

Photos: Le soleil/Patrick Lamothe

Ils danseront jusqu'aux p'tites heures du matin
 Sur une musique saccadée au rythme hallucinant, les adeptes convaincus du rave s'amuse, peu importe l'origine ethnique, l'orientation sexuelle ou la classe sociale. Les « smart drinks » remplaçant l'alcool.

Le rendez-vous de minuit des 18-25 ans

La fièvre du «RAVE» gagne Québec

QUÉBEC — Il est quatre heures du matin. La chaleur se fait étouffante sur la piste de danse, écrasant ces silhouettes léthargiques qui se profilent dans la noirceur pourpre. La musique en toile de fond laisse échapper quelques crachotements synthétiques, machine de *Metropolis* agonisante. Soudain, la machine musicale semble ressusciter, reprend violemment son bruit de marteau piqueur : signal d'appel pour les danseurs, qui s'agitent brusquement, lèvent les bras et se mettent à hurler en pointant du doigt le disc-jockey, véritable responsable de leur réveil momentané.

par FRANCINE JULIEN
 LE SOLEIL

Un roman de H. G. Wells? Un extrait de *L'invasion des profanateurs*? Nenni! Ce n'est qu'une description bien sommaire d'un « party rave », ces soirées de danse sans drogues ni alcool, qui rassemblent, sur le coup de minuit, plusieurs centaines de jeunes dans un local désaffecté, le temps d'une nuit blanche.

Halloween à l'année

Phénomène répandu à Londres ou à Berlin, existant depuis un certain temps à Montréal, les soirées « rave » commencent à se multiplier à Québec. En réalité, le premier rave de Québec s'est déroulé, il y a deux ans, dans un local du boulevard Hamel. « Un vrai flop! de confier Jean-François Lavoie, rencontré lors d'un rave, tenu début septembre, dans un

Les participants connaissent le lieu de ralliement 24 heures à l'avance en téléphonant à un numéro connu d'un nombre limité de gens

local du quartier Saint-Roch, à Québec. Je le sais, j'étais de l'organisation!» ajoute ce joyeux drille, déguisé pour la circonstance en homme des cavernes.

Ce 3 septembre, ils étaient plus d'un millier à s'amuser à l'ancien Wall Street (et futur Quai des Brumes). Véritable *happening* aux décors pop arts, avec sessions de ma-

Les « smart drinks »

Une mystérieuse recette...

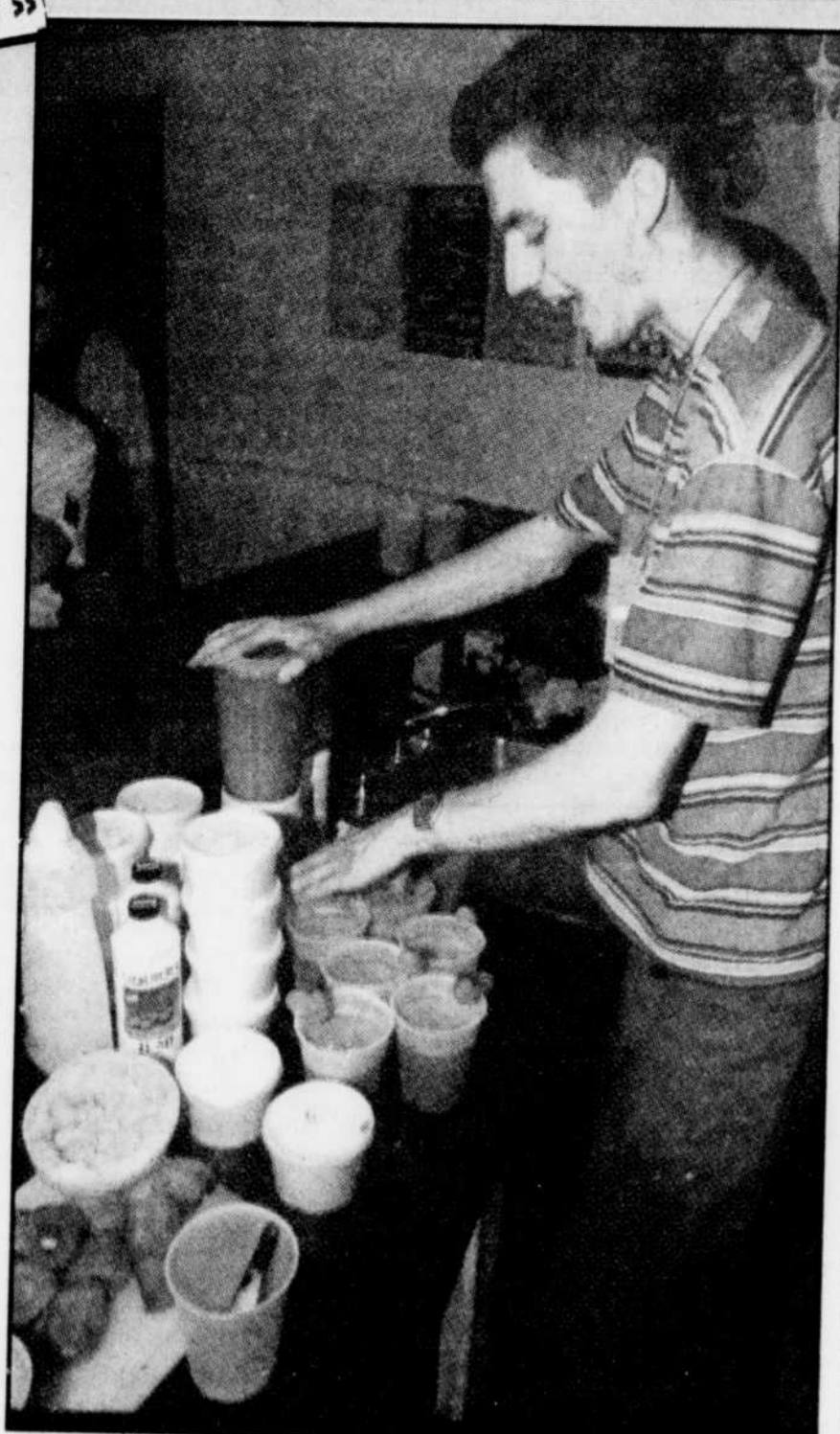
QUÉBEC — Dans la nuit du 1er au 2 mai, les policiers de Montréal mettent fin abruptement à un party rave qui rassemblait quelque 2000 jeunes dans un local de la rue Berri. Bilan : une demi-douzaine de blessés et une polémique autour de la violence policière et de la présence présumée de substances illicites comme l'ecstasy (une drogue qui s'apparente aux amphétamines) dans les jus de fruits consommés sur place.

« Le véritable problème, ce soir-là, c'en était un de permis. » Sylvain Cliche en sait quelque chose. Comme d'autres gars de Québec, il était là lorsque les policiers se sont mêlés à la fête du printemps, à Montréal. « J'ai vu un de mes chums se faire assaillir par la police. J'ai eu très peur : tout ce qu'on a fait, c'est embarquer dans le bus, pis on est rentrés à Québec. »

En fait, les nuits rave ne sont pas soumises aux mêmes contraintes légales que les boîtes de nuit. « Ce qui fait qu'un bar doit fermer à trois heures du matin, c'est la Loi sur les permis d'alcool, précise Bruno Lachapelle. Toute la réglementation tourne autour de l'alcool. Mais dans les raves, on ne vend pas d'alcool... »

Les « smart drinks »

L'alcool est en effet remplacé par des « smart drinks », mystérieuses boissons énergétiques à base de vitamines, de caféine et de sucre de fruits. « Des choses légales », précise Sylvain Cliche, distributeur attitré de ces boissons aux nuits rave de Québec. Le contenu « peut ressembler à ce que certains haltérophiles consomment », explique le jeune homme, qui importe les produits de base



Amino-acides, vitamines, caféine et sucre de fruits : difficile de connaître le contenu exact des « smart drinks », les boissons revigorantes vendues au rave, qui permettent aux danseurs de tenir le coup toute la nuit.

des Etats-Unis, puis invente ses propres recettes... qu'il teste sur lui-même! « Je ne suis pas le concepteur de ces produits et j'ai pas les moyens de faire faire des analyses de laboratoire ».

Victime du succès

Depuis l'incident du printemps, quelques soirées rave ont été annulées à Montréal, affirme Bruno

Lachapelle. « Je crois qu'ils ont vu trop gros, trop vite », dit-il en ajoutant qu'il préférerait tenir de telles soirées à échelle réduite plutôt que d'avoir affaire à l'envahissement incontrôlable des « souterrains », des fauteurs de troubles attirés par la popularité du phénomène.

Mais, ajoute-t-il, « le rave, c'est peut-être juste un genre de mode. Qui peut prédire sa durée de vie? »

quillage et stands de vente de quillifichets, les nuits rave n'ont rien de commun avec ces « discothèques sans alcool », où les ados tentent d'imiter leur aînés. Déguisements, couleurs, bonne humeur et « smart drinks » pour garder la forme sont de rigueur.

«... Les jeunes sont intéressés à connaître autre chose que d'aller dans les bars, boire de la bière, sortir saouls pis prendre son char. »

Ce rendez-vous semi-clandestin (les participants connaissent le lieu de ralliement 24 heures à l'avance en téléphonant à un numéro connu d'un nombre limité de gens) réunit des jeunes de 18 à 25 ans motivés par un seul but : danser sur une musique « industrielle », saccadée et hallucinante par son motif répétitif, jusqu'à l'extase, « jusqu'à l'atteinte d'une synergie, peu importe l'origine ethnique, l'orientation sexuelle ou la classe sociale ». Les cinq continents dansent toute la nuit, jusqu'à ce que le soleil se lève! lance un adepte, convaincu.

Des Woodstock modernes

Phénomène post-hippie servi à la moderne, en quelque sorte : pour Bruno Lachapelle, étudiant, disc-jockey passionné de musique « techno » et organisateur de telles soirées, le rave reflète la philosophie d'une génération : « Ça reflète ce que pensent les jeunes : les jeunes sont intéressés à connaître autre chose que d'aller dans les bars, boire de la bière, sortir saouls pis prendre son char », dit-il.

Interrogé peu de temps après le rave du 3 septembre, Lachapelle suppose que le succès de telles nuits repose essentiellement sur l'absence d'alcool. « Si tout ce monde avait bu ses trois quatre bières dans la soirée, entassés comme on était, avec les murs qui dégouttaient, comment ça aurait fini? »

Tellement convaincu, le type, qu'il a récemment attiré l'attention du ministère de la Santé et des Services sociaux. « Ça s'inscrit bien dans leurs programme pour aider les jeunes aux prises avec des problèmes de drogue ou d'alcool, les phénomènes de gang. Le gouvernement se rend compte que de telles soirées peuvent être plus efficaces qu'un poster. »

Mais quant aux moyens proposés, rien de concret n'a encore abouti. « Tout reste à voir. On veut pas passer pour des saints non plus! »

DES GENS

DES ÉVÉNEMENTS

Pour chasser la peur en Floride

Certains magasins de Floride font actuellement des affaires d'or en vendant toutes sortes de gadgets destinés à décourager d'éventuels agresseurs. Tout y passe : du savon moussé en aérosol jusqu'au pistolet à décharge électrique en passant par les sifflets. On en profite pour proposer aux consommateurs des appareils pour mesurer la quantité de gaz radon dans le sol, le degré de pollution de l'air et de l'eau ainsi que le niveau d'oxyde de carbone.

**Miss Vietnam doit être forte**

Giang Huong soulève des haltères dans le cadre du concours de beauté Miss Vietnam (volet sport) dont les éliminatoires se déroulaient cette semaine à Hanoi.

On en veut plus sur le béluga

Des dizaines de lettres et d'appels téléphoniques ont été placés à la Société linnéenne du Québec à la suite de notre reportage sur le béluga du Saint-Laurent, publié dans notre magazine de dimanche dernier. « Beaucoup de particuliers et de commissions scolaires désiraient obtenir plus d'informations au sujet de notre documentation, précise un porte-parole de l'organisme. Des jeunes de quatrième et de cinquième années ont communiqué directement avec nous tout comme des universitaires qui effectuaient des recherches sur le béluga. Cela nous a permis de mesurer tout l'intérêt que portent les gens à ce mammifère. »



La Société linnéenne propose aux commissions scolaires une trousse sur le béluga qu'elle vend 550 \$. Il ne s'agit pas d'un jeu de société comme certains l'avaient imaginé. Beaucoup de personnes ont commandé une brochure traitant de cette petite baleine blanche. Le document est vendu au prix de 5 \$.

Par ailleurs, un citoyen de Sainte-Foy, Réal Marquis, qui dit avoir apprécié ce reportage, a expédié une lettre au SOLEIL dans laquelle il cite un passage d'un livre intitulé « La Gaspésie », publié en 1930 par le ministère de la Voirie du Québec. « La menace des marsouins devint si sérieuse, il y a quelques années, que le gouvernement décida de faire une guerre régulière à ces dangereux maraudeurs. Des bateaux furent munis de petits canons et des tireurs experts s'y embarquèrent avec des fusils et autres instruments de destruction. Des bombes leur furent lancées du haut d'un avion et des charges de fond furent employées pour les anéantir complètement... »

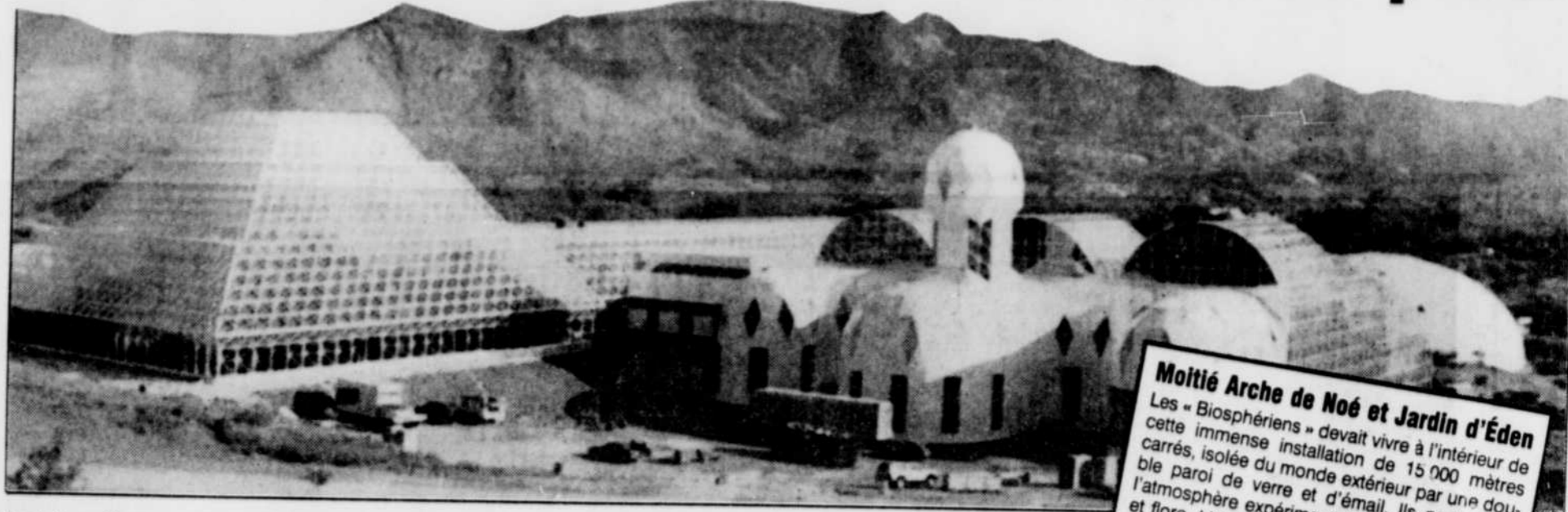
**Un mannequin célèbre**

Claudia Schiffer participait cette semaine à la présentation des collections de prêt-à-porter printemps-été 1994 à Milan, en Italie. Elle porte, ici, un ensemble créé par le couturier Salvatore Ferragamo.

LE SOLEIL
MAGAZINE

Pour toute information relative à la production de ce cahier, veuillez communiquer avec l'un ou l'autre des services suivants:

Rédaction, service des cahiers spéciaux 647-3412
Publicité 647-3435
Tirage 647-3333

Biosphère 2: l'erreur sera coûteuse à réparer**La trop grande quantité de matière organique dans le sol, sous les dômes, a mis la vie de l'équipage en danger**

Le principal défaut du projet Biosphère 2 mené au coût de 150 millions \$ US a été cerné par un réputé géochimiste et son étudiant, soulevant la question de savoir si l'expérience dans le désert de l'Arizona sera corrigée dans l'intérêt de la recherche sérieuse ou si elle est condamnée à des cycles répétés d'échecs dans les années à venir. En théorie, l'expérience doit durer 100 ans.

par WILLIAM J. BROAD
du New York Times News Service

Une mystérieuse diminution de l'oxygène au cours de la mise à l'essai de ce projet pendant deux ans a mis en danger la vie des membres de l'équipage et a contraint ses dirigeants à injecter d'énormes quantités d'oxygène, ruinant l'idée d'un écosystème complet en lui-même et qui devait constituer une façon d'apprendre à vivre dans l'espace.

Le groupe était dirigé par des zélés de l'environnement qui ont choisi la sagesse intuitive du jardinage organique plutôt que les conseils scientifiques.

La cause du dangereux déficit, disent maintenant les hommes de science, c'est la surabondance de matière organique comme la mousse de tourbe et le compost dans la composition du sol. La matière organique a déclenché une croissance explosive de bactéries dévoreuses d'oxygène, ce qui, en retour, a produit une surabondance d'anhydride carbonique justement à cause de la respiration de ces bactéries.

Un grand mystère

Le grand mystère était de savoir où allait cet anhydride carbonique, du fait qu'on n'en retrouvait que très peu dans l'air sous les dômes de verre.

Les hommes de science qui ont solutionné l'énigme sont le Dr Wallace S. Broecker, géochimiste de l'Observatoire terrestre Lamont-Doherty de l'université Columbia, à Palisades, N. Y., et l'un de ses étudiants avancés, Jeff Severinghaus. À la fin de l'été, les deux hommes ont découvert que l'anhydride carbonique manquant avait été

absorbé par le béton qui constitue et soutient l'intérieur de la structure. Les 110 000 pieds carrés de béton à l'air libre avaient une surface plus grande que deux terrains de football.

« L'oxygène disparaît parce qu'ils ont été trop généreux et ont mis de cinq à dix fois plus de matière organique dans le sol que vous n'en trouvez à l'extérieur, dit Broecker en interview. Ils ont fait une erreur élémentaire dès le premier jour.

« À notre avis, cette diminution va se continuer pendant des décennies », a-t-il commenté, à moins que des moyens ne soient pris pour corriger l'er-

reur, comme de remplacer le sol, en tout ou en partie, à l'intérieur des dômes. Au total, ce sol représente 30 000 tonnes.

« À mon avis, nous effectuons la seconde mission dans les conditions actuelles. Nous cherchons des idées qui pourraient constituer des solutions à l'enlèvement du sol », a indiqué le Dr John Corliss, directeur scientifique de Biosphère 2.

Le début de la prochaine expérience est prévu pour le 26 février, pour une durée d'un an. La plus courte période d'occupation — une année plutôt que deux — diminuera en elle-même la gravité du problème du fait que le déclin d'oxygène devient plus sérieux et plus dangereux avec le temps. L'équipage d'hommes et de femmes de la prochaine mission n'est pas encore choisi, bien qu'un groupe de candidats

soit présentement à l'entraînement sur place, en Arizona.

Au cours de l'expérience de deux ans qui a pris fin le 26 septembre aux sons d'une fanfare, quatre hommes et quatre femmes ont respiré un air de plus en plus tenu à l'intérieur des 3,15 acres de terre sous les dômes de verre. À partir de janvier puis, de nouveau en août et en septembre, les responsables du projet ont injecté 23 tonnes d'oxygène pur dans les bulles de verre pour éviter des urgences médicales, portant les niveaux d'oxygène de 14 % à la normale de 21 %.

Ce premier équipage a été enfermé dans cette structure en septembre 1991, en compagnie de 3800 espèces de plantes et d'animaux. Les choses se sont

détériorées rapidement. Le plus déprimant de l'expérience a été cette diminution d'oxygène qui, après la réparation d'un senseur défectueux, s'en est allé en diminution constante tout au long de l'année 1992.

