LE QUOTIDIEN
DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN
CHIBOUGAMAU—COTE-NORD

3e section | Mercredi 24 mars 1976 | C-1

Qui sont les enfants maltraités?

par Christiane Laforge

CHICOUTIMI — Depuis quelques semaines, il est beaucoup question de l'enfance maltraitée. Personne n'est insensible à la vulnérabilité des enfants à la merci de parents abusifs. La nouvelle revêt toujours un aspect sensationnel, faisant manchette.

Mais quelle est la réalité? Qui sont-ils ces enfants? Qui sont-ils ces parents? Que fait-on pour eux? Est-ce un problème social? Un drame humain? Sont-ils nombreux? De quelle façon ces enfants sont-ils maltraités? Et pourquoi?

A toutes ces questions, Placide Blackburn, coordonnateur des services à l'enfance pour la région Saguenay-Lac-Saint-Jean, donne une réponse qui se veut le reflet de ce qui se passe ici, dans ce lieu qu'il qualifie de privilégié.

Oui, une région privilégiée, mais qui se détériore petit à petit: économie, chômage, climat de tension.

Situation régionale

En cinq mois, 20 cas ont été signalés au Comité pour la protection de l'enfance et de la jeunesse. La cadence a été de 4 à 5 mois, elle est aujourd'hui d'un à 2 cas mensuellement déclarés.

Sur ce nombre, dix étaient déjà soumis au Centre des services sociaux, les dix autres leur étaient connus et le dossier classé. Dans ces cas, deux seulement ont nécessité le retrait de l'enfant de son milieu familial. Ils étaient victimes d'attentat sexuel. Les autres cas consistent surtout en mauvais traitements physiques qui peuvent être: sévices corporels volontaires, manque de surveillance, nourriture inadéquate, absence de soins médicaux, abus de châtiments corporels.

Les enfants victimes de mauvais traitements se situent surtout à l'âge préscolaire. Parmi eux, 60 pour cent ont moins de 3 ans, 24 pour cent ont moins d'un an.

Si les cas sont peu nombreux dans la région, si les relations entre les services sociaux et les parents mis en cause sont suffisamment bonnes pour éviter l'intervention de la Cour, c'est que deux réalités vécues ici éliminent des causes principales qui occasionnent les mauvais traitements: la famille qui demeure proche et unie, l'absence d'isolement véritable dans un milieu populaire pas encore victime de l'indifférence caractéristique des centres populeux.

Situation favorisant l'agressivité

L'enfant maltraité est souvent ou enfant unique, ou dernier-né d'une famille de plusieurs enfants. La situation qui amène ses parents à développer leur agressivité contre lui sont multiples, quoique certains facteurs favorisent un tel état de chose.

Parmi les parents coupables de violence on retrouve des personnes ayant été elles-mêmes battues, négligées, élevées sévèrement, carencées sur le plan affectif. Ils ont rompu les contacts avec leur famille.

Socialement ce sont des couples instables, isolés psychologiquement et socialement. Pas d'amis, pas de contacts avec l'entourage voisin, pas de compagnons de travail. La mère en difficulté n'a aucun recours immédiat.

Si cette pathologie se retrouve dans toutes les classes sociales elle est plus fréquente dans les milieux défavorisés. Il y a aussi les parents qui négligent leurs enfants par manque de ressources intellectuelles.

Il demeure essentiel, pour le technicien des services sociaux, de ne pas juger ni condamner les parents qui sont causes de mauvais traitements, étant souvent eux-mêmes victimes d'un problème de relations humaines qu'ils n'identifient pas et qu'ils ne peuvent résoudre seuls.

L'importance de la prévention

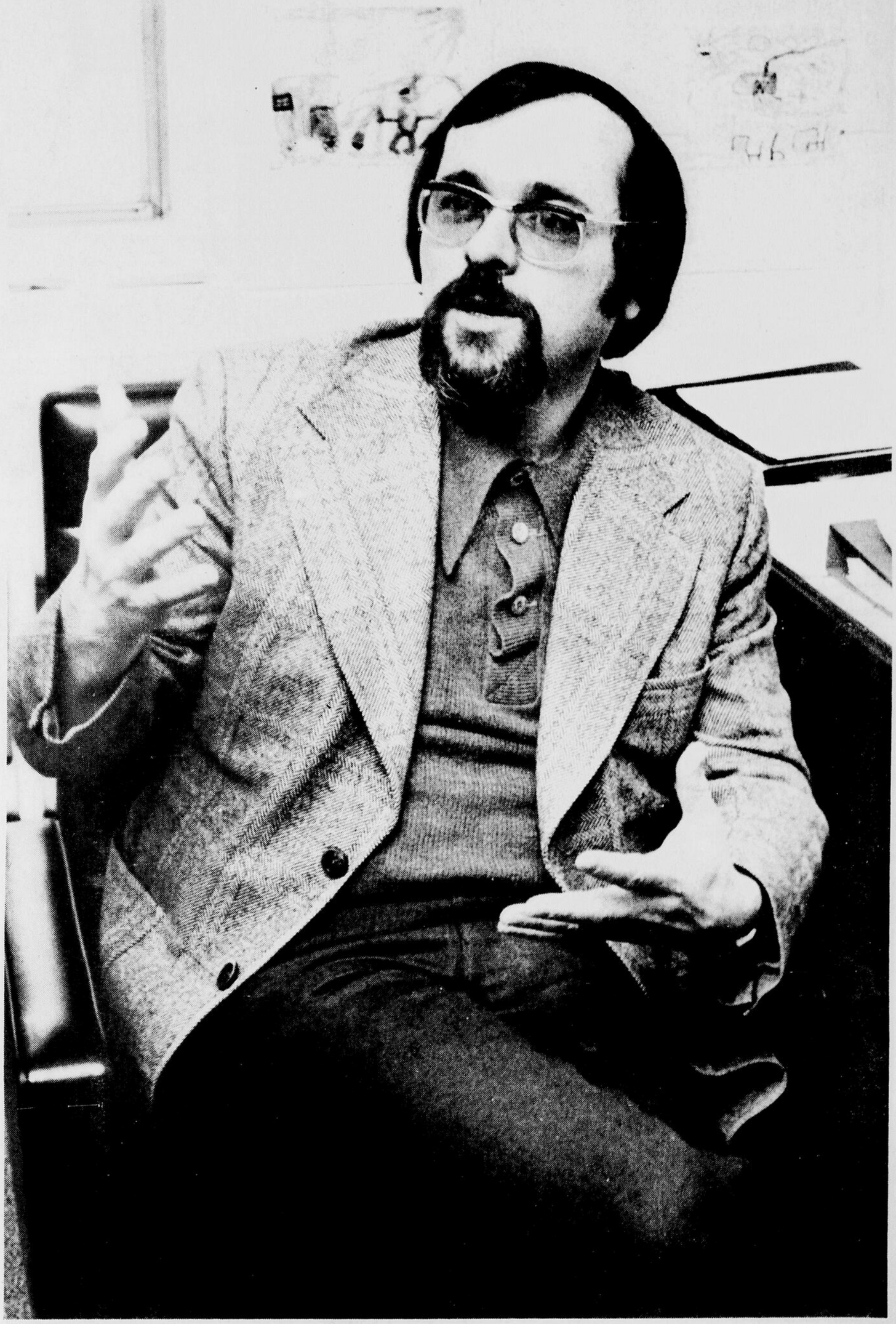
Tout en perfectionnant et en développant les techniques mises en place pour solutionner ce problème social, il faudrait penser à une politique de prévention.

Parmi certaines mesures, M. Placide Blackburn pense à la formation des jeunes, parents en puissance. Le programme d'études secondaires et supérieures devrait comprendre une éducation humaine, tant pour les préparer à former un couple qu'à être des parents.

Lorsqu'un enfant naît, les parents devraient être préparés à l'évolution de son développement. Leur apprendre la réalité de l'enfant, ses comportements et les moyens d'y faire face.

Dans un premier temps, par un médecin ou une infirmière, tous les enfants devraient être vus régulièrement à leur domicile, permettant au spécialiste de détecter tout problème en puissance d'être.

Enfin, comme intervention collective, il devrait exister des groupes précis capables d'aider la jeune mère. Un lieu où elle peut trouver les conseils et l'appui nécessaires face aux difficultés que soulève l'apprentissage du métier de parents.



M. Placide Blackburn

L'action du comité et des services sociaux

Une plainte adressée au Comité pour la protection de l'enfance est tout de suite évaluée dès que reçue. Le ton de la voix du plaignant, les faits décrits, les préjugés nourris par le déclarant, permettent déjà au spécialiste d'effectuer un premier filtrage.

La plainte reçue et considérée crédible est acheminée vers le CSS de la localité du cas en question. Un agent social établira le premier contact avec la famille. Il doit être capable de faire face à l'hostilité des parents, à l'agressivité ouverte qu'ils peuvent afficher, savoir offrir ses services, avoir par expérience une bonne connaissance de l'enfance.

Ce premier contact permet de juger si le cas nécessite l'intervention des services sociaux ou non, et dans quelle mesure. La grande majorité des parents ayant besoin d'aide, acceptent de collaborer. Dans le cas d'un refus, si l'agent considère que la sécurité de l'enfant est réellement menacée, alors seulement il fera intervenir la cour.

Dans un premier temps, le professionnel invitera les parents à faire examiner l'enfant par un médecin, celui-ci étant le seul qui puisse déterminer si les sévices corporels sont dus à de mauvais traitements. Après quoi un rapport sera soumis au Comité pour la protection de l'enfance.

Avec l'accord des parents, l'enfant continuera à être régulièrement suivi par un médecin jusqu'à ce qu'une solution ait été apportée au cas précis et que le dossier soit clos.

L'agent du service social ne travaille jamais seul; il reçoit la collaboration des médecins, des psychologues et autres spécialistes dont il peut avoir besoin au cours de l'intervention.

Il a charge de trouver la cause de l'agressivité des parents et d'y apporter les solutions. Il s'agit en fait de rétablir les relations humaines défectueuses: parents-enfants, couple, de les aider à identifier leur problème pour y apporter remède.

Les parents qui prennent conscience eux-mêmes qu'ils ont une difficulté face à leur enfant devraient s'adresser directement au CSS et y demander l'aide nécessaire.

L'omnipraticien et l'enfant

CHICOUTIMI — Les médecins ne peuvent plus s'abstenir de dévoiler les cas connus d'enfants maltraités. La loi exige d'eux qu'ils réfèrent au Comité pour la protection de l'enfance tout cas de mauvais traitement.

Pour le docteur Larochelle, pédiatre, la situation régionale est plutôt heureuse. En 11 années de pratique au Saguenay, il n'a décelé que deux cas d'enfants véritablement maltraités physiquement. On est loin d'une réalité telle que vécue dans la ville de Montréal, justement parce que la région a un niveau de vie assez bon et surtout que la vie familiale est encore importante. La proximité des parents et grands-parents, l'intérêt des voisins, contribuent largement à protéger les enfants.

Outre ces deux cas, le Dr Larochelle a déjà été témoin de certaines situations pouvant entraîner de mauvais traitements. A ce moment, il s'informe auprès de la famille et de voisins. S'il y a lieu d'intervenir, il en réfère aussitôt aux spécialistes, soit psychologues, soit au CSS.

Parmi les mauvais traitements, on considère également la négligence. La malnutrition est une des conséquences. Là encore l'évolution a entraîné une diminution considérable des cas de rachitisme et d'anémie.

Entre 1960 et 1965 on dénombrait 307 cas de rachitisme pour la région. Actuellement on en compte seulement de 2 à 3 cas par année. Le manque d'information de certains parents était surtout à l'origine de cette négligence.



Dr Jean Larochelle, pédiatre.

Les caractéristiques d'un sujet maltraité

L'enfant maltraité développe certaines caractéristiques pouvant être immédiatement décelées par les spécialistes, par les médecins, par les psychologues.

M. Placide Blackburn en énumère un certain nombre: l'enfant n'ose pas pleurer bien qu'il paraisse effrayé. Il se conforme très bien à toutes les demandes de l'examinateur, ou d'une façon passive, il implore le contact; par la suite il s'accroche aux étrangers. Les cajoleries ont pour but d'éviter le mauvais traitement.

Un geste comme lever la main pour prendre un objet déclenche une attitude de mise en garde comme si l'enfant voulait se protéger de l'adulte. Il sourit à certaines distances, mais dès qu'on s'en approche il devient agité, pleure, semble effrayé. L'enfant peut aussi présenter une blessure ou lésion non expliquée. Des signes de malnutrition ou de déshydratation sans cause évidente. Etre nourri de façon inappropriée ou recevoir des drogues. Apparaître réellement différent de l'enfant normal dans son comportement.

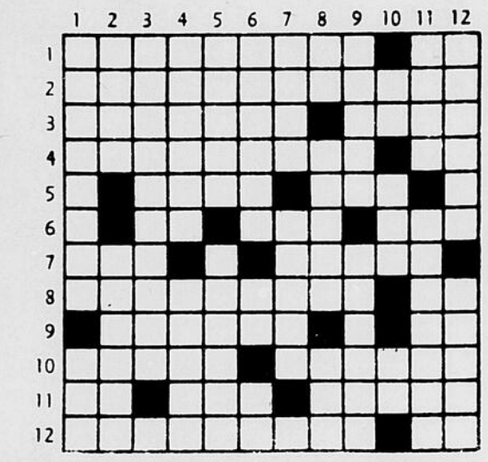
Caractéristiques des parents violents

Tout comme chez les enfants, certains traits communs peuvent être décelés chez les parents ayant tendance à maltraiter leur enfant. Au cours de l'entretien, l'agent social tentera de déterminer quelques-uns de ceux-ci: le parent perd facilement contrôle ou exprime la crainte de perdre contrôle à l'égard de l'enfant. Il rend responsable un membre de la famille ou une autre personne des blessures ou lésions présentées par l'enfant. Fournit des explications peu plausibles sur les blessures. Semble être dépourvu de sentiments affectifs, est réticent lors du questionnaire. Est en état d'ébriété ou sous l'influence de drogues. Refuse la permission d'investigation diagnostique complémentaire. Fournit une histoire de blessures à répétition. S'attend à des performances non réalistes de la part de l'enfant. Est perçu comme antipathique, sans raison évidente, par le médecin.



MOTS CROISES

problème: no 728



HORIZONTALEMENT

1- Spectacle romain représentant un combat naval . -- Technétium.
2- Ecrira sans art, sans goût.
3- Claire, distincte . -- Pronom personnel .
4- Doctrine morale qui fait du plaisir le but de la vie. -- Démonstratif.
5- Enlevée.--Point cardinal.
6- Pronom personnel .-- Mammifère rongeur. --Poème lyrique.
7- Signal bref pour prévenir un auditeur . -- Avérée, effective.
8- Mouvement d'ensemble exécuté par une troupe.-- Pascal.
9- Prière, oraison .-- Article espagnol.
10- Attrape, embûche.-- Quartier résidentiel de Londres.
11- Idem . -- Bière . -- Compact, épais.
12- Cri du tigre. -- Infinitif.

VERTICALEMENT

1- Maladie inflammatoire du rein.-- Nez.
2- Ancienne mesure agraire . --Qui a la forme d'un oeuf.
3- Spore produite par la rouille du blé.
4- A la moitié de la côte. -- Conforme à la loi.
5- En état d'ivresse . -- Disposé par couples.
6- Meuble garni de cases. --Se dit entre intimes.--Eminence.
7- Lourdes pièces de bois pour enfoncer les pavés.--Prudent, circonspect.
8- Pronom personnel .-- Métropolitain.-- Acide Désoxyribo- Nucléique.
9- Pronom personnel .-- Petite cavité à angle droit qui sépare les bossages.
10- Voyelles jumelles.-- Pronom personnel.-- Préfixe.
11- Savoir-faire, adresse.--Usage, emploi.
12- Partie immergée de la coque d'un navire. --Capitale de l'Algérie.

problème: no 727

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	O	R	T	H	O	G	R	A	P	H	I	E
2	S	E	O	I	R	■	I	N	T	A	C	T
3	T	O	P	E	T	T	E	■	■	A	T	E
4	E	L	A	■	H	O	N	N	E	T	E	■
5	N	E	Z	■	O	N	■	O	R	■	R	U
6	T	■	E	M	P	I	R	I	S	M	E	■
7	A	R	■	■	E	T	I	R	E	E	■	B
8	T	E	I	N	D	R	E	■	S	■	I	I
9	I	■	S	■	I	U	L	E	■	E	S	E
10	O	P	E	R	E	E	■	T	I	R	E	R
11	N	E	R	I	■	R	E	U	N	I	O	N
12	■	C	E	S	S	A	T	I	O	N	■	E

LES FOURRURES Alexandor
UNE EXCLUSIVITE
Sessard sur la côte

24 1/2 HEURES

VENTE DE FOURRURES

Profitez de ces doubles économies pendant cette grande vente de fourrures de 24½ hres. Les prix de la fourrure sont à la hausse de 40%. Pour les 2 prochains jours vous pouvez épargner un autre 40% avec nos spéciaux! C'est le meilleur moment, achetez maintenant pour l'automne prochain! Vous ne reverrez plus de telles aubaines la saison prochaine!

2 JOURS SEULEMENT
JEUDI ET VENDREDI

EPARGNEZ 7% ADDITIONNEL
MAGASINEZ TOT ET EPARGNEZ!
Economisez un 7% additionnel sur tous les achats faits entre 8 h. 30 a.m. et 10 hres a.m. Jeudi seulement. Exceptionnellement nous ouvrirons nos portes.

FAITES DE DOUBLES ECONOMIES ALLANT JUSQU'A 40%

Plusieurs MANTEAUX sont réduits juste au-dessus du prix coûtant et même en-dessous.

Voici une liste partielle indiquant des manteaux qui viennent tout juste d'arriver. Pièces uniques.
N.B.: Magasinez tôt, quantités limitées.
Toutes ventes finales et sujettes à vente antérieure.

4 lapins de couleurs assorties. $137
2 capes renard norvégien, bleu naturel. $197
2 castors, à poils longs. $397
1 viscasha naturel, garni loup. $497
1 tête d'ocelot, garni loup. $697
1 oppossum australien, naturel. $797
1 vison contemporain, "Black Cross". $897
1 chat naturel, allongé. $997
1 vison ranch, brun ultra foncé. $1,297
1 seal d'Alaska, matara. $1,447
1 vison pastel naturel, allongé. $1,497
1 vison "Black Cross", naturel. $1,577
1 vison perle naturel, allongé. $1,697
1 vison ranch, brun ultra foncé, allongé. $1,697
1 vison perle, teint ocelot. $1,727
1 lynx, canadien. $1,797
1 vison canadien, "Demi Sang", naturel. $1,947
1 vison ranch, brun ultra foncé, allongé. $1,977
1 vison canadien, "Demi Sang", allongé. $2,277
1 vison ranch, "Velours noir". $2,397
1 femelle vison pastel, allongé. $2,497
1 femelle vison, "Violet". $2,897
1 femelle vison, brun, "Perle noire". $3,597
1 ocelot naturel, garni pecan. $3,897



SEULEMENT 2 Magnifiques MANTEAUX MAXI EN LAPIN 1ère qualité vendus pendant 24½ hres à $297

SEULEMENT 1 TROTTEUR DE LOUP CANADIEN GARNI DE CUIR Vendu pendant 24½ hres à $897

Investissez maintenant et économisez des centaines et des centaines de dollars!
PALETOTS POUR HOMMES
Magnifique LOUP! PRATIQUE CHAT SAUVAGE! Merveilleux MOUTON!

Magnifiques manteaux de RAT MUSQUE
Vendus pendant 24½ hres.
A partir de: $497

Chefs-d'oeuvre manteaux VISON
Incluant des pièces uniques de collection.
Vendus pendant 24½ hres de $897 à $3,497

Brillants manteaux de CHAT SAUVAGE
Vendus pendant 24½ hres
A partir de: $877

Quatre jeunes handicapées expérimentent une vie autonome à la Maison Riel

par Christiane Laforge

CHICOUTIMI — A Chicoutimi-Nord, dans un quartier ordinaire, dans une maison ordinaire, quatre jeunes femmes vont essayer de vivre une vie ordinaire.

L'expérience est unique au Québec, elle a été faite avec succès aux Etats-Unis et dans certaines provinces du Canada: une maison qui est devenue le foyer de quatre jeunes adultes handicapées mentales.

Elles vont y apprendre l'autonomie, apprendre à tenir une place dans la vie sociale.

Pour elles qui ont vécu un temps plus ou moins long au Centre d'entraînement à la vie de Chicoutimi, il n'est plus question de retrouver la vie communautaire du centre. Elles prouvent, par leur évolution, qu'elles peuvent normaliser leur existence.

La Maison Riel

La Maison Riel tente d'être une suite à ce qu'est le Centre d'entraînement à la vie, lequel centre compte actuellement 130 pensionnaires.

Pour certains de ces jeunes handicapés, le maintien en institution était peu satisfaisant, devenait même un facteur de régression.

Un groupe d'éducateurs du CEV élaborait en novembre 1974 un projet d'appartement surveillé.

Projet basé sur la participation financière des résidents d'une part (soit les fonds d'assistance sociale qui leur sont versés: $11,000), et sur une collaboration bénévole des éducateurs.

Le ministère des Affaires sociales a approuvé le projet en décembre 1975 et accordait une subvention de $9,000 totalisant un budget de $20,000.

Ce budget couvre la location de la maison, la nourriture, les vêtements, et soins des quatre jeunes femmes, le salaire des éducateurs.

A noter que 15 bénévoles contribuent à la bonne marche de ce projet dont le responsable Guy Maugeais.



MAISON RIEL — Petite réunion intime dans le salon familial de la Maison Riel inaugurée le 12 mars dernier. Un foyer comme les autres pour quatre jeunes adultes handicapées mentales qui vont apprendre à y mener une vie comme les autres.

En janvier 1976, la Maison Riel accueillait ses locataires.

L'organisation de la maison

Les quatres jeunes handicapées choisies l'ont été en fonction de leur évolution personnelle. Elles étaient parmi les plus avancées du centre. Il fallait également tenir compte de leur degré de sociabilité et de leur débrouillardise.

Elles ont été ensuite préparées à cette semi-indépendance pour qu'elles soient capables d'entretenir leur logement, de se préparer des repas, de se déplacer par moyens de transports publics, etc.

La maison, quoique liée au CEV n'est pas une succursale de l'institution.

Elle vise à se présenter comme un véritable cadre de vie familial et social, fonctionnant comme une entité distincte et selon des principes nouveaux.

Les 15 bénévoles se sont nommés un comité exécutif de 5 personnes dont le rôle consiste à voir à la coordination, à l'exécution et au contrôle des tâches nécessaires à la bonne marche du projet.

Une présence de nuit est assumée par une étudiante qui loge à la Maison Riel. Une surveillance est maintenue la journée, mais il est prévu que les locataires deviendront de plus en plus autonomes.

Ces dernières ont appris à se rendre seules, par autobus, jusqu'au centre pour travailler en atelier: couture, entretien, cuisine d'où elles reviennent à 15 hres. Au retour chacune exécute ses tâches ménagères et prépare le repas.

