

MAGAZINE

Les chercheurs ont démontré leur pouvoir dépolluant

MISEZ SUR LES PLANTES

■ Elles purifient l'air de votre maison comme aucun filtre ne pourrait le faire

En plaçant au moins une plante verte dans chacune des pièces de votre résidence, vous assainirez l'air ambiant aussi efficacement que le feraient les meilleurs filtres manufacturés, affirment des scientifiques. Mais pas n'importe quelles car certaines, comme le lierre commun ou la langue de belle-mère, raffolent plus que d'autres des gaz et des substances nocives qui polluent nos maisons.

par JACQUES DRAPEAU
LE SOLEIL

Depuis 20 ans, le Dr. William Wolverton, un spécialiste américain des sciences de l'environnement à l'emploi de la NASA, poursuit ses observations à ce sujet. Il affirme maintenant qu'une quinzaine de plantes ornementales parmi les plus courantes possèdent un appétit vorace pour ces molécules susceptibles d'affecter notre santé. Les dracaena, ficus, philodendrons, aloe vera et les autres ne sont pas seulement décoratifs, ils sont capables d'être de remarquables dépollueurs.

Pour obtenir ces précieuses informations, le spécialiste a enfermé des dizaines de végétaux différents dans des chambres hermétiques en plexiglas, libérées de toute substance polluante. Puis, il a injecté divers produits chimiques comme du toluène, de l'oxyde de carbone, du benzène et du formaldéhyde, à des niveaux de concentration comparables à ceux enregistrés dans les résidences. Au bout de 24 heures, sous éclairage permanent, certaines plantes avaient déjà accompli des prodiges. (Voir tableau ci-bas.)

Les scientifiques ne s'expliquent pas pourquoi certaines plantes préfèrent des composés chimiques plutôt que d'autres ni quelle place occupent ces molécules dans le cycle de croissance de ces végétaux.

Expériences québécoises

Quelques maisons spécialisées multiplient les efforts depuis plusieurs années afin de convaincre les Québécois de faire appel aux plantes ornementales pour assainir les bâtiments malades. « Mais beaucoup de gens demeurent sceptiques à ce sujet, constate Jean-Louis Nagant de Planteca, une entreprise de Laval qui mise précisément sur les vertus thérapeutiques de certaines plantes tropicales. Nous accusons un long retard sur beaucoup de pays du monde à ce sujet. »

Au cours des dernières années, plusieurs centres commerciaux et corporations québécoises ont choisi d'installer des plantes en grande quantité dans leurs locaux. « Et ils ne l'ont pas fait uniquement pour décorer », jure M. Nagant.

À cet égard, la chaîne des restaurants « Au Vieux Duluth » constitue l'un des exemples les plus spectaculaires. Chacun des 27 établissements du Québec utilise des dizaines de plantes exotiques pour purifier l'air ambiant. « Toute personne qui désire obtenir une franchise des frères Giannopoulos doit s'engager à placer beaucoup de végétaux dans son restaurant, précise au SOLEIL la propriétaire du restaurant de Québec, Mme Raymonde Paquin-Duplin. Et pas de plantes artificielles ni de soie. Que des plantes naturelles. » Mme Paquin-Duplin verse, chaque mois, 130 \$ à une entreprise spécialisée pour l'entretien de ses plantes mais elle est persuadée que la dépense en vaut le coup. « C'est une question de qualité de vie en milieu de travail », dit-elle encore.

Dans le secteur résidentiel, une intéressante expérience suit son cours présentement dans la région de Montréal sous l'égide du ministère canadien de l'Énergie, des Mines et des Ressources. Deux maisons identiques ont été construites. Dans l'une, on a placé des plantes identifiées comme performantes pour la purification de l'air. Dans l'autre, on n'en a prévu aucune. Des mesures de la qualité de l'air seront prises régulièrement pendant deux ans, avant et après qu'elles aient été habitées, de façon à établir des comparaisons.

Perspectives d'avenir

Chercheur de Québec, membre du groupe spécialisé en recyclage biologique et agriculture de l'université Laval, Gilles Laliberté observe avec beaucoup d'intérêt les dévelop-

pements en cours dans ce domaine. Ce groupe de scientifiques porte cependant davantage attention au traitement des eaux usées à l'aide de micro-algues et d'autres plantes aquatiques comme la quenouille par exemple.

« D'ici à deux ou trois ans, estime M. Laliberté, nous verrons de plus en plus apparaître, au Québec, des marais artificiels pour filtrer les eaux usées. Ces marais seront suffisamment bien oxygénés pour éviter les odeurs et la prolifération de moustiques. » Les plantes qu'on y déposera se nourriront notamment d'azote et de phosphore. Leur action

aura pour effet de multiplier les bactéries capables de dégrader les eaux usées.

Cette technique pourrait intéresser plusieurs petites municipalités de même que des entreprises comme les pâtes et papiers par exemple. Un tel système de filtration est appliquée avec succès depuis trois ans à la plage de l'île Notre-Dame, à Montréal. En période estivale, les eaux du lac sont pompées vers quatre marais artificiels où se produit la filtration.

On le voit : les végétaux soulèvent une nouvelle vague d'intérêt dans les milieux scientifiques. On ne parle plus seulement des plantes agréables à l'oeil, mais de celles qui peuvent contribuer à une meilleure santé de l'être humain.



On a identifié une quinzaine de plantes ornementales pouvant dépolluer l'air de nos maisons.

Les meilleures plantes pour dépolluer nos maisons

Les spécialistes de la NASA ont identifié les plantes vertes les plus efficaces pour dépolluer maisons et bureaux. Les pourcentages ont été obtenus dans des chambres hermétiques, après 24 heures, avec des concentrations de polluants sensiblement égales à celles obtenues dans les résidences.

À titre d'exemple, le benzène est un solvant utilisé dans les peintures tandis que le formaldéhyde émane notamment des mousses isolantes et des panneaux de particules.

Aglaonema: 48 % du benzène et 92 % du toluène.

Aloe vera: 90 % du formaldéhyde.

Chlorophytum: 86 % du formaldéhyde et 96 % d'oxyde de carbone.

Dracaena marginata: 79 % du benzène, 60 % du formaldéhyde et 13 % du trichloréthylène.

Dracaena massangeana: 70 % du formaldéhyde.

Dracaena warneckii: 70 % du benzène, 50 % de formaldéhyde et 24 % de trichloréthylène.

Ficus benjamina: 47 % de formaldéhyde.

Lierre commun: 90 % du benzène, 11 % du trichloréthylène.

Mini schefflera: 41 % de formaldéhyde.

Nephtitis: 67 % du formaldéhyde.

Philodendron (oreilles d'éléphant): 85 % du formaldéhyde.

Sansevieria (langues de belle-mère): 53 % du benzène et 13 % du trichloréthylène.

Scindapsus (lierre du diable): 75 % d'oxyde de carbone et 73 % du benzène.

Spathiphyllum: 80 % du benzène, 50 % du formaldéhyde et 50 % du trichloréthylène.



Chlorophytum variegata C.



Ficus benjamina C.



Chlorophytum C.



Schefflera C.



Sansevieria (langues de belle-mère) C.



Philodendron C.

L'univers électronique

AUDIO-VIDÉO INFORMATIQUE JEUX VIDÉO

La mode des casques sans fil prend de l'ampleur

□ La demande de plus en plus forte a fait chuter les prix

Complément indispensable d'une bonne chaîne ou d'un téléviseur stéréo, le casque d'écoute a toujours été un accessoire recherché. Pratique, mais souvent encombrant à cause d'un fil trop court qui vous empêche de vous installer dans votre fauteuil préféré ou d'une rallonge qui s'emmêle.

par MICHEL TRUCHON LE SOLEIL



Le casque à infrarouge est la solution rêvée pour se débarrasser de ces fils agaçants. La technique n'a rien de nouveau et existe depuis de nombreuses années, mais pendant longtemps, notamment parce que les amateurs demandaient le maximum de qualité pour la réception et la reproduction, les modèles étaient très coûteux. Le vent a tourné, toutefois, comme dans presque tous les domaines de l'électronique populaire, et la demande de plus en plus forte a fait chuter les prix.

Et les casques sans fil ne sont plus limités à la liaison infrarouge : une technique mise au point pour les téléphones sans fil, la transmission radio sur la bande des 900 MHz, s'est étendue aux casques. La compagnie Recoton a été l'une des premières à utiliser ce principe, avec son W-500

permettant une réception qui se moque des obstacles et pouvant aller jusqu'à près d'une centaine de mètres. À 169 \$, c'est toujours le modèle le plus vendu, même si le confort du casque laisse un peu à désirer. D'autres ont suivi, notamment RCA avec un modèle à 259 \$ qui est rapidement devenu l'un des plus recherchés, surtout à cause du confort et de la qualité du casque, au point que dans la plupart des points de vente, souligne Gaston Fiset de Tanguy Électronique, il y a des commandes en attente, le fabricant ne suffisant pas à la demande.

Mais le casque sans fil, aussi perfectionné soit-il, en fait encore hésiter plusieurs, surtout parce qu'ils possèdent déjà un excellent casque auquel ils sont habitués et dont ils ne veulent pas se départir. Problème dont les fabricants de sans fil ont pris conscience et pour lequel ils ont trouvé une solution presque sans faille : le récepteur sans fil.

Comme pour les casques, ce récepteur existe dans les deux modes de transmission — infrarouge et bande de 900 MHz —

pour plaire à tous les goûts. Le principe n'est pas compliqué : la technique de transmission est la même, mais le casque a été remplacé par un petit récepteur auquel on peut brancher n'importe quel casque avec fil. On n'a donc plus à sacrifier son casque préféré et on bénéficie de la liberté de mouvement que procure le sans fil.

Deux modèles se partagent présentement les faveurs des amateurs : le Sony MDRIF-33 à infrarouge et le Recoton W-200 à transmission radio. J'ai eu l'occasion de les essayer et j'avoue qu'il est difficile de trancher, chacun ayant ses avantages.

Le Sony d'abord. Selon Denis Beaumont, de la Maison Sony, il se vend presque autant de MDRIF-33 que de casques avec



Le Sony MDRIF-33 à infrarouge et le Recoton W-200 à transmission radio sont les deux modèles qui se partagent présentement les faveurs des amateurs.



fil, depuis un certain temps. Ce modèle est livré, pour ceux qui n'ont pas de casque, avec des écouteurs de type « baladeur » se glissant dans l'oreille, fort confortables et procurant une reproduction sonore surprenante. L'avantage majeur du Sony MDRIF-33 à infrarouge est son « look » et ses dimensions : l'émetteur est une sorte de tube de la grosseur d'un cigare, très discret dans n'importe quel décor. Le récepteur, un peu plus gros qu'un briquet jetable, s'épinglé facilement au revers d'un vêtement. Le Sony MDRIF-33 se branche sur la sortie audio de n'importe quel appareil et l'intensité du son se règle par une molette sur le récepteur. La réception est fidèle et impeccable... avec les limites et les inconvénients de l'infrarouge : ne vous avisez pas de fermer la main sur le récepteur ou d'avoir un obstacle entre lui et l'émetteur. Le rayon d'émission est toutefois relativement large pour un infrarouge et permet une bonne liberté de mouvement dans la pièce. Le Sony MDRIF-33 se vend 199 \$. La qualité du micro-

casque et l'allure de l'ensemble en font un modèle intéressant.

Le Recoton W-200, lui, n'est pas limité par les obstacles, souligne José Adam, de la succursale Stéréo Plus de la rue Bouvier. L'émission sur la bande de 900 MHz donne en effet « long de corde » à l'utilisateur. Vous pouvez vous promener partout dans la maison, changer de pièce, aller chez le voisin, la réception est toujours claire et nette. L'émetteur, qui se branche lui aussi à n'importe quelle sortie audio (ce qui permet de l'utiliser autant avec un amplificateur, un lecteur CD ou un téléviseur) est la désormais classique « soucoupe » de Recoton. Quant au récepteur, il a les dimensions d'une petite radio de poche (ou d'un paquet de cigarettes, si on reste dans les comparaisons « tabagistes ») et se porte facilement à la ceinture ou se glisse dans la poche. Le Recoton W-200 (129 \$) est accompagné d'un minicasque de qualité moyenne. Dans n'im-

porte quelles conditions, la réception est parfaite. Si cela n'est pas l'allure que vous recherchez, c'est sans doute le plus performant des deux modèles essayés.

JEUX VIDÉO

Les plus vendus

Voici la liste des jeux vidéo les plus vendus au Canada par les géants Nintendo et Sega.



NINTENDO

(Super Nintendo) Star Fox, Super Mario All-Stars, Street Fight II Turbo, Super Empire Strikes Back, Mortal Kombat

(Nintendo NES)

Super Mario Bros. 3, Legend of Zelda, Kirby's Adventure, Tecmo Super Bowl, Jurassic Park

(Game Boy)

Legend of Zelda: Link's Awakening, Super Mario Land 2: 6 Golden Coins, Mortal Kombat, Kirby's Dream Land, Metroid II: Return of Samus



SEGA

(Genesis)

Sonic Spinball, Eternal Champions, Aladdin, Jurassic Park, NFL Football 94

(CD-ROM)

Sonic CD, Joe Montana NFL, Jurassic Park, Prize Fighter, Slipheed

(Game Gear)

Sonic Chaos, World Series Baseball, Jurassic Park, Ecco Dolphin, Ren and Stimpy

Illustration: PC / LE SOLEIL

PARTICIPEZ AU CONCOURS L'ENFER C'EST LAS VEGAS

EN COLLABORATION AVEC AIR CANADA

LE CIRQUE DU SOLEIL VOUS Y ATTEND. FAITES-EN LA CRITIQUE À L'ENFER.

Répondez à la question:

Qui a fait la critique en famille cette semaine à l'émission «L'enfer c'est nous autres»?

Remplissez le coupon-réponse, découpez sur le pointillé et postez-le rapidement à l'adresse suivante:

CONCOURS L'ENFER C'EST LAS VEGAS

C.P. 11 007, succursale Centre-Ville

Montréal (Québec)

H3C 4T9

DU 3 AU 6 MARS POUR 2 PERSONNES. 3 NUTS REPAS INCLUS

CIRQUE DU SOLEIL



AIR CANADA



Vacances AirCanada

SRC Télévision LE SOLEIL

L'ENFER C'EST NOUS AUTRES LES MERCREDIS À 19H30

COUPON-RÉPONSE CONCOURS L'ENFER C'EST LAS VEGAS

LA RÉPONSE EST:

NOM _____
ADRESSE _____
VILLE _____ CODE POSTAL _____
TEL _____ ÂGE _____



AVIS D'INFORMATION

SEANCE DU CONSEIL MUNICIPAL

LE LUNDI 7 FÉVRIER 1994 À 19 H
Hôtel de Ville de Québec
2, rue Des Jardins

Parmi les sujets inscrits à l'ordre du jour, le président du Conseil souligne les suivants:

- 1- Approbation des prévisions budgétaires de la SOMHAC pour l'exercice financier 1994.
- 2- Entente avec les villes de Beauport, Vanier et Charlesbourg pour étendre la compétence territoriale de la Cour municipale de la Ville de Québec à ces villes.
- 3- Location, pour une période de 15 ans, à la Société Radio-Canada de deux locaux situés au Palais Montcalm.
- 4- Procédure d'annulation des constats d'infraction lorsque signifiés par erreur.
- 5- Campagne de publicité sur le thème "Québec près de la vie".

Ordre du jour disponible

- Au bureau du Greffier (bureau 216, téléphone : 691-6074)
- Dans les diverses bibliothèques municipales

Le cas échéant, toute personne qui assiste à une séance du Conseil municipal sera exemptée du paiement des frais d'utilisation du stationnement ou recevra deux billets d'autobus pour compenser ses frais d'utilisation du transport en commun de la CTCUQ. Toute personne handicapée peut requérir les services de transport adapté du Québec Métro inc. (687-2641) pour assister à une séance du Conseil municipal et se verra aussi remettre deux (2) billets de transport à cette fin.

COMMISSION SCOLAIRE DE LA CHAUDIÈRE-ETCHEMIN

AVIS PUBLIC APPEL D'OFFRES POUR ENTRETIEN MÉNAGER ET SURVEILLANCE

Avis est donné que la Commission scolaire de la Chaudière-Etchemin recevra des soumissions en vue d'accorder un contrat pour l'entretien ménager et pour la surveillance du Centre intégré de mécanique industrielle (C.I.M.I.C.) situé au 1700, 25e Avenue, Ville de Saint-Georges.

Les soumissions seront reçues jusqu'à 14 heures, le mardi 22 février 1994, au bureau de la Direction des Services des ressources matérielles de la Commission scolaire, au 1925, 118e Rue, Ville de Saint-Georges.

Les soumissions seront ouvertes en présence des intéressés ce même jour à 14 heures au siège social de la Commission scolaire.

Seuls les entrepreneurs ayant leur principale place d'affaires au Québec ou les individus ayant leur résidence principale sur le territoire de la Commission scolaire peuvent présenter une soumission. Pour ce faire, ils doivent se procurer le cahier des charges, moyennant un débourse de 50,00 \$, en s'adressant à :

COMMISSION SCOLAIRE DE LA CHAUDIÈRE-ETCHEMIN
1925, 118e Rue
Ville Saint-Georges, (Québec)
G5Y 7R7
Téléphone : 226-2570
Télécopieur : 226-2525

Pour être considérée, toute soumission devra être accompagnée d'un chèque certifié tiré d'une institution financière reconnue et représentant 5% du montant total de la soumission. Elle doit être déposée en deux (2) copies dans une enveloppe scellée portant la mention : "SOUMISSION - PROJET CIMIC 1994". La Commission scolaire ne s'engage à accepter ni la plus basse, ni aucune des soumissions reçues et ouvertes.