C'est cette diminution constante d'oxygène qui a eu le plus d'influence sur le moral de l'équipage, d'autant plus qu'au cours des exercices préparatoires, un tel phénomène ne s'était jamais produit.

Par ailleurs, l'anhydride carbonique se fixait véritablement dans le béton de la structure, avec le résultat qu'on en a trouvé dix fois plus à l'intérieur des bulles que dans le béton à l'extérieur. Mais ce n'est qu'une fois l'expérience terminée qu'on a vraiment pris conscience du phénomène.

Les remèdes

Les remèdes évidents, de dire les savants, seraient de peindre tout le béton intérieur d'une couche non poreuse et de remplacer le sol fautif — de grands moyens qui imposeraient au projet une brusque interruption pendant des mois et peut-être des années, pendant que la faune et la flore seraient retirées puis laborieusement réintroduites.

D'autres solutions possibles seraient de trouver de nouvelles espèces de plantes qui pourraient absorber plus rapidement l'anhydride carbonique, ou peut-être d'ajouter des couches denses de sol qui pourraient bloquer la circulation des gaz qui pénètrent dans le sol ou qui s'en échappent.

Broecker a indiqué que l'erreur du départ est survenue parce que le groupe était dirigé par des zélés de l'environnement qui ont choisi la sagesse intuitive du jardinage organique plutôt que les conseils scientifiques. Même dans ces conditions, dit-il, il éprouve toujours de la sympathie pour eux. Et il ajoute que le groupe a fait relativement bien, compte tenu des buts fort élevés qu'ils s'étaient proposés.

Un milliardaire texan à l'origine du projet

NEW YORK — Le travail en vue de l'expérience Biosphère 2 (les responsables du projet considèrent le projet Terre comme étant Biosphère 1) a véritablement commencé autour de 1984, grâce à Edward P. Bass, un Texan que le pétrole a rendu milliardaire.

Le projet voulait établir que des êtres humains soient capables de survivre dans un monde miniature dont les cycles environnementaux seraient alimentés par un océan, par la pluie, la forêt, les marécages, le désert et les fermes. Tout devait être recyclé. Plus important encore, le projet cherchait à démontrer que les humains pouvaient, pour la première fois, créer un système autosuffisant et esthétiquement agréable — une sorte de nouvel Eden.

En dépit de ses harmoniques Nouvel Âge, le projet a été présenté comme hautement scientifique. Ses responsables ont rapidement fait valoir le prestige des cerveaux engagés pour mettre les choses en marche, dont le Laboratoire des systèmes maritimes du Smithsonian Institution, l'Institut d'économie botanique du Jardin botanique de New York et le Laboratoire de recherche environnementale de l'université de l'Arizona.

Le laboratoire de l'université a utilisé des puissants ordinateurs pour prédire comment les diverses combinaisons de plantes, d'animaux et de sols influenceraient la structure de



Les huit « biosphériens » — 4 hommes et 4 femmes — sortent, après 2 ans, dans le monde extérieur.

l'atmosphère. Le Dr Robert J. Frye, titulaire de recherche à cette université, a précisé en interview que tous les modèles mathématiques prenaient pour acquis que les sols en culture contiendraient 4 ou 5 % de matière organique — ce qu'il a appelé des « chiffres représentatifs » de la richesse ordinaire d'un sol. Hélas, certains sols de Biosphère 2 en contenaient jusqu'à dix fois plus...

COMMENTAIRE**Une décision olympique au moins contestable**

Je le confesse tout de suite : je ne faisais pas partie de la délégation des Jeux de 2002 qui a assisté, à Monaco, à la désignation de Sydney comme ville hôte des Jeux olympiques d'été de l'an 2000. Je ne puis donc parler des mérites techniques ou visuels des présentations offertes par les cinq candidates. « Que voulez-vous ? », comme dirait Jean Chrétien, la délégation transportée à Monaco par les « modestes » Jeux de 2002 ne comprenait qu'une « modeste » dizaine de personnes. Qu'il soit quand même permis à un « modeste » critique d'y aller de ses « modestes » commentaires quant au rejet de Beijing.

5 anneaux, pas autant de continents

D'entrée de jeu, observons que les jeux olympiques éprouvent, depuis toujours, de constantes difficultés à traiter équitablement les cinq continents que représentent les cinq anneaux du sigle olympique. Quand, à l'occasion, les jeux se déroulent hors de l'empire européenne ou nord-américaine, c'est, comme par hasard, pour prendre pied dans les pays où le capitalisme d'Occident possède de puissants alliés.

Même si la liste des villes hôtes a quelque chose d'un peu oiseux, confirmons cette première impression. En 1896, Athènes, ville pauvre et démunie, n'accueille que malgré elle les premiers jeux de l'ère moderne (et les « modestes » douze épreuves). Par la suite, les pays industrialisés, c'est le cas de le dire, « prennent le relais ». 1900 : Paris. 1904 : Saint-Louis. 1906 : Londres. 1912 : Stockholm.

1920 : Anvers. 1924 : Paris. 1928 : Amsterdam. 1932 : Los Angeles. 1936 : Berlin. Au moment de la guerre de 1939-1945, l'olympisme n'a pas encore émigré souvent hors des deux plus riches cercles olympiques.

Le deuxième demi-siècle ne modifiera guère ces perspectives, si ce n'est qu'on montrera de l'intérêt pour l'Océanie britannique et pour la partie riche de l'Asie. 1948 : Londres. 1952 : Helsinki. 1956 : Melbourne. 1960 : Rome. Tokyo : 1964. 1968 : Mexico. On connaît la suite, Munich, Montréal, Moscou, Los Angeles, Séoul et Barcelone. Rien dans tout cela qui apparente l'olympisme à la convivialité, à la fraternité entre humains, à l'intégration du Tiers-Monde au concert des nations.

Les droits ? Amnésie sélective

Paraîtrait-il que les événements de la place Tian-Anmen ont déterminé le rejet de la candidature de Beijing. Paraîtrait-il, d'autre part, que Sydney offrait une paix sociale que ne pouvait garantir sa rivale chinoise, il se peut. J'extrais quand même du *Petit guide des Jeux olympiques* (1) le souvenir suivant au sujet des Jeux de 1956, eux aussi tenus en Australie : « La particularité des Jeux de Melbourne fut la quasi complète opposition du choix de cette ville aussi bien de la part des Australiens que de celle des autres pays. » La paix, devenu critère en 1993, ne l'a été ni à Melbourne, ni bien sûr à Moscou ni à Los Angeles. J'invite d'ailleurs ceux qui ont quelque mémoire à se rappeler que Mexico n'offrait pas non plus de garantie de ce type et obtint quand même les Jeux de 1968. J'ose penser en revanche, que l'offre formulée par Sydney de payer les frais

de voyage et de séjour de toutes les délégations a aidé une thèse et que la montée industrielle de la Chine a nui à l'autre.

Oui à la morale, mais partout

J'aimerais ajouter, au risque d'être mal compris, que, parmi ceux qui adressent des reproches à Beijing pour sa répression, il s'en trouve un bon nombre qui n'ont pas de leçon à donner à qui que ce soit. Quand Washington affirme la population de Cuba et bafoue insolemment les droits de l'Amérique centrale, que Washington renonce à jouer les purs. Quand on pactise pendant des décennies avec un Marcos, un Duvalier, un Diem, on acquiert peut-être le droit de discuter fric, pas celui de faire claquer le drapeau des droits fondamentaux. Quand Londres maintient interminablement et rentablement son soutien financier à l'apartheid, Manchester perd le droit de faire la leçon à Beijing. Quand les divers pays engagés dans le plus récent arbitrage olympique sont également ceux qui ont froidement alimenté la guerre entre l'Irak et l'Iran et qui ont armé Saddam Hussein avant de la déboulonner, qu'il soit permis de dire, « modestement », que l'hypocrisie olympique est en excellente santé. On a rejeté Beijing pour des motifs dont on ne parle pas.

1. PETIT GUIDE DES JEUX OLYMPIQUES, Jacques Bout et Michel Duclat, Éditions de l'Homme, 1972, p. 30.

signé Laurent

LAPLANTE



Conservez cette page
LE SOLEIL a compilé sous forme d'agenda les principales activités qui se dérouleront au cours de la semaine.

Votre Agenda

C-3
Fairer parvenir vos communiqués à: LISE GIGUÈRE, LE SOLEIL
C.P. 1547, 390 ST-Vallier Est, Québec, G1K 7J6

CINÉMA - THÉÂTRE - CONFÉRENCE - SPECTACLES - etc.



teurs aux temps modernes. Spectacles en français, tous les jours: 10h30, 12h, 13h30, 15h, 16h30, 18h, 19h30, 21h. Prix d'entrée: 6\$, 4\$ à l'âge d'or et étudiant; gratuit pour les moins de 6 ans.

QUÉBEC ET LES GRANDS EXPLORATEURS. Spectacle son et lumière sur l'histoire des explorations européennes en Amérique et la fondation de la ville de Québec. Spectacles continus en français et en anglais de 10h à 18h. Explor. 63, rue Dalhousie. Prix d'entrée: 4,25\$, 2,75\$ à l'âge d'or et étudiant; gratuit pour les moins de 6 ans.

LES SIX SIÈGES DE QUÉBEC. Spectacle Son et lumière sur diorama reconstituant les batailles pour la prise de Québec. Spectacles continus en français et en anglais de 10h à 18h. Musée du Fort, 1018, rue Sainte-Anne. Prix d'entrée: 4,25\$, 2,75\$ à l'âge d'or et étudiant; gratuit pour les moins de 6 ans.

Bar/restaurants: - Quintette Hélène Martel, 22h15. Café-bar l'Empire, Clarendon, 57, Sainte-Anne. Entrée libre.

- Yves Debiens, Dim. Mer. 21h. Le Petit Paris, 48, côte de la Fabrique. Entrée libre.

- Reliance, Dim. et jeudi 22h. Rock'n Roll Palace, 30, du Vallon O. Entrée libre.

- Bernard Simard, Dim. au mar. 22h. Bar Chez Son Père, 24 Saint-Stanislas.

- Louis Degraze, Dim. au mar. Bar les Yeux Bleus, 1117 1/2, rue Saint-Jean. Rens.: 694-9118.

- Machine Head dans Hommage à Deep Purple, 22h. Bar d'Auteuil, 35, rue d'Auteuil.

- Unity, reggae, Dim. au mar. 22h. Café Blues, 1018, rue Saint-Jean. Entrée libre.

- Marc Adams, claviériste-chanteur, Jeu. au dim. 19h. Brasserie, 3333, boul. du Carrefour, Beaufort.

- Amigo, claviériste-chanteur, Jeu. au dim. 19h. Restaurant l'Abat-Jour, Carrefour Les Saules.

- Thérèse Derooy, souper chantant et dansant à compter de 18h30. Dim. Café-resto le Tandem (anciennement le Scoop), 345, Racine, Loretteville.

MUSIQUE
MESSE DES ARTISTES, Dim. 10h45: messe en hommage à Yvette Brind'Amour le Québec se souvient, messe anniversaire fondatrice du Rideau Vert. Invité: Sylvain Labrie, teneur lyrique.

CONCERT COUPERIN, 14h: Recital Chopin-Musset. Invités: Jean-Paul Sévilla, pianiste, et Stéphane Rotz, comédien. Musée du Québec. Entrée libre avec le billet d'entrée du Musée.

CONCERTS ENDIMANCHÉS, 11h: le duo compositeur de Alfred Martin à l'accordéon et Johan Van-Veen à la contrebasse. Bibliothèque Félix-Leclerc, 1105, av. de l'Église Nord, Val-Beaur. Prix d'entrée: 5\$, 2\$ pour les 17 ans et moins.

SOIRÉE DANSANTE
Tempo Danse sociale, Tous les dimanches 15h à minuit: souper dansant. Prix d'entrée: 9\$, 7\$ pour les membres. Aussi, tous les jeudis 20h: danse en ligne. Prix d'entrée: 5\$, 3\$ pour les membres. Tous les vendredis et samedis 20h: Soirée dansée avec buffet. Prix d'entrée: 7\$, 5\$ pour les membres. Au 2700, Jean Ferrin, suite 105. Rens.: 842-7556.

- Le trio Gérard Hébert 20h. Pub Saint-Alexandre, 1087, rue Saint-Jean. Entrée libre.

- Bernard Simard, Voir dimanche.

- Louis Degraze, Voir dimanche.

- Unity, Voir dimanche.

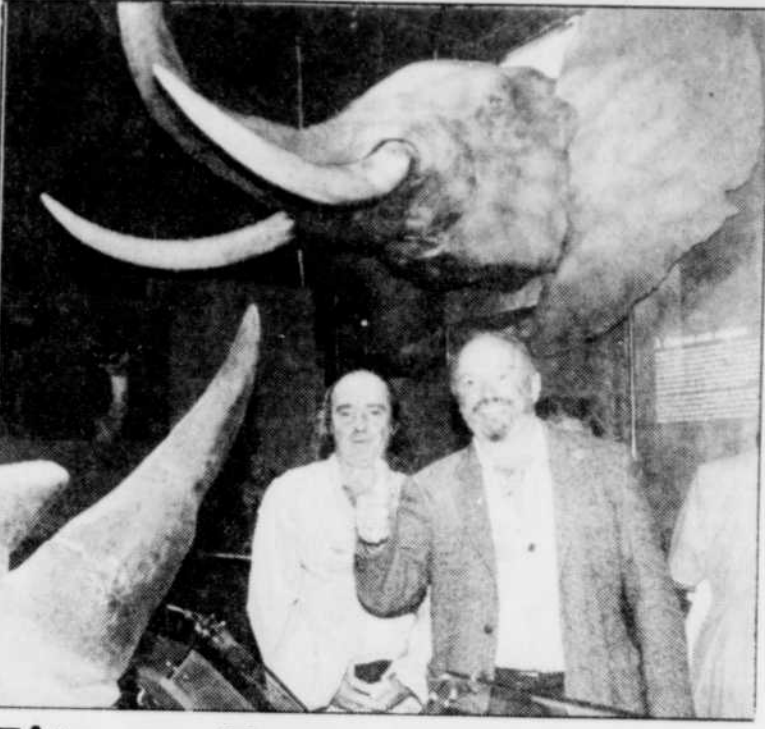
SOIREE DANSANTES
Tempo Danse sociale, Soirée spéciale Action de Grâce. De 13h à minuit. Avec danse, cours de danse, buffet froid et soirée. Salle de danse le Tempo, 2700, Jean Ferrin, # 105. Prix d'entrée: 6\$, 4\$ pour les membres. Rens.: 842-7556.

ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX
Brunchs en musique au sommet de la montagne. Voir dimanche.

Encan mixte de chevaux (une première à Québec) à 10h. Suivi à 13h30 d'un spectacle de 11 courses et de la Journée promotionnelle Proprio d'un Jour avec Place Fleur de Lys. Hippodrome de Québec.

RÉUNIONS
Association des Retraités(es) du Gouvernement du Québec, région Québec Est. Mîdî-dîner mensuel. Salle du conseil Laval des Chevaliers de Colomb, 709, Kirouac, coin Marie-de-l'Incarnation. Réservation: 525-7814 ou 661-9455.

DES RESTES HUMAINS NON IDENTIFIÉS de Brad Fraser, traduction André Brassard. Par le théâtre du Paradoxe en collaboration avec le Théâtre Blanc. Avec Bobby Besbro, Brigitte Fournier, Martin Genest, Jacques Laroche, Normand Poirier et Caroline Savard. Mar. au sam. 20h. Périscope, 2 Cremazie. Réservation: 648-9989. Se termine le 23 octobre.



Fête au Naturalium
Différentes activités sont proposées au Naturalium aujourd'hui afin de souligner l'arrivée de l'automne: atelier, projection de film, exposition et dégustation.

VERNISSAGE
Vernissage des tableaux de Nicole Lefebvre Barbeau et de Martha St-Yves-Brière à 14h à la Roseaie de Sainte-Foy, 825, Arthur-Rousseau. L'exposition se poursuivra ensuite les jeudis, vendredis de 19h à 21h et les samedis, dimanches de 13h à 17h jusqu'au 29 octobre.

RÉUNIONS
Séminaire: Une pédagogie plus efficace. Présentation de Jules Martel, directeur de Méta-Clef. De 9h à 17h. Collège Mérici, 755, chemin Saint-Louis. Rens.: 683-1190.

Let's Brunch: Rencontre informelle en anglais. 11h30. Entrée: 2\$. Rens.: 832-7986.

Rencontre avec le peintre Benoît East à l'occasion de sa toute première exposition retrospective. 14h. Villa Bagatelle, 1563, chemin Saint-Jouis.

J'aime parler pour parler, 10h à 13h. Brasserie du Carrefour Beaufort, Bourg Royal. Prix d'entrée: 1\$ (déjeuner au choix). Rens.: 666-6726 ou 822-2649.

Parler pour parler, Café rencontre pour personnes seules, tous les dimanches de 10h à 13h. Café-croissant (4\$), possibilité de brunch. Le Bouffet du Saint-Michel, 1720, St-Michel, Silery. Rens.: 688-8888.

Retrouvailles 25e anniversaire du K-Mart Fleur de Lys. Appel à tous les employés et anciens employés pour la soirée de retrouvailles qui se déroulera le 23 octobre. Rens.: Françoise Lajoie ou Caroll Larouche au 529-6868.

Fédération des Aïnés dynamiques du Québec. Brunch à 10h30 à l'Hôtel Québec, 3115, boul. Laurier, Sainte-Foy.

DIVERS
Heure du conte à la bibliothèque de Charlesbourg. Four les 3 ans et plus qui aiment se faire raconter des histoires. Dim. Jeu. 14h et 15h: Benjamin s'est perdu. Au 7950, 1ère avenue.

ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX
Exposition de chats organisée par le Club félin du Québec métropolitain. Invitée spéciale: Katou, tigresse de Sibérie avec laquelle les visiteurs pourront se faire photographier. Sam. à compter de 10h et dim. à compter de 9h. Présentation d'une centaine de chats de race et de goutières; éleveurs. Collège St-Charles-Garnier, 1150, boul. René-Levesque Ouest. Prix d'entrée: 5\$, 4\$ pour étud. et âge d'or et 2\$ pour moins de 12 ans.

Fêtes soulignant les 325 ans du Petit Séminaire de Québec. Petit déjeuner au Loews Le Concorde au cours duquel le lieutenant-gouverneur Martial Asselin qui présentera les nouvelles armoiries du Québec. Aussi, dévoilement d'une œuvre d'art sérigraphie de Luc Archambault. Enfin dévoilement et remise par le Gouvernement du Québec d'une plaque-souvenir soulignant la contribution particulière du Petit Séminaire de Québec au développement de l'éducation au Québec et lancement d'un numéro hors série de la revue d'histoire Cap-aux-Diamants.

Le Naturalium souligne l'arrivée de l'automne. Thème: Les Migrations. 10h à 17h: atelier Aller-retour sur les mystères de la migration chez les animaux. Présentation des œuvres

du sculpteur animalier Georges Rioux. Projection continue du film Cap au Sud du cinéaste Jean-Louis Frund. Kiosques de Canaris Illimités Canada et du Ministère du Loisir de la Chasse et de la Pêche. 14h: Conférence sur la situation de la faune au Québec par Serge Alain, spécialiste en sciences de l'éducation pour le MLCR. 14h: Dégustation de mets du temps des migrations offerts par le restaurant le Buffet du Fleuve près de la cinémathèque. Au 84, Dalhousie. Rens.: 692-1515.

L'Hippodrome à Place Fleur de Lys. Animation, stand d'exposition, kiosques d'information, présentation de services, équipements. Willigo et un cheval Standardbred seront présents. Photos sur sulky (voiture de courses). En face du magasin K-Mart.

Le premier concours de musique autochtone se poursuit aujourd'hui jusqu'en soirée. Au programme: formations musicales de cinq nations. Ce concours se compose de trois volets: chants ancestraux traditionnels, composition de groupe et composition solo. Les formations gagnantes du concours se produiront pendant la soirée gala ce soir Auditorium Paul-Eugène-Jolin du Cégep de Limoilou. Rens.: 667-5514; 666-0137 ou 687-2662.

Fouilles archéologiques au Jardin zoologique de Québec. Visite de la collection de 600 spécimens d'animaux. Au Rencontre avec des professeurs et étudiants du cours d'archéologie régional du Cégep François-Xavier Garneau qui font des fouilles archéologiques sur le site du moulin à tabac Douville. Tous les jours 9h30 à 17h. Prix d'entrée: 4,25\$, 3\$ pour les 65 ans et plus, 1\$ pour les moins de 13 ans; 6\$ pour les familles. Rens.: 622-0312.

