

E.T.

L'EXTRA-TERRESTRE

Il a peur.
Il est seul.
Il est à 3 millions d'années lumière de chez lui.

UN FILM DE STEVEN SPIELBERG / E.T. L'EXTRA-TERRESTRE
DEE WALLACE • PETER COVOTE • HENRY THOMAS dans le rôle d'ELLIOTT • MUSIQUE DE JOHN WILLIAMS
ÉCRIT PAR MELISSA MATHISON • PRODUIT PAR STEVEN SPIELBERG & KATHLEEN KENNEDY
RÉALISÉ PAR STEVEN SPIELBERG
UN FILM UNIVERSAL DISTRIBUÉ PAR CINEMA INTERNATIONAL CORPORATION

7 AU 13 JANVIER

Représentation
Dimanche: 1.00 et 7.30h.
Sur semaine: 7.30h.

Adm.:
13 ans et moins, \$2.00
14 ans et plus, \$3.75

Théâtre PRINCESSE Salle 2

2 GRANDS PRIX
AU FESTIVAL INTERNATIONAL DE PARIS 1981
DU FILM FANTASTIQUE ET DE SCIENCE-FICTION

PRIX D'INTERPRÉTATION FÉMININE
GRAND PRIX DU FILM D'ANGOISSE

14 ANS

Au coeur des forêts de l'Oregon réside un terrible secret!...

SURVIVANCE

JUST BEFORE DAWN

Avec CHRIS LEMMON - GREGG HENRY
DEBORAH BENSON - GEORGE KENNEDY

2E FILM

Cinq fureurs professionnels aveugles commettent le vol le plus audacieux de tous les temps!

Fureur aveugle: 7.30h.
Survivance: 9.05h.

7 AU 13
JANV.

Théâtre PRINCESSE Salle 1



Le service PHARMAPRIX

Pour mieux économiser



<p>A BAS LES PRIX!</p> <p>11²⁹ la cartouche</p> <p>CIGARETTES CANADIENNES</p> <p>Format rég. ou king Limite: 2 par client</p>	<p>A BAS LES PRIX!</p> <p>8⁹⁹ pqt.</p> <p>PAMPERS</p> <p>Permasèches ou régulières</p> <p>Premiers pas (48) ou Extra abs. (60) Limite: Un par client</p>	<p>A BAS LES PRIX!</p> <p>39^c pqt.</p> <p>SCOTTIES</p> <p>FORMAT PRATIQUE</p> <p>100 mouchoirs</p>	<p>A BAS LES PRIX!</p> <p>4⁹⁹ pour</p> <p>KAL KAN</p> <p>POUR CHATS</p> <p>6 on. Assorties</p>
---	--	--	--

VOTRE CHOIX

99^c ch.

<p>Pqt. de 2</p> <p>ESSUIE-TOUT VIVA</p> <p>99^c pqt.</p>	<p>200 g</p> <p>CHIPS HOSTESS</p> <p>99^c ch.</p>
---	---

Tous les jours

Le service **PHARMAPRIX**

Des bas prix de tous les jours sur tous vos besoins quotidiens!

<p>Beige ou épices Taille universelle</p> <p>BAS CULOTTE</p> <p>2/99^c</p>	<p>Pqt. de 10</p> <p>SACS A ORDURES</p> <p>2/99^c</p>	<p>Shampooing (75 mL) ou revitalisant (90 mL)</p> <p>JOJOBA ou HENNA</p> <p>2/99^c</p>	<p>900 mL</p> <p>BAIN DE MER BIO LAN</p> <p>99^c ch.</p>
<p>one size</p> <p>PAIN D'OR</p> <p>2/99^c</p>	<p>10</p> <p>SACS A</p>	<p>60 minutes</p> <p>RUBAN CASSETTE ACME C-60</p> <p>2/99^c</p>	<p>Toutes assorties</p> <p>VERNIS A ONGLES MISSLYN</p> <p>99^c ch.</p>
<p>CARTES A JOUER DALLAS</p> <p>2/99^c</p>	<p>BROSSE POUR SECHOIR</p> <p>99^c ch.</p>	<p>50 g. Assortis</p> <p>SAVON NEUTROGENA</p> <p>2/99^c</p>	<p>225 mL</p> <p>RINÇAGE-CRÈME HERBAL ESSENCE</p> <p>2/99^c</p>
<p>Pqt. de 4 pour enfants ou Pqt. de 2 pour adultes</p> <p>ÉPONGES POUR LE BAIN</p> <p>99^c pqt.</p>	<p>pqt. de 20</p> <p>PEIGNES ASSORTIS</p> <p>99^c pqt.</p>	<p>SAC A COSMÉTIQUES</p> <p>99^c ch.</p>	<p>300 mL</p> <p>CRÈME À RAŞAGE FOAMY</p> <p>249^c ch.</p>

- Format de 40 **TAMPAX** assortis **479** pqt.
- Format de 100 **VITAMINES MULTIPLES PIERRAFEU** **539** pqt.
- Format de 100 **COMPRIMÉS ASPIRIN** **199** pqt.
- 500 mL **RINCE-BOUCHE SCOPE** **259** ch.
- 400 g **POUDRE POUR BÉBÉS JOHNSON'S** **319** ch.
- 350 mL **SHAMPOING POUR BÉBÉS JOHNSON'S** **344** ch.
- 120 mL **CRÈME NIVEA** **299** ch.
- 120 mL **BAIN FACIAL AAPRI** **429** ch.
- 100 mL **DENTIFRICE CREST** **179** ch.
- 200 mL **ANTISUDORIFIQUE SOFT & DRI** **266** ch.
- 350 mL **SHAMPOING AGREE** **344** ch.

Prix en vigueur jusqu'au dimanche, 9 janvier 1983 inclusivement. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités.

la page commerciale



Mme Corinne Daigle, propriétaire de Mon Magasin Enr. saura sûrement vous conseiller pour choisir ce quelque chose de bien distinctif qui saura vous plaire. Mon Magasin Enr., un nom à retenir lorsqu'il s'agit des spécialités féminines, situé au centre-ville Lafontaine cette attrayante boutique pourra combler vos besoins vestimentaires.



La chronique intitulée "La beauté est un besoin", parue dans l'édition du Supplément du journal Le St-Laurent-Echo du 22 décembre dernier vous a intéressé? Alors vous serez contente d'apprendre que Mlle Marie-Josée Pomerleau, e.v.d. du Centre Silhouette Beauté, vous parlera beauté à tous les 15 jours. Vous lirez certainement avec plaisir la chronique de cette semaine et les suivantes.

L'ÉPARGNE-RETRAITE et vos impôts Pour une retraite plus confortable

Le régime enregistré d'épargne-retraite (REER) constitue un mode d'épargne permettant de s'assurer une retraite plus confortable, tout en réduisant ses impôts. Le REER existe depuis 1957; c'est un régime habituellement flexible qui rapporte un très bon intérêt. C'est un excellent choix d'épargne.

L'économie d'impôts réalisée avec un REER est double:

1. La contribution versée au REER est déductible du revenu imposable et permet une économie d'impôts immédiate. Le tableau ci-bas illustre ces réductions d'impôts.
2. Les intérêts gagnés sur les dépôts dans un REER ne sont pas imposables avant le retrait du REER.

L'impôt recupère lors de la contribution au REER rapporte des intérêts au contribuable tant que les fonds demeurent investis dans le REER, avant comme après la retraite.

Prenons l'exemple de Marcel dont le revenu imposable est de 15 000 \$ et qui investit, à l'âge de 45 ans, 1 000 \$ dans un REER; il recevra un remboursement d'impôts de 400 \$. Marcel n'a donc déboursé que 600 \$ net pour devenir propriétaire d'un REER de 1 000 \$.

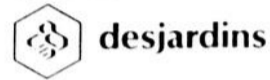
Après 20 ans, les 400 \$ investis par les gouvernements dans le REER de Marcel vaudront 4 000 \$ (taux d'intérêt 12%).

À la retraite, les sommes accumulées dans un REER sont habituellement retirées sous forme de rente. Ainsi, les 400 \$ continueront à produire des intérêts au profit de Marcel même après qu'il aura commencé à toucher sa rente de retraite. Cependant, les sommes reçues d'un REER sous forme de rente ou autrement sont imposables.

Economie d'impôts pour une contribution de 1 000 \$ selon les taux d'imposition de 1982

Revenu imposable	Economie d'impôt
5 000 \$	325 \$
10 000	375
15 000	400
25 000	470
35 000	530

Prochaine chronique: "Plus d'intérêts avec un REER".



Note hebdomadaire présentée en collaboration avec votre journal.

Vous pouvez obtenir une subvention maximale de 800\$ pour l'achat et l'installation de plinthes électriques

Le consommateur qui a pris la décision de remplacer le système de chauffage à l'huile de sa résidence par des plinthes électriques, doit savoir qu'il peut profiter d'une subvention maximale de 800\$ en vertu du Programme canadien de remplacement du pétrole.

En effet, le consommateur peut obtenir une subvention accordant 50% des frais admissibles lors de la conversion vers l'électricité jusqu'à concurrence d'un montant de 800\$ qui, il faut le souligner, est imposable.

Prenons l'exemple du consommateur qui a payé 1 950\$ pour les services d'un maître électricien qui lui a vendu et installé un système de plinthes électriques en remplacement de sa fournaise à l'huile. Le consommateur est éligible à recevoir une subvention maximale de 800\$ versée par le gouvernement fédéral.

Le consommateur ne doit remplir qu'une seule condition: faire appel à un représentant d'Energain qui dressera le bilan énergétique de sa demeure mais il sera libre de

réaliser les travaux recommandés au moment où il le jugera opportun.

Les formules de subvention sont disponibles dans un des bureaux de vente de l'Hydro-Québec qui est chargé d'administrer le programme de subvention. Pour sa propre protection, le consommateur serait avisé, au moment de la signature du contrat de vente et d'installation des plinthes électriques, de demander à son entrepreneur électricien une copie du permis de l'exécution des travaux requis par le Bureau des

examineurs électriciens. S'il arrivait que l'installateur choisi ne soit pas en mesure de lui fournir un tel permis, le consommateur doit se méfier: cela signifie que l'installateur n'est pas autorisé à effectuer des travaux d'installations

électriques et qu'il n'est pas membre de la Corporation des maîtres électriciens du Québec. En effet, seuls les membres de la Corporation des maîtres électriciens du Québec sont autorisés à obtenir du Bureau des examinateurs électriciens

un permis d'installation des plinthes électriques. L'entrepreneur doit donc faire appel à un entrepreneur électricien qui, en plus de la preuve du permis fournira au consommateur son numéro d'entrepreneur qui doit être

indiqué à la question no 44 de la formule de demande de subvention.