Donné à Saint-Georges, ce 1er jour de février 1994.
Claude Lessard, ing.,
Directeur des Services des ressources matérielles

L'énigme du professeur JISSÉ

Collaboration spéciale

J'ose croire que ceux qui ont préféré la dégustation de vin à la solution de l'énigme, la semaine dernière, ont eu le temps de se remettre de leur mal de bloc, parce que j'ai besoin de toute leur concentration cette semaine afin de connaître la date de ces maudites élections de l'automne, pour qu'on puisse enfin passer aux choses sérieuses.

Les choses sérieuses, vous n'en doutez pas, c'est la solution des énigmes, et si vous voulez savoir si les politiciens sont sérieux, demandez à un seul d'entre eux de résoudre l'énigme du défuit.

En plus, ils ont tendance à être menteurs comme des arracheurs de dents, ainsi que le démontre l'énigme ci-dessous. Mais ça ne devrait pas suffire à confondre les vraies grosses têtes, et je compte sur vous pour le démontrer.

Ma Florence de secrétaire a résolu ce problème en quelques minutes, mais je ne vous dirai pas quelles techniques elle a utilisées auprès d'un de ces députés. C'est dans la tête qu'on résout les problèmes, non pas en bas de la ceinture. Amusez-vous bien quand même...

Si l'envie vous prend de m'adresser quelques commentaires au sujet de ces jeux, vous pouvez toujours le faire en adressant votre courrier à : Enigme de Jissé, Magazine Le Soleil, 390, rue Saint-Vallier Est, Québec G1K 7J6

En attendant, amusez-vous bien ! Jissé

L'énigme des élections

Cinq députés du Québec disent connaître la date des prochaines élections qui auront lieu en novembre. Ils n'ont pas voulu me révéler la date, mais m'ont donné les indices suivants:

- Paul: C'est un nombre impair.
- Marc: C'est un nombre plus grand que 13.
- Jules: C'est un cube.
- André: Ce n'est pas un carré.
- Yves: C'est un nombre plus petit que 17.

Mais j'ai découvert qu'un seul disait la vérité. Alors, dites-moi à quelle date auront lieu les prochaines élections?

Note aux lecteurs
Si jamais vous ne pouvez trouver par vous-mêmes la solution, lisez la suite de cette chronique en page C-6

CONCOURS Manigances

Participe au concours Manigances tous les dimanches dans LE SOLEIL et tu pourrais devenir l'heureux gagnant d'un jeu MASTER LABYRINTHE ou COCO CRAZY de Pierre Belvédère, du jeu LA COURSE ÉLECTRIQUE d'Hydro-Québec et d'un T-shirt de MANIGANCES.

À la fin du concours MANUEL ira chercher, en limousine, un gagnant pour un souper en tête-à-tête.

LA QUESTION DE LA SEMAINE

Dans les espèces prévues, identifie la lettre du son qui correspond à l'animal de la première colonne.

- ÉLÉPHANT A) RUGIT
- LAMA B) BARRIT
- JAGUAR C) BLATÈRE

Réponse le 13 février à Manigances

Découpe sur le pointillé et retourne-le avec ta réponse en ajoutant ton nom, ton adresse et ton code postal à :

LE SOLEIL / C.P. 15800

QUÉBEC, QUÉBEC

G1K 8A8

LE SOLEIL SRC Télévision

COUPON-RÉPONSE

Ce concours s'adresse aux 16 ans et moins.

NOM _____
ADRESSE _____
VILLE _____ TEL: _____

CODE POSTAL _____ ÂGE _____

DES GENS

DES ÉVÉNEMENTS



Barbie porte bien ses 35 ans

● C'est aujourd'hui que prend fin à Berlin l'exposition soulignant le 35^e anniversaire de la création de la poupée Barbie. On a pu y admirer 350 modèles de la célèbre poupée qui sont l'oeuvre de plus de 132 artistes et designers.

Les merveilles du placebo

● Une étude américaine révèle que deux tiers des patients qui reçoivent un placebo (substitut de traitement actif) peuvent ressentir une amélioration durable, physique et psychologique, de leur état. Avant, on croyait que le tiers seulement des personnes recevant un traitement « imaginaire » en tiraient des retombées positives.

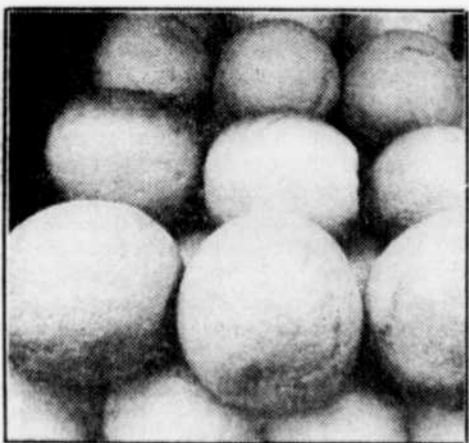


L'année du Chien

● C'est jeudi prochain que débutera le Nouvel An chinois. Il s'agira de l'année du Chien. Les communautés asiatiques du pays célébreront l'événement avec leurs proches. Sur la photo, l'artiste Jan Poon achète des légumes secs pour la circonstance dans un marché de Toronto.

La gelée royale rend plus fertile

● Des gynécologues égyptiens croient que la gelée royale peut ranimer une fertilité défaillante. En examinant 30 patientes souffrant d'infertilité, les chercheurs ont constaté que la gelée royale augmente de façon significative trois hormones fortement impliquées dans l'ovulation : la FSH, la LH et la progestérone.



Écorce d'orange contre le cancer

● On a souvent prétendu que l'écorce d'orange pouvait combattre les cancers et même les faire régresser. Une récente observation faite sur des animaux de laboratoire a montré qu'une substance appelée limonène, présente dans l'écorce d'orange, a fait disparaître des tumeurs expérimentales chez 70 % des rats touchés. Chez les autres, les tumeurs ont diminué de moitié.

Élections au Costa Rica

Il faut le voir pour le croire

□ Les moeurs électorales du pays ont de quoi surprendre le touriste québécois



Le chroniqueur touristique du SOLEIL, Claude Vaillancourt, était de passage au Costa Rica la semaine dernière. Il s'est trouvé plongé en pleine campagne électorale. L'ardeur des partisans, l'animation qui règne au centre-ville, les enjeux et le processus électoral ont retenu son attention. Il décrit la situation dans le texte qui suit. L'élection a lieu aujourd'hui.

SAN JOSÉ (Costa Rica) — On n'est pas habitué au Québec à de telles scènes : pendant deux jours, un million de personnes marchant gaiement dans les rues tout en scandant les noms de leurs candidats favoris, 2000 autobus pour transporter tout ce beau monde, des drapeaux aux couleurs vives accrochés aux édifices, aux maisons et aux automobiles et, dans les rues du centre-ville, des centaines et des centaines d'automobilistes qui klaxonnent, chacun à sa façon, en guise d'appui au candidat qu'ils veulent faire élire.

par CLAUDE VAILLANCOURT
LE SOLEIL

Cela a de quoi faire sursauter n'importe quel vacancier qui quitte la froideur hivernale québécoise à la recherche d'une calme et chaude plage quelque part dans le Sud.

Les snowbirds québécois qui vont atterrir, aujourd'hui, dans la capitale costaricienne, vont certainement vivre cette expérience. En ce 6 février, le Costa Rica, symbole reconnu de la démocratie en Amérique centrale, se choisit un nouveau président. Un choix qu'on ne prend pas à la légère surtout que, selon la constitution en vigueur depuis 1949, un président ne peut être élu que pour un seul mandat de 4 ans.

À côté de cela, le scrutin référendaire de 1980 qu'on a connu au Québec et toutes les péripéties qui l'ont entouré, n'a rien de comparable. Du brasse-camarade, il y en a ; on affiche ses convictions et l'émotion est à son comble.

Sept partis politiques sont officiellement inscrits pour cette course électorale. Dans les faits, deux seuls partis émergent : le Parti de l'unité sociale-chrétienne dont le candidat Miguel Angel Rodriguez veut succéder au président en poste, Rafael Angel Calderon, et celui de la Libération nationale représenté par Jose Maria Figueres.

Pour la petite histoire, le père du président en exercice a eu, en 1942, maille à partir avec le père du candidat Figueres obligeant ce dernier à prendre momentanément l'exil. Figueres a réussi à revenir au pays en 1948, a mené une petite

révolution sociale et a réussi à renverser le gouvernement. Pour éviter la reproduction de tels incidents, Figueres (père) a aboli l'armée et implanté une nouvelle constitution. Cela a valu au Costa Rica un demi-siècle de stabilité politique, l'armée n'étant pas présente, et autant d'années de mieux-être, les montants alloués à la Défense étant dès lors dirigés vers la Santé et l'Éducation.

Depuis plus de 6 mois, tous les Ticos — c'est ainsi qu'on surnomme les Costariciens — sont au bord du délire. Ceux qui appuient Miguel Angel Rodriguez se promènent avec des drapeaux bleu et rouge et, au volant de leur automobile, donnent quatre bruyants coups de klaxons (pour Miguel/Angel) et affichent ainsi leurs préférences. Les partisans de Figueres (notez qu'il y a trois syllabes) rétorquent par trois coups de klaxons et agitent leurs drapeaux vert et blanc. Cela donne une cacophonie étourdissante et un déluge de couleurs. Surtout au coin des rues les plus achalandées.

Pour s'assurer l'appui de ces indéfectibles partisans, les divers partis ont aussi établi un système de bons, système qui commence à provoquer l'ire des petits partis, amenant des gens à porter plainte devant le Tribunal suprême électoral (TSE).

Chez nous, les plus vieux se rappelleront l'époque où nos politiciens promettaient des réfrigérateurs aux électeurs pour s'assurer leur appui dans le bureau de scrutin. Là-bas, au vu et au su de tout le monde, les gens font la queue devant les bureaux des deux principaux partis. Ils s'inscrivent alors comme



Les «Ticos» votent en apposant une empreinte de leur pouce.

plus sale de la présente constitution. Figueres, dont les chances d'être élu sont aussi fortes que celles de son opposant, selon les derniers sondages, est impliqué dans une histoire de meurtre et de drogues remontant à quelques années. Rodriguez, son rival, a été accusé de falsification de documents par un grand jury américain relativement à la vente d'aliments. Il détient aussi de nombreuses actions dans diverses compagnies dont des brasseries. Mais qu'à cela ne tienne, si l'on se fie à un com-

membre et on leur donne en retour une note selon laquelle ils auraient droit à une subvention pouvant atteindre 760 000 colons (7600 \$) et un prêt à taux préférentiel si le parti pour lequel ils s'inscrivent prenait aujourd'hui le pouvoir.

Et les couteaux volent bas. Journaliste au Tico Times, Brian Harris soutient que la campagne électorale de cette année est considérée comme la



Les premières pages des principaux journaux du pays donnent une multitude d'informations tant sur l'enjeu politique que sur la façon de voter.

COMMENTAIRE: Le mirage olympique

Une prise, deux prises, le retrait

Comme le dirait sans doute le superbe athlète et le piètre analyste qu'est Pierre Harvey, « il ne faut pas être défaitiste ! ». Je vois donc quelque chose de très heureux dans la splendide gaffe commise par la Société des jeux d'hiver de Québec 2002 au sujet de la descente masculine de ski : la bêtise a été commise assez tôt et avec suffisamment d'arrogance pour que nos élus aient le temps de se réveiller et de s'immuniser contre le mirage olympique. Mieux encore, la gaffe a été commise en plusieurs étapes, ce qui facilite l'analyse.

Incompétents ou cachottiers ?

En choisissant, il y a des mois, de présenter la descente masculine de ski dans un lieu qui ne satisfait pas aux standards olympiques, les promoteurs de Québec 2002 se sont enfermés eux-mêmes dans une alternative sans échappatoire : ou bien ni eux ni leurs experts ne connaissent quoi que ce soit aux exigences olympiques, et on doit alors les considérer comme des incompétents, ou bien ils connaissent fort bien les faiblesses de leur proposition et ils ont essayé de tromper tout le monde, ce qui fait d'eux de dangereux cachottiers. C'était la première étape.

Lorsque le ciel leur est tombé sur la tête, les mêmes promoteurs ont concocté d'urgence une nouvelle proposition, celle de la « montagne gonflable ». Ridicule à sa face même, cette idée farfelue a enfin fait sursauter un certain nombre d'élus. À Beauport comme à Charlesbourg, on a tout à coup éprouvé un « respect renouvelé »

pour les vertus de la consultation populaire. On hésitait visiblement à imposer à la population une dépense de 25 millions \$ dont le seul effet durable aurait été la détérioration d'un site.

Ce sursaut sain et tardif de plusieurs élus a permis d'en savoir plus long sur les façons de faire de Québec 2002. D'une part, on a vu que les promoteurs, dont l'amnésie rappelle celle des pires politiciens, avaient carrément omis de faire connaître le fruit de leur délire aux « experts » dont ils avaient fait, au départ, les cautions de l'aventure. On mettait ces gens devant le fait accompli. Si la réaction des élus avait été moins acerbe, la « montagne gonflable » aurait vu le jour et les gestionnaires mobilisés par le « comité de suivi » n'auraient pu qu'observer silencieusement ce dérapage.

À venir, plus de temporaire

D'autre part, la réaction de certains élus nous force à nous demander si tous les maires savent que d'autres installations, aussi temporaires et plus coûteuses qu'une « montagne gonflable », font toujours partie des plans de Québec 2002 ; s'ils sont scandalisés par le gaspillage d'une « bagatelle » de 25 millions \$, les éphémères structures qu'exigent la luge et le bobsleigh ? Où diable étaient ces élus quand la mairesse Andrée Boucher tentait de sensibiliser ses confrères de la CUQ aux risques du mirage olympique ? À partir de quelle analyse ces élus ont-ils béni la candidature de la ville de Québec ? Quelle information leur a été transmise par les promoteurs de Québec 2002 ?

Une autre étape de cette honteuse saga reste à venir (du moins au moment où j'écris ces lignes). On ne sait pas, en effet, si les promoteurs, jamais à court d'idées, opteront pour une descente masculine de ski effectuée à l'autre bout du pays. On sait que cette hypothèse, comme sans doute les deux précédentes, « sera étudiée à fond », qu'elle sera, sans doute plus que la précédente, « soumise au comité du suivi », qu'on évalue cette solution de rechange à « quelque chose comme 12 ou 15 millions \$ »...

À quand la consultation ?

On ne sait évidemment pas, parce que les « études approfondies » ne sont pas terminées, de combien ce déplacement d'une épreuve reine va diminuer les « fabuleuses retombées » que la capitale québécoise pouvait espérer des Jeux de 2002. Pas plus qu'on ne sait, parce que les « nécessaires consultations populaires » n'ont pas encore eu lieu, si les maires de la région vont trouver acceptable que la « montagne gonflable » de 25 millions \$ soit remplacée par le versement d'une quinzaine de millions à un centre de ski albertain.

La première erreur était déjà de trop, mais elle était discrète. La deuxième, la « montagne gonflable » fut spectaculaire. Que sera la fin ?

Signé Laurent

LAPLANTE



collaboration spéciale

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

Le prochain Big One dans Charlevoix pourrait faire des dommages importants, mais on n'a aucune idée de ce qui pourrait précisément survenir. Le séisme du Saguenay a permis de constater que le Code du bâtiment est à point... jusqu'à une magnitude de 5,9. Pour ce qui est des infrastructures routières et des canalisations, on ne sait pas si elles résisteraient à une secousse de 6,5.

Charlevoix aura son « Big One », mais quand ?

□ Même si la terre tremble un peu chaque jour dans cette région, la population ne s'inquiète pas outre mesure



Des dégâts majeurs
Le récent séisme survenu à Los Angeles a donné lieu à des scènes dramatiques alors que des pans d'autoroute se sont effondrés faisant de nombreuses victimes.

Pendant que les gens de la Californie attendent avec appréhension le « Big One », ce super tremblement de terre encore plus dévastateur que celui enregistré récemment à Los Angeles, dans Charlevoix, un endroit potentiel pour un séisme majeur dans l'Est de l'Amérique, on ne semble pas trop s'en faire.

par DENIS GAUTHIER
collaboration spéciale

« Le Big One aurait pu être le tremblement de terre de 1988, comme ce pourrait être un séisme à venir encore plus important », affirme M. Jean-Yves Chagnon, du département de géologie de l'université Laval. « Effectivement, Charlevoix est une zone sujette à un tremblement de terre pouvant faire des dommages importants, mais personne ne peut s'avancer à dire si on assistera vraiment à une secousse majeure », mentionne un porte-parole de la Commission géologique à Ottawa, M. Maurice Lamontagne.

M. Chagnon cite les secousses importantes enregistrées à Baie-Saint-Paul en 1860, à l'île aux Coudres en 1870 et à Baie-Saint-Paul en 1925, pour parler d'un taux de récurrence de 65 à 70 ans. Le séisme du Saguenay

s'inscrit dans le cadre de référence de l'ingénieur géologue.

Séisme d'un maximum 7 sur l'échelle de Richter

Le Big One californien pourrait atteindre le chiffre 8 sur l'échelle de Richter. Dans Charlevoix, les experts s'entendent pour parler d'un séisme qui se situerait autour de 6,5, comme ce fut le cas en 1870 et en 1925. « Il ne dépasserait pas 7 », soutient M. Lamontagne. Le plus gros tremblement de terre connu dans la région serait survenu en 1663 et il aurait été ressenti jusqu'à Montréal. Il est toutefois difficile à évaluer puisque la seule échelle disponible à l'époque ce sont les relations des jésuites et quelques témoignages d'Européens installés en terre d'Amérique.