Le soir, elles regardent surtout la télé, mais les éducateurs envisagent de leur organiser des loisirs variés et de les orienter vers l'artisanat.

Un double avantage: économique et humain

Economiquement, selon M. Guy Maugeais, cette forme d'hébergement est intéressante, plus encore que les foyers de groupe.

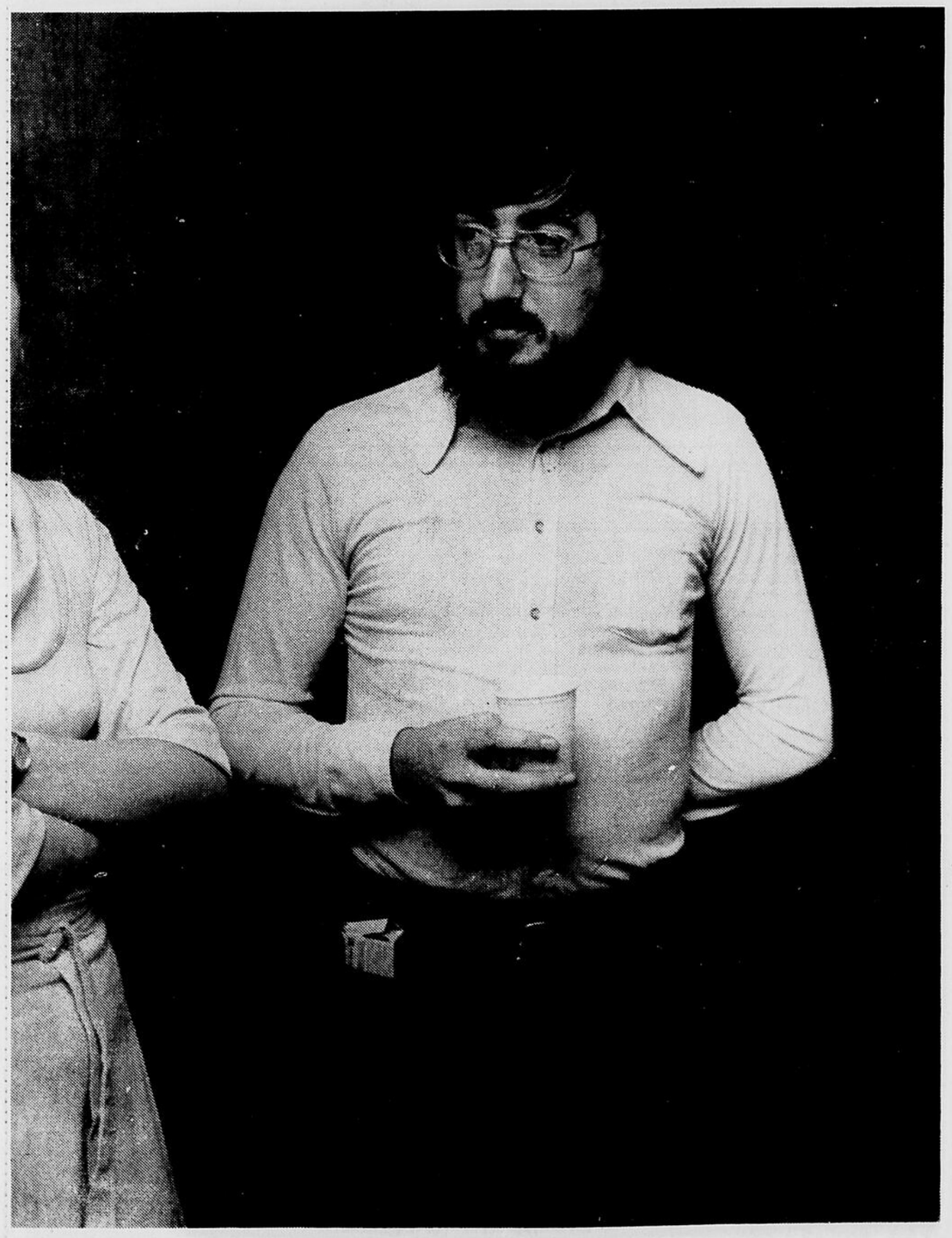
Là où en institution le jeune handicapé coûte $10,000 par année, en appartement surveillé, il coûtera $5,000.

Ce n'est certes pas là le plus important, car l'évolution humaine est un des objectifs premiers de ce projet.

Très motivées parce que désireuses de conserver cette forme de vie plus autonome, les handicapées choisies s'intègrent petit à petit dans une forme de vie normale.

L'expérience veut ainsi démystifier cette catégorie d'handicapés aux yeux de la société, afin que celle-ci consente à lui accorder la place qui lui revient.

Si l'expérience est concluante selon les espoirs des organisateurs, elle permettra d'envisager d'autres appartements semblables pour ces autres qui attendent une place au soleil.



GUY MAUGEAIS — Responsable du projet de la Maison Riel, Guy Maugeais collabore bénévolement avec 14 autres "salariés" du même genre, pour permettre à des handicapées de mener une existence normale.



SOLDE RENOVATION 10% à 30% D'ESCOMPTE
sur les échantillons de plancher

Après 4 ans, Claude Chrétien rénove son magasin.

claude chrétien ltée
485, boul. Harvey, Jonquière Tél.: 547-3628

CKRS-TV

MERCREDI, LE 24 MARS

9.00 Information première
9.05 Skippy
9.30 Les Oraliens
9.45 En mouvement
10.00 You-hou
10.15 Minute Moumoute
10.30 Une mèche de cheveux "Avec Benoit Paquet, coiffeur" #3
10.45 Demain la vie
11.00 Les recettes de Juliette
11.30 Bagatelle
11.45 Avis de décès et comptoir-express
12.00 Information midi
12.30 Les Coqueluches
13.31 Téléjournal
13.36 Femmes d'aujourd'hui
14.31 Voyagez avec nous (de l'Office National du Film)
15.00 Ne coupez pas "Impôt fédéral"
16.00 Bobino
16.30 La fricassée
17.00 Les explorateurs du monde
18.00 Au fil de l'actualité
18.30 Télé-sélection: "Mariage en blanc"
20.01 La soirée du hockey: "Toronto à Montréal"
22.31 Téléjournal national, international et provincial
22.54 Nouvelles du sport et météo
23.01 Cinéma canadien: "La mort d'un bûcheron"

JEUDI, LE 25 MARS

9.00 Information première
9.05 Francis au paradis perdu
9.30 Les Oraliens
9.45 En mouvement
10.00 La boite à lettres
10.15 Minute Moumoute
10.30 Conseil-express
11.00 Les recettes de Juliette
11.30 Bagatelle
11.45 Avis de décès et comptoir-express
12.00 Information midi
12.30 Les Coqueluches
13.31 Téléjournal
13.36 Femmes d'aujourd'hui
14.31 Cinéma: "Certains l'aiment froide"
16.00 Bobino
16.30 Le Gutenberg
17.00 L'homme araignée
17.30 Les aventures de Roy Rogers
18.00 Au fil de l'actualité
18.30 Cosmos 1999
19.30 Le travail à la chaine
20.00 Les grands films: "Quelques messieurs trop tranquilles"
22.00 La Sagouine
22.31 Téléjournal national, international et provincial
22.54 Nouvelles du sport et météo
23.01 Cinéma western: "Sur le territoire des Comanches"

CJPM-TV

MERCREDI, LE 24 MARS

10.00 Fanfan Dédé
10.30 Pour vous mesdames
11.30 A votre service
12.00 Les nouvelles du midi
12.15 A la bonne heure
13.30 Fémina
14.00 Cinéma: "Le procès de Julie Richard"
15.30 Pour vous mesdames
16.00 Capitaine Scarlett
16.30 Patofville
17.00 Les tannants
18.00 Studio six
18.30 Parle parle, jase jase
19.30 Le ranch à Willie
20.00 Les Grandes Productions:
22.00 Qui dit vrai?
22.30 Les nouvelles T.V.A.
23.00 Dernière édition
23.05 En fin de soirée: "Notre agent à La Havane"

JEUDI, LE 25 MARS

10.00 Fanfan Dédé
10.30 Pour vous mesdames
11.30 A votre service
12.00 Les nouvelles du midi
12.15 A la bonne heure
13.30 Fémina
14.00 Cinéma: "Cléo de cinq à sept"
15.30 Pour vous mesdames
16.00 Joe 90
16.30 Patofville
17.00 Les tannants
18.00 Studio six
18.30 Parle parle, jase jase
19.30 Kojak
20.30 Jeudi 8:30:
22.30 Les nouvelles T.V.A.
23.00 Dernière édition
23.05 En fin de soirée: "Le géant de Métropolis"

télésag Inc.

TECS-TV CANAL 13

MERCREDI, 24 MARS 1976

8.00 Musique F.M. d'ambiance - Etat des routes - Météo
9.00 Programmation détails de ce jour - Marché aux puces
11.00 Diversités audio-visuelles
13.00 Cercle de presse - Ministre Toupin
14.00 Urba 80 - Conseil de ville d'Arvida
15.00 Programmation détails de ce soir - Marché aux puces - Musique F.M. d'ambiance
17.00 Diversités audio-visuelles
21.30 Qui perd gagne - Vêtements appropriés en forêt (C) - Comment faire un abri (C) - Emploi et entretien des haches et des couteaux (C)
22.00 Vivre en ce pays - Le temps qu'il fait sur mon pays
22.30 Opération survie - Recherche sans fin (C) - Echec à

RADIO QUEBEC, CANAL 8

MERCREDI, 24 MARS 1976

9.00 Musique F.M. d'ambiance
10.00 Programmation détails du jour - Musique F.M. d'ambiance
12.00 Contact - Annonces scolaires - Musique F.M. d'ambiance
13.00 Rythmes - "Le Québec"
13.30 Les marmitons
14.00 Un petit coup de coeur - "Ski de randonnée"
14.30 Si on s'y mettait
15.00 L'âge de la parole
15.30 Télé-ressources
16.30 La vie d'on mène à l'Assemblée nationale
17.00 Musique F.M. d'ambiance
18.00 Au coeur des mots - "Mouches moustiquaire et piquer"
18.15 Mains habiles, mains agiles - "Les ceintures fléchées"
18.30 Retraite ouverte ou fermée
19.00 Des arts et des hommes - "L'an prochain à In-Gall"
19.30 Postes frontière - "Violence et non-violence"
20.30 D'un Québécois à l'autre
21.00 Au pays des lutrins - "L'orchestre humaine"
21.30 Approche - "Anatomie de l'orgasme"

télésag

392, RACINE EST
CHICOUTIMI, P.Q.

- **A NE PAS MANQUER**: Commençant dans la première semaine d'avril: **La série JETEZ L'ANCRE** — Une chaloupe de marque Peterborrow, gracieuseté de Martial Gauthier Loisirs Enr., sera tirée à la fin de la série.
- **La série SUR DEUX ROUES** — Une bicyclette de marque MOTO-BIKE, gracieuseté de GREF MOTEURS SPORTS LTEE, sera tirée à la fin de la série.

Les gagnants seront choisis par tirage au sort parmi le courrier reçu.

- **La série JE T'Y PLUMERAI** — Directement du restaurant l'Allouette de Chicoutimi-Nord. Avec Robert Ménard et Guy Harvey. Nombreux prix de présence.

Pour tous renseignements concernant l'abonnement à TELESAG, veuillez communiquer au numéro suivant

Tél.: 545-1112*

*Disponibilité des services à Chicoutimi-Nord seulement

CINEMA

ALMA
Canadien
Jusqu'au 25 mars inclusivement: "Le crime de l'Orient express" - "Paul et Michèle".

CHICOUTIMI
Impérial
Jusqu'au 25 mars inclusivement: "La dernière maison sur la gauche" - "La maison des damnés".

Cartier
Jusqu'au 25 mars inclusivement: "Le monde de l'Ouest" - "Soleil vert".

Capitol
Jusqu'au 25 mars inclusivement: "Funny Lady" - "La loi du Talion".

BAGOTVILLE
Saguenay
Jusqu'au 25 mars inclusivement: "Ilsa, la gardienne du harem des rois de pétrole" - "Karatigresse aux mains d'acier".

PLACE DU ROYAUME
Cinéma 1
"Les dents de la mer" (JAWS).

Cinéma 2
"Tropique du cancer" - "Ilsa, gardienne du harem des rois du pétrole".

Cinéma 3
"Les demoiselles à péage" - "Les hommes de joie".

JONQUIERE
Bellevue
Jusqu'au 25 mars inclusivement: "Ilsa, la gardienne du harem des rois du pétrole" - "Karatigresse aux mains d'acier".

Centre
Jusqu'au 25 mars inclusivement: "Funny Lady" - "Carnage".

Elysée
Jusqu'au 25 mars inclusivement: "La dernière maison sur la gauche" - "La maison des damnés".

DOLBEAU

Météore
Jusqu'au 26 mars inclusivement: "Karaté en plein ouragan" - "La révolte du Karateka".

ARVIDA
Palace
Jusqu'au 25 mars inclusivement: "Larry le dingue, Mary la garce" - "Refroidie à 99%".

CINEMA

"La meilleure façon de marcher" une tragédie sur l'humiliation

Inconnu hier, le nom de Claude Miller ne le restera pas longtemps, car il est vraisemblable que l'on parlera beaucoup de son premier film "La meilleure façon de marcher". Miller a d'ailleurs appris son métier avec les meilleurs: Bresson, Demy, Godard entre autres et surtout il a assisté Truffaut pour huit films. C'est même pendant le tournage de "L'enfant sauvage" qu'il a repéré en Auvergne les décors de son futur premier film. De Truffaut, il a peut-être hérité aussi le sens de l'analyse à la fois sensible et intuitive du domaine de l'enfance et de l'adolescence. Des enfants, il y en a beaucoup dans "La meilleure façon de marcher", mais, ils ne sont que l'environnement d'un petit drame permanent entre deux jeunes moniteurs. Marc est sportif, jouisseur, presque primaire. Philippe est plus romantique, plus secret, plus sentimental. Marc a surpris Philippe, un soir, en train de se déguiser en femme. Et il va l'épier, le traquer, le faire souffrir, profitant avec de plus en plus de plaisir de l'ascendant qu'il sait exercer sur son camarade. Celui-ci finira par réagir de façon imprévue.

Pour Claude Miller, il s'agit d'un film sur l'humiliation, l'humiliation à 20 ans:

"- Tout est parti d'une interview d'Ingmar Bergman, dans laquelle, il parle des humiliations que l'on subit lorsque l'on est enfant, lorsque l'on est adolescent, puis au seuil de l'âge adulte. Plus tard, ces affronts apparaîtront dérisoires, mais ils nous auront souvent marqués pour le reste de notre vie. Je me suis souvenu d'une colonie de vacances où j'avais eu le sentiment d'être humilié. J'ai bien compris Bergman, et l'idée du film s'est imposée à moi..."

Ce film, c'est donc le jeu du chat et de la souris, auquel se livrent Marc et Philippe avec plus de cruauté que les gosses qu'ils doivent surveiller. Chaque animal a ses moyens d'attaque et de défense, le chat ses griffes, la souris ses feintes.

Vingt ans, c'est un âge où l'on peut encore se travestir en femme sans pour autant être vraiment homosexuel. Claude Miller dit d'ailleurs qu'il a voulu son film sans la moindre ambiguïté. C'est l'âge où l'on possède des revues porno, sans intentions vicieuses, où le langage est cru, les empoignades brutales. Et une colonie de vacances est un monde clos ou l'on ne peut éviter les affrontements.

L'arbitre pourrait être le directeur, mais il n'a aucune conscience des problèmes personnels des enfants ou des moniteurs, se préoccupe surtout de la boîte à idées qu'il vient de faire installer, ou de la fête de fin de vacances qui doit lui valoir les félicitations des parents.

La défense de Philippe, accusé d'homosexualité par Marc pourrait être sa fiancée Chantal. Mais Claude Miller n'emploie pas de façon rassurante cette présence féminine, dont il fait au contraire un catalyseur exaspérant encore les relations entre les deux jeunes gens.

Pourtant parce qu'il y a des gosses et parce que les héros ont vingt ans, l'histoire ne peut être très sombre:

"- Mon film est une tragédie qui devrait aussi faire hurler de rire, résume Claude Miller, un film grinçant à la manière des pièces grinçantes d'Anouilh. On devrait s'y amuser, mais manquer d'air également".

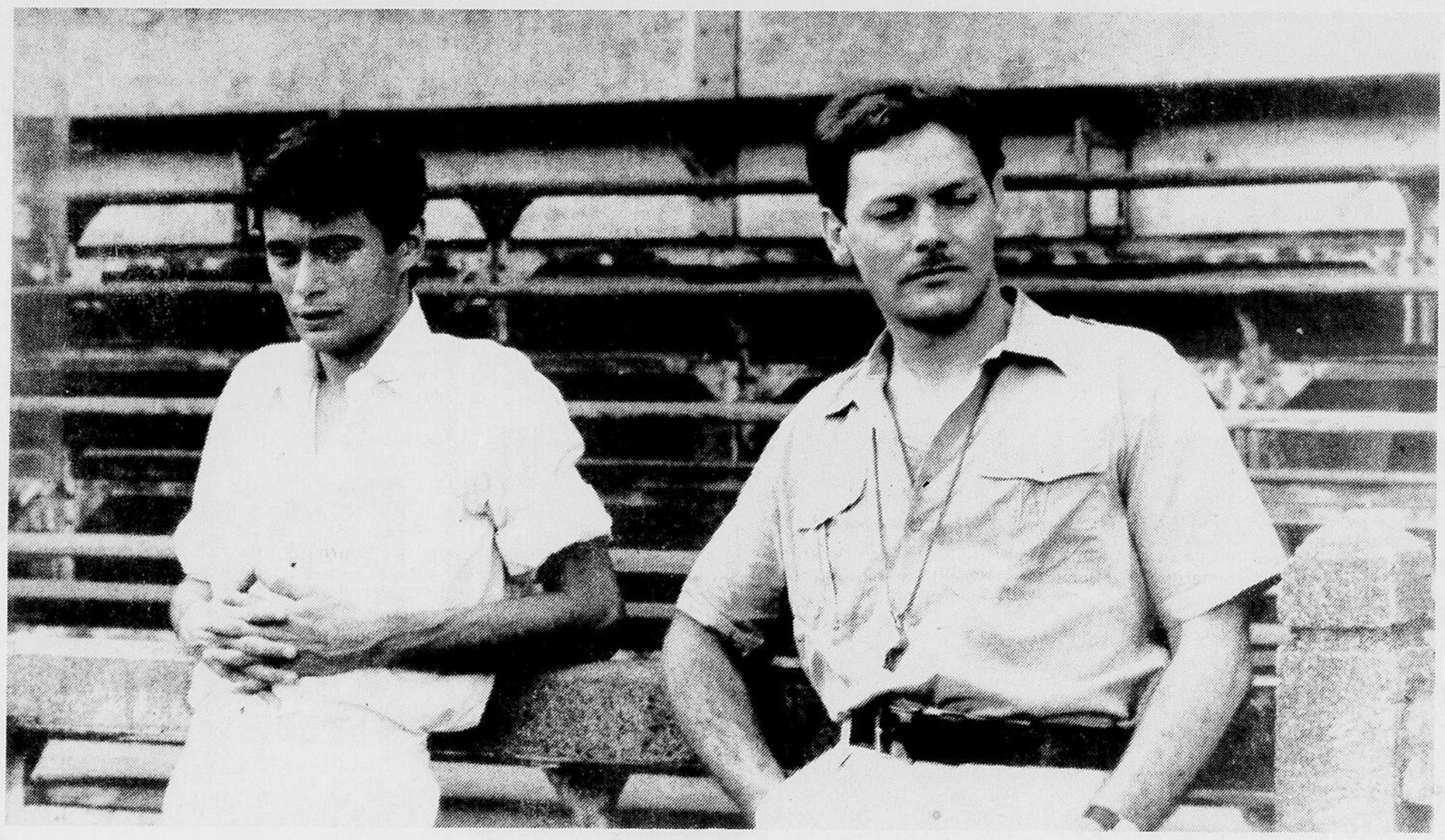
Patrick Dewaere, bourreau de Patrick Bouchitey

Le choix des acteurs était important. Il ne semble pas que le réalisateur se soit trompé en confiant à Patrick Dewaere le rôle de Marc, le copain sympa, qui devient peu à peu sadique, et a peut-être beaucoup plus de problèmes qu'il ne le supposait lui-même, et à Patrick Bouchitey, le rôle du cérébral et hypersensible Philippe avec lequel collent bien son jeu et son physique. Il faut aussi citer la vérité amusante de Claude Pieplu en directeur de colonie, le jeu secret et tendre de Christine Pascal, et les compositions de Michel Blanc, Marc Chapiteau, Michel Such dans les personnages d'autres moniteurs possédant chacun une personnalité originale.

Une chanson de marche dit "La meilleure façon de marcher, c'est de mettre un pied devant l'autre". C'est évident. Mais lorsque l'on quitte l'enfance, puis l'adolescence, il devient de plus en plus difficile de marcher selon les règles évidentes. Et l'on se tord de plus en plus les pieds, et le coeur.

"- Mon histoire, dit en conclusion Claude Miller, montrera peut-être que la jeunesse n'est pas si exaltante qu'on le prétend, et qu'il ne faut pas trop la regretter".

Peut-être avec ce film a-t-il cherché un exorcisme de son propre passé. La meilleure façon de bien marcher à nouveau lorsque l'on est arrivé à l'âge adulte est sans doute de rire de ses vieilles angoisses, et de ses crampes sentimentales du jeune âge.



Patrick Dewaere et Patrick Bouchitey.

FILMS A LA TELEVISION

Les cotes vont de (1), chef-d'oeuvre, à (7), minable. A, signifie pour adolescents et E, pour enfants.

CHICOUTIMI — CJPM

MERCREDI: 14 h. 00

LE PROCES DE JULIE RICHARD (4) — (One Potato, Two Potatoes) — E.-U. 1964. Drame de L. Peerce avec Barbara Barrie, Bernie Hamilton et Richard Mulligan. — Un homme s'oppose à ce que sa fillette vive avec son ex-femme qui s'est remariée à un Noir. — Présentation sobre. Quelques maladresses. Interprétation inégale Thème antiraciste. **(N et B)**

MERCREDI: 20 h. 00

MUTINERIE — (The Riot) — E.-U. 1968. Drame de B. Kulik avec Jim Brown, Gene Hackman et Mike Kellin. — Dans un pénitencier d'un Etat américain, une émeute est provoquée pour masquer un plan d'évasion. — Inspiré d'un fait authentique. Mise en scène honnête. Recherche gratuite d'effets-chocs. Interprétation satisfaisante. Climat sordide.