On se rappellera que le Programme canadien de remplacement du pétrole a pour but de diminuer la dépendance énergétique canadienne.

Messageries du Saint-Laurent

Service de distribution régional

- Journaux
- Circulaires
- Catalogues
- Annuaire

16, rue du Domaine
Rivière-du-Loup
Tél.: 862-1750

DISTRIBUTION CONTRÔLÉE

DU 7 AU
13 JANVIER

EXTASE: PLAISIR EXTREME

Amour, Desir
et Extase



18 ANS adultes

Jeunes filles brûlantes!

18 ANS adultes



Rêves intimes
très agités...

CINEMA
Capitol

DU 7 AU 13
JANVIER

Sur présentation de ce coupon, obtenez un escompte de 0.50¢ par billet. Un coupon par client.

Débutant à
7.30h.

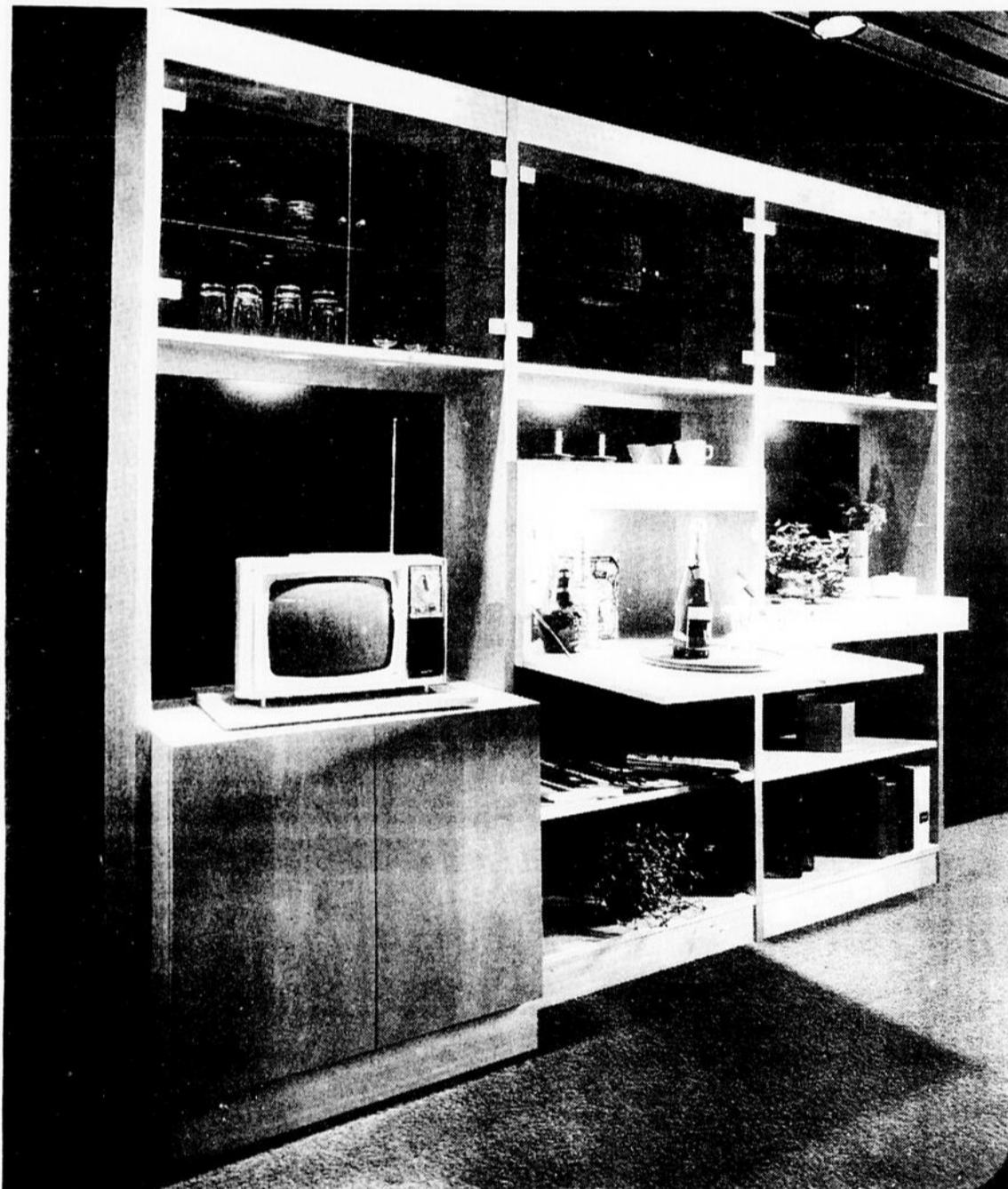
Le cinéma, un divertissement économique un endroit pour relaxer.

le fin gourmet

Crêpes aux pommes épicées

On peut le mieux me étant de petits gâ- peut les porter au réfri- les servir chaudes ou
 décrire les crêpes com- teaux très minces. On gérateur, les congeler, froides et elles sont

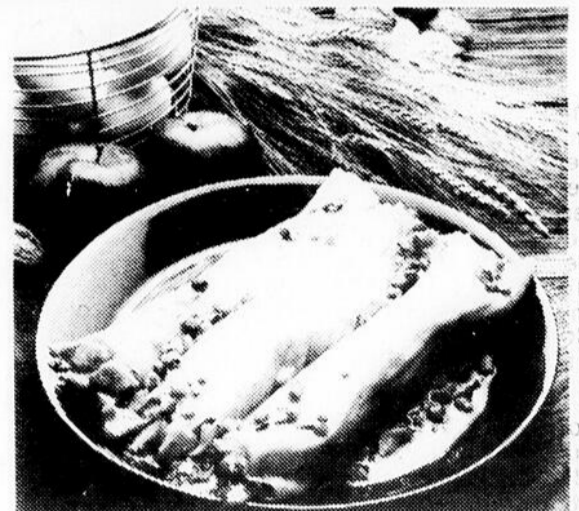
**En plus d'être très décoratif,
 Solutionner vos problèmes
 de rangement.**



Profitez de nos prix spéciaux en janvier
 Plusieurs unités murales en montre chez:



CHEZ
Meubles Fitzback Ltée
 646 Lafontaine Rivière-du-Loup 862-8238



Crêpe aux pommes épi- cées.

6 pommes moyennes
 finement hachées
 1/2 tasse (125 ml) de jus
 de citron
 4 oeufs
 1 tasse (250 ml) de
 sucre brun
 1 cuillère à thé (5 ml)
 de cannelle
 10 crêpes (voir la re-
 cette ci-dessous)

Mélangez les pommes
 et le jus de citron.
 Laissez reposer.
 Batta vigoureuse-
 ment les oeufs dans
 une grande casserole.
 Verser le sucre brun et
 la cannelle en mélan-
 geant. Ajouter les pom-
 mes et cuire sur feu
 moyen jusqu'à ce que
 les pommes ramoliss-
 sent et que le mélange
 devienne plus consis-
 tant. Verser une cuillé-
 rée de cette prépara-
 tion au centre de cha-
 que crêpe. Rouler les
 crêpes et les placer
 dans un plat à cuisson,
 en prenant soin de
 placer le joint en des-
 sous. Cuire à 350 de-
 grés F. (180 degrés C.)
 pendant 10 à 15 minu-
 tes ou jusqu'à ce qu'el-
 les soient bien cuites.

Quantité suffisante
 pour 10 crêpes.

Crêpes (cette recette tion d'une consistance
 donne de 20 à 25 crèmeuse.

4 oeufs
 2 tasses (500 ml) de lait
 2 tasses (500 ml) de
 farine
 1/4 de cuillère à thé (1
 ml) de sel
 3 cuillères à table (45
 ml) de beurre.

Dans un bol moyen,
 battre les oeufs et le
 sel. Ajouter graduel-
 lement la farine et en-
 suite, le lait en battant
 jusqu'à consistance
 lisse. Ajouter le beurre
 ramolli et continuer à
 battre jusqu'à ce que la
 pâte soit douce et unie.
 Laisser reposer pen-
 dant 1 heure.

La portion restante
 de la pâte peut être
 recouverte et conservée
 au réfrigérateur pen-
 dant jusqu'à trois
 jours. Si la pâte épais-
 sit pendant ce temps,
 vous pourrez l'amincir
 en y ajoutant un peu de
 lait jusqu'à l'obten-

Pour faire les crêpes,
 il suffit de faire chauf-
 fer un plat huilé de 6 à 7
 pouces de diamètre.
 Verser la pâte à l'aide
 d'une mesure équiva-
 lente à 1/4 de tasse (65
 ml). Incliner le plat à
 cuisson de sorte à bien
 répartir la pâte. Cuire
 jusqu'à ce que les deux
 côtés soient brunis.
 Placer ensuite sur une
 assiette jusqu'à ce
 qu'elles soient prêtes à
 recevoir le remplis-
 sage.

Si vous le désirez
 vous pouvez faire cuire
 la pâte restante et la
 congeler. Avant de
 congeler les crêpes, il
 faut d'abord les séparer
 à l'aide d'un papier
 ciré, un papier de
 plomb ou de plastique
 dans le but de les
 protéger. Bien recou-
 vrir le tout avec un
 papier de plastique.

Du nouveau à St-Ludger

Service de développement
 Photo en 24 heures
 Format 110, 126 et 135 mm.
 Déposez vos films chez:

Régis Bernier
 Epicier
 357 rue Raymond
 862-6157

Vos enfants et les médecins spécialistes

Les yeux de votre enfant

L'enfant a souvent mal à la tête ou au front, autour des yeux, derrière la tête; ses yeux piquent ou brûlent quand il lit; il voit de façon embrouillée de près ou de loin; il a des étourdissements, des nausées.

Comportements reliés à un problème

L'enfant se frappe souvent partout ou trébuche souvent; il oublie des mots quand il lit; il se bouche un oeil quand il lit ou regarde au loin; il perd souvent la place quand il lit; il bouge la tête au lieu des yeux quand il lit; il inverse des lettres ou des chiffres quand il écrit. Le phénomène peut être normal au début de l'apprentissage mais peut indiquer l'existence de problèmes si le comportement perdure.