Une magnitude de 6,5 sur l'échelle de Richter représente un séisme important si on se réfère au récent tremblement de terre de Los Angeles qui a atteint le

6,6. Un tel séisme ne manquerait pas de faire des dommages importants. « Tout dépend de la situation de l'épicentre », explique M. Lamontagne en citant le cas de Cornwall en 1944. Le séisme n'avait été que de 5,6, mais l'épicentre était situé directement sous la ville. Il y avait donc eu des dégâts pires qu'au Saguenay en 1988 où la magnitude du séisme était de 5,9. M. Chagnon croit que le séisme de 1988 a fait

Échelle de Richter

Magnitude	Description
8,0	Est considéré comme un « grand » tremblement, pouvant causer des dégâts énormes.
7,0	Est considéré comme un séisme majeur, pouvant causer de lourds dégâts et sur une grande échelle.
6,0	Peut causer des dégâts considérables.
5,0	Peut causer des dégâts importants.
4,0	Peut causer des dégâts modérés.
3,5	Peut causer des dégâts légers.
2,0	Le plus petit qu'on puisse normalement sentir.

AP / LE SOLEIL

ouvrir les yeux. « Peut-être que l'épicentre des séismes de 1860 et de 1925 était situé au Saguenay. On ne disposait pas à l'époque d'appareils suffisamment précis pour localiser l'épicentre », lance-t-il.

On se prépare dans le calme

« S'il mouille y mouillera », avait rétorqué le préfet de la MRC de Charlevoix, M. Jean-Claude Turcotte, à un journaliste qui lui demandait s'il avait peur des tremblements de terre. M. Turcotte venait en quelque sorte résumer l'opinion d'une majorité de citoyens de Charlevoix qui savent très bien qu'ils vivent sur une terre qui tremble quotidiennement.

Les petits séismes ne sont pas ressentis par les humains. Dans Charlevoix, il arrive quelques fois par année que l'on perçoive des secousses qui dépassent le 3 sur l'échelle de Richter. Alors, les gens racontent ce qu'ils ont senti, mais sans plus. On n'entend pas parler de gens qui songent à déménager à cause de cela. Le séisme du Saguenay a toutefois amené les autorités à réfléchir beaucoup plus aux possibilités d'un tremblement de ter-



(PC)

Comment se préparer pour un séisme

Mesures à prendre avant, pendant et après un séisme dévastateur

AVANT LE SÉISME

- ▶ Acheter un équipement d'urgence comprenant:
 - Radio portable
 - Piles
 - Trousse de premiers soins
 - Aliments en conserve
 - Pince monseigneur
 - Lampes de poche
 - Eau en bouteille
- ▶ Repérer les points d'interruption des services:
 - Gaz
 - Électricité
 - Eau
- ▶ Préparer un plan de rassemblement des membres de la famille, puisque le déplacement peut s'avérer difficile ou limité après un séisme majeur.

PENDANT LE SÉISME

- ▶ Si vous vous trouvez à l'intérieur de la maison, restez-y. Réfugiez-vous sous un bureau, une table ou une porte.
 - Éloignez-vous des fenêtres.
- ▶ Si vous êtes à l'extérieur, placez-vous en un endroit dégagé. Éloignez-vous des:
 - Arbres
 - Immeubles et murs
 - Lignes électriques

APRÈS LE SÉISME

- ▶ Vérifiez s'il y a des blessés. Si nécessaire, donnez les premiers soins.
- ▶ Fermez l'arrivée du gaz, de l'électricité et de l'eau s'il y a des dégâts.
- ▶ Faites le tour de la maison pour voir si des lignes électriques sont à terre ou si les appareils ménagers ont été endommagés.
- ▶ Ouvrez la radio pour savoir quoi faire et avoir des nouvelles.
- ▶ Utilisez le BBQ extérieur pour les repas d'urgence.
- ▶ Si nécessaire, faites bouillir l'eau comme il faut pour la désinfecter.

Source: Governor's Office of Emergency Services

AP / LE SOLEIL

Un nouveau monde au coeur de la Terre ?

□ Tout un monde de microbes à des kilomètres de profondeur dans la Terre

NEW YORK — On découvre de nouvelles formes microbiennes de vie en telle abondance dans les profondeurs de la Terre que certains hommes de science commencent à soupçonner que la planète possède une biosphère cachée à des kilomètres de profondeur et dont la masse totale peut égaler et même surpasser celle de toute la vie à la surface. S'il existe une telle biosphère en profondeur, disent les savants, sa découverte remettra en cause tous les livres scientifiques tout en jetant un nouvel éclairage sur le mystère des origines de la vie.

par WILLIAM J. BROAD
du New York Times News Service

Même les sceptiques reconnaissent que la thèse est suffisamment fascinante pour justifier de nouvelles études sur le royaume souterrain.

Ce qui rend si extraordinaires

les nouveaux types de microbes, et qui a alimenté le débat sur leur signification et sur leur distribution, c'est leur amour des températures extrêmes, tout à fait à l'opposé de toutes les autres formes de vie. On a trouvé des microbes qui foisonnent jusqu'à 110° Celsius et qui, peut-être, peuvent survivre brièvement à une chaleur at-

teignant 371° Celsius. Par comparaison, la plupart de leurs cousins terrestres meurent au point d'ébullition ou même avant, point qui se situe à 100° Celsius.

La plupart de ces microbes amoureux de la chaleur sont des organismes anciens. Certains hommes de science disent qu'ils peuvent représenter la forme originelle de la vie sur la Terre et qu'on pourrait éventuellement découvrir des organismes semblables ailleurs dans l'univers.

Au cours de la dernière décennie, on a découvert de ces microbes, appelés hyperthermophiles, dans des sources d'eau chaude, dans des cratères de volcans actifs, dans des cheminées

sous le fond de l'océan et, plus récemment, dans des réservoirs de mazout à près de trois kilomètres de profondeur. Par nature, ils ont tendance à bien s'accommoder des régions de chaleurs et de pressions extrêmes, qui sont les caractéristiques générales du monde souterrain.

Il y en aurait partout

Certains spécialistes disent que ces microbes peuvent se trouver partout dans les quelques kilomètres supérieurs de la croûte terrestre, habitant dans les pores remplis de liquide, dans les fissures et les interstices dans les rochers tout en vivant de la chaleur interne de la Terre et de ses produits chimiques.



Leurs principaux habitats seraient les sources chaudes sous les continents et dans les abysses des océans, nourris perpétuellement par les éléments nutritifs charriés par la lente circulation de liquides comme le pétrole et les eaux profondes. Jamais exposés aux rayons du soleil mais se développant à merveille dans l'obscurité, ces microbes constitueraient un nouveau et étrange royaume indépendant de la surface de la

Terre et de ses divers habitants, qui tirent généralement leur énergie du soleil par le processus de la photosynthèse. Par contraste, la biosphère en profondeur serait alimentée par l'énergie interne de la planète.

« Potentiellement, il y a là une énorme quantité de biomasse, de dire le Dr Norman R. Pace, biologiste à l'Université d'Indiana et qui a écrit sur la possibilité de cette biosphère en profondeur. La question est de savoir à quelle profondeur, à quelle température et en quelle quantité ». Il ajoutait que les possibilités de découvrir un royaume biologique caché sont assez bonnes. « Partout où vous trouvez la chimie appropriée, vous trouvez la vie », remarquait-il.

De nouvelles études sont présentement prévues ou proposées pour découvrir si un nouveau monde existe réellement dans les profondeurs de la Terre.

Faire parvenir vos communiqués à: LISE GIGUÈRE, LE SOLEIL. C.P. 1547, 390 St-Vallier Est, Québec, G1K 7J6. T. 647-3374. Tél.: 647-3489.

Agenda LE SOLEIL

Info-Carnaval (418) 527-6363 Service bilingue offert en permanence donnant accès à la programmation du Carnaval, des informations touristiques, telles l'hébergement, la restauration, etc. Le Carnaval accepte les frais d'appel.

CINÉMA - THÉÂTRE - CONFÉRENCE - SPECTACLES - etc.

Les activités du Carnaval cette semaine

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

Place de la Famille. Lun. au ven. 10 h à 17 h. Sam. Dim. 9 h à 17 h. Animation, jeux, glissade, mascottes, etc. Sur les plaines d'Abraham. Des joueurs des Nordiques seront présents pendant les fins de semaine.
Place du Palais. Animation dim. de 9 h à 16 h. Mascottes, clowns, jeux. Danse avec la troupe Graffiti et présentations de mode de vêtements d'hiver par la boutique Harfang. Possibilité de se faire photographier avec Bonhomme Carnaval, les samedis et dimanches.
Place des aînés. Du 7 au 11 février: Activités (cartes, jeux, danses) incluant visite de Bonhomme Carnaval. Exposition de photographies d'anciennes reines et duchesses. Gournement chaque jour d'une reine du Carnaval parmi les aînées. Tous les jours 9 h à 16 h. Centre Durocher, 290, rue Carillon. Prix d'entrée: 14 \$.

trée: 4 \$; 2 \$ pour les 17 ans et moins. Les 6 ans et moins accompagnés d'un adulte sont admis gratuitement.
Sur la trace des légendes. Feux-follets, loups-garous, diables et fantômes en glace réalisées par Michel Leprie hantent les rues Saint-Paul, Saint-André, Dalhousie, place Royale et quartier Petit-Champlain. À cela s'ajoutent des légendes racontées par l'auteur-ethnologue Jean-Claude Dupont. Dim. 14h: Après-midi de légendes. Avec Jean Du Berger, conteur et ethnologue. Musée de la civilisation, 85, Dalhousie. Rens.: 643-2158.

Un grand Shapetuan (maison traditionnelle autochtone) est installée en permanence sur le site du Concours international de sculptures sur neige. Autour d'un feu de bois, résonnera le tekuania (tambour traditionnel) et des chants traditionnels.

Activités au Naturalium. Exposition des dessins d'enfants réalisés pour l'esquisse du char allégorique; exposition Fourrure mettant en lumière la symbolique associée à la fourrure depuis l'existence de l'homme; présentation des photos gagnantes du concours organisé durant la Semaine de la conservation; cinéma axé sur les animaux en hiver; atelier sur l'identification des pistes d'animaux et leur adaptation à l'hiver.

Exposition « À partir de dessins d'enfants ». Musée du Québec. Prix d'entrée: 4,75 \$; gratuit pour les 16 ans et moins.

Activités au Musée de la civilisation. Carnavaux européens, une soixantaine de photographies croquées sur le vit lors de différents carnavaux et fêtes d'hiver. Se termine le 10 avril; Masques et mascarades. Se termine le 18 octobre; Démonstration et construction d'une marotte progressive.

Feux Sacrés, spectacle multimédia faisant revivre 5 siècles d'histoire à la basilique de Québec.

s'annoncent au Symposium des peintres québécois Représentations tous les jours à 18 h 30, 19 h 45, 21 h. Basique Notre-Dame-de-Québec, 20, rue Buade. Rens.: 692-3200. Prix d'entrée: 6 \$; 5 \$ aînés et groupe; 4 \$ pour les 12-17 ans; gratuit pour les moins de 12 ans accompagnés. Le coût du billet comprend la participation au tirage d'une oeuvre de l'artefactio lacurto.

Tournoi national de hockey adulte du Carnaval. Début à 18 h en semaine et 8 h les sam. dim. Arena 2 Glaces Val-Bélair, 1136, boul. Pie-XI Nord, Val-Bélair. Prix d'entrée: 3 \$; 1 \$ pour les 6-16 ans; gratuit pour les 5 ans et moins.

Amun - Fête carnavalesque autochtone. Plusieurs démonstrations ainsi que réalisation du camp principal Shapetuan. Entrée des plaines d'Abraham.

Exposition thématique « L'érablière » sur les différentes facettes de l'exploitation de l'énergie à sucre. Parc de l'Artillerie.

Expositions à Charlesbourg. Concours de peinture sur le thème Prenez l'air de fête... au 4e Carnaval de Québec à la Galerie du Trait-Carré, 7985, Trait-Carré Est, Charlesbourg. Aussi, exposition de la Société artistique de Charlesbourg. Oeuvres réalisées par un collectif d'artistes. Enfil, Le fil du Nord, oeuvres de Bertrand Tremblay à la bibliothèque municipale, salle Reine-Malouin, 7950, 1re avenue.

Concours de sculpture. rue Myrand. Oeuvres réalisées par des équipes d'étudiants de l'école des arts visuels et de l'école d'architecture de l'université Laval, du cégep de Sainte-Foy ainsi que du cégep François-Xavier-Garneau. Rue Myrand, entre le boul. Saint-Cyrille et le chemin Sainte-Foy. Participation spéciale (hors-concours) du centre de céramique de Sainte-Foy.

Symposium de peinture sous la présidence d'honneur de Francesco Iacurto. Invités: Litton Del Signore, Jean-Paul Lapointe, François Faucher, Nicole Beliveau, Pauline T. Paquin, Claude Théberge, Michel Rivest et Ginette Beaulieu. Place Québec. Entrée libre avec le port de l'effigie.

Workout du Carnaval. Auj. 18 h 30. Sam. 12 h 30 et 14 h. Dim. 12 h, 13 h, 14 h 30 ainsi que le 12 février 12 h, 13 h, 14 h et le 13 février à 12 h et 13 h. Place du Palais.

XI^e compétition provinciale de natation « bout-de-chou » pour les jeunes de 12 ans et moins, organisée par le Club aquatique de Charlesbourg.

Tournoi d'échecs du Carnaval. Auj. 17 h à 22 h. Sam. 17 h à 21 h. Dim. 9 h à 17 h. Compétition d'échecs ouverte aux amateurs et aux professionnels. Centre Lucien-Borne. Inscription (10 \$) le 5 février, de 17 h à 19 h. Entrée libre avec le port de l'effigie.

Tournoi international de hockey pee-wee. Plus de 100 équipes de jeunes hockeyeurs en provenance de 10 pays. Tous les jours 8 h à 22 h. Colisée de Québec. Prix d'entrée: 4 \$; 1 \$ pour les moins de 16 ans.

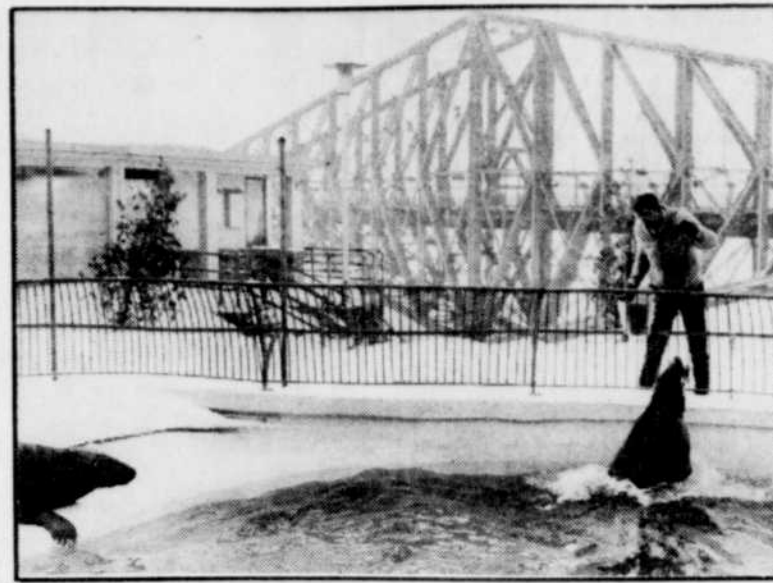
Bonspiel du Carnaval. Compétition au cours de laquelle s'affrontent les meilleurs joueurs de la province. Club de curling Jacques-Cartier, 1015, boul. Saint-Cyrille Ouest. Rens.: 683-4431.

Fantaisies sur polystyrène. Exposition d'oeuvres sur polystyrène réalisée par des artistes tels Don Darby, Irène Lemieux, Steve Gagnon et Edith Croft. Galeries de la Canardière dans le Mail est.

Cris de couleurs. Exposition des reconstitutions de Victorien Pilote (Victo). Anima G. 31e étage du complexe G 644-9841. Lun au ven. 10 h à 16 h. Sam. Dim. 13 h à 17 h.

Le Carnaval, une fête, une collection. Collection d'affiches, effigies, figurines, programmes officiels, musique et objets rattachés au Carnaval de Conrad Belanger. Maison Bellanger-Girardin, 600, avenue Royale, Beauport. Mar. au dim. 10 h à 17 h.

Visite du Condo Soleil du Carnaval de Québec. Possibilité de visiter le Condo Soleil situé au Parc Laudance, en plein cœur du Faubourg Campanie. Les visiteurs qui seront guidés par le personnel de Roger Gilbert Construction unifamiliale pour cette visite pourront également profiter d'un aperçu des vingt Condo Soleil du Carnaval. Les heures de visite sont du lun. au jeu. 13h à 17h et 19h à 21h. Ven. Sam. Dim. 13h à 17h. Se termine le 12 février.



L'aquarium sous la glace Les élèves des techniques d'inventaire et de recherche en biologie du cégep de Sainte-Foy vous invitent, aujourd'hui, à une journée d'animation en sciences naturelles à l'Aquarium. L'entrée est gratuite pour tous sur présentation de l'effigie de Bonhomme puisque cette activité fait partie de la programmation du Carnaval.

15h Quelques pas dans l'univers d'Eva de Gilles Vigneault. Par le théâtre de Zef. Palais Montcalm. Prix d'entrée: 15 \$; 8 \$ pour les 12 ans et moins. Rens.: 670-9011.

8h15 à 19h15. Compétition de nage synchronisée. Piscine de l'école Wilbrod-Bhéret. Rens.: 628-5954. 8h30 à 16h Grand déjeuner beauceron à l'étable. Animation musicale. Polyvalents Benoît-Vachon, 919, route St-Martin, Ste-Marie-de-Beauce. Prix d'entrée: 8 \$; 4 \$ pour les enfants. 9h à 15h30 Grand Prix auto du Carnaval de Québec. Course sur glace. Finale. Rivière St-Charles, près de la rue Marie-de-l'Incarnation. 10h à 13h Dégustation de trempeinte dans le sirop d'érable. Place du Palais.

