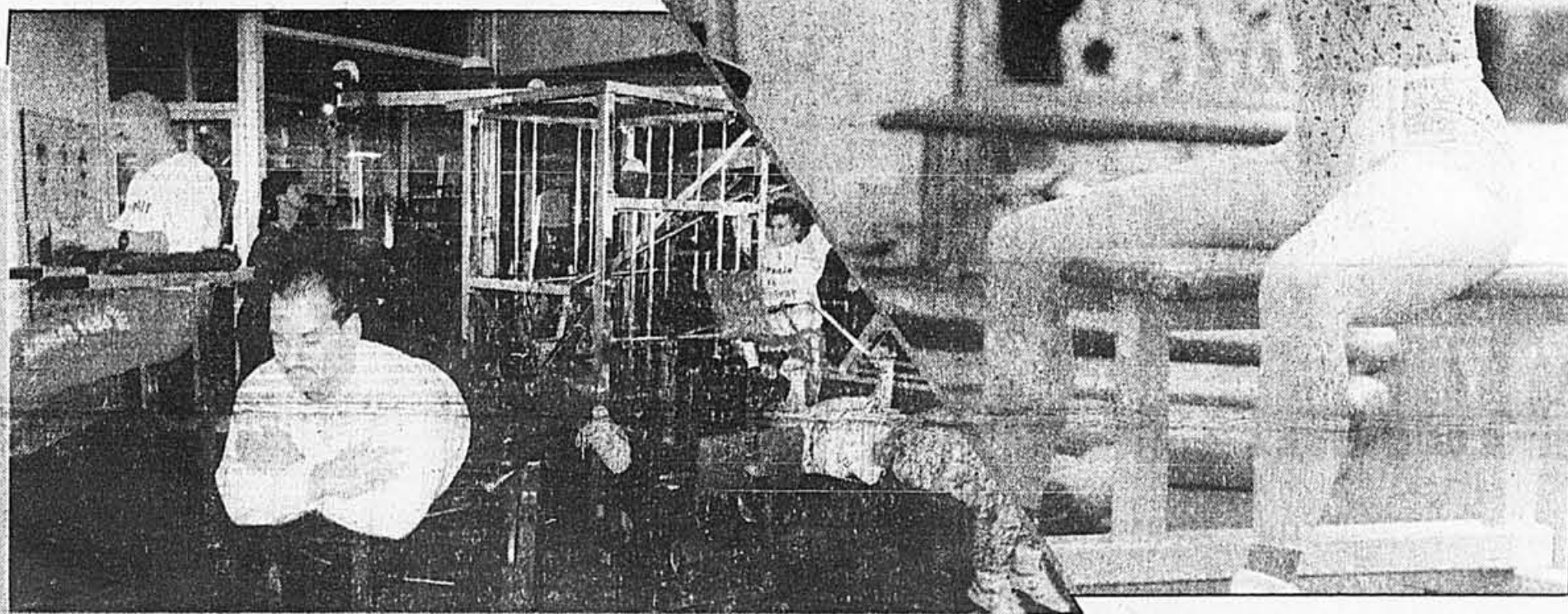


AUCUNE EXCUSE

POUR NE PAS ÊTRE EN FORME

CONCEPTION GRAPHIQUE RENÉE FLEURY

PHOTOS JEAN GOUPIL, La Presse



Avec les appareils hydrauliques, on fournit un effort égal pour pousser et tirer la barre vers soi, explique Huguette Delisle. On fait donc travailler avec la même intensité deux groupes de muscles.

Sur cet appareil aux fonctions multiples, on voit à l'avant-plan Rosario Rossi (parallèle au sol), Richard Gauthier (à sa gauche), Ronnie Huot (à l'arrière), Manon Ledoux et Daniel Lafortune. Les mini-gyms vendus un peu partout en sont une mini-version.



DANIELLE BONNEAU

Quiconque veut réellement se mettre en forme a de moins en moins d'excuses pour se défilier. Invoquer le manque de temps n'est pas très convaincant: toutes sortes d'appareils sont disponibles pour faire de l'exercice à la maison. Se plaindre d'une trop grande distance à parcourir n'émouvra pas non plus personne. Un grand nombre de centres de conditionnement physique mettent des instructeurs au service de leur clientèle pour les guider dans leur démarche. Il s'en trouve au moins un à proximité de chez soi.

Ce n'est pas le choix qui manque. Veut-on opter pour un centre et faire de la danse aérobique, de la nage, des exercices d'assouplissement ou de la musculation, on peut choisir l'endroit qui répond le mieux à nos besoins. Certains centres sont mixtes ou ont une clientèle majoritairement masculine, tandis que d'autres ne sont réservés qu'aux femmes. L'ambiance qui y règne est déterminante et peut aider à motiver ceux qui ont besoin d'un petit coup de pouce supplémentaire.

Rosario Rossi, gérant du gymnase Ben Weider au Centre Immaculée-Conception, estime que ceux qui s'entraînent chez lui se déplacent parce qu'il aime l'ambiance de la place et peuvent utiliser une tonne d'équipement.

« Et cela change les idées », dit-il.

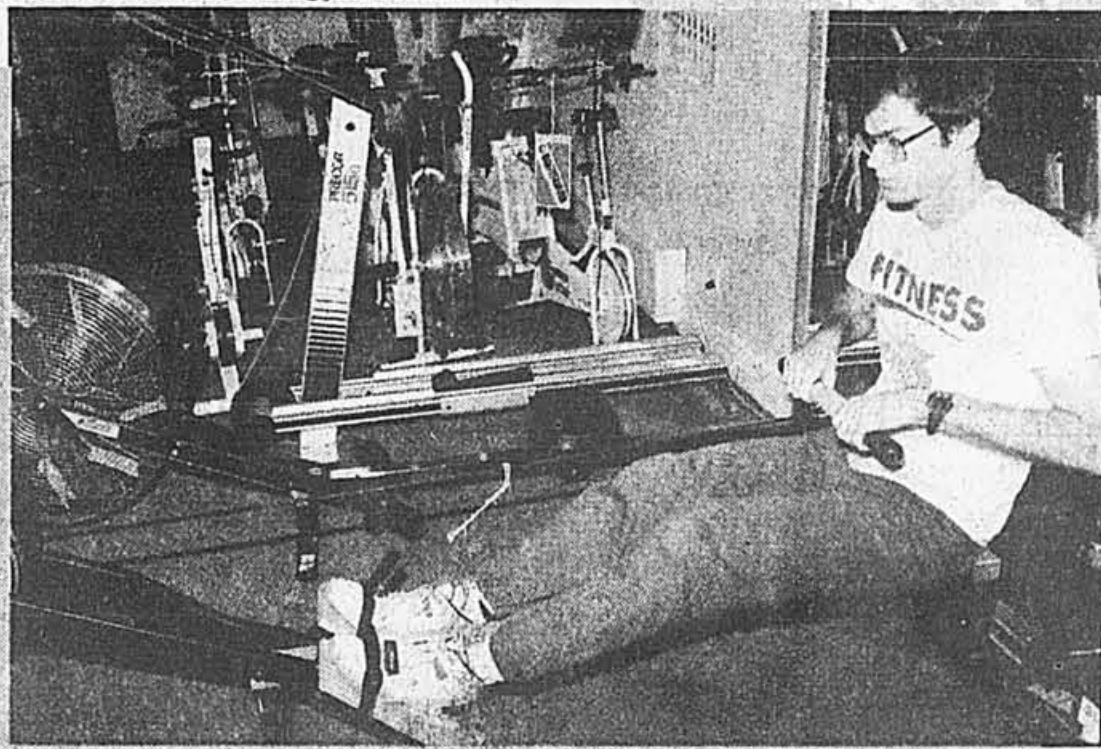
En voyant les rangées d'altères qui jonchent le sol et les nombreux appareils de musculation, on devine que ce sont surtout des hommes qui fréquentent le gymnase (seulement 20 p. cent des membres sont des femmes). Aucun cours de danse aérobique n'est offert sur place. Il faut se rendre sur un autre étage (et déboursier d'autres sous) pour pouvoir en faire. Situation que Rosario Rossi veut modifier dans un avenir assez rapproché.

« Pour attirer les femmes, il faut absolument pouvoir offrir des cours de danse aérobique, en plus d'avoir des appareils, explique-t-il. Les femmes viennent d'abord pour participer aux cours et essaient ensuite les machines, après avoir vu les autres s'en servir. Ce qui n'est pas le cas pour les hommes.

« Beaucoup de femmes ne veulent pas que leurs muscles grossissent et hésitent à utiliser les appareils, continue-t-il. Mais elles peuvent raffermir leurs muscles sans que leur volume n'augmente, en utilisant des poids moins pesants et en répétant l'exercice plus souvent qu'une personne qui cherche à faire grossir ses muscles. »

Seulement pour les femmes

Huguette Delisle, propriétaire des deux succursales du Centre de conditionnement physique pour la femme, a décidé, il y a cinq ans, de mettre sur pied un centre destiné uniquement aux femmes. Les membres peuvent participer notamment à des sessions de danse exercice, de danse aérobique sans choc et d'exercices aquaformes. Les ap-



Selon Marcel Parent, que l'on voit ici en train de ramer, c'est important de choisir un appareil qui nous plaît.

pareils de musculation utilisés fonctionnent sur la base d'une résistance hydraulique (en faisant chaque exercice, on pousse de l'huile dans un cylindre muni d'un piston).

« Les femmes ont souvent peur des grosses machines, explique-t-elle. J'ai sélectionné ces appareils à cause de leur apparence et parce qu'ils sont excellents pour développer l'endurance et la puissance des muscles.

« Contrairement aux altères que l'on soulève mais qui redescendent toutes seules avec la force de la gravité, ces appareils exigent un effort égal pour pousser et tirer la barre vers soi, continue-t-elle. On fait donc travailler deux groupes musculaires avec la même intensité. Selon les appareils, on fait travailler les muscles des cuisses, des jambes, des épaules, des bras ou des pectoraux. »

Ceux qui préfèrent s'entraîner à la maison ont eux aussi un vaste choix. Ils peuvent se procurer des bicyclettes stationnaires, des machines à ramer, des appareils qui simulent le ski de fond, des mini-gyms et même des tapis roulants. Les prix varient d'une centaine jusqu'à quelques milliers de dollars.

Très alléchant. Mais avant de faire une acquisition, il faut se demander si on se servira pour la peine de la machine. Être certain qu'on ne remisera pas l'appareil dans un coin après s'en être servi quelques fois.

Car la bicyclette stationnaire, qui est de loin la plus populaire, ne fournit pas le même agrément que la vraie bicyclette. Le parcours est plutôt monotone... et on ne risque pas de faire des rencontres intéressantes. Pour remédier à ces inconvénients, on suggère de regarder la télévision ou d'écouter la radio.

Plusieurs, par ailleurs, vantent les mérites des machines pour ramer et faire du ski de fond. Marcel Parent, professeur de conditionnement physique au YMCA et conseiller au magasin spécialisé Exerb, refuse de dire quel appareil est le meilleur. Selon lui, cela dépend des préférences de chacun.

« Les machines pour ramer et faire du ski de fond sont particulièrement bonnes et exigeantes, dit-il. Elles font travailler tout le corps. Mais on ne peut pas dire qu'un genre d'exercice est meilleur que les autres.