MERCREDI: 23 h. 05

NOTRE AGENT A LA HAVANE (4) — (Our Man in Havana) — G.-B. 1959. Comédie satirique de C. Reed avec Alec Guinness, Maureen O'Hara et Burt Ives. — Un commerçant envoie à l'Intelligence Service des rapports fictifs d'espionnage. — Mélange de genres. Effets satiriques réussis. Excellente création de Guinness. Adaptation d'un roman de Graham Greene. **(N et B)**

JONQUIERE — CKRS

MERCREDI: 18 h. 00

MARIAGE EN BLANC (6) — (In Name Only) — E.-U. 1969. Comédie de E.-J. Swackhammer avec Michael Callan, Ann Prentiss et Eve Arden. — Quelques couples découvrent après quelques années que leur mariage est invalide. — Suite de sketches d'un comique laborieux. Mise en scène faible. Interprétation factice. Film tourné pour la télévision.

MERCREDI: 23 h. 00

LA MORT D'UN BUCHERON (4) — Can. 1973. Comédie dramatique de G. Carle avec Carole Laure, Daniel Pilon et Denis Filiatrault. — Une jeune fille venue à Montréal pour retrouver son père est exploitée par un tenancier de cabaret. — Diffus mais soigné. Mise en scène vigoureuse et inventive. Personnages bien campés. Passages érotiques.

CINÉMAS PLACE DU ROYAUME
BOULEVARD TALBOT · CHICOUTIMI tel. 545-4260
COMMENCANT VENDREDI
PIERRE DAVID PRESENTE UNE SELECTION DES FILMS MUTUELS
Claude LELOUCH / Michèle MORGAN / Serge REGGIANI
Le chat ET LA SOURIS
POUR TOUS
LE PLUS ORIGINAL DES SUSPENSES

CJPM·TV,
Vous invite à célébrer son 13e Anniversaire et à gagner de nombreux prix....

13e concours ANNIVERSAIRE



Promotion "13e Anniversaire" CJPM-TV

Encore cette année, une étoile apparaitra au coin supérieur de votre écran. Notez cinq de ces étoiles par semaine, la date et le titre de l'émission et... faites parvenir vos réponses à: Concours 13e Anniversaire, CJPM-TV, case postale 600, Chicoutimi. Notez bien que seules les enveloppes de format régulier et dûment affranchies seront acceptées.. Un ensemble de verrerie et de vaisselle "Duralex" plus 5 longs-jeux seront attribués le lundi dans le cadre de l'émission "Femina". Puis à l'occasion d'une émission spéciale présentée le dimanche soir 18 avril, nous décernerons: un cyclomoteur "Le Copain" de Yamaha... un ensemble stéréophonique AM-FM "Mida"... une machine à coudre "Brothers"... un aspirateur électrique et... de magnifiques plats "Suprême". Superstitieux ou pas, soyez de la fête...

CJPM·TV 6 10
CHICOUTIMI·CHAMBORD

SANTE

En 1972

$200 millions de médicaments pour les Québécois

Un dossier de Yanick Villedieu, publié dans Le Réveil du consommateur, de l'Institut de protection des intérêts du consommateur.

Si l'on faisait des Olympiques du "racket" organisé — mais ceux-là se déroulent tous les jours et pas seulement tous les quatre ans — , il y a fort à parier que l'industrie du médicament remporterait beau nombre de médailles. Car pour paraphraser notre Drapeau national, "l'alliance de la pilule et du capital" est l'un des meilleurs exemples de mariage réussi en ces temps de dissolution des moeurs et des institutions.

Pensez donc. Les Québécois ont dépensé en 1972, et nous en étions alors à la préhistoire de l'inflation, environ 200 millions de dollars en médicaments. De ce chiffre, une grosse moitié est allée aux médicaments d'ordonnance. Le reste, soit plus de 86 millions de dollars, a servi à acheter des médicaments non prescrits, soit en bonne partie des médicaments brevetés dits aussi "médicaments grand public". Ce dernier chiffre, il faut le souligner, porte uniquement sur les ventes en pharmacie.

Bref, c'est la grande et sinistre bouffe. Et cette bouffe morbide a ceci de particulier, qu'elle fait ses victimes sur deux fronts à la fois: le porte-monnaie et la santé. Si l'on parle par exemple des quelque 2,000 brevetés actuellement sur le marché, le moindre tort qu'ils puissent vous faire est de vous administrer une bonne purge budgétaire puisque 1,980 ou 1,990 d'entre eux sont purement et simplement inefficaces. Mais si par malheur vous tombez sur l'un des 10 ou 20 médicaments qui contiennent pour vrai des principes actifs, c'est votre santé aussi qui est alors mise en péril!

Le dossier s'attarde plus spécialement à ces médicaments que n'importe qui peut se procurer à peu près n'importe où: les brevetés. Et comme ces produits sont massivement publicisés pour guérir les petits maux de tous les jours, nous sommes allés voir un pharmacien qui nous a dit comment, justement, faire face à ces problèmes de santé quotidienne.

Après les fêtes et au début des grands froids de l'hiver, on verra que les troubles de la digestion ou les attaques de grippe et de rhume ne se soignent pas nécessairement à coups de médicaments bien coûteux. Et que parfois même ils se soignent — et se préviennent toujours — sans médicament du tout.

Les chiffres ont de quoi faire frémir. Nous avons depuis belle lurette quitté la catégorie de l'amateurisme en matière de consommation de médicaments, pour voguer sur les eaux dangereuses de la surconsommation de drogues de tous genres, de toutes couleurs et de toutes formes.

Qu'on en juge: en 1970, les Canadiens ont bouffé, pour appeler les choses par leur nom, 4.5 millions de cachets d'amphétamines et 33 tonnes de barbituriques. L'année suivante, leur consommation d'aspirine s'est élevée à 1,000 tonnes et l'on sait par ailleurs que l'industrie américaine en produit à elle seule 250 millions de cachets par jour: un par personne.

Enfants et vieillards, hommes et femmes, travailleurs et chômeurs: tous les groupes sont atteints, à des degrés divers il est vrai, de cette folie du médicament qui bien évidemment coûte de plus en plus cher. Pour le Québec, la facture globale s'est presque multipliée par 3.5 entre 1957 et 1972, soit en quinze ans seulement. Et les projections donnent des chiffres presque deux fois plus élevés en 1980 qu'en 1972: $55.83 par Québécois en 1980, contre $32.11 huit ans auparavant.

"Considéré du point de vue de l'industrie, nous avait déclaré l'an passé le vice-président marketing de Merk-Frosst, M. Hubert Martel, le marché du médicament double tous les cinq ou six ans".

La grippe et le marché noir

Car c'est bien en terme de "marché" du médicament que l'industrie raisonne, et non pas en terme de santé du public. La grippe, par exemple, "vaut" un demi milliard de dollars par an aux Etats-Unis et probablement, par voie de conséquence, une vingtaine de millions au Québec: la bataille est donc aussi dure que la concurrence sur ce front, et les "nouveautés" en ce domaine sortent à un rythme remarquable. Remarquable du point de vue commercial, bien sûr, mais pas du point de vue scientifique ou médical.

Même chose côté tranquillisants et autres médicaments du système nerveux central. En 1974-75, presque 40% des médicaments payés par la Régie de l'assurance-maladie du Québec aux assistés sociaux faisaient partie de ce groupe. Dans son livre intitulé: **Les trusts du médicament** (Le Seuil éditeur), le syndicaliste canadien Charles Levinson estime que la vente du Librium et du Valium a dû rapporter quelque 2 milliards de dollars à la multinationale suisse Hoffman-La Roche depuis qu'elle les a lancés sur le marché, en 1960 et 1963. Toujours selon Levinson, ces deux produits représenteraient 50% de la vente mondiale de calmants.

Et quand le marché officiel ne semble plus suffisant, on débouche, pourquoi pas, sur le marché parallèle: selon le Federal Bureau of Narcotics, 30% des 37 milliards de doses d'amphétamines et la moitié des 100 milliards de doses de barbituriques produites chaque année par l'industrie américaine sont détournés comme par enchantement du marché légal!

Souvent dangereux...

Quand au marché de la maladie dans son ensemble, il donne lieu aussi à quelques statistiques assez faramineuses. Pour guérir, ou tenter de guérir, les quelque 400 maladies que le Bon Dieu ait jamais inventées et dont il nous a gratifiés, nous avons découvert 800 substances différentes environ. C'est notre arsenal thérapeutique vrai.

Mais les marchands de pilules ne se sont pas laissés impressionner par un éventail commercial aussi restreint et aussi peu prometteur (de bénéfices). Ils ont réussi à mettre en marché 15,000 à 25,000 préparations "différentes" quant à leurs présentations, leurs couleurs, leurs saveurs, leurs grosseurs, leurs dosages, leurs associations, leurs emballages et leurs prix.

La très sérieuse U.S. Food and Drug Administration dit même que 100,000 à 500,000 produits peu ou prou (ou pas du tout) pharmaceutiques seraient en vente libre sur le marché américain. Comme quoi si vous êtes encore pauvre, ce n'est certainement pas de la faute d'un système où la liberté d'entreprise comprend, inclut, tolère et permet la liberté d'empoisonnement!

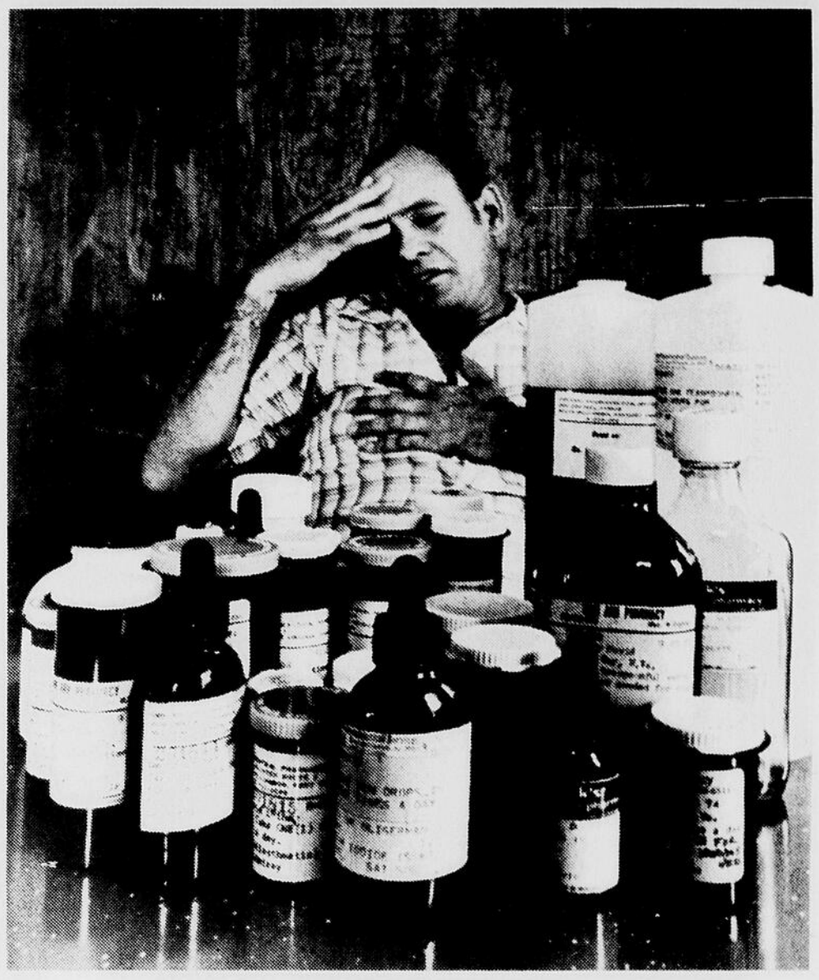
Car cette salade médicamenteuse a ceci de commun au moins avec les omelettes, c'est qu'elle ne se fait pas sans casser d'oeufs.

Un million et demi de personnes sont hospitalisées chaque année chez nos voisins du Sud à cause des médicaments, et 30 autres millions de personnes voient leur séjour à l'hôpital se prolonger pour le même genre de raisons. Une enquête menée dans un hôpital montréalais et publiée l'an passé a montré que 18% des personnes hospitalisées avaient réagi défavorablement à des médicaments prescrits; de ce nombre 13.2% avaient succombé. Evaluée en terme de coût à la collectivité, la seule prolongation des séjours à l'hôpital due aux médicaments coûte probablement aux Québécois une centaine de millions de dollars.

...Jamais inoffensifs

Ce n'est pas directement la faute des médicaments, répondra bien entendu l'industrie pharmaceutique, mais la faute de leur mauvaise utilisation. Soit. Mais alors, pourquoi continuer à **pusher** ces drogues au moyen de surdoses publicitaires administrées tant aux médecins (pour les médicaments d'ordonnance) qu'au grand public (pour les médicaments de vente libre)? Pour des raisons, répétons-le, qui n'ont rien à voir avec la santé des gens, et tout à voir avec les profits des compagnies.

Pourtant, aucun médicament, même le plus banal, n'est "inoffensif", s'il contient du moins un ou des principes actifs. Les deux causes majeures d'intoxication, comme le prouvent les statistiques des centres anti-poison installés à travers le Québec, sont l'aspirine et les médicaments du genre Valium et Librium; et ces mêmes statistiques montrent d'ailleurs que les médicaments de tous genres sont la cause de plus de la moitié des empoisonnements rapportés dans ces centres.



Car même l'aspirine, la banale aspirine est potentiellement dangereuse, selon la quantité qu'on en consomme, selon certaines caractéristiques physiques de celui qui la consomme, et selon enfin les autres médicaments que cette personne consomme en même temps.

Les risques d'interactions médicamenteuses, d'ailleurs, sont un des domaines de la pharmacologie qui reste parmi les plus mal connus, selon des chercheurs eux-mêmes spécialisés dans ce secteur et qui ajoutent, désabusés, que "de toutes façons, le nombre de produits chimiques employés en médecine augmente sans doute plus rapidement que l'étude de leurs effets toxiques"...

Mais, rassurons-nous, du moins en partie: une bonne proportion des médicaments qui nous intéressent plus particulièrement dans le cadre de ce dossier, les médicaments brevetés, ne contient à peu près aucun principe actif. Si l'on fait exception du principe du profit maximum, cela va de soi.

Près de la moitié du coût des médicaments consommés dans nos pays est imputable à ces produits que le public peut se procurer sans ordonnance, soit en grande partie les médicaments brevetés. Circulant dans nos pharmacies, nos supermarchés et nos restaurants du coin au nombre de 2,000 environ, librement annoncés à la télévision, à la radio et dans les journaux, ils constituent en quelque sorte la pietaille de l'invasion pharmaceutique dont nous sommes les victimes.

Tous ces comprimés pour le mal de tête et tous ces remèdes pour les cors aux pieds, tous ces liniments, pommades, onguents, sirops pour la toux, produits pour la digestion, laxatifs, constipants, décongestionnants et autres petites pilules pour ceci et pour cela sont en effet censés soulager les malaises bénins de l'humanité souffrante à la petite semaine.

Comportement magique

Mais malheureusement pour elle, ladite humanité a la fâcheuse habitude de vite prendre les béquilles pour des lanternes. Et de ne plus pouvoir se passer de ses petites drogues bientôt devenues quotidiennes pour se donner l'illusion de la "santé", encouragée en cela par un matraquage publicitaire systématique.

De plus en plus persuadés que la moindre petite douleur est anormale et insupportable, les pilulomanes développent donc à l'égard de leurs médications une dépendance inversement proportionnelle au sens critique qu'ils conservent quant à leurs effets réels.

L'industrie du médicament, surtout du médicament breveté, vend donc au public de l'illusion bien emballée, du rêve en tablettes et des promesses en flacons — toujours à prix d'aubaine ou en offres très spéciales comme il se doit.

Formules secrètes

Telles sont du moins les conclusions auxquelles il faut bien en arriver, si l'on se fie par exemple à un organisme comme l'Ordre des pharmaciens du Québec, organisme qui n'a pourtant pas spécialement une réputation de gauchisme échevelé.

Il est vrai que pour les pharmaciens, le premier d'autre part ils s'attaquent avec les armes de la **magie** aux signes plutôt qu'aux choses, aux symptômes plutôt qu'aux causes. C'est le coup de la pilule du soir pour bien dormir, suivie de la pilule du matin pour se tenir éveillé.

Petit à petit, les pilulomanes développent donc à l'égard de leurs médications une dépendance inversement proportionnelle au sens critique qu'ils conservent quant à leurs effets réels.

L'industrie du médicament, surtout du médicament breveté, vend donc au public de l'illusion bien emballée, du rêve en tablettes et des promesses en flacons — toujours à prix d'aubaine ou en offres très spéciales comme il se doit.

Formules secrètes

Telles sont du moins les conclusions auxquelles il faut bien en arriver, si l'on se fie par exemple à un organisme comme l'Ordre des pharmaciens du Québec, organisme qui n'a pourtant pas spécialement une réputation de gauchisme échevelé.

Il est vrai que pour les pharmaciens, le premier tort des médicaments brevetés est de pouvoir être vendus par d'autres commerçants qu'eux. Mais l'ordre, noblesse professionnelle oblige, ne se nourrit tout de même pas que de considérations bassement mercantiles. La fameuse Loi de 1908 qui protegeait le secret des formules de ces préparations a certes été abolie au printemps de 1975. Mais même si l'on fait abstention du fait que ces produits peuvent continuer d'être fabriqués et mis en marché comme par le passé jusqu'en juillet 1976, les règlements qui sont appelés à remplacer cette Loi ne sont toujours pas très satisfaisants: le ministère se promet d'évaluer la toxicité de ces produits — ce qui n'est pas très difficile puisque la plupart d'entre eux ne sont tout de même pas des poisons violents — mais il ne fera rien, dans un premier temps du moins, pour en évaluer l'efficacité.

Aussi la situation ne sera-t-elle finalement pas énormément changée par rapport à celle qui prévalait avec l'ancienne Loi, notamment en ce qui a trait à la vente libre de ces médicaments qui continueront de s'appeler brevetés — même si leur composition doit dorénavant être mentionnée sur l'emballage.

Pour l'Ordre des pharmaciens donc, les brevetés seront toujours et encore des préparations très souvent douteuses, parfois dangereuses lorsque vendues comme de la gomme ou des chocolats et dans de nombreux cas inefficaces.

La Loi de 1908 était pourtant censée protéger le public contre les abus dont il était (déjà!) victime. Au siècle dernier explique en effet pince-sans-rire une publication du ministère de la Santé fédéral, des charlatants parvenaient à vendre à un public naïf, grâce à des techniques de vente persuasives, des produits "souvent inefficaces, frelatés et même dangereux, contenant des substances, telles que la cocaïne, l'arsenic, la strychnine, et l'alcool à fortes doses". D'où la fameuse Loi qui par ailleurs — et c'est toujours ce même pince-sans-rire de ministère de la Santé qui le souligne — "interdisait d'annoncer ces médicaments comme moyens de guérison".

Inefficaces et dangereux

Plus de 65 ans plus tard, commente alors le Collège des pharmaciens, les remèdes brevetés sont toujours douteux, les clients naïfs et les méthodes de vente persuasives.

A l'appui de sa thèse, le Collège des pharmaciens dévoila, à la fin de 1972, les résultats d'analyses effectuées sur 13 médicaments brevetés parmi les plus connus, les plus vantés par la publicité et les plus vendus. Ces 13 médicaments, qui sont encore en vente de nos jours, se sont tous révélés inefficaces ou dangereux, ou les deux à la fois.

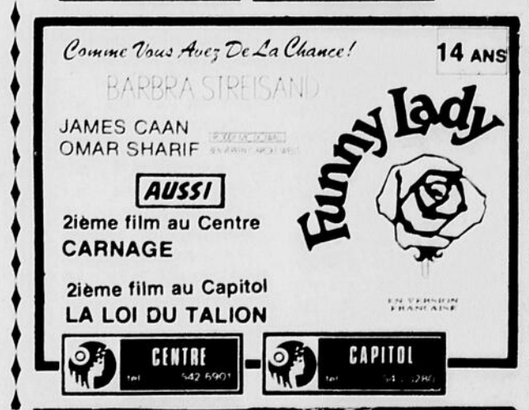
Voici d'ailleurs un résumé succint de ces analyses:

Dristan: le décongestionnant contenu dans ce

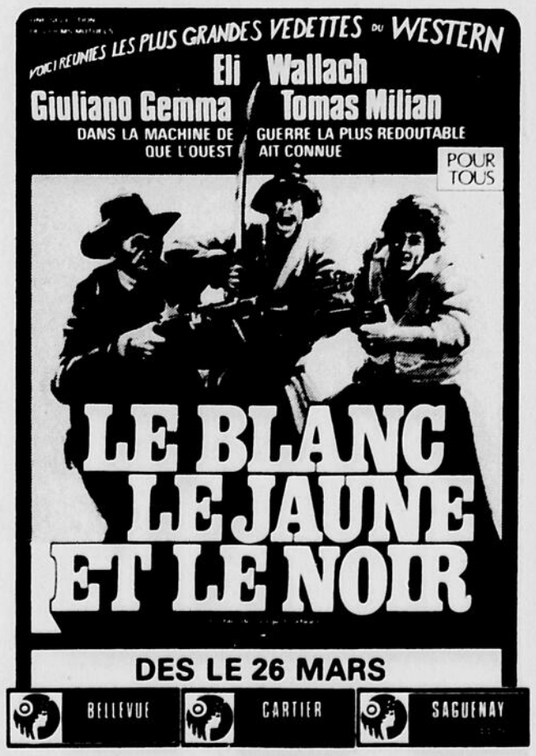
Suite page C-6













SANTE

13 médicaments inefficaces ou dangereux

Suite de la page 5

médicament recommandé contre la grippe est de la phényléphrine, substance totalement contre-indiquée aux diabétiques; aucune mise en garde n'est indiquée sur le contenant;

Bisodol: vendu sous forme de poudre et de comprimés, cet "alcaliseur antiacide rapide" contient 70 fois plus d'ions sodiques par dose sous une forme que sous une autre; rien n'indique cependant cette fantaisie sur les contenants, même si l'on sait par ailleurs que les ions sodiques en question sont dangereux pour les personnes souffrant de troubles cardio-vasculaires;

Rolaids: ces pastilles antiacides, à base d'ions sodiques elles aussi, sont sur-annoncées, donc surconsommées, mais sont elles aussi vendues sans mise en garde appropriée;

Madelon: recommandé contre la névralgie, les douleurs menstruelles et les douleurs rhumatismales, ce médicament contient de l'acide acétylsalicylique (l'aspirine) et de la phénacétine, ingrédient qui peut causer des troubles du rein; il contient de plus une petite dose de caféine dont on peut se demander ce qu'elle vient faire ici;

Anacin: annoncé comme une association d'ingrédients éprouvés dans le soulagement rapide de la douleur, même si une telle association ne présente pas d'avantages cliniques comparativement à l'emploi d'un seul ingrédient, ce médicament contient une bonne dose d'acide acétylsalicylique, substance irritante pour l'estomac qui ne devrait jamais être absorbée seule; rien bien sûr ne le dit sur le contenant;

Midol: il s'agit en fait, encore et toujours, d'acide acétylsalicylique (achetez donc de l'aspirine...) et, comme l'annonce fièrement l'étiquette, de cinnamédrine; le côté drôle de l'affaire est que cet ingrédient n'est cité dans aucun traité de pharmacologie; le côté pas drôle est qu'il s'agit en fait de cinnamyléphédrine, une substance dont l'action est inconnue;

Ex-Lax: recommandé pour les enfants, ce laxatif chocolaté contient de la phénolphtaléine, substance très irritante pour l'intestin pouvant causer coliques, entérites, palpitations, etc;

Sirop Lambert: préconisé contre la toux et fabriqué selon la recette du regretté (!) Dr J.O. Lambert, ce sirop contient une quantité infime de chloroforme, analgésique et anesthésique qui peut, à petites doses répétées, causer des troubles du foie, ainsi que du sulfate de magnésium, un... laxatif connu sous le nom de sel d'Epsom ou sel à médecine;

Bromo Seltzer: préconisé pour trois genres de problèmes (troubles d'estomac, maux de tête et irritation des nerfs), ce produit contient trois ingrédients dangereux; l'acétanilide est un analgésique tellement toxique qu'on l'a retiré de la liste des drogues officielles; la phénacétine s'attaque pour sa part aux reins; le bromure de sodium, comme tous les bromures, n'est excrété que très lentement par les reins et a donc tendance à s'accumuler dans le sang, si bien qu'une absorption régulière de cet ingrédient peut conduire en quelques semaines à l'intoxication;

Alka Seltzer: dans sa base effervescente, ce médicament contient de l'acide acétylsalicylique (pourquoi pas, après tout...) qui, une fois dissout dans l'eau (pour faire les petites bulles), se transforme en un sel sodique de l'aspirine avec tous les problèmes reliés à l'usage d'ions sodium par les personnes souffrant de troubles cardio-vasculaires; à noter que l'administration du produit dans sa base effervescente réduit d'environ 50% son efficacité analgésique;

Petites pilules Carter pour le foie: elles ne contiennent aucun ingrédient pouvant agir sur le foie, mais deux substances laxatives irritantes, la phénolphtaléine et l'aloin, ingrédient actif de l'aloès; notons qu'aux Etats-Unis, la compagnie a été obligée de retirer le mot foie de sa publicité à la suite d'un procès que l'Administration américaine a gagné après plus de 10 ans de batailles judiciaires contre le fabricant: qu'importe maintenant, tout le monde associe automatiquement ce produit à l'organe en question;

Préparation H: ce suppositoire contiendrait "le facteur de respiration de la peau" et aurait "le pouvoir unique de rétracter les hémorroïdes, de cicatriser les tissus lésés et d'en stimuler la croissance"; il contient en fait deux substances non reconnues officiellement comme substances pharmacologiquement utiles ou efficaces, un dérivé de la levure et de l'huile de foie de requin; il est des moments où l'on a envie de devenir grossier;

Bufferin: à l'acide acétylsalicylique de son médicament, le fabricant a ajouté un anti-acide, le dialminate, qui en fait ne rend pas l'acide en question moins irritant pour l'estomac lorsque pris en dehors des normes habituellement appliquées lors de l'absorption de ce genre de produit.