11h à 16h Exposition des chars allégoriques sur le stationnement de Place Fleur de lys côté du boul. Laurentien. À l'intérieur: spectacles de marionnettes (13h, 14h, 15h), visite du Bonhomme, de la Reine et des duchesses (15h), repas familiaux et surprises.

11h à 14h Brunch de l'Association des Bleuets à Québec. Activités pour toute la famille. Hôtel Québec. Prix d'entrée: 20 \$; 8 \$ pour les moins de 10 ans.

11h à 16h Montée du Pain de sucre au Parc de la Chute Montmorency. Animation et surprises.

12h à 15h Championnat de casse-tête au Carnaval de Québec. Finale. Des équipes de deux joueurs réalisent un casse-tête le plus rapidement possible à l'intérieur d'un maximum de trois heures, dans une des deux catégories: deux dimensions ou trois dimensions. Manège militaire. Inscription: 20 \$ par équipe. Entrée libre avec le port de l'effigie. Rens.: 694-0539 et 656-1317.

13h à 16h Concert de musique du XIX^e siècle avec Les cordes sensibles. Centre d'interprétation du Vieux-Port de Québec, 100, rue Saint-André. Entrée libre.

14h: Heure du contre à la Bibliothèque municipale de Charlesbourg, salle Reine-Malouin, 7950, 1ère avenue. Rens.: 624-7742.

Tous les dimanches 17h à 20h, des bénévoles se transformeront en serveurs inexpérimentés pour servir les clients venus terminer leur journée de ski au Pub Alpin, 10955, boul. Sainte-Anne, Beauport.

Dejeuner carnavalesque au profit de la fabrique Ste-Monique les Saules, organisée par le Cercle de fermiers, 21h. Musique et animation: Gaston Légaré. Visite de Bonhomme Carnaval. Prix de présence. Sous-sol de l'église, 2960, boul. Masson. Prix d'entrée: 5 \$. Rens.: Nicole Allard (842-6621), Nicole L. Massicotte (871-4727) ou Lise de Grâce (871-0465).

Visite de la Maison Expo Habitat 1994 qui sera vendue par soumission pendant le Salon Expo Habitat qui aura lieu du 11 au 18 février au Patinoir de Sainte-Foy AU 452, des Colliers, à Saint-Remède. Auj. 13h et 16h Atelier Dimanche Famille au Musée du Québec, 13h30. Je me dessine de la tête aux pieds. Entrée libre avec le billet du Musée. Rens.: 643-3377.

Dimanche des Artistes. YMCA Vieux-Québec, 650, avenue Laurier.

LOISIRS Glissades, ski de randonnée et randonnées de motoneige au Club Mont Tourbillon. Glissades (9,75 \$; 7,75 \$ pour enfants de 12 ans et moins; 7,75 \$ ven. sam en soirée et 5,75 \$ pour les 12 ans et moins); Ski de randonnée (5 \$; 3 \$ pour les 12 ans et moins); Randonnées de motoneige (10 \$ une tournée; 25 \$ trois tournées et 40 \$ tournée guidée); Possibilité de location d'équipements. Aussi, repas-activités plein air les vendredis et samedis en soirée. Souper sans activité: 11,95 \$ ou 16,95 \$ pour la table d'hôte. Souper avec activités: 9,95 \$ ou 14,95 \$. Choix de randonnée de motoneige (10 \$; 20 \$ trois tournées ou 40 \$ tournée guidée); glissades sur chalet à air (7,75 \$; 5,75 \$ pour enfants). Enfin, brunch du dimanche avec musiciens, tous les dim. 9h30 à 14h. Côté: 13,95 \$; 7 \$ pour les 6-10 ans. Club Mont Tourbillon, 55, Montée du Golf, Lac Beauport. Rens.: 849-4418.

Activités de neige au Domaine de Maizerets. Ski de fond, raquette, sentiers pédestres, anneau de glace, glissade. Equipements disponibles. Ouvert sur sem de 13h à 16h; sam. dim. 10h à 16h. Patinage seulement de 18h à 20h tous les soirs. Côté: 2 \$; gratuit pour les moins de 18 ans. Rens.: 691-2385.

Randonnée de ski de fond à la belle étoile. Randonnée guidée tous les vendredis. Il suffit de se rendre à 19h15 au chalet du centre de ski, 375, St-Alexandre, Charlesbourg. Le départ de la randonnée est prévu pour 19h30. Rens.: 849-9054.

Patinoire naturelle sur la rivière Saint-Charles praticable sur une longueur de 1,7 km soit du pont Dorchester près de la marina Saint-Roch jusqu'au pont Lavigneur situé près de l'école Wilbrod-Bhéret. Ouvert du lun. au ven. 12h à 22h et sam. dim. 10h à 22h.

Historique de Maizerets. Tournée sur l'histoire du Domaine, tous les dimanches 13h à 16h. Présentez-vous à l'accueil au 2000, boul. Montmorency. Entrée libre. Rens.: 691-2385.

9h30 et 13h30. Quelques pas dans l'univers d'Eva de Gilles Vigneault. Par le théâtre de Zef. Matinées scolaires au Palais Montcalm. Prix d'entrée: 15 \$; 8 \$ pour les 12 ans et moins. Rens.: 691-2399.

11h30 Ouverture de Place des Aînés par le président d'honneur Michel Louvain. Visite du Bonhomme Carnaval. Centre Durocher, 290, rue Carillon. Prix d'entrée: 14 \$. Rens.: Esther Fortin au 623-3036.

17h Soirée des handicapés visuels organisée par l'INCA. Souper et soirée. Visite de Bonhomme et des duchesses. Musique avec le Groupe Royal Country. Centre Durocher, 290, rue Carillon. Rens.: 529-9224.

7h à 11h. Petit déjeuner cognac de la Chambre de commerce de Charlesbourg. Restaurant Chez Harry, 1010, 80e rue Est, Charlesbourg. Prix d'entrée: 12 \$. Rens.: 628-5514.

17h 5 à 7 du Carnaval. Bar Atrium, Québec Inn.

19h Mardi Gras du Carnaval. Rencontre des cours de Mobile Alabama et du Carnaval. Diner gastronomique suivi d'un spectacle inspiré des Grands carnavaux à travers le monde conçu par Marcel Côté de Costumerie Côté. Port du costume fortement suggéré. Musique avec l'orchestre de Roland Martel. Animation: Marc Perreault du FM53. Hôtel Loews Le Concorde. Côté: 125 \$. Rens.: 626-3716.

7h à 11h. Petit déjeuner cognac de la Chambre de commerce de Charlesbourg. Restaurant Chez Harry, 1010, 80e rue Est, Charlesbourg. Prix d'entrée: 12 \$. Rens.: 628-5514.

17h 5 à 7 du Carnaval. Bar Atrium, Québec Inn.

19h Mardi Gras du Carnaval. Rencontre des cours de Mobile Alabama et du Carnaval. Diner gastronomique suivi d'un spectacle inspiré des Grands carnavaux à travers le monde conçu par Marcel Côté de Costumerie Côté. Port du costume fortement suggéré. Musique avec l'orchestre de Roland Martel. Animation: Marc Perreault du FM53. Hôtel Loews Le Concorde. Côté: 125 \$. Rens.: 626-3716.

7h à 11h. Petit déjeuner cognac de la Chambre de commerce de Charlesbourg. Restaurant Chez Harry, 1010, 80e rue Est, Charlesbourg. Prix d'entrée: 12 \$. Rens.: 628-5514.

17h 5 à 7 du Carnaval. Bar Atrium, Québec Inn.

19h Mardi Gras du Carnaval. Rencontre des cours de Mobile Alabama et du Carnaval. Diner gastronomique suivi d'un spectacle inspiré des Grands carnavaux à travers le monde conçu par Marcel Côté de Costumerie Côté. Port du costume fortement suggéré. Musique avec l'orchestre de Roland Martel. Animation: Marc Perreault du FM53. Hôtel Loews Le Concorde. Côté: 125 \$. Rens.: 626-3716.

7h à 11h. Petit déjeuner cognac de la Chambre de commerce de Charlesbourg. Restaurant Chez Harry, 1010, 80e rue Est, Charlesbourg. Prix d'entrée: 12 \$. Rens.: 628-5514.

17h 5 à 7 du Carnaval. Bar Atrium, Québec Inn.

19h Mardi Gras du Carnaval. Rencontre des cours de Mobile Alabama et du Carnaval. Diner gastronomique suivi d'un spectacle inspiré des Grands carnavaux à travers le monde conçu par Marcel Côté de Costumerie Côté. Port du costume fortement suggéré. Musique avec l'orchestre de Roland Martel. Animation: Marc Perreault du FM53. Hôtel Loews Le Concorde. Côté: 125 \$. Rens.: 626-3716.

7h à 11h. Petit déjeuner cognac de la Chambre de commerce de Charlesbourg. Restaurant Chez Harry, 1010, 80e rue Est, Charlesbourg. Prix d'entrée: 12 \$. Rens.: 628-5514.

17h 5 à 7 du Carnaval. Bar Atrium, Québec Inn.

19h Mardi Gras du Carnaval. Rencontre des cours de Mobile Alabama et du Carnaval. Diner gastronomique suivi d'un spectacle inspiré des Grands carnavaux à travers le monde conçu par Marcel Côté de Costumerie Côté. Port du costume fortement suggéré. Musique avec l'orchestre de Roland Martel. Animation: Marc Perreault du FM53. Hôtel Loews Le Concorde. Côté: 125 \$. Rens.: 626-3716.

7h à 11h. Petit déjeuner cognac de la Chambre de commerce de Charlesbourg. Restaurant Chez Harry, 1010, 80e rue Est, Charlesbourg. Prix d'entrée: 12 \$. Rens.: 628-5514.

17h 5 à 7 du Carnaval. Bar Atrium, Québec Inn.

19h Mardi Gras du Carnaval. Rencontre des cours de Mobile Alabama et du Carnaval. Diner gastronomique suivi d'un spectacle inspiré des Grands carnavaux à travers le monde conçu par Marcel Côté de Costumerie Côté. Port du costume fortement suggéré. Musique avec l'orchestre de Roland Martel. Animation: Marc Perreault du FM53. Hôtel Loews Le Concorde. Côté: 125 \$. Rens.: 626-3716.

MERCREDI 7h à 11h. Déjeuner cognac au profit de la Fondation canadienne Rêves d'Enfants. Restaurant A6-W Lewis, 79 A, route Kennedy. Côté: 9 \$. 9h à 23h. Journée carnavalesque et féerie sur neige au Centre de ski le Relais. Journée typiquement carnavalesque incluant la traditionnelle descente aux flambeaux. Souper carnavalesque à 18h. Spectacle de ski acrobatique à 20h. Aussi: patinage artistique, feux d'artifice et danse. Ski jusqu'à 23h pour 5 \$. Prix d'entrée: gratuit pour les dames jusqu'à 18h; 5 \$ pour tous à compter de 15h. Rens.: 849-1851.

17h 5 à 7 du Carnaval. Resto-Bar le Dix-Vagues, Hôtel Québec.

19h Cinéma du mercredi au Musée de la Civilisation: Rouge Venise. Rens.: 643-2158.

20h Choix des gagnants du Concours de sculptures sur neige de la rue Myrand. Restaurant-bar le Cactus.

JEUDI 7h à 11h. Déjeuner cognac de Beauport. Restaurant brasserie La Brassière, 333, rue du Carrefour, Beauport. Prix d'entrée: 10 \$. 7h30: Petit déjeuner au profit de la Fondation des maladies du cœur du Québec. Invité: Dr Jean-Pierre Despres, Ph.D, professeur au Laboratoire des sciences de l'activité physique de l'Université Laval (PEPS). Salle de bal du Hilton Québec. Côté: 45 \$.

** Concours de sculpture entre les facultés de l'Université Laval. En après-midi, course de couchettes et remise de prix en soirée. 16h à 22h: Soirée en plein-air au Village des Sports de Valcartier. Prix d'entrée: 25 avec le port de l'effigie. 17h 5 à 7 du Carnaval. Bar Sous le Cap, Loews Le Concorde.

20h30: The Musical Box « Hommage à Génésis ». Concert anniversaire. Centre des Congrès de Québec. Prix d'entrée: 25 \$.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.

21h: Soirée Western. Animation musicale. Bar Country Mix, 3910, boul. Hamel. Entrée libre.



DIMANCHE 6 FÉVRIER

THÉÂTRE

VOL AU-DESSUS D'UN NID DE COUCOU par le Théâtre Côte Cour. 20h. Théâtre de la Cité universitaire, pavillon Palasis-Prince. Prix d'entrée: 12 \$; 10 \$ pour les étudiants.

LE MALADE IMAGINAIRE de Molière. Avec Jean-Jacqui Boutet, Sylvie Cantin, Pierre-Yves Charbonneau, Ginette Guay, Sébastien Hurtubise, Antoine Laprise, Line Nadreau, Karl Poirier-Petersen, Patric Saucier, Guy-Daniel Tremblay, Sébastien Ventura, Catherine Arseneault et Marie-Eve Naud. Mise en scène de Jacques Lessard. L'histoire d'un homme et de sa dépendance servile envers les médecins. * Supplémentaires auj. 15h et le 10 février 20h. Théâtre la Bordée, 1143, rue Saint-Jean. Réservations du mar. au sac. à compter de 15h au 694-9631.

CONTE SPECTACLE DE JOUJOU TURENN. comédienne, conteuse, chorégraphe, danseuse. 15h: Le soleil et la lune, adaptation d'un conte de la tradition orale haïtienne. Musée du Québec. Entrée libre avec le billet d'entrée du Musée. Rens.: 643-3377.

MUSIQUE

MESSE DES ARTISTES. 10 h 45. Messe du Carnaval de Québec sous la direction musicale d'Alfred Maréchal. Avec Marie-Françoise Bernard, soprano; Jovanne Boly, mezzo; Réginald Côté, ténor; Germain Delisle, basse; Marie-Josée Morissette, violoniste; Russel Gagnon, violoncelliste et Rachel Martel, harmonium et piano. Chapelle historique Bon-Pasteur, 1080, de la Chèvre.

CONCERT DU DIMANCHE À L'ÉCOLE DE MUSIQUE DE L'UNIVERSITÉ LAVAL. 14 h Marie-Claude Roy, piano; Assunta Bouchard, chant et Rachel Martel au piano. Ensemble composé de Geneviève Couillard, chant, Beatrice Cadrin, alto et Suzanne Girard, piano et Sarah Bellemare. Salle Henri-Gagnon du pavillon Louis-Jacques-Casault, université Laval.

SPECTACLES

THE SACRED EARTH, spectacle Son et Lumière par Courtney Milne et Sheril Miller, photographes Multimédia commenté en français et en anglais faisant découvrir des lieux sacrés et des sites naturels du monde. 19h30. Musée de la civilisation, 85, rue Dalhousie. Prix d'entrée: 8 \$.

QUÉBEC EXPÉRIENCE 3D. Spectacle multimédia de Denis Dufour. Un voyage en 3D au cœur de l'histoire de Québec, de l'épopée des explorateurs aux temps modernes. Sam. au jeu. 10h30, 12h, 13h30, 15h, 16h30. Ven. Dim. au jeu. 10h30, 12h, 13h30, 15h, 16h30, 18h, 19h30, 21h. Prix d'entrée: 6 \$; 4 \$ âge d'or et étudiant; gratuit pour les moins de 6 ans. Promenades du Vieux Québec, 8, rue du Trésor. Rens.: 694-4000.

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. Sem. 11h à 15h; sam. dim. 11h à 17h. Explore! 63, rue Dalhousie. Prix d'entrée: 4,25 \$; 2,75 \$ âge d'or et étudiant; gratuit pour les moins de 6 ans. Prix spéciaux pour les groupes. Rens.: 692-2063.

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. Sem. 11h à 15h; sam. dim. 11h à 17h. Musée du Fort, 10, rue Sainte-Anne. Prix d'entrée: 4,25 \$; 2,75 \$ âge d'or et étudiant; gratuit pour les moins de 6 ans. Rens.: 692-2175.

Bar-restaurants: - Musique de danse sociale et country avec concours de chant accompagné par orchestre. Tous les dim à compter de 14h30. Motel Panorama, 7500, boul. Saint-André, Château Richer. Rens.: 824-4208.

- Sylvie Cloutier pour les 4^{es} Apres-brunch du Voyageur*. Tous les dim. 13h30. Cours de danses de ligne offerts gratuitement. Hôtel Motel Le Voyageur, 2250, boul. Sainte-Anne, près d'Estimauville.

- Honky Tonk avec le Trio Michel Voyer, tous les dim. 15h30 à 19h30. Bar le Sens Unique, 1030, boul. des Capucins, Limoilou. Entrée libre.

- Mathieu Gaudreau et Daniel Garneau. Dim. au mer. 22h. Bar Chez Son Père, 24, Saint-Stanislas.

- Duo Michel Côté, saxophone et contrebasse. Dim. au Mer. 21h30. Café-Bar l'Empire du Clarendon, 57, rue Sainte-Anne. Entrée libre.

SOIRÉES DANSANTES

Tempo Danse sociale. Tous les dimanches 15h30 à minuit. Souper dansant. Prix d'entrée: 11 \$; 9 \$ pour les membres (avec le souper); soirée seulement: 5 \$; 3 \$ pour les membres. Aussi, tous les mardis et 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: 8 \$; 6 \$ pour les membres. Au 2700, Jean Perrin, suite 105. Rens.: 842-7556.

DANSE

LA TROUPE ELITE TOURBILLONS, danses folkloriques 13h30. Bibliothèque Gabrielle-Roy, 350, rue Saint-Joseph Est. Pour les 4-13 ans.

VERNISSAGES

TRAIT CARRÉ, 7985, rue Trait-Carré Est. Jeu. ven. 19h à 21h; sam. 12h30 à 17h et dim. 11h à 17h. Prenez l'air de fête... au 4^e Carnaval de Québec. Se termine le 13 février. Vernissage auj. 13h30 en présence de Bonhomme Carnaval.