« Si quelqu'un aime la bicyclette stationnaire et en fait régulièrement, c'est plus efficace que s'il n'utilise sa machine à ramer ou à faire du ski de fond qu'une fois par deux semaines, poursuit-il. En simulant le ski de fond, on fait un très bon exercice. Mais cela demande beaucoup de discipline. Entre quatre murs, c'est très plat. C'est pourquoi c'est important de choisir un appareil qui nous plaît. On est porté à en faire plus souvent. »

UNE GRANDE OUVERTURE
JEUDI LE 15 SEPTEMBRE
LES SALLES DE BAINS UN CHOIX
FALCO DE STYLES

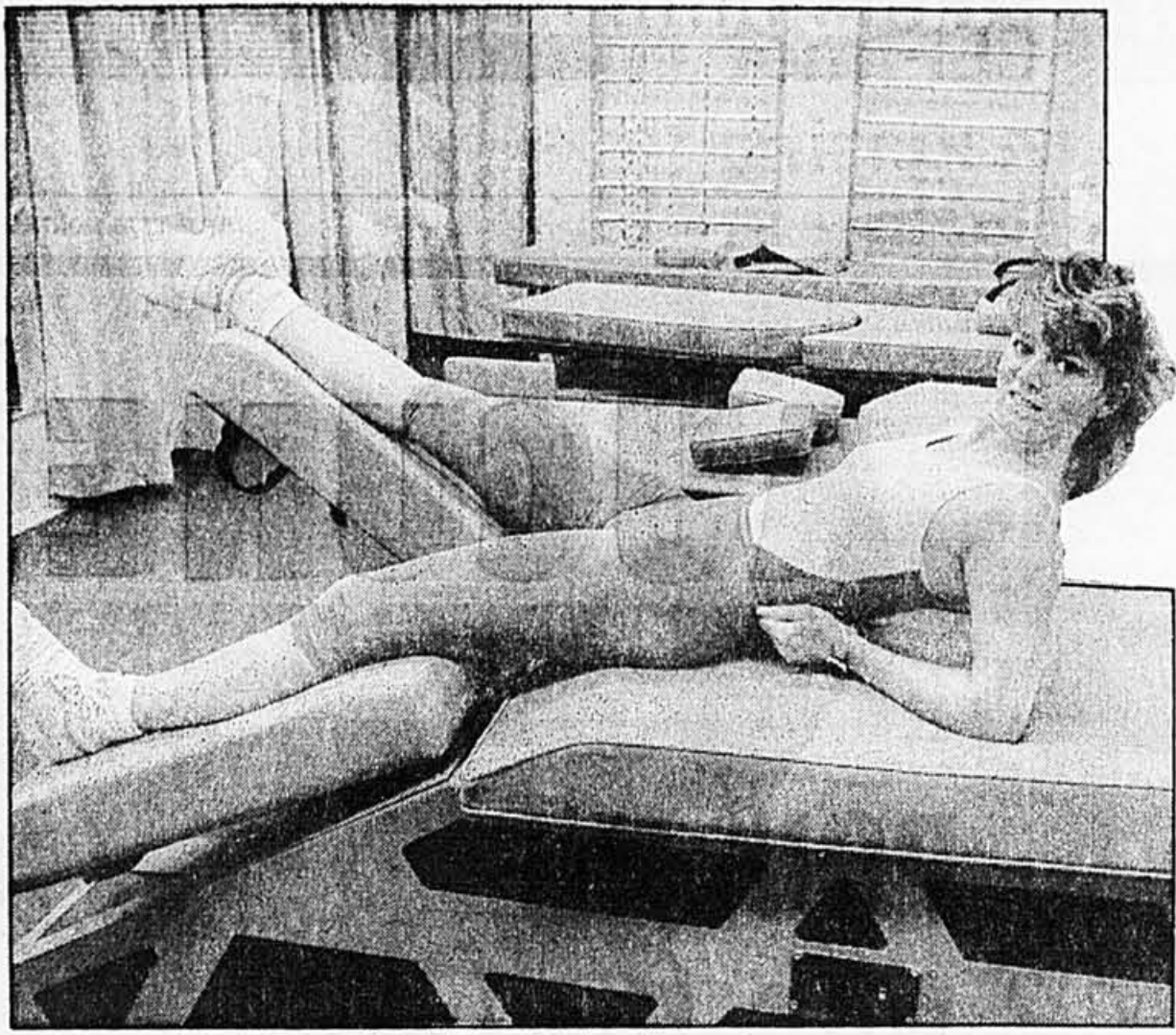
GRATUIT
 Schémas d'aménagement de votre salle de bains et sessions de décoration sur place.

COUREZ-VOUS LA CHANCE
 de gagner un magnifique bain tourbillon d'une valeur de 1185 \$.
 Le tirage aura lieu le 3 Novembre 1988.
 Complétez le coupon et déposez-le au magasin.
 (règlements disponibles sur place)

SOYEZ-DE-LA-FÊTE!
 Visitez notre magasin et recevez un superbe gant de toilette.
 (jusqu'à épuisement des stocks)

FALCO DÉCARIE
 Plomberie F.R. Design Inc.
 Décor Décarie (Décarie Square)
 6900, boul. Décarie, local 110 A
 Montréal (Québec) H3X 2T8
 Tél.: (514) 733-5016

NOM: _____
 ADRESSE: _____
 TÉL. RÉS.: _____ BUR.: _____



En opposant de la résistance, Chantal Rioux fait travailler ses muscles. PHOTO JEAN GOUJIL. La Presse

Il ne faut pas espérer maigrir en se couchant sur les tables

DANIELLE BONNEAU

Depuis quelques mois, plusieurs compagnies spécialisées vantent les mérites des tables d'exercice qui permettent aux gens d'atteindre des résultats observables tout en demeurant passifs. On se couche sur des tables et on les laisse travailler pour soi. Mais est-ce vraiment efficace? Peut-on se mettre en forme sans faire d'effort?

Huguette Delisle, propriétaire des deux Centres de conditionnement physique pour la femme, a acheté cet été sept tables d'exercices pour chacun de ses établissements. Pour être à la toute dernière mode mais aussi parce qu'elle croit qu'elles peuvent être efficaces.

«On peut se servir de ces tables de deux façons, explique-t-elle. On peut rester huit minutes sur chacune et se laisser aller complètement. Mais l'idéal, c'est de faire travailler ses muscles en opposant de la résistance. Quand la machine fait lever une jambe, par exemple, la personne force pour la faire descendre. Selon sa condition physique, un individu peut faire huit minutes d'effort, ou quatre minutes de repos. Ce n'est pas un exercice cardio-vasculaire comme faire de la bicyclette, mais cela tonifie les muscles.

«C'est excellent, par exemple, pour ceux qui ne veulent pas faire beaucoup d'exercice, qui ont 40 ou 50 ans et sont en mauvaise condition physique, poursuit-elle. Ils peuvent commencer par cela. Et qui sait, en voyant les autres faire de l'exercice autour d'eux, vont-ils se risquer à essayer autre chose.»

Louise Gagnier, spécialiste en activité physique, ne croit pas qu'on puisse se mettre en forme sans faire d'effort.

«C'est une contradiction, estime-t-elle. Mais si quelqu'un se remet d'une crise cardiaque ou a été malade et veut doucement retrouver sa condition physique, les tables peuvent être bonnes. Elles vont lui permettre d'augmenter sa circulation sanguine.

«Tout dépend comment les tables sont utilisées, continue-t-elle. Si on applique une certaine résistance, elles peuvent très certainement agir sur les muscles.»

Pas pour maigrir

Il ne faut surtout pas espérer maigrir seulement en se couchant sur les tables et en se laissant aller. Isabelle Troxler, directrice nationale des ventes d'appareils Tone Master, souligne que les tables d'exercice aident à realigner le corps, donc à retrouver une bonne posture. Leur effet est une perte de pouces... mais pas de poids.

«Avec la gravité et les années, les épaules sont projetées vers l'avant et le bassin a tendance à se diriger vers l'arrière, explique-t-elle. Les appareils aident à répartir le poids. Si la personne a une meilleure posture, son bassin est mieux placé, et elle a par le fait même un ventre moins volumineux. Elle perd des pouces, mais pas des livres. Pour maigrir, il faut faire attention à ce qu'on mange et faire des exercices complémentaires comme marcher et nager.»

Selon elle, les tables augmentent la flexibilité du corps, tonifient les muscles, améliorent la circulation sanguine et aident, de ce fait, à éliminer la cellulite.

Toutes sont fabriquées selon les principes de leur inventeur, l'Américain Bernard Stauffer, qui les a mises au point en 1936. Elles ont sombré dans l'oubli après sa mort, mais elles connaissent un regain de popularité depuis le début des années 80, lorsque le brevet d'invention de Stauffer a expiré, après 50 ans. Ce sont surtout des femmes, pour l'instant, qui les utilisent.

On en trouve maintenant dans un grand nombre de salons de bronzage, (ils ont vu leur clientèle diminuer et espèrent ainsi remonter la pente), dans certains centres de conditionnement, chez des esthéticiennes, dans des salons de coiffure, dans les bureaux de physiothérapeutes, dans des résidences pour personnes âgées, dans des salles d'exercice de condominiums et dans des centres de jeûne.

Peu de gens peuvent toutefois installer ces tables d'exercices chez eux, puisqu'elles coûtent environ \$35 000. Certains fabricants en font six différentes, tandis que d'autres en offrent sept. Elles permettent d'étirer le corps et agissent notamment sur les muscles du fessier, des hanches, des jambes, de l'abdomen et du bassin. Le coût d'utilisation varie selon les endroits.

«Il y aura une guerre des prix, prédit Mme Delisle, du Centre de conditionnement physique pour la femme. Cela coûtera, selon les endroits, entre \$5 et \$10 pour une séance d'environ une heure. Les gens devraient toutefois vérifier s'ils ont accès à une douche et voir quels autres services connexes sont offerts.»

Autres informations en page F 6

Être en forme...

Être en forme malgré L'ARTHRITE RHUMATOÏDE

Jean Gairdner
 Tout en vous renseignant sur l'arthrite rhumatoïde, cet ouvrage vous aidera à adopter une attitude saine à l'égard de cette maladie et vous convaincra des nombreux mérites d'un programme de conditionnement physique. 128 pages. #603



Être en forme malgré ses troubles CARDIAQUES



Bryce Taylor
 Un ouvrage pour aider les gens qui souffrent de troubles cardiaques, qui ont subi des opérations ou encore qui veulent prévenir les effets dévastateurs de cette maladie. Ce livre leur expliquera les différentes causes des troubles cardiaques et la meilleure approche pour connaître son cœur. 104 pages. #605

Être en forme malgré ses MAUX DE DOS



Susan Shaw
 Pour améliorer la santé de votre dos ou en soulager les douleurs, voici des conseils sur les bonnes postures à adopter au travail ou à la maison ainsi que des exercices correctifs. La nature et les causes du mal de dos, la condition physique générale, la nutrition et le mode de vie y sont également traités. 128 pages. #606

On doit former les médecins pour qu'ils insistent davantage sur la prévention

Associated Press
 EDIMBOURG

Des médecins et des responsables internationaux de la santé ont établi une stratégie pour promouvoir une meilleure santé à travers le monde: former les médecins pour qu'ils insistent davantage sur la prévention que sur les soins curatifs.

La Conférence mondiale sur l'éducation médicale d'Edimbourg a publié une déclaration réclamant une profonde réforme de la formation des médecins, en insistant plus largement sur la prévention des maladies.

Le Dr Grant, directeur exécutif du Fonds des Nations unies pour l'enfance a déclaré qu'il était possible d'améliorer nettement la santé des générations futures. Mais on n'enseigne pas aux parents à protéger leurs enfants des «grands fléaux» tels que les diarrhées, la rougeole, le tétanos, la coqueluche, et les infections respiratoires aiguës.

Plus de neuf millions d'enfants meurent chaque année dans le monde de ces maladies, a-t-il ajouté.

Selon le Dr Grant, il faut trouver des moyens d'apprendre aux gens à améliorer leur propre santé.

Priorité

Le Dr Hiroshi Nakajima, directeur de l'Organisation Mondiale de la Santé, a déclaré que dans certains pays, il y a trop de médecins formés pour pratiquer la médecine curative, alors que la priorité est la prévention.