L'enfant voit, souvent ou toujours, double quand il lit, regarde la télé ou le tableau à l'école; il doit plisser un oeil ou les deux yeux pour bien voir; il a l'impression de voir avec un seul oeil à la fois; il cligne beaucoup trop des yeux. Les parents peuvent mesurer la force des yeux de leur enfant en lui demandant de regarder le même objet

Un grand nombre d'enfants vivent depuis quelques mois de nouvelles expériences d'apprentissage. Les uns fréquentent la maternelle pour la première fois et les autres entreprennent leur première année scolaire. Ils ont 3, 4, 5 ou 6 ans, l'âge où il est important, voir essentiel de dépister certains problèmes de l'oeil ou de la vision pour favoriser un bon apprentissage académique. L'Association des ophtalmologistes du Québec a préparé à l'intention des parents d'enfants d'âge pré-scolaire et scolaire, une liste de plusieurs indices qui permettront de dépister des problèmes visuels chez les tout petits.

Apparence des yeux

L'enfant a une pupille blanche; ses yeux pleurent tout le temps; ses yeux sont très sensibles à la lumière; un oeil tourne vers l'intérieur ou l'extérieur, quelquefois, toujours, ou surtout le soir; il se gratte souvent les yeux; il a les paupières ou les yeux rouges; il a de temps en temps des tics nerveux au visage.

Malaises

en se bouchant un oeil, puis l'autre. La vision de chaque oeil doit être aussi claire. Si un oeil voit moins bien, c'est peut-être un indice d'amblyopie (oeil paresseux) ou d'une autre maladie de l'oeil.

Il y a lieu de consulter un médecin ophtalmologiste si votre enfant présente l'un des symptômes que nous venons de décrire. Une visite chez le médecin ophtalmologiste s'impose surtout s'il y a dans l'histoire familiale de l'enfant des problèmes de louche, d'amblyopie (oeil paresseux), d'albinisme, de basse vision ou de cécité, de rétinoblastome (tumeur de l'oeil), de glaucome, de cataracte congénitale et de maladies du métabolisme telles diabète ou lipidoses.

Enfin, rappelons que les médecins ophtalmologistes recommandent que le dépistage des maladies oculaires et visuelles soit également mené auprès des enfants âgés de 6, 10 et 15 ans et de façon plus fréquente auprès des enfants des classes spéciales.

La beauté est un besoin

A la base de la beauté, la santé

Il n'est point de beauté sans un équilibre physique et mental. Le premier pas vers cet équilibre c'est vraiment l'acceptation pleine et entière d'une personnalité unique. Partant de cette acceptation il y a tout un cheminement qui doit être accompli pour arriver à un équilibre et un épanouissement le plus parfait possible.

Si vous voulez nous pouvons comparer ceci à une pyramide dont la base est la santé. Ne croyez pas aux miracles, un beau teint ça se mérite et c'est même facile à acquérir. Obtenez une bonne élimination par l'absorption de vos huit (au moins) verres d'eau par jour et votre esthéticienne opérera en terrain privilégié. Surveillez votre alimentation et vos traitements de beauté seront beaucoup plus efficaces.

Il vaut vraiment la peine que vous preniez quelques minutes de votre temps pour établir une diète où les fruits et les légumes entreraient pour une grande part. Ayez une nourriture saine fraîche et bien équilibrée. Je sais que la chose n'est pas nouvelle, elle vous a été dite bien des fois, mais elle demeure toujours vraie. A ce sujet vous pouvez consulter le Guide Alimentaire Canadien, vous y trouverez des informations très utiles dans l'élaboration de vos menus journaliers. Lorsque ce premier pas aura été fait vous serez vraiment prête à passer à l'étape suivante et à travailler en étroite collaboration avec votre esthéticienne. Travail très agréable ou deux personnes entrent en jeu: premièrement vous et ensuite votre esthéticienne qui par ses

connaissances viendra répondre aux questions que vous êtes en droit de vous poser vis-à-vis la multitude de produits présentés sinon imposés par une publicité parfois tapageuse et sans lendemain. Le produit le plus annoncé n'est pas forcément celui qui vous convient. Vous pourrez également discuter de soins personnalisés et de petits trucs visant à faire ressortir vos traits caractéristiques de beauté.

Un dernier petit conseil en vous quittant: de grâce employez le produit que vous voulez, c'est votre choix, mais employez un produit de qualité. On ne met pas n'importe quoi n'importe comment sur sa peau. Les résultats à longue échéance seraient beaucoup trop coûteux. Il vaut mieux avoir moins de produits mais avoir le bon.

A notre prochain rendez-vous: LES SOINS JOURNALIERS.

Centre Silhouette Beauté

439 Lafontaine
Rivière-du-Loup
(face libre Service Texaco)

862-0754



Marie-Josée Pomerleau, e.v.d.

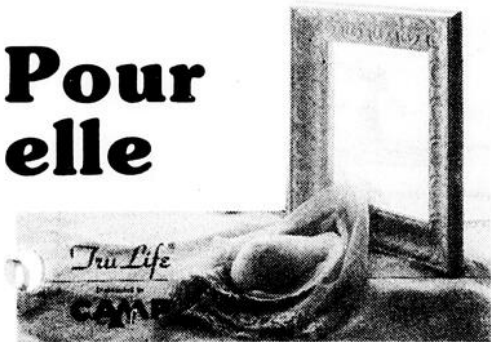
le supplément

Édité par LE ST-LAURENT-ÉCHO
16 du Domaine
Rivière-du-Loup,
G5R 4C3

TOUS LES SERVICES: 862-1774

Courrier troisième classe.
No de permis: T 368

Pour elle



"Tru Life" de Camp est une prothèse mammaire aux formes douces et malléables. La base en tissu éponge souple évite les irritations et épouse parfaitement le corps. Le liquide présent à l'intérieur de la prothèse lui donne son apparence naturelle tant recherchée de la femme moderne.

Offerte dans une gamme de 29 grandeurs la prothèse "Tru Life" se marie bien à nos soutiens-gorge spéciaux; elle est de plus éligible au remboursement gouvernemental de cinquante dollars.

Michel DAVIES
PHARMACIEN

240 Lafontaine

862-6326

Grande Vente Semi-annuelle



Jusqu'à

50%

Sur souliers, bottes et sacs à main.

Au Pied Mignon

424 Lafontaine "Centre-Ville", Rivière-du-Loup

10^e
anniversaire
Centre de la Rivière
du-Loup

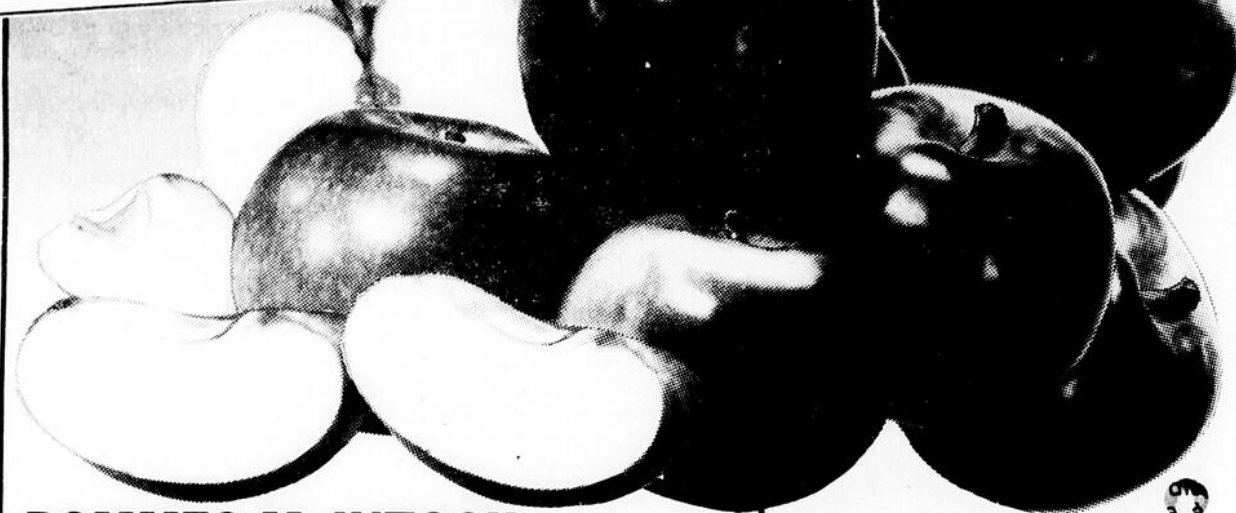


BEURRE D'ARACHIDE
CRÉMEUX OU CROQUANT
KRAFT

provigo
BENEFICIAIRE
ÉCONOMIE
VOUS
OFFRENT
PLUS DE
140\$
D'ÉCONOMIE

« Conservez votre circulaire »
de coupon-rabais

Cette semaine 22,00\$ d'économie.



POMMES McINTOSH
CANADA DE FANTAISIE
PRODUIT DU QUÉBEC

BOCAL DE
1 kg

2.89

EMB. DE
2,27 kg

1.59

COEURS DE CÉLÉRI
CANADA NO 1, DES É.-U.
GROSSEUR 24
CHACUN

.89

CITRONS SUNKIST
PRODUIT DE CALIFORNIE
GROSSEUR 140

6/.99



JUS DE LÉGUMES
BRIGHT'S

BOCAL DE
1 litre

.99



SAUCE
POUR SANDWICHS CHAUDS
HABITANT

BTE DE
14 oz

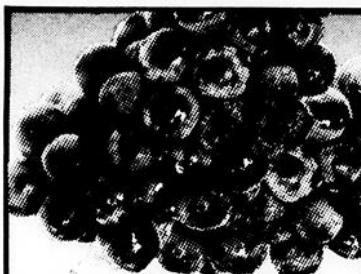
2/ 1.00



POIS VERTS
NO. 2, DE CHOIX
IDÉAL

BTE DE
10 oz

2/ 1.00



RAISIN EMPEREUR
CANADA NO 1
DES ÉTATS-UNIS

.85

1.88
/kg



CAROTTES
CANADA NO 1
PRODUIT DU QUÉBEC

EMB. DE
2,27 kg

.79



SOUPE
POULET ET NOUILLES
LIPTON

BTE DE
4 ENV.