ENGRAMME, 263, Saint-Vallier Est. Mar. au dim. 13h à 17h. Fesses d'artistes-empreintes inédites, coffret d'estampes conçu et réalisé par Jean Pearson. Se termine le 24 février. Vernissage dim. 13h.

MADELEINE LACERTE, (galerie annexe), 39, Côte de la Canoterie. Mar. au ven. 10h à 17h. Sam. Dim. 13h à 17h. Géographie de Carl Hey

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

Cinéma

LES FILMS À L'AFFICHE CETTE SEMAINE

LE SOLEIL

★ 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'œuvre : (1) chef-d'œuvre ; (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.

CINÉMA CHAREST (529-9745) La liste de Schindler (2) v.f. de *Schindler's List* 12h45, 16h45, 20h45. L'univers des ombres (4) v.f. de *Shadowlands* 13h10, 16h10, 18h45, 21h35. G. Ace Ventura mène l'enquête (1) 13h15, 15h10, 17h10, 19h20, 21h20. G. Beethoven 2 (6) 13h45, 16h30. L'affaire Pelican (4) v.f. de *The Pelican Brief* 18h40, 21h40. G. Madame Doubtfire (4) 13h50, 16h25, 19h10, 21h45. G. Matusalem (4) 13h, 15h30, 18h. Monolith (6) 21h. 13 ans Les yeux de brasse (4) 14h, 17h05, 19h25, 21h50. 13 ans Philadelphie (4) 13h30, 16h15, 19h, 21h45. G. Prix d'entrée : 8 \$; 4,50 \$ pour les 65 ans et plus et les moins de 14 ans ; 5 \$ avant 18 h en semaine. Prix d'entrée du mardi et mercredi : 4,50 \$ N.B. Possibilité de se procurer des billets à l'avance pour des représentations dans la même journée.

CLAP (650-CLAP) Deux actrices (4) Dim. Mer. Jeu. 13h, 17h15, 19h10. Lum. Mar. 13h15, 17h30, 21h30. ★ 32 films... Glenn Gould (3) Dim. 13h30, 17h30. Lum. Mar. 15h, 17h. Mer. Jeu. 21h15. ★ Les Vestiges du jour (3) Dim. au jeu. 13h45, 16h15, 19h, 21h30. Sans peur (3) Dim. Mer. Jeu. 15h, 21h. Lum. Mar. 15h15, 19h30. Cible émouvante (4) Dim. Mer. Jeu. 15h30, 19h30. Lum. Mar. 13h, 21h20. ★ La petite apocalypse (4) Dim. 21h15. Lum. Mar. 19h10. Mer. Jeu. 13h15, 17h15. Prix d'entrée : 5 \$; 4,25 \$ moins de 14 ans et plus de 50 ans ; 8 \$ pour les ★ Super-Prémiers les ven. sam. dim. ; 5 \$ du lun. au jeu. Prix d'entrée le mardi : 4 \$.

GALERIES DE LA CAPITALE (628-2455) Salle 1: La leçon de piano (3) Dim. Mar. 13h, 15h25,

19h10, 21h35. Sem. 19h10, 21h35. 13 ans Salle 2: Ace Ventura mène l'enquête (1) Dim. Mar. 12h10, 14h, 15h50, 17h40, 19h30, 21h30. Sem. 19h30, 21h30. G. Salle 3: Madame Doubtfire (4) Dim. Mar. 13h15, 16h, 19h, 21h30. Sem. 19h, 21h30. G. Salle 4: Rock'n Nonne: retour au couvent (6) v.f. de *Sister Act: Back in the Habit*. Dim. Mar. 12h15, 14h25, 16h35, 19h10, 21h35. Sem. 19h10, 21h35. G. Salle 5: Philadelphie (4) Dim. Mar. 13h10, 15h45, 19h, 21h40. Sem. 19h, 21h40. G. Salle 6: Blanche Neige et les sept nains (2) Dim. Mar. 12h10, 13h55. G. L'affaire Pelican (4) v.f. de *The Pelican Brief*. Dim. Mar. 15h50, 19h, 21h50. Sem. 19h, 21h50. G. Prix d'entrée : 8 \$; 4,99 \$ du lun. au ven. avant 18h et toute la journée du mardi ; 4,25 \$ enfants et âge d'or.

LIDO (837-0234) Salle 1: À la manière de Carlotto (4) v.f. de *Carlotto's Way*. Sem. 18h45, 21h30. Dim. Lun. 13h, 18h45, 21h30. 13 ans. Salle 2: Les yeux de brasse (4) v.f. de *Blink*. Sem. 19h, 21h15. Dim. Lun. 13h, 19h, 21h15. 13 ans. Salle 3: Madame Doubtfire (4) Dim. Lun. 13h, 18h45. Sem. 18h45. G. L'affaire Pelican (4) v.f. de *The Pelican Brief*. Tous les jours 21h15. G. Salle 4: Le monde selon Wayne # 2 (6) *Wayne's World #2*. Sem. 19h, 21h15. Dim. Lun. 13h, 19h, 21h15. G. Salle 5: Matusalem (4) Dim. 13h. G. Philadelphie (4) Tous les jours 18h45, 21h15 sauf le lundi 13h, 18h45, 21h15. G. Prix d'entrée : 8 \$; 5,50 \$ pour les 13-20 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) Vidéos XXX. California Blondies (1) 11h50, 14h15, 16h40, 20h35. Creamy Cheeks (1) 8h45, 21h55. Haute tension (1) 10h20, 18h, 23h30. A compter de mardi: Sweet Spot Of Youth (-) 11h45, 14h10, 16h40, 20h40. Double Your Pleasure (-) 13h, 15h30, 19h25. Commando Léopard (-) 8h35, 21h55. Renegade (-) 10h15, 17h55, 23h35. 18 ans. 18 ans. Prix d'entrée : 7 \$.



Adieu ma concubine
Lorsque les Japonais envahissent la ville, un duo d'acteurs célèbres devenus des amis Intimes doivent s'aider mutuellement. Au cinéma Sainte-Foy.

PARIS (694-0891). Le bon fils (5) v.f. de *The Good Son*. Sem. 19h. Dim. Mar. 14h, 19h. 13 ans. Le destructeur (8) v.f. de *Demolition Man*. Sem. 21h. Dim. Mar. 16h, 21h. 13 ans. Le parc jurassique (3) v.f. de *Jurassic Park*. Sem. 18h45, 21h15. Dim. Mar. 13h45, 16h15, 18h45, 21h15. G. Le sexe des étoiles (4) Sem. 19h15. Dim. Mar. 14h15, 19h15. 13 ans. Malice (1) Sem. 21h40. Dim. Mar. 16h40, 21h40. 13 ans. Prix

d'entrée : Lun. mer. jeu. 2\$. Dim. 3\$. Les mardis : 1\$.

SAINTE-FOY (656-0592)Salle 1: Baraka (4) Sem. 19h, 21h. Dim. Mar. 13h, 15h, 17h, 19h, 21h. G. Salle 2: Adieu ma concubine (2) Sem. 20h. Dim. Mar. 13h10, 16h30, 20h. 13 ans. Salle 3: L'enfer blanc (6) v.f. de *Iron Will*. Dim. Mar. 13h, 15h10, 17h20, 21h40. Sem. 19h30, 21h40. G. Prix d'entrée : 8 \$; 4,99 \$ toute la journée du mardi ; 4,25 \$ enfants et âge d'or.

CINÉ-CLUB DE L'UNIVERSITÉ LAVAL Lundi 19h30: *Le cabinet du docteur Caligari*. Salle 1-A. Pavillon Charles-De Koninck. Prix d'entrée : 5\$. 4\$ pour les étudiants.

LES GRANDS EXPLORATEURS présentent *La Mongolie* de Jean-Michel Bertrand. Dim. 14h et 20h. Salle Louis-Frédéric du Grand Théâtre. Prix d'entrée : Jeu. Dim. 10,50\$. Ven. Sam. 11,50\$.

CINÉMA DU MERCREDI DU MUSÉE DE LA CIVILISATION 19h: *Rouge Venise*. Entrée libre. Laissez-passer: 643-2158, poste 389.

CINÉ BISTRO 291, St-Vallier Est. Rens. : 648-6677. Tous les jours 14h, 18h, 21h. *Casablanca*. v.f. A compter de mercredi: *The Thing*. Entrée libre. Ce film étant présenté dans un bar, il est nécessaire d'avoir 18 ans pour s'y rendre.

CINÉMA MEXICAIN offert par le Centre Diffusion International. Mar. 18h30. *Elena Y Raquel* (la passion de deux femmes à la recherche de la maternité).

VIDÉOTHÉÂTRES
- Bibliothèque Gabrielle-Roy, 350, rue Saint-Joseph Est. Rens. : (529-0924). Dim. 12h: *Prendre la route: l'inconduite*. Dim. 15h: *Prendre la route: routes à suivre*. Lundi 19h: *Se donner des viles a*. Mar. 19h: 10 jours...48 heures. Mercredi 19h: *La Thaïlande*, cinquième tigre d'Asie. Jeudi 19h: *Caribbes*: dans le sillage des grands vents. Vendredi 19h: *le Cameroun*: à l'heure des choix.

LUNDI suite

Visite de la Maison Expo Habitat 1994 qui sera vendue par soumission pendant le Salon Expo Habitat qui aura lieu du 11 au 18 février au Patrimoine de Sainte-Foy. Au 452, des Colibris, à Saint-Redempteur. Lun. au jeu. 19h à 21h et ven. 18h à 22h.

LOISIRS

Visites commentées du Château Frontenac par un personnage de la fin du 19e siècle (femmes de chambre, cliente bourgeoise, cuisinier, page, client). Tous les jours 10h à 17h. Prix d'entrée: 4 \$ 35 pour les aînés, 25 pour les enfants de 6 à 16 ans. Rens. : Anne Gery au 691-2166.

Patinoire naturelle sur la rivière Saint-Charles. Voir dimanche.

Village des Sports. Voir dimanche.

Glissoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Patinoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Ski de randonnée sur les Plaines d'Abraham. Voir dimanche.

Glissades, ski de randonnée et randonnées de motoneige au Club Mont Tourbillon. Voir dimanche.

Activités de neige au Domaine de Maizerets. Voir dimanche.

MARDI 8 FÉVRIER

UN TRAMWAY NOMMÉ DÉSIR de Tennessee Williams. Avec Louise Turcot, Roger Léger, Julie McClemons, Michel Bérubé, Philippe Cousineau, Johanne Fontaine, Jean Emery Gagnon, Roger Larue, Jacinthe Potvin, Kim Richardson. Mise en scène de Claude Poissant. 20h. Salle Albert-Rousseau. 2410, chemin Sainte-Foy. Se termine le 12 février.

MUSIQUE

RÉCITAL DU PIANISTE BRUNO BIOT 16h. Salle Henri-Gagnon du pavillon Louis-Jacques-Casault. Entrée libre.

ÉCOLE DE MUSIQUE DE L'UNIVERSITÉ LAVAL Midi: *André Papillon*, flûtiste et *Pierre Bouchard*, claveciniste. Pavillon Louis-Jacques-Casault, près des escaliers de l'aile nord.

SPECTACLES

QUÉBEC EXPÉRIENCE. Voir dimanche.

QUÉBEC ET LES GRANDS EXPLORATEURS. Voir dimanche.

LES SIX SIÈGES DE QUÉBEC. Voir dimanche.

Bar/restaurants:
- Super Mario, chansonnier. Mar. au sam. Bar Sur-le-Cap, Hôtel Leows Le Corneue.
- Mathieu Gaudreau et Daniel Garneau. Voir dimanche.
- Duo Michel Côté, saxophone et contrebasse. Voir dimanche.

SOIRÉE DANSANTE

Tempo Danse sociale. Voir dimanche.

RÉUNIONS

Au Relais d'Espérance. Tous les mardis 19h15. Adieux de cransance spirituelle. Prendre l'amour à plein cœur. Animation: Pierre Lacroix. Entrée libre. Au 617, rue Montmartre. Rens. : 522-3301.

Centre de médiation familiale Iris Québec. 19h30. Réservations nécessaires au 648-2832.

L'Autonhomie, centre de ressource sur la condition masculine. 19h30. café-rencontre: *Qui suis-je au travail?* 19h30. Local de l'Autonhomie, 1950 de la Normandie. Rens. : 648-6480. Prix d'entrée : 2\$.

Émotifs anonymes 20h: Groupe Sérénité, YWCA, 855 Holland. Rens. : 666-0256.

Fondation québécoise du cancer. Groupe de partage pour les proches des personnes atteintes du cancer. 19h30. Au 1675, chemin Sainte-Foy. Rens. : 681-9989.

Sources Vives, familles monoparentales de Beauport. 19h30. Communications entre 1993? Sans répétition?? Invoite: Loraine Gagnon, entraîne Parent, Pavillon Royal, 3365, chemin Royal, Beauport. Prix d'entrée : 2\$. gratuit pour les membres. Rens. : Michèle Marcoux au 667-8121.

CONFÉRENCES

Carrefour familles monoparentales de Charlesbourg. 20h: La communication: Comment développer des relations de plus en plus harmonieuses avec les autres. Invoite: Lise Lebrun. Gymnase du centre de réadaptation La Trade, anciennement Mont St-Aubert, 9080, boul. du Jardin, Charlesbourg. Prix d'entrée : 5\$. 2\$ pour les membres. Rens. : 623-4509 ou 623-9149.

Société d'horticulture de Sainte-Foy. 19h30: les plantes vivaces pour le milieu ombragé. Invoite: Georges Gingras. Centre artistique de Sainte-Foy, arena, 936, Place de Ville, Sainte-Foy.

Société d'horticulture et d'écologie de Charlesbourg. 19h30: Aménagement paysager (décoration de patios et de balcons) Invoite: Claude Mercier. Centre culturel et communautaire de Charlesbourg, ancien hôtel de ville, 7575, boul. Henri-Bourassa. Prix d'entrée : 2\$, gratuit pour les membres. Rens. : 623-9729 ou 628-0792.

Service Handi A Inc. 19h: Gérance de stress, auto-hypnose, visualisation mentale. Invoite: Romano Savard. Au 921, boul. Dufferin, 2e étage. Rens. : 694-0258.

Conférence-diaporama sur la vie au Niger, pays d'Afrique. 19h30. Salle Jean-Paul Tardif, Collège Saint-Charles-Garnier, 950, rue Joffre. Prix d'entrée : 6\$.

La Maison de la Famille de Charlesbourg. 13h: Violence conjugale, comment s'en sortir et comment acheminer une plainte. Par la Maison du Coeur (maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale). Aussi, 19h30: Comment faire un budget. Invoite: Vital Barbeau (ACEF). Réservation: 623-5705.

DIVERS

Portes ouvertes au Cégep de Sainte-Foy de 17h30 à 20h afin de présenter les programmes de formation technique offerts à l'enseignement régulier et à l'éducation des adultes. Au 2410, chemin Sainte-Foy. Rens. : 659-6600, poste 3894. ★ Remis au lendemain en cas de mauvais temps.

Visite de la Maison Expo Habitat 1994. Voir lundi.

LOISIRS

Patinoire naturelle sur la rivière Saint-Charles. Voir dimanche.

Village des Sports. Voir dimanche.

Glissoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Patinoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Ski de randonnée sur les Plaines d'Abraham. Voir dimanche.

Glissades, ski de randonnée et randonnées de motoneige au Club Mont Tourbillon. Voir dimanche.

Activités de neige au Domaine de Maizerets. Voir dimanche.

Visites commentées du Château Frontenac. Voir lundi.

MERCREDI 9 FÉVRIER

LA DÉPOSITION... ET AUTRES DÉCLARATIONS d'Helene Pednault. 20h. Théâtre de la Cité universitaire. Prix d'entrée : 10\$, 8\$ pour étud. ; 5\$ en prévente au Service des activités socio-culturelles.

UN TRAMWAY NOMMÉ DÉSIR

MIDI-MUSIQUE AU GRAND THÉÂTRE. 12h10. Invoites: *Julio-Anne Ferland-Drolet*, cor et *Jean-Sébastien Bernier*, flûte. Foyer de la salle Louis Fréchet. Entrée libre.

SPECTACLES

FOLLIES CABARET par les *Russians On Broadway*, revue musicale russe. Capitale. Prix d'entrée : 20\$, 30\$, 35\$ et dîner-spectacle à 65\$. Se termine le 13 février.

JOE BOCAN dans *Les cahiers secrets* Jeu au sam. 20h30. Avec la participation de *Charles Biddle Jr.* et *Louis Bernier*, piano. Anglicane, 33, rue Wolfe. Prix d'entrée : 23,50\$. Se termine le 11 février.

CE SOIR, JE DANSE EN FRANÇAIS. Ce soir 22h30. *Macadam*. Beauport. Entrée libre.

QUÉBEC EXPÉRIENCE. Voir dimanche.

QUÉBEC ET LES GRANDS EXPLORATEURS. Voir dimanche.

LES SIX SIÈGES DE QUÉBEC. Voir dimanche.

Bar/restaurants:
- Super Mario. Voir mardi.
- Mathieu Gaudreau et Daniel Garneau. Voir dimanche.
- Duo Michel Côté. Voir dimanche.

Agenda suite

RÉUNIONS

Au Relais d'Espérance. 19h30: Les paradis artistiques. Groupe d'entraide et de support animé par un psychologue en toxicomanie. Entrée libre. Au 617, rue Montmartre. Rens. : 522-3301.

Association hypoglycémique Québec inc. Rencontre tous les mercredis 19h30 au 5928, boul. Henri-Bourassa, Charlesbourg. Rens. : 622-2908.

Émotifs anonymes 14h: Groupe Liberté Nouvelle. Carrefour Liberté, 2165, Robert-Giffard, Beauport. Rens. : 666-0256.

L'Antre Amis (club social de loisirs). Soirée d'informations pour gens libres. 8401 Carillon, 2800, boul. Laurier. Rens. : 653-4010.