Fêtes huronnes 1993. 11h: Messe huronne (chapelle); 11h45: brunch amérindien (sur réservation seulement); 40\$, 943-3767; 11h45: goûter amérindien (salle Kondiarok); 13h: maquillage et ateliers pour enfants, jeux, tambours et chants; 13h: exposition vendéte Terre Sacree, Terre vivante de Mireille et Guy Sioui; 13h: Tambour et chants Obedjiwan; 13h: Exposition de sculpture de Gérard Theriault. Aussi, photos anciennes et vidéo sur la chasse (salle Prosper Vincent); 13h30: Défilé de mode; 14h30: Tir au renard; 15h: Pepe Mendoza, auteur-compositeur-interprète; 16h: troupe de danses huronnes Sandokwa; 16h45: Légendes, chants la Huronne par François Vincent et Groupe de tambour. Salle Kondiarok, 80, boul. Bastien, Village Huron.

Brunchs en musique au sommet de la montagne. Au programme: brunchs (Dim. Lun. 10h à 12h et 12h30 à 14h30) agrémentés d'un concert de musique classique du Duo de guitare Francine Dery et Pierre Bruneau; d'une exposition (Dim. Lun. 11h à 16h) avec Marie Tardif, artiste-peintre et Gisèle Malo, peintre décorative et d'un défilé de mode de vêtements et accessoires pour toute la famille par le centre Designer Factory Outlet. Cost. 22,95\$, 18,95\$ pour les 7-13 ans et gratuit pour les 6 ans et moins. Ce tarif comprend l'accès aux télécabines. Réservation: 827-4561.

Journée de la Famille de la Ville de Québec à l'occasion de la Semaine nationale de la famille. Fâtinag gratuit aux Galeries de la Capitale entre 9h et 12h. Accès gratuit aux manèges. À cette occasion, les familles pourront obtenir de l'information sur les différents services communautaires offerts par la ville. À 11h30: lancement de la deuxième édition du Guide de la famille. En après-midi, bains libre familial avec animation au:

Centre communautaire Lucien-Borne (691-2375, de 14h à 15h25)

Piscine Wilfrid-Hamel (691-6466, de 13h30 à 14h55)



Exposition de chats...
Katou est une tigresse de Sibérie toute sympathique (!) avec laquelle il est possible de se faire photographe. C'est l'invitée spéciale de l'Exposition de chats organisée par le Club félin du Québec métropolitain qui se tient, aujourd'hui, au collège Saint-Charles-Garnier.

Sources Vives Familles monoparentales de Beaufort, 20h: Dîners et responsabilités des jeunes. Invitée: Louise Salvail, avocate. Pavillon Royal, 3365, chemin Royal, Beaufort. Entrée libre. Rens.: Michèle Marcoux au 667-8121.

Les mangeoires d'hiver et les oiseaux qui les fréquentent est le titre de la conférence prononcée par Peter Lane, ornithologue, à la salle d'animation de la bibliothèque Félix-Leclerc, 1130, boul. Pie XI Nord, Val-Beaur. 19h30. Prix d'entrée: 1\$. Rens.: 842-7184.

MARDI-MODE AU BEAUGARTE, 19h: Ferlano. Ect. Agence: L'Officielle de la mode.

ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX
Gala Méritas Country Western. Remise des trophées Concorde aux artistes et artisans country western. Entrée des artistes à 19h. Gala: 20h. Animation: André Clavier et Yves Laurin (CFLS); Bar Lollipop, 796, rue St-Joseph Est. Mail Centre ville. Prix d'entrée: 15\$ ou 2/24\$. Rens.: 525-8775.

RÉUNIONS
Le Club des chiffres et des lettres. Tous les mardis. Collège Mérici, 755, chemin Saint-Louis. Rens.: Daniel au 623-2453; Maryse 527-2528 et Rollande au 525-9952.

L'Autonomie, centre de ressource sur la condition masculine. 9h30: Café-rencontre. Comment j'utilise mon autorité (adulte) face à mes enfants? Local de l'Autonomie, 1950 de la Normandie. Rens.: 648-6480. Prix d'entrée: 2\$.

Groupe de parents gais de Québec. 19h: Sommes-nous vraiment différents? C.L.S.C. Hauteville, 55, chemin Sainte-Foy, suite 104.

Groupe de partage pour les proches des personnes atteintes d'un cancer. 19h30: Fondation québécoise du cancer, 1675, chemin Sainte-Foy. Il est nécessaire de s'inscrire au 681-9969 ou 1-800-363-0063.

Le Centre d'information La Giroflée. 19h30: Présentation des Services particuliers du CLSC-La Source. Centre culturel et communautaire, ancien hôtel de ville de Charlesbourg, coin 76e rue et Henri-Bourassa, salle 22. Rens.: 627-0964.

Ligue La Leche St-Jean Chrysostome. 13h30: Nutrition et sevrage. Chalet du Parc Quatre-Saisons (coin de l'Hôtel-de-ville et St-Paul). St-Jean Chrysostome. Les futurs et nouveaux parents sont particulièrement invités. Rens.: 832-9079 ou 831-5539.

Cercle d'écriture de l'Université Laval (CEU-LA). 19h. Au 1618, pavillon Parent, Université Laval. Rens.: Dominic Garneau au 656-7777, poste 16253 ou Guy Fontaine (657-6463).

Bureau d'animation et d'information logement du Québec-métropolitain (BAIL) invite les locataires qui sont intéressés à occuper bénévolement à l'avancement des droits des locataires, à une réunion d'information sur le travail du BAIL et du rôle qu'ils peuvent y jouer. 19h. Au 321, rue du Pont. Rens.: Nicole ou Denis au 523-6177.

Mouvement Retrouvailles (Adoptés(es), Non adoptés(es), Parents). Café-rencontre. 19h. Centre de Loisirs de St-Rodrigue, 4840, av. des Loisirs, Charlesbourg. Rens.: 624-2799.



SPECTACLES
FEUX SACRÉS. Voir dimanche.

QUÉBEC ET LES GRANDS EXPLORATEURS. Voir dimanche.

LES SIX SIÈGES DE QUÉBEC. Voir dimanche.

Bar/restaurants: - Duo Denis Poirier et Denis Nolin. Lun. au mer. 22h15. Café-bar l'Empire, Clarendon, 57, Sainte-Anne. Entrée libre.

SOIREE DANSANTES
Tempo Danse sociale, Soirée spéciale Action de Grâce. De 13h à minuit. Avec danse, cours de danse, buffet froid et soirée. Salle de danse le Tempo, 2700, Jean Ferrin, # 105. Prix d'entrée: 6\$, 4\$ pour les membres. Rens.: 842-7556.

ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX
Brunchs en musique au sommet de la montagne. Voir dimanche.

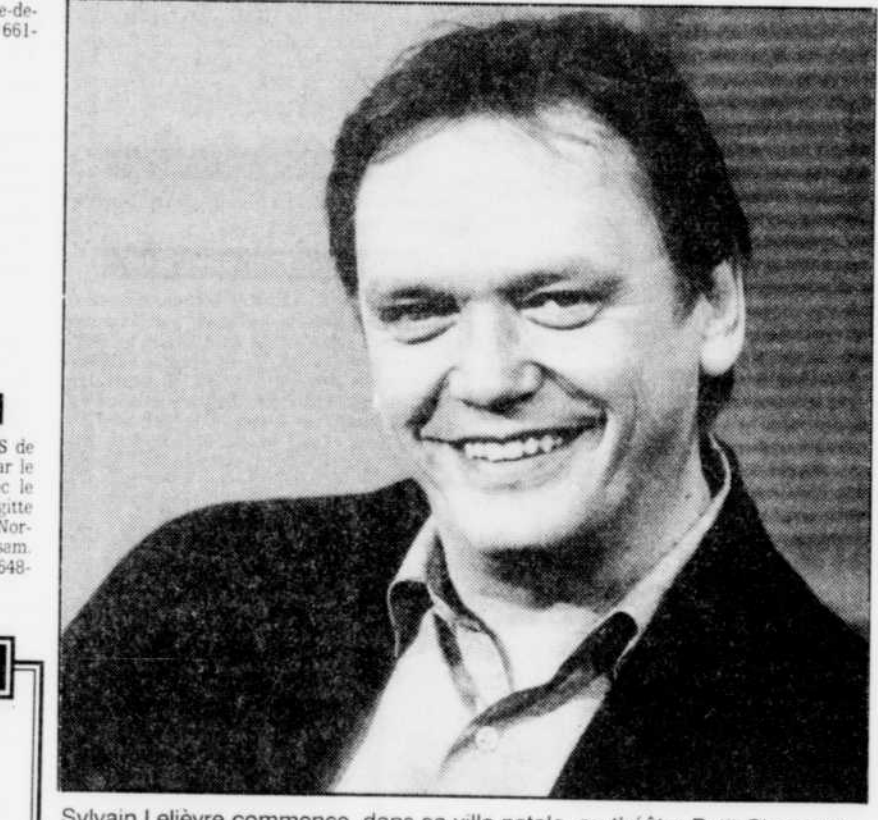
Encan mixte de chevaux (une première à Québec) à 10h. Suivi à 13h30 d'un spectacle de 11 courses et de la Journée promotionnelle Proprio d'un Jour avec Place Fleur de Lys. Hippodrome de Québec.

RÉUNIONS
Association des Retraités(es) du Gouvernement du Québec, région Québec Est. Mîdî-dîner mensuel. Salle du conseil Laval des Chevaliers de Colomb, 709, Kirouac, coin Marie-de-l'Incarnation. Réservation: 525-7814 ou 661-9455.

DES RESTES HUMAINS NON IDENTIFIÉS de Brad Fraser, traduction André Brassard. Par le théâtre du Paradoxe en collaboration avec le Théâtre Blanc. Avec Bobby Besbro, Brigitte Fournier, Martin Genest, Jacques Laroche, Normand Poirier et Caroline Savard. Mar. au sam. 20h. Périscope, 2 Cremazie. Réservation: 648-9989. Se termine le 23 octobre.



THÉÂTRE
DES RESTES HUMAINS NON IDENTIFIÉS de Brad Fraser, traduction André Brassard. Par le théâtre du Paradoxe en collaboration avec le Théâtre Blanc. Avec Bobby Besbro, Brigitte Fournier, Martin Genest, Jacques Laroche, Normand Poirier et Caroline Savard. Mar. au sam. 20h. Périscope, 2 Cremazie. Réservation: 648-9989. Se termine le 23 octobre.



Sylvain Lelièvre commence, dans sa ville natale, au théâtre Petit Champlain, une tournée qui le conduira partout à travers la province.

UN REEL BEN BEAU BEN TRISTE de Jeanne-Mance Delisle. Par le théâtre de la Commune. Un drame familial ayant comme toile de fond un secret bouleversant: l'inceste. Avec Jacques Baril, Nancy Bernier, Sylvain Brousseau, Jean-Jacques Bouché, Lise Gastonguay, Chantal Giroux, Denis Lamontagne, Guy-Daniel Tremblay, Caroline Stephenson et le violoniste Jacques Lavallée. Mar. au sam. 20h. Théâtre La Bordée, 1143, rue Saint-Jean, Vieux-Québec. Réservation: 694-9631. Se termine le 16 octobre.

VA-NU-PIED avec le théâtre du Groscaudot. Pour les 9-12 ans. 9h30. Bibliothèque du Vieux-Québec, 37, Sainte-Angele. Rens.: 691-6357.

MUSIQUE
BRUNO BIOT, pianiste. 16h. Ecole de musique de l'Université Laval, salle Henri-Gagnon, pavillon Louis-Jacques-Casault. Entrée libre.

SPECTACLES
SYLVAIN LELEVRE en concert intime. Mar. au sam. 20h. Théâtre Petit Champlain, 68, rue Petit Champlain. Prix d'entrée: 22,50\$. Se termine le 23 octobre.

FEUX SACRÉS. Voir dimanche.

QUÉBEC ET LES GRANDS EXPLORATEURS. Voir dimanche.

LES SIX SIÈGES DE QUÉBEC. Voir dimanche.

FORUM DE LA GUITARE. Mar. Mer. 22h: Frank Marino et Mahogany Rush. Prix d'entrée: 19,50\$. Bar d'Auteuil, 35, rue d'Auteuil.

Bar/restaurants: - Duo Denis Poirier et Denis Nolin. Voir lundi.

- Claude Atkins, chansonnier. Mar. au ven. 17h. Sam. 19h. Bar Sur-le-Cap. Hôtel Loews Le Concorde.

- Bernard Simard. Voir dimanche.

- Louis Degraze. Voir dimanche.

- Unity. Voir dimanche.

Atelier bricolage-art au Relais d'Espérance. 11h30. Aussi, Au 617, rue Montmartre. Rens.: 522-3301.

Collecte de sang de la Croix-Rouge. 12h30 à 17h. Organisée par le traiteur Le Piémontais et Pause Café Idéal. Locaux du Piémontais et de Pause Café Idéal, 2355, Daiton.

CONFÉRENCES
Carrefour Familles Monoparentales de Charlesbourg. 20h: Les préjugés et les émotions. Invitée: Lise Lebrun. Gymnase du Mont-St-Aubert, 9080, boul. du Jardin, Charlesbourg. Prix d'entrée: 5\$, 2\$ pour les membres.

Conférence-rencontre avec Réjean Deziel. 19h30: La prise de conscience de son intelligence. Centre l'Ére du Cristal, 2850, chemin Sainte-Foy. Prix d'entrée: 11\$. Rens.: 650-6499.

Service Handi A Inc. (pour la communauté sourde). 19h: La phytothérapie. Invitée: Mme Lessard. Au 921, boul. Dufferin, 2e étage. Rens.: 694-0258.

Réflexion sur l'idée de nation par Dr. Claude Polin, maître des conférences et professeur de philosophie politique et sociale de l'Université Paris-Sorbonne. 19h30. Salle 1A, pavillon DeKoningk. Université Laval.

Société d'horticulture et d'écologie de Charlesbourg. 19h30: Comment attirer les oiseaux. Invité: Ronald Lepage. Centre culturel et communautaire de Charlesbourg, ancien hôtel de ville, 757, boul. Henri-Bourassa. Prix d'entrée: 2\$, gratuit pour les membres. Rens.: 623-9279 ou 628-0792.

Centre communautaire Ferland (691-6180, 14h à 15h25)

Centre communautaire Michel-Labadie (843-2466, 14h à 15h25)

Piscine Jos.A. Lachance (691-2387, 14h à 15h25)

Centre des Loisirs Saint-Sacrement (681-7800, 14h à 15h30)

Y.M.C.A. (527-2518, 14h à 15h et 18h à 19h)

Aussi: Patinage libre familial et animation: Arena Barby (691-7210, 13h45 à 15h15)

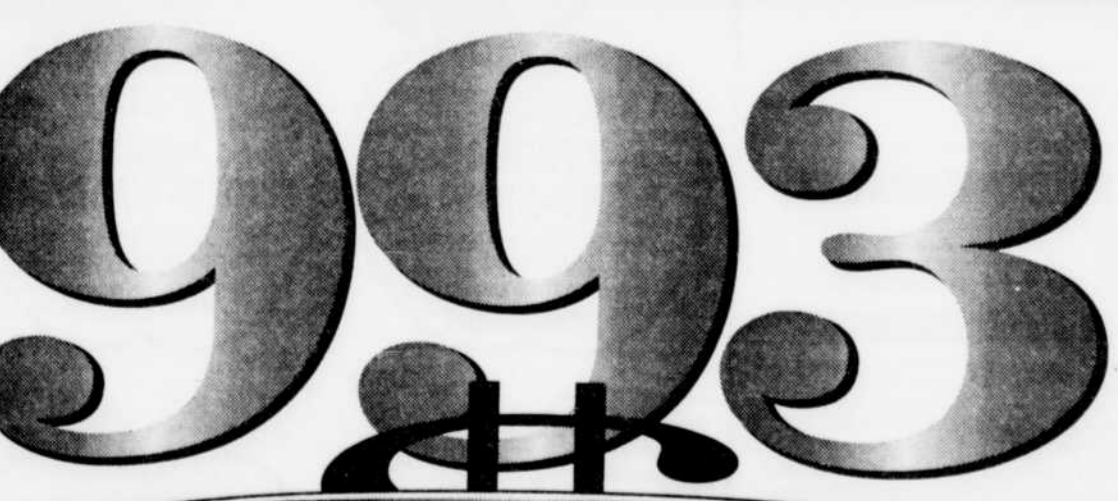
Arena Duberger (691-7049, 13h25 à 14h55)

Arena Les Saules (691-2308, 12h15 à 13h45)

Centre communautaire Michel-Labadie (843-2466, 13h à 14h30)

Arena Victoria (691-6390, 13h45 à 15h15)

FM 93 ET LE SOLEIL VOUS OFFRENT CHAQUE SEMAINE



EN ARGENT COMPTANT

À gagner, 993\$ en argent comptant chaque vendredi, plus 100\$ par jour, du 11 octobre au 5 novembre.

POUR PARTICIPER Remplissez le coupon de participation, retournez-le ou déposez-le au FM 93 ou au journal Le Soleil. Les tirages auront lieu en ondes chaque jour du lundi au vendredi, à 7h55 et à 16h55.

Form with fields for Name, Address, City, Postal Code, Telephone, and Fax.

Gagnez 25\$ instantanément en écoutant le FM 93

PRIX INSTANTANÉS

Lorsque votre nom est mentionné, vous avez 93 minutes pour rappeler l'animateur. Vous gagnerez 25\$ instantanément et serez alors admissible au tirage de 993\$ pour la semaine en cours. De plus, si vous êtes un abonné du Soleil, vous gagnerez 25\$ supplémentaires.

Le Soleil, 390 Saint-Vallier Est, C.P. 1547, Québec, G1K 7J6

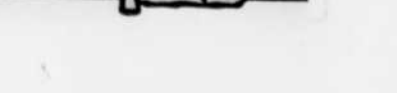
Gagnez 25\$ de plus si vous êtes abonné au Soleil

LE SON PASSION LE SOLEIL



Le Bureau d'animation et d'information logement du Québec-métropolitain (BAIL) invite les locataires qui sont intéressés à occuper bénévolement à l'avancement des droits des locataires, à une réunion d'information sur le travail du BAIL et du rôle qu'ils peuvent y jouer. 19h. Au 321, rue du Pont. Rens.: Nicole ou Denis au 523-6177.

Mouvement Retrouvailles (Adoptés(es), Non adoptés(es), Parents). Café-rencontre. 19h. Centre de Loisirs de St-Rodrigue, 4840, av. des Loisirs, Charlesbourg. Rens.: 624-2799.



Tournez

Cinéma

LES FILMS À L'AFFICHE CETTE SEMAINE

LE SOLEIL

La description des films Nous vous présentons ci-dessous l'horaire de la programmation qui propose jusqu'à jeudi des différents cinémas de Québec.

La classification des films est établie par l'Office des communications sociales. Voici le barème d'appréciation des films qui sont présentement projetés sur les écrans dans les cinémas de Québec et de la Rive-Sud.

Les chiffres réfèrent à la valeur artistique de l'oeuvre: (1) chef-d'oeuvre; (2) remarquable; (3) très bon; (4) bon; (5) moyen; (6) médiocre; (7) minable.

Les appréciations des films sont établies sur les copies présentées dans la province de Québec.

CINÉPLEX CHAREST (529-9745) Tout ça... pour ça (4) 13h, 16h, 19h, 21h30. G. Le concierge (5) v.f. de *For Love or Money* 13h15, 15h30, 19h10. G. *Kalifornia* (4) 21h15, 16 ans. Le fugitif (4) 13h30, 19h, 13 ans. Une histoire du Bronx (4) v.f. de *A Bronx Tale* 16h15, 21h50, 13 ans. La cible (5) v.f. de *Hard Target* 14h, 20h, 22h, 16 ans. Monsieur Nouou (1) v.f. de *Mr Nanny* 13h, 16h30. G. Le bon fils (5) v.f. de *The Good Son* 13h50, 19h10, 21h20, 13 ans. Sur les traces de l'ennemi (5) v.f. de *Striking Distance* 14h15, 16h30, 19h30, 21h40, 18 ans. Le destructeur (1) v.f. de *Demolition Man* 14h30, 17h, 19h40, 22h. Le temps de l'innocence (2) v.f. de *The Age of Innocence* 15h45, 18h40, 21h30. G. Prix d'entrée: 8 \$; 4,25 \$ pour les 65 ans et plus et les moins de 14 ans; 5 \$ avant 18 h en semaine. Prix d'entrée du mardi: 4,25 \$. N.B. Possibilité de se procurer des billets à l'avance pour des représentations dans la même journée.