1.19



PEPSI OU DIET PEPSI
BOUTEILLE CONSIGNÉE
DE 750 mL

6/

2.49



SACS À ORDURES
POUR L'INTÉRIEUR
PROVIGO

EMB. DE
10

.39



MOUCHOIRS DE PAPIER
CHOIX DE COULEURS
PROVIGO

BTE DE
200

.79

MÉLANGE POUR GÂTEAU
DES ANGES
DUNCAN HINES
BTE DE 14 oz

1.89

OIGNONS SÛRS
CORONATION

BOCAL DE 375 mL

1.79

SEL À GLACE
SIFTO

EMB. DE 10 kg

1.99

DÉSODORISANT À BILLE
PARFUMÉ OU NON PARFUMÉ
UNI-SEC

2.29

CONT. DE
50 mL

MÉLANGE À BROWNIES
DUNCAN HINES

BTE DE 15,5 oz

1.49

BISCUITS, PILLSBURY
PÉPITES DE CHOCOLAT OU
BUTTERSOTCH ET NOIX

EMB. DE 400 g

1.57

DÉTACHANT
(RECHARGE)
SPRAY'N WASH

CONT. DE 32 oz

1.99

LOTION
POUR SOINS INTENSIFS
VASELINE

1.69

CONT. DE
200 mL

NOIX DE GRENOBLE
NACHÉES
WASCO
EMB. DE 200 g

1.99

JUS DE RAISIN
SURGÉLÉ
WELCH'S

BTE DE 12 oz

1.39

MÉLANGE À POUDING
CHOIX DE SAVEURS
MONARCH

BTE DE 9 oz

.87

SIROP
CONTRE LE RHUME
LAMBERT

1.79

BOIT. DE
160 mL

RAISINS SULTANA
SANS PÉPIN
WASCO
EMB. DE 375 g

1.29

JUS DE RAISIN
ORDINAIRE OU BLANC
WELCH'S

BOCAL DE 40 oz

1.99

PÊCHES, CLARITA
EN TRANCHES
RÉGULIÈRES

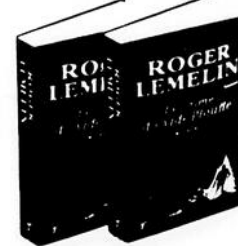
BTE DE 28 oz

.99

OFFRE SPÉCIALE

Le tout dernier
roman de
Roger Lemelin

En exclusivité dans



9.95
CHACUN

LES SUPERMARCHÉS

provigo

Jusqu'à
30%
de rabais
sur les plus bas prix
offerts sur le marché.
AVEC



Obtenez gratuitement un « bon-voyage » d'une valeur de 5\$ avec chaque tranche d'achat de 50\$, applicable sur les forfaits-vacances «Les Bons-Voyages» d'Air Canada/Touram. Profitez-en! Faites-en profiter vos parents et amis!

AIR CANADA TOURAM



GÂTEAU ÉTAGÉ surgelé
PEPPERIDGE FARM
saveurs variées
bte 369 g

1,29\$



PÂTES ALIMENTAIRES
MÉTRO
macaroni coupé,
spaghettini
ou spaghettini
cello 1 kg

78¢



MARGARINE MOLLE
MÉTRO
cont. 907 g
(disponible au Québec seulement)

1,27\$



TOMATES
MÉTRO
Canada de choix
bte 796 mL

59¢



JUS DE POMMES
ST-CASTIN
bte 1,36 L

98¢

MINI-POUDING NESTLÉ
Saveurs variées
paquet 4 x 142 g

1,39\$

Sur présentation de ce coupon et à l'achat d'un paquet (4 x 142 g) de Mini-Pouding Nestlé. Obtenez un «Bon-voyage» d'une valeur de 5\$. Limite: un coupon par achat.



DÉTERSIF EN POUDRE
MÉTRO
sac 6 L

1,97\$

LE PLUS RÉCENT DISQUE
"PASSE-PARTOUT"
VOLUME 4

CHABICOUM

En primeur chez votre maître-épicer Metro Chabicoum, un canard fort débrouillard qui se fait le défenseur de la nature, entraîne vos enfants dans mille et une aventures palpitantes. Voici un disque éducatif de très grande qualité, préparé spécialement pour les enfants.

seulement
5,98\$
chacun
avec achat minimum de 5,00\$
taxe en sus

LES SURGELÉS

- JUS DE RAISIN CONCENTRÉ WELCH'S** cont. 341 mL **1,19\$**
- MINI PÂTES IMPÉRIALES V-H** au poulet, aux crevettes bte 184 g **1,19\$**
- ÉPERLANS DE LAC FAMILY DELIGHT** sac 454 g **1,09\$**
- POMMES DE TERRE FRITES McCAIN** coupes variées sac 1,5 kg **1,79\$**
- PAIN À L'AIL PIAZZA TOMASSO** sac 212 g **1,09\$**
- VOL-AU-VENT PEPPERIDGE FARM** bte 283 g **98¢**
- PÂTE À PIZZA 3M 12" LA PÂTE DORÉE** sac 624 g **1,79\$**
- POISSON EN PÂTE FISH IN BATTER** morue, goberge bte 350 g **1,79\$**
- L'ÉPICERIE**
- CAFÉ INSTANTANÉ MÉTRO** bocal 283 g **3,99\$**
- SAUCE À SALADE MIRACLE WHIP KRAFT** bocal 500 mL **1,29\$**
- CHOCOLAT INSTANTANÉ MÉTRO** cont. 750 g **2,09\$**
- FROMAGE AU LAIT ÉCRÉMÉ LIGHT N'LIVELY** paquet 500 g **2,69\$**
- CAFÉ MOULU MÉTRO** mouture à toutes fins sac 454 g **2,99\$**

- PURÉE DE POMMES MÉTRO** cont. 796 mL **87¢**
- EAU MINÉRALE MÉTRO** bouteille 750 mL **2,79\$**
- LÉGUMES VARIÉS MÉTRO** pois, haricots coupés, jaunes ou verts, mais crème ou mais à grains entiers Canada de choix ou de fantaisie bte 341 mL ou 540 mL **2,1,00\$**
- PÊCHES EN MOITIÉS OU TRANCHÉES MÉTRO** dans sirop léger Canada de choix bte 796 mL **1,08\$**
- TARTINADE DE CARAMEL MÉTRO** cont. 800 g **1,57\$**
- FROMAGE CHEDDAR CRACKER BARREL** fort morceau 454 g **3,37\$**

- BEIGNES NATURE OU SUCRÉS MÉTRO** cello de 12 **67¢**
- PÂTE DE TOMATES MÉTRO** bte 156 mL **3/1,00\$**
- CONFITURE AVEC PECTINE MÉTRO** fraises ou framboises bocal 500 mL **1,27\$**
- CHAMPIGNONS DE PARIS MÉTRO** tranchés ou entiers bte 284 mL **77¢**
- JUS DE TOMATES MÉTRO** Canada de fantaisie bte 540 mL **2/78¢**
- PRÉPARATION DE FROMAGE FONDU MÉTRO** paquet 500 g 16 tranches **2,47\$**
- PAPIER D'ALUMINIUM MÉTRO** rouleau 18" x 25' **1,87\$**
- DÉSODORISANT SOFT & DRI** parfumé, poudre légère cont. 200 mL **1,88\$**
- SHAMPOING OU RINCE CRÈME SILKIENNE** pour cheveux normaux, ultra cont. 300 mL **2,17\$**

- MOUCHOIRS DE PAPIER MÉTRO** lys, beige ou tournesol bte 200 feuilles **69¢**
- EAU DE JAVEL CONCENTRÉE MÉTRO** cont. 3,6 L **97¢**
- ASSOUPLISSEUR LIQUIDE DE TISSUS MÉTRO** cont. 3,64 L **1,39\$**
- PAPIER HYGIÉNIQUE MÉTRO** blanc, bleu, jaune ou rose paquet 6 rouleaux **1,87\$**
- NOURRITURE POUR CHIENS MÉTRO** foie, boeuf, poulet bte 709 g **49¢**
- NETTOYANT LIQUIDE TOUT-USAGE MÉTRO** cont. 1 L **1,48\$**
- DÉTERSIF LIQUIDE POUR VAISSELLE MÉTRO** citron ou rose cont. 1 L **1,39\$**
- ESSUIE-TOUT DE PAPIER WHITE SWAN** blanc, beige, imprimé vert ou orange paquet 2 rouleaux **1,17\$**

au samedi 8 janvier 1983 jusqu'à la fermeture des magasins. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. à demander un bon d'achat différé. Pas de vente aux marchands. Photos à titre indicatif seulement.



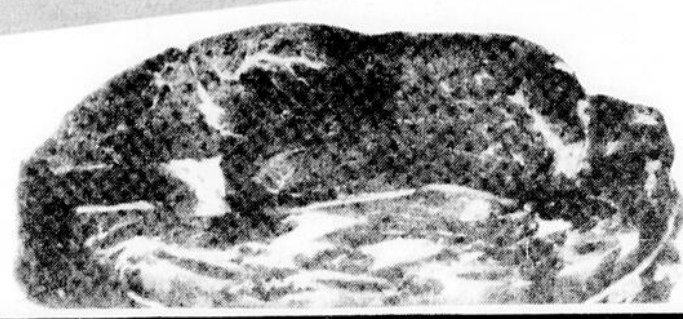


**MAGASIN COOP
RIVIERE-DU-LOUP**

298 Blvd Thériault

**Côtes
croisées**

3.70 kg **1.68** lb



BOEUF CAT. A RUBAN ROUGE

Rôti palette

Cat. A A1



2.60 kg **1.18** lb

SEMAINE DU 4 DECEMBRE

- Mme Aline Landry, Riv.-du-Loup
- M. Hervé Beaulieu, 31 Bellevue
- Mme Jos Morneau, 302 C, Raymond
- Mme Claire Thériault, Cacouna
- Mme Marie Anne Lévesque, 8 Iberville
- Mme Gilles Gauvin, St-Honoré
- Mme Céline Bélanger, Riv.-du-Loup
- Mme Roméo Caron, St-Epiphanie
- M. Roger Lemieux, rue des Erables.
- Mme Guylaine Lebel, St-Elói

11 DECEMBRE

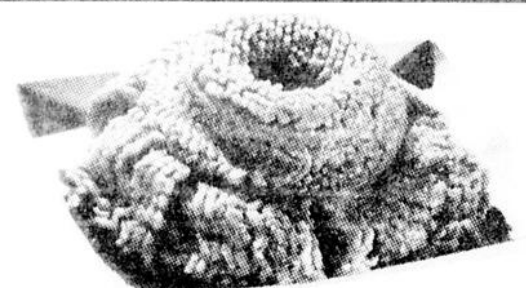
- Mme Martine Lagacé, St-Honoré
- M. Hermet Roy, Riv.-du-Loup
- M. Léopold Dumont, 412, Témis.
- M. Laurentin Roy, 26 de la Chesnaye
- Mme Johanne Cormier, 165 Fraser
- M. Albert Martin, 4 St-Cyrille
- M. Lucien Lapointe, St-Alexandre
- Mme Gérard Bourret, 92 Fraser
- Benoît Fraser, Riv.-du-Loup
- M. Ernest Breton, Sully.