BAIL (Bureau d'animation information Logement du Québec métropolitain). Tous les mer. 14h: séance d'information sur le renouvellement du bail. Local 321, rue du Pont. Rens. : 523-6177.

Carrefour Liberté. Ligue de pétanque tous les mer. Au 2165, Robert-Giffard, Beauport. Rens. : Louis Tremblay au 666-7056.

Méditation et concentration. Exposé, échange et pratique. 19h30. YWCA, 855, Holland. Rens. : 641-0925.

CONFÉRENCES

La société de géographie de Québec. 20h: L'Atlantique Nord à la voile. Invoite: Jacques Bernier, professeur de géographie de l'Afrique. Département de géographie de l'U.L. Avec diapos. Collège Saint-Charles Garnier, salle Jean-Paul-Tardif, 1150, boul. René Levesque ouest, entrée par la rue Joffre. Prix d'entrée : 4\$.

Le faux visage de Champlain et la tradition des portraits de substitution est le titre de la conférence prononcée par *Denis Martin*, conservateur des dessins et estampes du Québec à l'occasion de l'exposition *Québec ville en fête 1608-1908*. 19h30. Auditorium du Musée du Québec. *Auditorium du Musée du Québec*. Rens. : Suzanne Lavroie au 648-2540.

Centre d'harmonie intérieure créatif. 19h30: Pourquoi et comment doit-on s'affirmer? Invoite: Réal Quétel, psychologue. Au 804, avenue Joffre, angle Chemin Sainte-Foy. Prix de présence. Prix d'entrée : 6\$, 6\$ avec carte-conférences. Rens. : 525-9703.

Maison de la Famille de Charlesbourg. 13h: Femme en rupture conjugale. Invoite: Danielle Richard. Réservation: 623-5705.

Société d'histoire de Sillery. Souper-conférence 18h30: La question juridique touchant les Amérindiens: le fameux traité Murray. Invoite: Denis Vaugois, éditeur, libraire, écrivain. Salle du Centre culturel Brûlard, 1225, avenue du Chanoine-Morel. Prix d'entrée : 18\$.

Société d'histoire de Sainte-Foy. 20h: L'histoire des Chevaliers de Colomb à Québec et à Sainte-Foy. Invoite: Roger Fraser. Galerie d'art Jules Harvey, 2095, Chemin Sainte-Foy, près de l'église Saint-Thomas d'Aquin. Entrée libre.

DIVERS

Dégustation de vins et fromages animée par Pierre-Yves Chapat au profit du Musée du ski de Québec qui ouvrera ses portes au Mont Sainte-Anne. Soirée animée par le seul maître affineur de fromages au lait entier cru au Canada et reconnu en France. Il sera accompagné par le commentateur des vins de *François Gagnon*, président de l'Amicale des Jase-Vin. Coût: 100\$. Restaurant Michelangelo. Réservations: 682-6111 (Jean Brouillard); 683-0727 (Thérèse Proulx) ou 524-0015 (J. Jacques Langlois).

Cocktail Retrouvailles avec les Chevaliers de Colomb (2882) de Montmorency. Fête de leur 50e anniversaire de fondation. 19h. Salle des Chevaliers, 4066, boul. Ste-Anne, Beauport. Entrée libre. Rens. : 663-6352 (secrétariat du Conseil) ou 664-0144 (Marc Vermette).

Démonstration par l'aquarelliste Jacques Hébert par l'Atelier d'aquarelle de Québec. 19h30. Collège St. Lawrence. local 348-349, 750, Nérée-Tremblay. Sainte-Foy. Prix d'entrée : 5\$, 3\$ pour les membres.

Visite de la Maison Expo Habitat 1994. Voir jeudi.

LOISIRS

Patinoire naturelle sur la rivière Saint-Charles. Voir dimanche.

Village des Sports. Voir dimanche.

Glissoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Patinoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Ski de randonnée sur les Plaines d'Abraham. Voir dimanche.

Glissades, ski de randonnée et randonnées de motoneige au Club Mont Tourbillon. Voir dimanche.

Activités de neige au Domaine de Maizerets. Voir dimanche.

Visites commentées du Château Frontenac. Voir lundi.

LOISIRS

Visites guidées de la Maison Henry-Stuart (82, Grande-Allée Ouest, au coin de Cartier). Sous le thème « La fête des Fêtes du début du siècle », visite du cottage palladien, son décor victorien, son jardin et une exposition de jouets. Tous les jeu. dim. Coût: 5\$. Réservation: 647-4347.

Patinoire naturelle sur la rivière Saint-Charles. Voir dimanche.

Village des Sports. Voir dimanche.

Glissoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Patinoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Ski de randonnée sur les Plaines d'Abraham. Voir dimanche.

Glissades, ski de randonnée et randonnées de motoneige au Club Mont Tourbillon. Voir dimanche.

Activités de neige au Domaine de Maizerets. Voir dimanche.

Visites commentées du Château Frontenac. Voir lundi.



THÉÂTRE

UN TRAMWAY NOMMÉ DÉSIR. Voir mardi.

LE MALADE IMAGINAIRE. Voir dimanche.

MUSIQUE

CONSERVATOIRE DE MUSIQUE DE QUÉBEC. 12h20: *Isabelle Fortier*, harpiste et *Sophie Poulin de Courval*, saxophoniste. Musée du Québec. Rens. : 643-2192.

VERNISSAGE

CHARLES & MARTIN GAUTHIER, 650, Marguerite-Bourgeoys. Rens. : 682-0995. Ven. Sam. Dim. 12h à 17h. *Louise Vigier*. Se termine le 13 mars. Vernissage à 17h.

SPECTACLES

JOE BOCAN. Voir mercredi.

FOLLIES CABARET. Voir mercredi.

QUÉBEC EXPÉRIENCE. Voir dimanche.

QUÉBEC ET LES GRANDS EXPLORATEURS. Voir dimanche.

LES SIX SIÈGES DE QUÉBEC. Voir dimanche.

Bar/restaurants:
- Édouard Marquis, pianiste. Jeu. au sam. à compter de 17h30 et au brunch du dimanche 10h. Holiday Inn. Centre ville.
- Super Mario. Voir mardi.
- Cristal, orchestre de danse. Jeu. au sam. 21h30. Hôtel Ambassadeur, 333, boul. Ste-Anne, Beauport. Rens. : 666-2828.
- Roger Genois, 22h. Bar Chez Son Père, 24, Saint-Stanislas.
- Quatuor Rachel Tremblay. Jeu. au sam. 22h15. Café-bar l'Empire du Clarendon, 57, rue Sainte-Anne. Entrée libre.

SOIRÉE DANSANTE

Tempo Danse sociale. Voir dimanche.

RÉUNIONS

Au Relais d'Espérance. Tous les lundis et jeudis 13h30. Groupe les Hirondelles. Aussi, tous les jeudis 19h30: Mode de vie en 12 étapes. Animation: Carol Cyr. Entrée libre. Au 617, rue Montmartre. Rens. : 522-3301.

Émotifs anonymes 20h: Groupe La Source. Église St-Louis-de-France, 1576, route de l'Église. Sainte-Foy. Rens. : 666-0256.

Centre-Femmes d'Aujourd'hui. 13h30: La santé des femmes (auto-examen des seins). Présentation d'un vidéo suivi d'une période d'échanges et de discussion. Au 1474, boul. René-Levesque Ouest. Entrée libre. Rens. : 683-2548.

CONFÉRENCES

Conférence-rencontre avec Réjean Déziel. 19h

Les oiseaux survivent au froid

Avant l'arrivée du froid, ils se gavent pour faire des réserves de graisse

Les humains ne sont pas seuls à souffrir du froid. Lorsque le thermomètre descend à moins 30° Celsius, les animaux non hibernants, plus spécialement les oiseaux, subissent un stress tel que leur survie tient presque du prodige et du miracle.

par JEAN-CLAUDE RIVARD
LE SOLEIL

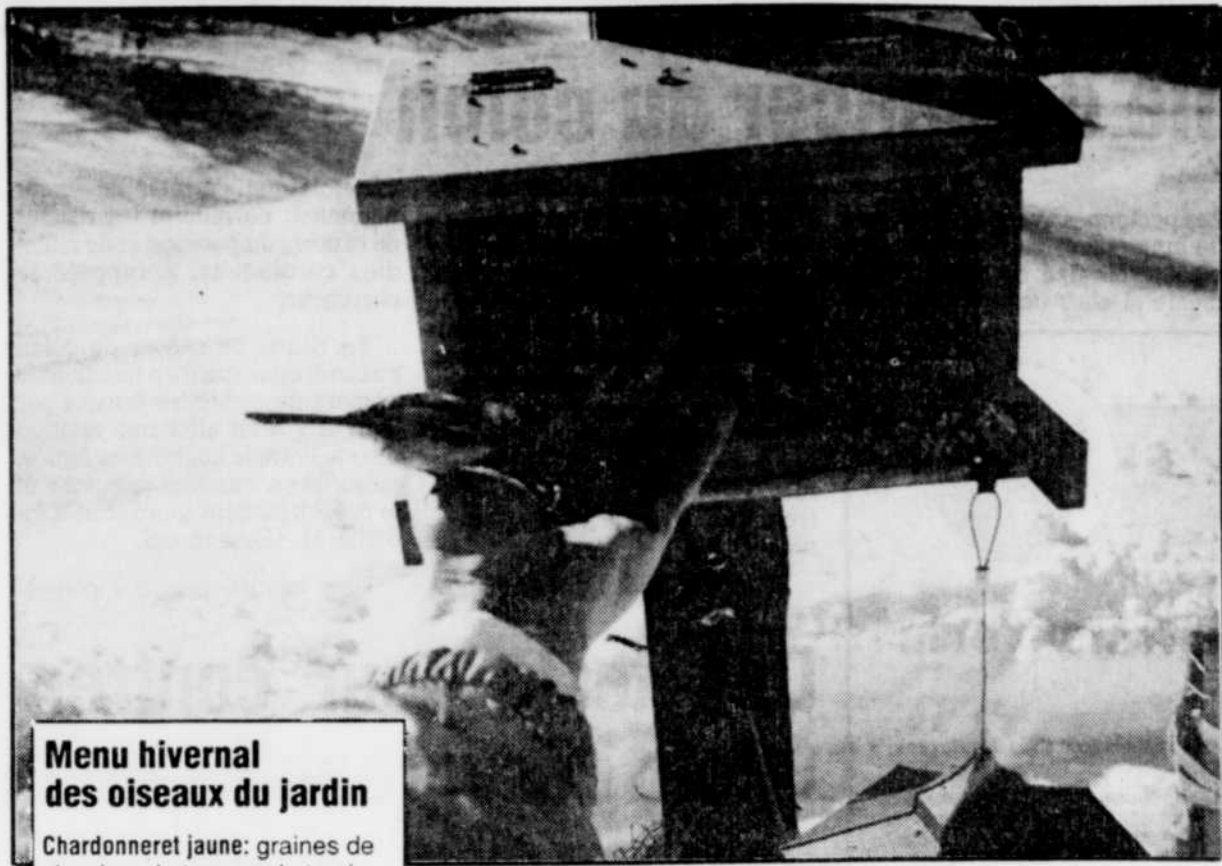
Au département de biologie de la faculté des sciences de l'université Laval, le professeur Jacques Larochelle est le premier à s'émerveiller du phénomène. Le cas de la mésange, de la tourterelle triste et du chardonneret l'étonne tout particulièrement. Il n'en va pas autrement pour nos pigeons de ville qui, beau temps mauvais temps, passent presque tout leur temps agrippés aux rebords des toits, des fenêtres et des monuments publics.

C'est sous l'égide de ce docteur en physiologie qu'à Laval, des étudiants et des biologistes-chercheurs essaient de comprendre comment les oiseaux du Québec peuvent résister aux rigueurs du climat, même si les vagues successives de froid des dernières semaines font craindre les pires pertes au sein de la gent ailée.

Le chaud et le froid
À la vérité, le premier souci des chercheurs est de préciser comment, durant la belle saison, nos amis ailés réussissent à se libérer de la forte chaleur dégagée par leur corps alors qu'en plein vol ils déploient un effort physique supérieur à celui du marathonien, en plus de devoir supporter la température et le poids de leur plumage. La disposition de leurs pattes, en cours de vol, servirait-elle à réguler la température de leur corps, a-t-on jusqu'ici obtenu pour réponse.

Mais parallèlement, on veut aussi savoir comment ces pattes ultrasensibles résistent aux engelures alors que, par temps glacial, elles sont en contact presque constant avec des surfaces excessivement froides telles que le métal, la pierre, la neige et la glace.

La question est d'importance vitale, plus spécialement chez les tourterelles où, selon le profes-



Menu hivernal des oiseaux du jardin

- Chardonneret jaune:** graines de chardon, de tournesol et noix hachées.
- Chardonneret des pins:** graines de chardon, de tournesol et noix hachées.
- Gros-bec errant:** graines de tournesol.
- Mésange à tête noire:** beurre d'arachide, noix hachées, graines de tournesol.
- Pic:** suif de boeuf, beurre d'arachide.
- Moineau domestique:** graines d'orge, d'avoine et de millet blanc.
- Étourneau:** restes de table, suif de boeuf et grain concassé.
- Bruant:** graines de tournesol concassées, de millet blanc, d'orge et d'avoine.
- Tourterelle triste:** graines de millet blanc, grains de maïs concassés.
- Pic mineur:** suif de boeuf et beurre d'arachide.
- Sitelle à poitrine blanche:** graines de tournesol, noix hachées, suif de boeuf.
- Geai bleu:** noix hachées, graines de tournesol et maïs concassé.
- Sizerin flammé:** graines de chardon et de tournesol.
- Cardinal rouge:** maïs concassé, graines de tournesol et de millet.

Avec un peu de patience on peut même faire manger des oiseaux dans notre main.

seur Larochelle, les risques d'engelures aux pattes constituent la limite même de leur propagation vers les régions nordiques.

On observe que lorsqu'il fait très froid, les oiseaux gonflent leur plumage pour se tenir plus au chaud. De cette observation, il se dégage une leçon de chose importante pour les humains : bien au chaud, le tronc du corps dégage assez d'énergie pour bien protéger les bras, les mains, les jambes et les pieds ; un tronc mal protégé augmente proportionnellement les risques d'engelures aux membres.

D'ailleurs, c'est le principe appliqué, dans un centre torontois de la Défense nationale, par un disciple de M. Larochelle, le biologiste québécois Michel Ducharme. Il conçoit, entre autres, des vêtements spéciaux pour les militaires appelés à oeuvrer en milieu polaire.

Survivre au froid

Quand une vague de froid s'annonce, les oiseaux vont se cacher. En forêt et à la campagne, les conifères touffus leur font de bons abris. En milieu urbain, leur protection hivernale dépend de ce qu'ils peuvent trouver : corniches, crevasses, fissures, clochers, maisons abandonnées, hangars, remises, etc.

Avant l'arrivée du froid, il leur faut se gaver de toute la nourriture possible pour accroître leurs réserves de graisse. Or, certains oiseaux, selon le professeur Larochelle, dépendent presque exclusivement de ce que les humains déposent à leur intention dans des mangeoires. C'est le cas pour la tourterelle triste. D'autres dépendent de sous-produits de l'activité humaine. C'est le cas pour les pigeons qui se nourrissent du grain trouvé près d'installations portuaires.

Pour mieux résister au froid,

Presque par miracle

Quelques conseils

Pour leur fournir la nourriture naturelle dont ils ont besoin, il est sage de planter sur son terrain certains arbres et arbustes dont ils adorent les fruits : le sorbier d'Amérique, aussi connu sous le nom de « cormier » ou de « mascou » ; le gévrier commun ; la viornie tricolore que l'on appelle souvent « pimbinna » ; etc. Les oiseaux se nourrissent aussi d'œufs, de larves et d'insectes trouvés dans les bourgeons et sous l'écorce des arbres.

En plus de la galette et de la boule de suif de boeuf et de graines qu'il est habituel de suspendre à une branche d'arbre, plusieurs autres mangeoires peuvent être installées dans sa cour : un petit silo à grain pourvu de perchoirs, des mangeoires à débit contrôlé que l'on aura le soin de pourvoir d'un cône pare-écureuils ; des plateaux de fenêtres ; des rondins de bois creusés ; etc.

les oiseaux peuvent compter, d'une part, sur une possibilité d'a-

daptation biothermique. La nuit, lorsqu'il sont au repos, un « thermostat naturel » abaisse en effet leur température corporelle de 40°-41° C. à 38°-39° C., et parfois jusqu'à 30° C. Le parallélisme des artères de leurs pattes réchauffe par ailleurs le sang avant qu'il ne soit aspiré par le cœur pour être oxygéné par les poumons.

La survie des oiseaux au froid tient du prodige, affirme le professeur Larochelle. Ainsi, la mésange, d'un poids de 10 à 12 grammes, dépense jusqu'à 10 % de sa masse corporelle par nuit de grand froid, exclusivement pour se garder au chaud, en plus de devoir se garder assez d'énergie pour voler, le lendemain, en quête de nourriture, à une vitesse de 25 à 30 km/h.

« Un tel oiseau ne peut survivre à plus de 48 heures de jeûne », commente-t-il.

NEUROPATHIE DIABÉTIQUE

Nous sommes à la recherche de personnes souffrant de neuropathie diabétique (fourmillement, engourdissement aux pieds) pour participer à une étude clinique d'un nouveau traitement.