A la poubelle

Cette petite revue d'analyses effectuées sur quelques-uns des 2,000 médicaments brevetés que nous puissions acheter se passe de longs commentaires: le consommateur aura compris qu'il ne doit plus jamais en acheter bien sûr, mais aussi qu'il serait bien inspiré d'aller mettre les fonds de bouteilles, de pots ou de tubes qui lui en restent là où ils méritent d'être mis: dans la poubelle.

Mais il m'arrive tout de même d'avoir de temps à autre un bon "mal de bloc" ou une sérieuse crise de foie, répliquera peut-être le consommateur, et il ne se passe pas un hiver sans qu'une ou deux personnes de la famille ne fasse une bonne grippe. C'est bien sûr.

Et pour savoir quoi faire dans ces cas somme toute normaux sans toutefois tomber dans le piège de la publicité et des remèdes miracles, nous sommes allés avoir un pharmacien d'un genre un peu particulier: un pharmacien qui cherche à **ne pas vendre** de médicaments...

La pharmacie Jean Thibault, située dans la Pointe Saint-Charles à Montréal (925, rue Hibernia; téléphone: 932-8947) n'est vraiment pas une pharmacie comme les autres. A vrai dire, il s'agit de la première pharmacie populaire au Québec, née des efforts de simples citoyens et citoyennes qui avaient pris conscience de leur aliénation face au phénomène du médicament.

Pas de "spéciaux" ni de "ventes" dans cette pharmacie: on ne cherche pas à vous vendre à tout prix des médicaments. Au contraire. Si l'on cherche à vous "vendre" quelque chose, dans cette pharmacie, c'est quelque chose qui n'a pas de prix, qui est gratuit même: la santé.

J'ai donc rencontré Jean Thibault, ce pharmacien sans blouse blanche, et voici le résumé des conseils, des recommandations et même des "trucs" pas chers qu'il suggère aux lecteurs du REVEIL DU CONSOMMATEUR.

Trois grands principes

Avant d'en venir à ce qu'il convient pratiquement de faire pour faire face aux petits problèmes de santé qui ne peuvent manquer de surgir un jour ou l'autre dans la vie de tout individu et de toute famille, Jean Thibault insiste sur trois grands principes, sur trois grandes vérités de base.



1.- Il vaut mieux protéger sa santé qu'avoir à la réparer: les médicaments ne sont que des béquilles et ne peuvent pas remplacer des jambes saines. Et si l'on préfère prévenir plutôt que guérir, on doit pour ce faire "apprendre à vivre": en mangeant et en buvant, par exemple, selon ses propres capacités et selon les principes d'une saine alimentation. En appliquant aussi les règles minimales d'une bonne hygiène physique et mentale adaptée aux caractéristiques de notre propre système qui a ses forces et ses faiblesses. Rester assis comme un vieux dans sa chaise, ça aide à la constipation.

Manger n'importe quoi n'importe quand, ça contribue aux problèmes d'estomac. Boire plus qu'on le supporte, ça fatigue le foie.

Apprendre à vivre pour protéger sa santé — ce bien fragile —, c'est aussi apprendre à ne pas se "garocher" dans les pilules à la moindre petite douleur, au moindre petit bobo. Un lendemain de la veille par exemple, une bonne marche peut faire passer un mal de tête parfois plus efficacement, et en tout cas plus naturellement, qu'une ou deux aspirines. On verra plus loin que le miel vaut parfois bien des sirops contre le mal de gorge. Ou qu'une bonne nuit de repos peut vous casser une grippe naissante bien plus agréablement qu'une surdose de pilules miracles: les miracles sont toujours du côté des chiffres d'affaires, très rarement du côté des consommateurs.

2.- Car un médicament, si banal soit-il en apparence, est toujours et sans exception un corps étranger que l'on fait intervenir de façon non naturelle dans l'organisme dans le but, si possible, d'en rétablir le fonctionnement perturbé. Mais dans cette usine chimique infiniment complexe qu'est le corps humain, toute intervention extérieure comporte des risques: réparant ceci, on perturbe cela.

Toute médication a, ou risque d'avoir, ce qu'on appelle des effets secondaires, dont la liste est parfois impressionnante. On ne doit donc pas jouer à la légère avec les médicaments. Pour le dire d'une autre façon, le médicament est un cas-type de politique du moindre mal: on espère qu'il résoudra plus de problèmes qu'il n'en causera.

Conséquence directe de ce qui précède: ne prendre qu'un médicament à la fois. Ce qui ne veut pas dire une sorte de pilule à la fois, loin de là.

Le gros truc de marketing de l'industrie du médicament, c'est en effet de vendre plusieurs substances actives dans un seul et unique médicament: on appelle ça des "associations", ou si vous préférez des "cocktails". Mis à part quelques cas extrêmement rares, ces associations ne représentent aucun avantage démontrable, quant à l'effet obtenu, sur le fait de prendre séparément chacun des principes actifs qu'elles contiennent.

A tel point que la liste officielle des médicaments remboursés par la Régie de l'assurance-maladie du Québec (il s'agit de médicaments d'ordonnance, mais la question demeure la même) élimine au départ tout produit qui est une association (sauf une centaine tout au plus). Selon les experts, la polypharmacie, pour l'appeler par son nom, est en bonne partie responsable de la surconsommation de médicaments; elle est aussi responsable de leur multiplication ahurissante; on a vu qu'avec les 800 substances pharmacologiquement actives que l'on connaisse, on a réussi à mettre sur le marché à peu près 20,000 produits!

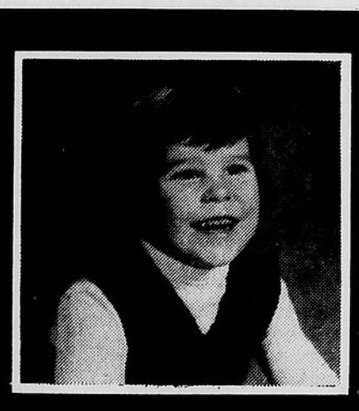
Le consommateur doit donc éviter tout médicament-cocktail. Ce genre de produit ne présente aucun avantage pharmacologique, et a trois inconvénients majeurs: il fait consommer des substances dont on n'a pas nécessairement besoin, il multiplie les risques d'effets secondaires (irritation de la paroi gastro-intestinale, fets secondaires néfastes, il coûte beaucoup plus cher que le médicament ordinaire — ne serait-ce qu'à cause des efforts de mise en marché que son fabricant a dû faire.

3.- Dernier grand principe enfin: être méticuleux dans son utilisation des médicaments, lorsque besoin en est. Il faut suivre la posologie — n'en prendre ni trop, ni trop peu — et poursuivre le traitement (surtout lorsque prescrit) jusqu'au bout. Il ne faut pas non plus hésiter à consulter le pharmacien: même un médicament aussi "inoffensif" que l'acide acétylsalicylique, l'aspirine, peut avoir de redoutables effets

Suite page C-8

Sears

"Faites faire des portraits maintenant pour les cadeaux pour la fête des mères.



Qualité excellente
prix extraordinaire

.99 par enfant

plus $0.50
frais de manutention par portrait.

Adultes et familles aussi. $1.99 par adulte

plus $0.50 frais de manutention par portrait.

Un portrait 8 x 10 de votre enfant.

JUSQU'AU SAMEDI 27 MARS

• Aucune obligation d'acheter des additionnels • Portraits supplémentaires disponibles à des prix raisonnables • Limite: une offre spéciale par sujet, deux par famille • Portraits de groupe: $0.99 pour chaque enfant additionnel, $1.99 pour chaque adulte. • Choix de poses. • Faites votre choix de portraits finis et non d'épreuves • Limite d'âge - d'enfants - 3 semaines à 14 ans.

Simpsons-Sears Ltd.

Heures photographie: Mercredi: 9:15 - 5:30. Jeudi, vendredi: 9:15 - 8:00. Samedi: 9:00 - 4:00.

LES ENTRECROISES

7 **lettres cachées** — **THEME** *UNE GANTERIE*

Lorsque tous les mots ci-dessous auront servi pour compléter la grille, il ne vous restera qu'un seul mot dont le nombre de lettres est indiqué dans cette page.

2	*lois*	*outil*	*saison*	*8*
nu	*luxe*	*pègre*	*taille*	*assoupli*
3	*peau*	*rares*	*teinte*	*élégance*
art	*rude*	*salle*	*valeur*	*gantelet*
été	*soie*	*suède*	*7*	*maquette*
fer	*veau*	*usage*	*acheter*	*tempêtes*
nue	*5*	*vente*	*chamois*	*toilette*
4	*assis*	*6*	*élégant*	*violence*
acte	*ceste*	*actuel*	*enfiler*	*9*
cher	*coupe*	*bouton*	*étoffes*	*assouplir*
cuir	*égale*	*coudre*	*ouvrier*	*étavillon*
file	*ennui*	*minces*	*qualité*	*pesanteur*
gelé	*large*	*revers*	*repris é*	*11*
				enterrement

La réponse du problème précédent: *artisanat*



MOT MYSTERE

9 **lettres cachées** — **THEME** *L'AMOUR*

Lorsque tous les mots ci-dessous auront été utilisés horizontalement, verticalement et diagonalement dans la grille, il ne vous restera que les lettres servant à relever le MOT-MYSTERE.

A	*bontés*	*épris*	*froideur*	*mamours*	*S*
Adonis	*C*	*espoir*	*I*	*mineur*	*sage*
adule	*caprice*	*étape*	*idéal*		*sentiment*
ambition	*caresse*	*état*	*idée*	*N*	
amitié	*cher*	*être*	*J*	*naïf*	*T*
amoureux	*coeur*	*éveil*	*jaloux*	*nature*	*toit*
anneau	*courtisan*	*F*	*jeu*		*transi*
aveu	*crédule*	*femme*	*L*	*R*	*U*
B	*E*	*fidèle*	*lien*	*rêve*	*uni*
banal	*Eden*	*flamme*	*louche*	*rival*	*V*
belle	*égard*	*flirt*	*lueur*	*rôle*	*vie*
bien	*entrain*	*fou*	*M*	*ruse*	*voeux*
bise	*envie*		*visite*		

La réponse du problème précédent:

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	F	I	D	E	L	E	M	M	E	F	E	L	L	E	B
2	R	E	S	U	R	E	P	R	I	S	A	L	I	R	T
3	O	E	E	N	E	E	T	A	P	E	S	N	U	E	E
4	I	R	H	G	A	J	N	O	D	I	A	E	E	D	N
5	D	E	C	C	A	R	I	I	N	T	O	D	R	I	A
6	E	V	U	L	L	R	T	O	U	C	I	E	A	A	B
7	U	E	O	N	I	T	D	R	E	C	I	R	P	A	C
8	R	U	L	A	E	A	E	L	O	R	T	R	S	B	R
9	X	U	E	O	V	T	S	U	F	N	U	E	V	I	E
10	E	N	V	I	E	E	R	O	E	E	T	E	V	S	D
11	M	D	N	T	T	T	U	A	N	N	E	A	U	E	U
12	M	U	R	R	I	I	O	I	O	R	L	T	E	L	L
13	A	E	I	S	S	A	M	B	I	T	I	O	N	S	E
14	L	L	A	N	A	B	A	A	M	O	U	R	E	U	X
15	F	N	E	T	N	E	M	I	T	N	E	S	A	G	E

Les Cubains de plus de seize ans se préparent à voter

Par Jim Poling

LA HAVANE (PC) — Les élections qui auront lieu cette année à Cuba comporteront un élément particulier: les candidats ne se présenteront pas d'eux-mêmes.

Il y aura des candidats, mais en vertu du système communiste cubain, les individus ne peuvent pas se présenter à un poste public. Ils doivent être proposés par leurs camarades de travail qui ont remarqué leur diligence à soutenir le parti et l'Etat.

Le principe, c'est que l'individu doit travailler pour la société tout entière, sans se préoccuper le moins du monde de savoir si son travail est remarqué. S'il l'est et s'il est proposé comme candidat, alors il a le devoir d'accepter.

Les individus qui feraient montre d'ambition politique seraient blâmés et accusés de vouloir travailler à leur gloire personnelle. En décembre dernier, Fidel Castro, le chef politique et administratif du pays, a lancé un avertissement à ceux qui voudraient s'adonner au culte de la personnalité et placer leurs intérêts personnels avant ceux de la société.

Le premier principe, pour ceux qui vivent dans un Etat communiste, c'est de ne pas aspirer à un poste public, a-t-il déclaré, ajoutant que le mérite est la seule base qui permette de choisir des leaders, et que les masses décideraient cela de leur propre chef.

La constitution

Les règles de base qui régissent les élections — les premières depuis la révolution de 1959 qui renversa la dictature de Batista — sont énoncées dans une constitution approuvée en décembre par le premier congrès du parti. La plupart des gens de plus de 16 ans auront le droit de voter, y compris les membres des forces armées. Sous d'autres régimes, les soldats cubains n'avaient pas le droit de vote.

Les seuls qui seront apparemment exclus sont ceux qu'un tribunal a déclarés mentalement déficients, ou qui ont commis des crimes. La constitution ne dit pas si le criminel qui a purgé sa sentence et qui s'est par la suite réformé aura de nouveau le droit de vote.

Les autorités déclarent qu'il n'est pas nécessaire d'appartenir au parti communiste pour être candidat, mais il est peu probable qu'un individu non communiste soit proposé.

La constitution indique qu'il est presque impossible d'être considéré comme citoyen exemplaire si on n'appartient pas au parti. On estime que sur neuf millions de Cubains, de 180,000 à 200,000 appartiennent au parti.

Deux réunions par année

Les élections créeront des assemblées nationales, provinciales et municipales de "pouvoir populaire". Ces assemblées approuveront les lois touchant leurs propres juridictions.

L'Assemblée nationale devra être élue tous les cinq ans. Elle se réunira deux fois par année en public, sauf dans les cas où on jugera dans l'intérêt de l'Etat qu'elle se réunisse à huis clos.

Les individus élus à l'Assemblée nationale porteront le nom de députés, et combineront leurs fonctions avec leurs tâches journalières. Leurs fonctions politiques consistent à écouter leurs électeurs et à leur expliquer les lignes de conduite de l'Etat.

Suite page C-8

Zellers AUBAINES du printemps
25 - 27 MARS



Coupe-vent classique

9.94 ch.

Vous aurez confort et chaleur dans ce coupe-vent tout doublé, en acétate et coton (57%-43%) étanche, avec tricot au col, aux poignets et à la ceinture. Glissière à l'avant, manches raglan. Bleu marine, brun ou beige; grs 36-46.

Vestes façon cuir

12.94 ch.

Vestes chaudes pour sorties à la campagne ou à la ville ! Faites dans un vinyle plus souple que jamais en ton naturel, rouille ou chamois, tous lavables au chiffon. Coupes chemisier ou safari, coutures soignées; grs 7/8 - 15/16. Offre spéciale de cette vente exclusivement !



En confort sur la piste dans ces

chaussants en nylon

Point. garçons **6.94** la paire

Point. hommes **7.94** la paire

EPARGNEZ $2 sur chaque paire de ces souliers sport à empeigne en nylon marine ou rouge, pointe et contrefort en suède, décorés de deux raies blanches. Semelles en crêpe tricolore et rebondissante. Point., garçons: 1-6; hommes: 7-11.

Les sorties classiques pour la famille active au printemps !



ÉPARGNEZ PLUS DE $1 SUR CHACUN

A. ENSEMBLE DE JEU POUR ENFANTS. Haut à glissière, pantalon élasticisé, tous parés de raies. Coupé dans un acrylique pur: or, rouge, bleu roi, bleu poudre. Grs 4-6x. 8.74 ch.

B. VESTES CLUB POUR GARÇONS. Modèle confortable et étanche en tissu mi-polyester, mi-coton doublé à la grandeur; glissière à l'avant, col, manchettes et ceinture en tricot. Bleu roi ou brun avec raies contrastantes. Grs 4-6x. 4.94 ch.

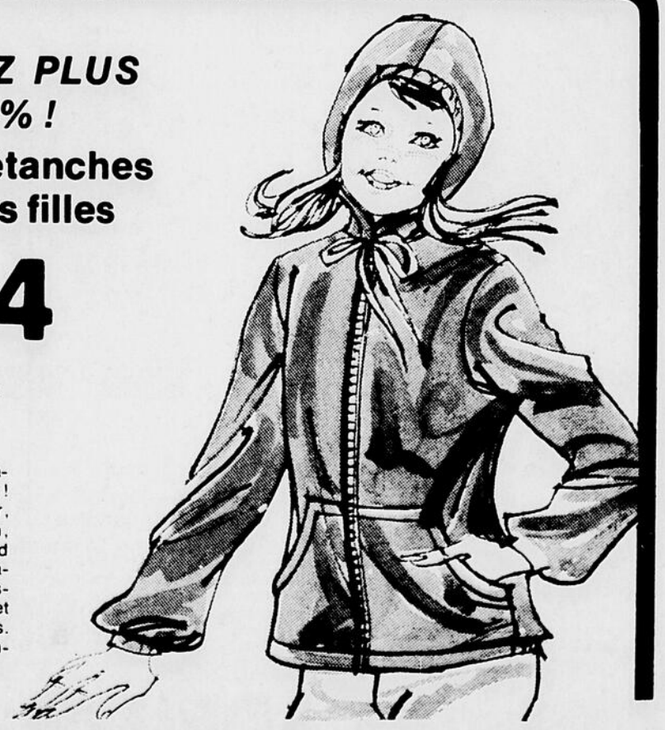
C. BLOUSONS POUR GARÇONS ET FILLES. Pour jours frais, des vestes en nylon pur doublées de coton brossé. Fermeture à glissière, cordonnet au capuchon et à la taille. Or, bleu marine, bleu roi ou blanc; grs 4-6x. 5.74 ch.

D. BLOUSONS À CAPUCHON POUR TOUT-PETITS. Extérieur en nylon pur et doublure de coton brossé pour garder vos petits au chaud. Cordonnet au capuchon et à la taille, glissière à l'avant. Bleu roi ou vert avec raies contrastantes. Grs 2-3x. 4.74 ch.

ÉPARGNEZ PLUS DE 25% !

Blousons étanches pour jeunes filles

5.94 ch.



Modèle utile et confortable pour vos fillettes ! Extérieur en nylon pur, doublure en molleton, bref un vêtement chaud pour jours venteux ! Capuchon à cordonnet, glissière à l'avant, ceinture et manchettes élasticisées. Poches intégrées. Orange, bleu ou or; grs 7-14.

Un coup de coeur! Aidez la CROIX-ROUGE



ÉPARGNEZ PLUS DE $1 !

Blousons baseball de belle coupe

Pour garçons

7.44 ch.

Une tenue chic et correcte, à ce prix très bas ! Extérieur en polyester et coton (65%-35%) et doublure à la grandeur; tricot à raies contrastantes au col, aux manchettes et à la taille. Fermeture à boutons-pression. Bleu marine, or ou bleu sarcelle; grs 8-18.

PLACE DU SAGUENAY CHICOUTIMI

SANTE

Des trucs pour éviter la pharmacie plus souvent

Suite de la page 6

hémorragies, etc.). Dans le même ordre d'idées, l'emploi de médicaments brevetés doit rester occasionnel: si le mal persiste ou revient avec une trop grande régularité, il peut être le signe d'un trouble plus profond et plus grave qu'on ne fait que masquer, qu'apaiser. Il faut dans ce cas consulter un médecin.

Le mal de gorge, le rhume, la grippe

Première chose: la température du corps, ça ne se calcule pas à vue d'oeil ni à tâtons, ça se mesure. Et pour la mesurer, rien de tel qu'un thermomètre. Dans les cas de mal de gorge, de rhume, de grippe, il faut se coucher dès qu'on a de la fièvre (la température atteint la zone rouge du thermomètre).

1. Vous n'avez pas de fièvre.

Vous êtes, comme on dit, "mal foutu", vous "couvez une grippe". Il convient alors de bien identifier les symptômes, et d'adopter le traitement adéquat.

Mal de gorge: Un bas de laine autour de la gorge et beaucoup d'humidité, une nuit durant, peuvent résoudre le problème, surtout si vous prenez en plus de cela beaucoup de miel.

Si vous voulez absolument prendre des remèdes, choisir des pastilles à base de glycérine simplement, comme Formolid (environ $0.75 la boîte d'une centaine). Les pastilles avec anti-biotiques et anti-septiques sont déconseillées.