GAGNANTS DU TIRAGE DE DINDES DU 18 DECEMBRE

- Paul Laplante, Rivière-Verte
- Mme Harvey King, Rivière-du-Loup
- Mme Philippe Langlois, 143 Beaubien, R.D.L.
- Mme Solange Lepage, 59 rue Plourde, R.D.L.
- Henri Bossé, 17 rue Charles, R.D.L.
- Marcel Côté, 220 Anse au Persil, R.D.L.
- Francis Hovington
- Maurice Mercier, Rue Martin, R.D.L.
- Mme Yves Parent, Rue de la Sucrierie, R.D.L.
- Gilles Moreault, 445 rue Beaubien, Cacouna.

SEMAINE DU 24 DECEMBRE

- Claire Chénard, St-Arsène
- Denise Dumais, Rivière-du-Loup
- Mme Adélaré Courbron, 114 St-André, R.D.L.
- Mme M. Rineau, Place J. Bélanger
- Georges Michaud, 313 rue Landry, R.D.L.
- Raymond Bérubé, Sully
- Lise Chouinard, 143 Laval app. 15, R.D.L.
- Claire Gendron
- Julien Beaulieu, St-Pierre de Lamy
- Normand Dubé, Isle-Verte, 3e rang.



Boeuf haché ordinaire

3.51 kg **1.59** lb

**Filet morue
congelé**

3.70 kg **1.68** lb.



Foie de porc

1.52 kg **.69** lb

Haut patte de porc

1.94 kg **.88** lb

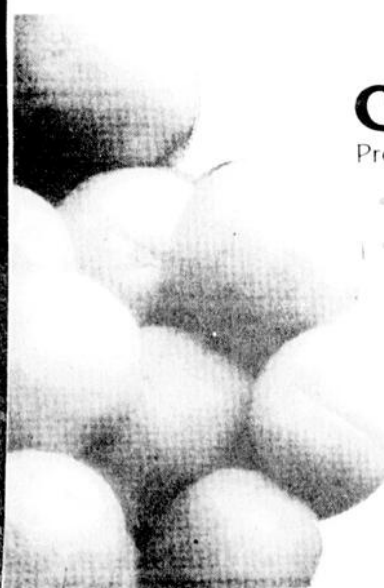
Fricadelle de morue

2.18 kg **.99** lb

Clémentines

Prod. Maroc, toutes grosseurs.

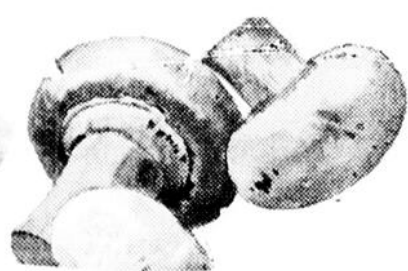
1.21 kg



Champignons

Prod. Qué.Can. no. 1, 8 oz

1.09



Avocats Dole

Porod gros 32

.48 ch

Choux verts

Prod. Québec, Can. no. 1

.25 kg

Citrons

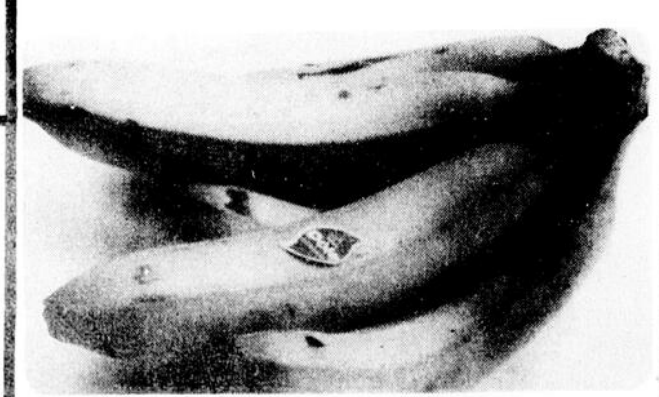
Gros. 140

.11 ch

Bananes Dole

Fruit importé

.64 kg



COOP

MAGASIN COOP RIVIERE-DU-LOUP

298 Blvd Thériault

Ketchup

Aux tomates Heinz,

2.89

1.25 litres



Pâtes alimentaires

Macaroni coupé, spaghettini, spaghetti, Catelli, 2 kg.

1.97



Biscuits

Venus, Bantam, Viva, Viau, la bte

1.39



Shortening Crisco



1.36 kg

2.69

Fromage Singles

2.49



Farine Co-op

10kg.

5.99



8.99



Café instantané

Nescafé, bocal 283gr.

4.79



Café instantané

Avec chicorée, Encore

4.79



Olives Maclarens

375 ml. farcies manzanella

1.99

Soupe poulet & nouilles

Lipton, 4 env.

1.39

Céréales Corn Flake Kellogg

675 gr.

1.59

Pois vert Aylmer

19 oz.

.69

Détergent liquide Mir

2 x 750 ml.

1.99

Essuie-tout

De papier, blanc, champagne, jaune, Viva, emb. 2 roul.

.99

Soupe tomates Heinz

10 oz.

.29

Champignons

En morceaux, COOP, boîte de 10 oz.

.69

Sauce Cordon Bleu

B.B.Q. (14 oz.) ou pour sandwiches chauds (19 oz.)

2/1.00

Poires ou pêches Ardmona

Quartiers, non sucrés, bte 786 ml

1.15

Jus de tomates

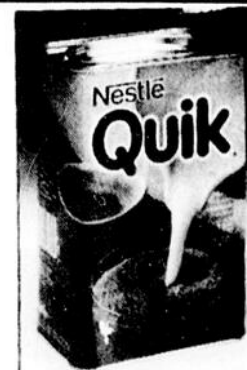
Bright's, Canada de fantaisie, bte 1,36l.

.97

Préparation à chocolat instantané

Nestlé Quick, cont. de 1kg.

2.99



Coke ou Sprite

Plus dépôt



6/2.29

LES SUPERMARCHÉS
provigo



BIFTECK DE SURLONGE

AVEC OS
PROVIENT DE BOEUF CANADA A

NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITÉS!. SPÉCIAUX EN VIGUEUR JUSQU'AU SAMEDI 8 JANVIER 1983. LES PHOTOS NE SERVENT QU'À IDENTIFIER LA MARQUE DE COMMERCE DES PRODUITS ANNONCÉS ET LE TEXTE PRÉVAUT EN TOUTES OCCASIONS.

278
/LB

613
/kg



EAU MINÉRALE
PROVIGO

BOUT. DE 750 mL

.39



BACON
EN TRANCHES
PROVIGO

EMB. DE 500 g

188



BIFTECK DE SURLONGE
DÉOSSÉ PROVIENT DE BOEUF CANADA A

428
/LB

944
/kg



JUS DE TOMATES
DE FANTAISIE
PROVIGO

BTE DE 19 oz

.39



JUS D'ORANGE
SURGÉLÉ
KENT

BTE DE 12,5 oz

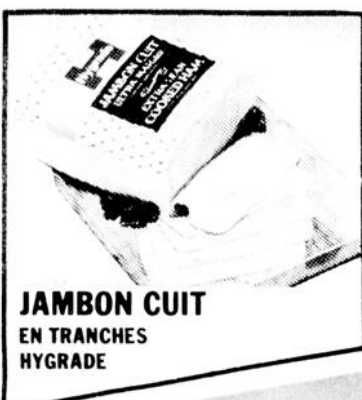
.69



THÉ EN SACHETS
ORANGE PEKOE
SALADA

BTE DE 60

179



JAMBON CUIT
EN TRANCHES
HYGRADE

258
/LB

569
/kg



BIFTECK
D'INTÉRIEUR DE RONDE PROVIENT DE BOEUF CANADA A

288
/LB

635
/kg



FARINE
PRÉ-TAMISÉE
PROVIGO

EMB. DE 5 kg

299



FROMAGE CANADIEN
16 TRANCHES INDIVIDUELLES
PROVIGO

EMB. DE 500 g

269



CAFÉ INSTANTANÉ
ORDINAIRE OU DÉCAFÉINÉ
TASTER'S CHOICE

BOCAL DE 8 oz

539

BIFTECK DE BOEUF ATTENDRI
288 /LB 635 /kg

SAUCISSON DE BOLOGNE EN TRANCHES LAFLEUR
128 /LB 282 /kg

SAUCISSES FUMÉES HYGRADE
EMB. DE 454 g 158

BOEUF HACHÉ MI-MAIGRE
198 /LB 437 /kg

ÉPAULE DE PORC FUMÉE LAFLEUR
138 /LB 304 /kg

BOEUF FUMÉ HYGRADE
EMB. DE 4 x 50 g 198

PEPPERONI EN TRANCHES ROYAL
198 /LB 437 /kg

CRETONS ROY
CONT. DE 275 g 228

MAÏS EN GRAINS OU POIS VERTS, SURGÉLÉS PROVIGO
EMB. DE 32 oz 159

CAROTTES ENTIÈRES, PETITES IDÉAL
BTE DE 14 oz .59

FÈVES AU LARD BIEN MIJOTÉES OU À LA MÉLASSE, LIBBY'S
BTE DE 19 oz .99

TISANES CHOIX DE SAVEURS LIPTON
EMB. DE 16 sachets 129

ANANAS EN TRANCHES DANS LE JUS NATUREL PROVIGO
BTE DE 540 mL .87

FÈVES VERTES ASSAISONNÉES GÉANT VERT
BTE DE 398 mL .59

ALPHA-GETTI OU ZOODLES LIBBY'S
BTE DE 19 oz .89

SOUPES, CAMPBELL BOUILLON DE BOEUF OU POULET OU CONSOMMÉ
BTE DE 10 oz .47

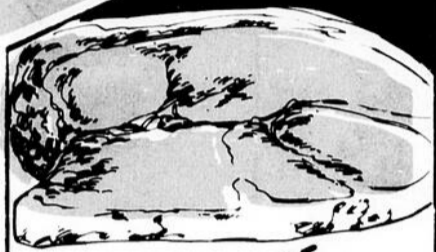
CAFÉ INSTANTANÉ AVEC CHICORÉE ENCORE
BOCAL DE 8 oz 439

MARINADES SUCRÉES CORONATION
BOCAL DE 750 mL 159

SEVEN-UP
BOUEILLE CONSIGNÉE DE 750 mL 6/ 249

SACS À ORDURES POUR L'EXTÉRIEUR HOLDIT
EMB. DE 20 279

Notre
marque
maison,
une économique
de bonne habitude
à prendre!