Les médecins réunis à la conférence ont appris que les Écossais se tournaient vers une médecine

alternative, et mettaient en place des groupes d'auto-assistance car ils n'étaient pas satisfaits des médecins.

«Ils font cela car ils estiment que les médecins ne leur consacrent pas suffisamment de temps ou de considération», a déclaré Linda Headland, secrétaire de l'Association écossaise pour les comités de santé locaux.

«Les gens veulent davantage d'informations sur leurs traitements et ils veulent être davantage impliqués dans les décisions qui sont prises. Il veulent être traités avec un peu de dignité et de respect», a-t-elle déclaré.

«Les médecins ne pensent à

leurs patients que quand ils sont malades», a estimé le professeur Walton, psychiatre et président de la Fédération mondiale pour l'éducation médicale. «La formation médicale doit s'étendre aux soins donnés aux gens dans la communauté — à leur domicile et à leur travail.»

Le professeur a ajouté qu'il y a un sérieux problème de surpopulation médicale dans certains pays. «Dans plusieurs pays d'Europe, il y a une grave surproduction de médecins. Beaucoup d'entre eux ne peuvent pas se spécialiser et donc ils ne peuvent pas se rendre utiles avec leur formation de base», a-t-il déploré.

Yves Saint-Laurent chez les communistes

Agence France-Presse
 LA COURNEUVE, France

Pour la première fois, la collection du grand couturier français Yves Saint-Laurent a été, le week-end dernier, la vedette d'une manifestation populaire: la fête annuelle du quotidien communiste L'Humanité, dans une banlieue de Paris.

Après des expositions sur les peintres Picasso, de Staël, et les écrivains Aragon et Genêt, les années précédentes, les responsables communistes avaient voulu «renouveler la tradition culturelle» en faisant «s'unir pour un soir le logo YSL et celui de L'Humanité».

Au Parc de la Courneuve, 40 000 à 50 000 personnes, selon les organisateurs, ont ainsi ap-

plaudi plus de 120 modèles défilant sur les airs célèbres de la Cal-las.

Pierre Bergé, pdg de la société Yves-Saint-Laurent, avait sélectionné pour cette soirée exceptionnelle les modèles à thème du couturier: un clin d'oeil à la période russe, manteaux de tsarines et chapskas de fourrure, et à la période chinoise de 1976. Homme d'affaires de gauche, M. Bergé vient d'être nommé à la tête de l'Opéra de Paris.

Les vieux militants communistes et des invites venus nombreux ont pu voir la dernière collection de l'hiver 88 récemment présentée aux professionnels, ainsi que les plus grands succès d'Yves Saint-Laurent: des robes du soir rebrodées de dessins de Braque aux fourrures multicolores et aux smokings.



20%
 de réduction aux abonnés de La Presse sur tous nos livres.

N° d'abonné _____

(603) 9,95\$ 7,95\$
 (605) 9,95\$ 7,95\$
 (606) 9,95\$ 7,95\$

Vous pouvez commander par téléphone en utilisant votre carte VISA ou MASTERCARD. **285-6984**

Vous pouvez recevoir ces livres en remplissant et en retournant ce coupon aux:

Éditions La Presse, Ltée
 44, Saint-Antoine ouest
 Montréal (Québec)
 H2Y 1J5

Nom _____
 Adresse _____
 Ville _____ Province _____
 Code postal _____ Tél. (____) _____

Chèque Mandat
 VISA MASTERCARD

N° _____
 Date d'expiration _____

Prière de noter que les échanges et les remboursements ne sont pas acceptés.

Prix des livres + frais de manutention 1,50\$
 Montant total ci-joint _____
 Aussi en vente chez votre fournisseur habituel

L'ACEF met en garde contre le magasinage le dimanche et l'achat par ordinateur

Plusieurs associations de consommateurs se sont prononcées contre le magasinage du dimanche, en invoquant la qualité de vie, celle des employés aussi bien que celle des consommateurs. L'ACEF de Sainte-Thérèse (association coopérative d'économie familiale) est aussi contre l'ouverture des magasins le dimanche, et recommande plutôt l'ouverture le mercredi soir. Il faudrait cependant conserver le même nombre total d'heures de magasinage, soit 62 heures par semaine.

Le magasinage du dimanche serait limité au dépannage primaire, à l'approvisionnement de biens essentiels comme les médicaments, l'essence, l'huile à

chauffage, et à l'écoulement d'une production artisanale ou saisonnière.

Pour qu'un bon nombre de consommateurs profite des heures allongées le mercredi soir, il faudrait, souligne l'ACEF, que les grandes entreprises distribuent la paye le mercredi plutôt que le jeudi.

L'électronique

Le bulletin d'information de l'ACEF de Sainte-Thérèse traite aussi du magasinage par informatique, à l'aide des systèmes Minitel et Alex. « L'achat à domicile ne nous projette-t-il pas dans une vie de plus en plus seule, isolée, sans lien avec les autres? » demande-t-

on. Faire son épicerie et ses transactions bancaires devant le petit écran éliminera-t-il le besoin de sortir de chez-soi, ou au contraire, permettra-t-il de mieux utiliser son temps pour voir ses amis? »

Le bulletin de l'ACEF indique une tension parmi les associations de consommateurs. On trouve méprisante l'attitude d'Ottawa, qui favorise une association pan-canadienne peu active au Québec, l'Association canadienne des consommateurs (presque \$3 millions pour la sauver de la faillite et lui permettre de continuer la publication de sa revue, Le Consommateur Canadien) alors que la Fédération des ACEFS se faisaient couper les fonds, de \$103000 à \$17000.

Bottes Élegantes **LORRINI** *Le spécialiste*

POUR **JAMBES FORTES**

aussi **CHAUSSURES POUR DAMES**

POINTURES **3 à 13**

LARGEURS **3A à 3E**



MONTREAL
1420, Stanley
(514) 842-5925

SHERBROOKE
Les Tourelles
3025, King Ouest
(819) 564-4450

OTTAWA
133, Bossoror
(613) 230-7729

1 SEMAINE SEULEMENT

En solde du 11 au 17 sep. 1988

6.95 ~~9.95~~
Liquidation

rabais \$3

Glacière pour 6 cannettes au froid

Radio Shack

68-8102

Ajoutez de l'espace pour vos programmes et données avec la carte de disque dur 20 M-o

Augmentez la capacité de votre Tandy 1000 ou 3000 avec une carte de disque dur. Permet d'amorcer votre ordinateur sans disque souple.

599.00 ~~899.00~~

25-1032

rabais \$300

Interphone FM sans fil à 2 postes et touche d'émission

Interphones à prix budget idéal pour bureau ou mur. Installation facile.

39.95 ~~59.95~~ le jeu

rabais \$20 le jeu

43-207

Chaîne AM/FM stéréo avec magnéto à deux platines

Comprend 2 enceintes assorties à 2 voies, un meuble pratique et un tourne-disque semi-automatique à 2 vitesses. Et autres caractéristiques.

349.95 ~~449.95~~

13-1229

rabais \$100

AVERTISSEMENT: La copie de matériels avec droits d'auteur est strictement défendue par la loi et peut donner lieu à une amende ou à une peine de prison

Amplificateur électronique

Avec haut-parleur et micro intégré. Pour mains libres.

44.95 ~~59.95~~

43-292

rabais \$15

Paq. de 10 cassettes 90 min. donne plus pour votre argent

L'ensemble complet: dans un étui.

19.95 ~~26.88~~
Liquidation

rabais 25%

44-8307

Magnéto AM/FM stéréo léger

39.95 ~~59.95~~

rabais \$20

14-8050
Liquidation

Rasoir de voyage portatif à pile

14.95 ~~24.95~~

rabais \$10

63-9019

Calculatrice avec grand affichage LCD

9.95 ~~15.95~~

rabais \$6

65-561

Multimètre à 43 gammes avec doubleur de gamme et continuité à bip sonore

Sensibilité de 50.000 ohms/V CC. Avec protection de surcharge.

22-214

rabais \$20

39.95 ~~59.95~~

Radio Shack

DIVISION INTER-TAN CANADA LTEE

Voyez les pages blanches pour le détaillant participant ou le magasin Radio Shack le plus près



Sauf pour les articles en liquidation, des bons de réduction seront remis si un article est épuisé. Nous nous réservons le droit de corriger les erreurs typographiques. Piles non incluses si non mentionnées.

Comment éviter les frais bancaires

■ L'entente intervenue entre le gouvernement et les institutions financières prévoit un compte de base comprenant un minimum de frais. Pour permettre au consommateur de faire un choix éclairé, Consommation et Corporations Canada publie un tableau comparatif de ces comptes de base pour chacune des grandes institutions

à charte, de même que pour les principales sociétés de fiducie sous réglementation fédérale. Le ministère s'engage à publier régulièrement une mise à jour sur les frais de services, et à faire parvenir le tableau à ceux qui lui en font la demande.

COMPTES DE DÉPÔT DE BASE Banques à charte fédérales au 1er septembre 1988

	FRAIS POUR DÉPÔTS	FRAIS POUR RETRAITS	SOLDE MINIMUM	FRAIS DE TENUE DE COMPTE	FRAIS POUR CHEQUES	INTÉRÊT VERSÉ	RÉGIME DE L'ÂGE	RÉGIME DE JEUNESSE
Banque de Montréal «Compte de chèques véritable» «Compte d'épargne pratique»	non	35¢ chacun	non	non	35¢ par chèque aucun chèque permis	non	oui	oui
Banque de Nouvelle-Écosse «Compte-chèques d'épargne»	non	non	non	non	40¢ par chèque 1 chèque gratuit pour chaque tranche de 200\$ du solde trimestriel	oui	oui	oui
Banque Toronto Dominion «Compte-chèques d'épargne»	non	2 retraits ou chèques gratuits par mois, puis 50¢ par retrait à la succursale ou 40¢ à la «machine verte» lorsque le solde minimum est moins de 1 000\$	un solde mensuel minimum de 1 000\$ donne droit aux retraits ou chèques gratuits	non	2 retraits ou chèques par mois puis 50¢ par chèque si le solde minimum est moins de 1 000\$	oui	oui	oui
Banque Canadienne Impériale de Commerce «Compte-chèque d'épargne»	non	non	non	non	35¢ par chèque 1 chèque gratuit pour chaque tranche de 100\$ du solde trimestriel	oui	oui	oui
Banque Royale du Canada «Comptes-chèques sur livrets»	non	non	non	non	40¢ par chèque 1 chèque gratuit pour chaque tranche de 200\$ du solde trimestriel aucun chèque permis	oui	oui	non
«Compte-bon d'épargne» Banque Nationale du Canada «Compte-chèques d'épargne»	non	non	non	non	30¢ par chèque 1 chèque gratuit pour chaque tranche de 100\$ du solde trimestriel lorsque le solde minimum est de plus de 1 000\$	oui	oui	non

NOTES:
1. Pour de plus amples renseignements, adressez-vous directement à l'institution financière en question.
2. D'autres frais d'administration peuvent s'appliquer aux comptes énumérés ci-dessus.
3. Les régimes de Troisième âge et de Jeunesse peuvent également s'appliquer à d'autres comptes.