Prière de contacter :

Madame Norma Dubé-Savoie
Hôpital de l'Enfant-Jésus
Projet ALCAR
Tél. : 649-5543 ou 649-5882



AVIS PUBLIC

SERVICE DES TRAVAUX PUBLICS VENTE DE BIENS MOBILIERS ET EFFETS MOBILIERS NON RECLAMÉS

AVIS est donné aux propriétaires de certains biens abandonnés par suite de saisie-exécution mobilière ou perdus dans les limites de la ville de Québec et qui sont actuellement entreposés dans des locaux de la Ville de Québec, que lesdits biens seront vendus à l'encan conformément à la loi, à moins que vous en preniez possession dans les trente (30) jours suivant le présent avis, après avoir prouvé votre droit de propriétaire et en avoir acquitté les frais de transport et d'entreposage. Les biens qui ne pourront être vendus parce qu'ils n'ont aucune valeur marchande seront détruits après cette date, sans autre avis.

Québec, le 2 février 1994.

LE GREFFIER DE LA VILLE,
ANTOINE CARRIER, AVOCAT

APPEL D'OFFRES

TRAVAUX D'ENTRETIEN À FORFAIT DES AMÉNAGEMENTS PAYSAGERS 1994

AVIS PUBLIC est, par les présentes, donné que des offres cachetées, scellées, endossées pour les "TRAVAUX D'ENTRETIEN À FORFAIT DES AMÉNAGEMENTS PAYSAGERS 1994" et adressées au Greffier de la Ville, Hôtel de Ville de Québec, bureau 216, seront reçues jusqu'au lundi 28 février 1994 à quatorze heures quinze (14 h 15) heure locale. Les soumissionnaires sont priés de noter que le Bureau du Greffier est fermé de midi (12 h) à treize heures trente (13 h 30). Les intéressés peuvent se procurer les formules d'appel d'offres et obtenir les renseignements pertinents en s'adressant au personnel de la Division de l'approvisionnement, 1195, rue St-Jean, Québec, 691-6242. La Ville ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues.

Québec, le 2 février 1994.

LE GREFFIER DE LA VILLE,
ANTOINE CARRIER, AVOCAT

TRAVAUX D'ARBORICULTURE 1994

AVIS PUBLIC est, par les présentes, donné que des offres cachetées, scellées, endossées pour "TRAVAUX D'ARBORICULTURE 1994" et adressées au Greffier de la Ville, Hôtel de Ville de Québec, bureau 216, seront reçues jusqu'au mardi 22 février 1994 à quatorze heures quinze (14 h 15) heure locale. Les soumissionnaires sont priés de noter que le Bureau du Greffier est fermé de midi (12 h) à treize heures trente (13 h 30). Les intéressés peuvent se procurer les formules d'appel d'offres et obtenir les renseignements pertinents en s'adressant au personnel de la Division de l'approvisionnement, 1195, rue St-Jean, Québec, 691-6242. La Ville ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues.

Québec, le 24 janvier 1994.

LE GREFFIER DE LA VILLE,
ANTOINE CARRIER, AVOCAT

DEMANDE DE PRIX LOUAGE D'OUTILLAGE 1994-1995

Les présentes demandes de prix seront reçues au bureau du Greffier de la Ville de Québec, bureau 216, à l'Hôtel de Ville de Québec, jusqu'au vendredi 25 février 1994 à NEUF HEURES TRENTE (9 h 30), heure normale de l'Est. Les soumissionnaires sont priés de noter que le Bureau du Greffier est fermé de midi (12 h) à treize heures trente (13 h 30). Les intéressés peuvent se procurer les formules d'appel d'offres et obtenir les renseignements pertinents en s'adressant au personnel de la Division de l'approvisionnement, 1195, rue St-Jean, Québec, 691-6242. La Ville ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues.

Québec, le 1er février 1994.

LE GREFFIER DE LA VILLE,
ANTOINE CARRIER, AVOCAT

FOURNITURE ET LIVRAISON DE SULFATE D'ALUMINE LIQUIDE

AVIS PUBLIC est, par les présentes, donné que des offres cachetées, scellées, endossées pour "La fourniture et livraison de sulfate d'alumine liquide - période du 94-05-01 au 95-04-30" et adressées au Greffier de la Ville, Hôtel de Ville de Québec, bureau 216, seront reçues jusqu'au jeudi 24 février 1994 à quatorze heures quinze (14 h 15) heure locale. Les soumissionnaires sont priés de noter que le Bureau du Greffier est fermé de midi (12 h) à treize heures trente (13 h 30). Les intéressés peuvent se procurer les formules d'appel d'offres et obtenir les renseignements pertinents en s'adressant au personnel de la Division de l'approvisionnement, 1195, rue St-Jean, Québec, 691-6242. La Ville ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues.

Québec, le 1er février 1994.

LE GREFFIER DE LA VILLE,
ANTOINE CARRIER, AVOCAT

FOURNITURE DE REGARDS ET TUYAUX PRÉFABRIQUÉS EN BÉTON ARMÉ

AVIS PUBLIC est, par les présentes, donné que des offres cachetées, scellées, endossées pour "La fourniture de regards et tuyaux préfabriqués en béton armé" et adressées au Greffier de la Ville, Hôtel de Ville de Québec, bureau 216, seront reçues jusqu'au lundi 28 février 1994 à quatorze heures quinze (14 h 15) heure locale. Les soumissionnaires sont priés de noter que le Bureau du Greffier est fermé de midi (12 h) à treize heures trente (13 h 30). Les intéressés peuvent se procurer les formules d'appel d'offres et obtenir les renseignements pertinents en s'adressant au personnel de la Division de l'approvisionnement, 1195, rue St-Jean, Québec, 691-6242. La Ville ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues.

Québec, le 1er février 1994.

LE GREFFIER DE LA VILLE,
ANTOINE CARRIER, AVOCAT

FOURNITURE DE PUISARDS PRÉFABRIQUÉS EN BÉTON ARMÉ

AVIS PUBLIC est, par les présentes, donné que des offres cachetées, scellées, endossées pour la "Fourniture de puisards préfabriqués en béton armé" et adressées au Greffier de la Ville, Hôtel de Ville de Québec, bureau 216, seront reçues jusqu'au mercredi 23 février 1994 à quatorze heures quinze (14 h 15) heure locale. Les soumissionnaires sont priés de noter que le Bureau du Greffier est fermé de midi (12 h) à treize heures trente (13 h 30). Les intéressés peuvent se procurer les formules d'appel d'offres et obtenir les renseignements pertinents en s'adressant au personnel de la Division de l'approvisionnement, 1195, rue St-Jean, Québec, 691-6242. La Ville ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues.

Québec, le 1er février 1994.

LE GREFFIER DE LA VILLE,
ANTOINE CARRIER, AVOCAT

Le meilleur abri

Le thuya occidental, communément appelé cèdre, est l'arbre qui fournit le meilleur abri d'hiver aux oiseaux. Les oiseaux recherchent particulièrement l'asile que leur offre les arbres et les haies qui ont été périodiquement taillées de façon à donner une certaine densité à leur feuillage.



Une mésange dépense jusqu'à 10% de son poids par nuit de grand froid et ne peut survivre à plus de 48 heures de jeûne



Communauté urbaine de Québec

Avis public

ASSEMBLÉE RÉGULIÈRE DU CONSEIL

Le mardi 8 février 1994 à 17 h
Siège social de la CUQ
399, rue Saint-Joseph Est
Québec

ORDRE DU JOUR

1. Prière
2. Adoption de l'ordre du jour
3. Approbation du procès-verbal
4. Affaires découlant des programmes et du budget 1994
 - 4.1 Environnement :
 - a) Récupération des piles et des batteries usées sur le territoire de la CUQ / Rapport
 - b) Contrat d'entretien de la pelouse et des plantes extérieures
 - c) Tarification des frais d'incinérateur / Formation d'un comité
 - 4.2 Aménagement du territoire :
 - a) Avis sur règlements d'emprunts municipaux
 - b) Modifications aux plans et règlements d'urbanisme / Conformité / Saint-Augustin-de-Desmaures
 - 4.3 Office du tourisme et des congrès :
 - a) Loyer du kiosque d'information touristique du 60 d'Auteuil
 - b) Plan marketing 1994-1996 / Étude des clientèles du tourisme d'affaires sur le marché nord-américain
 - 4.4 Gestion du personnel :
 - a) Classification de l'emploi d'ingénieur de procédés au Service de l'environnement
 - b) Engagement d'un employé occasionnel à la division des archives
 - c) Main-d'oeuvre étudiante pour l'été 1994
 - d) Engagement de deux techniciens en assainissement des eaux au Service de l'environnement
 - 4.5 Communications : Politique de communication
 - 4.6 Direction générale :
 - a) Demande de subvention
 - b) Candidature de Québec pour les Jeux Olympiques de 2002
 - 4.7 Secrétariat :
 - a) Règlement concernant la délégation de pouvoirs au Comité exécutif de la CUQ
 - b) Règlement amendant le règlement 213 concernant la composition du Conseil de l'Office du tourisme et des congrès
 - c) Règlement abrogeant le règlement 94-389 / Étude sur le traitement de l'effluent primaire de Daishowa
 - 4.8 Projet 333 (Stations d'épuration des eaux usées) :
 - a) Contrat A0-50-04 / Réception provisoire des travaux / John Meunier Inc.
 - b) Avenant 26 au contrat A0-50-82 / Produits d'acier Berlie Ltée
5. Boredeaux :
 - 5.1 Boredeaux financier B-94-01
 - 5.2 Boredeaux de correspondance 94-02
6. Divers
7. Rapport des commissions permanentes
8. Période de questions des membres
9. Période de questions du public
10. Levée de l'assemblée

Le secrétaire de la CUQ,
Pierre Rousseau, avocat

Québec, le 6 février 1994

N.B. : Cet ordre du jour pourra être modifié si les circonstances le justifient.



COMMISSION SCOLAIRE DE CHARLESBOURG

AVIS PUBLIC ADMISSION ET INSCRIPTION DES ÉLÈVES POUR L'ANNÉE SCOLAIRE 1994-1995

Tous les élèves, qui désirent fréquenter en 1994-1995 une école de la Commission scolaire de Charlesbourg, doivent s'inscrire avant le 1er mars 1994.

- A) Les élèves qui fréquentent déjà une école de la Commission scolaire de Charlesbourg et qui résident sur son territoire obtiendront les fiches d'inscription de la direction de leur école. Les parents désireux de choisir pour leur enfant, en vertu de l'article 4 de la Loi sur l'instruction publique, une école primaire de la commission scolaire autre que l'école du bassin d'alimentation doivent remplir le bloc "Choix de l'école" sur la fiche d'inscription et d'admission.
- B) Les inscriptions à la maternelle, pour septembre 1994, se tiendront le lundi 28 février 1994, de 9 h 30 à 11 h 30 et de 13 h 30 à 16 h. Les parents concernés sont priés de se présenter à l'école de leur bassin d'alimentation avec l'original du certificat de naissance de leur enfant. Suite à l'entrée en vigueur du nouveau Code civil, les parents qui n'ont pas en main un certificat de naissance émis avant le 1er janvier 1994, devront se le procurer à la direction de l'état civil, 205, rue Montmagny, Québec G1N 2Z9 (643-3900). L'âge d'admission en maternelle est fixé à cinq (5) ans révolus avant le 1er octobre 1994.
- C) Il est possible pour les parents d'un enfant qui aurait 5 ans entre le 1er octobre et le 31 décembre 1994 de demander une dérogation à l'âge d'admission à la maternelle.
- D) L'âge d'admission au primaire est fixé à 6 ans révolus avant le 1er octobre 1994. Il est aussi possible pour les parents d'un enfant qui aurait 6 ans entre le 1er octobre et le 31 décembre 1994 de demander une dérogation à l'âge d'admission.
- E) Les formulaires de demandes de dérogation sont disponibles aux Services éducatifs (tel. : 622-7811). La documentation et les informations nécessaires seront transmises aux parents qui en feront la demande.
- F) Tous les autres élèves non-inscrits à la Commission scolaire de Charlesbourg et qui désirent fréquenter une de ses écoles doivent s'adresser à la direction de l'école qu'ils sont susceptibles de fréquenter en 1994-95, afin d'obtenir un formulaire d'inscription.
- G) Les élèves qui répondent aux critères établis par la Loi et qui choisissent de fréquenter l'école anglaise doivent se procurer les formulaires nécessaires et les retourner avant le 1er mars 1994, à l'adresse suivante :
Commission scolaire de Charlesbourg
Services éducatifs
335, 76e Rue Ouest
Charlesbourg G1H 4R4
- H) Tous les élèves, résidant sur le territoire de la Commission scolaire de Charlesbourg en 1993-94 et qui désirent fréquenter une école de l'extérieur, doivent se procurer le formulaire "Demande d'admission et d'inscription pour l'extérieur" aux Services éducatifs (tel. : 622-7811), pour l'enseignement général et au Service de l'éducation aux adultes (tel. : 622-7821), pour l'enseignement professionnel.
- I) Les élèves de l'extérieur, désirant fréquenter une des écoles de la Commission scolaire de Charlesbourg, doivent obtenir l'autorisation de leur commission scolaire d'origine, pour bénéficier, s'il y a lieu, de toutes les dispositions de la Loi.
- J) Si vous désirez obtenir des renseignements supplémentaires, veuillez contacter :
Les Services éducatifs (tel. : 622-7811) pour l'enseignement général et le Service de l'éducation aux adultes (tel. : 622-7821) pour l'enseignement professionnel.

LES ÉCOLES DE NIVEAU SECONDAIRE			
Polyvalente de Charlesbourg	622-7820	Ecole Joseph-Paquin	622-7884
Ecole Mgr-de-Laval	622-7881	Ecole St-Charles	622-7883
Ecole Albert-Ouellet	622-7880		
LES ÉCOLES DE NIVEAU PRIMAIRE			
Ecole Maria-Goretti	622-7886	Ecole Parc-Orléans	622-7892
Ecole St-Bernard	622-7894	Ecole Le-Rucher	622-7890
Ecole L'Escalier	622-7891	Ecole La-Fourmière	622-7893
Ecole Le-Plateau	622-7889	Ecole Bourg-Royal	622-7895
Ecole Guillaume-Mathieu	622-7887		

Yvon Lacroix
Secrétaire général

Ouverture d'un Relaxarium à Sainte-Foy

80 % de la clientèle des centres de santé est féminine

Devant ses invités, allongés dans de confortables chaises longues et emmitouffés dans de chaudes couvertures de laine, Gilbert Rodrigue tient un discours enthousiaste, à la mesure de ses ambitions. « Un jour, dit-il, 9 adultes québécois sur 10 fréquenteront les centres de détente-santé. »

Des femmes surtout

La plupart des administrateurs de centre-santé vous le diront : 80 % de la clientèle est féminine.

par JACQUES DRAPEAU
LE SOLEIL

M. Rodrigue, qui avait déjà lancé son premier centre Relaxarium, à l'hôtel Le Georgesville de Saint-Georges de Beauce, vient de récidiver avec un centre complet du même nom, greffé au Château Bonne Entente, à Sainte-Foy. Cette fois, il s'est associé à Jean-Pierre Mainguy, lui-même un spécialiste en massothérapie.

Vibrosauna et pressothérapie. Bain flottant et aqua-massage. Traitements aux algues et aux huiles essentielles sans oublier les repas-santé et les merveilleux massages donnés par un personnel diplômé. Le centre propose un éventail complet de services aussi bien pour les curistes que pour les visiteurs d'occasion. Plusieurs forfaits santé sont offerts. À noter toutefois que le Relaxarium de Sainte-Foy, contrairement à celui du Georgesville, ne possède pas de piscine.

Les investisseurs du Relaxarium de Sainte-Foy ont fait construire un solarium fort chaleureux et ajouté une alcôve pour les couples qui désirent vivre ensemble l'expérience.

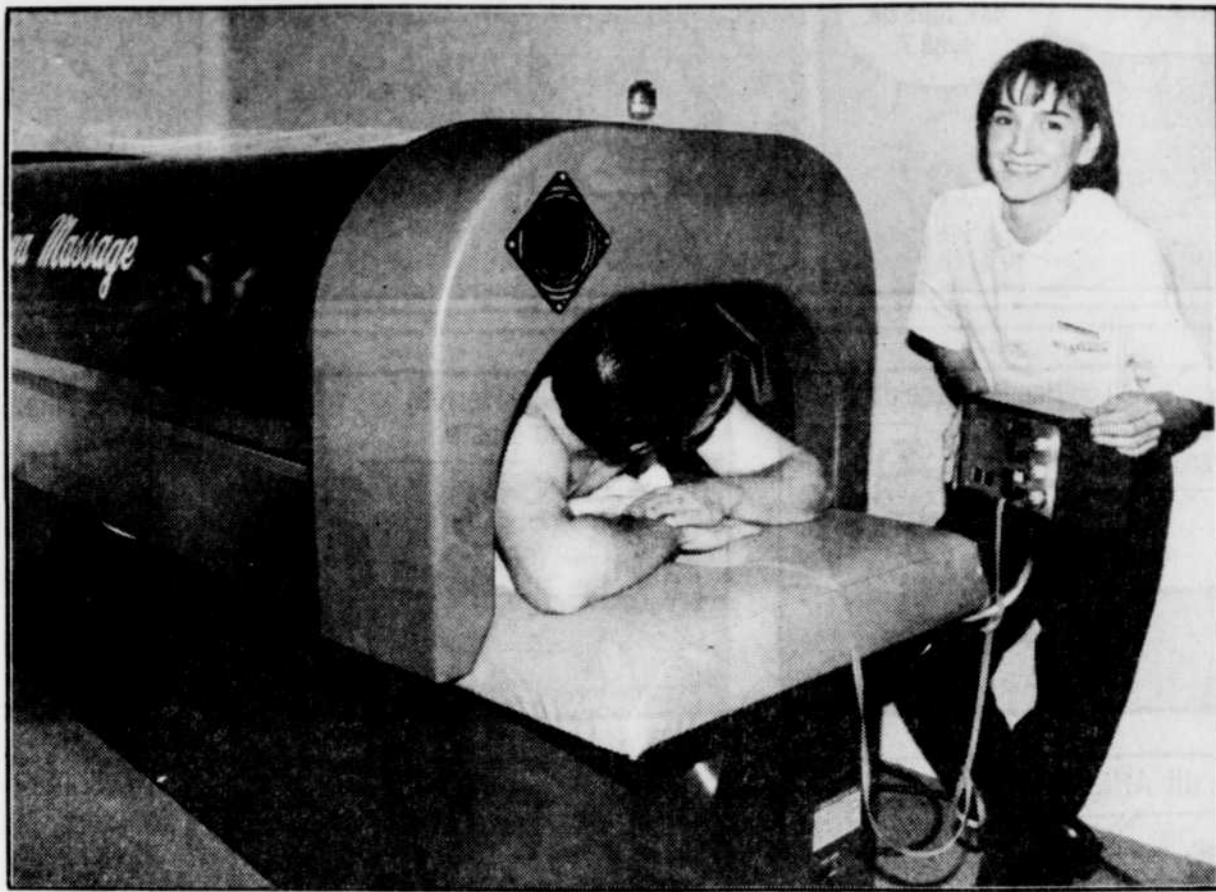
« Les Québécois voyagent de plus en plus, analyse Gilbert Rodrigue. Ils découvrent partout dans le monde les plaisirs que procurent ces centres de détente-santé. »

« Les femmes, constate M. Rodrigue, prennent le temps de s'occuper de leur corps. C'est pour elles un bon moyen de se détendre et de se reposer. Les hommes préfèrent souvent les activités sportives. Mais tout ça est en train de changer. La clientèle masculine augmentera graduellement au cours des prochaines décennies. »

Qu'est-ce qui différencie un centre-santé d'un autre? « Plusieurs se ressemblent, convient volontiers M. Rodrigue. Mais ce qui peut permettre à nos centres

de se démarquer, c'est la qualité de notre personnel. Nous insistons beaucoup pour qu'il maintienne une atmosphère chaleureuse et familiale. Les clients sont tous accueillis comme s'ils vivaient une première expérience dans un centre-santé. Il faut qu'ils se sentent rapidement à l'aise. »

Les centres Relaxarium n'appartiennent pas à la famille Pomerleau, propriétaire du Georgesville et du Château Bonne Entente. Ce sont des entités indépendantes.