***BIFTECK DE RONDE
DÉOSSÉ**
tranche entière

4,34\$ /kg
1,97\$/lb

*Coupe
provenant de boeuf
Canada, catégorie "A"

LES VIANDES

BOEUF HACHÉ MAIGRE

5,00\$ /kg
2,27\$/lb

***ROSIF D'EXTÉRIEUR
DE CROUPE**

4,34\$ /kg
1,97\$/lb

***BIFTECK ATTENDRI
DE RONDE**

6,06\$ /kg
2,75\$/lb

**CÔTELETTES D'AGNEAU
NOUVELLE-ZÉLANDE**
surgelées individuellement,
emballées sous vide

6,24\$ /kg
2,83\$/lb

FOIE DE BOEUF DE CHOIX
pelé, déveiné, tranché,
produit des É.-U.
produit décongelé

1,70\$ /kg
77¢/lb

**SAUCISSES PORC/BOEUF
MÉRITÉ**
surgelées

3,06\$ /kg
1,39\$/lb

**SOC DE PORC ROULÉ
MÉTRO**
fumé

5,18\$ /kg
2,35\$/lb

**ÉPAULE PICNIC DE PORC FUMÉ
MÉRITÉ**
désossé, prêt-à-servir

5,00\$ /kg
2,27\$/lb



***BIFTECK OU
ROSIF DE POINTE
DE SURLONGE**

5,84\$ /kg
2,65\$/lb



***BIFTECK DE SURLONGE**
tranche entière

6,06\$ /kg
2,75\$/lb

**SAUCISSES FUMÉES
MÉTRO**
454 g

1,28\$

**SAUCISSON DE BOLOGNE
ORDINAIRE OU CIRÉ
MÉRITÉ**
morceau 1 kg et plus

2,54\$ /kg
1,15\$/lb

**FROMAGE MOZZARELLA
ST-GÉRARD**

5,84\$ /kg
2,65\$/lb

AIGLEFIN OU SOLE EN PÂTE
pré-cuit surgelé

5,40\$ /kg
2,45\$/lb

**BÂTONNET DE PEPPERONI OU DE
SALAMI
MAPLE LEAF**
250 g

1,85\$

**JAMBON CUIT
MAPLE LEAF**
tranché 175 g

1,79\$



***BIFTECK D'ALOYAU
OU CÔTE D'ALOYAU**
bout enlevé

6,06\$ /kg
2,75\$/lb



**ORANGES
SANS PÉPINS
(NAVEL)**
Produit de la Californie
gr. 113

98¢
doux

**SAUCISSES PUR PORC OU TOUT
BOEUF
MAPLE LEAF**
surgelées 500 g

2,33\$

**BACON RÉGULIER OU SOUPÇON
D'ÉRABLE
MAPLE LEAF**
sans couenne,
tranché 500 g

2,75\$

**PAIN DE VIANDE EUROPÉEN
MAPLE LEAF**
cuit au four ou porc/veau
(tranché selon vos besoins)

6,06\$ /kg
2,75\$/lb

**CRETONS
QUATRE ÉTOILES**
275 g

2,37\$

**PÂTE AU SAUMON
QUATRE ÉTOILES**
surgelée 450 g

2,33\$

**JAMBON OLDE FASHIONED
SCHEIDERS**
désossé, prêt-à-manger,
demi

10,91\$ /kg
4,95\$/lb

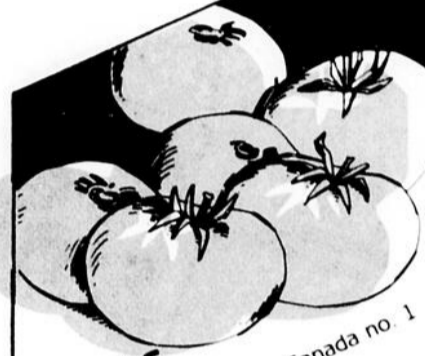
**VIANDES CUITES
SCHEIDERS**
(Bologna ordinaire ou tout boeuf,
macaroni-fromage, olive-piment,
simili poulet)
tranchées 175 g

1,07\$

**PIZZA AUX TOMATES
DA VINCI**
340 g

95¢

METRO



**TOMATES
ROUGES**
Produit de la Floride, Cat. Canada no. 1
gr. 6 x 7

86¢ /kg
39¢ /lb

LES FRUITS ET LÉGUMES

"La régularité dans les approvisionnements en fruits et légumes est à la merci des conditions météorologiques. Soyez toutefois assurés, chers clients, que dans le cas de ces dernières, les épiceries Métro ne ménagent aucun effort pour vous offrir variété et qualité à bon prix, tout au long des saisons."

POIVRONS VERTS
Gros format
Produit des États-Unis

1,50\$ /kg
68¢/lb

POMMES VERTES GRANNY SMITH
Importées de France,
Cat. Canada de fantaisie
gr. 125

95¢ /kg
43¢/lb

POIRES PASSE-CRASSANE
Importées de France,
Cat. Canada de fantaisie

1,52\$ /kg
69¢/lb

OIGNONS VERTS
Produit des États-Unis
gr. 48

3/78¢

COURGETTE ZUCCHINI
Produit du Mexique

1,43\$ /kg
65¢/lb

AUBERGINES
Produit du Mexique

1,43\$ /kg
65¢/lb

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur dans tous les magasins de vos maîtres épiceries Métro du lundi 3 janvier. Il est possible que certains articles ne soient plus disponibles. Si un article venait à manquer, n'hésitez pas.



En connaît not' monde!

EPICIERS UNIS

ECONOMIQUE EN GRAND

Les prix sont en vigueur du lundi 3 janvier au samedi le 8 janvier 1983, 17:00 hres inclusivement. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Les illustrations de cette page ne servent qu'à illustrer la marque des produits annoncés, le texte prévaut en toutes occasions. S'il advenait qu'un article vienne à manquer, veuillez demander un coupon de remise au comptoir et le prix vous en sera garanti.

***BIFTECK DE RONDE DESOSSÉ**
Tranche entière



***BIFTECK OU ROSSIF**
De pointe de surlonge

2,65\$/lb

***BIFTECK OU CÔTE D'ALOYAU**
Bout enlevé

2,75\$/lb

***BIFTECK DE SURLONGE**
Tranche entière

2,75\$/lb

BOEUF HACHÉ
Maigre

2,27\$/lb

***BIFTECK ATTENDRI**
De ronde

2,75\$/lb

***ROSSIF D'EXTERIEUR**
De croupe

1,97\$/lb

FOIE DE BOEUF DE CHOIX
Importé des Etats-Unis
Pelé, déveiné, tranche
Produit décongelé

77¢/lb

SAUCISSON DE BOLOGNE
MERITE
Ordinaire ou cire
Morceau 1 kg et plus

1,15\$/lb

FROMAGE CANADIEN ST-GERARD
Cheddar doux
Blanc ou jaune

2,63\$/lb

CHABICOUIN

Maintenant disponible chez votre épicier GEM! Chabicoquin, un canard fort débrouillard qui se fait le défenseur de la Nature, entraîne vos enfants dans mille et une aventures palpitantes.

Seulement **5,98\$**

SOUPES AYLNER
Tomates ou légumes
Bte 284 ml



PÊCHES TRANCHÉES ARMONIA
Sirop léger
Bte 796 ml



SOC DE PORC MAPLE LEAF
Roulé, fumé

2,89\$/lb

BACON MAPLE LEAF
Régulier ou soupçon
d'érable, sans couenne,
tranche 500 g

2,75\$/lb

SAUCISSES FUMÉES COORSH
Tout boeuf
Pqt 375 g

1,83\$/lb

BOEUF FUMÉ PASTRAMI COORSH
Noix de ronde ou bas de
ronde fumé à l'ancienne
Tranche selon vos besoins

4,77\$/lb

TOURTIÈRE SURGELÉE BILOPAGE
Bte 4.30 g

2,25\$/lb

PÂTE AU SAUMON BILOPAGE
Surgelé
Bte 450 g

2,63\$/lb

RAISINS ROUGES EMPEREUR
Produit de la Californie
Catégorie Canada #1

1,50\$/kg 68¢/lb

POMMES JAUNES DELICIEUSES
Produit des Etats-Unis
Catégorie Canada de
fantaisie
Gr. 125

1,08\$/kg 49¢/lb

LAITUE ROMAINE
Produit des Etats-Unis
Catégorie Canada #1
Gr. 24

59¢

RADIS
Produit des Etats-Unis
Catégorie Canada #1
Cello 170.1 g

3/69¢

TOMATES LIBBY'S
Bte 796 ml



JUS D'ORANGE McCAIN
Concentré (surgelé)
Cont. 355 ml

99¢

JUS DE TOMATE LIBBY'S
Fant.,
Bte 1.36 litre

1,09\$

CRISTAUX A L'ORANGE TANG
Pqt 4 env. 92 g

1,69\$

JUS DE RAISINS WELCH
Blanc, concord
Bout. 1.14 litre

2,17\$

JUS DE PRUNEAUX WELCH
Nectar
Bout. 1.14 litre

2,17\$

MÉLANGE À GÂTEAUX BETTY CROCKER
Tout en un
Chocolat-fudge,
blanc, épices,
chocolat, carottes
Bte 310 g

1,07\$

EAU MINÉRALE CÉLESTINS
Bout. 1 litre

79¢

FARINE ROBIN HOOD
Sac 3,5 kg

2,99\$

PÂTE DE TOMATES CATELLI
Bte de 156 ml

67¢

MACARONI & FROMAGE CATELLI
Bte 225 g

65¢

SACS À ORDURES ST-CASTIN
Extérieur
Pqt de 10

69¢

JUS DE POMMES ST-CASTIN
Bte 1.36 litre

98¢

RIZ A GRAINS LONGS ST-CASTIN
Sac 1.81 kg

1,38\$

CHAMPIGNONS ENTIERS ST-CASTIN
Bte 284 ml

69¢

CHOCOLAT CHAUD CADBURY'S
Bte 500 g

2,69\$

CONFITURE KRAFT
Pure
Fraise ou framboise
Bocal 500 ml

1,99\$

MOUTARDE SCHWARTZ
Bocal 750 ml

99¢

CIRE LIQUIDE CLAIR
Cont. 750 ml

3,69\$

POLI À MEUBLE PLEDGE
Liquide citron
Cont. 350 ml
Régulier ou citron
Aérosol 350 g

3,47\$

EAU DE JAVEL JAVEX
Cont. 3,6 litres

1,37\$

ADOUCCISSEUR FLEECY
Liquide Cont. 3,6 litres

2,99\$

ADOUCCISSEUR BOUNCE
En feuilles Bte 60

4,59\$

NETTOYEUR À VITRES BON AMI
Aérosol 570 g

1,89\$

PURIFICATEUR D'AIR CIRCULAIRE
Aube printanière,
fleur, poudre
Cont. 21 g

1,29\$

SHAMPOING ESPRIT
Pour cheveux
normaux et secs
ou gras
Cont. 300 ml

2,89\$

CÉLERI PASCAL
Produit de la
Californie
Catégorie
Canada #1
Gr. 24

55¢

CAFÉ INSTANTANÉ TASTER CHOICE
Séché à froid
Bocal 227 g

5,19\$

CAFÉ INSTANTANÉ NESCAFÉ
Décaféiné
Bocal 227 g

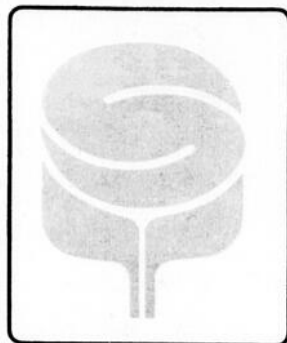
5,89\$

BOONS VOYAGE

30%

Sur présentation de ce coupon et à l'achat de mini-pouding Nestlé à saveur de chocolat, riz ou tapioca en format de 4 x 142 g au prix de 1,39 \$, obtenez 1 «Bon-Voyage» d'une valeur de 5,00 \$.
Limite: 1 coupon par achat.