COMPTES DE DÉPÔT DE BASE Principales sociétés de fiducie au 1er septembre 1988

	FRAIS POUR DÉPÔTS	FRAIS POUR RETRAITS	SOLDE MINIMUM	FRAIS DE TENUE DE COMPTE	FRAIS POUR CHEQUES	INTÉRÊT VERSÉ	RÉGIME DE L'ÂGE	RÉGIME DE JEUNESSE
Canada Trust «Compte-chèques»	non	non	solde mensuel minimum de 1 000\$	non	30¢ par chèque ou 1 chèque gratuit pour chaque tranche de 100\$ du solde mensuel	oui	oui	non
Central Guaranty Trust «Le coupe-frais» non	non	non	non	non	non	non	oui	oui
Montreal Trust «Compte de chèques personnels» «Compte épargne-plus»	non	non	non	non	non aucun chèque permis	non oui	non non	non non
Trust Royal «Compte sans frais»	non	non	non	non	non	lorsque le solde excède 5 000\$	oui	oui
Trust General «Compte épargne véritable à intérêt quotidien» «Compte épargne-chèques Bénéfices plus»	non	non	non	non	aucun chèque permis	oui	oui	non
Trust National VG «Compte-chèques d'épargne»	non	non	solde mensuel moyen de 1 000\$	non	35¢ par chèque lorsque le solde est de moins de 1 000\$	oui	oui	non

NOTES:
1. Pour de plus amples renseignements, adressez-vous directement à l'institution financière en question.
2. D'autres frais d'administration peuvent s'appliquer aux comptes énumérés ci-dessus.
3. Les régimes de Troisième âge et de Jeunesse peuvent également s'appliquer à d'autres comptes.



Les ballons à air chaud ont conquis droit de cité

La montgolfière est devenue un outil de communication

PHILIPPE BURON PILATRE
de l'Agence France-Press
PARIS

■ La montgolfière est devenue en moins de cinq ans un formidable outil de communication. De la sortie d'un parfum à la rencontre cycliste de 3^e zone, les ballons à air chaud ont conquis droit de cité. Mais le sport et les compétitions s'en trouvent également développés.

La manne céleste et financière vient des entreprises qui ont découvert que ces engins qui atteignent parfois 30 mètres de haut sont des apports intéressants pour leur communication. En France, sur les 400 montgolfières en état de vol, plus de 90 pour cent portent des marques publicitaires. Le coût ne semble plus un obstacle, même s'il faut parfois compter plus de 250 000 F pour la réalisation et près de 100 000 F pour une exploitation moyenne annuelle.

Bénéficiaires, les pilotes de montgolfières qui, une fois passés les vols «captifs», les démonstrations sur les super-marchés, les inaugurations de directions régionales, etc... font passer le concept «compétition sportive» dans l'esprit des directeurs de marketing et de publicité. Le goût de la compétition est revenu et il est intéressant de constater qu'aux championnats de France, fin août à Annonay, près de 60 montgolfières étaient inscrites, pour une trentaine il y a encore trois ans, dont seulement 3 n'affichent pas de slogan publicitaire.

En deux ans, les budgets publicitaires ont doublé, voire triple ou se sont littéralement envolés. Alors qu'un partenaire important ne donnait que de 30 à 40 000 F, les sommes dépassent actuellement la dizaine de millions de centimes. Et des partenaires prestigieux du monde du sponsoring sont venus s'intégrer au milieu aérostatique après avoir construit leur premier ballon. Du transport (Air France) au travail temporaire (Novasam) en passant par la Poste et quelques grandes sociétés nationalisées ou récemment privatisées, la montgolfière s'est donc implantée sans bruit.

Les nouvelles règles du jeu
A l'horizon 1993, la «charge se fait moins légère». Les grands projets foisonnent et l'on parle désormais d'internationalisation de l'aérostation. Car si la France connaît une grande progression, elle n'est pas la seule. En RFA, Belgique, Italie, Espagne, Portugal, toute l'Europe semble envahie par la même fièvre. Un secteur qui connaît bien les Canadiens qui ont déjà il y a quelques années organisé de grandes manifestations médiatico-aérostatiques. L'arrivée de certaines multinationales n'est pas étrangère à cette européanisation, qui comme les sponsors traditionnels de l'aérostation les Groupes Primagaz, Novalliance,

Kodak, etc... ont déjà une vocation internationale et une flotte de montgolfières frappées aux armes de la société mère et de ses filiales.

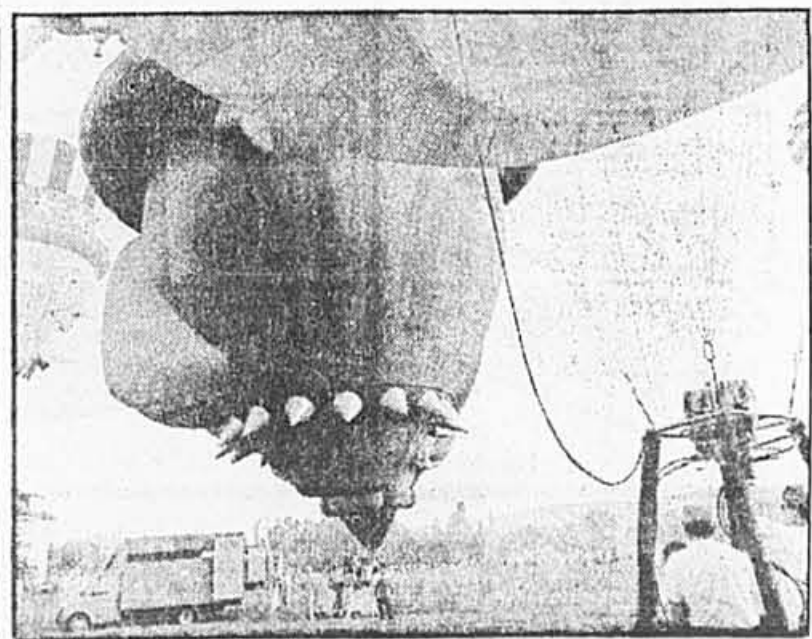
Deux projets attirent désormais les financiers. L'organisation en France pour le bicentenaire de la Révolution Française de la plus importante compétition mondiale: 789 montgolfières entre Nancy et Metz, avec un final dans la région parisienne (les Hauts de Seine) et une compétition intergrandes-écoles-européennes-entreprises. Sans compter les grands rassemblements sportifs qui comme les derniers Jeux d'hiver à Calgary ont accueilli d'importants rassemblements de ballons à air chaud. Une véritable «ballonmanie».

Il n'est plus rare de voir, lors de compétitions, les responsables de la communication organiser des rencontres avec leurs partenaires, leurs clients et parfois leur personnel, pour une «opération de relations publiques — relations presse». Les villages de sponsors, qui avaient vu le jour en 1985 dans la principale manifestation européenne (le challenge Pilâtre de Rozier, à Metz du 2 au 4 septembre), ont été généralisés. On règle des «affaires», tandis que les grosses bulles multicolores envahissent le ciel.

La généralisation du sponsoring a généré une nouvelle forme de montgolfières. Les «ballons en forme». A l'instar du milliardaire américain Malcom Forbes qui a fait réaliser son château, un moto, un sphinx et autres étrangetés, certains sponsors n'hésitent pas à faire construire des bouteilles (d'alcool — l'étranger uniquement), un marteau, un camion, etc... Gigantesques bulles d'air chaud, ces «formes» se généralisent, à tel point qu'au Luxembourg au début du mois d'août, une trentaine d'entre elles se sont retrouvées pour une compétition... inhabituelle. Pour les puristes de «l'air chaud», cette communication est une déviation. Mais pour le public un enchantement...

Et dans ce renouveau, il ne faut pas oublier les dirigeables à air chaud. Inexistants au début de l'année 1988, ils sont déjà trois à arborer les couleurs de ville ou sponsor. Maniables, imposants, ces dirigeables pourront dans quelques années envahir le marché de la publicité aérienne.

Dernier pays à être envahi par la «ballonmanie», le Japon qui organisera en 1989 un championnat du monde de montgolfières s'intéresse de très près à cette forme de communication. Mais pour Jacques Petitjean, directeur de la communication du Groupe Primagaz, partenaire privilégié des sports aériens depuis 10 ans, «la France possède plus de cinq ans d'avance dans ce domaine et restera encore à la pointe de l'innovation dans les dix ans à venir».



Les montgolfières : une nouvelle forme de commandite.

Voici quelque chose qui va vous emballer!

TOUTES NOS MONTURES

1/2 PRIX

VEZNEZ ÉPARGNER chez nous. A l'achat d'une paire de lunettes de prescription (lentilles et monture), vous aurez 50% de réduction sur le prix régulier de la monture. Examen de la vue par un optométriste. Valable du 6 septembre au 15 octobre 1988. Aucun autre rabais ou programmes spéciaux ne peuvent être appliqués.

CHOIX — SERVICE — QUALITÉ
OPTIQUE LAURENTIENNE

VILLE ST-LAURENT: 331-4041
VILLE LASALLE: 365-3262
VALLEYFIELD: 371-5066
DORVAL: 631-3300
SHERBROOKE: (819) 563-4431
GATINEAU: (819) 568-1873

ROSEMÈRE: 437-0090
ST-JEAN: 348-7361
ST-JÉRÔME: 436-3080
LAVAL: 687-6232
STE-AGATHE: (819) 326-8121
AYLMER: (819) 682-6055

L'ordinateur reconstitue les airs anciens

Agence France-Presse
PARIS

■ Des airs de clavecin, luth, orgue, cistre, fredonnés à la Renaissance, nous ne connaissons presque rien. Écrits en signes ésotériques ils gardent leurs secrets. Pour sortir du silence ces merveilles de notre patrimoine des chercheurs du CNRS ont travaillé d'arrache-pied pendant des années à la conception d'un logiciel de traduction musicale.

Fruit d'une collaboration entre une équipe de musicologues du CNRS d'Ivry dirigée par Mme Hélène Charnassé et un informaticien canadien, Bernard Stepien, de l'Université d'Ottawa, ce logiciel devrait révolutionner le monde de la musique...

Jusqu'à la fin du 17^e siècle, les oeuvres de guitare, luth et même de certains instruments à clavier comme l'orgue, étaient conservées sous la forme de tablatures. Ces partitions, faites de lettres et de chiffres, indiquaient au joueur la position des doigts sur l'instrument.

Ces solfèges ou clés de lecture, répondent à une parfaite logique... Mais cette logique, qui était perçue par le luthiste du 16^e et se transmettait par tradition orale, nous échappent... Les morceaux, bien souvent les « tubes » de l'époque, se chantaient, et les musiciens les connaissaient par coeur, alors pourquoi les écrire soigneusement... « Tout reposait sur le sens musical des interprètes... »

Confrontés à une longue suite de signes ésotériques les musicologues traduisaient jusqu'ici les tablatures gomme et crayon à papier à la main. Un travail long et fastidieux qui ne porte pas souvent ses fruits puisque bien des clés de décodage restent méconnues. Un vrai sacerdoce!

A partir de 1962, Hélène Charnassé entre au CNRS pour déchiffrer à la main des recueils de guitare du 16^e siècle. « J'ai passé environ cinq années de ma vie la gomme et le crayon à la main, sur les bancs de la Bibliothèque Nationale... Même si les règles, les astuces qui soutendent la notation lui échappent encore, elle en pressent la logique rigoureusement mathématique. Alors pourquoi ne pas retranscrire ces tablatures avec un ordinateur? »

En 1986, les travaux d'Hélène Charnassé prennent une nouvelle impulsion avec l'avènement de la microinformatique. Bernard Stepien, virtuose du clavier, d'ordinateur celui-là, s'attelle à son tour au problème.

Petit à petit le logiciel prend forme. Il calcule la position des notes les unes par rapport aux autres et restitue la structure de l'oeuvre, c'est-à-dire l'organisation des sons entre eux. Mais pas n'importe comment. Il se réfère aux règles musicales en usage à l'époque. Comme une erreur peut toujours se glisser, la mélodie est vérifiée avec la partition vocale conservée dans des ouvrages du temps.

Avec ces partitions, pas de problèmes de transcription, elles étaient écrites sur les portées que nous connaissons tous. « Jusqu'au 18^e siècle, le chant était en effet considéré comme le noble art musical », s'amuse Hélène Charnassé, « et les chanteurs étaient des gens respectés, sésés savoir lire ». CQFD.