Nathalie Demers, massothérapeute au Relaxarium de Sainte-Foy, montre comment fonctionne l'aqua-massage. Le dispositif permet à l'utilisateur d'ajuster non seulement la puissance des jets, mais également de les diriger à des endroits précis du corps, s'il y a lieu.



Gilles
LAPOINTE MD

collaboration spéciale

CHRONIQUE MÉDICALE

On associe à tort hypertension artérielle et nervosité externe

Je me pose la question depuis longtemps à savoir si les gens nerveux extérieurement ont plus tendance à faire de l'hypertension artérielle que les gens calmes?

C'est une question fort intéressante à laquelle je réponds qu'il ne faut jamais se fier aux apparences extérieures car elles sont souvent trompeuses. Souvent, on associe nervosité externe à hypertension comme s'il y avait une relation de cause à effet. L'hypertension artérielle n'a rien à voir avec la nervosité externe ou du moins très peu. J'ai vu en clinique des gens très calmes extérieurement mais avec une tension artérielle de 160 sur 100 au repos et ceci avec traitement. On ne connaît pas à 95 % les causes de l'hypertension artérielle essentielle sauf que l'hérédité et plusieurs autres facteurs peuvent y contribuer. Cependant, tout comme l'obésité, le stress, le tabagisme peuvent influencer l'hypertension artérielle, la nervosité peut le faire aussi, mais les gens nerveux ne sont pas plus hypertendus que la moyenne des gens. Encore là, faudrait-il faire la différence entre anxiété ou angoisse et nervosité normale.

Quoi faire pour combattre l'insomnie

Je souffre d'insomnie depuis plus de trois semaines. Je suis un homme de 36 ans, en affaires, et je ne trouve pas ça drôle du tout. J'ai horreur des somnifères. Que me suggérez-vous?

Beaucoup de gens ont horreur des médicaments. Comme dans bien des situations, il y a deux sortes de gens : ceux qui bouffent des pilules ou des somnifères et ceux qui même avec de l'insomnie refusent de prendre une médication. Cependant, j'aimerais vous dire que le sommeil est une fonction vitale. Or, il existe des cas où des patients peuvent bénéficier d'une médication pendant un certain temps. Je ne connais pas votre situation. Je ne sais pas si vos affaires vont très mal, si vous vivez un stress important, si vous consommez de l'alcool, etc. Mais souffrir d'insomnie pendant trois semaines, c'est long. Il serait important d'en discuter avec votre médecin car l'insomnie est une chose relativement sérieuse. Si le problème continuait pendant trois ou quatre semaines, qu'allez-vous faire? Ce qui est important dans une situation semblable, c'est d'éviter que le problème devienne chronique. La médication concerne votre médecin et vous, car un somnifère doit être pris sous contrôle médical pendant une période donnée. Les massages, l'acupuncture, la relaxation, certains produits naturels, peuvent parfois contribuer et aider à un meilleur sommeil.

Le sucre ne rend pas les enfants surexcités

BOSTON — Si votre enfant est en permanence surexcité, incapable de se concentrer, toujours sur la brèche, n'accusez pas le sucre.

par DANIEL HANEY
de l'Associated Press

L'énergie des calories ne se transforme pas en bêtises successives ni en comportement dissipé en classe. Au contraire, selon une vaste étude sur le sujet, conduite par la Vanderbilt University et financée par le gouvernement américain et l'industrie agro-alimentaire — et dont les conclusions sont publiées dans le « New England Journal of Medicine » —, le sucre n'a aucune influence sur le comportement des enfants.

« Il n'y a aucun élément qui permette de conclure que le sucre seul peut transformer un enfant

doté d'une attention normale en un hyperactif », souligne le Dr Marcel Kinsbourne, de Tufts University.

Les travaux ont été conduits sur neuf semaines auprès de 25 enfants ordinaires âgés de 3 à 5 ans et 23 autres âgés de 6 à 10 ans. Dans cette catégorie, les enfants ont été sélectionnés parce que leurs parents affirmaient qu'ils étaient particulièrement sensibles aux effets du sucre.

Des tests de sensibilité au sucre

Pendant plus de deux mois, ces enfants et leurs familles n'ont consommé que des repas « témoins » fournis par des diététiciens et dont certains contenaient du sucre, d'autres de l'aspartame (édulcorant de synthèse) et d'autres de la saccharine. Bien évidemment, les familles ignoraient

le contenu réel de leur repas. Puis, le comportement des enfants, y compris en classe, était étudié en fonction de 39 paramètres.

Parmi le groupe d'enfants de 6 à 10 ans considérés comme sensibles au sucre, absolument aucune différence de comportement n'a été décelée en fonction du repas consommé.

Parmi les enfants plus jeunes, de 3 à 5 ans, des différences ont été établies sur trois paramètres parmi 39. Et cela plaide plutôt en faveur des gâteaux et bonbons, puisque le comportement à l'école s'améliorait lorsque les enfants avaient consommé du sucre. Les enfants faisaient également preuve de plus de concentration.

L'étude a également montré que la consommation d'aspartame n'avait pas non plus d'effet sur le comportement des enfants.

Les bonnes vieilles vacances dans le sud ont un charme indéniable... Mais répondent-elles vraiment à vos besoins de repos et de relaxation?

LA THALASSOTHÉRAPIE À PASBÉBIAC

C'est la relaxation en profondeur et la récupération d'énergie dont vous avez besoin dans un somptueux manoir du 19e siècle où vous vous laissez vivre en douceur... sans bruit ni vitesse...

C'est PLUS que des vacances

à L'AUBERGE DU PARC

"La où l'ambiance fait la différence"

Informations et brochures

1-800-463-0890

Tel qu'annoncé à la télévision sur les ondes de Radio-Canada

LA TECHNIQUE MAGNÉTOPACE

Fabriqué au Québec par Les Industries BDL inc., le Magnétopace agit directement sur le métabolisme de la cellule en activant l'élimination des toxines et en normalisant son fonctionnement par champs magnétiques pulsatoires. Sécuritaire et efficace, il est le seul appareil médical à technologie canadienne reconnu et approuvé par l'ACNOR ((CSA).

LOCATION DISPONIBLE APPLICABLE SUR L'ACHAT

Pour tout renseignement:

JEAN-PAUL LAVOIE

MAGNÉTOPACE DE

MAGNÉTO-BIOLOGIE INC.

1234, av. Forget, Sillery

(Québec) G1S 3Y7

(418) 688-7719

Fax: 688-8529

Sans frais: 1-800-363-7719

«MAGNÉTOPACE A CHANGÉ MA VIE»



Paul Baillargeon, ex-lutteur professionnel, témoigne aujourd'hui et vante les mérites de l'appareil Magnétopace. Bien connu de la population québécoise par ses exploits en lutte professionnelle dans les années 50, Paul Baillargeon subissait au cours de sa carrière de nombreuses blessures qui lui laissent d'importantes séquelles: dépôts calcaires aux pieds, aux coudes, à la colonne vertébrale et à l'épaule, arthrose, etc. Après avoir eu recours, sans succès, à différents traitements, il fait l'expérience du Magnétopace. Cette thérapie par champs magnétiques se révèle si efficace qu'il se rétablit complètement.



les alternatives santé

Les médecines douces... CAPSULE-SANTÉ SUR LA BALNÉOTHÉRAPIE

La balnéothérapie, du latin balneum qui signifie bain, est un traitement médical et de soins du corps par les bains. Ce concept utilise les vertus des produits marins tels les algues et les boues, en association avec l'eau douce. Parmi les différentes techniques utilisées, on note les enveloppements d'algues et les bains thérapeutiques de boue.

AMAIGRISSEMENT

NOUVEAU - NOUVEAU Perdez du poids sans nuire à votre santé ni à votre confort et ambiance exceptionnels. Forfaits Gâtée, 129 \$/2 pers. (souper - coucher - déjeuner), SPA détente, 148 \$/jour/pers, occ. double, incluant déjeuner, dîner, souper, massage, algothérapie, sauna, pressothérapie, bain thérapeutique. Inverseur DEVA. Réservation: (819) 538-9340.

BALNÉOTHÉRAPIE

AUBERGE LE FLORES: Offrez-vous le rêve à la campagne! Accueil chaleureux, confort et ambiance exceptionnels. Forfaits Gâtée, 129 \$/2 pers. (souper - coucher - déjeuner), SPA détente, 148 \$/jour/pers, occ. double, incluant déjeuner, dîner, souper, massage, algothérapie, 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, piscine intérieure, sauna, bain d'algues ou d'huiles essentielles, massothérapie, pressothérapie et massage. Chambres avec foyer et/ou bain tourbillon. Service de navette. Informations: (418) 849-4486; réservation: 1-800-363-0379.

CENTRES SANTÉ RELAXARIUM:

La vie de château en campagne au Georgesville de St-Georges de Beauce et maintenant aussi à Québec avec le charme du Château Bonne Entente. Offrez-vous un séjour-santé... avec un air de vacances! Massothérapie, soins aux algues, drainages, pressothérapie, aqua-massage, alcôve avec balnéothérapie, bain flottant, piscines, bain vapeur, bain tourbillon, etc. Soins à la carte ou forfaits-santé à partir de 59 \$/pers. Hébergement à partir de 69 \$/nuit. Au Georgesville: (418) 227-7127 ou 1-800-463-3003 et au Château Bonne Entente: (418) 650-4575 ou 1-800-463-4390.

HOMÉOPATHIE

ÉCOLE: d'Enseignement Supérieur en Homeopathie du Québec: formation professionnelle et continue; programme cadre du Syndicat professionnel des homéopathes du Québec. Inf.: 2900, Quatre-Bourgeois, bur. 222, Ste-Foy (Québec) G1V 1Y4, 658-3908, 1-800-463-3097.

CENTRE HOMÉOPATHIQUE ET NATUREL DE CHARLESBOURG:

Une homeopathie de qualité par des professionnelles d'expérience qui œuvrent dans le domaine depuis plus de 10 ans. 8420, boul. Henri-Bourassa, Charlesbourg. 626-4686. Conseils, consultations, produits naturels.

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.

LASÉRO-THÉRAPIE

ARRÊTER DE FUMER: En une seule session au laser doux. Taux de réussite de 95%. Laser-Nico-Thérapie, également traitement pour le stress, l'obésité, l'insomnie. Tél.: 623-0773.

ONDES ÉLECTROMAGNÉTIQUES

ÉLECTRO-SANTÉ: Appareil qui procure une sensation de bien-être, de détente. Diminue l'inflammation, la douleur, améliore votre circulation sanguine et favorise la régénération cellulaire. Vente ou location: Lisette Bertrand (418) 688-1866.

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.

PHLÉBOLOGIE

CLINIQUE Dr DANIELLE PATRY: Phlébologie; traitement des varices, traitement de cellulite; traitement de coupe-rase. Sur rendez-vous seulement. 8165, du Mistral, bureau 201, Charry. Tél.: 832-7989. Aussi à Rimouski au tél. 725-3136.

PSYCHOLOGIE

AIDE PSYCHOLOGIQUE DE STE-FOY: Psychologues professionnel(elle)s spécialis(e)s dans l'évaluation et le traitement des enfants, adolescents, adultes, couples et familles. Jour, soir sur rendez-vous: (418) 654-1160.

Dr NICOLE TREMBLAY: Psychologue, acupunctrice, hypnothérapeute. Prof. cert. du Healing Tao Center de New York. Services intégrés de thérapie, de traitements et d'enseignement pour vous aider à retrouver votre équilibre physique, mental et spirituel. (418) 688-1711.

RELAXATION

CENTRE DE MÉDITATION TRANSCENDANTALE: La technique de la méditation transcendantale. MT se pratique 15, 20 minutes deux fois par jour et procure un repos très profond. Inf.: 529-8464.

RELEVAILLES

SUZANNE HÉLÈNE LEMIEUX: Mère, infirmière, sage-femme, massothérapeute pour la mère et l'enfant pendant les jours qui suivent la naissance, aussi tâches ménagères et repas conséquents. "AUTOUR DU BERCEAU" 640-7491.

FAITES-VOUS CONNAÎTRE DE NOS NOMBREUX LECTEURS PENDANT 13 SEMAINES POUR LE PRIX DE 12!

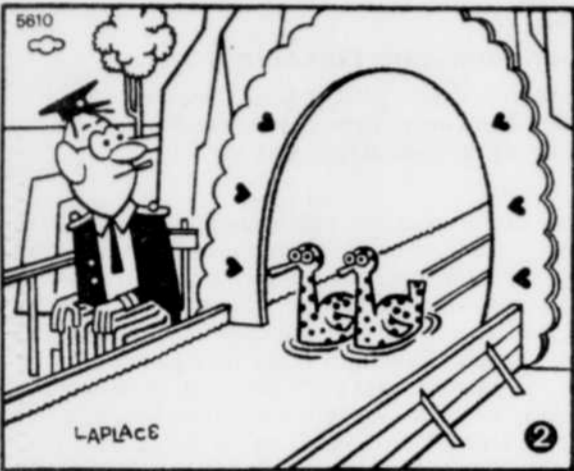
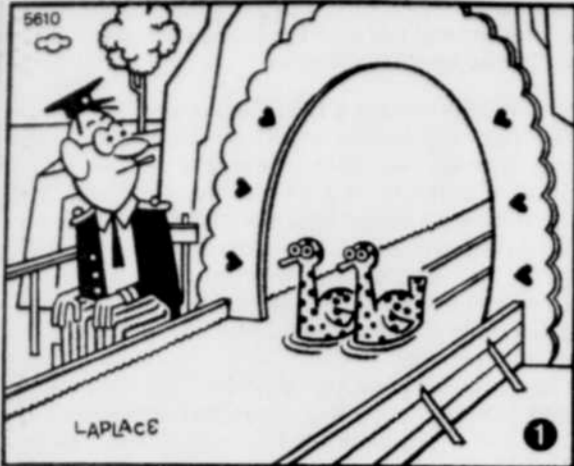
Annoncez dans cette rubrique pendant 12 semaines et nous vous offrirons la 13e parution gratuitement!

SERVICE DU TÉLÉMARKETING AU

647-3376-77-78

LES B.D. DU SOLEIL

Trouve les 8 erreurs



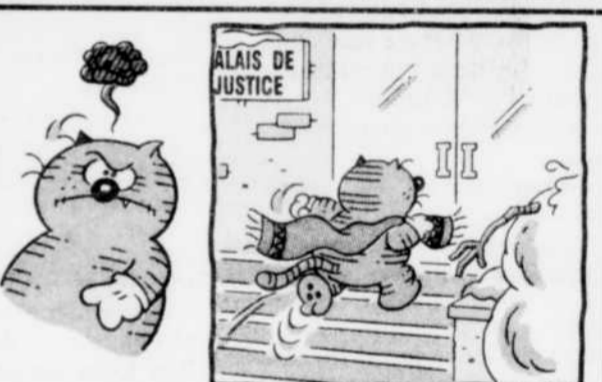
Solution: 1. Bec du candard de gauche. 2. L'eau derrière le candard de droite. 3. Base du tunnel modifiée à droite. 4. La paroi à gauche du tunnel. 5. Branche de l'arbre à droite. 6. Dessus du rocher d'extrême gauche. 7. Pied de la barrière plus long. 8. Un bouton en moins sur la veste.

BLONDINETTE



PEANUTS ET LE BON VIEUX Charlie Brown

par SCHULZ



Les chattes de Gloria Boland sont sœurs et s'entendent à merveille jusqu'à l'arrivée d'un nouveau chat dans les parages. Elles se battent alors, non contentes de se battre, mais elles se battent pour déterminer laquelle pourra jouer avec cet autre compagnon.

Baptiste "L'Homme qui vit DANS UNE FOUBELLE!"

Scénario et dessin: André Ph. Côté



A.PH.CÔTÉ 99