63 FRASERVILLE RIVIERE-DU-LOUP 862-8255



SERVI
Affilié à J.L. Duval

Le **PRO** de la famille



Servi-aubaines



Spéciaux en vigueur
jusqu'au 9 janvier 1983

JUS DE TOMATES

Fant.
LIBBY'S
Bte 19 oz

45¢



BOISSONS GAZEUSES
COCA COLA ou SPRITE
Btle 750 mL 6/ **2,29**
+ dépôt



DÉTERGENT EN POUDRE
OXYDOL
Bte 6 L **3,99**

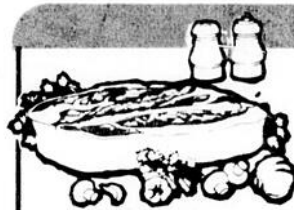


CAROTTES
Pr. E.U., Can. No 1
2.27 kg (5 lbs)

59¢ sac

fruits et légumes

BROCOLI Pr. E.U., Can. No 1 Gr. 14	1,15
PIMENTS VERTS Larges, pr. Floride Can. No 1	1,55/kg 70¢/lb
PAMPLEMOUSSES Pr. E.U. Can. No 1	6/ 1,19
CITRONS Pr. Californie Can. No 1	6/ 69¢



BIFTECK DE RONDE
Tr. complète, désossée

4,79/kg
2,17/lb

99¢ ch.

viandes

BIFTECK D'EXTÉRIEUR DE RONDE	4,69/kg 2,12/lb
BIFTECK D'INTÉRIEUR DE RONDE	4,89/kg 2,21/lb
POINTE DE SURLONGE En bifteck ou à rôti	5,99/kg 2,71/lb
BOEUF HACHÉ Mi-maigre	4,39/kg 1,99/lb
JAMBON CUIT TRANCHE MAPLE LEAF, 175 gr.	1,59 ch.

La Solution!

JUS D'ORANGE PUR GRAD Btle 32 oz	92¢	BREUVAGES (3 saveurs) GRAD Canette 280 mL	37¢
FARINE Tout usage GRAD Sac 3.5 kg	3,29	MARGARINE DURE (Alum.) GRAD 1 lb	75¢
RINCE-CRÈME ou SHAMPOING Pour chev. N./S. ou G. GRAD Btle 500 mL	1,51	DENTIFRICE Au fluorure GRAD Tube 100 mL	1,19

JUS DE RAISIN Concorde WELCH, btle 40 oz	2,19
CHAMPIGNONS Morceaux et tiges SLACKS, bte 10 oz	95¢
DÎNER DE BOULETTES CORDON BLEU, bte 425 g	1,19
ÉPAULE DE PORC PICNIC MAPLE LEAF, bte 1 lb	3,75
RAGOÛT (3 variétés) CORDON BLEU, bte 425 g	1,19
SAUCISSE CAMPFIRE BURNS, bte 14 oz	1,95
SAUCE HOT CHICKEN HABITANT, bte 19 oz	65¢
SAUCE POUR CÔTES LEVÉES V.M. (3 variétés), btle 341 mL	1,19

LAIT ÉVAPORÉ CARNATION, bte 385 mL	69¢
MARGARINE MOLLE LACTANTIA, cont. 907 g	1,95
JEUX DE CARTES TARGET, unité	1,55
PAPIER DE TOILETTE Blanc DELSEY, emb. 2 rls	95¢
PAPIER ALUMINIUM 18" x 50' ALCAM, rls	1,79
SACS À DÉCHETS Intérieur 20 x 22 STUART, rls	1,09
SERVIETTES FÉMININES Régulières KOTEX, bte 12's	1,49
MAXI-SERVIETTES FÉMININES Rég. LIBERTÉ NOUVELLE, bte 30's	3,29

Produits surgelés

Frites SUPERFRIES McCain 1 kg	1,29	BOISSON AUX AGRUMES REGAIN 12 oz	99¢
--	-------------	---	------------

PRO
SOUPE
Poulet et nouilles
LIPTON
Bte 2 env. **65¢**

PRO
EAU MINÉRALE
Gazéifiée
MONTCLAIR
Btle 200 mL 6/ **1,69**

PRO
TARTINADE
Chocolat
NOIXELLE
Bocal 220 g **1,69**

PRO
BEURRE D'ARACHIDES
Crèmeux
YORK
Bocal 1.5 kg **4,45**

PRO
LOTION VASELINE
Pour soins intensifs
Btle 200 mL **1,55**

Spéciaux disponibles chez ces marchands seulement

Les photos de cette page ne servent qu'à illustrer le marque des produits annoncés. Le texte prévaut en tout temps.

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités et de corriger les prix incorrects résultant d'une erreur d'impression.

ça profite

Epicerie Régent Ouellet

Saint-Alexandre, Kam.
495-2886

le fin gourmet

Condiments aux tomates et aux mangues brésiliennes

2 mangues brésiliennes
2 tomates
2 tasses (500 ml) d'oignon haché
1/2 tasse (125 ml) de pécanes
Trois quarts de tasse (200 ml) de raisins secs
Trois quarts de tasse (200 ml) de vinaigre de cidre
1/2 tasse (125 ml) de miel
1/2 tasse (125 ml) de cassonade
2 cuil. à table (30 ml) de gingembre en conserve
1 cuil. à table (15 ml) de sel
Trois quarts cuil. à thé (3 ml) de Tabasco
5 clous de girofle
Bâtonnet de cannelle

de 2 à 3 pouces (5 à 7 cm.).

Peler et couper en cubes les mangues et les tomates. Combiner les oignons, pécanes, raisins secs et vinaigre de cidre. Ajouter le miel, la cassonade, le Tabasco, les clous de

girofle et les bâtonnets de cannelle.

Amener le liquide à ébullition puis laisser mijoter pendant 10 minutes. Laisser reposer le mélange, couvert, dans un endroit frais pendant toute une nuit. Refaire bouillir le mélange, laisser mijoter pendant 30 minutes puis enlever le restant de cannelle. Placer le condiment dans des pots étanches (Mason). (Donne environ 6 tasses (1.5l).)

Glace à la mangue brésilienne

2 tasses (500 ml) de mangues brésiliennes, finement hachées
1/4 de tasse (60 ml) de sucre
1 boîte de 15 oz (330 ml) de lait condensé sucré
1 tasse (250 ml) de crème à fouetter, fouetée.

1 cuil. à table (30 ml) de jus de citron frais
AU CHOIX:
1/3 de tasse (75 ml) de pécanes hachées.

Ajouter le sucre et 1/4 de tasse (60 ml) d'eau aux mangues; écraser ou faire une purée au mélangeur. Egoutter et conserver le jus. Ajouter

ter suffisamment d'eau au jus pour faire trois quarts de tasse (200 ml). Ajouter le jus de citron. Combiner la purée de mangue, le jus et le lait condensé; verser le tout dans des plateaux pour congélateur. Congeler jusqu'à consistance ferme. Briser en morceaux et battre en neige au malaxeur électrique. Incorporer la crème fouettée (et les noix si désiré). Replacer dans les plateaux et congeler jusqu'à consistance ferme. Donne de 8 à 10 portions.

LE ST-LAURENT-ECHO 862-1774

Je m'abonne

Ancien abonné
 Nouvel abonné

Nom

Adresse

Ville

Code postal

() Chèque () Mandat-poste Ci-joint \$.....

Numéro de carte de crédit:

VISA MasterCard

16 rue du Domaine

Rivière-du-Loup

G5R 4C3

\$17.50 pour 1 an
\$60.00 pour 1 an, autres pays

santé dentaire

Par Pierre Michel d.m.d.

Les prothèses.

Que la perte des dents soit due à la carie, aux maladies périodentaires ou encore à un accident; il est important de les remplacer à la fois pour des raisons d'esthétique et de fonction. Il existe différents moyens de remplacer nos dents: le dentier, quand il n'y a plus de dents présentes est la solution la plus simple.

Un dentier au Maxillaire Supérieur est relativement confortable car tout le palais sert de zone de support et de succion. Il n'en est pas de même aux Maxillaire Inférieur où la zone de support est mince et étroite. C'est ce qui explique que l'on doit tout faire pour essayer de conserver les dents de la mâchoire inférieure, car on ne peut attendre qu'un minimum de confort d'un dentier à cet endroit.

Lorsqu'il nous reste quelques dents présentes en bouche, on peut penser à une autre alternative: les partiels d'acrylique ou ceux de métal. La différence principale entre ceux-ci est sur la méthode de support; les partiels d'acrylique ne sont supportés que par les gencives et l'os

sous-jacent alors que ceux de métal sont en plus supportés par les dents. Ce qui leur donne plus de stabilité et de durabilité. Les partiels de métal sont aussi plus minces, ce qui les rend plus confortables.

Enfin, lorsque la position et la condition des dents le permettent, il est possible de songer à ce qu'on appelle des ponts fixes. Plusieurs personnes emploient le terme de "dents vissées", pour désigner ces ponts. Le terme est mal choisi car il ne représente pas la réalité. Il faut plutôt employer les mots "couronnes ou ponts fixes" pour désigner cette méthode. Cette technique est avantageuse quand réalisable car elle donne un résultat très confortable et durable sans avoir la sensation d'appareils en bouche. C'est là la solution qui imite au plus près la nature.

Il est évident que pour un problème, il peut y avoir plus d'une solution. Le mieux est de rencontrer votre dentiste et de discuter des possibilités avec lui. C'est à vous qu'en dernier ressort revient le choix de votre prothèse selon le service que vous en attendez et le prix que vous êtes prêt à y mettre.