CLAP (650-CLAP) Orlando (4) v.o.s.f. Dim. 13h, 17h25, 19h15. Lun. Mar. 12h40, 17h10, 21h45. Mer. Jeu. 13h, 17h30, 19h30. Bleu (2) Dim. 13h, 15h, 17h, 19h, 21h. Lun. Mar. 13h,

15h15, 17h20, 19h15, 21h15. Mer. Jeu. 13h15, 15h05, 17h, 19h, 21h. Le parc jurassique (3) v.f. de *Jurassic Park* Dim. 13h15, 21h30. Lun. Mar. 17h. Mer. Jeu. 14h45, 19h15. Les mots perdus (5) Lun. mar. 13h15, 21h30. Mer. Jeu. 17h15. *Arizona Dream* (3) v.f. Lun. Mar. 14h30, 19h. Mer. Jeu. 14h50, 21h20. *Trahir* (4) Lun. Mar. 15h, 19h30. Mer. Jeu. 12h45, 21h45. Prix d'entrée: 5 \$; 4,25 \$ moins de 14 ans et plus de 50 ans; 8 \$ pour les Super-Premiers les ven. sam. dim. 5\$, du lun. au jeu. Prix d'entrée le mardi: 4 \$.

GALERIES DE LA CAPITALE (628-2455) Salle 1: La firme (4) Sem. 19h, 22h. Sam. Dim. Lun. Mar. 12h45, 15h50, 19h, 22h. G. Salle 2: Le destructeur (1) v.f. de *Demolition Man* Sem. 19h10, 21h45. Sam. Dim. Lun. Mar. 13h20, 15h50, 19h10, 21h45. Salle 3: Fanfan (4) Sem. Dim. Lun. Mar. 12h40, 14h30. Le fugitif (4) Sem. 19h10, 21h50. Sam. Dim. Lun. Mar. 16h20, 19h10, 21h50, 13 ans. Salle 4: Le parc jurassique (3) v.f. de *Jurassic Park* Ven. Jeu. 19h, Sam. Dim. Lun. Mar. 13h30, 16h, 19h. Relâche mercredi. Fanfan (4) Tous les jours sauf mer. 21h35. Mercredi: Avant-première de *Germinal* sur invitation seulement. Salle 5: Les apprentis-champions (1) v.f. de *Good Running* Sem. 19h25, 21h40. Sam. Dim. Lun. Mar. 13h15, 15h20, 17h20, 19h25, 21h40. Salle 6: Le sexe des étoiles (4) Sem. 19h25, 21h35. Sam. Dim. Mar. 13h25, 15h25, 17h25, 19h25, 21h35, 13 ans. Prix d'entrée: 8 \$; 4,25 \$ enfants et âge d'or. Prix d'entrée: 4,25 \$ les mardis.

LIDO (837-0234) Salle 1: Le destructeur (1) v.f. de *Demolition Man* Sem. 18h45, 21h15. Sam. Dim. Lun. 13h, 18h45, 21h15. Salle 2: Le concierge (5) v.f. de *For Love or Money* Sem. 19h, 21h15. Sam. Dim. Lun. 13h, 19h, 21h15. G. Salle 3: En plein vol (1) Sem. 19h, Sam. Dim. Lun. 13h, 19h. Sur les traces de l'ennemi (5) v.f. de *Striking Distance*. Tous les jours 21h15.

16 ans. Salle 4: Les fous du Surf Ninja (6) v.f. de *Surf Ninja* Sam. Dim. Lun. 13h. (Prix d'entrée: 5\$). La cible (5) v.f. de *Hard Target*. Tous les jours 19h, 21h15, 16 ans. Salle 5: Le bon fils (5) v.f. de *The Good Son* Sem. 19h, 21h15. Sam. Dim. Lun. 13h, 19h, 21h15, 12 ans; 3 \$ pour les moins de 12 ans (sauf pour les films cotés 13 ans+) et plus de 65 ans. Lundi au jeudi: Prix d'entrée: 5,50 \$; 3 \$ pour les 12 ans et moins (sauf pour les films cotés 13 ans+) et plus de 65 ans.

MIDI-MINUIT (522-2828) Programmation jusqu'à mardi: *Second Skin* (-) V.O.A. 11h10, 13h45, 16h15, 19h05, 21h05, 23h25. *Toxic le ravageur* (-) 8h30, 21h30, 23h50. *Rage* (-) 9h45, 17h35, 22h50. *Du 12 au 18 octobre: Sex Lives of the Rich and Famous* (-) 11h55, 14h35, 18h55. *Unnatural phenomenon* (-) 13h15, 16h, 20h15. *Commando Léopard* (-) 8h35, 21h30. *Bleu comme l'enfer* (-) 10h15, 17h15, 23h15, 18 ans. Prix d'entrée: 7 \$.

PARIS (694-0891) Proposition indécente (5) v.f. de *Indecent Proposal* Sem. 18h45, Sam. Dim. Mar. 13h45, 18h45, 13 ans. *Denis la petite peste* (4) v.f. de *Denis the menace* Sem. 19h, Sam. Dim. Mar. 14h, 19h. G. *Indochine* (4) Sem. 20h30, Sam. Dim. Mar. 14h30, 20h30. G. *Soleil levant* (4) v.f. de *Rising Sun* Sem. 21h, Sam. Dim. Mar. 16h, 21h, 13 ans. *Peu importe l'amour* (4) v.f. de *What's Love Got To Do With It* Sem. 21h15, Sam. Dim. 16h15, 21h15, 13 ans. Prix d'entrée: Lun. mer. jeu. 2\$, Ven. Sam. Dim. 3\$. Les mardis: 1\$.

SAINTE-FOY (656-0592) Salle 1: *Demolition Man* (1) Sem. 19h05, 21h35. Sam. Dim. Lun. Mar. 14h10, 16h35, 19h05, 21h35. Salle 2: Le bon fils (5) v.f. de *The Good Son* Sam. Dim. Lun. Mar. 14h05, 15h55, 17h45, 19h35, 21h40. Sem. 19h35, 21h40, 13 ans. Salle 3: Programme double pour sam. dim. lun. mar. ** Mon ami Willy (5) v.f. de *Free Willy* 14h et Denis la petite peste (4) v.f. de *Denis the menace* 16h25. G. Une histoire du Bronx (4) v.f. de *A Bronx Tale*. Tous les soirs 19h, 21h25. Prix d'entrée: 8 \$; 4,25 \$ enfants et âge d'or. Prix d'entrée les mardis: 4,25 \$.

VIDÉOTHÉÂTRES - Bibliothèque Gabrielle-Roy, 350, rue Saint-Joseph Est. Rens. (529-0924). Dim. 12h. Première question sur le bonheur. Dim. 15h: *Alien Will James*. Mar. 19h: *Aimez-vous les chiens*. Mer. 19h: *Comme en Californie*. Jeu. 19h: *Huit témoins*. Ven. 19h: *Kid Sentiment*.



Une belle romance
Afin que son associé accepte de financer son grand projet, Doug (Michael J. Fox) s'occupe de distraire Andy (Gabrielle Anwar), la petite amie de ce dernier. Une belle romance naîtra de cette rencontre et obligera Doug à faire des choix.

Causerie publique sur la méditation selon les enseignements du maître tibétain, Chogyam Trungpa, auteur de *Shambhala: la voie sacrée du guerrier* (éd. du Seuil) 19h30. Collège de Limoilou, 1300, 8ième avenue. Entrée libre.

DIVERS
Marché aux puces de la Conférence St-Vincent-Paul de la paroisse Sainte-Ursule de Sainte-Foy. Ven. 17h à 22h. Sam. 9h à 15h. Sous-sol de l'église Sainte-Ursule, boul. Neilson.

Collecte de sang de la Croix-Rouge. 10h à 16h30 et 15h à 21h. Organisée par les Caisses populaires Desjardins du Grand Beauport. Centre communautaire des Gutes, 4054, boul. Sainte-Anne.

ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX
Rencontre 93: Ateliers et conférences de l'Industrie du disque et de la radio. Ven. au dim. Conférences, rencontres, lancements de disques, ateliers, etc. Réservé aux membres de l'Industrie à l'exception de deux ateliers samedi 10h à 12h et 15h à 17h pour la relève. Incriptions: Nathalie Le Coz (514) 849-1236 ou Edmond Hache (682-8358).

Croisières sur le M/V Louis Jolliet. Soupers-croisières tous les ven. sam. Embarquement à 19h30; repas 19h45 et départ 20h30. Coût: 46,25\$. Les croisières tropicales les ven. et sam. Embarquement à 20h et départ à 20h30. Musique et danse avec thème tropical. Coût: 23,25\$. Aussi, croisières guidées tous les jours. Rens. 692-1159 ou 1-800-463-5310.

La rue vers l'art. Présentation de 400 tableaux de peintres québécois contemporains. Auj. 18h à 21h. Sam. 13h à 21h; Dim. 12h à 16h. Externat Saint-Jean-Eudes, 650, avenue Bourg-Royal, Charlebois.

Lancement du livre « Les québécoises et le mouvement pacifiste, 1939-1967 » de Simone Monnet-Chartrand et lancement de la programmation de la semaine pour la paix et le désarmement (24 au 30 octobre). Plusieurs membres de famille de Simone Monnet-Chartrand, décédée

au début de l'année, seront présents. 19h. Restaurant le Piolet, 103, Racine, Loretteville. Rens.: Nancy Guilbert au 527-9908.

Expositions au Musée de Charlevoix. 1, chemin du Havre, Pointe-au-Fic. Rens.: 665-4411. Jean Falardy peintre témoin de son époque rétrospective d'oeuvres inédites. Se termine le 31 janvier. Oeuvres choisies de la collection des dessins et estampes du Musée du Québec (80). Se termine le 14 novembre. Les dames de l'Accueil Bellefleur, travaux réalisés par des personnes âgées de 73 à 91 ans, résidentes du Centre d'accueil Bellefleur. Se termine le 30 novembre. Sylvain Gauthier voler en peinture, dessins et tableaux représentant le monde de l'aviation. Se termine le 31 octobre. L'éclatisme de Roland Gagné, collectionneur du patrimoine charlevoisien mais aussi de l'exotisme des contrées lointaines. Collection permanente. Gerard Deschanez maquette de bateau, étapes de fabrication du Joseph et Clara Smallwood, le plus grand et le plus moderne des trans-océaniques canadiens au moment de son lancement et le plus gros traversier brise-glace au monde. Collection permanente.

Le Centre d'exposition de Baie-Saint-Paul présente jusqu'au 30 janvier, une rétrospective de l'artiste René Richard 1895-1982, peintre qui a vécu 43 ans à Baie-Saint-Paul. Au même moment, au Centre d'art, présentation des oeuvres d'Edward F. Boyd, ami de Richard.

Festival international du cinéma fantastique II. Cinéma Palace, 668, Sainte-Gatherine Ouest, Montréal. Rens.: (514) 844-1313. Se termine le 13 octobre.

Festival des couleurs jusqu'au 11 octobre au Mont Sutton. Rens.: 1-800-665-8455.

Ailleurs au Québec

Votre Agenda suite

MERCREDI 13 OCTOBRE

THÉÂTRE
VA-NU-PIED avec le théâtre du Grötescabot. Pour les 9-12 ans. 9h30. Bibliothèque de Neufchâtel, 4060, rue Blain (843-1395). 13h30. Bibliothèque Les Saules, 2035, boul. Masson (872-5086).

DES RESTES HUMAINS NON-IDENTIFIÉS. Voir mardi.

UN REEL BEN BEAU BEN TRISTE. Voir mardi.

SPECTACLES
CE SOIR, JE DANSE EN FRANÇAIS. Ce soir 22h30. Tabou, Beauport.

SYLVAIN LELIEVRE. Voir mardi.

FEUX SACRÉS. Voir dimanche.

QUÉBEC EXPÉRIENCE. Voir dimanche.

QUÉBEC ET LES GRANDS EXPLORATEURS. Voir dimanche.

LES SIX SIÈGES DE QUÉBEC. Voir dimanche.

FORUM DE LA GUITARE. Voir mardi.

Bar/restaurants:
- Roger Genois. Mer. Jeu. Bar les Yeux Bleus, 1117, rue Saint-Jean. Rens.: 694-9118.
- Sensation. orchestre de danse. Mer. au sam. 21h30. Bar Ambassadeur. Hôtel Ambassadeur, 333, boul. Ste-Anne, Beauport. Rens.: 666-2828.
- Marie-France Labonté pour les 6 à 9 du mer. au ven. 18h. En soirée, jeu. au sam. 22h: Luci Blanchet, Bar Apres Cinq. Baron Rouge, 350, boul. Sainte-Anne, Beauport.
- Unity. Voir dimanche.
- Bernard Simard. Voir dimanche.
- Yves Debiens. Voir dimanche.
- Duo Denis Poirier et Denis Nolin. Voir lundi.
- Claude Atkins. Voir mardi.

JEUDI 14 OCTOBRE

THÉÂTRE
Fédération des Clubs de l'Age d'or du Québec, secteur Champlain. 20h. Avec orchestre de Lucien Gosselin. Centre des loisirs, 380, rue Beauport, Ville Vanier. Prix d'entrée: 5\$. Rens.: 683-0139.

ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX
Démonstration d'aquarelles avec Marc GrandBois. 19h30. Bibliothèque Marie-Victorin, 1935, rue Notre-Dame, Ancienne-Lorette. Prix d'entrée: 5\$. 3\$ pour les membres. Rens.: 872-1066.

SOIRÉE DANSANTE
MÉMOIRE DE FEMMES. Création collective d'un groupe de femmes. Présentée par le Cercle culturel de la Rive-Sud. Sujet: Le vécu des femmes de 50 ans et plus au Québec. 14h. Anglécane de Lévis, 33, rue Wolfe. Rens.: 833-1845 ou 837-6539.

DES RESTES HUMAINS NON-IDENTIFIÉS. Voir mardi.

UN REEL BEN BEAU BEN TRISTE. Voir mardi.

SPECTACLES
LAURENCE JALBERT. Jeu. au sam. 20h. Salle Albert-Rousseau, 2410, chemin Sainte-Foy.

SYLVAIN LELIEVRE. Voir mardi.

FEUX SACRÉS. Voir dimanche.

QUÉBEC EXPÉRIENCE. Voir dimanche.

QUÉBEC ET LES GRANDS EXPLORATEURS. Voir dimanche.

LES SIX SIÈGES DE QUÉBEC. Voir dimanche.

FORUM DE LA GUITARE. Jeu. ven. 22h30: Hommage à Jimmy Hendrix avec Rick Onslow. Prix d'entrée: 5\$. Bar d'Auteuil, 35, rue d'Auteuil.

Bar/restaurants:
- Quatuor Ivan Fortin. Jeu. au sam. 22h15. Café-bar l'Empire, Clarendon, 57, Sainte-Anne. Entrée libre.
- Yves Debiens et le Duo Vamp. Jeu. au sam. 21h. Le Petit Paris, 48, côte de la Fabrique. Entrée libre.
- Claude Patry, rétro-country-pop. Jeu. au sam. 22h. Resto-Bistro St-James, Manoir Victoria, 44, côte du Palais.
- Bob Boudreau. Jeu. au sam. 22h. Bar Chez Son. 24 Saint-Stanislas.
- Jim Zeller Blues Band, blues-rock. Jeu. au sam. 22h30. Café Blues, 1018, rue Saint-Jean. Entrée libre.
- Édouard Marquis, pianiste. Jeu. au sam. à compter de 17h30 et au brunch du dimanche 10h. Holiday Inn, Centre ville.
- Juan Carlos, chanteur-animateur. Jeu. au sam. 22h30. Restaurant-bar du Pêcheur, 394, ave. Ste-Brigitte, Ste-Brigitte de Laval.
- Claude Atkins. Voir mardi.
- Roger Genois. Voir mercredi.
- Marie-France Labonté. Voir mercredi.
- Marc Adams. Voir dimanche.
- Amigo. Voir dimanche.
- Relance. Voir dimanche.

VENREDI 15 OCTOBRE

THÉÂTRE
L'ALLIANCE DAMNÉE OU LE CHÂTIMENT DU FOL par les Productions Épisode. Texte de Lynn Murray. Avec Linda Boucher, Nancy Thibodeau, Denis Pettigrew, Léonard Lavoie, Jean-François Ricard et Stéphane Parent. Souper-théâtre à compter de 19h. Restaurant Bonaparte, 680, Grande-Allée est. Coût: 34,95\$ incluant un repas médiéval. Réservations: 647-4747.

DES RESTES HUMAINS NON-IDENTIFIÉS. Voir mardi.

UN REEL BEN BEAU BEN TRISTE. Voir mardi.

MUSIQUE
RÉGITAL DU SOPRANO MARIE-ANDRÉE PARÉ. Au piano Martin Dubé. Invitée à la narration la comédienne Kim Yaroshkevskaya. 20h. Chapelle du Bon Pasteur, 1080, de la Chevrotière. Prix d'entrée: 15\$. 8\$ pour les étud.

LES JEUNESSES MUSICALES DU CANADA. 20h. Invites: Mari Matsuzawa, pianiste et Yegor Dyachkov, violoncelliste. Salle Dina Bélanger, Collège Jésus-Marie de Sillery, 2047, chemin Saint-Louis, Sillery. Prix d'entrée: 15\$. 12\$ pour les étud. et aînés.

SOCIÉTÉ DES RELATIONNISTES DU QUÉBEC. Demi-journée de formation (8h à 14h) sous le thème «Pas de panique! La gestion de crise sur le terrain». Avec personnes-ressources. Rens.: Johanne Mongrain au 835-6575.

REUNIONS
Association hypoglycémie Québec inc. 19h30. Au 5928, boul. Henri-Bourassa, Charlesbourg. Rens.: 622-2908.

L'Antre Amis inc. 19h30. Soirée d'information. Châteauneuve-Entente, Chemin Sainte-Foy. Réservation nécessaire: 653-4010.

Cruise Holidays de Québec. Soirée d'information sur les croisières avec la compagnie Royal Caribbean Cruise Line. 19h30. Réservation nécessaire avant le 12 octobre au 529-2093.

CONFÉRENCES
La société de géographie de Québec. 20h. Séminaire de l'Inde Islamique. Invité: Roland Sansonoff, professeur d'histoire de l'Art, Faculté des Lettres de l'Université Laval. Avec diapositives. Collège Saint-Charles Garnier, salle Jean-Paul-Tardif, 1150, boul. René-Lévesque ouest, entrée par la rue Joffre. Prix d'entrée: 4\$.

Conférence portant sur le cinéma: Des témoins à la lumière. 14h. Le cinéma québécois, la sortie d'un long purgatoire. Invité: Pierre Perreault. Laissez-passer successifs au 654-4007 ou 654-4325. Maison Hama-Brunneau, 2506, chemin Saint-Louis, Sainte-Foy.

L'Association des célibataires. 19h30. Comment développer l'estime de soi? Invité: Réal Ouellet, psychologue. Restaurant Normandin, 709, boul. Charest Ouest, angle Marie de l'Incarnation. Prix d'entrée: 8\$. 6\$ avec carte conférence. Rens.: 525-9703.

Le Centre psycho-Corporel inc. 19h30. S'éveiller d'un rêve. Invité: Paule Lebrun, journaliste de grand reportage (Châteleine, Guide Ressources). Hôtel Plaza Universel. Prix d'entrée: 15\$. 12\$ pour les membres. Rens.: 687-1165.

Société d'histoire de Sainte-Foy. 20h. Champion, modèle de la France. Invité: René Lévesque, archéologue. Galerie d'art Jules Harvey, 2095, chemin Sainte-Foy, près de l'église Saint-Thomas-d'Aquin. Entrée libre.

SOIRÉE DANSANTE
Tempo Danse sociale. Voir dimanche.

VERNISSAGE
CENTRE DE DOCUMENTATION ET D'ANIMATION EN BANDE DESSINÉE. 251, Sainte-Joseph Est. Tous les jours de 13h à 17h. Le cabinet de lecture, spiceries & autres correspondances de Suzanne Payette et Maude Dhévy. Se termine le 14 novembre. Vernissage 19h30.