Le logiciel Charnassé-Stepien est aujourd'hui le dernier recours pour sortir du silence toutes ces oeuvres témoins d'une époque très créatrice... C'est pourquoi il intéresse déjà bien des bibliothèques, des musiciens en quête de nouveaux répertoires et aussi des éditeurs de partitions.

LIQUIDATION DE VÊTEMENTS MODE D'AUTOMNE POUR JEUNES FILLES EN VIGUEUR MAINTENANT CHEZ SEARS!



HAUTS

PANTALONS ET JUPES

Hauts à notre plus bas prix de la saison! Blouses habillées et chemisiers tout-aller en un choix de modèles et de couleurs. Superbes pulls unis ou à motif jacquard, pulls en tricot à encolure 'Wallace Beery' ou ras du cou.

Pantalons et jupes... choisissez parmi notre super sélection de jupes ou de pantalons en denim ou à velours côtelé. Tailles jeunes filles 3-13 ou 27"-34".
Ceinture non incluse.

Magasinage en personne, jusqu'à épuisement des stocks.

Prix en vigueur jusqu'au 17 septembre 1988, ou jusqu'à épuisement des stocks.

SEARS

vous en avez pour votre argent...et plus

SATISFACTION OU REMBOURSEMENT • SERVICE APRÈS-VENTE ASSURÉ DANS TOUT LE CANADA • LA CARTE DE CRÉDIT N° 1 DES MAGASINS À RAYONS AU CANADA • LE MAGASIN DES MARQUES KENMORE, DIEHARD, CRAFTSMAN

Les mentions 'Ord.' ou 'Étal' de Sears Canada Inc. se rapportent à des prix Sears. Heures d'ouverture: 9h30 à 17h30 du lundi au mercredi; de 9h30 à 21h le jeudi et le vendredi; de 9h à 17h le samedi. Ville St-Laurent, Place Vertu, 335-7770; Brossard, Mail Champlain, 465-1000; Anjou, Galeries d'Anjou, 353-7770; Laval, Carrefour Laval, 682-1200; LaSalle, Carrefour Angrignon, 364-7310; St-Jérôme, Carrefour du Nord, 432-2110; St-Jean, Carrefour Richelieu, 349-2651.
Copyright Canada, 1988, Sears Canada Inc.

brother

VENTE DE DÉMÉNAGEMENT!

HEURES D'AFFAIRES: JEUDI, VENDREDI, 15 et 16 SEPTEMBRE, de 15 h à 21 h
SAMEDI 17 SEPTEMBRE, de 10 h à 17 h

ÉCONOMISEZ JUSQU'À **70%**

- TOUS LES JOURS, CADEAUX AUX 100 PREMIERS CLIENTS
- TOUS LES MODÈLES OFFERTS AVEC LA GARANTIE BROTHER
- QUANTITÉS LIMITÉES

- MACHINES À COUDRE ET ACCESSOIRES
- MACHINES À ÉCRIRE DE BUREAU
- MACHINES À ÉCRIRE PORTATIVES
- CALCULATRICES
- IMPRIMANTES
- MACHINES À TRICOTER ET ACCESSOIRES
- MOBILIER DE BUREAU D'OCCASION

*Diffère de l'illustration



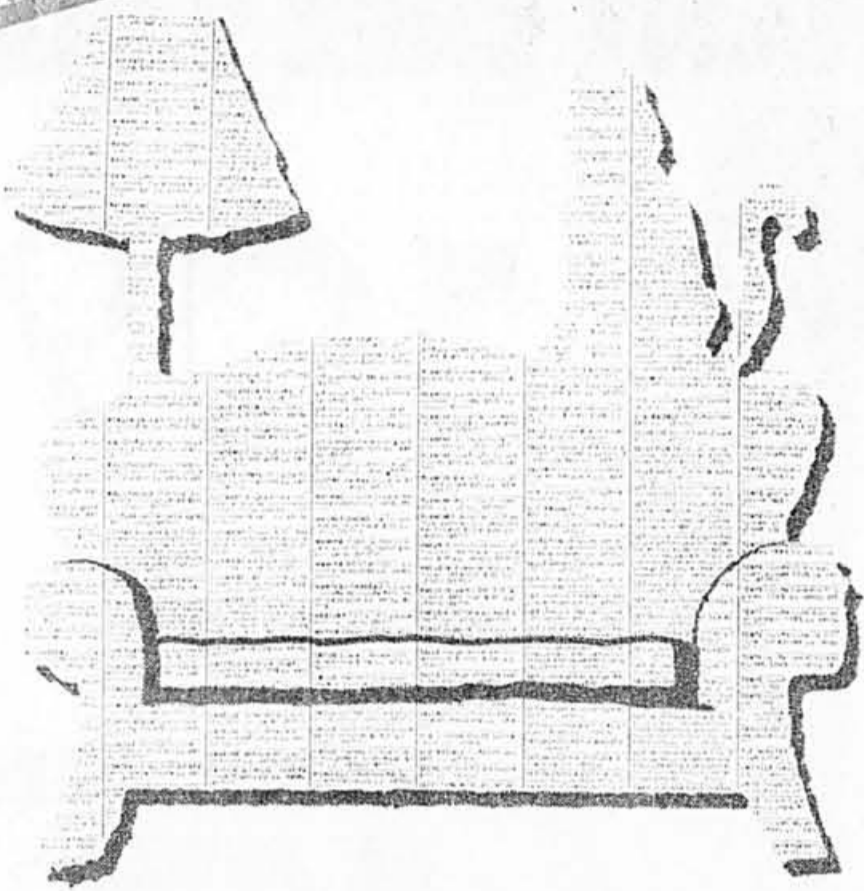
Profitez de cette super vente / Des prix à ne pas manquer / Un choix d'articles à voir!

1515, boul. Pitfield, Saint-Laurent



LU...

OFFRE SPECIALE



VENDU! PÊLE-MÊLE

Vendez de tout avec
2 lignes d'annonce!*
5 jours consécutifs
pour 10,95\$, soit
219\$
seulement
par jour.

285-7111

Interurbains sans frais : 1-800-361-5013

*Pêle-Mêle ne s'adresse qu'aux particuliers et exclut les annonces concernant l'immobilier, les services et les véhicules motorisés. On peut annuler son annonce en tout temps après la première parution, mais la facturation sera établie pour 5 jours de publication.

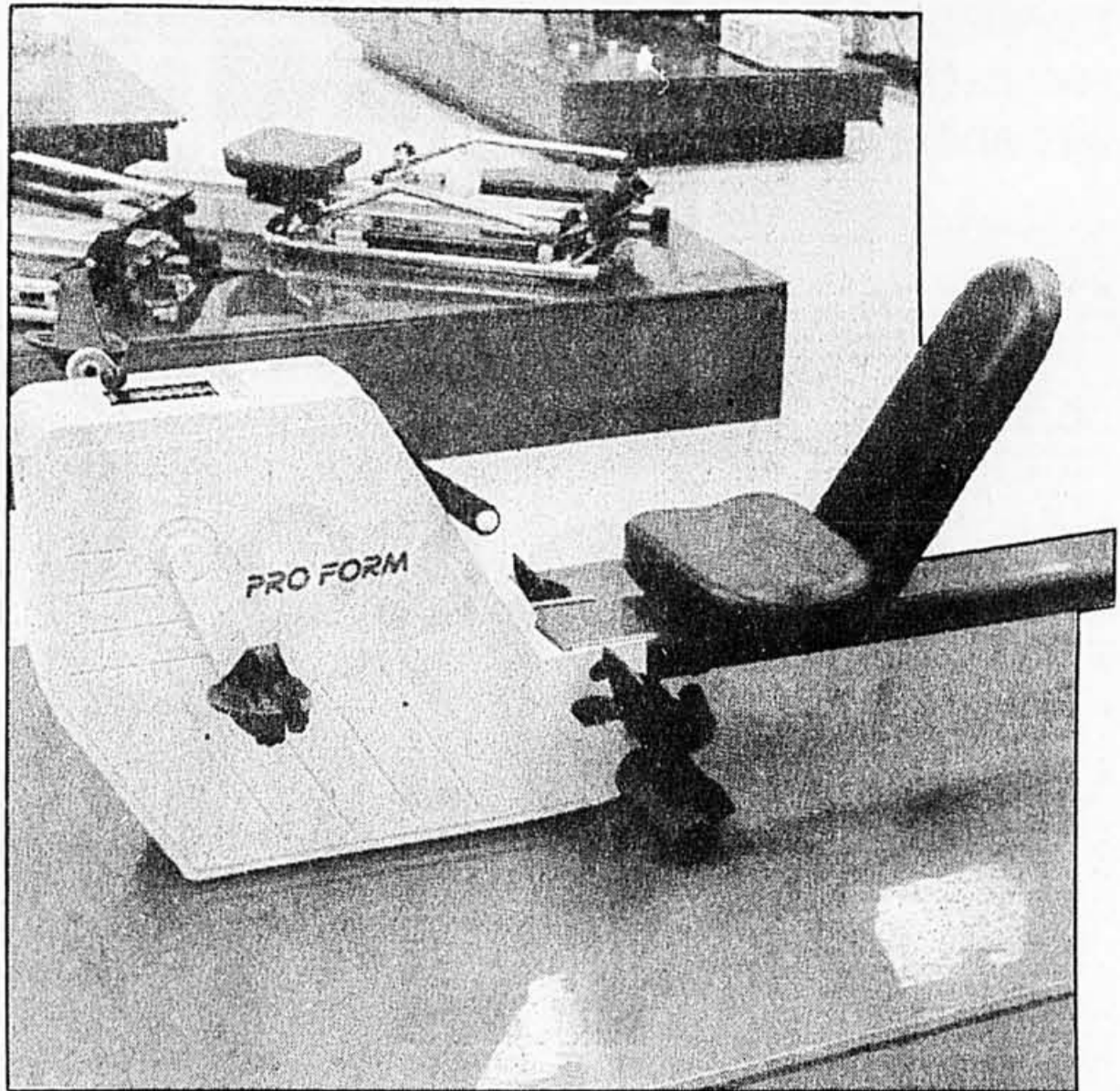


PHOTO MICHEL GRAVEL, La Presse

La grande nouveauté chez Eaton centre-cille est cet appareil qui combine les deux mouvements de la machine à ramer et de la bicyclette. Le banc est ajustable, selon l'exercice choisi et on enlève le dossier pour ramer. Mais attention. Il faut avoir des grandes jambes pour joindre les pédales.

Acheter une bicyclette stationnaire n'est pas une mince affaire

Les prix et la qualité varient considérablement d'un appareil à l'autre

DANIELLE BONNEAU

■ Acheter une bicyclette stationnaire ou une machine à ramer n'est pas une mince affaire. Les prix varient considérablement d'un appareil à l'autre, tout comme leur qualité et leurs différentes fonctions.

Chez La Baie et Eaton, par exemple, les bicyclettes stationnaires se vendent, au prix régulier, de \$139 (chez le premier) et \$169 (chez le second), jusqu'à

\$600. Les gens avertis feraient bien toutefois d'attendre les ventes.

« Nos six modèles de bicyclettes et de machines à ramer sont en vente régulièrement, soutient Earle Fisher, superviseur du département des sports de La Baie. Toutes les deux semaines, un modèle différent de chaque genre est en réclame. Chaque appareil est donc plus d'une fois durant l'hiver. »

Selon lui, la bicyclette stationnaire la plus populaire est celle qui coûte \$200 lorsqu'en vente.

« Elle est de bonne qualité, explique-t-il. Elle est plus solide que l'appareil de \$139 et a un banc plus confortable, ce qui est très important. Si l'utilisateur est bien assis, il sera capable de pédaler pendant une bonne demi-heure. Ce qu'il ne fera pas s'il ne se sent pas bien. »

M. Fisher conseille de vérifier la capacité de tension de l'appareil convoité. Pour voir si on peut pédaler longtemps et conserver la même résistance. Une roue qui est assez pesante, par ailleurs, exigera plus d'effort. Elle lui rendra également la tâche plus agréable.