Congestion: Vous êtes un peu plus "mal foutu" et déjà un peu abattu par le mal; un décongestionnant va vous rendre un peu plus amorphe encore, diminuer vos réflexes, et vous devrez vous méfier si vous prenez le volant dans cet état. Un décongestionnant qui ne vous "écrasera" pas trop, physiquement et financièrement parlant, est la pseudoéphédrine (Sudafed par exemple). Attention aux décongestionnants nasaux: après cinq jours d'utilisation régulière, ils peuvent causer des rinites. De plus, étant des vasoconstricteurs (ils contractent les vaisseaux sanguins), ils peuvent avoir à la longue des effets secondaires néfastes chez les hypertendus. Le moins cher et le meilleur décongestionnant nasal se vend sous la marque Néosinéphrine.

Toux: Il peut être mauvais d'employer un antitussif pour contrer une toux grave: la toux à en effet pour fonction de dégager les bronches encombrées. Il est plutôt recommandé d'utiliser un décongestionnant à base de gaiacolate de glycéril: certains sirops ne contiennent que ce principe actif (Biotussin, Robitussin, Balminil expectorant). L'humidité et l'air froid augmenteront l'efficacité du traitement.

Pour soulager la toux nocturne par contre, l'emploi d'un antitussif peut s'avérer utile. En choisir un qui ne soit pas narcotique: les préparations à base de dextrométorphan (Contractus, Balminil non expectorant, etc.) conviennent.

Le bas de laine sur la gorge, les oreillers qui maintiennent la tête haute, le miel et le repos ne peuvent que contribuer à vaincre ces accès bénins et à empêcher des phases plus graves de se développer. Il est bien clair qu'il faut, dans ces cas également, se méfier des médicaments-cocktails comme Ornade, Actifed et tant d'autres: pourquoi en effet prendre à la fois, et sans tenir compte de ses symptômes propres, un antitussif, un expectorant, un bronchodialatateur, un vasoconstricteur, un analgésique, un décongestionnant et même, parfois, une forte dose d'alcool? Mieux vaut prendre le bon médicament, et lui seul. Et si la dose d'alcool vous intéresse, autant la prendre sous une forme plus agréable!

Les vitamines: La question est controversée. Selon Jean Thibault, une chose au moins semble certaine: les vitamines n'ont pas d'effet préventif démontré contre la grippe.

Tout au plus peut-il être bon d'en prendre à fortes doses pendant quelques jours pour reprendre le dessus sur une grippe qui vous assaille. Il recommande les vitamines du complexe B, et en particulier Novo B (environ $2.75 la centaine).

2. Vous avez de la fièvre.

Rappelons que vous avez **mesuré** votre température avec le thermomètre et que vous ne vous êtes pas contenté de l'évaluer. Il est sage de se mettre au lit (sans qu'il soit nécessaire de se surprotéger du froid).

Jusqu'à environ 100 degrés: en plus des remèdes déjà énumérés et parmi lesquels, répétons-le, on choisit celui qui correspond à ses symptômes particuliers, on prend de l'aspirine pour lutter contre la fièvre et l'on boit beaucoup d'eau pour favoriser l'élimination.

A 100 degrés et plus: appeler un médecin, car la fièvre peut avoir des conséquences assez graves, même mortelles dans les cas extrêmes. Les antibiotiques, dont il faut admettre qu'ils sont moins "à la mode" qu'ils ne l'ont déjà été, ne sont pas nécessaires pour lutter contre la grippe, et de toutes façons n'agissent sérieusement qu'avec un traitement relativement long (sept jours): si votre grippe est "soignée" après trois jours, ce n'est donc pas grâce aux antibiotiques dont on vous aura bourrés... Ceci dit, ils peuvent être d'un bon secours en cas de fièvre forte, venant alors à la rescousse du système de défense naturel de l'organisme.

Si la grippe s'accompagne d'un mal de gorge très prononcé, demander au médecin une analyse visant à déterminer s'il y a présence de cette bactérie appelée streptococus. S'il y a "strep", le traitement adéquat est la bonne vieille pénicilline, à raison de 2 millions d'unités par jour pendant 10 jours. Ce traitement coûte environ $2.00 (deux dollars) et tout autre antibiotique (exceptés l'érythromicine, prescrite aux personnes allergiques à la pénicilline, et la tétracycline, elle aussi peu coûteuse n'est qu'une fantaisie injustifiable et dispendieuse pour le patient. A noter que la pénicilline doit être prise à jeûn.

Les problèmes de digestion

Ils sont eux aussi très courants, et ils pourraient en grande partie être évités grâce à une alimentation (solide et liquide) plus intelligente et plus équilibrée.

Engorgement du foie: Une quinzaine de cachets de Dicholium (environ $6.00 la centaine), ou encore de l'Iodocrine, permettront de rétablir un fonctionnement normal d'un foie engorgé.

Brûlement d'estomac: C'est le type même de troubles d'origine psychosomatique: des conditions de vie ou de travail moins "stressantes" peuvent parfois apporter le miracle que les pilules laissent attendre. Ceci dit, dans le cas de brûlements d'estomac occasionnels, la médication recommandée consiste en produits alcalins (basiques), anti-acides; il en existe de nombreux sur le marché et l'on peut en essayer plusieurs avant de trouver celui qui convient le mieux.

Ces produits sont à base d'hydroxyde de magnésium ou d'hydroxyde d'aluminium et peuvent avoir pour effets secondaires la constipation ou la diarrhée. Le mieux est de consulter personnellement un pharmacien.

Tous les sels effervescents sont fortement déconseillés, ne serait-ce qu'à cause de leur prix élevé. Quant au Fermentol, c'est en fait une composition à base d'alcool: autant prendre un bon vrai digestif...

Constipation: L'alimentation est la première chose à surveiller et, peut-être, à corriger dans le cas de constipation anormale (car il est normal, de temps à autre, d'être passagèrement constipé): il faut veiller à prendre des aliments relativement riches en résidus et boire beaucoup d'eau. Faire de l'exercice contribue également à régler les problèmes de constipation.

Par ailleurs, il faut bien être conscient, au moment où l'on commence à utiliser des laxatifs, qu'on risque d'entrer dans le cercle vicieux de l'accoutumance: l'intestin devient paresseux et ne fonctionne plus qu'en présence du médicament en question.

Si l'on doit occasionnellement utiliser ce genre de produit, il est bon de choisir entre deux types d'action relativement proches du fonctionnement normal de cet organe. Un groupe de médicaments a pour effet de laisser dans l'intestin une masse de résidus et de le forcer ainsi à travailler: c'est le cas du Métamucil (ou de la céréale All Bran).

Un autre groupe de médicaments contre la constipation, qui agit lui aussi de façon relativement naturelle, a pour effet de conserver l'eau dans les selles: les Régulex est de ceux-là. Par contre, il faut se méfier des produits qui agissent sur le système nerveux commandant l'intestin (produits à base de bisacodyl, tel Dulcolax) et surtout des produits qui irritent la paroi de l'intestin pour le forcer à travailler (attention notamment à la phénolphtaléine).

Diarrhée: Les premières mesures à prendre en cas de diarrhée sont d'arrêter de manger, de prendre beaucoup d'eau afin d'éviter la déshydratation et dans une étape ultérieure, de recommancer à manger des aliments comme le riz. Si un médicament s'avère nécessaire, on peut choisir le Kaopectate. Si cet état se prolonge, comme toujours: consulter un médecin.

La douleur

Il existe un analgésique de base: l'acide acétylsalicylique, plus connu sous un nom de marque qui est presque devenu un nom commun, l'aspirine. Tous les autres produits en sont des dérivés coûteux pour le consommateur. Même la "vraie" Aspirine (avec un A majuscule) est relativement coûteuse: on peut s'en procurer de l'excellente sous le nom générique du produit, à savoir acide acétylsalicylique. Attention pourtant aux trop grands formats: l'aspirine ne se conserve pas indéfiniment et craint particulièrement l'humidité (comme beaucoup de médicaments d'ailleurs, et il est donc absurde de les entreposer dans la salle de bain). De plus, les trop bonnes aubaines et les trop gros pots peuvent inciter à une consommation exagérée: on a vu que même l'aspirine n'est pas inoffensive. Irritant facilement l'estomac, l'aspirine doit être prise en mangeant ou avec du lait, surtout si l'on en fait un usage fréquent.

Les blessures bénignes

Pour compléter la "pharmacie familiale", quelques produits destinées à soigner les blessures bénignes devront être gardés à portée de la main.

Comme désinfectant, pas besoin de teinture d'iode ni de mercurochrome. Une cuillérée à soupe d'eau de Javel dans une pinte d'eau bouillie fera parfaitement l'affaire.

On peut aussi se procurer un désinfectant très bon marché en pharmacie: le Zéphiran. On nettoie une plaie avec de la gaze et dans les cas un peu plus graves que de simples éraflures, on fait un pansement avec un onguent antibiotique à base de bacitracine.

Quant aux brûlures, rien de mieux pour les calmer que l'eau froide ou... la pâte dentifrice.

BRIDGE

TRANSFERT

D'une façon indiscutable on peut dire que la tâche des joueurs en flancs peut être facilitée alors que la plus forte main est étalée sur la table. Egalement, la tâche devient plus délicate alors qu'un joueur doit attaquer vers la forte main et qu'en plus de la puissance, l'adversaire a ainsi l'avantage de voir venir l'attaque. Il en résulte que le plus souvent il y aura profit à ce que la main forte obtienne le contrat final et ainsi de nombreux joueurs ont adopté le "transfer-bid" ce qui est une demande au partenaire de convertir à la suite immédiatement supérieure.

Cependant, il n'y a pas de véritable panacée et le "transfer-bid" peut présenter deux dangers. Le plus sérieux est la distraction d'un partenaire qui peut oublier de faire la conversion. Aussi, alors que le joueur annonce une suite fictive, il se peut qu'ainsi il permette à un adversaire de participer aux enchères par un contre et ainsi diriger l'entame. Cependant, on peut dire que les avantages supplantent de beaucoup les inconvénients.

Donneur: Sud
Tous vulnérables

	Pi- 7-2 Co- A-D-10-9-7-5-4 Ca- 8-5-2 Tr- D	
Pi- R-V-9-6 Co- 6 Ca- R-6-4 Tr- 8-7-6-4-2	O N E S	Pi- 10-8-4 Co- R-8-2 Ca- V-10-9-7 Tr- A-9-3
	Pi- A-D-5-3 Co- V-3 Ca- A-D-3 Tr- R-V-10-5	

Alors que Sud ouvre par 1-S-A, un saut immédiat à 4-coeurs est l'enchère normale alors qu'il n'y a pas lieu de songer à un chelem. Qu'est-ce qui se produit si Nord est le déclarant du contrat 4-coeurs?

Après l'entame du valet de carreau, le déclarant ne peut prévenir la perte de deux carreaux, un trèfle et un atout se trouvant ainsi à court d'une levée. Le déclarant pourrait même subir une chute de deux levées s'il néglige de forcer l'as de trèfle avant que les adversaires aient l'occasion de s'attaquer aux piques.

Pour les adeptes du "transfer-bid" les enchères prennent le cours suivant:

Sud	Ouest	Nord	Est
1-S-A	passe	4-carreaux (1)	passe
4-coeurs (2)	passe	passe	passe

(1) Nord demande à son partenaire de convertir à 4-coeurs.

(2) Sans considération de la force qu'il peut avoir à cette suite, Sud doit se rendre aux désirs de son partenaire.

Si dans le premier cas le contrat 4-coeurs était voué à l'échec alors que Nord était le déclarant, voici que maintenant il est intouchable.

Les attaques à pique et carreau permettraient au déclarant de réaliser une levée supplémentaire tout simplement par un changement immédiat à trèfle.

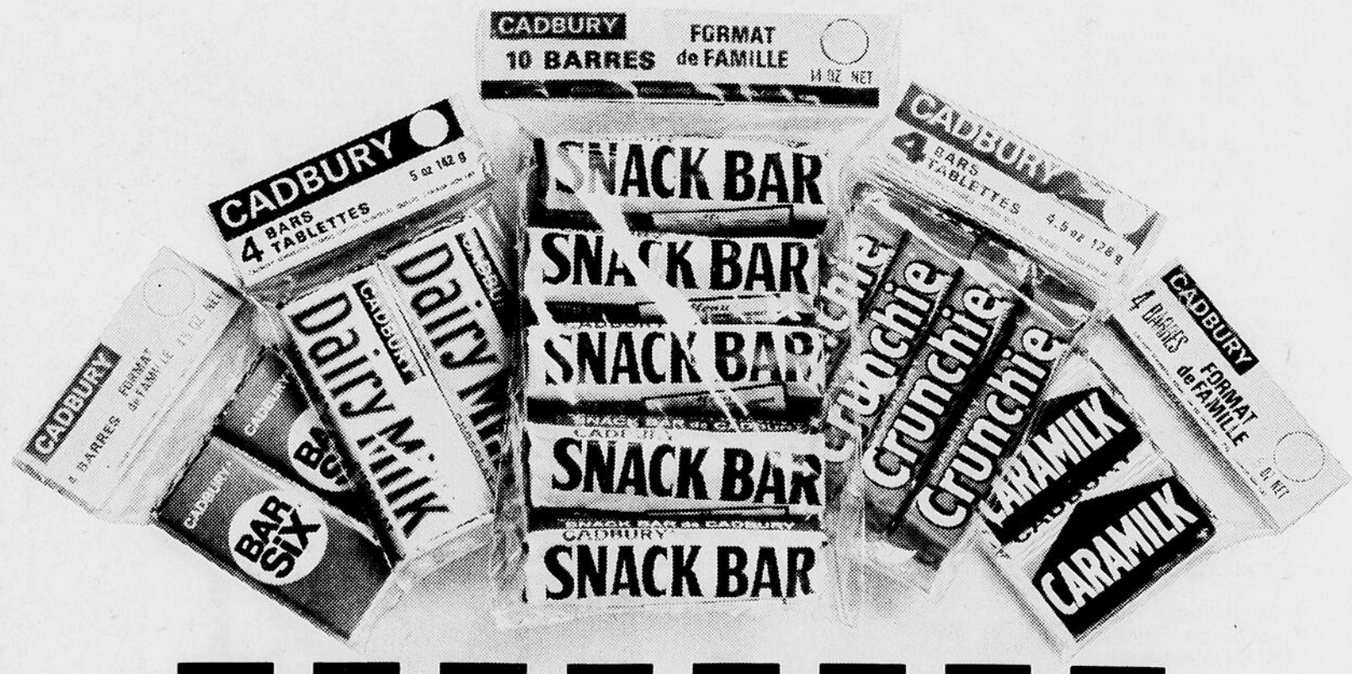
Ouest a donc à choisir entre une entame à l'atout ou à trèfle.

Après une attaque à trèfle, Est fait la première levée de son as et change à carreau. Avec l'espoir d'une levée supplémentaire, le déclarant tente l'impasse de la dame, mais perd au roi. Le changement à l'atout permettra à Est d'obtenir une levée de son roi mais le déclarant devient assuré des levées restantes alors que les trèfles lui permettront la défausse de la perdante de pique et de carreau.

Si comme entame Ouest choisit le six de coeur, le Mort prend immédiatement de l'as et change à la dame de trèfle et ainsi même contre une distribution défavorable rien ne peut sérieusement menacer le contrat.

Noël Duchesne

UNE SUCRÉE DE BONNE AFFAIRE.



F.P. 376

RABAIS DE 15¢

BON DE MAGASIN.

Économisez 15 cents à votre prochain achat de l'un ou l'autre des formats de famille de Cadbury (quatre ou dix tablettes) suivants: **Caramilk, Snack Bar, Crunchie, Bar Six, Dairy Milk, Assortis, Coffee Ripple, Rum & Butter ou Ice Breaker.**

M. LE MARCHAND: Cadbury Schweppes Powell Limitée vous remboursera ce bon pour sa valeur nominale de 15¢, plus 5¢ pour les frais de manutention, à la condition que vous le receviez de votre client UNIQUEMENT à l'achat d'un FORMAT DE FAMILLE CADBURY—4 tablettes ou 10 tablettes. Tout autre usage constitue une fraude. Cadbury Schweppes Powell Limitée se réserve le droit de demander des preuves établissant l'achat de stock suffisant pour couvrir le nombre de bons remboursés. Pour le remboursement, postez les bons à: Herbert A. Watts Limitée, C.P. 2140, Toronto, Ont. M5W 1H1. Détaillez vis-à-vis du numéro 20 sur le bordereau de débit des bons. Cette offre prend fin le 30 juin 1976.

CADBURY

F.P. 376

SCIENCES

Une machine à nuages pour hélicoptères

OTTAWA (PC) — On vient ici de toutes les parties du monde, afin de faire subir aux hélicoptères un test supervisé par M. Ron Price.

M. Price, directeur technique des laboratoires de basses températures du Conseil national de recherches, fait passer les hélicoptères à travers des nuages artificiels qui enduisent leurs hélices de glace, jusqu'à ce que les hélicoptères soient devenus incapables de voler.

"Notre machine ne fait que recréer des conditions nébuleuses similaires à celles qu'on rencontre à des altitudes de 1,000 à 10,000 pieds, ce qui permet de déterminer de quelle façon ces conditions atmosphériques touchent les hélicoptères", explique-t-il.

"Nous aidons les manufacturiers à découvrir quels problèmes la glace posera à leurs machines, de sorte qu'ils peuvent ensuite créer des systèmes de protection ou imposer les restrictions nécessaires".

M. Price souligne que près de 50 types d'hélicoptères ont fait le voyage à Ottawa pour subir les tests, au cours des 21 ans pendant lesquels la machine a été utilisée.

"Nous avons vu ici à peu près tous les types d'hélicoptères conçus dans le monde occidental. En une seule semaine au cours de l'hiver, nous avons habituellement une centaine d'observateurs de toutes les parties du monde, qui assistent à nos tests".

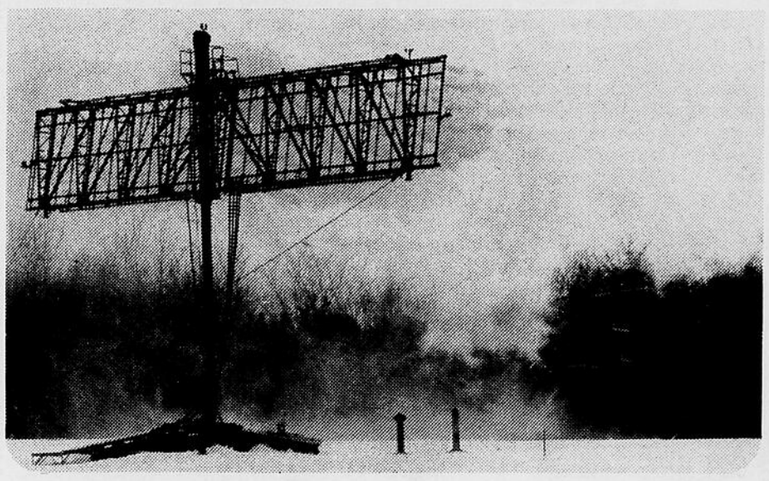
Température idéale

La machine à nuages, d'un jaune clair, est en forme de "T". Elle a 60 pieds de haut et lance de la vapeur qui forme les nuages.

"Ottawa est un excellent endroit pour effectuer ces tests, parce qu'il y a ici tellement de variations dans la température, dit M. Price. Au cours de l'hiver, nous pouvons expérimenter des températures allant de -5 à -30 Celsius, et c'est ce dont nous avons besoin pour nos tests".

Pendant les tests, les hélicoptères planent à 15 pieds à peu près au-dessus du sol et à environ 100 pieds de distance de la machine à nuages. "L'hélicoptère plane dans le nuage jusqu'à ce que ses hélices soient enduites d'une glace tellement épaisse qu'elles ne puissent plus tourner. Cela prend habituellement une heure".

M. Price dit que la seule autre machine à nuages dans le monde se trouve en Union soviétique.



Les policiers pourront aisément mesurer le niveau de bruit



M. GEORGE WONG et son instrument.

OTTAWA (PC) — George Wong a inventé un instrument qui répond aux souhaits de tous ceux qui ont été réveillés par le vrombissement des motocyclettes ou le bourdonnement d'une tondeuse à gazon, le dimanche matin.

M. Wong, un jeune chercheur à l'emploi du Conseil national de recherches, a mis au point un instrument léger de petite dimension, qui mesure les niveaux de bruit. Il suffit de pousser un bouton.

"Les lois contre le bruit ont toujours été très difficiles à faire respecter, parce que la plupart des appareils pour mesurer le bruit sont tellement encombrants, dit M. Wong. Avec ce mesureur, pas question de gros équipement. Il est facile à manier et il est rapide".

Les négociations sont présentement en cours pour mettre l'appareil sur le marché. Il sera probablement offert en vente l'automne prochain. M. Wong dit que la machine mesure le bruit sur une étendue de 35 à 130 décibels et qu'il fonctionnera sur ses deux piles pendant environ un an.

Il peut enregistrer

L'appareil est équipé d'un petit microphone. Un amplificateur relié à un commutateur transmet les signaux à de minuscules diodes et illumine des lumières rouges à l'échelle du bruit. Un circuit spécial permet d'enregistrer les conclusions de la machine.

Afin de tester la machine, on choisit un chiffre, disons, par exemple, 45 décibels, parce que la voix parlée équivaut à peu près à cela. Quand quelqu'un parle, les lumières s'allument le long de l'échelle lumineuse, enregistrant, par exemple, 46, 50 ou 45 décibels.

Il y a aussi une échelle négative au cas où le son est plus bas que 45 décibels.

M. Edgar Shaw, un collègue de M. Wong au laboratoire d'acoustique du département de physique au Conseil national de recherches, dit que la plupart des gens ne sont pas incommodés par les sons de moins de 40 décibels. "Les bruits les plus irritants sont entre 40 et 80 décibels, dit-il. Au-delà de 80 décibels, cela commence à être dangereux pour l'ouie. Personne ne devrait être exposé à des bruits de plus de 120 décibels".

M. Shaw, autrefois président de l'Acoustical Society of America, dit que les gens qui voyagent en autobus ou en métro subissent probablement des bruits de 80 à 90 décibels.

NAISSANCES

BOIVIN: M. et Mme Laurier Boivin (Diane Gagnon) du 102, rue Monfette, Chicoutimi, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils **Louis-Pierre,** né à Chicoutimi le 19 mars 1976. PARRAIN: Ghislain Gagnon, MARRAINE: Mme Huguette Girard-Gagnon, PORTEUSE: mère de l'enfant.

COTE: M. et Mme Normand Côté (Réjeanne Maltais) du 851, rang St-Martin, Bagotville, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille **Marie-Eve,** née à Chicoutimi le 10 mars 1976. PARRAIN: M. Robert Côté, MARRAINE: Mme Robert Côté, PORTEUSE: mère de l'enfant.

COULOMBE: M. et Mme Richard Coulombe (Christiane Simard) du 306, Elisabeth, Chicoutimi, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils **Jean-Sébastien,** né à Chicoutimi le 11 mars 1976. PARRAIN: Jean-Guy Coulombe, MARRAINE: Lise Coulombe, PORTEUSE: mère de l'enfant.