REUNIONS
L'Autohémophile, centre de ressource sur la condition masculine. 19h30. Café-rencontre mixte. Comment je concilie travail, famille et profession. Local de l'Autohémophile, 1950 de la Normandie. Rens.: 648-6480. Prix d'entrée: 2\$.

Centre-Femmes d'aujourd'hui. 13h30. Pas d'amitie à mort. Au 1474, boul. René-Lévesque Ouest. Entrée libre. Rens.: 683-2548.

CONFÉRENCES
Centre de foresterie des Laurentides. 10h: Projet érable Canada-États-Unis (INAMP). Invité: Dr Denis Lachance. Ressources naturelles du Canada. Secteur des forêts, Région du Québec. Au 1055, rue du P.E.P.S., Sainte-Foy. Rens.: Suzanne Doré au 648-3927.

Conférences de la Fondation de Marie-Macculé, paroisse St-Michel de Sillery. Dix conférences sur Marie seront données par le Père Yvan Mathieu, mariste, licencié en Écriture Sainte. A compter de ce soir 19h30: Survol des textes et silence de Paul. Paroisse St-Michel de Sillery, 1600 rue Persico. Entrée libre. Rens.: 527-3390.

DIVERS
Heure du conte à la bibliothèque de Charlesbourg. Voir dimanche.

ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX
Lancement de «L'Arbre de la connaissance», une oeuvre créée spécialement par Luc Archambault pour le 325e anniversaire du Petit Séminaire de Québec. Une sériographie numérotée, tirée et signée par l'artiste est lancée aujourd'hui à compter de 12h pour les gens du Petit Séminaire seulement à la Galerie d'Un Jour, 4, rue Buade. Rens.: 694-9172. Le grand public en général devra attendre le jeudi 28 octobre 12h.

ENSEMBLE ANONYMUS présente le récital *Utrera* sous la direction artistique et musicale de Claude Bernatchez. 20h. Institut Canadien, 42, Saint-Stanislas. Ce concert qui ouvre la deuxième saison de Musique médiévale fera l'objet d'un enregistrement en novembre.

SPECTACLES
ANDRÉ GAGNON et son invité. Ven. Sam. 20h. Salle Octave-Cremaize du Grand Théâtre. Prix d'entrée: 25,75\$.

SYLVAIN LELIEVRE. Voir mardi.

LAURENCE JALBERT. Voir jeudi.

FEUX SACRÉS. Voir dimanche.

QUÉBEC EXPÉRIENCE. Voir dimanche.

QUÉBEC ET LES GRANDS EXPLORATEURS. Voir dimanche.

LES SIX SIÈGES DE QUÉBEC. Voir dimanche.

FORUM DE LA GUITARE. Voir jeudi.

BEATLES FOREVER Hommage aux Beatles. Ven. Sam. 20h30. Ancestral, 117,50, 2e avenue, Saint-Georges de Beauce.

Bar/restaurants:
- Dirty Thirties, blues rock. Ven. Sam. 22h. Café-bar le Clap (en face du cinéma), 2383, chemin Sainte-Foy.
- Louis Degraze et Roger Genois. Ven. Sam. Bar les Yeux Bleus, 1117, rue Saint-Jean. Rens.: 694-9118.
- Monique Jutras dans Traditions et Poésies Nord-Sud. Ven. Sam. 20h30. Salle de l'Arts, 432, rue de l'Église, Mail centre ville. Prix d'entrée: 7\$. Rens.: 648-9919.
- Claude Atkins. Voir mardi.
- Sensation. Voir mercredi.
- Marie-France Labonté et Luci Blanchet. Voir mercredi.
- Quatuor Yvan Fortin. Voir jeudi.
- Yves Debiens et le Duo Vamp. Voir jeudi.
- Claude Patry. Voir jeudi.
- Bob Boudreau. Voir jeudi.
- Juan Carlos. Voir jeudi.
- Édouard Marquis. Voir jeudi.
- Marc Adams. Voir jeudi.
- Amigo. Voir jeudi.
- Sylvie Cloutier, tous les ven. sam. 18h. La Maison de Jade, boul. de l'Arrium.
- Jim Zeller Blues Band. Voir dimanche.

DANSE
FESTIVAL D'ESPAGNE ET D'AMÉRIQUE LATINE. 20h. Le ballet Flamenco Antonio Canales présente *Torero*. Salle Louis-Frédette du Grand Théâtre. Prix d'entrée: 28\$, 30\$, 35\$.

REUNIONS
Danser pour parler. Tous les vendredis à compter de 21h30. Musique avec le disco de Christian Thibault. Restaurant Bouffeur du Saint-Michel, 1720, rue Saint-Michel, Sillery. Rens.: 688-8888.

Association de Méthodologie Holo-Energétique du Canada (AMHEC). 19h. Méthodologie Holo-Energétique: mode d'emploi de l'Existence. Invites: Claude Piro et Henri Aussel. Hôtel Québec, salle Renou, 3115, ave. des Hôtels, Sainte-Foy. Entrée libre. Rens.: 628-8146 Hélène Proulx.

LE JARDIN GREC
SOUPERS DANSANTS
Jeudis, vendredis, samedis dès 18 h avec: Gerry Duhamel
* VIN au prix coûtant
3926, boul. Hamel, Carrefour Masson-Hamel
Stationnement gratuit
877-9824

POMMES
AUTOCUEILLETTE ET VENTE EN KIOSQUE

ALLONS AUX POMMES À SAINT-NICOLAS!
VERGERS SAINT-NICOLAS
2074, Marie-Victorin Saint-Nicolas
OUVERT TOUS LES JOURS
836-5505

Venez cueillir vos pommes du VERGER PLAISIRS D'AUTOMNE
3030, Marie-Victorin Saint-Antoine-de-Tilly
886-2619

Cueillez vos pommes dans un paysage enchanteur RANDONNÉE EN TRACTEUR FERNAND DROUIN
4606, chemin Royal, Sainte-Famille I.O. (20 km du pont)
Ouvert fin de semaine Jusqu'au 17 octobre 1993
829-2501

LA POMME DU ST-LAURENT ENR.
492, chemin Bellevue Ouest Cap-Saint-Ignace, cte de Montmagny
Vente au détail et gros
Diverses variétés
Jus de pommes frais et sous-produits de la pomme
(418) 246-5957

Aussi vente au comptoir Ouvert jusqu'à la fin octobre VERGER À L'ORÉE DU BOIS
3158, Marie-Victorin Saint-Antoine-de-Tilly à 22 kilomètres des ponts
886-2342

Balade au verger pour groupes sur réservation LES VERGERS POLY-CULTURE PLANTE
Kiosque de fruits et légumes
Ouvert tous les jours
20, avenue Royale Sainte-Pétronille, île d'Orléans Lobo - Michon - Cortland
828-9603

Jus de pomme frais naturel Autocueillette
Jus de pomme pressé à la ferme Autocueillette

Pour annoncer dans cette rubrique **TÉLÉMARKETING** 647-3376 1-800-463-4828

Le monde du Macintosh

La semaine qui commence est sans contredit celle de la pomme informatique dans notre région, grâce aux efforts du Club Macintosh de Québec, qui vient d'inaugurer son nouveau système de courrier électronique et qui s'appête à tenir son salon annuel, le Carrefour Macintosh. Ce club regroupe actuellement plus de 1800 membres, ce qui en fait le plus grand club du genre au Canada et le septième plus grand au monde.

Une messagerie géante

Le Club Macintosh de Québec se caractérise, depuis plusieurs années, par son babillard électronique, Synapse, une messagerie géante partagée par les utilisateurs de Québec et de la province et de l'extérieur du pays.

par
MICHEL TRUCHON
LE SOLEIL



Maintenant doté de neuf lignes téléphoniques, Synapse est devenu le plus grand babillard électronique de la région de Québec et le troisième au monde utilisant le logiciel de communications FirstClass.

Synapse vient de franchir une autre étape, en offrant un réseau international de messagerie en français utilisant l'interface graphique du Macintosh, une première mondiale. L'ensemble du réseau, qui porte le

nom de Francophonie, s'étend en France, en Belgique, en Suisse, en Autriche, en Allemagne et au Luxembourg. L'échange de messages « postés » se fait deux ou trois fois par semaine entre les deux côtés de l'Atlantique et ils sont distribués à tous les participants. Le babillard est administré par Carl-Frédéric de Celles.

Synapse est accessible aux membres du Club Macintosh. Cela demande évidemment un ordinateur Macintosh, un modem et la partie « client » du logiciel FirstClass. Mais on murmure en coulisses que les « autres » pourraient également y avoir accès, via Windows, sans bénéficier de tous les avantages de l'interface Mac.

Le Carrefour Macintosh

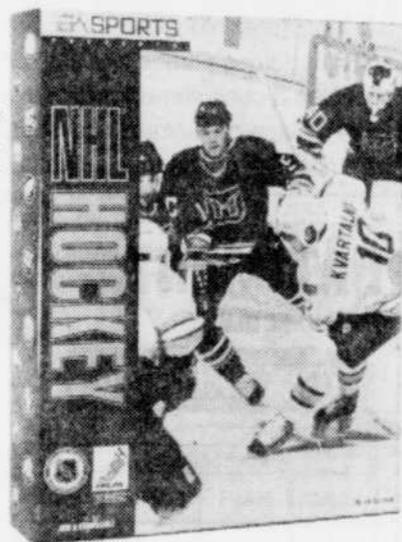
Pour une huitième année le club tient son Carrefour Macintosh, un salon entièrement consacré à la technologie Mac et qui est en voie de devenir un classique dans les salons commerciaux dans la région de Québec.

Le Carrefour Macintosh 1993 a lieu jeudi, vendredi et samedi prochains (14, 15 et 16 octobre) au cégep de Sainte-Foy. Il est organisé en collaboration avec Apple Canada, l'Education aux adultes du cégep, la Boutique Click et WordPerfect Corporation. On attend plus de 7000 visiteurs et l'entrée est gratuite. Outre les produits présentés dans les stands, les visiteurs auront accès à des ateliers d'apprentissage, des conférences et des présentations de logiciels. Un musée soulignera également les dix années d'existence du Macintosh. Les renseignements sur le carrefour et les activités du club peuvent être obtenus au 527-0250.

LE JEU DE LA SEMAINE

Les effets d'un match de hockey en direct

Les amateurs de hockey vont être ravis : Electronic Arts vient de mettre sur le marché son NHL Hockey en format DOS pour compatibles IBM. Et, pour une fois, l'adaptation de ce programme très populaire sur consoles de jeux vidéo est supérieure sur tous les plans, tant du côté des graphismes, de l'animation et des sons. La musique est extraordinaire, les bruits d'ambiance comme les réactions de la foule, les coups de sifflet des « zébrés », l'orgue, les interventions des commentateurs, tout est là pour recréer les effets d'un match en direct. Ce simulateur, souligne François Taddéi, responsable des logiciels au Club DOS, vient combler un vide dans le monde des jeux sur ordinateurs qui, jusqu'à maintenant, avaient dû se contenter de programmes bourrés de bogues. Qu'il s'agisse d'un simple match hors-concours ou d'une saison complète (en l'occurrence celle de 1993 avec les 550 joueurs véritables de l'Association des joueurs), les amateurs vont en avoir pour leur 65 \$. Le simulateur permet également la compilation de toutes les statistiques. NHL Hockey est toutefois un peu gourmand : le minimum requis est un 386 à 33MHz avec 2 Mo de mémoire libre et prend 10 Mo sur le disque rigide ; Electronic Arts recommande également l'utilisation d'une manette Gravis JoyPad et d'une carte de son Soundblaster.



Pour être à la mode

Portez des vêtements faits avec des rebuts

NEW YORK — (AP) Tout d'abord, il est devenu à la mode de recycler les rebuts. Maintenant, les rebuts eux-mêmes sont à la mode !

Cet automne, Patagonia, de Ventura, en Californie, a commencé à vendre un chandail fait à 80 % de bouteilles de plastique — « ces bouteilles vertes et ces bouteilles claires qui contenaient le 7-Up ou l'eau d'Evian que nous avons bus », de dire Mike Harrelson, porte-parole de la compagnie.

Vous ne le sauriez pas à regarder ce chandail ; le tissu est doux et moutonné. Pour fabriquer le tissu, les bouteilles de plastique sont fondues pour constituer le matériel brut liquide du polyester. Ce liquide est passé sous pression dans une sorte de pomme de douche pour en ressortir sous forme de minces fils.

La fibre est vendue aux usines qui la tissent et en font un vêtement que Patagonia achète. Un seul chandail requiert environ

deux douzaines de bouteilles de plastique de deux litres.

Jeff Bowman, directeur des achats de Malden Mills, la firme de Lawrence, Mass., qui fournit Patagonia, a affirmé que dès le printemps prochain, la plupart des manufacturiers de robustes vêtements d'extérieur offriront au moins un vêtement fait de fibres recyclées.

C'est également à la mode de marcher dans des rebuts. Le printemps dernier, Deja Shoe de Tigard, en Oregon, a commencé à vendre des sandales et des mocassins faits de rebuts. Les semelles sont faites de vieux pneus. Plusieurs ont des parties faites de bouteilles de soda. Le support intérieur est fait de vieux cartons et de magazines. Deja Shoe espère en vendre 100 000 paires, cette année.

En janvier, Reebok prévoit introduire une botte de marche appelée Telos dont plusieurs éléments seront faits à partir de rebuts.

L'univers électronique

AUDIO-VIDÉO INFORMATIQUE JEUX VIDÉO

La saison de la pomme informatique



LC 520 : beau, bon, pas cher

Cet automne, Apple attaque sur tous les fronts et présente, sans prendre le temps de respirer, des nouveautés à faire rêver. Newton, Centris 660AV, Quadra 840AV et LC 520 sont les plus récentes vedettes de cette nouvelle vague.

Pour l'utilisateur « ordinaire », le plus intéressant de ces produits est sans aucun doute le LC 520, un modèle monopieuvre axé sur le multimédia.

Le LC 520 est un ordinateur de la catégorie simple à utiliser : on le sort de la boîte, on le branche, on l'allume et il est prêt à fonctionner. L'unité centrale de traitement et l'écran sont dans le même boîtier, ce qui en fait un modèle compact. Son microprocesseur est un 68030 cadencé à 25MHz, le même que dans le LC III. Le modèle testé avait une mémoire vive de 8 Mo et un disque rigide de 80 Mo ainsi qu'un lecteur de disquettes SuperDrive.

Il réserve bien des surprises : d'abord l'écran couleur de 35 cm (14 po) est un Sony Trinitron à haute définition offrant un affichage exceptionnellement clair et détaillé. La mémoire vidéo permet d'accéder à une palette de 32 768 couleurs. Rien que cela serait suffisant pour en faire une machine exceptionnelle. Mais cela ne s'arrête pas là : le LC 520 a un lecteur de disque optique numérique (CD-ROM) intégré — le 300i, extrêmement rapide avec un temps d'accès de 295 millisecondes, un taux de transfert de 300K par seconde et une mémoire tampon de 256K. Et, bénédiction, le boîtier abrite deux haut-parleurs qui, s'ils ne sont pas de qualité hi-fi, permettent au moins d'obtenir un son stéréo acceptable. On remarque également une prise de casque stéréo, des boutons pour contrôler le son et la luminosité de l'écran et un haut-parleur intégré. Des caractéristiques qui font du LC 520 l'un des Macintosh les plus attirants du moment. D'autant plus que le prix est loin de faire fuir les intéressés : 2400 \$ avec une imprimante à matrice ou 2700 \$ avec une imprimante à jet d'encre. Clavier et souris compris.

MICRO DATA

LECTEUR LASER \$ 219

DISQUE DUR 130 MEGS \$ 219

CARTE DE SON \$ 109

DISQUETTES 3 1/2 PAQUET DE 50 \$ 29.95

4825, 1ère Avenue, Charlesbourg, 623-3073

AU PLUS BAS PRIX DE L'ANNÉE

ROADHANDLER^{MD} "GLACE ET NEIGE"

À partir de **54⁹⁹** (P155/80R12)

LE PNEU D'HIVER!

OFFRE SPÉCIALE!
Moitié prix sur jantes en acier à l'achat de 4 pneus d'hiver. Finis les changements saisonniers.

ROADHANDLER ^{MD} "GLACE ET NEIGE" SÉRIE 82000		
Dimensions	Sears ord.†	Soldés
P155/80R12	59,99	54,99
P155/80R13	69,99	59,99
P165/80R13	73,99	62,99
P175/80R13	77,99	68,99
P185/80R13	81,99	69,99
P185/75R14	84,99	72,99
P195/75R14	87,99	77,99
P205/75R14	89,99	78,99
P205/75R15	92,99	82,99
P215/75R15	95,99	85,99
P225/75R15	99,99	90,99
P235/75R15	105,99	99,99
P175/70R13	74,99	64,99
P185/70R13	77,99	67,99
P185/70R14	82,99	71,99
P195/70R14	85,99	73,99
P205/70R14	88,99	76,99
P215/65R15	114,99	102,99
P185/60HR14	99,99	94,99
P195/60HR14	107,99	99,99
P215/60HR14	114,99	104,99
P195/60HR15	111,99	111,99
P205/60HR15	114,99	112,99
P215/60HR15	119,99	114,99

†Prix Sears ord. du catalogue "Super soldes", en vigueur jusqu'au 12 février 1994.



AU PLUS BAS PRIX DE L'ANNÉE ROADHANDLER^{MD} PLUS ET ROADHANDLER GT PLUS FAITS PAR MICHELIN

RABAIS 14\$ - 38\$ la paire

Le RoadHandler^{MD} Plus est un pneu radial toute saison ceinturé d'acier, conçu pour la boue et la neige, fait par Michelin pour Sears. Code-vitesse 'S'. Série N° 79000. Pour votre sécurité, ne montez pas de pneus radiaux avec d'autres types de pneus.

Le RoadHandler^{MD} G.T. Plus est un pneu radial ceinturé d'acier offrant une excellente tenue de route pour un roulement en douceur. Code-vitesse 'H'. Série N° 79600. Automobile.

LE JOUR DU PNEU
LUNDI LE 11 OCTOBRE 1993, JOUR DE L'ACTION DE GRÂCES

N'attendez pas la première tempête! Faites installer vos pneus d'hiver pour seulement

99¢ chacun

Exceptionnellement, tout notre personnel sera affecté à la pose de pneus pour cette journée! Profitez-en! Équilibrage en sus

RIEN À PAYER AVANT AVRIL 1994

Sur approbation du service du crédit, avec la carte Sears. 15\$ de frais d'administration. Offre en vigueur jusqu'au 24 octobre 1993. À l'exception des articles en liquidation des centres de liquidation. Renseignez-vous! PRIX EN VIGUEUR JUSQU'AU DIMANCHE 24 OCTOBRE 1993, SAUF AVIS CONTRAIRE, DANS LA LIMITE DES STOCKS DISPONIBLES.

SEARS

Attendez-vous à plus

Les mentions "Ord." ou "Étai" de Sears Canada Inc. se rapportent à des prix Sears. Région de Montréal: Anjou: 353-7770, Brossard: 465-1000, LaSalle: 364-7310, Laval: 682-1200, St-Bruno: 441-6603, Ville St-Laurent: 335-7770. Région de Québec: Québec: 529-9861, Lévis: 833-4711, Ste-Foy: 658-2121. En province: Alma: 662-2222, Arthabaska: 357-4000, Chicoutimi: 549-8240, Drummondville: 478-1381, St-Jean: 349-2651, St-Jérôme: 432-2110, Sherbrooke: 563-9440, Sorel: 746-2508, Trois-Rivières: 379-5444, St-Georges-de-Beauce: 228-2222. Copyright Canada, 1993. Sears Canada Inc. Tous les articles, dimensions ou services annoncés dans cette page n'ont pas été offerts dans tous les magasins Sears.

Le casino de Montréal, c'est parti !

Voici tout ce que vous devez savoir si vous voulez vous rendre au casino pour jouer ou, simplement, pour assouvir votre curiosité

MONTREAL — Qu'on le juge acceptable ou immoral, le jeu de hasard existe depuis toujours. Il existait d'ailleurs, au Québec et à Montréal, bien avant que le gouvernement du Québec ne décide en juin 1992 d'en tirer son profit en approuvant la mise en place de deux casinos d'État. Voilà que le jeu de hasard au Québec est finalement sorti de la clandestinité, hier à Montréal, avec l'ouverture d'un premier casino digne de cette appellation. Avant de vous y rendre, toutefois, même si ce n'est que par curiosité, certaines informations pourraient vous être utiles. Inutile, par exemple, de vous y rendre tôt le matin car le Casino de Montréal ne sera ouvert qu'entre 11 h et 3 h du matin. Vous devez également savoir que les personnes âgées de moins de 18 ans n'y seront pas admises. Ne comptez pas trop sur la souplesse des surveillants à l'entrée, par ailleurs gratuite.