« Si le poids de la roue est trop léger, la motion arrête tout le temps, réplique Marcel Parent, professeur de conditionnement physique au YMCA et conseiller au magasin spécialisé Exerb. Si la roue pèse 30 ou 40 livres, par contre, le mouvement sera plus doux. »

Bicyclettes de luxe

On peut trouver, chez Exerb, des bicyclettes stationnaires qui coûtent de \$350... jusqu'à \$3 200. Ce qui les distinguent les unes des autres: certaines font des tests de conditionnement physique, ont un guidon mobile qui permet de faire travailler davantage le haut du corps (elles coûtent près de \$1 000), d'autres sont inclinées et ont un siège muni d'un dossier très confortable, pour ceux qui souffrent de maux de dos (le mo-

dele le plus luxueux revient à \$1 695), tandis que la bicyclette la plus chère, qui coûte \$3 200, a un cadran électronique et interagit avec son occupant. Des petits cyclistes apparaissent sur l'écran et mettent leur adversaire au défi. Celui-ci peut choisir parmi une vingtaine de parcours.

Les machines à ramer sont généralement disponibles à un coût moindre. Chez Eaton, par exemple, il faut déboursier de \$90 à \$300 pour s'en procurer un modèle, tandis qu'à La Baie, elles vont de \$139 jusqu'à \$350 (au prix régulier). Chez Exerb, l'appareil le moins cher coûte \$350, mais on n'en trouve aucun qui coûte plus de \$725.

Que faut-il considérer? Tout d'abord la douceur du roulement du banc.

« Si le roulement est plaisant, les gens seront plus motivés et utiliseront plus souvent leur appareil, croit Marcel Parent. Les cylindres doivent aussi être de qualité. Ils conserveront ainsi leur résistance. Sinon, après cinq minutes, la personne ramera dans le beurre. »

Earle Fisher, de La Baie, recommande également de choisir des cylindres à l'huile, parce qu'ils sont plus silencieux.

« Avant d'acheter un appareil comme la machine à ramer, on suggère aux gens de demander à leur médecin si l'exercice leur convient, prévient Ed Rudick, directeur général du magasin Exerb. Pour que, si quelqu'un a des maux de dos ou a déjà subi une blessure, sa condition ne soit pas empirée. »

Autres options

Ceux qui veulent améliorer leur système cardio-vasculaire ou désirent faire de la musculation peuvent choisir d'autres appareils. Chez Eaton (au centre-ville), la grande nouveauté est un appareil qui combine les deux mouvements de la machine à ramer et de la bicyclette. On fait l'un ou l'autre, selon le goût du jour. Le prix? \$599,98.

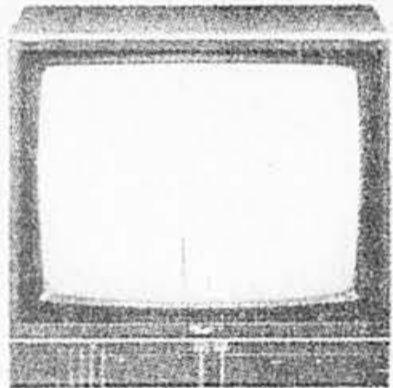
Chez Eaton et chez La Baie, par ailleurs, on peut trouver des mini-gyms qui combinent divers exercices pour développer les muscles des jambes, des cuisses, du ventre et des bras. Chez La Baie, on peut se procurer deux modèles: un petit qui contient un maximum de 140 livres, a des poids en plastique et coûte \$325 (il faut dépenser \$129 supplémentaires pour ajouter l'appareil qui fait travailler les pectoraux), et un modèle plus gros, qui contient jusqu'à 280 livres, a des poids en métal et est plus solide. Il coûte \$1 500 lorsqu'il est complet.

« Les mini-gyms sont aussi populaires que les simples altères, révèle Earle Fisher. Mais plusieurs vont préférer les autres parce qu'elles peuvent peser plus de 140 livres. Elles sont donc meilleures pour faire certains exercices... et elles sont moins chères. »

Parmi les autres appareils qui sont disponibles, on retrouve les tapis roulants, qui coûtent \$1 600 chez Eaton et entre \$1 500 et \$8 000 chez Exerb. Ils plaisent surtout aux personnes âgées. Dans ce dernier magasin, on trouve aussi un appareil qui donne l'impression de monter des marches et fait travailler les muscles des jambes et le système cardio-vasculaire. Il coûte \$829.

3 GRANDS SPÉCIAUX FORTIN

4 JOURS SEULEMENT



TÉLÉ COULEUR STÉRÉO 28 po

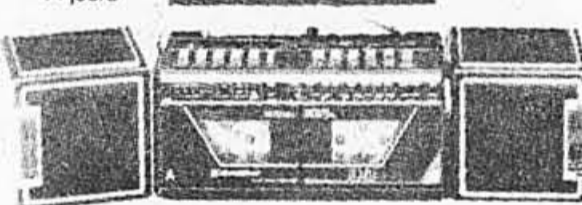
- affichage à l'écran
- bornes pour haut-parleurs
- entrée vidéo
- convertisseur et télécommande

Seulement
799⁹⁵\$



MAGNÉSCOPE 3 têtes Seulement
399⁹⁵\$

- programmation à l'écran
- 8 programmes, 14 jours
- effets spéciaux et convertisseur



RADIO PORTATIVE Seulement
129⁹⁵\$

- double cassette
- à haut-parleurs amovibles

TÉLÉ • VIDÉO • AUDIO

47, rue Fleury ouest 381-9261

SERVICE À DOMICILE PAR NOS TECHNICIENS

LES PHOTOS PEUVENT DIFFÉRER DES MODÈLES EN VENTE

FORTIN

ELECTRONIQUE

LOCATION DE CAMÉRAS VIDÉO POUR VOS WEEKENDS ET VOS VACANCES

POUR RAFRAÎCHIR VOS MEUBLES FAITES-LES RECOUVRIR PAR L'UNIQUE LUCIEN JUTRAS LE PLUS GRAND SPECIALISTE DES MEUBLES REMIS À NEUF

ÉPARGNEZ jusqu'à **30%**

sur tous les tissus de marques réputées

PROFITEZ DE L'UNE DE CES OFFRES

- 30% de réduction sur tous les tissus de marques réputées, ou
- 50% de réduction sur tous les tissus en stock
- Estimation verbale gratuite



5 ans de garantie écrite sur la main-d'œuvre
Estimation gratuite partout au Québec

ÉPARGNEZ jusqu'à **50%**

de réduction sur tous les tissus en stock

6 RAISONS DE FAIRE RÉNOVER VOS MEUBLES

- Chaque pièce est entièrement démontée.
- Le cadre de bois est renforcé et, si nécessaire, certaines pièces sont remplacées.
- Les coussins sont coupés et ajustés selon le motif choisi.
- Les tissus sont soigneusement coupés par nos artisans.
- Les tissus sont assortis par une couturière expérimentée.
- La finition est complétée avec un grand soin et chaque meuble est entièrement révisé et emballé pour la livraison.



253-1400
Division de 89117 Canada Ltée

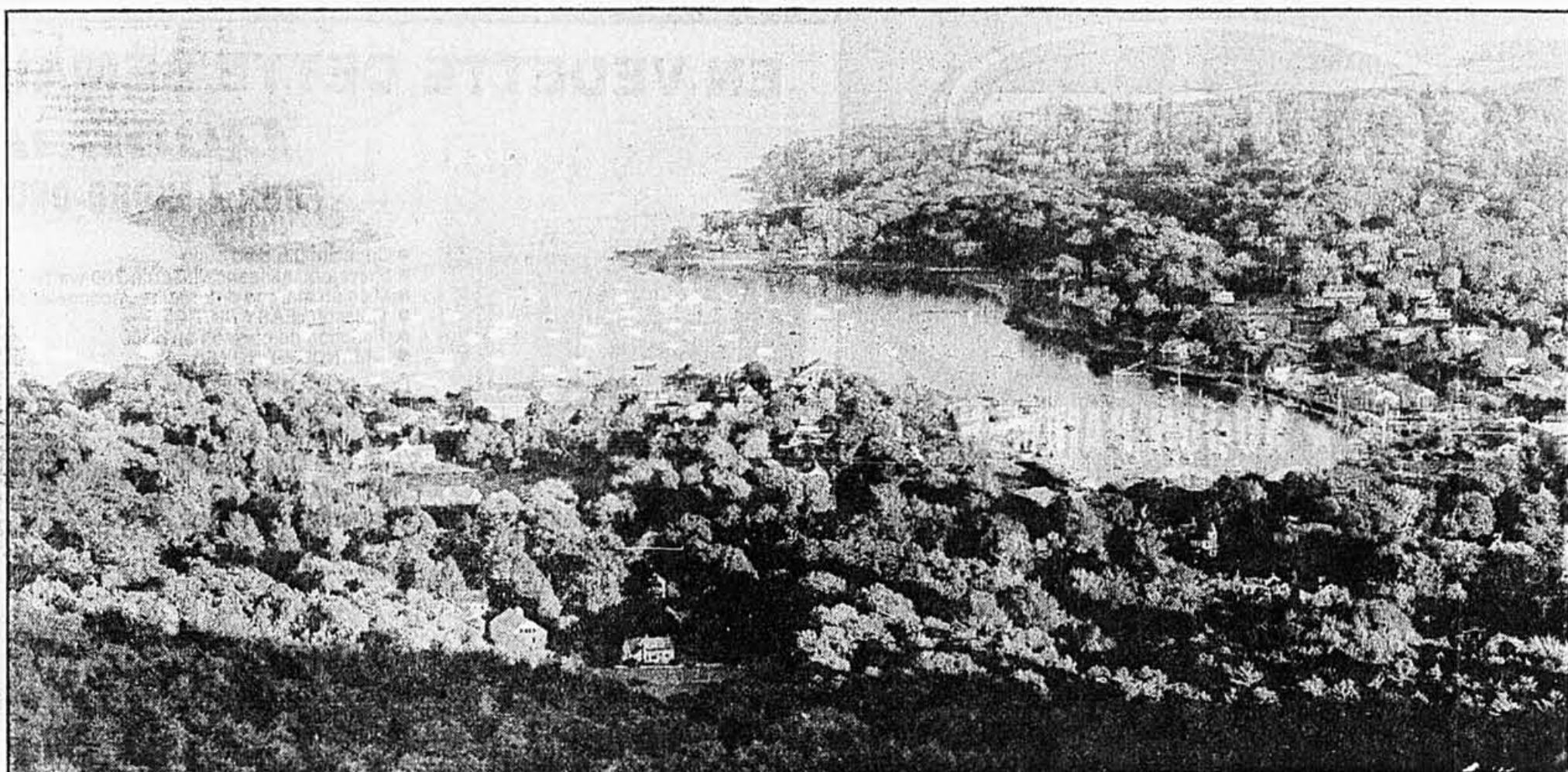
LUCIEN

2475, Leclaire,
Montréal, Québec H1V 3A6

Jutras
enr.
MAIN-D'OEUVRE DE PREMIÈRE QUALITÉ

SPÉCIAL POUR LES PERSONNES DE L'ÂGE D'OR
UN CADEAU sera remis aux personnes de l'âge d'or à l'occasion d'une estimation gratuite.
SANS OBLIGATION

LAVAL
POUR STE-ROSE ET FABREVILLE
appelez Fernand Demeule
253-2508



Des bateaux à l'ancre dans la baie de Penobscot à Camden. Un exemple du calme maritime du Maine.

Les beautés du MAINE



Le phare de Pemequid Point, un exemple parfait de l'architecture de la Nouvelle-Angleterre.