DESBIENS: M. et Mme Alain Desbiens (Danielle Gagnon) du 43-A, boul. Rivière-aux-Sables, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille **Marie-Danielle,** née à Chicoutimi le 14 mars 1976. PARRAIN: Rock Desbiens, MARRAINE: Maude Cantin, PORTEUSE: Danielle Gagnon.

DUTIL: M. et Mme Michel Dutil (Georgette Fortin) du 525, rang St-Joseph, Chicoutimi, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils **Sébastien,** né à Chicoutimi le 1er mars 1976. PARRAIN: Gilles Dutil, MARRAINE: Mme Gilles Dutil, PORTEUSE: mère de l'enfant.

FORTIN: M. et Mme Gilles Fortin (Gisèle McInnis) du 637, boul. Peter McLeod, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils **Pierre,** né à Chicoutimi le 6 mars 1976. PARRAIN: Pierre McInnis, MARRAINE: Hélène McInnis, PORTEUSE: Mme Marcel Gingras.

FORTIN: M. et Mme Léonard Fortin (Claude H. Poirier) du 276, de la Moselle, Jonquière, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille **Audrey,** née à Jonquière le 27 février 1976. PARRAIN: Ghislain Poirier, MARRAINE: Mme Andrée Poirier, PORTEUSE: mère de l'enfant.

GAGNON: M. et Mme Léon-Maurice Gagnon (Lise Duhaime) du 640, Hospitalière, appt 3, Chicoutimi, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils **Sébastien,** né à Chicoutimi le 9 mars 1976. PARRAIN: M. Louis-Marie Pilote, MARRAINE: Mme Louis-Marie Pilote, PORTEUSE: mère de l'enfant.

GAUTHIER: M. et Mme Jacques Gauthier (Sylvie Duchesne) du 1257, Peter McLeod, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille **France,** née à Chicoutimi le 1er mars 1976. PARRAIN: Jean-Eudes Duchesne, MARRAINE: Mme Jean-Eudes Duchesne, PORTEUSE: Mme Roland Gauthier.

GAUTHIER: M. et Mme Laval Gauthier (Jeanne-d'Arc Côté) du 78, Gauthier, Valin, Chicoutimi-Nord, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils **Patrick,** né à Chicoutimi le 26 février 1976. PARRAIN: Martin Côté, MARRAINE: Danielle Côté, PORTEUSE: mère de l'enfant.

GIRARD: M. et Mme Jean-Jacques Girard (Françoise G. Duperré) du 225, Derfla, Bagotville, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils **Maxime,** né à Chicoutimi le 7 novembre 1975. PARRAIN: Jean-Nick Girard, MARRAINE: Gaétane (tante), PORTEUSE: mère de l'enfant.

GIRARD: M. et Mme Normand Girard (Monique Tremblay) du 1471, 1ère Avenue, Port-Alfred, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils **Yann,** né à Chicoutimi le 25 février 1976. PARRAIN: Donald Rannou, MARRAINE: Mme Donald Rannou, PORTEUSE: mère de l'enfant.

GRENON: M. et Mme Gilles Grenon (Christiane Carmel) de Ste-Rose-du-Nord, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille **Karine,** née à Chicoutimi le 11 mars 1976. PARRAIN: Renald Carmel, MARRAINE: Doris Grenon, PORTEUSE: mère de l'enfant.

HOUDE: M. et Mme Mandoza Houde (Pâquerette) du 1826, ave. du Port, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille **Audrey,** née à Chicoutimi le 5 mars 1976. PARRAIN: Jacques Lemieux, MARRAINE: Rose-Blanche Lemieux, PORTEUSE: mère de l'enfant.

LARRIVEE: M. et Mme Serge Larrivée (Francine Côté) du 1213, Angoulême, appt 14, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils **Steeve,** né à Chicoutimi le 25 février 1976. PARRAIN: Alphonse Larrivée, MARRAINE: Mme Alphonse Larrivée, PORTEUSE: mère de l'enfant.

LEMIEUX: M. et Mme Daniel Lemieux (Diane Pearson) du 443, Vallières, Chicoutimi-Nord, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils **Stéphane,** né à Chicoutimi le 8 mars 1976. PARRAIN: Ghislain Lemieux, MARRAINE: Louise Lemieux, PORTEUSE: mère de l'enfant.

PICARD: M. et Mme Normand Picard (Juliette Pedneault) du 1962, 7ième Avenue, ville de La Baie, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille **Claude,** née à Chicoutimi le 8 mars 1976. PARRAIN: Pierre Rasmussen, MARRAINE: Ginette Rasmussen, PORTEUSE: mère de l'enfant.

RHEAULT: M. et Mme Marcel Rheault (Martine Côté) du 22, St-Vincent est, Chicoutimi, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils **Sylvain,** né à Chicoutimi le 5 mars 1976. PARRAIN: M. Réal Villeneuve, MARRAINE: Mme Réal Villeneuve, PORTEUSE: mère de l'enfant.

SAVARD: M. et Mme Julien Savard (Prixcille Foisy) de la R. R. 2, Bégin, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille **Manon,** née à Jonquière le 5 mars 1976. PARRAIN: Michel Cloutier, MARRAINE: Mme Michel Cloutier, PORTEUSE: mère de l'enfant.

THERRIEN: M. et Mme André Therrien (Louise Drewitt) du 164, St-Jérôme, Chicoutimi-Nord, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils **Michel,** né à Chicoutimi le 9 mars 1976. PARRAIN: Claude Horth, MARRAINE: Mme Brigitte Horth, PORTEUSE: mère de l'enfant.

TREMBLAY: M. et Mme Gilles Tremblay (Odette Turcotte) du 101, Richard, Chicoutimi-Nord, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille **Marie-Hélène,** née à Chicoutimi le 21 février 1976. PARRAIN: Charles Tremblay, MARRAINE: Lucienne Tremblay, PORTEUSE: mère de l'enfant.

TREMBLAY: M. et Mme Roger Tremblay (Christiane Simard) du 1103, rue Murray, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille **Annie,** née à Chicoutimi le 5 mars 1976. PARRAIN: Richard Tremblay, MARRAINE: Lise Tremblay, PORTEUSE: mère de l'enfant.

MONTREAL DRAPERIES

NOUS SOMMES SPÉCIALISTES EN DRAPERIES POUR LA MAISON ET L'INDUSTRIE DEPUIS 1938 !

NOUS VOUS OFFRONS POUR VOTRE MAISON UN ÉTALAGE ÉBLOUISSANT DE LA NOUVELLE...

MODE PRINTANIÈRE

Nos magasins n'ont jamais présenté auparavant une telle variété de tissus printaniers. Faites sur mesure ou prêtes-à-poser, vous trouverez des draperies créées dans le but d'enjoliver votre maison. Ces draperies sont disponibles dans toutes les grandeurs... à partir des draperies courtes de 36" jusqu'aux draperies pleine longueur. Les couleurs et motifs sont nouveaux et vous pouvez les obtenir dans une grande variété de tissus Venez les voir dès maintenant chez Draperies Montréal.



DRAPERIES PRÊTES-À-POSER

Voici quelques-uns des nouveaux styles disponibles dans notre collection du printemps. Ces draperies sont prêtes-à-poser et donneront instantanément une note de beauté printanière à votre maison !

DRAPERIES PRÊTES-À-POSER

Nouveaux motifs attrayants dans un choix d'imprimés floraux beige, or ou brun. Plis français.

50 X 95 — 22.99 LA PAIRE

100 X 95 — 45.99 LA PAIRE

150 X 95 — 68.99 LA PAIRE

AUSSI DISPONIBLE DANS 84" DE LONGUEUR

COUVRE-LITS APPAREILLES

SIMPLE OU DOUBLE GENRE JETÉ $44.99 CHACUN

AUSSI DISPONIBLES POUR LITS 3/4, QUEEN ET KING

TENTURES COURTES	DRAPERIES 72" X 63"	DRAPERIES DE CÔTE EN SATIN ANTIQUE	DRAPERIES 144" X 95"
GRANDEUR 48 X 48 A PARTIR DE $6.99 LA PAIRE	GRANDE VALEUR A PARTIR DE $19.99 LA PAIRE	Grandeur 72 X 95 44.99 LA PAIRE	100% POLYESTER TERGAL A PARTIR DE $39.99 LA PAIRE
Grande Variété !	Teintes printanières	Embrasses appareillées incluses	ourlet Cornelli 11"



GRATUIT ! SERVICE D'ACHAT À DOMICILE

SUR DRAPERIES FAITES SUR MESURE

COMPOSEZ SIMPLEMENT 549-8203

Nos représentants vous viendront en aide pour choisir le tissu qui vous convient parmi le plus vaste assortiment au Canada, dans le domaine des tissus à rideaux, tentures et couvre-lits.

RENDEZ-VOUS JOUR OU SOIR

MONTREAL Draperies

PLACE DU SAGUENAY

CHICOUTIMI

549-8203

CHARGEX

master charge

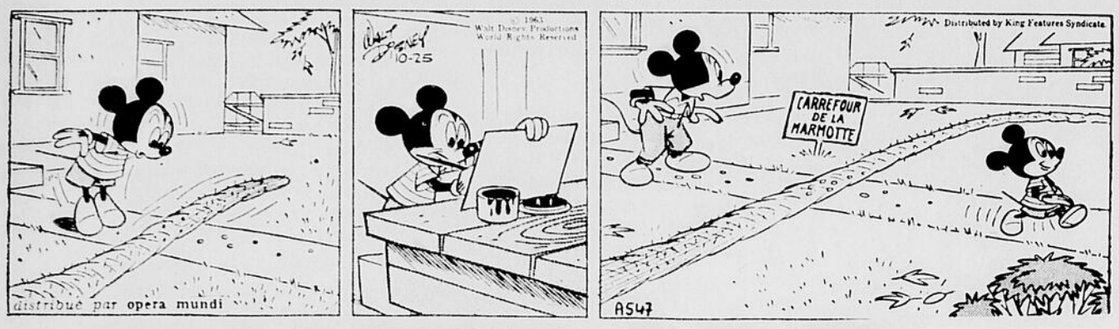
MONTRÉAL QUÉBEC OTTAWA CHICOUTIMI TROIS-RIVIÈRES SHERBROOKE TORONTO WINDSOR BELLEVILLE LONDON KINGSTON EDMONTON HAMILTON DARMOUTH LÉVIS MONCTON BURLINGTON WINNIPEG

LES BANDES ILLUSTREES QUOTIDIENNES

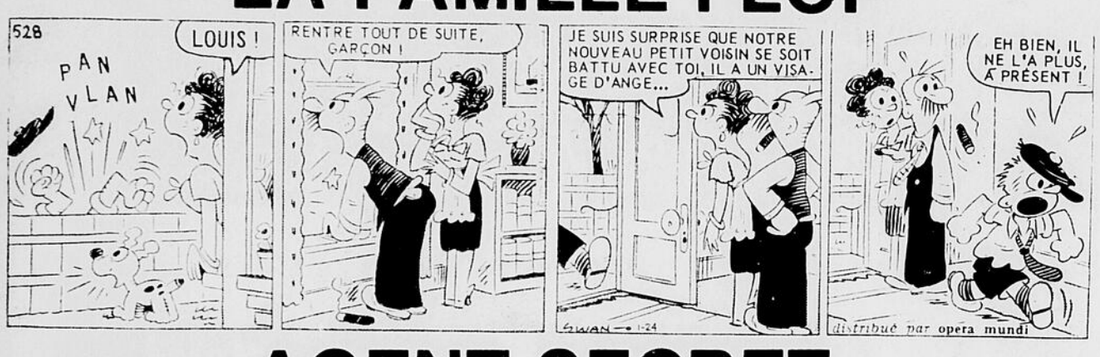
LE COWBOY MASQUE



SOURIS MIQUETTE



LA FAMILLE FLOP



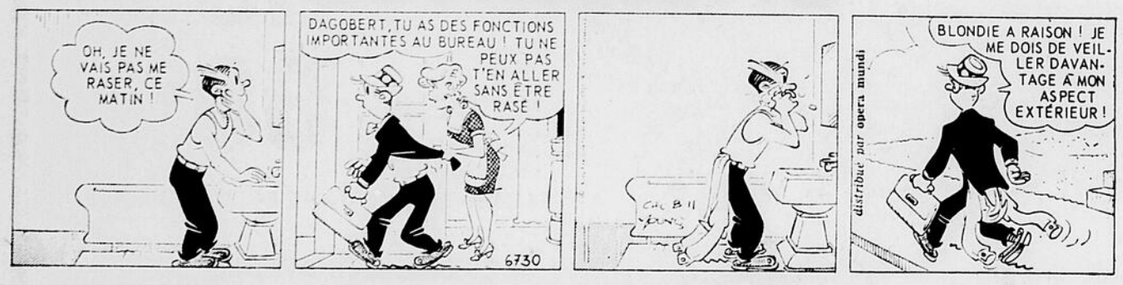
AGENT SECRET



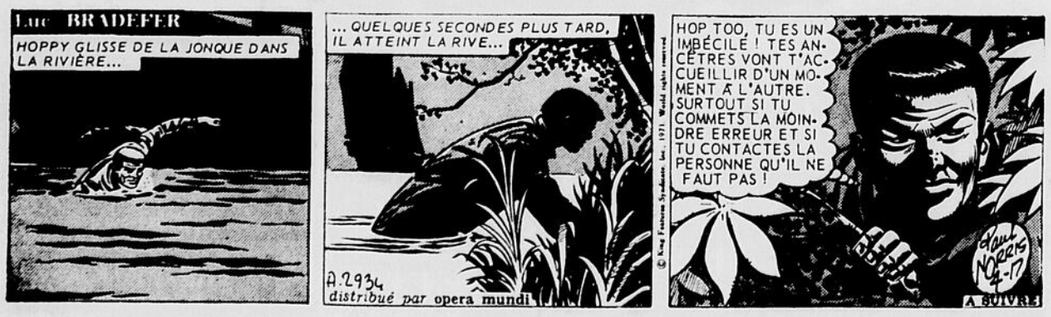
JULIETTE



BLONDINETTE



LUC BRADEFER



SCAMP



GASTRONOMIE



A PROSCRIRE — Lorsqu'on est au régime, il faut proscrire tous ces bons mets.

Certains pensent au régime

Par Guy Bergeron

CHICOUTIMI — Le temps du Carême est un temps de pénitence mais aussi un temps idéal pour perdre du poids, en suivant un régime équilibré qui ne mettra la santé de personne en danger.

Lorsqu'on a un excédent de poids pas trop important à perdre, il est facile de suivre un régime qui ne réclame pas de sacrifice.

La seule façon de maigrir est de calculer ses calories. En tout premier lieu, on doit éviter le pain, les pommes de terre, les boissons alcooliques, les sauces et manger plutôt de la viande grillée ou si vous aimez mieux des grillades et des légumes.

On doit accompagner chacune de ces grillades d'un légume et comme le disait si bien un spécialiste, on ne s'affaiblit pas après avoir mangé un steak grillé, un légume et de la laitue.

Il est bien entendu qu'avant de suivre tout régime, il est bon de consulter son médecin, car peut-être que dans certains cas, un tel régime ne serait pas approprié.

Si vous choisissez le régime que nous vous soumettons plus bas, il faudra le suivre à la lettre car vous remarquerez qu'il est équilibré.

C'est à vous d'ailleurs d'équilibrer chacun des repas en faisant votre choix mais si vous choisissez le déjeuner de la colonne 1 avec le dîner de la colonne IV et le souper de la colonne 11, il faudra vous en tenir exactement aux aliments mentionnés, si vous voulez obtenir un résultat.

Tous seront d'accord pour admettre, qu'en évitant de grignoter entre les repas, les pâtisseries, des eaux gazeuses, on en arrive à perdre le surplus de poids.

VOICI UN REGIME DE HUIT JOURS AU CHOIX:

	I	II
Déjeuner	1 jus d'orange 1 oeuf bouilli 1 toast 1 c. à thé de beurre 1 verrre de lait café	1 jus d'orange 1 café noir
Dîner	jus de tomates boeuf haché grillé thé ou café	steak haché grillé sur toast beurré 1 oeuf dur, 1 poire 1 verre de lait, thé
Souper	1 t. de consommé ¼ poulet grillé ½ t. de carottes laitue ou citron, poire lait ou thé	¼ poulet grillé haricots verts ½ t. de carottes râpées avec vinaigrette lait et café
	III	**IV**
Déjeuner	un oeuf bouilli, 1 toast 1 c. thé de beurre, café noir	1 jus de tomates, 1 toast 1 c. thé de beurre, café au lait
Dîner	jus d'orange ¼ poulet grillé ½ tasse de carottes crues cornichons, thé	steak haché grillé carottes, haricots verts coeur de salade café au citron
Souper	jus de tomates steak haché grillé haricots verts lait et café	1 tasse de consommé ¼ poulet grillé ½ t. de haricots verts 1 poire tranchée dans ½ t. de jus d'oranges, café

LA ROTISSERIE
EXPRESS B.B.Q ENR
305, HOTEL-DE-VILLE
CHICOUTIMI
• SALLE À MANGER LICENCIÉE
• LIVRAISON À DOMICILE
• SERVICE AU COMPTOIR
OPÉRÉE PAR
CLAUDE DUSSAULT
549-3242



Portez un casque de sécurité approuvé par le gouvernement lorsque vous faites de la motoneige.

DROGUE

Des tonnes de haschich vendues sur la place publique



BARRA, Pakistan (Reuter) — Des tonnes de haschich sont produites tous les jours dans une lointaine région du Pakistan, sous le nez des autorités, sans que celles-ci puissent faire quoi que ce soit au plan juridique pour s'y opposer.

En effet, les usines de haschich qui prospèrent dans les zones tribales du nord-ouest du Pakistan sont hors de la portée des lois provinciales ou fédérales.

Les tribus nomades patanes, au pied des montagnes Khyber, dans la plaine de Khajuri au sud-ouest de Peshawar, suivent très fidèlement leurs propres coutumes et lois séculaires, et rien dans celles-ci leur dit qu'il soit illégal de faire du haschich à partir du chanvre indien qui pousse dans leur domaine montagneux.

Ces usines de haschich - une soixantaine - opèrent au grand jour et font même un étalage publicitaire.

"Ici, on vend le haschich de la meilleure qualité", annonce une enseigne à l'entrée d'une usine en torchis, près de Barra, un village situé à une dizaine de kilomètres de Peshawar.

Un peu plus loin, on lit: "Usine de haschich - les visiteurs sont les bienvenus".

En fait, on cherche le plus possible à décourager les visiteurs étrangers de se rendre dans les régions tribales. Certains endroits leurs sont même interdits, notamment le marché des contrebandiers à Barra où il était fréquent de se faire accoster par des vendeurs de haschich.

Les autorités craignent manifestement que les étrangers ne soient tentés d'acheter le haschich à des prix ridiculement bas. Les usines le vendent généralement en blocs d'une demi-livre pour une cinquantaine de roupies, soit $5 environ.

Si les étrangers sont disposés à courir le risque de sortir la drogue du pays, ils peuvent la revendre à l'extérieur pour jusqu'à cinquante fois le prix qu'ils l'ont achetée.

Un commerçant en haschich de Barra raconte: "Un jeune Français est venu ici il y a quelques mois. Il a acheté une dizaine de livres de haschich qu'il a revendues en Europe pour $2,000".

Et d'ajouter: "Il reviendra, c'est sûr".

Les usines fournissent aussi d'ailleurs des manteaux aux poches secrètes, des valises à double fond, des horloges sans mécanisme, des jouets et divers objets pour faciliter à leurs clients la contrebande du haschich.

Et puis, pour une petite somme supplémentaire une vingtaine de roupies, l'usine organise la livraison du haschich directement à Karachi par un intermédiaire professionnel. Karachi est le principal débouché de la contrebande.

Contrôles inefficaces

Rares sont les contacts qui se font prendre, et si c'est le cas, ils s'en tirent généralement avec des amendes qui n'ont rien d'exemplaire.

Depuis un an, un certain nombre d'usines fabriquent le haschich liquide - dix fois plus concentré - car il est plus facile à sortir en contrebande et donne de meilleures marges bénéficiaires.

L'usine moyenne produit de 70 à 100 livres de haschich par jour, ce qui représente pour la seule plaine de Khajuri une production quotidienne de deux à trois tonnes.

Il y a à peu près autant d'usines dans d'autres régions de la ceinture tribale, aussi le Pakistan produit-il au moins quatre tonnes de haschich par jour, estime un commerçant.

La majeure partie du haschich est écoulée par des réseaux de trafiquants hautement organisés sur les marchés étrangers, surtout en France, aux Pays-Bas et au Danemark.

Les autorités mettent bien en place des contrôles policiers et douaniers juste à l'extérieur des régions tribales, mais sans beaucoup de succès. Si les contrebandiers ont du mal à passer entre les mailles du filet, ils ont généralement recours à la corruption.

Selon les statistiques du Conseil pakistanais de contrôle des narcotiques, plus de seize tonnes de haschich ont été saisies en 1974 - tout juste la production d'une semaine des usines de la plaine de Khajari.

Ce n'est pas seulement le commerce du haschich qui fleurit dans les zones tribales. L'opium, aussi, est beaucoup cultivé dans le nord.

La question de la juridiction sur les régions tribales elles occupent environ le quart de la province le long de la frontière montagneuse avec l'Afghanistan - est une question politiquement explosive.

Les fières tribus patanes, qui avaient combattu contre l'administration coloniale britannique, sont très jalouses des droits indépendants qui leur ont été reconnus quand elles ont voté leur adhésion au Pakistan en 1947.

Officiellement, ces régions sont administrées par le gouvernement fédéral par l'intermédiaire d'un représentant politique qui est en contact avec les puissants maliks chefs et respecte presque toujours leurs voeux.

Les chefs tribaux s'opposent fortement à toute mesure visant à réduire le commerce du haschich. Pour eux, c'est un commerce légitime et un moyen de subsistance pour des milliers des leurs.

"Il faudra pourtant bien que le gouvernement prenne un jour les choses sérieusement en main, tôt ou tard, et que la loi du pays soit appliquée aux régions tribales", assure un notable de Peshawar.

Mais, ce tôt ou tard, ça sera peut-être quarante ou cinquante ans.

Le Yukon veut changer son image associée à l'alcoolisme

WHITEHORSE, Yukon (PC) — Le Yukon veut changer son image en instaurant des programmes de prévention de l'alcoolisme.

Pendant de nombreuses années, les statistiques basées sur le nombre de bouteilles vendues désignaient le Yukon comme la région où la consommation d'alcool était la plus élevée au Canada. Il y a 22,000 habitants au Yukon, et les ventes de boissons alcooliques y atteignent par les $6 millions par année.

Mme Flo Whyard, ministre de la Santé et du Bien-être dans le gouvernement territorial, attribue en partie la mauvaise réputation du Yukon aux annonces publicitaires. "Il est temps de créer notre propre image, dit Mme Whyard. Nous ne sommes pas tous des ivrognes... et ceux qui le sont ne veulent pas l'être".