Textes de Georges Angers
LE SOLEIL

Voies d'accès et stationnement

Pour se rendre au Casino de Montréal, en attendant que les responsables de la signalisation routière (provinciaux et municipaux) aient fait leur travail, les visiteurs ont le choix entre utiliser leur voiture personnelle, le métro ou le taxi.

Mille places de stationnement intérieur ont été aménagées sous le Casino de Montréal. Environ 600 autres, extérieures seront éventuellement disponibles. Le stationnement est GRATUIT pour les « clients » du casino. Ne soyez donc pas surpris si avant d'arriver sur les lieux vous devez franchir une guérite où l'on vous demandera 7 \$ ou quelque montant du

genre. Payez-le, prenez un reçu et, dès que vous serez dans le casino, allez vous faire rembourser à l'un des différents comptoirs de change.

Si vous arrivez de Québec par l'autoroute Jean-Lesage (la 20), vous avez deux possibilités. Vous pouvez prendre le pont Jacques-Cartier et emprunter la sortie île Sainte-Hélène (à peu près au milieu du pont); suivez ensuite les indications « casino ». Vous pouvez également emprunter le pont Champlain. Vous prendrez, alors, la sortie « autoroute Bonaventure », puis île Notre-Dame; vous traverserez ensuite le pont de la Concorde (où on vous demandera 7 \$; gardez votre reçu). Vous ne pouvez manquer le casino.

Si, par ailleurs, vous prenez le métro, de Longueuil ou de Montréal, prenez la ligne « jaune » et sortez à île Sainte-Hélène. Suivez les indications qui vous conduiront à un circuit d'autobus (167) qui vous mènera directement au casino. En dehors des heures normales du métro, essentiellement après minuit, vous pourrez emprunter à la porte du casino un autobus qui vous conduira à la station Atwater (le Forum) d'où vous devrez vous débrouiller.

Ceux qui auront gagné voudront probablement prendre un taxi; il y en aura toujours en attente à la porte du casino.

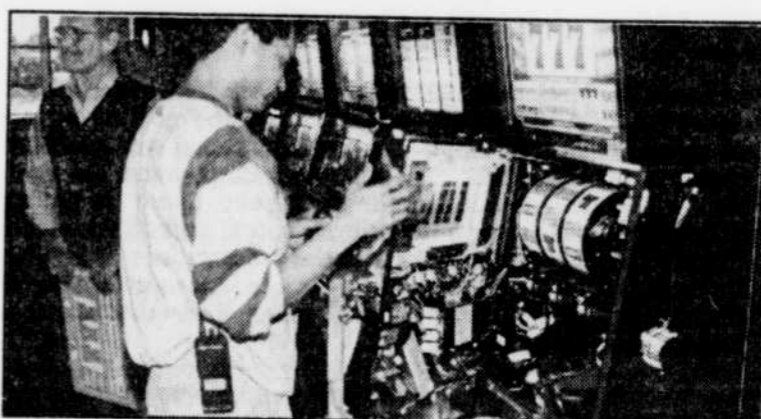


Des règles strictes pour la tenue vestimentaire

Sachez que vous ne serez pas admis dans l'enceinte du Casino de Montréal si vous ne respectez pas un certain code vestimentaire.

Ce qui est interdit :

- chandail ou chemise tronquée à la taille
- chandail de type « T-shirt » ou « camisole-débardeur »
- pantalon en denim (jeans)
- pantalon molletonné (jogging)
- short ou cuissard
- espadrilles
- tenue de plage
- bottes de travail ou de motocyclette
- tout vêtement à caractère violent ou associé à un regroupement reconnu comme violent.



Un service spécial pour les joueurs pathologiques

Après avoir fait le tour des jeux, vous vous découvrirez peut-être incapable de résister à l'émotion de pouvoir réaliser un profit instantané. Vous ferez alors partie de cette population, un peu moins de 2 % selon certaines études, qui a un problème pathologique du jeu. N'hésitez pas à consulter un préposé qui vous guidera vers des services mis en place ou auxquels collabore la Société des casinos du Québec inc. pour prévenir le jeu pathologique, car alors rien ne va plus...

DÉCOUVERTE

HÔPITAL MODERNE... POUR TABLEAUX ANCIENS

Même si on les dit éternels, les chefs-d'œuvre vieillissent... et tombent parfois malades.



Charles Tisseyre

En France, quand la chose arrive, on confie le tableau mal en point à un « hôpital » unique qui l'auscultera, diagnostiquera son problème et le remettra en bon état, grâce à ses instruments ultra modernes.

Ce qui fait l'originalité et l'efficacité de cette « clinique » créée en 1931 pour les « pensionnaires » du Louvre, c'est le mariage parfait de l'art et de la science, l'association des techniques de pointe les plus récentes avec les méthodes ancestrales de restauration de tableaux.

Une équipe de DÉCOUVERTE a rencontré les experts de ce laboratoire devenu celui de tous les musées de France, et qui étudie en moyenne 400 tableaux par année.

LES NOCES DE CANA

C'est en 1798 que les Noces de Cana, peint en 1562-63 par Paolo Véronèse, fit son entrée au Louvre.

À l'occasion du 200^e anniversaire de sa fondation, l'illustre musée français a entrepris la restauration de cet immense tableau de sept mètres de haut par dix de large... et il a autorisé ses visiteurs à assister aux travaux exécutés en 1992.

Grâce au reportage qu'elle nous présente ce soir, DÉCOUVERTE nous fait revivre cet événement extraordinaire qui a permis de mieux connaître l'histoire de la toile, mais aussi celle du peintre et de son époque.

« BACK TO THE FUTURE »

Pour plusieurs, la cathédrale d'Amiens n'avait rien perdu de son antique beauté. C'était avant. Avant qu'on la soulage d'une couche de poussière vieille de sept siècles, en l'époussetant... au laser.

Grâce à cette technique futuriste qui a permis de rajeunir chaque parcelle de cette immense dentelle de pierre, nous pouvons aujourd'hui admirer la plus vaste cathédrale gothique de France telle qu'elle apparaissait tout de suite après sa construction, au XIII^e siècle.

Là encore, le génie du XX^e siècle aura permis d'apprécier celui d'une autre époque.

UN BON BAIN CHAUD ?

Pour clore cette émission consacrée au génie ancien et moderne, un petit clin d'œil humoristique, qui n'a rien à voir avec les trois premiers sujets, mais qui vous amusera beaucoup.

Il s'agit de bains « publics » sortant de l'ordinaire, et très prisés par une faune... qui ne doit pas fréquenter souvent les musées.

CE SOIR 18 h 10

Diffusée en reprise le mardi à 23 h 30

LE SOLEIL
IL BRILLE POUR TOUT LE MONDE

SRC Télévision

NOS CAMELOTS PRÉPARENT LEUR AVENIR

Abonnez-vous!
647-3333 (Québec)
ou au 1-800-463-2362 (régions)

LESOLEIL

ALUMINIUM MATHIEU & NOREAU

681-3371

Spécialiste en rénovation résidentielle
25 ans d'expérience
TOITURE
Bardeau garanti 20 ans et plus. Soprema
PORTES ET FENÊTRES
Aluminium ABP ou en PVC. Garanti 10 ans et plus
REVÊTEMENT EXTÉRIEUR
Aluminium ou vinyle garanti 20 ans et plus
TRAVAUX DE MENUISERIE
Galerie de bois traité, finition de sous-sol
Rénovation intérieure, gypse, joint, peinture, etc.
ESTIMATION GRATUITE
QUALITÉ - PROPRIÉTÉ TRAVAUX GARANTIS
681-3371

À LA DEMANDE GÉNÉRALE LA GANG



METTANT EN VEDETTE

PASCAL AUCLAIR PATRICIA PAQUIN MAHÉE PAIEMENT JASMIN ROY



«Chop-Sueys» «Chambres en villes» «Watatatows» «Chambres en villes»

SOIREE HALLOWEEN HORS DE L'ORDINAIRE

Plusieurs prix seront alloués aux plus beaux costumes et courez la chance de gagner un souper intimiste avec les vedettes au restaurant Il Teatro du Capitole

THÉÂTRE CAPITOLE

Le 31 octobre, à 20 h
Sièges réservés: 14,50 \$
Réservations: 694-4444

Billetech

LES MINISTÈRES
TELE 4

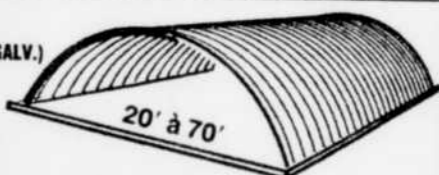
BÂTIMENT DÔME (ACIER GALV.)

TYPE HERCULE

PRIX TRÈS BAS

EXEMPLES :			
LARG.	HAUT.	LONG.	PRIX
30'	14,7'	40'	2800 \$
40'	14,5'	50'	4850 \$
50'	19,4'	60'	6960 \$

EXTRA: TPS-TVQ - Mur de bout
Autres dimensions disponibles



BÂTIMENT NEUF (PARFAIT) PROVENANT DE RODAGE DE PRODUCTION

SERVICES TECHNIQUES
BÂTIMENT INDUSTRIEL COMMERCIAL

ST-ROMUALD (418) Tél. 839-2411 Fax 839-3382



RÉSULTATS

Extra

Tirage du 93-10-09

NUMÉROS	LOTS
005441	100 000 \$
05441	1 000 \$
5441	250 \$
441	50 \$
41	10 \$
1	2 \$

Canco

Tirage du 93-10-09

	2	4	8	9	10
	16	17	23	25	29
	38	43	51	52	54
	58	59	60	61	66

Prochain tirage: 93-10-03

SELECT

Tirage du 93-10-09

8 10 23 30 41 42

Numéro complémentaire: 5

MISE-TÔT	1	2	16	18
GAGNANTS	83	602,40 \$		

GAGNANTS LOTS

	6/6	5/6+	5/6	4/6	3/6
LOTS	0	0	25	1 504	23 864
AMOUNTS	1 000 000,00 \$	23 897,20 \$	1 593,10 \$	49,40 \$	5,00 \$

Ventes totales: 905 927,00 \$
Gros lot à chaque tirage: 1 000 000 \$

ATOUT

Tirage du 93-10-09

1 ^{re} SÉLECTION	2 ^e SÉLECTION	Atout
4 5 6 10 A	3 8 10 10 D	Atout

CATÉGORIES DE LOTS

	5 cartes + Atout	5 cartes	4 cartes + Atout	4 cartes	3 cartes + Atout	3 cartes	2 cartes + Atout
AMOUNTS	1 000 000 \$	50 000 \$	1 000 \$	200 \$	20 \$	10 \$	2 \$ + mise gratuite

TVA, le réseau des tirages de Loto-Québec
Le modalités d'encaissement des billets gagnants paraissent au verso des billets. En cas de disparité entre cette liste et la liste officielle, cette dernière a priorité



Les mises des machines à sous du Casino de Montréal varient de 25 cents à 500 \$, et peuvent rapporter entre 250 \$ et 250 000 \$. Une aire spéciale a été réservée aux joueurs qui parient de gros montants.

1223 machines à sous et 65 tables de jeux

Finalement, vous avez identifié les différents points de repère essentiel, aïssance, restauration, bars... et sortie, (et vous avez demandé le remboursement de votre ticket de stationnement !). Ça cling et ça clang dans tous les sens, ça vous tente, vous décidez de jouer. Mais à quoi ?

● Parmi les 1223 machines à sous qui sont évidemment la partie la plus visible et vraisemblablement la plus populaire chez les nord-américains, on retrouve un truc unique au Casino de Montréal et pour l'instant unique en Amérique du Nord : le « Royal Ascot ».

● Les amateurs de courses de chevaux vont adorer. Autour d'une « vraie » piste de course miniature, courent dix « vrais » petits chevaux, tout aussi miniatures sur lesquels vous pouvez gager. Vous vous assoyez devant l'un des 23 écrans qui, avant chaque course, vous donnent les renseignements de base et, surtout, les cotes de chacun des chevaux. « Et c'est un départ... »

● Ce sont évidemment des courses fictives, préprogrammées, sur lesquelles vous gagez un montant quelconque dans l'endroit approprié en haut de votre écran.

● Les 1200 autres machines à sous sont d'un type plus traditionnel, ou plutôt de deux types : les vidéopokers, bien connus dans les dépanneurs, bars, brasseries, tavernes et quelques restaurants) ainsi que les « bandits manchots », c'est-à-dire ces machines à sous traditionnelles, mythiques presque, que l'on actionne en tirant vers soi une barre métallique (d'où le terme manchot) après, bien entendu, y avoir inséré sa mise.

Les mises peuvent varier et les gains proportionnellement. Si l'on inclut les 23 terminaux du « Royal Ascot », on compte 915 machines

à 25 cents, 263 à 1 \$, 35 à 5 \$, 6 à 25 \$, 3 à 100 \$ et une à 500 \$. Les gros lots vont de 250 \$ à 250 000 \$. Une aire spéciale a été réservée aux joueurs qui roulent gros, c'est-à-dire les 5 \$ et plus.

Si l'on s'étonne qu'il y ait tant de machines à sous au Casino de Montréal, on doit comprendre qu'entre 55 et 65 % des revenus bruts de l'ensemble des jeux proviennent du « Royal Ascot », des vidéopokers et des bandits manchots.

Le Blackjack

Le Blackjack entre dans une toute autre catégorie que les machines à sous. On ne joue plus alors devant une machine, mais devant une personne, un croupier ou une croupière...

Pour ceux et celles qui ne le sauraient pas, l'objectif du jeu est d'obtenir avec des cartes un meilleur pointage que le croupier, sans excéder 21. Des limites minimales et maximales de mises sont indiquées pour chaque table.

Des préposés sont disponibles, comme pour tous les autres jeux d'ailleurs, pour expliquer aux néophytes les règles du jeu. À noter, pour les « connaisseurs », que le Casino de Montréal a adopté la règle du « 17 facile » qui oblige le croupier à prendre une carte s'il fait 17 en deux cartes.

La roulette et le midi-baccara

Le Casino de Montréal offre également la possibilité de jouer à deux autres jeux de table : la roulette et le midi-baccara.

Les règles de mise à la roulette seraient trop longues à expliquer ici et les gens du casino se feront un devoir, que dis-je, un plaisir de vous les préciser. À noter, encore une fois pour les « experts », que les tables de roulette au Casino de Montréal ne comportent pas de « 00 », ce qui donne, statistiquement, un avantage supplémentaire aux joueurs.

Quant au midi-baccara, il s'agit d'une variante du baccara traditionnel que vous aurez avantage à vous faire expliquer sur place.

De la Chine profonde, le Keno

Selon la légende (d'ailleurs que seraient les casinos sans la légende du jeu), le Keno aurait été créé en Chine, il y a plus de 3000 ans, pour financer la construction de la Grande Muraille.

L'objectif du jeu consiste à choisir les numéros gagnants parmi 20 numéros tirés au hasard, soit électroniquement soit par boulier, sur une possibilité de 80.

Je vous cite la fiche technique : « Sur une table de sélection de Keno, on choisit un à douze numéros en marquant d'une croix chaque numéro sélectionné. Puis, dans le carré situé dans le coin supérieur droit, on inscrit le montant de la mise. On remet ensuite la fiche de sélection à un préposé ou à un coursier pour qu'il la valide. En retour, il remet une copie informatisée servant de reçu... »

Plus simplement, il s'agit d'un jeu identique au jeu Banco de Loto-Québec, sauf qu'on tire de nouveaux numéros à Keno à toutes les sept minutes environ.



Restaurants pour toutes les bourses

Vous voilà dans le casino. Vous avez passé le test de l'âge et de la tenue vestimentaire. Mais vous avez oublié votre argent. Des préposés à l'accueil se feront un plaisir de vous indiquer (ou peut-être même de vous accompagner) à l'un des différents guichets automatiques Desjardins discrètement placés dans l'édifice.

Vous admirez le hall. Vous regardez nécessairement en l'air car tout le centre de l'édifice est un immense trou brillant jusqu'au sixième étage, malheureusement inaccessible, car réservé à l'administration.

Néanmoins, le cinquième étage, accessible à tout le monde, n'est pas mal du tout. Des aires de jeu, mais aussi deux catégories de restaurant : un très chic, « Nuances » de 80 places environ (mais très cher), et un autre plus grand, « La bonne carte », 200 places, moins chic moins cher, certes, mais quand même. Beau-

coup moins cher et moins chic aussi, mais au rez-de-chaussée, « L'entre-mise », un casse-croûte où vous pourrez « déguster » salades et sandwiches préemballés, boissons gazeuses, café et glaces.

Des bars, vous en trouverez par ailleurs à chaque étage de jeu, mais attention, on ne vous permettra pas de vous balader avec votre verre de boisson dans les aires de jeu, même si la frontière entre l'aire des bars et l'aire des jeux ne vous paraît pas toujours évidente. Ne soyez donc pas ofusqué si un gentil préposé vient vous aviser que vous ne pouvez rester là avec votre verre.



Les offres d'emplois reliés au Casino de Montréal, publiées dans les journaux, ont attiré de nombreuses candidatures.

ÉLECTION

7 NOVEMBRE 1993

MUNICIPALE VILLE DE QUÉBEC

Avis du dépôt et de la révision de la liste électorale

AVIS PUBLIC est, par la présente, donné que la liste électorale de la Ville de Québec, a été déposée au bureau du soussigné, le 27 septembre 1993. Cette liste électorale fera maintenant l'objet d'une révision.

Peut être inscrite sur la liste électorale de la Ville de Québec, toute personne qui, le 1^{er} septembre 1993:

- est âgée de 18 ans,
- est de citoyenneté canadienne,
- n'est ni en curatelle, ni frappée d'une incapacité de voter prévue à l'article 53 de la Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités,
- est depuis au moins douze mois, soit domiciliée sur le territoire de la ville, soit propriétaire d'un immeuble, soit occupante d'un lieu d'affaires.

Dans le cas d'un immeuble appartenant à des copropriétaires indivis ou d'un lieu d'affaires occupé par des cooccupants; seul le copropriétaire ou le cooccupant désigné au moyen d'une procuration signée par la majorité des copropriétaires ou des cooccupants qui sont électeurs le 1^{er} septembre 1993 a le droit d'être inscrit sur la liste électorale comme propriétaire de l'immeuble ou d'occupant d'un lieu d'affaires. Ne peut être désigné: le copropriétaire ou le cooccupant qui a déjà le droit d'être inscrit sur la liste électorale à titre de personne domiciliée, de propriétaire unique d'un immeuble ou d'occupant unique d'un lieu d'affaires ou de copropriétaire indivis désigné d'immeubles.

LA LISTE ÉLECTORALE PEUT ÊTRE CONSULTÉE AU BUREAU DU PRÉSIDENT D'ÉLECTION, 2, RUE DES JARDINS, BUREAU 216, QUÉBEC OU À L'UN OU L'AUTRE DES BUREAUX DES ADJOINTS ET ADJOINTES DU PRÉSIDENT D'ÉLECTION CI-CONTRE MENTIONNÉS.