APN

Le Maine. Ce nom évoque des images de terres vierges, de beautés naturelles sans fin et de cette paix qui fait tellement défaut dans notre quotidien mouvementé et désordonné. S'évader de cette fébrilité dans un pays un peu sauvage comme l'État du Maine peut être une source de souvenirs impérissables.

Une bonne partie de la côte du Maine a été conservée dans son état naturel grâce à la création du Parc national Acadia, le plus vieux de tous les parcs américains situés à l'est du Mississippi et le deuxième parc des USA pour ce qui est du nombre de visiteurs. Cette côte est également réputée pour l'un de ses plus fameux habitants, le homard, dont vingt millions de livres sont pêchées chaque année.

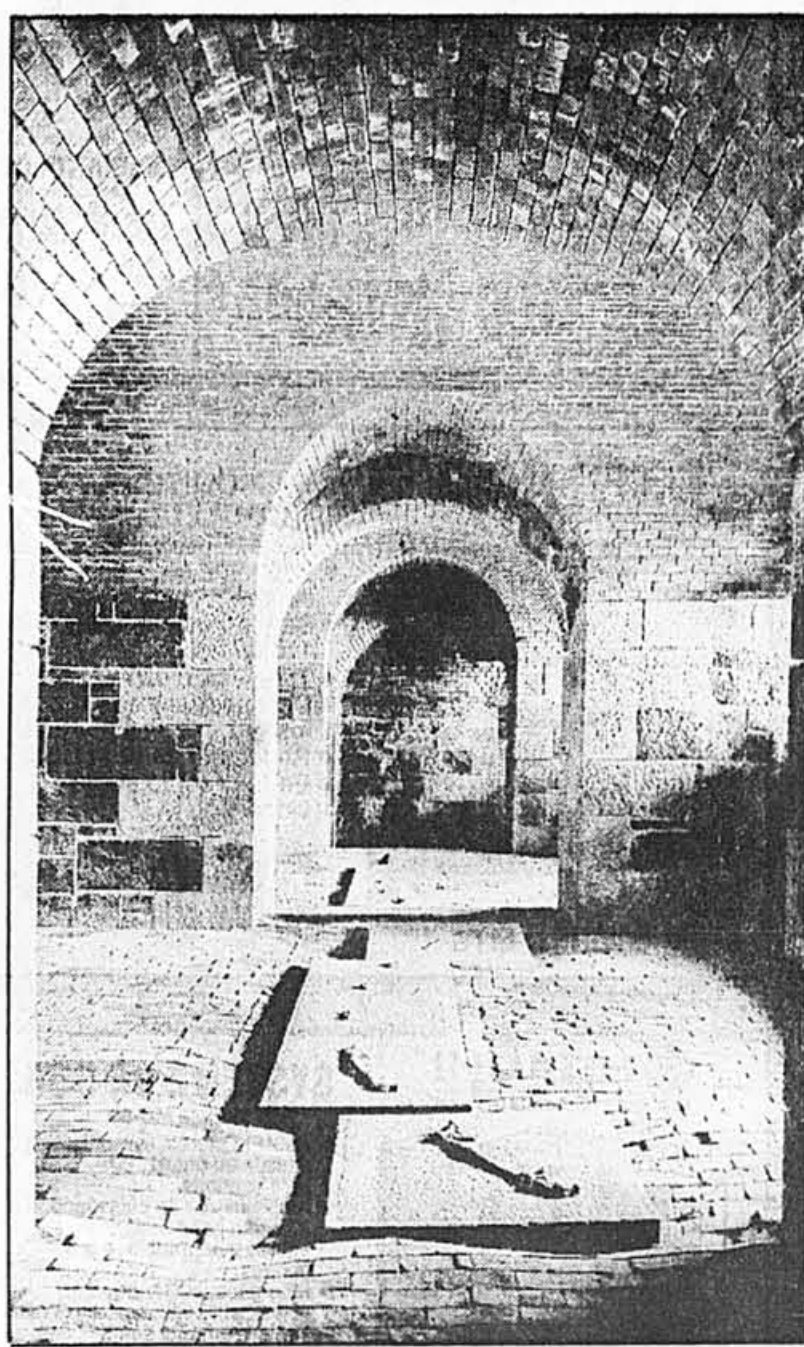
Le Baxter State Park a une superficie de plus de 200 000 acres. On y trouve la montagne la plus haute de la côte est

américaine, le mont Katahdin. À faible distance de ce parc, on peut découvrir le lac Moosehead, la plus grande étendue d'eau non salée de tous les États du Nord-Est américain.

C'est dans les parties nord et ouest du Maine que l'on découvre quelques-uns des plus beaux paysages de la Nouvelle-Angleterre. L'automne en particulier, alors que les feuilles des arbres forment des symphonies de couleurs tout à fait étonnantes.

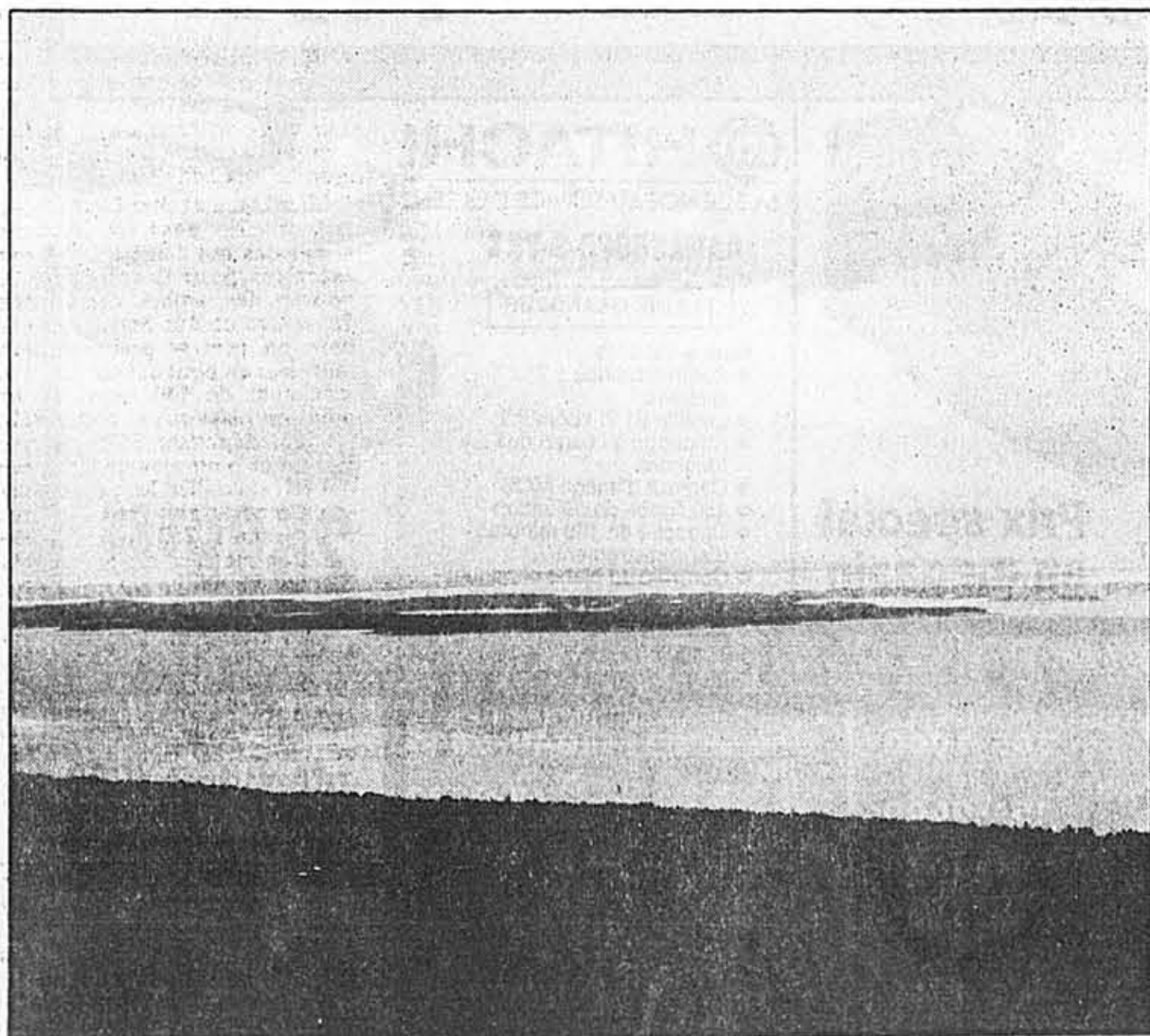
Ceux qui aiment le calme et la pêche peuvent, de leur côté, explorer les 6 000 lacs et pièces d'eau du Maine ainsi que les 3 500 milles de sa côte. Le Maine, dont le pin est le symbole, compte 17 millions d'acres de forêt et 2 000 îles.

Pour le visiteur, les points d'intérêt du Maine s'étendent sur toutes les saisons: les paysages somptueux de l'automne, la pêche l'été, le ski l'hiver ou les promenades dans la campagne renaissante le printemps.

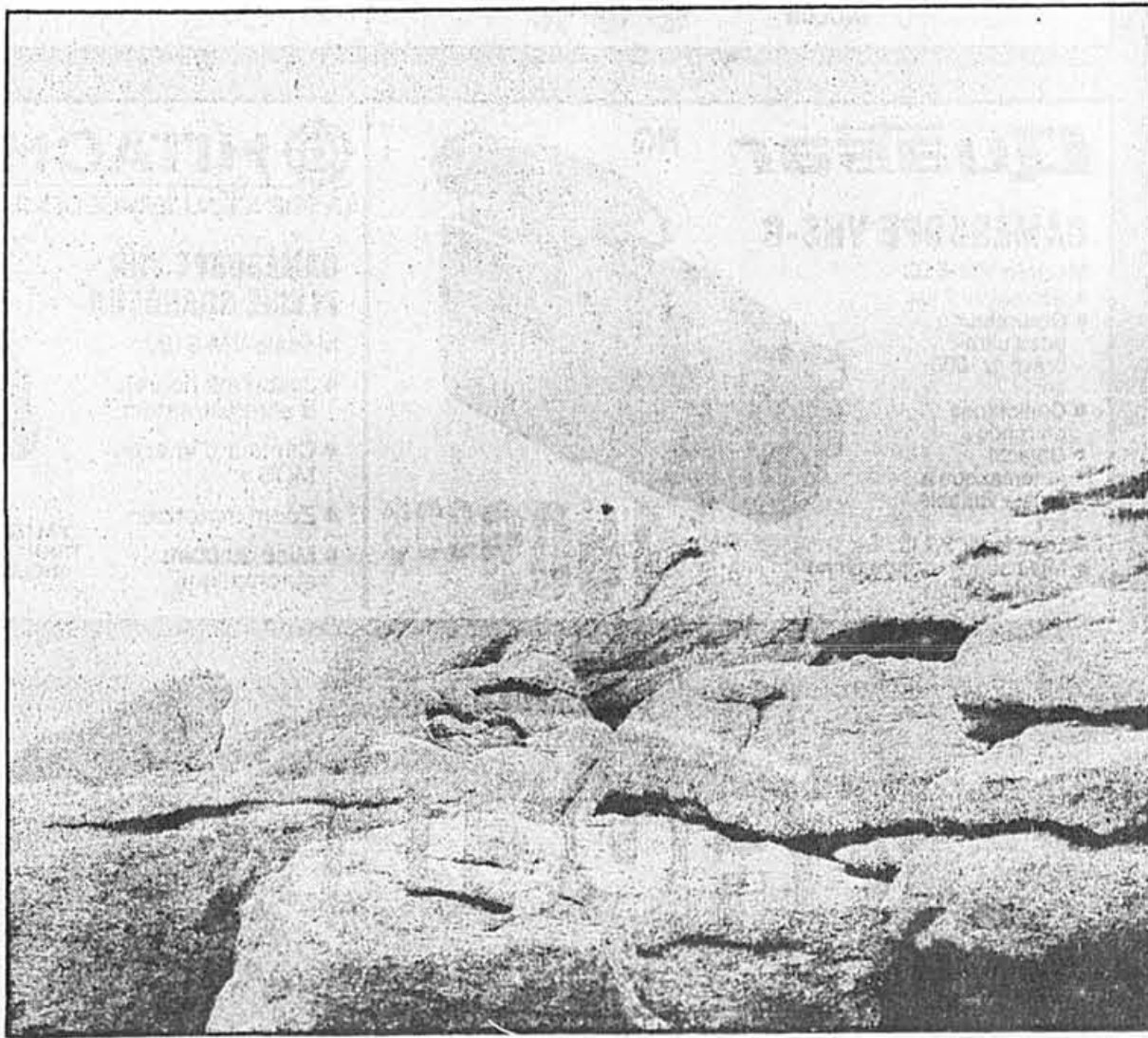


Cette photo qui a nécessité une exposition de 32 minutes traduit le mystère et la sérénité de Fort Knox, ainsi appelé en l'honneur du Secrétaire à la Guerre de George Washington, le major général Henry Knox.