Les statistiques démontrent que l'alcool est le premier problème de santé du Yukon: un habitant sur 19 est victime de maladies causées par l'alcool. Quatre-vingt pour cent des gens de 15 ans ou plus, au Yukon, consomment de l'alcool, et 13.5 pour cent en consomment de façon préjudiciable à leur santé.

Mme Whyard a présenté récemment à l'Assemblée législative un mémoire sur la prévention de l'alcool. Elle y disait que le climat social est favorable en ce moment à la lutte contre l'abus d'alcool. Elle demandait l'aide des municipalités.

L'objectif, c'est de réduire le nombre de personnes qui consomment fréquemment d'énormes quantités d'alcool, réduisant ainsi le nombre d'inconvénients résultant de cet abus.

M. William Cline, superviseur des services sur l'alcoolisme pour le gouvernement territorial, dirige un centre de désintoxication récemment ouvert et qui fonctionne avec un budget annuel de $43,000.

Le centre a six employés et 10 lits, et les alcooliques peuvent être traités là dans une atmosphère chaleureuse. On recommande habituellement que ceux qui sont envoyés au centre y passent six jours pour s'assobrir.

HOROSCOPE

Le trigone Mercure-Saturne vous donnera une vue plus objective et plus juste de la situation. Vous aurez à coeur de revoir certaines questions encore troubles et vous trouverez des solutions durables. Tout ce que vous entreprendrez aujourd'hui s'avérera profitable. Chance avec 8 et 53.

Anniversaire: Votre volonté et votre ténacité viendront à bout de tous les obstacles, vos nouveaux projets démarrent sur des bases très saines.

Naissance: Vos enfants seront réalistes, actifs, sérieux. Ils aimeront les abstractions et réussiront très bien dans des carrières scientifiques.

BELIER (21 mars- 20 avril) Profession: Chassez les idées noires et les inquiétudes qui vous mettent en état d'infériorité vis-à-vis de vos adversaires. **Affection:** Ne vous faites pas trop d'illusions sur le désintéressement d'une relation nouvelle. **Santé:** Bonne.

TAUREAU (21 avril - 20 mai) Profession: Le temps est venu d'affirmer votre autorité avec suffisamment d'énergie pour en imposer à des personnes qui vous contestent. **Affection:** Cherchez les bases d'une nouvelle harmonie. **Santé:** Prudence au volant.

GEMEAUX (21 mai - 21 juin) Profession: L'attitude de votre entourage vous semblera énigmatique et vous aurez fort à faire pour vous concilier ses bonnes grâces. **Affection:** Evitez les discussions conjugales. **Santé:** N'abusez pas des somnifères.

CANCER (22 juin - 22 juil.) Profession: Evitez de prendre trop à coeur une situation complexe, soyez patient le temps vous en apportera la solution. **Affection:** Vous nouerez de nouveaux liens d'une amitié durable. **Santé:** Economisez vos forces.

LION (23 juil. - 22 août) Profession: Vous éprouverez de multiples difficultés à agir selon votre guise, vous serez contré et critiqué de toutes parts. **Affection:** Usez de tout votre charme pour convaincre votre partenaire. **Santé:** Bonne.

VIERGE (23 août - 22 sept.) Profession: Un revirement soudain dans vos alliances risque de détériorer certains projets et d'en retarder d'autres. **Affection:** Intéressez-vous aux problèmes de l'être cher. **Santé:** Evitez les imprudences.

BALANCE (23 sept. - 22 oct.) Profession: Etudiez soigneusement une proposition que l'on vous soumet en n'oubliant pas que des engagements trop lourds seraient les malvenus. **Affection:** Faites un effort de conciliation. **Santé:** Bon tonus.

SCORPION (23 oct. - 21 nov.) Profession: Vos activités quotidiennes réclament un regain d'efficacité si vous ne voulez pas être débordé par les petits problèmes. **Affection:** Donnez libre cours à votre sensibilité. **Santé:** Evitez les aliments gras.

SAGITTAIRE (22 nov. - 20 déc.) Profession: Vous aurez tendance à vous montrer vague ou incertain et vous irriterez vos collaborateurs qui attendent des décisions énergiques. **Affection:** Vous passerez des moments agréables avec l'être cher. **Santé:** Bonne.

CAPRICORNE (21 déc. - 19 janv.) Profession: Il ne faut vous attendre à rien d'extraordinaire aujourd'hui, les démarches que vous avez faites ne donneront pas de résultats immédiats. **Affection:** Goûtez la chaleur du foyer. **Santé:** Bon tonus.

VERSEAU (20 janv. - 18 fév.) Profession: Tout ce qui concerne les intérêts mis en commun, les affaires en association sera mis en vedette aujourd'hui. **Affection:** Ne vous laissez pas griser par des apparences trompeuses. **Santé:** Mangez à heures régulières.

POISSONS (19 fév. - 20 mars) Profession: La personnalité particulièrement brillante d'un de vos collaborateurs vous effacera quelque peu, n'en prenez pas ombrage. **Affection:** Chassez vos doutes et vos incertitudes. **Santé:** Nervosité, tension à redouter.

Radio Shack®

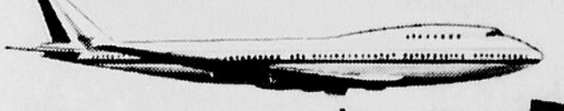
RS UNE DIVISION DE TANDY ELECTRONICS LIMITED

450

CELEBRONS!

NOUS SOMMES MAINTENANT 450 MAGASINS RADIO SHACK, PARTICIPEZ A NOTRE CELEBRATION! 450 PRIX POUR 450 CHANCEUX

LE GRAND PRIX



est un voyage pour deux par l'intermédiaire de Sunflight

Laissez-vous aller. On s'occupe de tout!



DESTINATION: LONDRES

Voyage en avion, hôtel, $500 argent de poche, tout compris.

2e & 3e PRIX



CHAINES STEREO COMPLETES D'UNE VALEUR DE $2,347.48 CHAC.*

12e & 13e PRIX

Ces deux chanceux recevront chacun un bon de voyage de $1,000

Chaque bon vaut un voyage pour deux organisé par Sunflight

4e & 5e PRIX

Chaînes stéréo complètes d'une valeur de $1,630.58 chac.*

6e & 7e PRIX

Chaînes stéréo complètes d'une valeur de $1,366.78 chac.*

8e & 9e PRIX

Chaînes stéréo complètes d'une valeur de $899.80 chac.*

10e & 11e PRIX

Chaînes stéréo complètes d'une valeur de $609.80 chac.*

* Prix rég. des articles séparés

ET, EN PLUS ... DES BONS RADIO SHACK:

100 bons à $100 chac.

100 bons à $50 chac.

100 bons à $25 chac.

137 bons à $10 chac.

Radio Shack 450 MAGASINS CELEBRATION

LE CONCOURS PREND FIN LE 3 AVRIL 1976.

Visitez votre magasin Radio Shack le plus près et remplissez un bulletin d'inscription; vous pourriez gagner un des 450 prix offerts — et voyez aussi notre série de produits Realistic de belle qualité.

Radio Shack

RS UNE DIVISION DE TANDY ELECTRONICS LIMITED

1, PLACE DU ROYAUME, CHICOUTIMI

TEL.: 549-4474

GALERIES LAC-ST-JEAN-ALMA

Un après-Olympiques ingrat

MONTREAL (PC) — Il est possible que le parti de l'opposition à l'hôtel de ville commence à sentir le vent de la victoire aux élections municipales de 1978, mais un conseiller, en tout cas, déclare que ce parti pourrait éventuellement devenir impopulaire s'il venait à battre le maire Jean Drapeau.

Mme Ginette Keroack, une des premières femmes à être élue au conseil municipal de Montréal, a déclaré au cours d'une interview que si son parti réussit à s'emparer du pouvoir et à enlever le contrôle au maire Drapeau et au Parti civique, il devra quand même faire face à la récession économique prévue après les Olympiques.

Selon Mme Keroack, Montréal connaitra cette "terrible récession", quand viendra le temps de payer la note.

On prévoit que les Jeux de Montréal, qui doivent commencer le 17 juillet, coûteront $1 milliard, soit le triple de l'estimation donnée par M. Drapeau, il y a quatre ans. On prévoit un déficit de $600 millions.

"Nous devons sauver Montréal de la faillite", déclare le conseiller de Notre-Dame-de-Grâces.

Agée de 36 ans, elle est une des trois femmes élues conseillers aux élections municipales de 1974, les premières à faire partie du conseil municipal.

Le RCM et les Jeux

Toutes trois sont membres du Rassemblement des citoyens de Montréal (RCM), fondé en 1974, et qui a remporté 18 des 55 sièges qui composent le conseil.

Un des 18 membres a démissionné du parti en novembre dernier, lorsque le RCM a adopté une résolution interdisant aux conseillers d'être membres d'un autre parti politique. Il a conservé son siège comme indépendant, et a dit qu'il appuyerait le RCM au conseil.

Le reste des sièges aux élections de 1974, sont allés au Parti civique, fondé en 1960.

Au cours des derniers mois, alors que le déficit prévu pour les Olympiques continuait de grossir, les accusations portées par le RCM concernant la mauvaise planification et l'indifférence aux priorités des citoyens ont semblé faire vibrer une corde sympathique chez les contribuables.

Un sondage effectué en janvier dernier pour demander à la population de quelle façon elle voterait si les élections avaient lieu demain a démontré que 30 pour cent de celle-ci était indécise. Mais 36 pour cent des gens interrogés ont déclaré qu'ils voteraient pour le RCM, et 32 pour cent on dit qu'ils favoriseraient le Parti civique.

Un pied d'égalité

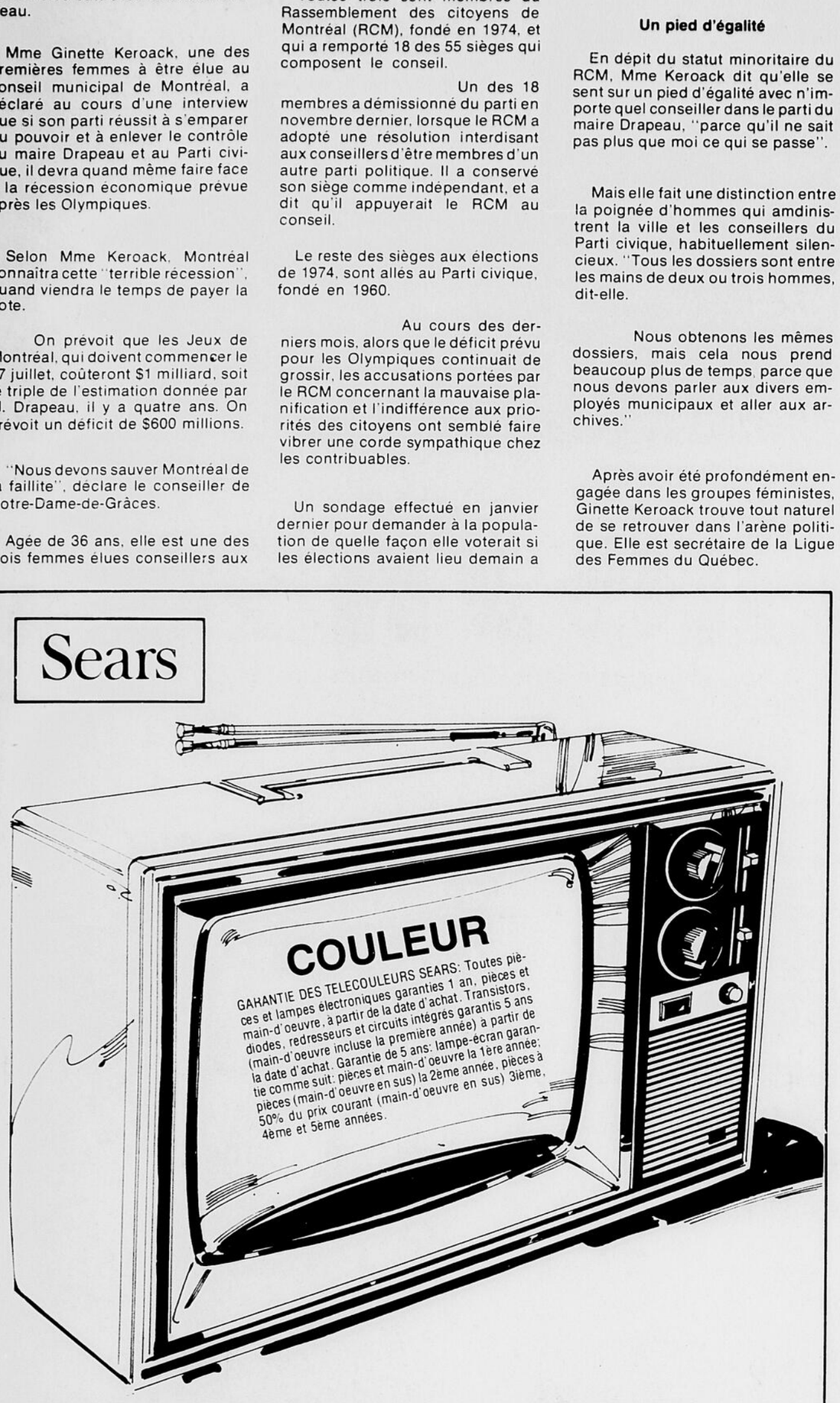
En dépit du statut minoritaire du RCM, Mme Keroack dit qu'elle se sent sur un pied d'égalité avec n'importe quel conseiller dans le parti du maire Drapeau, "parce qu'il ne sait pas plus que moi ce qui se passe".

Mais elle fait une distinction entre la poignée d'hommes qui amdinistrent la ville et les conseillers du Parti civique, habituellement silencieux. "Tous les dossiers sont entre les mains de deux ou trois hommes, dit-elle.

Nous obtenons les mêmes dossiers, mais cela nous prend beaucoup plus de temps, parce que nous devons parler aux divers employés municipaux et aller aux archives."

Après avoir été profondément engagée dans les groupes féministes, Ginette Keroack trouve tout naturel de se retrouver dans l'arène politique. Elle est secrétaire de la Ligue des Femmes du Québec.

Sears



Télécouleur portatif 14"

Rég.: $399.98 ch.

359.98

- Entièrement transistorisé.
- Boîtier en polystyrène moulé ton blanc.
- Lampe-écran Black Matrix à liminophores "en ligne".
- Contrôles coulissants.
- Antenne UHF et VHF.

#57R 414 047.



Rég.: $279.98

239.98

- **AM/FM/FM stéréo/lecteur/phono.**
- **Circuits entièrement transistorisés.**
- **Garanti 1 an, pièces et main-d'oeuvre.**

Meuble stéréo, compact et élégant, parfait dans tous les décors! Syntonisateur-amplificateur 50 watts, (explication des puissances en watts à la page 700) entièrement transistorisé; contrôles séparés volume, équilibre, tonalité; contrôles rotatifs modes de fonctionnement, syntonisation; prises pour haut-parleurs auxiliaires. Lecteur 8 pistes, automatique ou manuel; indicateurs de canal éclairés. Changeur grand format jouant jusqu'à 6 disques et s'arrêtant automatiquement; levier pause/repérage, pointe diamant/saphir. 2 haut-parleurs 6" pour graves et 2 de 3½" pour aigus. Meuble en bois, fini noyer sur placage bois; roulettes. **#572 018 010 DL** - 39 x 15 x 26" h.
Ch $269.98

Simpsons-Sears Ltd.

Simpsons-Sears Ltd.
Met à l'honneur
les XXI Jeux Olympiques

TELE-SHOPPING
549-8111

HEURES D'OUVERTURE
LUNDI - MARDI - MERCREDI 9.15 a.m. à 5.30 p.m.
JEUDI - VENDREDI 9.15 a.m. à 9 p.m.
SAMEDI 9 a.m. à 5 p.m.

ARVIDA 548-8213
ALMA 668-8357
ROBERVAL 275-3722
DOLBEAU 276-0947

Sears

MONTRES "Timex"



HOMMES:

A) Modèle Marlin à calendrier. Antichocs, étanches. Dorée, trotteuse, cadran fumé brun, bracelet souple, carrée. **#266601. $19.95 ch.**
B) Modèle Viscount automatique à calendrier. Antichocs, étanche. Dorée, trotteuse, cadran blanc, bracelet extensible, ronde. **#465602. $23.95 ch.**
C) Modèle électrique à haute fréquence, antichocs, étanches. Dorée, trotteuse, cadran blanc, bracelet souple, forme de baril. **#762611. $31.95 ch.**
D) Modèle électrique à haute fréquence à date et jour, antichocs, étanches. Dorée, trotteuse, cadran champagne, bracelet souple, forme de baril. **#768601. $39.95 ch.**

DAMES:

E) Modèle Sprite sport à calendrier, antichocs, étanche. Chromée, trotteuse blanche, cadran noir et rouge, bracelet souple, forme de baril, grandeur moyenne. **#237721. $18.95 ch.**
F) Modèle Cavatina, antichocs. Doré, cadran marron pourpré, bracelet souple, ovale. **#505301. $18.95 ch.**
G) Modèle à 17 rubis, pour dames. Dorée, cadran blanc, bracelet souple, forme ovale. **#601211. $26.95 ch.**
H) Modèle Cavatina. Dorée, cadran champagne, bracelet à mailles, forme ovale invertie. **#512804. $21.95 ch.**

SEARS — Bijoux — (Rayon 4)

Sears

Eclairez votre foyer avec Sears et épargnez

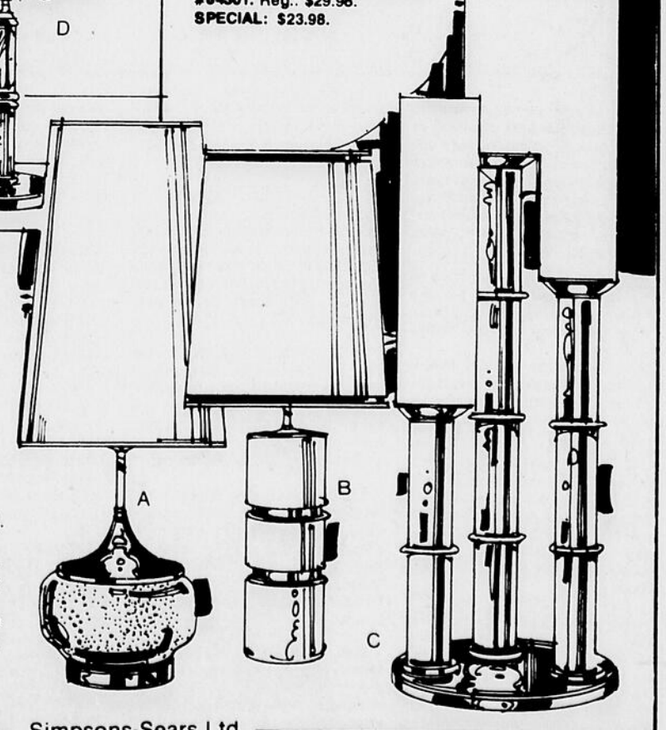
$5 - $6

Style Tiffany
à abat-jour



En simili-osier. Pied en bois à aspect bambou, fini noyer, socle noir, globes en verre opalin, 8" de diamètre sur tous les modèles, sauf la lampe d'appoint. (D).

a-Lampadaires avec tablette 15". Abat-jour 18" de diamètre. Interrupteur 3 intensités, 60" de hauteur. **#80301.** Rég.: $59.98. **SPECIAL:** $53.98 ch.
b-Lampes de table, abat-jour 18" de diamètre, 3 intensités, 32" de hauteur. **#81301.** Rég.: $39.98. SPECIAL: $33.98.
c-Lampes suspendues, suspension, abat-jour 18" de diamètre, chaine 12', cordon 15'. **#86301.** Rég.: $36.98. SPECIAL: $31.98.
d-Lampes d'appoints, abat-jour 10½" de diamètre, globe en verre 6" de diamètre, 20" de hauteur. **#84301.** Rég.: $29.98. **SPECIAL:** $23.98.



Epargnez $5 ET $6

sur lampes modernes,
fini chromé et base
en verre.

a-Lampes de table moderne avec base fini pierre de curling de couleur grise. Poteau central fini chromé. Abat-jour blanc, intérieur vinyle, fini tissu. Rég.: $39.98. **SPECIAL: $34.98**
b-Lampes modernes à base en céramique blanche et chromée. Abat-jour en tissu blanc sur envers vinyle. Rég.: $35.98 **SPECIAL: $29.98**
c-Lampes en tubes chromés, diffuseur en vinyle blanc, commutateur 4 positions. Rég.: $55.98. **SPECIAL: $49.98**

SEARS — Lampes — (Rayon 34)

Simpsons-Sears Ltd.

Simpsons-Sears Ltd.
Met à l'honneur
les XXI Jeux Olympiques

TELE-SHOPPING
549-8111

ARVIDA 548-8213
ALMA 668-8357
ROBERVAL 275-3722
DOLBEAU 276-0947

Sears

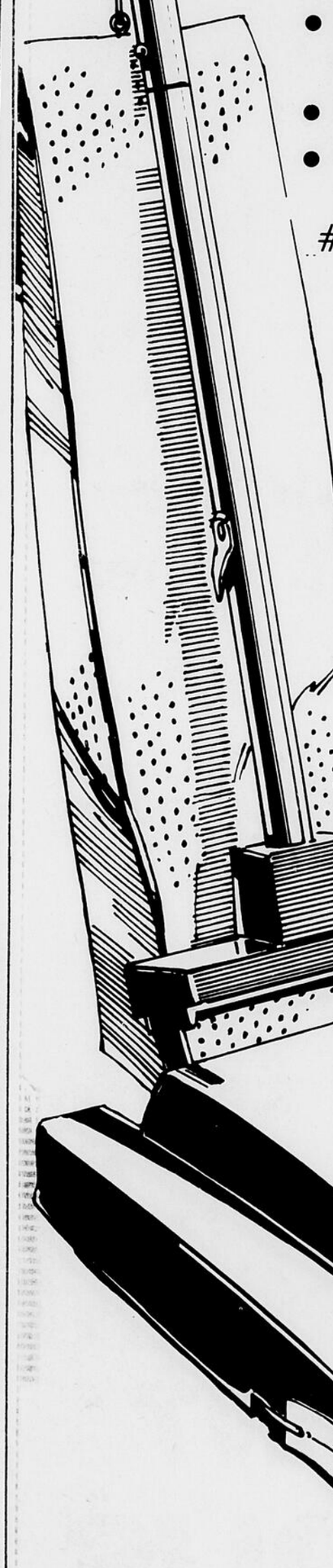
accent sur les aubaines

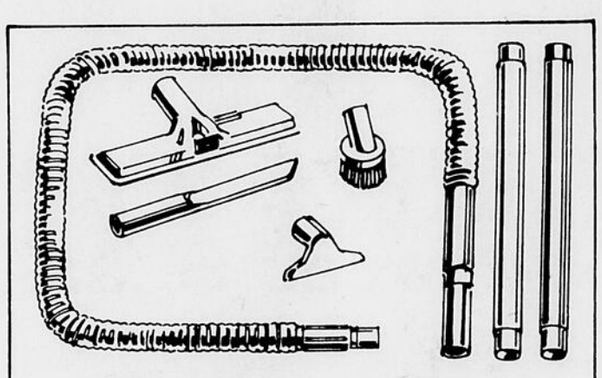
Aspirateurs Kenmore vertical, à hauteur réglable

69.98 ch.