TOUTE DEMANDE D'INSCRIPTION, DE RADIATION OU DE CORRECTION À LA LISTE ÉLECTORALE PEUT ÊTRE DÉPOSÉE À L'UN OU L'AUTRE DES BUREAUX DE DÉPÔT CI-APRÈS MENTIONNÉS, AUX DATES, HEURES ET ENDROITS SUIVANTS:

Dates et heures d'ouverture des bureaux de dépôt:
13 octobre: 10h à 12h30 — 14h30 à 17h30
14 et 15 octobre: 10h à 12h30 — 14h30 à 17h30 — 19h à 22h
16 et 17 octobre: 10h à 17h30

ADRESSE DES BUREAUX DE DÉPÔT:

Pour les districts électoraux 1 à 6:

[Secteur Limoilou]	
Bureau de l'adjoint du président d'élection 163, rue des Chênes Ouest Québec (Québec) Tél: 623-6111	Presbytère Saint-Fidèle 689, 12 ^e Rue Québec (Québec)
Sous-sol du presbytère Saint-Paul-Apôtre 2170, 8 ^e Avenue Québec (Québec)	Centre Monseigneur Marcoux 1885, chemin de la Canardière Québec (Québec)

Pour les districts électoraux 7 à 9:

[Secteur Basse-Ville]	
Bureau de l'adjoint du président d'élection 320, rue Saint-Joseph Est, bureau 206 Québec (Québec) Tél: 691-7885	Coopérative d'habitation la Providence 320, rue Bouffard Québec (Québec)

Pour les districts électoraux 10 à 14:

[Secteur Haute-Ville / Vieux-Québec]	
Bureau de l'adjoint du président d'élection 580, Grande Allée Est, bureau 50 Québec (Québec) Tél: 691-7886	Sous-sol du presbytère Saint-Dominique 175, Grande Allée ouest Québec (Québec)
Centre de Loisirs Saint-Sacrement 1310, rue Garnier Québec (Québec)	Entrée: côté du stationnement

Pour les districts électoraux 15 à 20:

[Secteur des Rivières]	
Bureau de l'adjoint du président d'élection 3845, rue Blain Québec (Québec) Tél: 842-1908	Centre communautaire Duberger 2341, rue Duberger Québec (Québec)
Centre communautaire Charles-Auguste-Savard 2155, boulevard Bastien Québec (Québec)	

Le bureau du Greffier de la Ville est aussi un bureau de dépôt. Ce bureau sera ouvert les 13, 14 et 15 octobre 1993 de 10h à 12h30 et de 14h30 à 17h.

AUCUNE DEMANDE NE PEUT ÊTRE VALABLEMENT REÇUE APRÈS LE 17 OCTOBRE 1993.

Toute personne qui désire obtenir de plus amples renseignements concernant la révision de la liste électorale peut communiquer avec le personnel du bureau du président d'élection à l'un ou l'autre des numéros de téléphone ci-dessus mentionnés ou au bureau du président d'élection en composant le 691-6074.

Cet avis est donné conformément aux dispositions de l'article 111 de la Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités.

Québec, 4 octobre 1993

Antoine Carrier, avocat
Président d'élection

FEMME DE CARRIÈRE

*Soyez
unique!*

La
magnifique
collection de
Femme de
carrière, en
exclusivité à
Québec et
dans la
région.



Profitez durant toute
l'année d'un rabais de 25 %
du manufacturier.

Place Ste-Foy 653-1450

LE SOLEIL MAGAZINE Santé

Pharmacie, massage, acupuncture, médecine, chirurgie, chiropraxie, homéopathie, phytothérapie, naturopathie, psychologie, physiothérapie, ostéopathie, musicothérapie, etc.

La peur de la fièvre afflige beaucoup trop les parents

□ Faut-il prendre la température de bébé ? Quand ?

Quelle précision de lecture est nécessaire ? Que faut-il faire pour baisser la fièvre ?

NEW YORK — Une jeune mère dévouée se demande si elle doit acheter un thermomètre de 150 \$ qui mesure instantanément la température quand on le place sur le tympan.

par JANE E. BRODY
du New York Times News Service

Mais cette maman pose la mauvaise question. La vraie question est : faut-il prendre la température de bébé, et si oui, quand ? Une autre question serait celle-ci : si on prend la température d'un bébé ou d'un enfant, quelle précision de lecture est nécessaire ? Et une troisième question pourrait se formuler comme suit : que faut-il faire, s'il faut faire quelque chose, pour réduire la fièvre ?

Voir autre chose

Les pédiatres s'inquiètent non pas du laxisme ou de l'imprécision des parents à noter la température des enfants, mais bien plus de l'attention excessive qu'ils apportent aux « degrés Celsius » alors qu'ils devraient porter une plus grande attention à d'autres signes et symptômes de maladies qui sont généralement plus révélateurs et plus importants. Un enfant qui est très malade peut avoir une température qui n'est que très légèrement élevée, alors qu'un autre qui n'a qu'une infection respiratoire ordinaire pourra faire 40° C ou plus de fièvre.

La « peur de la fièvre » est de-

venue un fréquent sujet d'inquiétude dans la documentation pédiatrique. Les experts affirment qu'une attention indue à la température de l'enfant et une mauvaise réaction face à la fièvre engendrent une anxiété forte, mais sans fondement réel chez les parents, des complications médicales faciles à éviter, de même qu'un grand nombre de visites coûteuses chez les médecins, aux cliniques et aux salles d'urgence.

Il est temps, insistent-ils, de mettre la fièvre en perspective comme étant simplement un signe de mauvaise santé, et souvent pas très révélateur, et de rassurer les parents que les fièvres reliées à la maladie sont en elles-mêmes rarement dangereuses. La température d'un enfant devrait atteindre plus de 44,4° C avant qu'il n'y ait danger de dommage au cerveau ou de mort. Ceci ne se produit pratiquement jamais, à moins que la capacité naturelle de l'organisme à se défendre ne soit entravée, disons, en plaçant un enfant dans une voiture exposée au soleil ou en enfouissant le bébé sous un trop grand nombre de couvertures.

De la vigilance

Plus important que de noter la température de l'enfant avec précision, c'est la surveillance du



A Info-Santé (648-2626) à Québec, une infirmière vous expliquera comment soigner, à la maison, un enfant qui ne fait pas plus de 40° C (104° F). On vous dira aussi qu'une main ne remplacera jamais un bon thermomètre pour prendre la température du corps.

comportement et des autres symptômes d'un enfant malade. Un enfant qui accuse une fièvre de 40° C et qui est alerte et actif est beaucoup moins inquiétant qu'un autre enfant qui fait 38° C en étant anormalement somno-

lent et irritable et qui a le cou raide ou dont les cris sont à un niveau très élevé, tous signes qui pourraient constituer des symptômes de méningite.

Les faibles fièvres chez un en-

Une défense de l'organisme

Les bébés et les jeunes enfants ont rarement besoin qu'on prenne leur température, et si on le fait, il est rarement nécessaire de la noter avec précision. Dans la plupart des cas, toucher le front d'un enfant fournit un indice suffisant. Et, à moins que la fièvre ne soit vraiment élevée, un traitement pour la faire diminuer pourrait être contre-productif, en assommant l'une des premières défenses de l'organisme contre l'invasion des bactéries et des virus. Des études faites sur des animaux infectés ont démontré que ceux chez qui on laisse monter la fièvre ont plus de chances de survivre.



fant ont rarement besoin de plus qu'une thérapie symptomatique : plus de liquide et des vêtements plus légers. Au-dessus de 39° C, une fièvre reliée à un malaise évident peut être traitée avec de l'acétaminophène médicament qui a pour effet de faire baisser la fièvre. L'acétaminophène est préférable à l'aspirine parce que cette dernière provoque parfois le syndrome de Reye, maladie souvent mortelle, chez les enfants atteints de la grippe ou d'autres infections virales. Le but premier dans le traitement d'une fièvre modérée est d'accroître le confort, pas de réduire la fièvre pour elle-même.

Si la température d'un enfant atteint les 40° C, éponger avec de l'eau légèrement fraîche (pas de l'eau glacée, ni de l'eau froide ni de l'alcool) peut être utile, mais seulement si on le fait au moins une heure après avoir donné un médicament pour abaisser la fièvre. Autrement, éponger pourrait être nuisible : si le thermostat de l'organisme est toujours en position élevée, l'organisme réagira en grelottant pour engendrer de la chaleur.

De la même manière, si la condition qui provoque la fièvre persiste, la température commencera à remonter quand l'effet du médicament anti-fièvre sera passé. Toutefois, les pédiatres déconseillent de réveiller un enfant pour lui donner une autre dose de médicament contre la fièvre.

La vestibulite, vous connaissez ?

QUÉBEC — La vestibulite, vous connaissez ? Maladie peu connue, mais dont beaucoup de femmes souffrent, la vestibulite est une inflammation chronique de la peau du vestibule, petit couloir à l'entrée du vagin. Résultat : une douleur intense au moment de la pénétration.

par JOSÉE LAPOINTE
LE SOLEIL

La Dr Céline Bouchard, du département d'obstétrique et de gynécologie de l'université Laval, s'intéresse à cette maladie depuis qu'on l'a découverte, il y a 10 ans. « En fait, ça existait sûrement avant, mais on référait probablement les femmes chez des psychologues ou des sexologues », avance-t-elle.

Mme Bouchard a commencé ses recherches sur la vestibulite, en 1989. La semaine dernière, elle

a communiqué les résultats de son étude de cas lors du congrès de la Société internationale pour l'étude des maladies vulvo-vaginales. Elle a gagné le « Prix du président » de la meilleure présentation. Elle a été choisie parmi une vingtaine de candidatures. Le congrès, qui se déroulait à Québec, avait lieu pour la première fois au Canada. La Société compte des représentants dans 38 pays. « Environ 250 personnes ont participé au congrès, dont 178 médecins », précise le président sortant Michel Roy, gynécologue-oncologue à l'Hôtel-Dieu de Québec.

De son côté, Mme Bouchard a orienté ses recherches sur les causes de la vestibulite, qui sont encore méconnues. Difficile de trouver une manière de guérir les gens quand on ne connaît pas les véritables origines de leur problème. Une chose est sûre cependant : la vestibulite ne serait pas d'origine infectieuse.

« Des chercheurs américains croyaient que c'était lié avec les MTS », explique-t-elle. Dans mes études de cas, j'ai découvert qu'il n'y avait pas de rapport. En fait,

ces femmes-là ont tellement mal qu'elles ont moins de relations sexuelles que la moyenne ! »

Un dérèglement hormonal en cause

Pour Céline Bouchard, en fait, il devient évident que la vestibulite serait causée par un dérèglement hormonal. C'est à ce niveau qu'elle continuera ses recherches, forte de ce prix qui rapporte peut-être peu en argent, mais beaucoup en honneur. Et qui pourra attirer les subventions, elle l'espère bien.

Pour l'instant, on traite les cas graves de vestibulite par une intervention chirurgicale. « Je dirais que sur 60 femmes qui en souffrent, une vingtaine se font finalement enlever cette peau qui est la cause de leurs souffrances. » Mme Bouchard explique que les recherches actuelles visent à éviter ces opérations et à guérir la maladie autrement.

Les apparences laissent croire que de plus en plus de femmes souffrent de vestibulite. Mais ce serait probablement parce que la maladie est davantage diagnostiquée qu'avant, parce que mieux connue. On l'a souvent confondue avec des vaginites ou prise pour des problèmes d'ordre psychologiques. « Plus ce sera pris au sérieux, mieux on pourra soigner les femmes », soutient Céline Bouchard.



La Dr Céline Bouchard, du département d'obstétrique et de gynécologie de l'université Laval, a gagné le Prix du président lors du congrès de la Société internationale pour l'étude des maladies de la vulve qui se tenait à Québec, cette semaine.

Un médicament à base de venin

LONDRES (Reuter) — Des spécialistes en recherche ont découvert que les patients à qui on administrait un médicament dérivé de venin de serpent après avoir été victimes d'une crise cardiaque, ont plus de chances de survivre que ceux à qui on a donné un placebo.

Les patients recevant du ramipril étaient également moins exposés à avoir de sérieuses complications.



L'étude, fondée sur un essai de trois ans et demi auprès de 2006 patients de 14 pays, a établi que les bénéfices étaient apparents moins de 30 jours après l'administration de la drogue.

L'ail réduit le cholestérol

NEW YORK (Reuter) — La recherche médicale a prouvé ce que les mamans italiennes ont toujours su — l'ail est bon pour vous. L'étude, publiée dans les Annales de médecine interne, a établi que le fait de manger d'une demie à une gousse d'ail par jour fait baisser de 9 % le taux de cholestérol dans le sang.

« Je crois que l'ail est efficace », de dire l'un des auteurs de l'étude, Stephen Warshafsky, du Collège médical de New York. L'essai a été mené en cinq études différentes portant sur un total de 365 personnes. Trois ont été faites en Allemagne, une en Thaïlande et une aux États-Unis.

Les auteurs disent qu'il s'agit de la première étude à confirmer de façon statistique le rôle bénéfique de l'ail dans la réduction du cholestérol, qui peut s'accumuler dans les vaisseaux sanguins et contribuer aux maladies du coeur.

Pour refaire ta santé mentale et physique voici

LES MAISONS DE REPOS DE LA RIVIÈRE DU CHÊNE DE VAL-ALAIN ENR.



NOUS VOUS OFFRONS LES SERVICES SUIVANTS :

- cure de repos
- jeune santé
- hygiène intestinale
- auriculothérapie
- iridologie
- soins des pieds

EN PLUS, SÉMINAIRE EN PSYCHOLOGIE INTERIEURE

10 ans d'expérience dans le jeune

AUTOROUTE 20, SORTIE 261, 1162, 5e RANG VAL-ALAIN G0S 3H0 (30 minutes du pont Pierre-Laporte) 744-3644

Sur rendez-vous, demandez : Diane ou Hervé

UNE MEILLEURE VIE... GRÂCE AUX IMPLANTS DENTAIRES

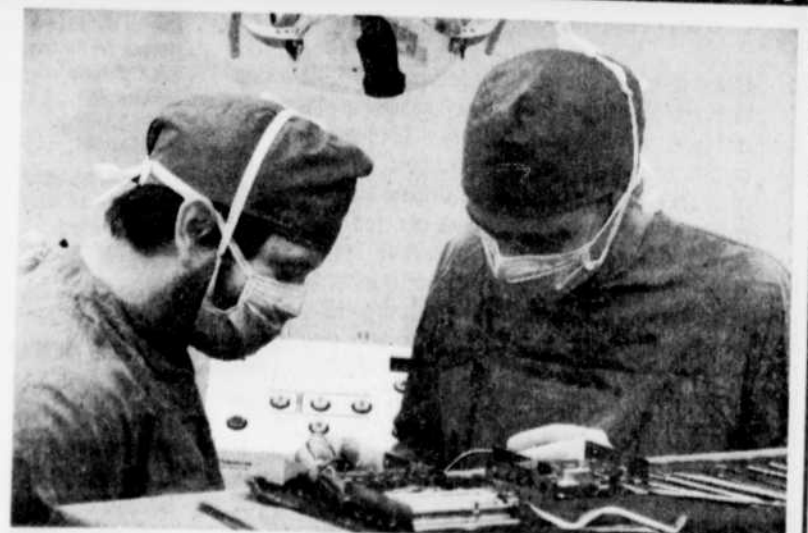
Vos dentiers vous causent la nausée, des difficultés à manger, des problèmes psychologiques ! Saviez-vous qu'il y a une alternative ?

En effet, une percée majeure dans le domaine dentaire a été effectuée par le Dr Branemark, professeur et chercheur à l'Université de Gothenburg en Suède. Il a découvert que le titane possédait la propriété de se souder à l'os. Ainsi, grâce à une technologie chirurgicale spécifique, le tissu osseux s'intègre à la surface du titane, c'est ce qu'on appelle maintenant l'ostéointégration. Cette découverte majeure a permis de créer des implants dentaires faits de titane pur. Ce type d'implant a été placé dans la bouche du premier patient il y a vingt-sept ans.

Depuis ce temps, plus de 250 000 patients dans 40 pays à travers le monde ont pu se prévaloir de cette réhabilitation buccale et retrouver le plaisir d'une dentition naturelle. Le Dr Branemark disait récemment : « C'est une source constante d'encouragement de voir que, même après plusieurs décades, certains patients parlent du changement

radical que les implants dentaires ont apporté dans leur vie ». Depuis juin 1992, une clinique de Québec vous offre cette technique. En effet, le Dr Yvan Fortin et le Dr Jacques Bernier, chirurgiens-dentistes, ont limité leur pratique à l'implantologie dentaire. Ils ont ouvert le premier centre spécialisé en Amérique du Nord utilisant strictement les implants et la méthode du Dr Branemark. Déjà, plus de 150 patients ont bénéficié de cette méthode révolutionnaire.

Ce traitement s'adresse à presque tous les gens de 16 ans à 85 ans, ayant perdu du une, plusieurs ou toutes leurs dents. Les résultats parlent par eux-mêmes avec un taux de réussite de 98 % avec la méthode du Dr Branemark, la seule utilisée au Centre d'implantologie dentaire de Québec. Fait à noter, après la phase chirurgicale, il y a une très courte période de convalescence et la douleur postopératoire est à peu près inexistante, ce qui en fait un



traitement de choix pour les personnes édentées. Le tout est suivi par la phase prothétique où on y fait la construction de la nouvelle dentition. Maintenant, tout est possible. Voilà une solution pour les Québécois et Québécoises ayant des prothèses inconfortables, douloureuses et parfois complexes. Pourquoi

souffrir plus longtemps ? Informez-vous sur les implants dentaires au 657-5510.

CENTRE D'IMPLANTOLOGIE DENTAIRE DE QUÉBEC
3075, chemin des Quatre-Bourgeois
Bureau 109
Sainte-Foy (Québec) G1W 4X5
657-5510
1-800-465-8787

Formation pour tous



INITIATION À LA SANTÉ PAR LES PLANTES

À qui s'adresse ce cours :

- toute personne désireuse d'améliorer sa santé au moyen des plantes;
- toute personne intéressée par la phytothérapie.

La durée : 12 heures fin de semaine ou en soirée

Le prix : 75 \$ (tx incl.)

Nb. de part : 4 à 8 max.

Principaux sujets abordés :

- la santé : une responsabilité personnelle
- le bilan complet de votre santé
- les organes d'élimination
- l'intoxication
- la transformation des aliments dans l'organisme
- la nutrition
- les principes nutritifs
- les substances actives des plantes médicinales et leurs effets
- la revitalisation

POUR INFORMATIONS :

LES LABORATOIRES VACHON INC.

Tél. : (418) 837-2426
1-800-463-4319

L'ÉCOPSYCHOLOGIE

Les psychologues redécouvrent un vieux guérisseur :



la terre et la nature sauvage !

Vous parliez de vacances quand vous alliez camper. Peut-être même avez-vous dit à vos amis que c'était là une bonne thérapie. Et vous aviez raison plus que vous ne le croyez !

par DANIEL GOLEMAN
New York Times News Service

La psychologie, une science née pour guérir les maladies de l'homme de la ville complètement aliéné, revient à la sagesse de Rousseau et même des Grecs anciens. Mais cette fois-ci, on lui donne un nouveau nom : l'écopsychologie.

Vous découvrez que l'homme est une toute petite créature qui a un court temps à passer sur la terre.

Tim Gillen, courtier en assurances de Washington

Ce mouvement va plus loin que le terrain conventionnel de la psychologie pour examiner le rapport — ou l'absence de rapport — entre l'homme et la nature elle-même. En un retour à Thoreau, les écothérapeutes découvrent un stimulant psychologique dans l'expérience des lieux sauvages ; certains amènent leurs clients dehors, alors que d'autres conduisent leurs groupes dans la forêt sauvage pour des pèlerinages prolongés.

« L'expérience de la nature semble interrompre les habitudes normales des gens ainsi que la perception qu'ils ont d'eux-mêmes, dit Robert Greenway, psychologue à l'université d'État Sonoma, en Californie, et un des pionniers du mouvement. Nous

« Nous pouvons nous lever au milieu de la nuit pour grimper au sommet de la montagne au clair de lune »
Robert Greenway

essayons d'encourager cette rupture en modifiant ce que les gens mangent et leurs habitudes de sommeil — nous pouvons nous lever au milieu de la nuit pour grimper au sommet de la montagne au clair de lune — et en imposant un silence complet pendant trois ou quatre jours. »

De profonds changements

Greenway, qui a conduit plus de 1400 personnes dans des régions sauvages pour des périodes allant jusqu'à quatre semaines d'affilée, dit que plusieurs ou que la plupart de ces gens connaissent de profonds changements dans leurs relations personnelles ou dans la direction de leur vie de

travail. « Ils nous font part d'un éveil et d'une puissance accrues, un sens de l'énergie qui découlent de la nature », affirme Greenway.

Le programme des grands espaces les plus connus, Outward Bound, se présente sous plusieurs formes, dont plusieurs sont explicitement thérapeutiques. Alors que des programmes pour cadres d'entreprises peuvent faire ressortir le leadership et l'art de constituer des équipes, d'autres sont conçus pour accroître la confiance en soi pour des groupes comme des délinquants juvéniles, des femmes battues ou des alcooliques.