ESSAI PHOTOGRAPHIQUE DE BRIAN KILLIGREW



Dans le Maine, le temps change souvent. Ici, des nuages d'orage se bousculent au-dessus de l'océan. A l'horizon, on a une vue du Parc Acadia.



Le brouillard s'attarde derrière ces rochers et cette petite baie du Parc Birch Point.



EN VEDETTE CETTE SEMAINE

Quasar
FOUR À MICRO-ONDES



Modèle YMQ-6687

- Capacité 0.9 pied cube
- 5 niveaux puissance jusqu'à 700 watts
- Mise en marche différée
- Décongélation au poids
- Cuisson «EASY MATIC»
- Fonction de cuisson au goût
- AMANDE ET NOYER

Prix rég.: 499⁹⁹\$
Prix spécial

399⁹⁹\$

Rabais de **100\$**

AUCUN DÉPÔT ★ AUCUN PAIEMENT

AVANT **120** JOURS

Achetez maintenant et payez seulement en 1989

Jusqu'à **1500\$*** de crédit instantané

GoldStar

MAGNÉSCOPE VHS

Modèle GHV-1240M

- Télécommande infrarouge à 20 fonctions
- Convertisseur intégré à 110 canaux
- Programmation 8 émissions/14 jours
- 3 vitesses d'enregistrement
- Circuiterie de haute qualité

399⁹⁹\$

HITACHI

MAGNÉSCOPE VHS

Modèle VT-3000

- Auto programmation des canaux
- Câblodélecteur intégré 111 canaux
- Télécommande infrarouge 31 fonctions
- Programmation à l'écran, 4 cvé./1 an
- Circuiterie HO

499⁹⁹\$

ALPINE RADIO DIGITALE

Modèle 7156

- AM/FM stéréo digitale, 18 présélections, cassette auto-inversion, graves et aigus séparés.

- Amplificateur de puissance stéréo, 20 watts RMS par canal, Sherwood SCA-240.
- 2 haut-parleurs arrière 6" x 9" - 60 watts chacun, Sherwood SX-693.

499⁹⁹\$

MOTOROLA CELLULAIRE CANADA

TÉLÉPHONE CELLULAIRE

ANTENNE ET INSTALLATION INCLUSES

- Possibilité de 30 numéros en mémoire.
- Puissance de 3 watts.
- Mains libres.
- Basé sur 42 mois.

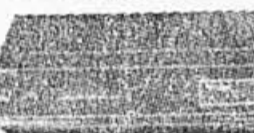
PAR MOIS **29⁹⁹\$**

Modèle 2000

HITACHI

MAGNÉSCOPE VHS STÉRÉO MTS

LA SCIENCE AU SERVICE DES SENS



Modèle VT-3101

- Télécommande à accès direct
- Câblodélecteur intégré 120 canaux
- Affichage CHROMATIC à l'écran
- Programmable 4 even. 1 an
- Décodeur stéréo MTS intégré
- Réducteur de bruit DOLBY

RABAIS 50%
599⁹⁹\$

RCA

MAGNÉSCOPE VHS

Modèle VT-3101

HQ-Modèle VPT-495

- Son stéréo linéaire avec réduction de bruit Dolby
- Télécommande infrarouge à 22 fonctions
- Syntonisation électronique à 92 canaux VHF/UHF
- Auto programmation des canaux

STÉRÉO 749⁹⁹\$

NOUVEAU MODÈLE

TÉLÉCOULEUR / MONITEUR 21"



- Télécommande à 18 fonctions
- Câblodélecteur intégré
- Tube image carré et teinté
- Décodeur MTS intégré
- Affichage à l'écran

599⁹⁹\$

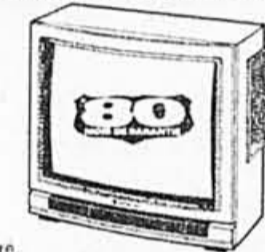
HITACHI

MONITEUR 21"

Modèle MT-2770

- Câblodélecteur à 104 canaux.
- Télécommande 25 fonctions.
- Décodeur stéréo MTS intégré.
- Affichage à l'écran de toutes les fonctions.
- Lampe-écran teintée et carrée.

Rég.: 799⁹⁹\$



Rabais de 100\$
699⁹⁹\$

TOSHIBA



MONITEUR COULEUR 28"

Modèle CX-2848

- Télécommande à accès direct
- Câblodélecteur intégré 110 canaux
- Tube écran carré
- Décodeur stéréo MTS intégré
- Réducteur de bruit DBX
- Entrée / sortie audio / vidéo

999⁹⁹\$

STÉRÉO MTS

ELECTROHOME

MONITEUR STÉRÉO COULEUR 28"

Modèle 66CF08

- Télécommande unifiée à 39 fonctions.
- Affichage à l'écran.
- Câblodélecteur intégré 125 canaux.
- Accord par balayage.
- Réception stéréo MTS.
- Tube-écran carré Optique Bleu.
- Entrée / sortie vidéo / audio.

1199⁹⁹\$



BASE INCLUSE

HITACHI

MONITEUR GÉANT À PROJECTION

Modèle PT-4271

- Télécommande unifiée à 30 fonctions
- Câblodélecteur intégré 137 canaux
- Décodeur stéréo intégré
- Affichage à l'écran
- Entrée / sortie audio / vidéo
- Commande des graves et aigus

PRIX SPÉCIAL EN MAGASIN

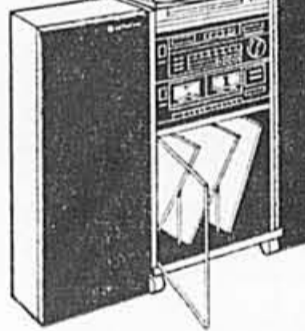


STÉRÉO MTS

HITACHI

SYSTÈME DE SON

Modèle MD-30



- AM / FM stéréo, syntonisation digitale au quartz, 20 présélections.
- Amplificateur de puissance, 27 watts par canal, égalisateur graphique à 5 bandes.
- Magnétocassette double, copie haute vitesse, DOLBY B.
- Table tournante semi-automatique.
- Lecteur au laser optionnel.
- 2 haut-parleurs, 2 voies, 30 watts chacun.

599⁹⁹\$

MEUBLE AUDIO INCLUS

KENWOOD

SYSTÈME DE SON

Modèle V-38

- AM / FM stéréo syntonisation digitale au quartz, 12 présélections, modèle KT-38
- Magnétocassette / ampli avec puissance de 30 watts par canal, magnétocassette double, Dolby B, égalisateur graphique à 5 bandes, contrôle à distance à infrarouge, modèle KAX-38
- Table tournante, entraînement par courroie, 2 vitesses, modèle KD-26
- Lecteur au laser optionnel, modèle DP-47
- 2 haut-parleurs, 3 voies, 110 watts chacun, graves de 8", modèle JL-363
- Cabinet audio et bases optionnels

799⁹⁹\$



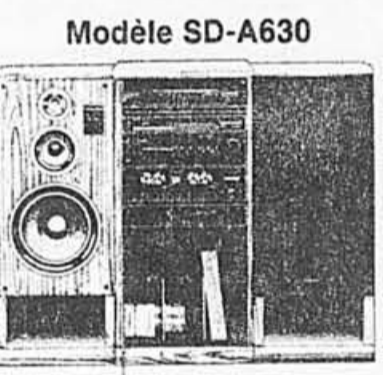
Technics

SYSTÈME AUDIOPHILE

Modèle SD-A630

- Amplificateur stéréo intégré, 100 watts par canal
- Syntonisateur stéréo au quartz avec 24 présélections
- Table tournante semi-automatique à entraînement par courroie
- Cassette double, copie haute vitesse et réduction de bruit DOLBY
- Lecteur au laser programmable
- Deux haut parleurs, 3 voies avec protection relais
- Cabinet audio de luxe

1499⁹⁹\$



Quasar HQ

GAMÉSCOPE VHS-G

Modèle VM-51C

- Sensibilité 7 lux
- Obturateur à pose ultra-brève 1/1000 sec.
- Commande de fondu
- Objectif automatique à focale variable 6:1
- Ultra léger 2.7 lb
- Mise au foyer et du blanc automatique



1599⁹⁹\$

HITACHI

GAMÉSCOPE VHS PLEINE GRANDEUR

Modèle VM-3100

- Jusqu'à 2 heures d'enregistrement
- Capteur d'images MOS
- Zoom motorisé
- Mise au point automatique



VALISE DE TRANSPORT INCLUSE

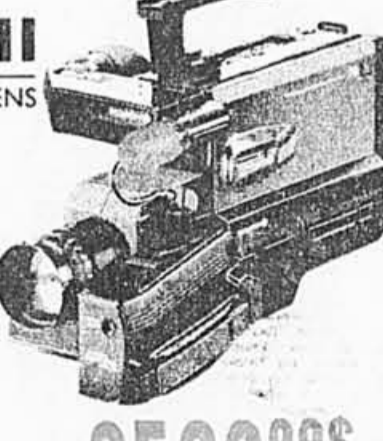
Prix spécial en magasin

HITACHI

GAMÉSCOPE-S-VHS

PLEINE GRANDEUR

- Modèle VM-6000
- Zoom motorisé à 2 vitesses
- Lentille F1.2, zoom 8:1
- Affichage à l'écran des fonctions
- Capteur d'image MOS
- 450 lignes de définition
- Capacité de 160 minutes d'enregistrement
- Contrôle du blanc continu



2599⁹⁹\$

- MAGASIN ENTREPÔT MONTREAL 10090, Saint-Laurent **385-1000**
- ENTREPÔT SAINT-LÉONARD 6860, Jean Talon est **251-0600**
- LONGUEUIL 2904, chemin Chamblay **651-0070**
- POINTE-CLAIRE 971, Saint-Jean nord **694-9180**
- BROSSARD 8835, boul. Taschereau (entre Chi-Chi et TOYS'R'US) **445-6388**

- SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU 1077, boul. du Séminaire nord **349-5835**
- GRANBY 755, rue Principale (Les Halles de Granby) **375-9222**
- DRUMMONDVILLE 740, boulevard Saint-Joseph **474-2727**
- SHERBROOKE 2300, King-ouest **563-9191**

BIENTÔT À LAVAL

AUCUN DÉPÔT ★ AUCUN PAIEMENT AVANT **JANVIER 1989** SUR TOUT ACHAT DE PLUS DE 300 \$ Conditionnel à l'approbation du crédit.



«LA TRANQUILLITÉ AU FOYER»

J. M. SAUCIER vous offre la tranquillité au foyer grâce à sa garantie 80 mois pouvant couvrir les pièces, la main-d'œuvre et le service à domicile moyennant un supplément.