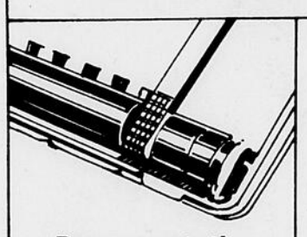
- Modèle avec brosse rotative réglable.
- Pour planchers et tapis.
- Cordon 15', pare-chocs en vinyle.

#20R 430 364.

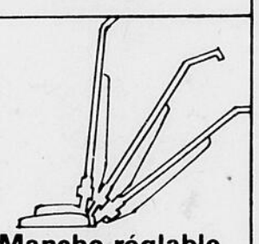




Ensemble de 5 accessoires.



Brosse rotative efficace.



Manche réglable 3 positions.

Aspirateurs — (Rayon 20)

Rabais $3 ver. car.

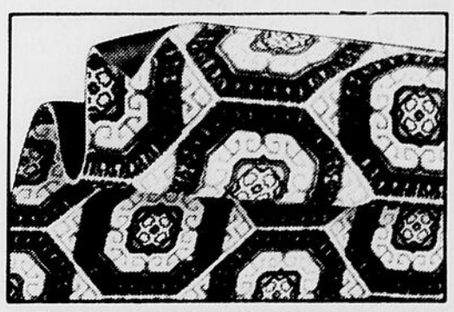
Un tapis merveilleusement luxueux et durable, fait de la fibre la plus résistante, le nylon, pour le confort et l'élégance de votre intérieur.

Rég.: $12.99 **9.99** ver. car.

C'est le tapis "Melody Hill" au mèches bouclées et coupées en 2 hauteurs, au fini riche et luxueux. Confection de nylon DuPont des plus résistante, couleur grand teint.
La plupart des taches s'enlèvent avec un chiffon humide. Pour toutes les pièces de la maison. Choix de 11 coloris décoratifs. Largeur 12'. **#37R 014 070.**



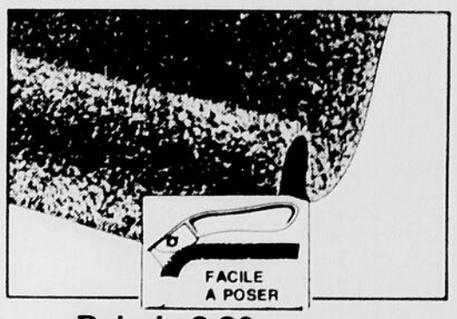
C'est facile! Posez-les vous-mêmes!



Economisez! Tapis nylon avec endos coussiné

Rég.: $9.49 **7.99** ver. car.

Tapis "Woodleigh Hues" en peluche de nylon traitée au Scotchgard© contre les taches et au traitement 3M contre l'électricité statique. 4 motifs et 10 coloris au choix. **#37R 018 610.**



Rabais 2.20 ver. car. Tapis 100% nylon

Rég.: $9.96 **7.79** ver. car.

Si facile d'entretien, Stardust, endos caoutchouté, résistant pour toutes les pièces de la maison. Choix de 11 couleurs, largeur 12'. **#37R 018 630.**

TAPIS ET COUVRE PLANCHERS — (Rayon 37)

ECHANTILLONS DE PLANCHER

DEMONSTRATEURS LEGEREMENT DEFRAICHIS.
1 DE CHAQUE SEULEMENT.
MAGASINAGE EN PERSONNE SEULEMENT.

Poêles — Rég.: $819.98 — **$650**
Poêles Lady Kenmore, jaunes, surface unie, four auto-nettoyant, rôtisserie, thermostat à viande. **#94956.** Poêles — (Rayon 22)

Réfrigérateurs — Rég.: $599.98 — **499.98**
Réfrigérateurs blancs, jaunes, 17 pi. cu., sans givre. **#75950.** Réfrigérateurs — (Rayon 46)

Réfrigérateurs — Rég.: $569.98 — **449.98**
Réfrigérateurs 15 pi. cu., jaunes, sans givre. **#55956.** Réfrigérateurs — (Rayon 46)

Réfrigérateurs — Rég.: $719.98 — **$660**
Réfrigérateurs 18 pi.cu., deux portes, côte-à-côte, jaunes. **#85576.**

Réfrigérateurs — Rég.: $589.96 — **$450**
Réfrigérateurs jaunes, 17 pi.cu. **#75956.** Réfrigérateurs — (Rayon 46)

Poêles — Rég.: $399.98 — **299.98**
Poêles blancs, 30" largeur, four à nettoyage continu, 2 éléments de 8", 2 éléments de 6", minuterie automatique, rôtisserie. **#93640.** Poêles — (Rayon 22)

Poêles — Rég.: $359.98 — **329.98**
Poêles blancs, 30 pouces, éléments amovibles. **#93950.** Poêles — (Rayon 22)

Poêles — Rég.: $339.98 — **$285**
Poêles blancs, 30 pouces, éléments amovibles, 2 de 8 pouces, 2 de 6 pouces. **#93150.** Poêles — (Rayon 22)

Réfrigérateurs — Rég.: 569.98 — **439.98**
Réfrigérateurs 15 pi. cu., jaunes, sans givre. **#55956.** Réfrigérateurs — (Rayon 46)

Réfrigérateurs — Rég.: $349.98 — **329.98**
Réfrigérateurs 13 pi.cu., verts, avec givre. **#36114.** Réfrigérateurs — (Rayon 46)

Réfrigérateurs — Rég.: $929.98 — **799.98**
Réfrigérateurs 19 pi.cu., jaunes, côte-à-côte, machine à glace automatique, fontaine, sur roues. **#65196.** Réfrigérateurs — (Rayon 46)

Poêles — Rég.: $419.98 — **329.98**
Poêles Lady Kenmore blancs, 2 éléments de 8", deux éléments de 6", rôtisserie, 30" largeur, four à nettoyage facile, thermostat. **#94540.** Poêles — (Rayon 22)

Poêles — Rég.: $269.98 — **239.98**
Poêles jaunes, 24 pouces, four à nettoyage continu. **#90956.** Poêles — (Rayon 22)

Sécheuses — Rég.: $249.98 — **199.98**
Sécheuses 3 cycles. **#85300.** Laveuses-sécheuses — (Rayon 26)

Simpsons-Sears Ltd.

Simpsons-Sears Ltd.
Met à l'honneur
les XXI Jeux Olympiques

TELE-SHOPPING
549-8111

HEURES D'OUVERTURE
LUNDI - MARDI - MERCREDI: 9.15 a.m. à 5.30 p.m.
JEUDI - VENDREDI: 9.15 a.m. à 9 p.m.
SAMEDI: 9 a.m. à 5 p.m.

ARVIDA	548-8213
ALMA	668-8357
ROBERVAL	275-3722
DOLBEAU	276-0947

L'auto-approvisionnement à la ferme maintenant

Par M. Lionel Lachance, agronome du ministère de l'Agriculture du Québec

Le programme d'auto-approvisionnement proposé aux agriculteurs en 1972 et destiné à mieux intégrer les productions animales aux productions végétales, a marqué un tournant dans l'évolution de l'agriculture du Québec. Il a signifié d'abord une prise de conscience du potentiel végétal en regard des besoins d'aliments à la ferme et surtout une volonté du M.A.Q. de tirer le maximum de rendement des étendues en culture, et ce, dans toutes les régions. Depuis des années, on poursuivait la cartographie des sols, et divers comités avaient proposé une carte des zones d'adaptation des cultures. Par contre, la productivité des élevages de bovins laitiers était très liée aux céréales provenant de l'Ouest.

Le programme

Une étude des besoins, en regard du potentiel des cultures et des sols, a débouché sur un programme visant l'intensification des cultures à fortes teneurs en protéines, et à rendements élevés. C'est ainsi que la luzerne fut placée en tête de liste, suivie du maïs-fourrager qui fut recommandé partout où les unités thermiques permettaient la formation des grains sans pour autant aller jusqu'à la maturité complète. Le blé de printemps, la féverole et le soja furent également recommandés. Les régions agricoles estimèrent leurs besoins et proposèrent des objectifs à atteindre en regard des cultures les mieux adaptées à leurs conditions. Par exemple, on proposa de doubler les superficies de luzerne ou encore de l'implanter là où les sols pouvaient convenir.

Tout un éventail de moyens fut mis en oeuvre. Les cours agricoles devinrent plus spécialisés. Des dossiers techniques furent publiés comme ceux sur la luzerne, le soja et les céréales. Des diaporamas vinrent appuyer l'action des régions, sans compter les nombreux articles techniques qui rappelèrent le message d'intensifier les grandes cultures.

Dans chaque région, des parcelles de démonstrations, mises en place par les conseillers agricoles, réussirent à montrer le potentiel des espèces et variétés nouvelles à des milliers de visiteurs.

En outre, des concours régionaux furent organisés. Il suffit de mentionner l'"Opération Luzerne" qui a tant fait pour que cette légumineuse soit connue et implantée dans toutes les régions. L'intérêt réel des agriculteurs pour le maïs-fourrager s'est manifesté chaque année par leur inscription en très grand nombre aux concours régionaux. Seul le soja n'a pas connu l'essor souhaité, car le débouché promis n'a pu être obtenu.

Enfin, certaines subventions sont venues seconder la vulgarisation. Aussi le blé de printemps a connu une expansion remarquable grâce aux variétés Opal et Glenlea, mais aussi à la compensation qui était consentie. La féverole n'a pas connu la même ferveur même si le coût des semences était en pratique compensé par le ministère de l'Agriculture.

Les cultures

La **luzerne,** de culture marginale qu'elle était hors de la région de Montréal, est devenue une culture prometteuse presque partout. On estime à 450,000 acres les superficies de luzerne exploitées en 1975.

Le **maïs-fourrager** a fait une trouée importante dans des régions où le climat semblait être la contrainte absolue. En 1975, on a estimé à près de 200,000 acres les étendues en maïs-fourrager.

Le **blé de printemps** a reconquis sa place parmi les céréales au Québec. Les conseillers des régions ont estimé à près de 100,000 acres les emblavures en 1975.

Le **maïs-grain** continue à se propager et les étendues ont dépassé les 150,000 acres en 1975.

Le soja continue, même en l'absence d'huilerie, à intéresser un bon nombre d'agriculteurs dans la zone du maïs-grain.

Les perspectives 1976

Les conditions climatiques ont été telles en 1975 que toutes les cultures ont réussi dans l'ensemble du Québec. Ceci aura sans doute pour effet de redonner aux agriculteurs non seulement le goût de cultiver mais de mieux cultiver en respectant davantage les techniques propres à chaque espèce végétale. D'autre part, les prix offerts pour les grains et les foins vont demeurer fermes si l'on en croit la dernière conférence sur les perspectives agricoles.

Il y a donc lieu de croire que les étendues en **luzerne** vont s'accroître dans toutes les régions. On aura recours à des semis sans plante-abri, car ce mode de semis a semblé très efficace pour assurer un bon établissement. Parallèlement, on peut espérer un accroissement des rendements de foin à l'acre.

Le **maïs-fourrager** devrait poursuivre sa poussée vers des aires moins propices à sa croissance, mais qui peuvent quand même assurer aux agriculteurs des rendements élevés d'ensilage. On connaît mieux les techniques, on utilise davantage les fumures azotées, et le choix des maïs hybrides est plus grand.

Le **maïs-grain** devrait couvrir de plus vastes superficies en 1976, car les besoins du Québec sont grands et les techniques de production sont à point.

Le **soja** va continuer à être cultivé chez ceux qui le connaissent ou qui peuvent l'utiliser à la ferme. On ne prévoit pas d'accroissement, car l'huilerie tarde à s'installer.

Les étendues en **blé de printemps** devraient dépasser les 125,000 acres en 1976. Opal et Glenlea, deux variétés à très forts rendements, seront les vedettes.

Quant à **l'avoine,** malgré ses rendements variables, elle continue à intéresser la majorité des céréaliculteurs. L'usage des variétés recommandées et le respect d'une bonne régie devrait assurer aux producteurs des rendements de 25 à 50 pour cent, supérieurs à la moyenne qui dépasse à peine les 30 minots.

Sears

Grand choix de maillots-T et de pantalons pour enfants



Faites vite! Ces bas prix ne durent que 3 jours.

Maillots-T

1.99 ch.

Confection tricot de polyester Perma-Prest. Choix d'imprimés et de tons unis. Faits au Canada. Pas de repassage. Laver-sécher à la machine. 2, 3, 3X, 4, 5, 6, 6X ans. **# 0250/0350/0780.**

Pantalons

2.99 ch.

Confection denim de nylon extensible ou tricot 100% polyester. Tons unis, imprimés ou imprimé Jacquard. Laver-sécher à la machine. 2, 3, 3X, 4, 5, 6, 6X ans. **# 8200/0013.**

Vêtements pour enfants (Rayon 29)

Ca c'est une aubaine Sears

LE GAGNANT C'EST VOUS

Un autre effort de nos magasins pour offrir, à travers tout le Canada la meilleure marchandise au plus bas prix possible.

Simpsons-Sears Ltd.

Simpsons-Sears Ltd.
Met à l'honneur
les XXI Jeux Olympiques

TELE-SHOPPING
549-8111

HEURES D'OUVERTURE:
LUNDI - MARDI - MERCREDI: 9.15 a.m. à 5.30 p.m.
JEUDI - VENDREDI: 9.15 a.m. à 9 p.m.
SAMEDI: 9 a.m. à 5 p.m.

ARVIDA	548-8213
ALMA	668-8357
ROBERVAL	275-3722
DOLBEAU	276-0947

AGRICULTURE

La rhizoctonie affecte les plants de "patates"

QUEBEC — La résistance de certains plants de pommes de terre au défanage chimique est souvent associée à la présence de rhizoctonie grave. Selon le Dr Gilbert Banville, régisseur de la station de recherche Les Buissons, ce phénomène d'une résistance des plants à la destruction chimique tout banal qu'il paraisse, entraîne parfois de graves conséquences: les tubercules ne mûrissent guère et de plus ils risquent fort d'être attaqués par le mildiou suite aux infections même bénignes encourues par le plant mère.

Malgré l'emploi des divers défanants chimiques qui ont suivi la disparition de l'arsenite de soude, les problèmes de défanage sont fréquents un peu partout dans la province.

Aussi, travaille-t-on depuis quelques années à la station de recherche sur la pomme de terre des Buissons à améliorer l'efficacité du défanage chimique des pommes de terre avant la récolte.

Les observations recueillies à la Station en 1975 quant à quatre variétés, révèlent que 2.5 pour cent des plants ont résisté au défanage après trois semaines. Parmi ceux-ci on rencontrait des plants atteints de rhizoctonie grave dans les proportions suivantes: Avon, 93 pour cent, Keswick, 81 pour cent, York, 98 pour cent, Red Pontiac, 77 pour cent. De telles conséquences peuvent découler non seulement de la rhizoctonie mais aussi d'une semence mal conservée.

Il importe donc que les producteurs utilisent une semence de pommes de terre dont la qualité correspondra au moins aux exigences de la loi de la certification. Ainsi, on préviendra bien des pertes et on économisera en limitant l'usage des pesticides tant sur les semences que sur les récoltes.

Les variétés résistantes à la rhizoctonie

QUEBEC — La création d'une variété de pommes de terre est une entreprise d'envergure et de longue haleine. La station de recherche Les Buissons, dirigée par le docteur Gilbert Banville, collabore à ce sujet avec le Centre de reproduction de la pomme de terre du Canada, situé à Fredericton, Nouveau-Brunswick, par une recherche de parents résistants à la rhizoctonie.

Les généticiens utilisent des parents dont les caractères permettraient la création d'une variété supérieure quant au rendement, à la qualité et au degré de résistance aux insectes et aux maladies répandues, la résistance à la rhizoctonie constitue un de ces caractères. Notons que la rhizoctonie de la pomme de terre affecte les tubercules et les plants non seulement au Québec, mais dans tout le Canada et qu'elle entraîne des pertes d'environ un million de dollars par année au Québec.

La station Les Buissons a mis au point une méthode nouvelle d'épreuve qui a abouti à la découverte de semis particulièrement réfractaires à la rhizoctonie. Ceux-ci sont maintenant utilisés dans les croisements en vue de produire de nouvelles variétés résistant à cette maladie.

Un autre don
Votre appui à la Croix-Rouge

Sears
Rabais $20
Tenues pour la pluie ou le soleil
Manteaux de denim de coton ou velours côtelé.
3 jours seulement.
34.99 Rég. $55
Profitez des rabais offerts pour 3 jours seulement sur notre formidable collection de manteaux de printemps. Nous vous montrons ici 4 de nos 7 modèles. Confection denim de coton ou velours côtelé coton traités au silicone pour imperméabilité. Doublure acétate rayonne traitée Sani-Gard pour fraîcheur permanente. Modèle simple ou croisé, avec ou sans ceinture. Bleu, beige ou gingembre dans le groupe. 6 à 16 dans le groupe.
a. 17R 007 459
b. 17R 007 473
c. 17R 007 460
d. 17R 001 852
Manteaux pour dames (Rayon 17)
CONFORTABLE - PEU D'ENTRETIEN COTON
LE GAGNANT C'EST VOUS
Un autre effort de nos magasins pour offrir, à travers tout le Canada la meilleure marchandise au plus bas prix possible.
Ça c'est une aubaine Sears
Simpsons-Sears Ltd.
Simpsons-Sears Ltd. Met à l'honneur les XXI Jeux Olympiques
TELE-SHOPPING 549-8111
HEURES D'OUVERTURE: LUNDI - MARDI - MERCREDI: 9.15 a.m. à 5.30 p.m. JEUDI - VENDREDI: 9.15 a.m. à 9 p.m. SAMEDI: 9 a.m. à 5 p.m.
ARVIDA 548-8213
ALMA 668-8357
ROBERVAL 275-3722
DOLBEAU 276-0947

Sears







Peignoirs pour dames

Rég.: $20 à $25

Peignoirs et ensembles-peignoirs, modèles et confections variés. Tailles: P.M.G. Similaire à l'illustration.

9.99 ch.

Robes Poco

Rég.: $6.99

Choix de modèles à manches courtes. Couleurs variées dans les tailles: M. et G.

4.99 ch.

Robes de nuit

Rég.: $6 à $8

Groupe de robes de nuit courtes et longues, confection de coton ou Arnel[c]. Modèles variés. Similaire à l'illustration. Tailles: P.M.G.

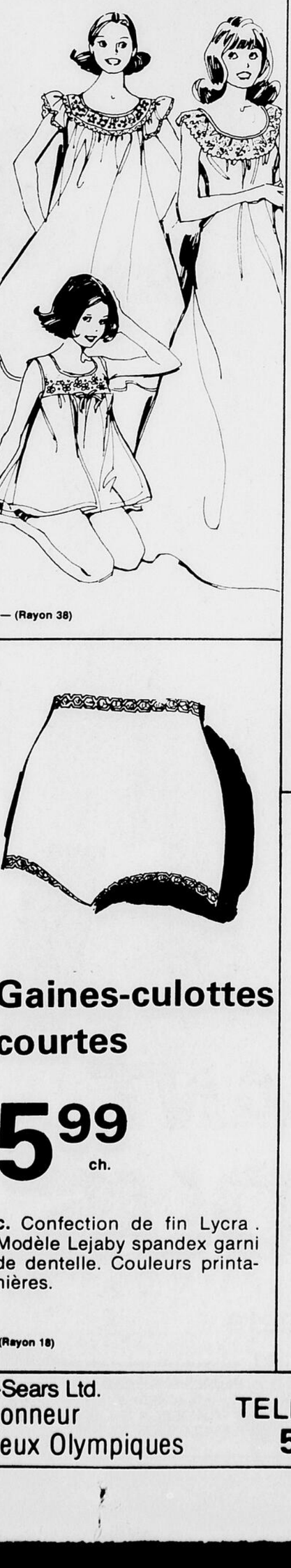
3.99 ch.

Pyjamas "baby-doll"

Rég.: $6 à $8

Confection de coton ou d'Arnel[c] imprimé. Modèles variés. Tailles: P.M.G. Similaire à l'illustration.

3.99 ch.



La femme chez elle — (Rayon 38)

Rabais $10

19.99 ens.

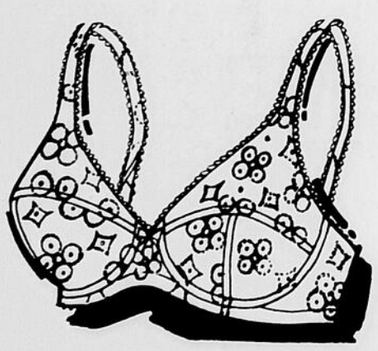
Rég.: $30

Ensembles-pantalon en double tricot de polyester, faciles d'entretien

Vous les aimerez tellement que vous voudrez les porter en toutes circonstances. Vous économisez non seulement à l'achat mais aussi grâce à l'entretien facile de ces ensembles pratiques. Choix de 6 modèles d'ensembles-pantalon, et 2 modèles de tailleur. Tous ont des vestes à manches courtes genre blazer ou chemisier. Pantalon à jambes évasées. Entretien complet à la machine. Tons: brun, rouge, vert, rouille pâle, corail, marine ou bleu poudre. Tailles: 8-20.

a. #17R 002 467
b. #17R 000 480

Manteaux — (Rayon 17)



Soutiens-gorge pigeonnants

5.99 ch.

a. Modèle Lejaby en dentelle de Calais, bon support. Tailles: 30-38, bonnet B. Similaire à l'illustration. Rég.: $12 ch.

Gaines-culottes courtes

5.99 ch.

c. Confection de fin Lycra. Modèle Lejaby spandex garni de dentelle. Couleurs printanières.

Boutique intime — (Rayon 18)

Bas-culottes

Rég.: $0.69

2/.77

Bas-culottes réguliers et nus, pour tailles 100-150 lb, tons variés. **#18 081/18 091.**

Mi-bas de nylon

Rég.: $0.69

2/.77

Pour pointures: 8½ à 11. Tons: beige, brun, gris ou marine. **#14 020.**

Maillots-chemisiers

Rég.: $17

12.99 ch.

Choix de modèles et de couleurs, tailles: P.M.G.

Pantoufles en ratine

Rég.: $2.99 — SPEC.:

2.19

Confection lavable, doublées mousse. Tons: rose, turquoise ou or. Tailles: P.M.G.

Bas nylon — (Rayon 75)

Simpsons-Sears Ltd.

Simpsons-Sears Ltd.
Met à l'honneur
les XXI Jeux Olympiques

TELE-SHOPPING
549-8111

HEURES D'OUVERTURE:
LUNDI - MARDI - MERCREDI: 9.15 a.m. à 5.30 p.m.
JEUDI - VENDREDI: 9.15 a.m. à 9 p.m.
SAMEDI: 9 a.m. à 5 p.m.

ARVIDA	548-8213
ALMA	668-8357
ROBERVAL	275-3722
DOLBEAU	276-0947