Jovi Super Marché Sénéchal

114 Témiscouata
Rivière-du-Loup
Tél: 862-7221

SPECIAUX DU 3 AU 8 JANVIER

Café instantané Nescafé Bocal de 10 oz.	4,99\$	Eau minérale Montclair 6 x 200 ml	1,99\$
Jus de légumes V-8 19 oz., 2 pour	1,00\$	Essuie-tout Scott Couleurs assorties cello 2 rlx	1,39\$
Champignons en morceaux 10 oz.	77¢	Papier hygiénique Royale Blanc, 4 rlx	1,69\$
Macaroni coupé Catelli Spaghetti ou fini, 500g.	69¢	Croustilles Pringles 2 x 250g	2,19\$
Beurre d'arachides Kraft Crèmeux 500g.	1,69\$	Nestlé Quick Chocolat instant, 375g	1,49\$
Détersif Artic Power 2,4kg	3,67\$	Postum instantané 8 oz	3,29\$
Fromage Kraft Mazarella Bâton de 8 oz	1,77\$	Chow Chow rouge Habitant 750 ml	2,89\$
Soupe Habitant aux pois 8 oz., 3 pour	1,00\$	Veloutine pour épaissir Les sauces, 250g.	1,13\$
Tomates Aylmer de choix 19 oz	79¢	Céréales Honey Comb De Post, 275g.	1,55\$
Fèves vertes assaisonnées Del Monte, 375g.	69¢	Lait Eagle Brand 300 ml	1,79\$
Sauce à la viande Catelli 14 oz.	99¢	Riz Royal grains longs Cello de 900g.	1,19\$
Fruits et légumes		Viandes	
Clémentines Produit de l'Espagne, gros. ass.	1,30\$-kg 59¢-lb.	Bifteck de ronde Tranche entière, provient de boeuf, Can. "A",	5,03\$-kg 2,28\$-lb
Céleri Can. no. 1, prod. Calif. gros. 24, le pied	65¢	Bifteck ou rôti de pointe de surlonge Provient de boeuf, Can. "A",	6,35\$-kg 2,88\$-lb
Pommes McIntosh Can. de fant. prod. Qué., 1,36kg, (3lb)	1,19\$	Rôti de croupe de boeuf Désossé, provient de boeuf, Can. "A",	5,47\$-kg 2,48\$-lb
Oignons jaunes Can. no. 1, prod. Qué. 0,90kg. (2lb.)	33¢	Sac de porc fumé Sodor	5,47\$-kg 2,48\$-lb
		Saucisses fumées Hygrade, 454g.	1,58\$



Centre Commercial
867-2798

Chair maquereau

Boîte de 170 g.

0.75¢ ch.

Morue ronde congelée

0.99¢ lb. \$2.18 kg.

Délices de mer

\$1.89 lb. \$4.16 kg.

Éperlans vidés congelés

Sac de 1 lb.

\$1.39 ch.

Morue sèche salée

\$1.39 lb. \$3.06 kg.

Filet de morue frais

\$2.49 lb. \$5.48 Kg.

Soupe en boîte High Liner

25% d'escompte

GREENBERG

GRANDS SOLDES DE JANVIER

Rabais de
20%

Rabais de
30%

Rabais de
40%

Rabais de
50%
ET PLUS

C'est le grand ménage! Des centaines d'articles sont sacrifiés à des prix incroyables! Toute la marchandise d'automne-hiver doit être liquidée sans tenir compte du coût! Venez tôt!

Achat spécial!

Blouson de ski pour hommes

24⁹⁹

Modèle sport en chintz 65% polyester/35% coton, rehaussé de découpes et d'une ganse contrastante. Col officier, glissière apparente, doublure thermique, 2 poches fendues, poignets et base élastiques. Beige, gris, vin, noir. Tailles: P.M.G.TG.
Jusqu'à épuisement de la marchandise

Réclames spectaculaires dans tous les rayons!

DAMES ET FILLETES: • Manteaux • Vestes • Blouses • Jupes • Pantalons • Chandails • Lingerie, etc.

HOMMES ET GARÇONS: • Duffle-coats • Jeans • Chandails • Pantalons • Tee-shirts, etc.

ENFANTS ET BÉBÉS: Plusieurs articles à liquider.

ARTICLES DE MAISON: • Literie • Couvertures • Serviettes • Tentures • Panneaux • Couvre-lits, etc.

Solde de jupes d'un fabricant canadien réputé pour dames

OFFRE INCROYABLE!

3⁹⁹

Modèles de ligne "A" en 100% polyester avec taille élastique et fente devant ou sur le côté. Vaste choix de motifs et de couleurs. Tailles dame petite, moyenne ou grande dans le lot.
Jusqu'à épuisement de la marchandise



SPÉCIAL des bas prix pour renouveler vos draps et ce, sans dévier de votre budget.

Douillettes de couleurs et motifs variés

Lit jumeau **\$19.99**

Lit double **\$29.99**

et **\$34.99**

Ensemble de serviettes Caldwell

Comprenant débarbouillette, essuie-main et serviette de bain.

Rég.: \$25.98 **\$19.88**

Mitaine de cuisine 100% coton

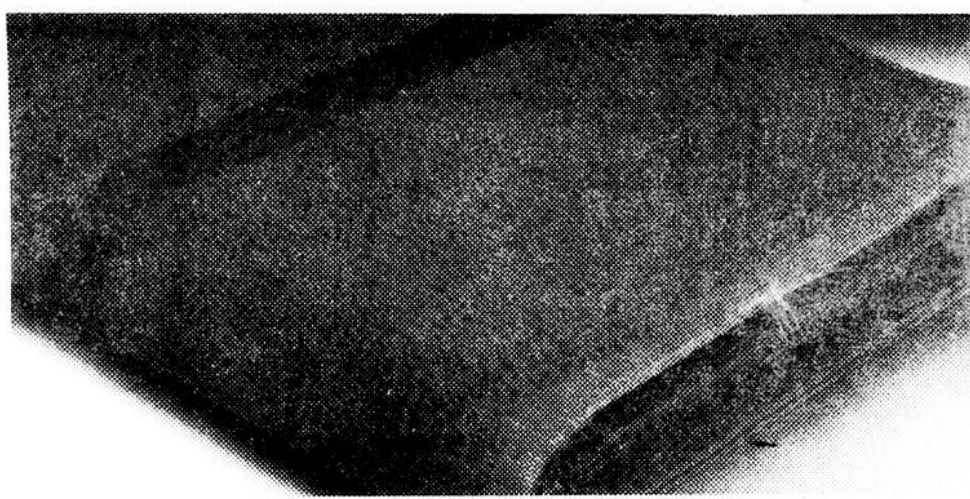
3 choix de couleurs.

Rég.: \$2.98 **\$1.99**



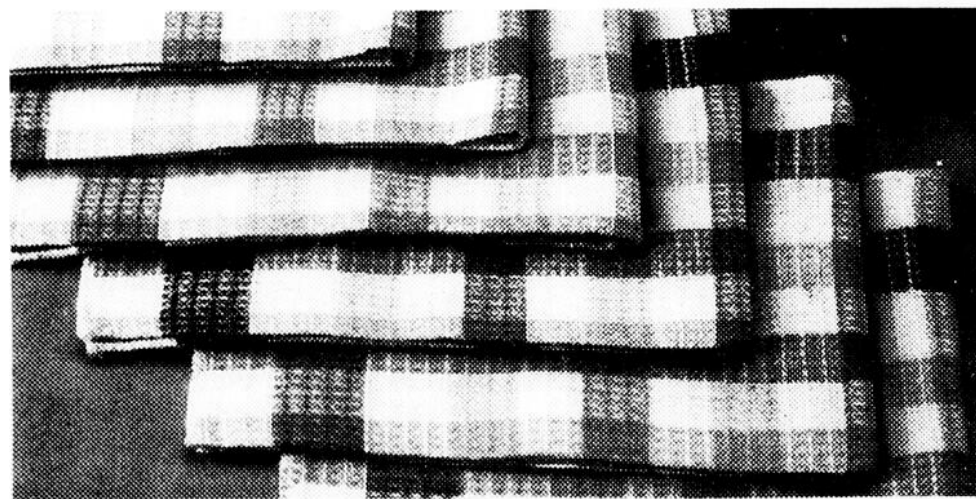
Serviette 'Cambridge'. Certaines en pur coton ou en coton-polyester. Tons unis ou motifs. (6FP27-9). Débarbouillette 1.49, serviette 2.49

5.99
Bain



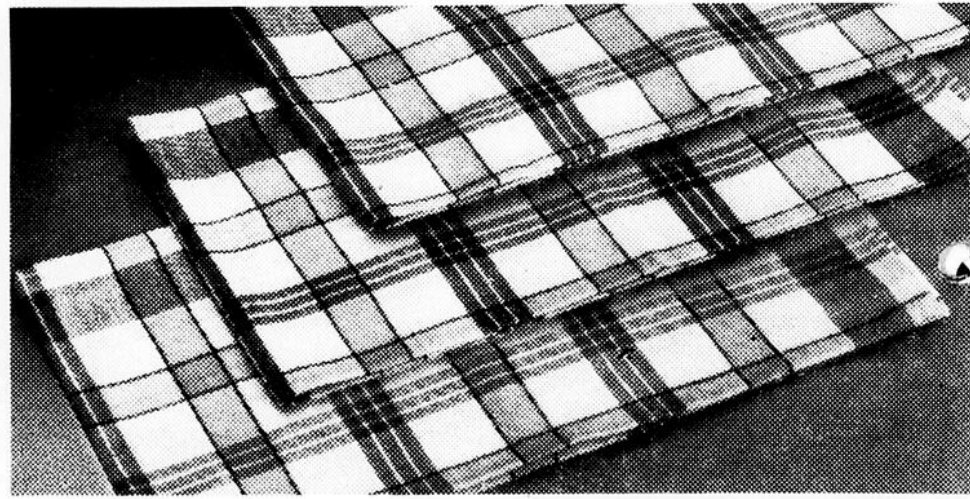
Couverture pure laine Antimites, couleurs assorties.

Lit jumeau, rég.: \$10.98 **\$5.99**
Lit double, rég.: \$14.98 **\$8.99**



Lavettes en pur coton. Assortiment à carreaux, offertes en paquet de 6. Faites-en provision pour en avoir sous la main! (6FP21)

1.99
pqt.



Torchons en coton. Sont si pratiques pour la vaisselle ou autres. Assortiment à carreaux. Une bonne aubaine à ne pas manquer! (6FP20)

4/199



Votre entière satisfaction...nous la garantissons



Nouvelles heures d'ouverture:
Lundi: 10 à 17h30
Mardi: 10 à 17h30
Mercredi: 10 à 17h30
Jeudi: 10 à 21h
Vendredi: 10 à 21h.
Samedi: 10 à 17h.