« Outward Bound place les gens en face de défis physiques et mentaux — comme en leur faisant descendre une falaise escarpée — pour qu'ils puissent découvrir leurs forces et leurs faiblesses, par exemple, quant à la façon d'affronter leurs peurs, dit Steven Harper, un instructeur de « Outward Bound » depuis plusieurs années et maintenant directeur du programme à l'Institut Esalem de Big Sur, en Californie.



L'écothérapie fait partie d'un plus vaste effort pour fusionner psychologie et écologie. Tout n'est pas parfait dans ce mouvement et les résultats ne sont pas toujours à la hauteur des espérances, mais ceux qui le critiquent devraient quand même applaudir au fait qu'il cherche à placer les horizons des gens plus haut que le nombril...

L'habitude de prendre des laxatifs

● Etant une femme constipée, je prends un laxatif doux depuis fort longtemps. J'aimerais savoir si cette pratique est dangereuse ou non ?

Certaines personnes peuvent avoir des difficultés temporaires avec la constipation et c'est à ce moment que le médecin ou le pharmacien peut suggérer un laxatif doux pour un certain temps. Personnellement, ce n'est pas une pratique que je préconise car il est plus facile pour les gens de prendre un laxatif que de boire de l'eau ou de changer leurs habitudes alimentaires en consommant plus de fibres, de fruits et de légumes. Changer ses habitudes est la chose dont les gens ont le plus de difficulté à faire. Même si c'est un laxatif pouvant être qualifié de doux, l'intestin devient, avec le temps, de plus en plus paresseux. En réalité, on ne règle rien. Le danger est le cercle vicieux qui s'installe. L'utilisation du laxatif devient un besoin indispensable. Je ne peux malheureusement dire, madame, que je suis d'accord avec cette pratique surtout qu'on peut régler le problème en changeant ses habitudes alimentaires.

Pourquoi ce manque d'énergie ?

● Je suis un homme toujours fatigué, mais sans raison apparente. Comme il n'y a rien d'organiquement anormal, pourquoi ce manque d'énergie ?

Les raisons pour lesquelles une personne peut manquer d'énergie sont aussi nombreuses que le nombre de jours dans une année. J'ai déjà abordé cette question dans une chronique, mais puisqu'elle revient, j'y réponds. Ayant éliminé toute

pathologie, on doit se poser la question à savoir où se perdent les énergies et pourquoi on ne peut les récupérer. On se doit de cerner la question de façon suivante : 1- mon alimentation est-elle adéquate ? 2- Ai-je suffisamment de repos ? 3- Est-ce que j'oxygène mes cellules de façon normale ? 4- Est-ce que je perds des énergies à m'inquiéter ? 5- Qui ou quoi est responsable de cette perte énergétique ? 6- Est-ce que je contrôle mes choix ? 7- Quel est mon attitude et ma philosophie devant la vie ? Suis-je une personne qui vit de peur ? 9- Suis-je une personne qui se plie aux exigences de tout le monde ? 10- Est-ce que j'essaie de faire et d'être tout pour tout le monde ? 11- Qu'est-ce que je veux ? Qu'est-ce que je cherche ? Quel est le sens que je donne à ma vie ? 12- Suis-je en équilibre avec mes énergies intérieures. Si vous ne pouvez, monsieur, répondre à ces questions il est peut-être temps d'aller chercher de l'aide.

Boire en mangeant : pour ou contre ?

● Je me suis laissé dire qu'il est dangereux de boire en mangeant. Je suis une femme de 62 ans, j'ai toujours bu beaucoup d'eau et je suis en santé. Vos commentaires SVP.

Puisque le corps humain est composé d'environ 65 à 70 % d'eau, celle-ci constitue la composante la plus importante du corps humain. Certains diront que boire en mangeant peut diluer des sucres gastriques et nuire à la digestion. D'autres affirment, par contre, que l'eau, à cause de sa neutralité et de son absence de calorie, peut favoriser une meilleure digestion et un meilleur passage de la nourriture. De toute façon, que ce soit à la table ou ailleurs les gens, en général, ne boivent pas assez d'eau. Un apport insuffisant en eau favorise une augmentation du taux d'urée dans le sang pouvant conduire à des problèmes physiques dont : des problèmes rénaux, une moins bonne résistance à l'effort, un problème de constipation et j'en passe. Je bois personnellement toujours beaucoup d'eau (à la température de la pièce) en mangeant et ma digestion ne se porte pas plus mal pour autant.

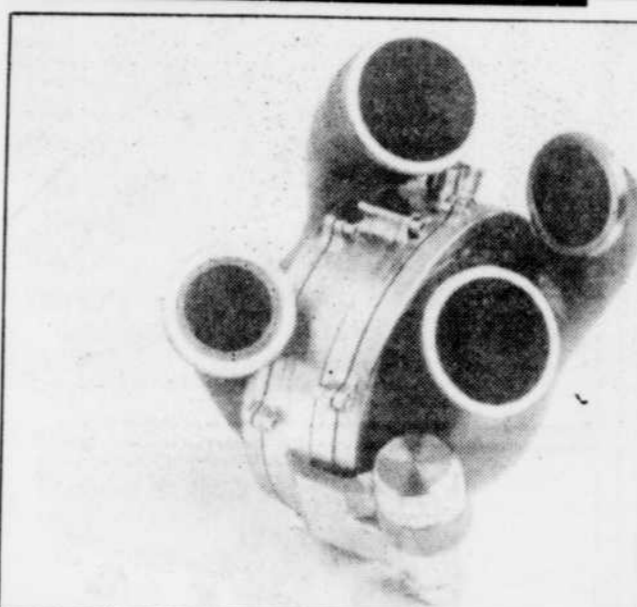


Migraines

● Si vous souffrez de migraine, une bande élastique autour de la tête peut apporter un soulagement temporaire. Une récente étude publiée dans le journal Headache a établi qu'une bande élastique (avec deux petits disques de caoutchouc pour exercer une pression aux endroits les plus douloureux) a produit un soulagement au moins partiel dans 60 cas de migraines sur 69. La bande exerce une pression plus constante sur les tempes, le crâne et le front, que la pression des doigts.

Muscles endoloris

● Si vos muscles sont endoloris au lendemain d'exercices exténuants, l'ibuprofène ou l'aspirine (mais non pas l'acétaminophène) peuvent apporter du soulagement. Reposer les muscles endoloris peut atténuer le malaise, mais le « repos actif » peut être encore mieux : répétez l'activité qui a causé la douleur, mais avec moins d'intensité.



Coeur mécanique

La Cleveland Clinic vient d'annoncer avoir obtenu du gouvernement américain un contrat de 13,7 millions \$ pour perfectionner un cœur mécanique alimenté par une série de piles que le patient peut porter à la ceinture. Le cœur lui-même pèse environ 700 grammes et son diamètre est de 10 cm ; il est fait de titane et du même alliage de fibres de carbone et d'époxy que le bombardier « Furtif » et pourrait devenir réalité dans une dizaine d'années, offrant longévité et vie normale à des milliers de personnes qui mourraient autrement, faute de trouver un donneur.

SERVICE COMPLET D'IMPLANTS DENTAIRES
527-2255
1-800-667-2529
Centre médical Hôpital Jeffery Hale
Dr Jean Gagnon, chirurgien-dentiste

les alternatives santé

Les médecines douces... CAPSULE-SANTÉ SUR L'ACUPUNCTURE
L'acupuncture, du latin acus : pointe et punctura : aiguille, est une branche de la médecine traditionnelle chinoise. L'acupuncteur ne traite pas séparément le corps et l'esprit, il a plutôt une approche de l'homme dans son entité. Cette science et art qui a de nombreuses applications, vise à équilibrer l'énergie vitale des organes du corps.

ACUPUNCTURE
L'ESTHÉTIQUE DU VISAGE PAR ACUPUNCTURE : Tonifie, nourrit, équilibre la peau en profondeur, selon les mêmes principes que l'acupuncture. Inf. Réjeane Dufresne, acupuncteur inscrite au registre de la C.P.M.Q. Tél. à Québec, (418) 522-6891; Montmagny, 1-248-4465.

AIR PUR ET SANTÉ
LUXAIR : Nos purificateurs d'air électroniques enlèvent jusqu'à 99% des polluants en suspension dans l'air : poussières, pollens, fumées, squames, bactéries. Avec charbon actif, ils peuvent éliminer plusieurs odeurs et gaz. Pour un essai gratuit : 848-5172.

AMAIGRISSEMENT
NOUVEAU - NOUVEAU : Perdez du poids sans nuire à votre santé ni à votre portefeuille, avec l'aide d'herbes naturelles. Satisfaction garantie à 100%. Vous êtes suivis. Taux de réussite à 96.5% confirmé par rapport médical. Informez-vous de notre spécial de lancement. Téléphonez maintenant au 877-8669.

BALNÉOTHÉRAPIE
AUBERGE LE FLORÈS : Offrez-vous le rêve à la campagne ! Accueil chaleureux, confort et ambiance exceptionnels. Forfaits Gôterie, 129\$/2 pers. (souper - coucher - déjeuner). SPA détente. 148\$/jour/pers. occ. double, incluant déjeuner, dîner, souper, coucher, massage, algothermie, sauna, pressothérapie, bain thérapeutique, Inverseur DEVA. Réservation : (819) 538-9340.

CENTRES SANTÉ
"CENTRE ÉQUILIBRE SANTÉ LES QUATRE-TEMPS LAC-BEAUPORT" : Sur la rive du lac Beauport, à 15 minutes de Québec, piscine intérieure et sauna, golf, équitation, forfait santé, massage, réunion d'affaires. Pour informations et réservations : (418) 849-4486, 1-800-363-0379.

CENTRE LUCIE NOLET : Massages thérapeutiques, irrigation du côlon (cure), soins en relation d'aide, (forfaits) conférence, cours, soirées d'information gratuites. 13 ans d'expérience, membre O.N.Q. accrédité par la plupart des cie d'assurances. Prochaines conférences les mercredis 13 oct., 10 nov., 1er déc. Tél. : 654-0171.

CENTRES SANTÉ

L'ÉVEIL : L'approche globale de la santé. Venez vous ressourcer dans un coin de la campagne beauceronne. Accueil chaleureux!!! Forfait séjour repos (un coin, un massage - 3 repos-santé - un bain thérapeutique - sauna ou pyramide) 80\$/occ. double. Réservations : (418) 774-2929.

LE RELAXARIUM DU GEORGESVILLE : À 1h de Québec, venez vous le jour-santé avec un air de vacances : massages, aqua-massage, soins aux algues corps et visage, drainage lympho-énergétique, piscine intérieure, sauna, tourbillon, bain vapeur, etc. Séjours de 1 à 7 jours à partir de 99\$/pers. 1-800-463-3003.

HOMÉOPATHIE

ÉCOLE : d'Enseignement Supérieur en Homéopathie du Québec : formation professionnelle et continue; programme cadre du Syndicat professionnel des homéopathes du Québec. Inf.: 2900, Quatre-Bourgeois, bur. 222, Ste-Foy (Québec) G1V1Y4, 658-3908, 1-800-463-3097.

CENTRE HOMÉOPATHIQUE ET NATUREL DE CHARLES-BOURG : Une homéopathie de qualité par des professionnels(elles) d'expérience qui œuvrent dans le domaine depuis plus de 10 ans. 8420, boul. Henri-Bourassa, Charlesbourg. 626-4686. Conseils, consultations, produits naturels.

HOMÉOPATHIE QUÉBEC : Les spécialistes en homéopathie. Vaste choix en professionnelle sur rendez-vous. Allergies, rhumatismes, eczéma, asthme, insomnies, infections à répétition. 2383, chemin Ste-Foy. 653-5400.

HYGIÈNE DE L'OREILLE

HYGIÈNE DE L'OREILLE : Traitement 20 \$ sur rendez-vous. Enlève les bouchons de cérumen. Neutralise la bourse de l'ovue. Aide à décongestionner les sinus. Soulage les migraines et les douleurs auriculaires par son effet calmant. Cours sous forme de stage pratique de 4 heures sur l'utilisation de l'otoscope et des bougies auriculaires. Vous recevrez un traitement et apprendrez à en donner. 649-0073.

LABORATOIRE D'ORTHÈSE

LABORATOIRE POULIOT : (Permis 2103-613-2). Orthèses plantaires et chaussures sur mesure. Spécialiste en chaussures d'enfants et de personnes âgées. Chaussures de marche, sport et travail, toutes pointures et largeurs. 2990, chemin Ste-Foy. Tél. : 652-0100.

ORTHÉSISTE

MARC BILODEAU : Chaussures, sandales de confort et orthopédiques pour toute la famille, pointures 3 à 15, largeur 4A à 5E. Marchand autorisé des sandales Birkenstock. Service à domicile. Nouvelle adresse : 1360, Champfleury, Québec. Inf. : 660-4959.

FLEURS DE BACH

MICHELINE FISET, Ph. D., N. D. : Membre de l'Ordre des naturothérapeutes du Québec (969). Cours sur les Fleurs de Bach les 16-17 octobre 1993 au 675, Marguerite-Bourgeois, local 106, Québec. Pour information : 682-5587.

PRODUITS NATURELS

TITREX : Produits exclusifs en phytothérapie. Programme d'amaigrissement et traitement pour la fatigue, le stress, avec résultat garanti. Distributeur indépendant Karen Lud Low H.D., N.D. 849-7882.

PSYCHOLOGIE

Dr NICOLE TREMBLAY : psychologue, acupunctrice, hypnothérapeute. Prof. cert. de thérapie, de traitements et d'enseignement pour vous aider à retrouver votre équilibre physique, mental et spirituel. (418) 688-1711.

RÉFLEXOLOGIE

ARQ : Académie de réflexologie du Québec. Formation professionnelle de la réflexologie dans son entier. Héptonomie et techniques de massages réflexes : pieds, mains, tête, cou, chaînes musculaires et articulaires de tout le corps. Formation personnelle en réflexologie par les pieds. Cours reconnus par RTR, RASQ. Devenez un(e) thérapeute réflexe réflexologue chevronné(e). (418) 651-8575.

RELAXATION

CENTRE DE MÉDITATION TRANSCENDANTALE : La technique de 20 minutes deux fois par jour et procure un repos très profond. Inf. : 529-8464.

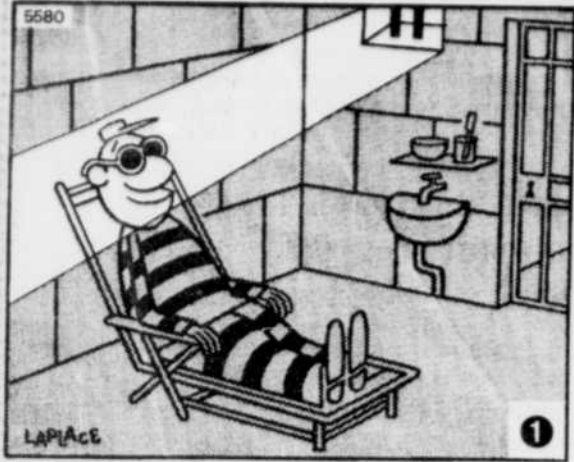
SEXOLOGIE

NICOLE DESHAIES, M.A. : Sexologue clinicienne. Quand la sexualité devient un problème, thérapie sexuelle, consultation individuelle ou de couple. 2666, chemin Ste-Foy, Ste-Foy. Tél. : 523-7121.

FAITES-VOUS CONNAÎTRE DE NOS NOMBREUX LECTEURS PENDANT 13 SEMAINES POUR LE PRIX DE 12!
Annoncez dans cette rubrique pendant 12 semaines et nous vous offrirons la 13e parution gratuitement!
SERVICE DU TÉLÉMARKETING AU 647-3377-78

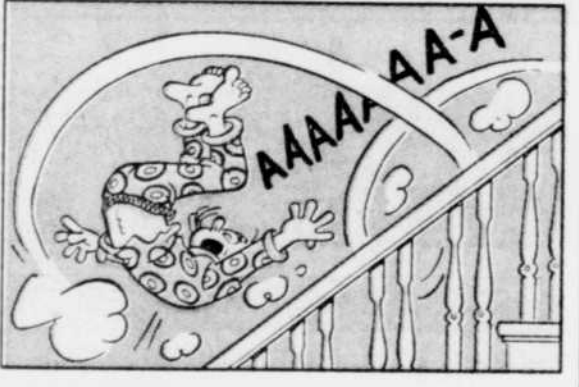
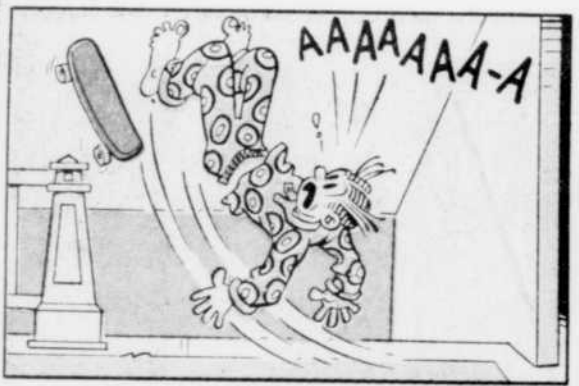
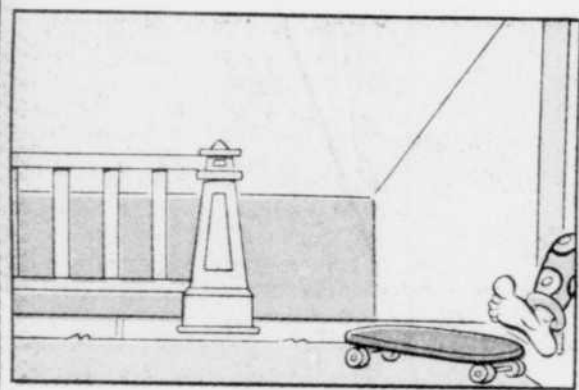
LES B.D. DU SOLEIL

Trouve les 8 erreurs



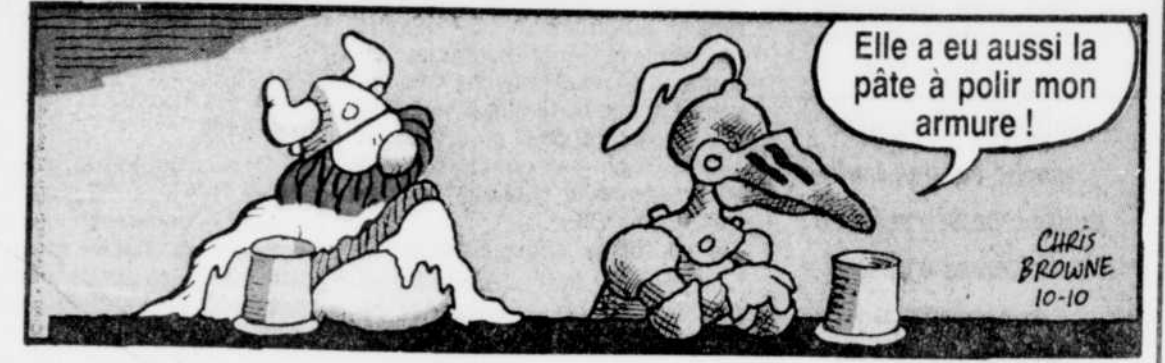
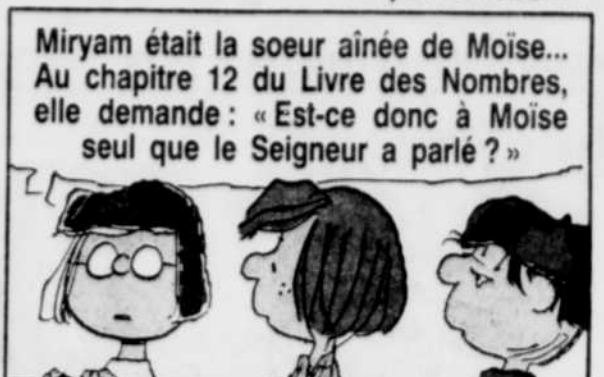
Solution: 1. Branche des lunettes. 2. Accoudoir gauche du dossier. 3. Une patte en plus sous le fauteuil. 4. Base du dossier complète. 5. Muraille modifiée derrière le fauteuil. 6. Muraille complète au coin du mur. 7. Intérieur du lavabo complet. 8. Tuyau décoloré plus long.

BLONDINETTE



PEANUTS ET LE BON VIEUX Charlie Brown

par SCHULZ



Baptiste "L'homme qui vit dans une poubelle!"

Scénario et dessin: André Ph. Côté

